

**Thiện Phúc**

**TÀI SẢN CỦA  
NGƯỜI CON PHẬT  
THEO  
QUAN ĐIỂM PHẬT GIÁO**

*Copyright © 2021 by Ngoc Tran. All rights reserved.*

*No part of this work may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying and recording, or by any information storage or retrieval system without the prior written permission of the author, except for the inclusion of brief quotations. However, staff members of Vietnamese temples who want to reprint this work for the benefit of teaching of the Buddhadharma, please contact Ngoc Tran at (714) 778-2832.*

## Mục Lục

Mục Lục	3
Lời Đầu Sách	5
Chương Một: <i>Biết Sống Với Chân Lý Là Tài Sản Lớn Nhất Của Người Phật Tử</i>	15
Chương Hai: <i>Tâm Bình Thường Là Tài Sản Lớn Nhất Của Người Con Phật</i>	27
Chương Ba: <i>Gia Tài Phấm Hạnh Của Người Con Phật</i>	35
Chương Bốn: <i>Luôn Biết Quay Lại Với Chính Mình</i>	41
Chương Năm: <i>Biết Tu Hành Giải Thoát</i>	45
Chương Sáu: <i>Tài Sản Của Người Con Phật Là Ngọn Đuốc Tuệ Chánh Pháp</i>	51
Chương Bảy: <i>Biết Tự Chiến Thắng Mình</i>	57
Chương Tám: <i>Luôn Biết Phán Quang Tự Kỳ</i>	61
Chương Chín: <i>Người Con Phật Và Hạnh Lắng Nghe</i>	71
Chương Mười: <i>Biết Được Giá Trị Thật Của Đời Người</i>	77
Chương Mười Một: <i>Biết Tu Tập Sửa Đổi Chính Mình</i>	81
Chương Mười Hai: <i>Biết Tại Sao Chúng Ta Gây Tội Tạo Nghiệp</i>	85
Chương Mười Ba: <i>Người Con Phật Luôn Biết Cư Trần Lạc Đạo</i>	91
Chương Mười Bốn: <i>Người Con Phật Luôn Biết Sống Đời Thiện Hạnh</i>	99
Chương Mười Lăm: <i>Người Con Phật Luôn Biết Chấn Giữ Tâm Minh</i>	103
Chương Mười Sáu: <i>Hành Trang Lên Đường</i>	109
Chương Mười Bảy: <i>Người Con Phật Luôn Có Kim Cang Chánh Niệm</i>	127
Chương Mười Tám: <i>Tài Sản Của Người Con Phật Là Tâm Bồ Đề</i>	135
Chương Mười Chín: <i>Người Con Phật Luôn Sống Với Tri Kiến Phật</i>	143
Chương Hai Mươi: <i>Người Con Phật Luôn Biết Tự Hồi Đầu</i>	149
Chương Hai Mươi Một: <i>Người Con Phật Luôn Biết Tự Chuyển Hóa Mình</i>	155
Chương Hai Mươi Hai: <i>Nơi Cao Siêu Tột Cùng Của Đạo Phật</i>	163
Chương Hai Mươi Ba: <i>Người Con Phật Luôn Cố Gắng Từ Bỏ Tham Sân Si</i>	167
Chương Hai Mươi Bốn: <i>Người Con Phật Luôn Biết Thời Gian Không Chờ Đợi Ai</i>	171
Chương Hai Mươi Lăm: <i>Người Con Phật Luôn Biết Thành Phật Trụ Thế</i>	175
Chương Hai Mươi Sáu: <i>Biết Đường Vào Tòa Đa Bảo</i>	181
Chương Hai Mươi Bảy: <i>Người Con Phật Luôn Biết Đem Đạo Phật Vào Đời Sống</i>	193
Chương Hai Mươi Tám: <i>Người Con Phật Luôn Cố Gắng Tìm Cách Đối trị Phiền Não</i>	213
Chương Hai Mươi Chín: <i>Luôn Biết Được Đây Là Khổ Kia Là Con Đường Thoát Khổ</i>	217
Chương Ba Mươi: <i>Luôn Biết Tu Tập Trong Chương Duyên Nghịch Cảnh</i>	221
Chương Ba Mươi Một: <i>Luôn Sống Tu Với Cốt Lõi Đạo Phật</i>	225
Chương Ba Mươi Hai: <i>Luôn Nhớ Biết Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tự Tịnh Kỳ Ý</i>	227
Chương Ba Mươi Ba: <i>Luôn Ghi Nhớ Bức Thông điệp Vô Giá Của Đức Phật</i>	229
Chương Ba Mươi Bốn: <i>Người Con Phật Luôn Biết Rõ Tiến Trình Của Nghiệp</i>	231
Chương Ba Mươi Lăm: <i>Luôn Biết Rõ Ai Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp Của Chính Mình?</i>	233
Chương Ba Mươi Sáu: <i>Người Con Phật Luôn Biết Rõ Bạn Gặt Những Gì Bạn Gieo</i>	237
Chương Ba Mươi Bảy: <i>Luôn Biết Tránh Làm Điều Bất Thiện Và Luôn Tu Tập Thiện Pháp</i>	241
Chương Ba Mươi Tám: <i>Người Con Phật Luôn Biết Áp Dụng Phật Pháp Trong Đời Sống</i>	251
Chương Ba Mươi Chín: <i>Tài Sản Của Người Con Phật Là Tứ Diệu Đế</i>	255
Chương Bốn Mươi: <i>Tài Sản Của Người Con Phật Là Bát Thánh Đạo</i>	257
Chương Bốn Mươi Một: <i>Người Con Phật Luôn Biết Rõ Sự Vận Hành Của Thập Nhị Nhân Duyên</i>	271
Chương Bốn Mươi Hai: <i>Tài Sản Người Con Phật Là Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo</i>	275
Chương Bốn Mươi Ba: <i>Người Con Phật Luôn Hành Trì Ngũ Giới</i>	295
Chương Bốn Mươi Bốn: <i>Người Con Phật Luôn Thọ Trì Bát Quan Trai Giới</i>	313

<i>Chương Bốn Mười Lăm: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Tinh Tấn Tu Tập</i>	315
<i>Chương Bốn Mười Sáu: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Vàng Giữ Từ Y Pháp</i>	327
<i>Chương Bốn Mười Bảy: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Y Theo Pháp Mà Tu Hành</i>	329
<i>Chương Bốn Mười Tám: Người Con Phật Luôn Biết Rõ Lợi Ích Của Việc Ăn Chay</i>	335
<i>Chương Bốn Mười Chín: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Không Thối Chuyển</i>	341
<i>Chương Năm Mười: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Thiểu Dục Tri Túc</i>	345
<i>Chương Năm Mười Một: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Thấy Được Tai Hại Của Dục Lạc</i>	349
<i>Chương Năm Mười Hai: Người Con Phật Luôn Nhớ Không Có Gì Để Mà Tâm Cầu</i>	351
<i>Chương Năm Mười Ba: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Cầu Pháp</i>	353
<i>Chương Năm Mười Bốn: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Nhớ Rõ Lý Nhân Duyên</i>	357
<i>Chương Năm Mười Lăm: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Nhớ Về Con Đường Diệt Khổ</i>	365
<i>Chương Năm Mười Sáu: Tài Sản Của Người Con Phật Là Những Trọng Giới Trong Tu Tập Bồ Tát Đạo</i>	371
<i>Chương Năm Mười Bảy: Tài Sản Của Người Con Phật Là Những Giới Nhẹ Trong Tu Tập Bồ Tát Đạo</i>	375
<i>Chương Năm Mười Tám: Biết Thế Nào Là Tu Tại Gia</i>	391
<i>Chương Năm Mười Chín: Biết Ý Nghĩa Của Việc Lễ Lạy</i>	395
<i>Chương Sáu Mười: Biết Ý Nghĩa Của Việc Thờ Cúng</i>	401
<i>Chương Sáu Mười Một: Cố Gắng Làm Được Một Phật Tử Thuần Thành</i>	403
<i>Chương Sáu Mười Hai: Tài Sản Của Người Con Phật Là Biết Đời Sống, Giới Luật Và Sự Tu Hành Của Một Vị Bồ Tát Tại Gia</i>	409
<i>Chương Sáu Mười Ba: Biết Tu Tập Theo Kinh Thi Ca La Việt</i>	421
<i>Chương Sáu Mười Bốn: Tài Sản Lớn Nhất Là Tam Bảo</i>	429
<i>Chương Sáu Mười Lăm: Tài Sản Lớn Nhất Là Biết Quy Y Tam Bảo</i>	435
<i>Chương Sáu Mười Sáu: Luôn Cố Gắng Tu Thiệt Tình</i>	443
<i>Chương Sáu Mười Bảy: Tài Sản Lớn Nhất Là Biết Sám Hối Tam Nghiệp</i>	447
<i>Chương Sáu Mười Tám: Tài Sản Lớn Nhất Là Tử Trọng Ân</i>	451
<i>Chương Sáu Mười Chín: Tài Sản Lớn Nhất Là Tử Vô Lượng Tâm</i>	455
<i>Chương Bảy Mười: Biết Rõ Những Điều Khó Và Những Điều Không Thể Đạt Được</i>	459
<i>Chương Bảy Mười Một: Những Khảo Đảo Cũng Là Những Tài Sản Lớn Trong Tu Tập Hằng Ngày</i>	465
<i>Chương Bảy Mười Hai: Tài Sản Của Người Con Phật Là Thông Hiểu Và Trì Giữ Giới Luật</i>	471
<i>Chương Bảy Mười Ba: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Tu Tập Để Làm Người Có Trí Tuệ</i>	477
<i>Chương Bảy Mười Bốn: Người Con Phật Luôn Cảnh Giác Những Thử Thách Trên Bước Đường Tu Tập</i>	481
<i>Chương Bảy Mười Lăm: Người Con Phật Luôn Biết Để Cho Những Đóa Hoa Vô Ưu Luôn Nở Trong Ta</i>	485
<i>Chương Bảy Mười Sáu: Người Con Phật Luôn Luôn Cảnh Giác Có Một Thứ Đạo Phật Chết</i>	489
<i>Chương Bảy Mười Bảy: Người Con Phật Luôn Biết Cảnh Giác Ai Là Thiện tri Thức Và Ai Là Ác Tri Thức</i>	491
<i>Chương Bảy Mười Tám: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Không Để Mờ Mịt Về Nhân Quả</i>	495
<i>Chương Bảy Mười Chín: Người Con Phật Luôn Biết Tiết Độ Trong Cuộc Sống Và Tu Tập</i>	499
<i>Chương Tám Mười: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Không Thấy Lỗi Người</i>	501
<i>Chương Tám Mười Một: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Sống Trong Diệu Pháp</i>	503
<i>Chương Tám Mười Hai: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Lắng Nghe Lời Thuyết Pháp Của Vạn Hữu</i>	505
<i>Chương Tám Mười Ba: Người Con Phật Luôn Cố Gắng Giác Ngộ Trong Cuộc Sống Và Cuộc Tu Hằng Ngày</i>	507
<i>Chương Tám Mười Bốn: Tài Sản Không Thể Nghĩ Bàn Của Người Con Phật Theo Quan Điểm Phật Giáo</i>	517
<i>Tài Liệu Tham Khảo</i>	545

## *Lời Đầu Sách*

Khi nói đến tài sản, ở đây chúng ta muốn nói đến tài sản tinh thần mà đức Phật đã để lại cho nhân loại nói chung, và cho những người con Phật nói riêng. Hai mươi sáu thế kỷ về trước, đức Phật đã thị hiện nhằm Khai Thị cho chúng sanh Ngộ Nhập tri kiến Phật để cuối cùng cũng được giác ngộ và giải thoát như Ngài. Ngài đã để lại cho nhân loại một kho tàng đồ sộ về tri kiến cho sự giác ngộ. Đó là bộ Tam Tạng Kinh Điển: Kinh-Luật-Luận. Đây là gia tài chẳng những của chư Tăng Ni, mà còn cho người tại gia. Tuy nhiên, phải thật tình mà nói, người tại gia luôn bận rộn với nhiều gia vụ trong xã hội loạn động hôm nay, nên khó lòng mà thừa hưởng hết được cả một gia tài đồ sộ và quý báu này. Chính vì vậy mà người tại gia lúc nào cũng hết lòng hộ trì Tam Bảo, trong đó cúng dường đến chư Tăng Ni được đặt lên hàng đầu, những mong những vị này có thật nhiều thì giờ tu tập và chỉ tu tập cho đến rốt ráo mà thôi, rồi đem những gì qua tu tập mà mình có được từ cái gia tài quý báu ấy đem ra chia sẻ lại cho người tại gia. Được như vậy thì cả chư tăng Ni và người tại gia đều được lợi lạc.

Thật tình mà nói, nếu đem cả gia tài mà đức Phật đã để lại cho chúng ta ra để mà nói, e rằng quãng thời gian của một đời người chắc không thể nào nói hết cho được. Chính vì vậy mà dẫu biết rằng ngày nay đã có quá nhiều sách viết Phật giáo, tác giả cũng xin mạo muội ghi lại một số tài sản lớn tiêu biểu trong quyển sách nhỏ mà theo thiển ý thì đây là Tài Sản Lớn Nhất Đời Người. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy loại tài sản của các bậc Thánh, đó là: tín tài, giới tài, tâm tài, quý tài, văn tài, thí tài và huệ tài. Tín tài là đức tin nơi chân lý nhân quả. Giới tài là tin tấn tấn làm những điều tốt lành cho mình và tha nhân. Tâm quý tài là biết hổ với bên ngoài và thẹn với bên trong. Văn tài là học nhiều và hiểu rộng giáo pháp nhà Phật. Thí tài là biết lấy của cải, quần áo, thức ăn, ruộng nương, nhà cửa, châu báu mà bố thí. Tài thí là thí của cải vật chất như thực phẩm, quà cáp, vãn vãn. Tài thí bao gồm nội thí và ngoại thí. Ngoại thí là bố thí kinh thành, của báu, vợ con... Nội thí là Bồ Tát có thể cho cả thân thể, đầu, mắt, tay chân, da thịt và máu xương của mình cho người xin. Tuệ tài là sức mạnh của trí năng (sức mạnh của trí tuệ), dựa vào chân lý Tứ Diệu Đế dẫn đến nhận thức đúng và giải thoát.

Phật tử thuần thành, nhất là người tại gia, nên luôn nhớ rằng không có loài hữu tình nào, vì được tài sản thành tựu mà được sanh lên thiện thú hay Thiên giới. Chính vì vậy mà chúng ta ai lại chẳng muốn chọn cho mình một cuộc sống hưởng thụ và cuộc tu tự tại với đầy đủ bảy thứ tài sản của các bậc Thánh, nhưng trong xã hội văn minh vật chất hôm nay có lắm người chỉ biết cái thế trí biện thông để nói chứ không chịu làm. Bao nhiêu kinh Phật họ cũng đều đọc hết, nhưng đọc để chơi cho vui qua ngày tháng chứ không phải đọc để thấu lý rồi từ đó y nương theo mà tu hành. Kỳ thật, những hạng ấy tính tình cao ngạo hơn trời, nhưng âm chất lại mỏng thua tờ giấy quyến. Xã hội hôm nay sở dĩ phải đắm chìm trong xáo trộn cũng tại vì những con người sống say chết mộng, nói hay làm dở vậy. Những hạng này lúc nào cũng biện giải hý luận, lúc nào cũng dương dương tự đắc và luôn cho những lý luận của mình là siêu phàm nhập Thánh. Kỳ thật, ngay cả những việc thật bình thường và tối thiểu của một người con Phật như ngũ giới, họ vẫn chưa giữ được và cũng chưa hề có ý định trì giữ những giới này bao giờ. Bệnh ba hoa chích chòe, ăn nói khoác lác đã trở thành thông bệnh cho rất nhiều Phật tử hôm nay. Chính vì nhìn thấy và đoán biết tâm địa của chúng sanh trong thời mạt pháp nên Đức Từ Phụ đã dạy trong Kinh Tuệ Giác: “Tất cả các pháp đều vô thường, đau khổ và vô ngã. Con đường diễn biến từ quá khứ đến hiện tại chính là nguồn gốc của sanh, lão, bệnh, tử. Tất cả những đau khổ này đều do tâm si mê u muội của những con người cao ngạo, suốt đời chỉ biết có nhàn đàm hý luận, chỉ biết nói chứ chưa bao giờ biết làm.”

Thật tình mà nói, Phật và chúng sanh đã từng một thời có cùng một bản tánh, nhưng Phật đã thành Phật, còn chúng sanh vẫn lặn ngụp, lăn trôi trong tam đồ lục đạo. Một thuở một kiếp nào đó, Phật Tổ cũng lang thang trong ba nẻo sáu đường, nhưng những cảnh sanh, lão, bệnh, tử bên ngoài thành Ca Tỳ La Vệ đã là những cú sốc mạnh làm động não tâm tư của một chúng sanh mong muốn vươn lên làm Phật. Sau khi giác ngộ và giải thoát, Phật Tổ đã khẳng định: “An vui không thể có trong dục lạc vì dục lạc là nguồn gốc của mọi khổ đau phiền não và lo âu. Không có bất cứ thứ gì trong cõi Diêm Phù Đề này có thể thỏa mãn được lòng tham dục của con người.” Lời dạy dỗ của Thế Tôn vẫn còn như vang vọng đâu đây, nhưng hãy suy gẫm lại đi hỡi những người con Phật! Hãy tự hỏi lòng mình xem coi tại sao Thế Tôn đã thành Phật gần 26 thế kỷ rồi, mà mình vẫn còn lặn ngụp lăn trôi. Hôm nay có cơ

duyên làm người, nhưng chưa biết ngày mai sẽ phải làm con gì? Con trùng, con dế, hay con trâu, con bò, con heo? Tại sao một thời Thế Tôn cũng nghiệp duyên trĩu nặng, thế mà giờ này Ngài đang ngự trị nơi Niết Bàn tịch tịch, còn chúng ta vẫn tiếp tục sống trong mê mờ. Trong các kinh điển Phật, Đức Từ Phụ đã dạy quá rõ ràng về cuộc sống an vui hạnh phúc và cuộc tu tự tại giải thoát. Chúng sanh, như là con người cứ mãi trầm thống khổ đau vì những nhận thức sai lầm, từ đó chúng ta cam tâm nhận giả làm chơn, nhận tà làm chánh, nhận ác làm thiện, nhận vô thường giả tạm làm chơn như vĩnh hằng chính vì vậy mà những sự việc xảy ra trên đời, có người lấy làm vui thích, có người lại không tán thán. Lại có những việc có người cho là khổ trong khi người khác lại vui vẻ thực hành. Chẳng hạn như có người cho rằng chạy lạt khó nuốt và giới luật khó giữ, trong khi có người thì luôn trường trai giữ giới. Ai muốn nghĩ sao thì cứ nghĩ, nhưng với người con Phật, những lời dạy dỗ của Thế Tôn luôn là kim chỉ nam cho cuộc sống an vui hạnh phúc và cuộc tu giải thoát, không thể nghĩ bàn. Trong Kinh Hạnh Phúc, Đức Phật dạy: “Những tham cầu thỏa mãn sở thích nhất thời chỉ là những nhân của khổ đau phiền não về sau này mà thôi.” Người con Phật muốn sống an vui hạnh phúc phải luôn tu tỉnh, phải luôn sống lương thiện, không làm việc ác, phải lấy cái vui của người làm cái vui của mình, luôn sống phù hợp với đạo lý xã hội. Người con Phật nên luôn nhớ rằng cuộc sống an vui hạnh phúc của mình liên quan mật thiết với sự an vui và hạnh phúc của người, vì muốn được an vui hạnh phúc mà gây khổ đau phiền não cho người là chuyện nghịch lý. Nếu mình không muốn ai trộm cắp của mình thì mình đừng trộm cắp của ai. Nếu mình không muốn ai sân hận với mình thì mình đừng sân hận với ai. Nếu mình không muốn ai làm tổn hại mình thì mình đừng làm tổn hại ai. Chính vì không muốn sát sanh hại vật mà người Phật tử ăn chay. Trong Kinh A Hàm, Đức Phật dạy: “Ly dục để sanh hỷ lạc là tâm ý của người thoát tục” nghĩa là nếu tránh xa được ngũ dục trần thế (sắc, thanh, hương, vị, xúc) hay tài sắc danh thực thùý sẽ có được cái vui của người thoát tục. Cuộc sống an vui và hạnh phúc của người con Phật là cuộc sống sáng suốt chứ không si mê theo thường tình thế tục. Con người ấy luôn tự phản tỉnh, luôn thấy rõ từng tâm niệm của mình, niệm tham, niệm sân, niệm tà kiến vừa khởi lên liền biết nên không chạy theo. Người có cuộc sống an vui và hạnh phúc luôn tự thắng mình, luôn thắng những tham, sân, si, mạn, nghi, tà

kiến, ác kiến, luôn được an ổn và có mối quan hệ vui vẻ với tha nhân. Con người ấy luôn tỉnh thức từng giây từng phút. Con người ấy luôn biết rằng nếu không khéo trong cuộc sống hằng ngày thì phiền não và vô minh sẽ khống chế và tăng trưởng, mà một khi phiền não vô minh tăng trưởng thì khổ đau trầm thống sẽ liền theo sau như bóng theo hình. Hơn thế nữa, con người ấy luôn lấy an vui hạnh phúc của người làm an vui và hạnh phúc của chính mình, luôn làm lợi ích cho tha nhân, luôn khuyên nhủ người khác với những giáo lý sống tu tuyệt vời của nhà Phật. Người có cuộc sống an vui hạnh phúc luôn làm con Phật chứ không làm những tên cùng tử quên mất kho báu nhà mình, lang thang phiêu bạt trong nghèo cùng rách rưới. Đức Phật đã dạy quá rõ ràng ai trong chúng ta cũng đều có sẵn một ông Phật, nhưng khổ nỗi vì bị vô minh trấn áp nên chúng ta quên mất ông Phật ấy để chạy theo vọng tưởng rồi tạo hết nghiệp này đến nghiệp khác để cứ mãi trầm luân trong ba nẻo sáu đường. Người con Phật muốn sống an vui và hạnh phúc phải nghe theo lời Phật dạy, phải biết vọng tưởng là không thật nhưng lại có khả năng dẫn mình đi mãi trong luân hồi sanh tử và khổ đau phiền não, vì vậy mà từ nay quyết định quay về sống với ông Phật nơi chính mình chứ không tiếp tục đuổi hình bắt bóng nữa. Người con Phật hãy lắng lòng suy gẫm và hành trì những lời Phật dạy trong cuộc sống cuộc tu hằng ngày để thấy rằng sống tu theo đạo Phật thật đơn giản và bình dị như Phật Tổ năm xưa. Giáo lý nhà Phật chưa bao giờ dạy ai trốn chạy những vô thường và khổ đau phiền não. Phật đã dạy rõ ràng rằng tu theo Phật là đem thân tâm mà dung nhiếp và thanh lọc khổ đau. Phật không tự xưng là toàn năng để bắt ép ai phải theo Ngài để được Ngài ban cho cuộc sống an lành hạnh phúc. Tuy nhiên, từ vô lượng kiếp chúng sanh đã lăn trôi trong vô lượng phiền não ràng buộc làm cho cuộc sống ngày càng trở nên khốn đốn và khổ não hơn. Lại không có duyên lành và phước đức nên lúc nào cũng quay cuồng trong cơn “túy sanh mộng tử.” Thế nên muốn cầu an vui hạnh phúc trong cuộc sống, hay tự tại giải thoát trong cuộc tu, con đường tu Phật là con đường độc đạo. Thế nhưng ngay cả những người tự xưng là con Phật, lại lắm khi đi ngược lại những lời Phật dạy. Thay vì dung nhiếp và thanh lọc khổ đau phiền não thì chúng ta lại u mê trốn chạy chúng. Thay vì chấp nhận tha nhân với những dị biệt để cùng nhau sống tu hài hòa thì chúng ta lại chống báng lẫn nhau. Người con Phật hãy lắng lòng nghe lời Phật dạy: “Muốn sống an vui hạnh phúc, muốn tu giải



thoát, từ bi hỷ xả, nhu hòa nhẫn nhục, và khiêm cung từ tốn là những bước đi vững chắc cho mọi người. Lấy nhu hòa điều phục cường bạo, lấy nhẫn nhục đối đãi kẻ sân hận, lấy khiêm cung từ tốn đáp lại những kẻ cống cao ngã mạn, lấy quảng tâm bố thí trao cho những kẻ tham lam bòn sẻn, lấy từ bi trao cho kẻ cùng hung cực ác, lấy hỷ xả đáp lại người câu chấp định kiến.” Người con Phật phải luôn nhớ như vậy để luôn cần tu nghiệp lành chứ không để cho việc đời lôi cuốn và thời gian luống qua, chợt khi gió vô thường thổi qua, hối tiếc cũng không còn kịp nữa. Nên nhớ rằng tất cả tội phước trên đời này đều do chính tâm này tạo ra, như vậy an lạc hạnh phúc hay khổ đau phiền não cũng do chính tâm này mang lại. Thế nên người con Phật lúc nào cũng phải cẩn trọng, lúc nào cũng phải tỉnh thức trong chánh niệm chứ không thể một giây một phút để duôi, hoặc học được một ít, thiền được vài cử, tụng được vài biến kinh, trì được đôi câu chú đã vội cho là đủ, rồi rong ruổi đó đây đem phàm tâm loạn tưởng ra nhân đàm hý luận. Làm như vậy chẳng những cuộc sống hiện tại không an vui hạnh phúc, mà coi chừng trạm dừng chân kế tiếp sẽ phải là thiết vi hay vô gián địa ngục nữa là khác.

Dẫu biết đời là bể khổ với đủ đầy vui, buồn, thương, ghét, mong ham, mừng giận; tuy nhiên, nếu chúng ta biết quay lại với chính mình mà sống thật tỉnh thức thì tất cả mọi hệ lụy của thất tình lục dục sẽ bị triệt tiêu, chúng đến chúng đi không còn là những rai rức đối với chúng ta nữa. Người con Phật phải luôn nhớ những lời di huấn cuối cùng của Phật Tổ: “Không có sự giải thoát nào, không có sự thanh lọc nào có thể thực hiện được nếu không cố gắng tự tâm tự thân. Con đường khả dĩ đi đến giác ngộ là tự xoay lại với chính mình, tự kiểm soát những hành vi hằng ngày của chính mình, tự thanh lọc những uế trước trong tâm ý của chính mình.” Nói gì thì nói, căn bản và cốt lõi của người tu Phật muốn an vui hạnh phúc lúc tại gia, hoặc tự tại giải thoát lúc xuất gia vẫn là “chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành, tự tịnh kỳ ý.” Nếu nói thế thì có người sẽ cho rằng đây là sơ cơ tu thấp. Vâng! Người con Phật đừng nói đừng rằng, hãy quay ngay về chỗ “sơ cơ tu thấp” này mà tu rồi sẽ thấy. Con đường dẫn tới an vui hạnh phúc và an nhiên tự tại phải là con đường quay về chiến đấu với chính mình. Chính Đức Từ Phụ đã khẳng định: “Chiến thắng vạn quân không bằng tự chiến thắng mình. Tự chiến thắng chính mình mới là chiến công vẻ vang oanh liệt nhất.” Những con người “túy sanh mộng tử” đang đi trong vô minh với

chất chống những “nhàn đàm hý luận,” hãy quay về soi rọi lại chính mình. Luôn nhớ rằng Phật khai sinh ra những giáo lý nhà Phật không nhằm mục đích nhàn đàm hý luận. Giáo lý ấy sẽ không được gọi là thâm thâm vì diệu nếu không được đem ra phục vụ cho cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc, cũng như cuộc tu an nhiên tự tại và giải thoát. Chúng ta không bác bỏ những hình thức bề ngoài như lễ bái, chùa chiền vì tất cả đều là tài sản của chúng ta; tuy nhiên, di huấn cuối cùng của Đức Từ Phụ vẫn là “hãy tự mình đốt đuốc lên mà đi, hãy quay về nương tựa nơi chính mình nếu muốn sống hạnh phúc và tu giải thoát.” Trước khi nhập diệt, Đức Thế Tôn đã ân cần vạch rõ cho hàng hậu bối thấy rõ rằng mọi loài chúng sanh đều có khả năng kiến tạo cho mình một ánh đuốc rực rỡ để lúc nào cũng đi được trên con đường an vui hạnh phúc. Người con Phật chớ than muốn đi trên con đường an vui hạnh phúc phải luôn trang bị cho mình một ánh đuốc, nếu ánh đuốc ấy chưa có khả năng giúp ta trực chỉ Tây Phương Cực Lạc hay Phật quốc, thì ít ra nhờ ánh đuốc ấy mà chúng ta thấy được những trầm thống khổ đau và phiền não của các cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và a tu la, để từ đó tinh tấn tu hành sao cho ít nhất trong đời kế tiếp được trở lại làm người mà tiếp tục tiến tu. Người con Phật nên luôn nhớ rằng dù tu pháp môn nào, dù Thiền, Tịnh, Mật hay Luật tất cả chỉ là phương tiện giúp ta tịnh lự để có khả năng phản quang tự kỷ, từ đó thấy mình đang vướng gì và mình cần tu những gì để có thể vượt thoát khỏi những vướng mắc này, để rồi cuối cùng đi được trên con đường “an vui hạnh phúc” để một ngày không xa nào đó có khả năng nắm tay chư Phật thông dong trên đường giải thoát. Người con Phật phải luôn cẩn trọng ở điểm này để không vướng mắc vào những phương tiện mà Phật đã đặt ra cho chúng ta tu hành. Tất cả các pháp môn chỉ là phương tiện chứ không phải là cứu cánh. Cứu cánh của hàng xuất gia là thành Phật, còn cứu cánh của hàng tại gia là phải thanh thoi đi về trên đường “an vui và hạnh phúc.” Ngay cả “đầu tròn áo vuông” cũng chỉ là phương tiện bề ngoài không hơn không kém. Ngày xưa có những bậc sa môn “đầu bù tóc rối với râu ria xồm xoàm” như Tổ Bồ Đề Đạt Ma, thế mà Ngài vẫn được vua Lương Võ Đế và mọi người tôn kính. Ở đây không phê bình hay biện giải về Thiền, niệm Phật hay mật chú, xuất gia hay tại gia, vì tất cả đều là phương tiện, ai có cơ duyên với pháp môn nào thì tu theo pháp môn đó, chớ đừng niệm được vài câu lục tự Di Đà lại vội chê người tu thiền, tu mật

hay tu Luật. Nên nhớ tất cả những thứ này chỉ có một công dụng duy nhất là giúp cho chúng ta tỉnh lặng hay lắng đọng tất cả những cặn cẩu để từ đó phản quang tự kỷ thấy coi mình vướng gì và cần tu những gì để sống an vui hạnh phúc và tu giải thoát. Tất cả những pháp môn cũng giống như những chiếc bè, ai muốn dùng loại bè nào cứ dùng, nhưng đừng cố chấp vào chiếc bè mà quên mất cứu cánh, thậm chí lắm khi còn khởi sanh ngã mạn cống cao rồi biến thành khinh sư chê đạo, hay vô tình hủy báng giáo pháp cao thượng mà mình đang theo đuổi. Người con Phật nên luôn nhớ rằng chìa khóa chính cho người con Phật mở cửa đi vào cuộc sống an vui hạnh phúc và cuộc tu an nhiên tự tại là sống tu tỉnh thức trong luật “nhơn quả.” Đã sanh ra làm chúng sanh, dù là người hay là thú, mình sẽ phải gặt hái hậu quả của những gì mà mình đã gieo, không có ngoại lệ. Chính vì thế mà Đức Thế Tôn hằng khuyến tấn người tại gia phải ráng giữ tam quy ngũ giới, hoặc hành trì thập thiện. Phật đã dạy trong Kinh Ưu Bà Tắc Giới rằng: “Thiện nam tín nữ chỉ cần quay lưng lại với sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và những chất cay độc thì cuộc sống phải là an vui và hạnh phúc.” Người tại gia nên luôn nhớ rằng vì phước mỏng, nghiệp nhiều, duyên thiếu, nên đời kiếp này dù được làm người nhưng vẫn chưa được cơ may xuất trần trọn vẹn, thế nên chúng ta phải dụng công tu tâm dưỡng tánh, phải y nương theo bốn trạng thái cao thượng (từ bi hỷ xả) mà Đức Từ Phụ đã truyền trao, phải nhiếp tâm tu trì công đức, phước đức để hóa giải dần những ác nghiệp đã tạo gieo từ vô lượng kiếp. Để nếu chưa đủ thiện duyên xuất gia thoát trần trong kiếp này thì vẫn được tái sanh làm một con người trọn lành trong kiếp lai sanh mà tiếp tục tiến tu. Trước khi làm bất cứ chuyện gì phải nên nghĩ đến hậu quả của nó, phải luôn mang bốn cái tâm lớn mà Phật đã trao truyền vào cuộc sống cuộc tu hằng ngày của mình và của người, luôn ban vui cho tha nhân bằng tình thương tỏa rộng không phân biệt, luôn tìm cách cứu khổ cũng như làm vơi đi những nỗi phiền của tha nhân, thấy ai đói thì giúp miếng ăn, thấy ai khát thì giúp cho thức uống, thấy ai lạnh thì giúp cho manh quần tấm áo, thấy ai lo lắng sợ hãi bèn phát tâm an ủi vỗ về. An vui và hạnh phúc thật sự của con người vẫn là cái tâm hoan hỷ, hoan hỷ khi gặp được người tốt, hoan hỷ khi gặp được chơn sư lương hữu, hoan hỷ khi gặp được chánh pháp. Ngoài ra, an vui và hạnh phúc là những người có tâm rữ bỏ tất cả những phiền trước của trần thế, tâm người ấy không chấp trước, thân không giữ riêng cho mình bất cứ thứ

gì. Người con Phật hãy ráng làm người không nhiễm trước, không nhiễm trước cả thân lẫn tâm; chấm dứt mọi hệ lụy của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Có người cho rằng đạo lý nhà Phật vượt ngoài khả năng thành đạt của con người. Vâng! Sự suy nghĩ như vậy cũng phải, nhưng chỉ phải với những con người không chịu phấn đấu, những con người đầu hàng hoàn cảnh, rồi từ đó tự phó thác mình cho những lý luận mù quáng, tự phó thác mình cho cái mà mình chưa bao giờ biết, chưa bao giờ thấy, để rồi buông tay nhắm mắt tận hưởng những thú vui trần tục.

Tóm lại, tất cả những ai có cơ duyên thừa hưởng được tài sản mà đức Phật đã để lại cũng đều có cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Những người này luôn bỏ ác làm thiện; ở thân không sát sanh, trộm cắp, tà dâm; ở khẩu không nói dối, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời độc ác hay thêu dệt; ở ý thì không tham lam, không sân hận, không si mê, tà kiến, biên kiến. Tuyệt đối không sa hầm vướng bẫy của bọn ma trời “nhàn đàm hý luận,” nói hay làm dở, quyết không đến chùa với tâm ngã mạn cống cao. Người muốn đi trên con đường an vui và hạnh phúc nên luôn nhớ rằng đạo Phật và những giáo lý tuyệt vời của nhà Phật là để sống để tu chứ không phải để nhàn đàm hý luận. Người con Phật nên luôn nhớ hễ ai làm chủ được tâm mình lúc sống thì lúc mạng chung cũng sẽ làm chủ được tâm mình. Bên cạnh đó, cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc của người con Phật không thể thiếu vắng ân tình hiếu hạnh, ân cha, nghĩa mẹ, công thầy, và ân chúng sanh mọi loài. Người con Phật chơn thuần chí tâm chí thành tu tập sẽ không dừng lại ở cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc; không dừng lại ở ngũ giới, thập thiện, cũng không dừng lại ở những ân tình hiếu hạnh. Người con Phật phải nhận rõ chân tướng của khổ đau phiền não để dung nhiếp, thanh lọc và biến chúng thành những ao sen ngát hương ngay trong cõi Ta Bà này. Chúng ta phải thấy cho được bộ mặt thật của vô minh, mắc xích căn bản dẫn tới hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, hữu, thủ, sinh, lão, tử. Vì vô minh mà chúng ta cho rằng những đối đãi giữa tâm và cảnh là thật, rồi từ đó sanh ra ưa ghét, từ ưa ghét dẫn đến muốn có và muốn bỏ, do tâm muốn có muốn bỏ này mà chúng ta cho rằng vạn vật hằng hữu (vật có, thân có, cảnh có và có mãi mãi), do chấp hữu này mà chúng ta sanh ra, gây tội tạo nghiệp và tiếp tục lăn trôi. Người con Phật phải thấy vạn hữu đều do duyên hợp duyên tan, chứ không hằng hữu. Thấy để không chấp chặt

cũng như vướng mắc, hay sa hãm vướng bẫy vào vạn hữu. Tiến trình từ người lên Phật hầy còn dài, nhưng khởi đầu không thể thiếu được trong tiến trình ấy của người con Phật phải là cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Mười phương ba đời chư Phật đều phải khởi điểm từ đây, chúng ta sẽ không có ngoại lệ. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã dạy tứ chúng về cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc như thế này: “Cho dù sống lâu cả ngàn năm mà thiếu đạo đức từ bi, sống mà không biết học hỏi để phân định chánh tà, không tu tâm cầu tiến, cuộc sống đó không được gọi là hạnh phúc thật sự.” Mục đích tối thượng của người tu Phật là giác ngộ giải thoát, tuy nhiên chính Đức Phật đã khẳng định: “Không có giải thoát trong cuộc sống không an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.” Trong Kinh Ưu Bà Tắc Giới, Đức Phật đã dạy hai chúng tại gia rằng: “Mục đích trước mắt của hai chúng tại gia là an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Tuy nhiên, không phải gom góp tiền của danh vị cho nhiều cho cao là hạnh phúc. Hạnh phúc chân thật của con người là con người ấy biết đem tâm lượng từ bi hỷ xả chan hòa vào tha nhân. Hạnh phúc chân thật là kính tin nơi nhân quả luân hồi tội phước. Hạnh phúc chân thật là biết lấy giáo pháp để gột rửa tâm hồn.” Người con Phật phải lắng lòng suy gẫm những lời Phật dạy ngay từ bây giờ để chấm dứt bước đường rong ruổi, chấm dứt những ham muốn truy cầu, chấm dứt những đuối hình bất bóng ngay từ bây giờ.

Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng mục đích của người tu Phật là tự giác, nghĩa là tự giác là tự quán sát bằng cái trí của chính mình chứ không dựa vào kẻ khác; giác tha (sau khi tự mình đã giác ngộ lại thuyết pháp để giác ngộ cho người khác, khiến họ được khai ngộ và giúp họ rời bỏ mọi mê lầm và khổ não trong vòng luân hồi) rồi cuối cùng mới đi đến giác hạnh viên mãn, thoát ra khỏi vòng luân hồi sanh tử, đó chính là Niết Bàn đạt được ngay trong kiếp này. Cuộc hành trình từ người lên Phật còn đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Chính vì thế mà mặc dù hiện tại đã có quá nhiều sách viết về Phật giáo, tôi cũng mạo muội biên soạn tập sách “Tài Sản Của Người Con Phật Theo Quan Điểm Phật Giáo” nhằm phổ biến giáo lý nhà Phật cho Phật tử ở mọi trình độ, đặc biệt là những người sơ cơ. Những mong sự đóng góp nhoi nầy sẽ mang lại lợi lạc cho những ai mong cầu có được cuộc sống an bình, tỉnh thức và hạnh phúc. Quý vị ơi! Thời gian thấm thoát thoi đưa, thoáng một cái là chúng ta đã già, tóc bạc, da nhăn, răng long, gối mỏi. Thoáng một cái mà thân phận bèo giạt hoa trôi nầy

tan rữa, không lẽ chúng ta cứ mãi rảo bước làm khách phong trần?  
Không đâu những người con Phật! Mong cho ai nấy cùng mạnh dạn lên  
đường ngay từ bây giờ!

Thiện Phúc

## *Chương Một*

### *Biết Sống Với Chân Lý Là Tài Sản Lớn Nhất Của Người Phật Tử*

Chơn lý là cái gì tuyệt đối và đúng mãi với thời gian vì thế ngôn ngữ và văn tự tạm bợ của thế gian sẽ không bao giờ chuyên chở được chơn lý. Dù có nói gì hay viết gì, không ai trong chúng ta có thể phơi bày được chơn lý đâu. Duy chỉ có biết sống với chân lý mới là tài sản lớn nhất của người tu Phật. Chính vì thế mà trong thời Phật còn tại thế Ngài đã nhiều lần khuyên tứ chúng nên nhớ lấy lời khuyên dạy của Ngài mà tu hành hơn là ghi chép vào lá bối rồi trân trọng cất giữ. Tuy nhiên, trong cõi trần giả tạm này nếu cứ mãi một bề chấp chặt như vậy thì làm sao chúng ta có thể cùng nhau chia xẻ những điều hay trong lẽ đạo. Chơn lý đối với các học giả hay thuyết giả có thể là những gì cao xa khó hiểu, khó nắm bắt, nhưng chơn lý đối với những người con Phật cầu tu cầu giải thoát chỉ là những nguyên lý sống tu đơn giản. Người con Phật chơn thuần chỉ cần sống tu triệt để với những nguyên lý đó tức là đã tìm được chơn lý giải thoát rồi vậy. Chơn lý thứ nhất của người con Phật chơn thuần là sự bố thí thù thắng, bố thí mà không còn thấy ai nhận ai cho, bố thí từ tài vật, lời nói, những lời hay trong lẽ đạo, đến những lý lẽ làm cho người bớt khiếp sợ hay không còn khiếp sợ nữa. Thật tình mà nói, chỉ có các bậc “nhất thế trí” hay Bồ Tát mới làm được việc này vì nó là giống của giác ngộ, nó có công năng kết thành quả đại giác. Ngoài ra, chơn lý bố thí này còn là con đường đưa đến quả báo an lạc xuất thế. Bố thí vô tướng như vậy là bố thí thù thắng và bất khả tư nghì từ tính mạng đến tài sản, chỗ nào cũng cho, lúc nào cũng cho, ai cũng cho bất kể thân sơ bạn thù, luôn bố thí với cái tâm bất động. Chơn lý thứ hai của người con Phật hành trì giới luật không thối chuyển vì những giới luật mà Phật Tổ đã đặt ra cho cả hàng xuất gia lẫn tại gia là không thể nghĩ bàn. Trong Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật dạy: “Giới luật là vô thượng Bồ Đề,” kinh Niết Bàn, Đức Thế Tôn bảo: “Giới là nấc thang leo đến tận cùng của lẽ thiện, và nó cũng là nền tảng cho tất cả lẽ thiện.” Trong Kinh Di Giáo, Đức Phật lại khẳng định: “Giới luật chính là vị đạo sư sáng suốt nhất.” Đa phần các tông phái chủ trương hiểu rõ rồi mới tu tập, nhưng với giới luật Phật thì khác, đừng hỏi đừng rằng mà hãy thâm thâm trì giới một cách nghiêm

chính đi rồi sẽ thấy thân này doan chính, và tâm này định tĩnh thanh tịnh như thế nào. Giới luật nhà Phật cũng giống như bánh lái tàu hay tay lái xe, nếu không giữ giới luật mà nói tu hành thì chẳng khác nào như những con tàu hay những chiếc xe không bánh lái. Dù thượng căn thượng trí mà không chịu trì giữ giới luật thì không sớm cũng muộn sẽ rơi vào vòng tay của lũ Ba Tuần. Ngược lại, kẻ hạ trí độn căn mà chịu tinh nghiêm trì giữ thì con đường về đất Phật sẽ không còn xa nữa. Cho nên bám chặt vào giới luật, ngay cả bám chặt vào mô hình thức phiên toái là bám chặt vào Vô Thượng Bồ Đề, là bám chặt vào vị đạo sư sáng suốt để leo đến tận cùng của lẽ thiện mà Phật tử, như là những đứa con tại gia nên bám vào. Trong thời cận đại, khi Thiên Tông phát triển mạnh, có rất nhiều người hiểu lầm về cả Thiên lẫn luật nên họ chê rằng giới luật Phật giáo phiền phức và không thích hợp. Họ cho rằng chỉ cần “thiền” một mạch là có thể “kiến tánh thành Phật,” nên lắm khi họ cứ “thiền” mà không biết mình đang thiền cái gì. Xin nhắc lại, Thiền, Tịnh, Mật chỉ là những phương tiện mà Phật chế ra cho hàng đệ tử của Ngài “tự tịnh kỳ ý” chứ không phải là cứu cánh thành Phật. Muốn thành Phật phải giải thoát hết thảy mọi khổ đau, phiền não của trần thế. Dù sao thì giới luật nhà Phật là rất cần thiết để ngăn ngừa tội lỗi. Chính Đức Phật là một bậc đã đạt đến mức độ cuối cùng của thiền định, bậc đã nhìn thấy được chiều hướng của tâm lý nên Ngài đã đặt ra giới luật cho đệ tử của Ngài ngăn đón những cơn gió độc của trần thế. Người con Phật hậu bối phải trân quý những giới luật của Thế Tôn như một chơn lý sống tu tuyệt vời. Chơn lý thứ ba của người con Phật là nhẫn nhục. Theo đạo Phật, nhẫn là nhịn, là chịu đựng về cả ba mặt thân khẩu ý. Nhục là sự sỉ nhục hay xấu hổ. Nhẫn nhục là nhịn hay chịu đựng sự sỉ nhục hay xấu hổ về cả ba mặt thân, khẩu và ý. Nếu chúng ta chỉ nhẫn nơi thân và khẩu còn ý thì vẫn thâm thâm oán hận thì đó không phải là thứ nhẫn nhục mà Đức Phật muốn nói. Nhẫn nhục theo ý Phật là phải thân nhẫn, khẩu nhẫn và ý nhẫn, nghĩa là nơi thân không tỏ thái độ hay cử chỉ chống đối dù phải cam chịu khổ đau; nơi miệng không thốt ra lời độc ác; còn nơi ý thì phải luôn bình thản. Người con Phật phải tu tập nhẫn nhục sao cho không còn thấy ai làm mình khổ nhục. Ngược lại, luôn thấy thương cho mọi loài vì bị vô minh khống chế mà không thể nào nhẫn nhục được. Làm được như vậy mới xứng đáng là một con người biết sống với chơn lý. Ngoài ra, người có khả năng nhẫn nhục cao độ sẽ làm cho tha nhân cảm mến quý trọng vì



dáng vẻ hiền hòa, lời nói hòa dịu và tâm trí luôn sáng suốt. Thân tâm con người ấy luôn khinh an hỷ lạc và cuộc sống luôn an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Trong gia đình, con người ấy luôn là mẫu mực làm gương cho mọi người; ngoài xã hội, con người ấy đi đâu đến đâu cũng kết tụ Bồ Đề quyến thuộc; trong cuộc tu hành giải thoát, con người ấy lúc nào cũng có khả năng trưởng dưỡng chủng tử Phật vì lúc nào con người ấy cũng vận dụng lòng từ bi hỷ xả, ánh sáng trí tuệ và tánh bình đẳng với mọi loài chúng sanh. Lúc còn tại thế, Đức Thế Tôn đã nêu cao gương nhẫn nhục khi bị Đề Bà Đạt Đa nhiều lần quấy phá như thả voi dữ và lăn đá từ trên núi cao xuống, dù bị thương nơi chân nhưng Thế Tôn không tỏ ra một chút bực tức. Có lần ngoại đạo sai một người đàn bà đến mắng chửi Thế Tôn hết ngày này sang ngày khác, ngày nào cũng vậy, Thế Tôn cũng luôn giữ vẻ điềm nhiên, chẳng những thế hễ đến trưa là Ngài sai tôn giả A Nan dọn cơm cho chị ấy dùng, vì Ngài sợ chị đói. Đến ngày thứ bảy, Thế Tôn kêu chị đàn bà ấy lại và hỏi: “Này chị! Nếu chị đem cho ai món gì mà người ta không chịu lấy thì chị phải làm sao?” Chị ngoại đạo trả lời: “Thì tôi đem về.” Thế Tôn bèn đáp lại: “Ồ đây cũng vậy, ta không nhận những lời nhục mạ của chị, thôi chị hãy đem về đi.” Sở dĩ Thế Tôn hành xử như vậy vì hơn ai hết, Ngài là bậc biết sống với chơn lý trong từng giây từng phút. Hơn nữa, nếu chúng ta không chịu nhẫn nhục mà để cho sân hận tự do phát triển thì công đức ngàn đời tu tập của chúng ta sẽ bị thiêu rụi. Người biết sống với chơn lý “nhẫn nhục” không phải để được đời ca tụng hay tán thán, cũng phải vì sợ sệt trước uy quyền của ai, cũng không mong được ai ban thưởng, cũng không phải vì yếu hèn buông xuôi hay đầu hàng hoàn cảnh. Con người ấy không nhẫn vì những lý do tham dục cho vị kỷ, mà nhẫn nhục với một mục đích duy nhất là “thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh.” Chơn lý sống kế tiếp là “tinh tấn.” Tinh tấn theo nhà Phật là siêng năng tu tập, siêng năng làm những việc thiện lành, siêng năng đoạn tận ác nghiệp, cũng như siêng năng thanh lọc thân khẩu ý. Người biết sống với chơn lý “tinh tấn” là người luôn hăng hái tu tâm dưỡng tánh, luôn thấy lỗi mình chứ không thấy lỗi người, luôn phát tâm trừ bỏ ác hạnh và phát triển thiện hạnh. Con người ấy luôn tinh tấn ngăn ngừa những điều ác chưa sanh, luôn tinh tấn dứt trừ những điều ác đã sanh, luôn tinh tấn làm phát sanh những điều lành chưa sanh và tiếp tục phát triển những điều lành đã sanh. Chơn lý sống kế tiếp là “thiền định.” Chữ thiền là do chữ Phạn

“Dhyana” và chữ Hán là “Thiền Na” mà ra. Thiền định có nghĩa là tịnh lự, nghĩa là để tâm vắng lặng chứ không khởi lên các vọng tưởng, mà chỉ tập trung tư tưởng vào một niệm hay một cảnh duy nhất chứ không cho nó tán loạn, nhờ đó mà tâm thể vắng lặng, tâm dụng được sáng tỏ, cũng nhờ đó mà khả năng quán sát và suy nghiệm chơn lý cao hơn. Người biết sống với chơn lý “thiền định” là người luôn phá trừ mây mờ vô minh, nhờ đó mà tâm trí luôn sáng suốt, luôn minh tâm kiến tánh. Trong cuộc sống hằng ngày, nhứt là cuộc sống của những đứa con tại gia, thực tập thiền định không phải là chuyện dễ vì phải bận bịu với đủ mọi thứ. Người con Phật muốn được sống với chơn lý “thiền định” phải bằng mọi cách tự sắp xếp thì giờ để tìm đến một minh sư hay thiện hữu tri thức nhờ dẫn dắt và phải mất nhiều công phu cũng như thì giờ mới mong tu luyện thiền tập có được kết quả. Dù khó khăn gian khổ thế mấy mà Phật đã làm được, chúng ta quyết chí theo chân Ngài. Tuy nhiên, người con Phật biết sống với chơn lý “thiền định” luôn nhớ rằng không vì ưa cõi trên chán cõi dưới mà tu thiền, không chỉ vì chấp vào cái “ngã không” mà tu thiền, cũng không vì chấp vào “ngã không, pháp không” mà tu thiền. Con người ấy luôn biết xưa nay tánh này vốn thanh tịnh mà quay trở vào phản quang tự kỷ để tu tập, nếu chưa trở về được với tâm tánh thanh tịnh của các Đức Như Lai thì ít ra con người ấy cũng luôn phát được đại hạnh đại nguyện “thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh.” Trong Trường Bộ Kinh, Đức Phật dạy: “Người tại gia biết sống với chơn lý là người không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không vọng ngữ, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời độc ác và không uống những chất cay độc. Người xuất gia biết sống với chơn lý còn phải đi xa hơn thế nữa, phải không làm tổn hại một ai ngay cả cây cỏ, chỉ ăn một ngọ, không ăn ban đêm, không ăn phi thời, không múa hát mà cũng không đi xem múa hát, không ca nhạc diễn kịch, không trang sức bằng vòng hoa, hương liệu, dầu thoa, không nằm giường cao rộng, không nhận vàng bạc, không nhận và không ăn thịt chúng sanh, không nhận nô tỳ dù trai hay dù gái, không nhận gia súc, không nhận đất đai nhà cửa, không buôn bán, không gian lận cân đo và tiền bạc, không cất chứa đồ ăn thức uống hay gia vị, không nhận vải vóc phi thời, không nhận xe cộ, không cờ bạc, không dùng những thứ vải vóc màu mè hay lông thú, không thoa dầu, không đấm bóp để tìm sự thoải mái khoái lạc cho thân thể, không nói chuyện nhảm nhí vô ích, không tranh chấp, không làm môi giới, không nói lời gièm pha

siểm nịnh, không xem tướng hay bói quẻ đoán mộng, không xem tinh tú đoán vận hạn, không coi ngày lựa giờ, không xem đất đai phong thủy.” Đức Phật đã chỉ vạch quá rõ ràng về “con người biết sống với chơn lý,” sống theo hay không sống theo là hoàn toàn tùy thuộc ở chúng ta. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng cứu cánh cao tuyệt của đạo Phật là giải thoát, nhưng lắm khi chúng ta lại mù mờ về đối tượng đích thực của giải thoát. Chúng ta chỉ một bề rong ruổi đó đây tìm cầu những thứ cao xa, chứ nào có ngờ rằng đối tượng đích thực của sự giải thoát là những khổ đau phiền não. Hễ sống được với chơn lý là không khổ đau phiền não, là giải thoát. Tuy nhiên, khổ đau phiền não luôn gắn liền với cuộc sống hằng ngày, vấn đề ở đây là phải làm sao vẫn sinh hoạt bình thường mà không vướng phải những khổ đau phiền não. Muốn làm được như vậy, người con Phật phải hằng sống với chơn lý để cho tâm thần không dao động trước những cám dỗ, chứ không phải chỉ tạo vẻ trang nghiêm bề ngoài. Có người cho rằng phải tu thiền như chư Phật, chư Tổ thì mới mong giải thoát. Nhưng hãy suy nghĩ kỹ lại mà xem từ sau Phật và những vị Tổ như Bồ Đề Đạt Ma và Huệ Năng có mấy ai được phong cách giải thoát của mấy ngài? Không có mấy ai. Vậy thì để thực hiện lời Phật dạy: “Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành, tự tịnh kỳ ý,” vấn đề thiện ác vẫn là đạo đức chính yếu của người tu Phật. Đừng ai hàm hồ cho rằng “thiện ác” chỉ là phạm lệ của thường tình thế tục. Kỳ thật, vấn đề “thiện ác” đã chiếm hết hai phần ba giáo lý nhà Phật, phần cuối cùng chỉ là “tự tịnh kỳ ý.” Người con Phật không điên đảo theo lối “thiện ác” của thế gian, một tên tội phạm nếu có tiền mượn luật sư giỏi có thể không bị thế gian chê là ác; ngược lại, một người vô tội nghèo nàn có thể bị thế gian kết án là ác. Thế gian đang bị quay vòng trong điên đảo, chúng ta không thể nào để bị cuốn hút vào trong đó được. Người con Phật phải biết sống với chơn lý mà Đức Phật đã trao truyền để nhận ra đâu là thiện, đâu là ác, đâu là chánh, đâu là tà, đâu là chơn, đâu là ngụy. Người con Phật phải sống với chơn lý một cách chơn thật ngay trong nội tâm của chính mình. Và phải nhận rằng những hành vi nào trái với giới luật nhà Phật là ác, những hành vi nào đúng với giới luật là thiện.

Quý vị ơi, đời người như một giấc mơ, như ánh điện chớp, như hoa sớm nở tối tàn, hay như bóng câu qua cửa sổ. Chúng ta sẽ không có đủ thời giờ để mà tìm cầu những cái cao xa khó nắm bắt. Người con Phật chơn thuần luôn biết trân quý bất cứ thời gian nào mình có được để tu

tập chứ không để cho thời gian luống qua một cách lãng phí. Đừng phí công vô ích chạy đong chạy tây tìm cầu chơn lý. Chơn lý không ở đâu xa mà ở ngay chính mỗi người chúng ta. Chúng ta có khả năng làm ma thì chúng ta cũng có khả năng làm Trời làm Phật, u mê ám muội cũng nơi ta mà ánh sáng chân thiện mỹ lại cũng nơi ta, tà kiến cũng ta mà chánh kiến cũng ta, ngu lý cũng ta mà chơn lý cũng ta. Phật tử chơn thuần hãy mau quay trở về với chính mình, thấp sáng đèn tâm của mình bằng đuốc tuệ Phật, một khi mây tan thì trời trong và chơn lý hiện. Hãy luôn tỉnh thức rằng dù thân này có bốn ba đây đó nhưng tâm này vẫn bất động, dù cảnh không ngừng biến chuyển nhưng tâm chưa hề chuyển biến. Thế nên người biết sống với chơn lý luôn tự chủ chứ không nhân ngã thị phi. Người ấy luôn làm người trong cuộc cho cuộc sống cuộc tu của mình, chuyển lay lay chuyển hay không là tự mình chứ không do bất cứ ai. Người biết sống với chơn lý là người luôn biết điều tâm sao cho tánh của nó luôn như nước, thật nhu nhuyễn và có thể kinh qua mọi trạng huống với sức mạnh vô song. Tâm của người ấy phải là một mảnh ruộng tốt nơi chỉ mọc lên những cây lá đạo đức chứ không có cỏ dại tà kiến. Con người ấy luôn tự tại an nhiên trong chánh niệm chứ không suy nghĩ tà vạy, thế nên con người ấy đi đâu đến đâu cũng chỉ mang lại sự kiết tường cho mình và cho người.

Quý vị ơi, thân còn dễ tu chứ tu tâm thì quả là thiên nan vạn nan, nhưng chúng ta không có con đường nào khác hơn con đường “thiên nan vạn nan” ấy, vì đúng như lời Phật dạy: “Người biết sống với chơn lý là người biết tu tâm dưỡng tánh.” Thấy thế mới biết tâm tánh quan trọng hơn thân nhiều. Nói như vậy không có nghĩa là người biết sống với chơn lý không tu thân. Người biết sống với chơn lý luôn tinh tấn tu trì cả thân lẫn tâm cùng lúc. Con người ấy luôn tỉnh thức rằng thân chúng sanh chẳng qua chỉ là tứ đại duyên hợp mà thành còn tâm phạm phu thì luôn nhiễm trước với tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến. Thế nên người biết sống với chơn lý luôn dùng giới luật mà Phật đã chế ra để thúc liễm thân và tu trì những trợ đạo của Phật để giúp tâm đoạn tận tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến. Người biết sống với chơn lý, dù sống trong bất cứ thời nào cũng luôn gần gũi với chư Phật vì chơn tâm Phật tánh của người ấy luôn hiển lộ. Trong Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật dạy: “Tâm, Phật và chúng sanh không sai khác.” Tuy nhiên, chư Phật luôn hằng sống với chơn lý nên tâm các Ngài luôn thanh tịnh và giải thoát để làm Phật, còn chúng sanh tâm phạm ô nhiễm nên luôn

vô vô minh minh chứ không còn thấy được bản mặt thật của mình nữa. Tuy nhiên, người con Phật chơn thuần biết sống với chơn lý không u mê ám muội cho rằng tu chỉ là tu tâm còn thân thì bỏ mặc. Đồng ý chúng ta không nên trau tria trứu mấn thân này, nhưng như vậy không có nghĩa là chúng ta bỏ bê cho thân này ra sao cũng mặc kệ. Thân và tâm đâu phải là hai thực thể cách biệt, kỳ thật thân tâm thắm thấu vào nhau. Hễ thân thể tráng kiện thì tâm thần linh mẫn. Ngược lại, thân mà bệnh thì tâm làm sao minh mẫn cho được. Nên nhớ thân tâm luôn đồng cảm, nếu tâm buồn thì thân khó mà an, nếu thân ương yếu thì tâm khó mà minh mẫn. Người biết sống với chơn lý không bao giờ cứng nhắc hành xác thân khổ hạnh hay để cho tâm thể dồn nén cảm xúc, hoặc từ chối không đếm xỉa đến thân thể của mình vì cho rằng nó bất tịnh. Nếu mình cho rằng tu là tu tâm tu tánh rồi làm ngơ với thân xác là vô hình trung muốn làm giảm thiểu cơ hội tu tập của mình. Thân này là thân tứ đại (đất, nước, lửa, gió) chứ không phải là một khối sắt mà vi trùng không thể xâm nhập được. Người biết sống với chơn lý phải luôn tỉnh thức như vậy để một khi thân này ương yếu mình cũng phải chăm sóc mà không trau tria hay trứu mấn, chứ không u mê ám muội tụng kinh hay ngồi thiền cho nó tự lướt qua, không có ý chí tâm thức nào có thể khống chế được những con vi trùng lao phổi hay thương hàn. Người biết sống với chơn lý còn là người biết sống thuận lý với thiên nhiên. Chính vì thế mà cổ đức có dạy: “Thuận thiên giả tồn, nghịch thiên giả vong.” Thuận theo thiên nhiên thì tồn tại mà nghịch lại thì diệt vong. Nếu đốn rừng một cách bừa bãi mà không chịu trồng dựng rừng lại thì không lâu sau đó mình sẽ bị những cơn hồng thủy hoại diệt.

Ngoài ra, Phật tử chơn thuần cố tránh lối nguy hiểm của tà ma ngoại đạo: tu tắt tu tóm. Chính Đức Từ Phụ đã khẳng định trong các kinh điển của Ngài về ba a tăng kỳ tu tập để đi đến Phật quả. Ai dám nói ngược lại với lời Phật dạy thì cứ nói, người con Phật chơn thuần sẽ không bao giờ làm chuyện đó. Con người ấy cứ thâm thâm sống tu với chơn lý dẫu biết 3 a tăng kỳ là vô tận vô biên với bao lần lên xuống xuống lên, con người ấy vẫn một lòng sống với chơn lý, luôn giác ngộ vạn sự vạn vật vô thường. Cõi nước mà chúng ta đang sống đây chỉ là tạm bợ chứ không có gì vĩnh hằng, con người tan hợp hợp tan. Con người ấy dù ở trong đời ô trược loạn động nhưng lúc nào cũng an nhiên tự tại chứ không bị vương vís bởi bát phong, bát khổ. Con người ấy luôn trân quý hoa nở nhưng không hắt hủi hoa tàn. Một khi đã giác ngộ

thế gian vô thường thì khi trẻ không háo thắng, khi già không thấy khổ, khi bệnh hoạn ốm đau không buồn muốn tự tận. Người ấy luôn an nhiên tự tại trước tiến trình “sinh trụ dị diệt.” Hễ có sinh là có trụ, hoại và diệt. Người ấy không bị “sinh lão bệnh tử” gây khổ đau phiền não nữa vì người ấy luôn biết rằng có thân là có bệnh. Tuy nhiên, muốn sống được với chơn lý chúng ta phải luôn đem lời Phật dạy ứng dụng vào cuộc sống hằng ngày cho đến khi nào tâm có khả năng dứt bỏ vạn duyên, không còn mảy may chấp trước. Tuy biết rằng sinh tử là biển khổ, niết bàn là bể ngạn nhưng người biết sống với chơn lý vẫn đi thẳng vào biển khổ sống hòa mình với chúng sanh vạn loài, chứ không cầu Bồ Đề vì sợ sinh tử nữa. Người biết sống với chơn lý là người luôn có đầy đủ bi trí dũng, luôn phát khởi lòng thương yêu rộng lớn với muôn loài, luôn tâm nguyện cứu nhân độ thế. Con người ấy luôn tập trung tâm ý vào công việc tu tập đoạn tận phiền não tham, sân, si. Người biết sống với chơn lý là con người phước huệ song tu vì nếu không tu huệ để nhìn thấy rõ bản mặt thật của vạn hữu, chúng ta sẽ khó lòng thực hiện những công hạnh bố thí cúng dường, mà tập khí không bố thí cúng dường là những nhân của keo kiệt bủn xỉn. Chính vì thế mà trong thời Phật còn tại thế Ngài thường khuyên tứ chúng nên “phước huệ song tu,” vì cái này làm trợ duyên cho cái kia. Ngoài ra, người biết sống với chơn lý là người luôn thấy được thế gian vô thường, cõi nước này rất mong manh, tứ đại lại khổ không, ngũ uẩn là vô ngã vì luôn sinh diệt biến đổi và giả dối không chủ, tâm là nguồn của mọi việc ác, thân là rừng nghiệp tội. Con người ấy luôn thấy hễ ham muốn nhiều là khổ nhiều vì bao nhiêu sinh tử trầm luân đều do tham dục mà ra. Trong cuộc sống hằng ngày, người biết sống với chơn lý luôn “thiểu dục tri túc” vì nếu tâm không biết đủ mà chỉ lo việc tham cầu thì càng ngày tội ác càng chất chồng. Thế nên người ấy luôn “cư trần lạc đạo” và lấy trí tuệ làm tài sản ở đời. Vì thấy rõ “đời người như một giấc mơ, trăm năm nào khác cuộc cờ đổi thay” nên người ấy luôn tinh tấn từng giờ từng phút sống theo lời Phật dạy chứ không cam tâm để cho ma quân phiền não khống chế. Người ấy luôn cảnh giác rằng tham sân si là đầu dây mối nhợ của cuộc trầm luân sinh tử nên lúc nào cũng y nương theo lời Phật dạy, luôn học rộng nghe nhiều trong tinh thần tu tập để tăng trưởng trí tuệ, xóa bỏ vô minh và thành tựu giác ngộ rồi đem niềm vui tối thượng này mà chia sẻ với mọi người. Người biết sống với chơn lý là người luôn thấy rằng ác duyên

ác nghiệp thường được kết tạo bởi sự nghèo khổ bần hàn nên con người ấy luôn thực hành hạnh nguyện bố thí lợi tha, bố thí mà không phân biệt thân sơ, bạn thù. Con người ấy luôn nhớ rằng mọi tỵ hiềm, ganh ghét và đố kỵ đều xuất phát từ sự chấp ngã sai lầm thế nên trong bất cứ trạng huống nào con người ấy cũng luôn biết “phản quang tự kỷ,” luôn nhớ đến lỗi mình chứ không nhớ đến lỗi người, đi đâu đến đâu người ấy vẫn luôn tìm cách kết tụ Bồ Đề quyến thuộc chứ không ghét bỏ một ai dù cho kẻ đó có cùng hung cực ác thế mấy. Hơn nữa, những người con Phật biết sống với chơn lý phải luôn biết cẩn trọng về ngũ dục vì luôn biết rằng ngũ dục (tài, sắc, danh, thực, thù) là tai họa cho cả Tăng lẫn tục. Con người ấy luôn đi thẳng vào đời nhưng lúc nào cũng sống trong tịnh hạnh. Tiền tài của cải dù rất cần cho cuộc sống nhưng với người con Phật tiền tài của cải không là những thứ đem lại hạnh phúc nên chúng không bao giờ khống chế được những con người biết sống với chơn lý. Tình yêu nam nữ với người xuất gia là đoạn tận, riêng với người tại gia thì ngoài tình yêu ấy, chúng ta còn cả một trời “tứ vô lượng tâm” mà Phật Tổ đã trao truyền. Người biết sống với chơn lý luôn thấy rằng địa vị quyền uy, ăn ngon mặc đẹp hay ngủ nghỉ thái quá chỉ là những thứ luôn trì kéo chúng ta đi xuống. Người biết sống với chơn lý là người luôn thấy rằng “cây càng lớn tàng càng to thì càng dễ làm môi cho gió to, cũng như vậy con người càng cao danh vọng thì càng dày gian nan.” Người biết sống với chơn lý luôn thấy được sự thiêu đốt của khổ đau phiền não và lửa sân hận nên luôn phát tâm “thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh,” luôn phát nguyện gánh chịu vô lượng khổ cho chúng sanh mọi loài được an lạc. Người biết sống với chơn lý luôn chế ngự và giảm thiểu tham, sân, si, mạn, nghi, thân kiến, biên kiến, kiến thủ, giới cấm thủ, phần, hận, ngã, phú, tật, san, cuống, kiêu, siểm, vô tâm, vô quý, tổn hại, trạo cử, hôn trầm, tán loạn, phóng dật, bất tín, trây lười, thất niệm, bất chánh tri. Theo nhà Phật, tham đứng đầu trong mọi ác pháp của chúng sanh. Chúng sanh chẳng những tham cho mình mà còn tham cho gia đình quyến thuộc. Chính vì tham mà cá nhân tranh chấp, gia đình bất tín, xã hội băng hoại và thế giới luôn xảy ra những việc xung đột. Kế đến sân hận đứng hàng thứ nhì trong các ác pháp. Trong Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật đã ân cần dạy bảo: “Nhất niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai.” Nghĩa là một hành vi tạo tác do nóng giận nổi lên sẽ mở cửa cho hàng vạn nghiệp chướng. Chẳng những thế, sự sân hận còn xóa đi

bao công đức đã được tích tụ từ muôn kiếp. Cũng theo Kinh Hoa Nghiêm: “Nhất sân chi hóa, năng thiêu vạn khoảnh công đức chi lâm.” Nghĩa là một đốm lửa sân có thể đốt hết muôn mẫu rừng công đức. Chính vì thế mà Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã ân cần nhắc nhở các thiền gia rằng: “Sân si nghiệp chướng không chữa, bo bo mà giữ tướng đưa ích gì?” Người biết sống với chơn lý luôn thấy rằng dù có tụng trì thiên kinh vạn quyển, hoặc cúng dường trăm ngàn vị Phật, nhưng vẫn sân hận cau có với người thì chỉ là giỡn chơi với địa ngục mà thôi, chỉ gây tội tạo nghiệp vào thân tâm chứ chẳng lợi ích gì cho ai. Ngược lại, người biết sống với chơn lý luôn sống bằng trí tuệ chứ không vô vô minh minh hay đui tu mù luyện, vì chính sự si mê làm cho tâm tính con người mờ ám, không có khả năng phân biệt phải trái, chánh tà, hay dở, lành dữ, lợi hại. Cũng chính sự si mê khiến cho con người hành động liều lĩnh mà tạo thêm nghiệp tội. Vì si mê mà con người mê tín mù quáng và gây nghiệp bất thiện. Tổ Bồ Đề Đạt Ma đặt sự si mê lên trên cả tham sân nên Ngài thường nhắc tứ chúng rằng: “Bất úy tham sân khởi, duy khùng tự giác trì.” Những người con Phật biết sống với chơn lý không bao giờ có tâm ngã mạn cống cao, không bao giờ ý mình có quyền thế tiền bạc mà hiếp đáp kẻ thế cô nghèo nàn, không bao giờ ý mình phú quý mà hiếp đáp kẻ cơ hàn. Người ấy luôn thấy rằng càng ngã mạn cống cao, tâm con người càng mờ mịt si mê, công đức càng tổn hại và nghiệp tội càng nặng và vì thế mà luân hồi không dứt.

Đức Phật đã dạy tứ chúng đừng vội tin bất cứ thứ gì ngay cả lời Phật dạy, nhưng đây chỉ là những gì mình chưa rõ hay chưa hiểu, hay những gì mà mình không thể nào áp dụng vào đời sống của chính mình, chứ giáo pháp thậm thâm của Phật là không thể nghĩ bàn, sông có thể cạn, núi có thể mòn, trái đất này, vũ trụ này có thể bị hoại diệt, nhưng những chơn lý ấy không bao giờ thay đổi. Người biết sống với chơn lý là người không bao giờ nghi ngờ đạo đức chơn chính, không nghi ngờ giáo pháp nhà Phật vì những ai tu theo Phật mà còn đem lòng nghi ngờ giáo pháp ấy, không chịu an trú vào giáo pháp ấy thì trước sau gì cũng chạy theo tà ma ngoại đạo. Người biết sống với chơn lý là người không bao giờ chấp thủ thân kiến vì luôn thấy rằng thân này là do tứ đại giả hợp chứ không phải là ta, hễ đủ duyên thì hợp, hết duyên thì hoại diệt, chính vì thế mà con người ấy không bao giờ lo toan bồi đắp cho thân này một cách thái quá. Con người ấy luôn hằng sống với chơn lý chứ không chấp thủ biên kiến, không nuôi tiếc mãi sự hiểu biết



thô thiển của mình, không chấp thủ quàng xiên theo thường kiến (chấp cái ta còn mãi), đoạn kiến (chấp chết là hết), vân vân. Người biết sống với chơn lý không bao giờ hàm hồ cho rằng mình đúng người sai. Con người ấy luôn biết rằng tài mình chỉ là hạt cát nhỏ trong sa mạc mênh mông nên người ấy luôn biết lắng nghe ý kiến của mọi người, luôn sống hài hòa với tha nhân trong mọi hoàn cảnh. Con người ấy quyết không tin và làm theo những quy luật quái gở của ngoại đạo tà giáo như gieo mình vào lửa, giết vật cúng tế, hay tự tử tập thể để được cứu rỗi, vân vân. Người biết sống với chơn lý không bao giờ thờ phượng quàng xiên như thờ trâu, thờ bò, hay ông táo bình vôi, xin xăm, bói quẻ, cúng sao, giải hạn, hay xem xét long mạch phong thủy. Con người ấy luôn tìm cách xóa bỏ tà kiến để tự tâm quay về với chánh kiến chánh đạo.

Ngoài ra, người biết sống với chơn lý chẳng những không sân, không tức giận một ai, mà cũng không uất hận ghen ngào làm mất đi tính ôn hòa, hoặc đi đến xô xát làm tổn hại cho mình và cho người. Con người ấy chưa bao giờ hờn dỗi một ai. Hễ cái gì trái với đạo lý là nói một cách thẳng thắn rồi thôi, chứ không để tâm hờn dỗi hay gây mưu lập kế báo thù, hay giận cá chém thớt bằng cách đem xung đột đến cho những người không dính dáng gì đến vấn đề của mình. Người biết sống với chơn lý không bao giờ phiền muộn ray rức vì con người ấy hiểu rõ luật vô thường của vạn hữu, cái gì rồi cũng sẽ qua đi có gì đâu mà phải buồn rầu bứt rứt hay nóng giận dỗi hờn không dứt. Người biết sống với chơn lý là người tu thiệt vì con người ấy luôn tỉnh thức tự thân tự tâm, luôn sám hối tội lỗi mà mình đã gây tạo chứ không che dấu. Con người ấy thẳng không kiêu, bại không nản, không ganh ghét đố kỵ với ai. Ngược lại, thấy ai hơn hay giỏi liền hoan hỷ vui theo chứ không khó chịu hay tìm cách làm giảm uy tín của người. Con người ấy lại luôn biết chia sẻ với tha nhân điều hay lẽ thiệt, luôn từ bi hỷ xả, luôn bố thí lợi tha. Hễ biết được cái gì hay bèn đem ra chia sẻ với người hay mách giúp người một cách thực tình. Người biết sống với chơn lý không bao giờ manh tâm lừa dối gạt gẫm người để cầu danh cầu lợi. Con người ấy cũng không ý quyền cậy thế hay tiền bạc mà bức hiếp người khác. Con người ấy lại càng không bợ đỡ nịnh hót hay nói lưỡi hai chiều để được người tín dụng. Mỗi khi làm việc gì sai trái hay tổn hại tha nhân, con người ấy luôn biết tàm quí. Nhờ vậy mà con người ấy ngoài thì luôn được mọi người tín nhiệm, trong thì tâm không

hôn trầm tán loạn, hay bất chánh tri; thân không điều cử (điên đảo không trầm tĩnh), phóng dật (không tự chế được bản thân) hay giải đãi (lười biếng).

Tóm lại, người biết sống với chơn lý là người biết dung hòa giữa thân và tâm. Tu không phải là trau tía những hình thức bên ngoài, vì chiếc áo không làm nên thầy tu, nhưng nếu chúng ta không khởi đầu cuộc tu hành bằng chiếc áo thầy tu thì chúng ta khởi đầu bằng cái gì đây hở quý vị? Nói gì thì nói, dù áo nào thì áo, người biết sống với chơn lý luôn tâm niệm tu là tập sống với tâm linh chứ không phải là vật chất. Con người ấy phải biết sống với tâm linh của mình, phải biết dung hòa thân tâm, phải biết sống thật với tình cảm mà không đi ngược lại lý trí chứ không đóng kịch hay mượn danh tu để khoe cái đạo đức giả của mình hay mượn đạo tạo đời. Người biết sống với chơn lý luôn thức tỉnh rằng sở dĩ bây giờ mình phải tu là vì tự thở giờ mình chỉ biết kết tụ nội kết tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, biên kiến, sát, đạo, dâm, vọng, vui, buồn, thương, ghét tự thở giờ mình chỉ là một tên kịch sĩ kỳ tài nên bây giờ mình muốn quay về sống thật với chính mình. Con người ấy luôn biết rằng nguyên nhân của khổ đau phiền não không phát sanh từ hoàn cảnh hay từ người khác mà là chính từ nơi mình. Đức Phật đã dạy hễ cái gì hợp với chơn lý, cái đó là Phật pháp, vì thế người biết sống với chơn lý không tự hạn hẹp mình trong giáo lý nhà Phật mà phải biết tung tăng bơi lội trong biển chơn lý để tự mình hài hòa với thiên nhiên vũ trụ, tự mình thông dong đi về cõi vô ưu, vô sanh và vô diệt.

## *Chương Hai*

### *Tâm Bình Thường Là Tài Sản Lớn Nhất Của Người Con Phật*

Tâm là cái gì mà ai ai cũng đề cập đến. Các thiền sư thì cho rằng bước thành tựu của thiền giả phải là “vô tâm” vì các ngài cho rằng “vô tâm thị đạo.” Pháp môn của nhà thiền là nhìn thẳng vào tâm người để thấy tánh; tuy nhiên, các thiền sư lại không dạy rõ ràng là làm cách nào để nhìn thẳng được vào tâm, hoặc giả nếu có dạy thì mỗi người một vẻ, làm sao hàng hậu bối chúng ta có thể y nương vào đó mà tu hành giải thoát đây? Chúng ta thử nhìn lại quá trình lịch sử Thiền Tông từ sau Tổ Bồ Đề Đạt Ma đến nay, trừ những bậc thượng căn thượng trí như các vị tổ, có mấy ai có được cái phong thái giải thoát của các ngài? Thật tình mà nói, từ ngày Thiền Tông được chấn hưng trên khắp thế giới, số người tu thiền thì nhiều nhưng số người được giải thoát rốt ráo thì chẳng bao nhiêu, mà ngược lại số người cuồng tâm loạn tưởng về Thiền thì nhan nhản khắp nơi khắp chốn. Tại sao lại có trạng huống trở trêu này hử quý vị? Có lẽ trong thời mạt pháp này, Phật tử với kiến thức về Phật lý thì nhiều nhưng họ không chịu dùng cái kiến thức ấy vào việc tu trì mà ngược lại chỉ dùng để giải khuây trong các cuộc trà dư tửu hậu, họ chỉ thích nhàn đàm hý luận hơn là tĩnh tâm tu hành. Thế nên chúng sanh vốn dĩ đã loạn động càng loạn động hơn. Phức động, gió lay hay chính tâm này loạn động, tu giáo, tu tâm, đốn ngộ, tiệm ngộ, hay nói trắng ra lý thuyết và những giai thoại về giác ngộ và giải thoát của chư tổ và ngay cả của Phật Tổ không ăn nhằm gì đến cuộc tu hành giải thoát của chính mình nếu mình không chịu tu hành y như Phật mà chỉ một bề học cho nhiều để nhàn đàm hý luận. Phật tử chơn thuần phải luôn nhớ rằng tâm mình vốn không hề lay động thì tội gì phải đi tìm cái gọi là “chẳng lay động” bên ngoài để gán ép một cách gượng gạo vào cái tâm bản định của mình. Còn cái định nào tuyệt vời hơn cái “bổn định” sẵn có của mình? Người con Phật chơn thuần phải hằng nhớ như vậy để không lăng xăng chạy đông chạy tây nhập định xuất định. Nhận bay qua hồ, nhận không buồn lưu ảnh, thế mà hồ này cứ lăng xăng lích xích đi tìm cái ảnh vốn dĩ đã không có của nhận, thật là tội nghiệp! Đã gần hai mươi sáu thế kỷ qua kể từ ngày Đức Phật thành đạo, thế mà mãi đến hôm nay vẫn có lắm người con Phật vẫn

tiếp tục cho rằng ngoại trừ Phật ra, không ai trong chúng ta có thể nào tu cho đến giác ngộ và thành Phật được. Giáo lý mâu nhiệm của Phật đã đi vào lòng của nhiều dân tộc qua một khoảng thời gian hai ngàn sáu trăm năm, thế mà chúng ta vẫn còn nhìn đạo Phật bằng nhãn quan xa cách, chúng ta cứ tưởng tượng đạo Phật là huyền bí cao xa. Thậm chí có người lại đồng hóa đạo Phật với thần quyền, dị đoan, mê tín, vâng vâng. Chính vì những sai lầm ám muội này mà thay vì tận hưởng những giáo pháp thanh lương của Phật để đi về bờ giác thì chúng ta cứ tiếp tục lặn hụp trong biển đời sanh tử. Trong thời Phật còn tại thế, trong các thời thuyết pháp của Ngài, không như chúng ta ngày nay hễ mở miệng ra là nói trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật, ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm, liễu sanh thoát tử, siêu sanh Tịnh độ, sắc tức thị không, sắc bất dị không, tức tâm tức Phật. Ngược lại, Như Lai luôn nói những chuyện rất bình thường như đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, ngủ nghỉ, bố thí, trì giới, nhẫn nhục. Ngài dạy phải khắc kỷ để lợi tha, chớ đắm chìm trong dục lạc, phải cố mà điều nhiếp thân thể, hơi thở và tâm ý không cho thân phóng dật, không cho hơi thở quá dồn dập, không cho tâm dong ruổi như vượn chuyền cây. Chính vì thương xót chúng sanh mà trong Kinh Hoa Nghiêm đức Phật đã dạy: “Bình thường tâm thị đạo.” Nhưng thế nào là cái tâm bình thường? Phàm phu chúng ta cứ mãi rong ruổi đào bới trong văn tự, nào là tâm là tướng, tâm là gương, tâm là tánh, tâm như tường vách, vân vân và vân vân, nhưng quý vị ơi, càng đào bới trong ngôn ngữ văn tự để tìm những cái cao xa, chúng ta càng xa đạo. Người tu hành phải là hành giả chứ không thể là học giả, thuyết giả hay luận giả. Con người ấy biết cái gì thì tu cái ấy, không gượng ép hay gò bó vì gượng ép và gò bó là những thứ không phải bình thường. Tuy nhiên, Phật tử chơn thuần nên cẩn trọng vì nhưn đây những kẻ chỉ chuyên nhàn đàm hý luận có thể chen vào hý luận rằng “bình thường tâm thị đạo” tức là cứ bình thường để cho mọi việc trôi qua, hoặc giả bình thường chẳng thiện chẳng ác, cứ để cho mọi việc trôi qua một cách bình thường chứ đừng đếm xỉa gì đến chúng. Tu hành như vậy vô hình trung mình tự đồng hóa mình với con trâu, con bò, con heo hay con chó, cứ trâu lười giải đãi, cứ ăn no lại nằm để cho việc đời tự nhiên trôi qua một cách uống phí. Thật là tội nghiệp!

Con đường tu Phật trước mắt của chúng ta hãy còn dài và phải trải qua nhiều giai đoạn khó khăn gian khổ. Tuy nhiên, nếu chúng ta không thực hiện nổi con đường quảng đại và cao tột của các vị Bồ Tát thì

chúng ta vẫn hằng sống hằng tu được theo Phật bằng cái tâm “bình thường” của mình trong cuộc sống hằng ngày. Nói gì thì nói, cái cao tuyệt nhưng khó làm của các vị Bồ Tát vẫn theo gương sáng của Đức Phật là lấy “lợi tha làm tự lợi” cho chính mình là con đường tất yếu mà ai trong chúng ta rồi cũng phải một lần kinh qua.

Người con Phật chơn thuần phải luôn nhớ rằng đạo Phật là đạo của chơn lý, là đạo của trí tuệ, là đạo của cuộc sống bình thường và đơn giản. Chính Đức Từ Phụ đã từng khẳng định trong Kinh Hoa Nghiêm: “Bình thường tâm thị đạo.” Phật đã dạy quá rõ ràng rồi còn gì nữa? Vũ trụ vạn hữu duyên nhau trong sức tác động của nguyên lý duyên khởi, thân phận con người cũng không chạy ra ngoài nguyên lý này. Tuy nhiên, Đức Từ Phụ đã khẳng định “bình thường tâm thị đạo.” Ngài muốn nhắn với chúng ta rằng sở dĩ con người vẫn còn vướng phải những tai ách của tám ngọn gió độc và sanh, lão, bệnh, tử là vì con người không chịu sống với cái tâm bình thường của chính mình.

Thế nào là sống với cái tâm bình thường? Sống với cái tâm bình thường là lúc còn tại gia trong gia đình phải giữ đúng đạo làm con, làm chồng, làm cha, làm mẹ, làm vợ; ngoài xã hội phải là một công dân gương mẫu; đối với quốc gia phải hết lòng bảo vệ, phải quên mình giữ nước. Làm một Phật tử phải quy-y Tam Bảo, hành trì ngũ giới và phải lấy luật “luân hồi nhân quả” làm kim chỉ nam cho mọi hành động trong cuộc sống hằng ngày. Người con Phật luôn bình tâm suy xét lại những hành vi thiện ác của chính mình trước khi than trời trách đất. Hãy tự đánh giá đúng tự tâm tự thân của mình chứ đừng đổ thừa cho trời ghen, đất ghét, hay trời định tiền định, hay số kiếp số mạng. Trong Đoạn Trường Tân Thanh, Thanh Tâm Tài Nhân Nguyễn Du đã nêu ra nhận thức của ông về cái tâm như sau:

“Đã mang lấy nghiệp vào thân,  
Cũng đừng trách lẫn trời gần trời xa.  
Thiện căn ở tại lòng ta,  
Chữ tâm kia mới bằng ba chữ tài.”

Thanh Tâm Tài Nhân đã khiêm tốn mà nói vậy chứ kỳ thật chữ tâm kia phải bằng vạn lần chữ tài mới đúng. Chính vì vậy mà khi xuất gia, người Phật tử phải phát đại nguyện vì đạo mà tinh tấn tu hành, phải một lòng thượng cầu Phật đạo hạ hóa chúng sanh. Tâm bình thường còn là cái tâm không ngăn ngại bởi duyên cảnh đổi thay, nghĩa là không bị gượng ép vì bất cứ lý do gì. Đói ăn, khát uống, mệt thì ngủ

ngủ, vui thì nói vui, buồn thì nói buồn, giận thì nói giận, vân vân. Tâm bình thường có thể giúp chúng ta sống ngay trong lòng trần tục mà vẫn an vui tự tại. Tuy nhiên, đạo Phật nói dễ khó làm, con người cứ ham nói và ham tìm cầu đến nỗi kinh điển vẫn luôn hiện hữu trong đời sống mỗi người, thế mà chúng ta cứ mãi đi tìm kinh điển qua văn tự bên ngoài. Chính vì sự hưởng ngoại cầu hình này mà chúng ta xa lìa cái tâm bình thường vốn sẵn có ở mỗi người chúng ta, để lang thang tìm kiếm, có khi tìm kiếm cái gì chính mình cũng không biết nữa, tìm chưa được cái này thì đã mất cái kia, và cứ thế mà chúng ta cứ phải luyến thương quá khứ, bất mãn với hiện tại và thao thức cho những ảo vọng của tương lai. Chúng ta đang tự mình chồng chất lên thân phận nhỏ bé của chính mình bằng những chuỗi dài của trầm thống và khổ đau. Nếu chúng ta chịu hăng sống tu với cái tâm bình thường thì cho dù vạn pháp có đến có đi, có sinh có diệt, có còn có mất, có tốt có xấu, có thuận có nghịch, đâu có gì vương bận được cái tâm bình thường ấy. Nhận bay qua hồ, nhận không buồn lưu ảnh lại, thế sao hồ cứ mong cầu giữ cho được ảnh nhận? Trên đời này có cái gì được gọi là tất toàn đâu, thế mà con người cứ mãi mong cầu những cái tất toàn cho thêm bi ai khổ lụy! Người con Phật chơn thuần phải thấy cho rõ chỗ này để có đủ khả năng “tùy sở trụ xứ.” Cái tâm “tùy sở trụ xứ” này chính là cái tâm “bình thường” mà Phật muốn khuyến nhủ hàng đệ tử của Ngài trong các buổi giáo chúng. “Tùy sở trụ xứ” là biết ứng dụng Phật pháp ngay trong cuộc sống thực tế của chúng ta để mang lại an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc cho mình và cho người. “Tùy sở trụ xứ” là biết làm thế nào chuyển được ác nghiệp của thân khẩu ý thành những nghiệp thiện lành; chuyển những xấu xa, tàn bạo, độc ác thành tốt đẹp, thanh cao và hiền thiện. “Tùy sở trụ xứ” là biết đem tất cả những tinh túy của đạo Phật mà biến thành hạnh phúc cho tha nhân. “Tùy sở trụ xứ” là không ám muội si mê tạo hạnh phúc của mình trên đau khổ của người; ngược lại, người con Phật chơn thuần luôn vị tha bác ái, luôn thấy hạnh phúc của mình là sự chấm dứt khổ đau phiền não của người. “Tùy sở trụ xứ” với cái tâm bình thường không có nghĩa là buông xuôi đầu hàng hoàn cảnh. Người con Phật có tâm “bình thường” và biết “tùy sở trụ xứ” là con người dám can đảm chiến đấu với ma quân, từ ma tham, sân, si, đến ma mạn, nghi, tà kiến và sát, đạo, dâm, vọng. Hơn nữa, người biết “tùy sở trụ xứ” là người có hạnh tu cao tuyệt và quảng đại của một vị Bồ Tát chứ không có tư tưởng yếm thế, tiêu cực, chỉ mong cầu sớm

được giải thoát tự thân khỏi cõi đời uest trước này. Con người ấy luôn lấy “lợi sanh vi bốn hoài” nghĩa là lấy lợi tha làm tự lợi làm hoài bão tu tập hạnh Bồ Tát, chứ không giải thoát cho mình còn thì sống chết mặc ai. Con người ấy dù biết rằng cõi Ta Bà này là cảnh giới ô trọc, đầy ngũ trước ác thế, đầy máu lệ và khổ đau, nhưng không tự mình cầu mong sanh về cõi an lạc, thanh tịnh và trường tồn để mặc cho chúng sanh tiếp tục lăn trôi lăn ngụp trong biển đời sanh tử.

Thói thường chúng ta hay rong ruổi tìm cầu, hoặc giả chỉ học chứ không chịu hành, nhưng quý vị ơi! Chỉ học mà không hành thì thà đừng học đừng biết, vì làm như vậy chúng ta chỉ tự mình trưởng dưỡng tánh ngã mạn cống cao và giết chết Bồ Đề tâm nơi chính mình mà thôi. Thật vậy, tỉnh giác để nhận ra chính mình và liễu ngộ chơn lý để chấm dứt luân hồi sanh tử không phải là một môn học, không phải do học mà được. Người con Phật chơn thuần phải thấy và phải biết như vậy để lục thời sám hối lục căn, tinh tấn tu hành, lấy huyển thân làm bè đưa mình vượt thoát sông mê bể khổ. Tụng kinh được vài biến, niệm chú được đôi câu, ngồi thiền được vài cử là tốt, nhưng tất cả những thứ này chỉ là những giải pháp nhất thời. Điều quan trọng ở đây là người người phải cố tạo cho mình cái tâm “bình thường” trong mọi tình huống, tử như phát nguyện nhẫn nhục là phải nhẫn nhục trong mọi thời mọi lúc, chứ không nhẫn trong thuận duyên, còn lúc bị người thóa mạ, đánh chửi thì sân hận lại bùng bùng nổi lên. Phát nguyện trường trai là phải trường trai trong mọi hoàn cảnh như Ngài Lục Tổ Huệ Năng, dù phải sống chung đụng với đám thợ săn, và dù có bị bọn họ theo dõi, Ngài vẫn chỉ ăn rau luộc chứ không thối chí nản lòng. Nên nhớ rằng những sợi dây ngăn ngại, dù bên trong hay bên ngoài, đều do tự mình kết buộc lấy chính mình, chứ không ai trói buộc mình cả. Người có tâm bình thường là người không còn bị ngăn ngại bởi tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, cũng như những chấp ngã, thủ trước, ái dục, trạo cử, tật đố, san tham và lười biếng. Con người ấy luôn có khả năng vượt thoát khỏi những ràng buộc của chính mình, không để cho vô minh, ái dục và bản ngã sai sử và buộc kết mình vào sông mê biển khổ. Con người ấy dù có ê chề mệt mỏi với bao kiếp lăn lộn trong biển đời sanh tử và rất muốn được vào sống trong cõi Niết Bàn tịch tịnh, nhưng vì bốn hoài lấy lợi tha làm tự lợi nên luôn tích cực nhập thế, đi vào cõi Ta Bà uest trước mà cứu thế độ sanh, không sợ nghịch cảnh. Trái lại, luôn xông pha vào mọi chốn mọi nơi, từ nơi vắng

về thanh tịnh đến chốn phồn hoa đô hội, chui mình vào phiến não, lăn lộn trong cõi đục giới đầy quyến rũ để thử thách tâm mình xem coi nó có giữ được “bình thường” trong mọi tình huống, thử xem coi nó đã thật sự hết cặn cấu hay chỉ là sự tạm thời lắng đọng chờ tác động là khuấy lên. Con người với tâm “bình thường” luôn dấn thân vào đời với nhiều trở ngại chướng ngại nào tốt chướng ấy, vì đó là những cơ hội thử thách mức độ “bình thường” của tâm mình. Người có tâm “bình thường” nhìn cái gì cũng “bình thường” chứ không có thân sơ bạn thù, hay khao khát dục vọng. Con người ấy cũng đói ăn khát uống. Hễ thấy ai khổ đau bèn tìm mọi cách cứu độ. Con người ấy sẵn sàng làm tất cả mọi việc, có nhiều khi rất thông thường, nhưng rất nhiều khi lại vượt ra ngoài mức thức của phàm tình thế tục, không ai làm được, không ai làm nổi. Con người ấy có thể ở chùa, tịnh xá, ở chợ, ngoài đường hay ở nhà, ở nơi ô uế thối tha, hoặc tịnh tịch nơi sơn lâm cùng cốc, hay bất cứ nơi nào trong cõi Ta Bà này.

Như trên đã nói, người có tâm bình thường là người biết “tùy sở trụ xứ,” chứ không dè nén, không lấy đá dè cỏ, vì lấy đá dè cỏ chỉ là nhứt thời dè nén sự phát triển của cỏ mà thôi. Cũng như vậy, vui, buồn, thương, ghét và tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng không thể nào lấy vải thưa mà che mắt Thánh. Chúng ta e dè và sợ sệt những đoạn đường mà chúng ta phải đi qua, nhưng một khi đã qua rồi thì đường nào cũng như đường nào, tất cả chỉ là những con đường bình thường. Thoạt nghe chữ “tâm bình thường” chúng ta cứ nghĩ đến cái gì tầm thường và không quan trọng, nhưng chữ “bình thường” trong đạo Phật là cái gì mà phàm phu chúng ta khó nắm bắt vô cùng. Tâm bình thường theo đạo Phật chẳng những lấy lợi tha làm tự lợi, mà còn luôn đem “từ bi hỷ xả” ra cứu khổ ban vui cho mọi loài chứ không chỉ hạn cuộc nơi con người. Người với tâm “bình thường” luôn trang bị cho mình với đủ đầy giới luật, thiện pháp và làm lợi ích cho chúng hữu tình trong mọi tình huống. Khi cần bố thí là bố thí rộng lớn, không hạn cuộc, bố thí hoàn toàn, trọn vẹn, bố thí mà không thấy có nhân, ngã, bỉ, thử, bố thí không một chút tiếc luyến cho dù vật bố thí có quý giá đến đâu, cho dù ngay cả thân mạng đi nữa họ cũng không màng. Không vì danh lợi mà bố thí, không cầu người cảm ơn mà bố thí, không mong phước báu mà bố thí, không phân biệt ai cho ai nhận. Con người có tâm “bình thường” luôn nhẫn, nhẫn, nhẫn, nhẫn những cái đáng nhẫn và nhẫn luôn những cái không đáng nhẫn, vì theo Phật thì trên



đời này không có cái gì mà không đáng nhẩn cả. Con người ấy cam chịu những điều khổ não nhục nhã và xót đau người làm cho mình mà không hờn giận, phần uất hay tính chuyện trả thù trả oán. Con người ấy luôn bình thản, không xao động trước thuận cảnh cũng như nghịch cảnh, khi gặp thuận duyên không cười hỷ hả hay mừng vui thích thú, khi gặp nghịch cảnh không oán hận hay than trời trách đất. Tâm con người ấy lúc nào cũng bình thường chứ không vương bận hay điên đảo. Đây chính là cái tâm thật là “bình thường” của người con Phật. Ngoài ra, người có tâm bình thường, bình thường đến độ sáu trần không thể nào rù quên lục tặc trôi dạt được trong lòng mình, vì thế mà vọng niệm không sanh không khởi, tam độc không nhiễm, nên thân khẩu ý luôn thanh sạch. Đối với con người ấy, cái gì cũng bình thường, nệm ấm chăn êm hay một manh chiếu thô không sai khác, món ngon vật lạ hay dưa muối tương rau không ảnh hưởng, sắc hay không sắc con người ấy vẫn luôn như như bất động. Chính vì thế mà những cạm bẫy lợi danh của thường tình thế tục là vô nghĩa với họ. Trong cuộc sống hằng ngày, ngoài bố thí, làm lợi lạc chúng sanh và lắm khi gánh cả công việc cho tha nhân. Con người có tâm bình thường luôn nói lời nhỏ nhẹ yêu thương để cảm hóa tha nhân. Con người ấy thông hiểu giáo lý nhưng không nhàn đàm hý luận, dù thông suốt mọi phương pháp luận lý để nếu cần phải biện luận chống lại tà ma ngoại đạo, để vạch rõ cho mọi người thấy được giá trị chơn thật của Phật pháp và những khiếm khuyết của các học thuyết khác. Con người ấy thông thạo văn chương ngôn ngữ, biết nhiều thứ tiếng để truyền bá Phật pháp chứ không để tầm chương trích cú cho nhàn đàm hý luận. Con người ấy cứ tiếp tục xông pha vào nghịch cảnh để thử xem coi tâm mình có bình thường trong mọi tình huống hay vẫn còn phiền não nhiễm ô.

Thế mới biết cái “bình thường” trong đạo Phật quả không bình thường chút nào đối với thường tình thế tục. Cái tâm lúc nào cũng giữ được bình thường trong thuận duyên cũng như nghịch cảnh không phải là chuyện dễ. Thói thường chúng ta hay tìm thuận cảnh và tránh xa nghịch cảnh để cho mọi việc được hanh thông. Nhưng nếu chúng ta cứ ở mãi trong thuận cảnh thì làm gì có cơ hội thử thách xem coi tâm mình có bình thường trong mọi hoàn cảnh hay không. Người tu Phật luôn xem các nghịch cảnh là những phương tiện tốt giúp mình quan sát cái tâm “bình thường” của chính mình để tiến tu, vì nếu không thắng

được nghịch cảnh, không giữ được tâm bình thường thì còn cứu độ được ai?

Người con Phật chơn thuần phải luôn nhớ rằng cái “tâm bình thường” mà Phật và chư Tổ đã dạy ở đây vốn dĩ đã tự có trong mỗi người chúng ta, chứ không cần phải tìm cầu hay thiết lập, chẳng cần phải gượng ép dựng xây, mà chỉ cần quay lại với chính mình bằng những gì mà Đức Từ Phụ đã trao truyền. Hãy cố mà tỉnh dậy giữa cơn trường mộng, hãy cố quay về sống với cái tâm bình thường mà tự thuở giờ mình vẫn có để phá tan những vui buồn thương ghét và những lo âu kinh hoàng của thường tình thế tục, cũng như viễn ly những điên đảo mộng tưởng, từ ly tham, ly chấp, ly hận, ly mê. Hãy tỉnh thức một cách tự nhiên không gượng ép vì tu chứng nhất như, có nghĩa là tu hành và thâm nhập biển tánh không sai khác, không tìm cái gì và cũng không được cái gì, mà chỉ hằng sống với cái tâm sẵn có của mình. Sóng và nước chưa từng tự tách rời, cũng như gió và lửa vẫn chưa hề lìa nhau, thì tại sao chúng ta lại cố công trong vô vọng tách rời thân tâm nhất như của chúng ta? Chỉ khi nào chúng ta thấy rõ như vậy thì cho dù niệm có khởi có động, nhất nhất trong đi đứng nằm ngồi và mọi sinh hoạt trong cuộc sống hằng ngày đều là chơn như thì còn nói chi nữa đến giác ngộ và giải thoát? Làm được như vậy cho dù chưa đạt được cứu cánh Niết Bàn của Tam Thế Chư Phật, cuộc sống cuộc tu của chúng ta cũng đã thông dong, tự tại, an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc lắm rồi vậy!

## *Chương Ba*

### *Gia Tài Phẩm Hạnh Của Người Con Phật*

Trong vũ trụ không cùng không tận, trong cõi mông lung của trời đất bao la, con người nhỏ bé còn thua hạt bụi, hạt cát. Trong cái vĩnh viễn vô thủy vô chung của thời gian, đời người nhanh như ánh điện chớp, hoặc như một giấc chiêm bao. Kỳ thật, trăm năm hữu hạn của một kiếp con người, còn nhanh hơn làn điện chớp nữa là khác. Sự chết và sự sống của con người, sự ở và sự đi nào có khác chi sự chợt sáng và chợt tắt của tia chớp kia đâu. Cái trực trặc của chúng ta là chúng ta nhận thấy và biết được sự chớp nhoáng của làn điện chớp, nhưng có mấy ai nhận chân ra được sự chớp nhoáng của cuộc đời? Đã không nhận chân ra được cuộc đời như ánh điện chớp, như sương sa, như gió thoảng mây bay thì thôi, đằng này chúng ta còn lãng phí quá nhiều thì giờ cho những cái không cần thiết. Hãy suy nghĩ cho kỹ mà xem, quá khứ đã không còn, tương lai thì chưa đến, hiện tại rồi sẽ trở thành quá khứ trong từng sát na. Chúng ta có cách gì thay đổi những định luật vô thường này hay không? Thừa, đã từ hàng ngàn hàng triệu năm nay, từ khi con người xuất hiện trên địa cầu này đến giờ, chưa từng có ai làm được chuyện đó, ngay cả Phật. Thế mà chúng ta cứ mãi quanh co vớ vẩn với những xấu đẹp, nghèo giàu, sang hèn, sướng khổ, chết yếu, sống lâu, ngu muội, thông minh, độc ác, hiền lương, vọng động, đoạt lợi, tranh danh, thị phi, hơn thua, thanh tịnh, phiền não, an lạc, tự tại ... Cuộc sống quay cuồng hàng ngày chưa đủ cho chúng ta chóng mặt hay sao? Tại sao chúng ta lại rong ruổi thêm chi cho thêm não phiền đau khổ? Hãy lắng lòng suy gẫm để thấy rằng cảnh đời này có gì đâu để cho chúng ta đeo đuổi, lăn lộn xuống trong luân hồi sanh tử? Cảnh đời lắm nỗi sầu bi với sướng ít khổ nhiều. Hồi nào mẹ mẹ, cha cha, mà bây giờ đã là hai nắm mồ chơi vơi giữa đồng không mông quạnh. Cảnh đời này có khác chi bóng phù hoa, mới hôm nào đây còn huynh còn muội, mà bây giờ đã sanh ly tử biệt. Đời sống của một con người có khác chi hoa nở hoa tàn, hoặc giả như ánh nến đang cháy dở. Sáp rồi phải hết, nến rồi phải tắt. Rồi thì chúng ta sẽ bỏ lại tất cả, từ tiền tài, vật chất, sự nghiệp, quyền cao chức trọng, công danh phú quý, đến cha mẹ, vợ con, anh em, bà con, thân thích. Chúng ta phải bỏ lại tất cả, duy chỉ có nghiệp báo là ta phải mang theo và mang theo mãi cho đến khi

nào chúng ta chắm dứt kiếp lăn trôi mới thôi. Thêm vào đó, đúng như lời Phật dạy, chừng nào mà ta chưa có sự giác ngộ và giải thoát rốt ráo, thì chừng ấy cái sinh sẽ đi liền theo cái tử, rồi cái tử lại đi sau cái sinh, cứ thế mà trôi không ngừng nghỉ. Chừng nào mà chúng ta chưa tìm được trở về bản lai diện mục của mình, nghĩa là chưa giác ngộ và giải thoát rốt ráo, chừng đó chúng ta chưa thể nào vượt thoát ra cảnh giới Ta Bà được. Trong ba cõi sáu đường, từ Đông Thắng Thần Châu, Nam Thiệm Bộ Châu, đến Tây Ngưu Hóa Châu và Bắc Cu Lô Châu, sự sống và sự chết chỉ là một sự nối tiếp không ngừng nghỉ, thế thôi.

Theo Đức Từ Phụ thì chúng sanh, như là con người vì vô minh mà sanh ra đủ thứ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng, rồi từ đó phải thọ lãnh những khổ đau phiền não. Thế rồi khổ đau này lôi kéo khổ đau kia, phiền não này lôi kéo phiền não khác. Tất cả chỉ vì vọng động ảo tưởng mà nên, chứ có thứ gì là thiệt đâu. Thế mà chúng sanh và con người chúng ta cứ hành động, cứ mơ tưởng theo những ảo tưởng này, thì thử hỏi làm sao mà không khổ đau phiền não đây? Làm sao mà không lăn trôi lui được đây? Thế mà có mấy ai trong chúng ta chịu bỏ ra một chút thời gian nào để suy gẫm về cái nghiệp báo ấy. Ngược lại, gần như tất cả thời giờ mà chúng ta có được, chúng ta dồn hết cho tiền tài, vật chất, cho luyến ái tham dục, cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến...

Hãy cố gắng bình tâm mà suy gẫm thì chúng ta sẽ thấy, ngoài nghiệp lực đưa đẩy chúng ta vào luân hồi sanh tử, chúng ta không còn thứ gì khác. Nghiệp báo là cái gia tài duy nhất mà chúng ta phải thừa hưởng, chứ không để lại cho ai được. Chúng ta tạo nghiệp thì chính chúng ta phải thọ nghiệp. Nghiệp là nhân tố chính tạo ra luân hồi sanh tử. Nghiệp lành là ta, mà nghiệp dữ cũng là ta. Hãy cố gắng bình tâm mà suy nghĩ thì chúng ta sẽ thấy rằng đời này tuy là sự kết hợp của những thứ giả tạm đổi thay, nhưng chính những cái giả tạm đổi thay ấy là một nhân tố quan trọng quyết định cái "gia tài nghiệp báo" mà chúng ta phải thọ lãnh về sau này. Tuy không chủ trương bi quan yếm thế, nhưng Đức Từ Phụ đã nói lên một sự thật không mấy lạc quan về cõi đời giả tạm vô thường này. Đức Phật đã chỉ dạy rất rõ ràng trong các kinh điển của Ngài là cảnh đời này có lắm nỗi sầu bi, tình thân phụ mẫu mới đó đã cách xa đó; tình thương huynh đệ mới đó tan đó. Tình chồng nghĩa vợ nào có khác chi chòm mây, mới tụ đó rồi tan đó. Người đi đã yên thân với gia tài nghiệp báo của chính họ, chỉ chừa lại

cho kẻ ở nổi chơi với trống vắng. Tình nghĩa luyến ái của phàm phu nào có khác chi bọt nước, dù có thương cho mấy rồi cũng tan tành theo cơn sóng vỗ, hoặc giả cũng như cơn gió, có mạnh như vũ bão rồi cũng ta biến vào hư vô. Thế mà chúng ta cứ mãi đam mê theo ngoại cảnh mà quên đi những diễn tiến từ thô thiển đến vi tế trong thân tâm này, để rồi phải chịu khổ đau phiền não hết đời này qua kiếp khác. Hễ lúc sanh tiền mình sống như thế nào thì lúc tử biệt cũng sẽ như thế ấy. Lúc sanh tiền mà biết ăn hiền ở lành, cũng như an trú thật sâu trong thiền định thì lúc tử biệt cũng sẽ như vậy. Ngược lại, nếu lúc sanh tiền mà chất chứa ngập tràn những vọng động của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng thì lúc tử biệt sẽ cũng chất ngất như vậy, không biết chạy đi đường nào, không biết đi về đâu, hoảng sợ bối rối trước cuốn phim quay lại về cuộc đời đáng sợ của mình. Thật vậy quý vị ạ! Làm sao những kẻ cướp giết, lường gạt, nhứt là cướp giết lường gạt của Tam Bảo, của bá gia bá tánh an nhiên tự tại lúc cuối đời khi cuốn phim ấy được quay lại trước khi họ tử biệt cõi trần thế này? Tầng thức của chính họ, hay nói đúng ra là ông Phật nơi chính họ đâu có để cho họ được yên thân yên tâm. Hiểu và thấy được như vậy để ngay từ bây giờ nếu muốn có cuộc sống phẩm hạnh, chúng ta phải tu tập để chuyển hóa phàm trí phàm thức thành thánh trí giác ngộ, để thấy rằng những vui sướng tạm bợ nào khác chi lửa đốt dầu, phút chốc chỉ còn là những luồn khói, chứ có chi mà vui với sướng? Tất cả mọi sự mọi việc trên cõi đời này chỉ là dĩa tràng se cát bể đông, chỉ cần một cơn sóng nhỏ là tan là nát. Hồi nào công hầu khanh tướng hay vinh hoa phú quý, bây giờ gửi xác đồng hoang một mình, chứ phàm thức này có giúp mình mang theo được gì đâu? Hồi nào mắt đẹp mà xinh, bây giờ là gì nếu không là mắt mờ, má hóp, mà nhăn nheo? Hồi nào nhanh nhẹn lanh lợi, bây giờ tay chân yếu đuối, run rẩy. Phàm thức đâu giúp được ta gì trong việc cải lão hoàn đồng này? Bấy nhiêu đó có đủ cho chúng ta thấy được cái giả tạm thay đổi của đời người chưa quý vị? Đủ lắm rồi chứ còn gì? Hãy suy gẫm cho kỹ lại để sớm quay về mà sống một cuộc sống có phẩm hạnh từ thể xác lẫn tinh thần.

Tại sao chúng ta phải sống một cuộc sống có phẩm hạnh? Vì phẩm hạnh của thể xác và tinh thần là những nhân tố chuyển hóa những ác nghiệp thành thiện nghiệp, gỡ bỏ những bụi nhùi và cặn cáu trong tâm thức chúng ta. Nhờ vậy mà từ từ tâm trí ta được thanh tịnh. Thế nào là cuộc sống có phẩm hạnh? Cuộc sống có phẩm hạnh của người con

Phật là cuộc sống trống vắng tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng; là cuộc sống không có luyến ái tham dục. Cuộc sống phẩm hạnh là cuộc sống đơn giản và bình dị, trong đó không có bóng dáng của ngu si, mê mờ, vì ngu si mê mờ chính là nguồn gốc tạo ra khổ đau phiền não. Cuộc sống phẩm hạnh là cuộc sống chân chánh từ sự hiểu biết, suy nghĩ, hành động, cuộc sống, cố gắng, đến tỉnh thức và định tĩnh. Cuộc sống phẩm hạnh là cuộc sống thực tiễn, nói lành là làm lành, nói bố thí là làm bố thí, chứ không nói một đằng làm một nẻo. Cuộc sống phẩm hạnh là cuộc sống của những người biết gương dạy sửa sai sau những lầm lỗi. Cuộc sống phẩm hạnh là cuộc sống của những ai biết lấy giới luật làm thầy, biết tôn trọng giới luật như tôn trọng Đức Như Lai. Người có cuộc sống phẩm hạnh chẳng những không giết hại, mà còn bảo vệ chúng sanh mọi loài; chẳng những không trộm đạo, mà còn tôn trọng và bảo vệ tài sản của người; chẳng những bảo vệ hạnh phúc của mình, mà còn bảo vệ hạnh phúc của mọi người; không điêu ngoa vọng ngữ, mà nói lời xây dựng và chân thật. Cuộc sống phẩm hạnh là cuộc sống của những người đã nhìn thấy rõ vô ngã và vô thường; thấy rõ khổ đau phiền não luôn chực chờ cấu xé chúng sanh. Thấy rõ vạn vật vô thường như cánh hoa sớm nở tối tàn; thấy rõ các pháp đều vô ngã và không có tự tánh. Chính vì thế mà tâm trí người có cuộc sống phẩm hạnh luôn thanh tịnh. Chính vì thế mà người có cuộc sống phẩm hạnh luôn an nhiên tự tại trước mọi tình huống. Chính vì thế mà người có cuộc sống phẩm hạnh luôn giải thoát khỏi mọi hệ lụy của khổ đau phiền não. Và cũng chính vì thế mà "gia tài nghiệp báo" của người có cuộc sống phẩm hạnh luôn nhẹ tựa lông hồng, nếu không muốn nói là tự tại và giải thoát.

Người Phật tử thuần thành luôn nhận chân rằng "cuộc sống phẩm hạnh" sẽ làm nhẹ đi "gia tài nghiệp báo" cho kiếp luân hồi, nên họ sẵn sàng lên đường để xóa tan những luyến ái, tham dục, sân, si, mạn, nghi, tà kiến... Họ luôn giữ cho thân, khẩu, ý hướng thượng và ngay thẳng. Có như thế, đạo Phật chẳng những là một triết lý tu giải thoát, mà còn là một con đường sống hạnh phúc, sống đơn giản bình dị trong sự trống vắng của "gia tài nghiệp báo." Xin ai nấy hãy chấm dứt ngay kiểu cách "tu nói," để quay về "tu hành." Được như vậy thì cuộc sống cuộc tu của người Phật tử mới gọi là toàn thiện. Tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến không nói bỏ mà được. Ngược lại, phải từ bỏ bằng hành động cụ thể, phải ngày ngày hành trì không tham, không sân, không si

... Tháo gỡ khổ đau phiền não không nói suông mà được, chúng ta phải ngôn hành hiệp nhất thì mới mong tháo được những thứ độc hại này. Phải thực nghiệm tự thân bằng những hành động cụ thể mới mong thoát ly ra khỏi những quay cuồng vọng động bất an, phiền não và khổ đau. Phải ngày ngày hành trì rốt ráo những lời Phật dạy mới mong mang được từ, bi, hỷ, xả của nhà Phật ra ban rải cho chúng sanh mọi loài, mang yêu thương đến cho mọi người. Những người con Phật phải thuyết, tri và hành hợp nhất mới có được khả năng và bản lãnh làm những việc đáng làm, và can đảm không làm những việc không đáng làm. Người con Phật chơn thuần phải cương quyết lấy nguyện Phật làm nguyện mình và lấy hạnh Phật làm hạnh mình mới mong mang lại được hạnh phúc và an lạc lại cho mình và cho người. Mong cho ai nấy đều phát tâm Bồ Đề kiên cố và tinh tấn tu hành hầu làm nhẹ đi "gia tài nghiệp báo" của mình và của người. Làm được như vậy thì cho dù chưa được giải thoát hoàn toàn đi nữa, cuộc sống này, cuộc tu này cũng là nhẹ nhàng thanh thản lắm rồi vậy!





## *Chương Bốn*

### *Luôn Biết Quay Lại Với Chính Mình*

Chủ đích của người tu theo Phật là hiện đời có được cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc, cũng như giải thoát khỏi mọi hệ lụy của khổ đau phiền não. Muốn làm được như vậy, người con Phật phải từng giờ, từng ngày cố công tu trì để vượt thoát khỏi bức màn vô minh đã bao trùm lên tâm thức này từ vô thủy. Vì vô minh mà tâm này thức này bị ngoại cảnh khống chế. Vì bị vô minh che mờ mà chúng ta không thể nhập được với cái bản lai diện mục vô cùng, vô tận, vô biên, và vô ngại mà mình đã một lần đại đột xa lìa. Vì vô minh mà chúng ta ngày càng xa lìa ông Phật thanh tịnh vốn có của mình. Chính vì thế mà Đức Từ Phụ đã từng dạy dỗ chúng đệ tử là đừng chạy đông, chạy tây, đừng tìm cầu vớ vẩn, mà hãy quay lại với chính mình để tu, để sống. Đây mới chính là tài sản lớn nhất của người tu Phật. Tâm này đã rong ruổi xa lìa, thì con đường độc đạo để trở về với ông Phật đó phải chính là "tâm" này. Vì vô minh nên ta loạn động, vì vô minh nên ta xa lìa bản tâm thanh tịnh. Bây giờ tu tập là tự chuyển hóa mọi tâm ý như bản, là chuyển dần những ác nghiệp. Chừng nào thân tâm thanh sạch, chừng nào ác nghiệp xóa trắng, chừng đó chúng ta bắt đầu thấy được ông Phật vô cùng cao quý của chính mình. Quay lại với chính mình là như vậy đó, nó thực tế và đơn giản vô cùng. Tuy nhiên, chỉ có tự mình mới làm được điều này mà thôi. Nói cách khác, nếu ta không tự mình tu trì, thì ai sẽ tu cho ta đây? Không ai có thể làm được chuyện này, ngay cả Phật.

Tự mình quay lại với chính mình như thế nào? Trong Kinh Kim Cang, Phật có dạy: "Người mê chỉ loanh quanh lẫn lẩn trong hý luận biện giải; kể ngộ ngược lại, tự hướng vào tâm mình mà thâm thâm tiến tu để thấy được ông Phật nơi chính mình." Giác ngộ và giải thoát chính là lúc con người vượt qua được bức màn vô minh tăm tối của ngoại cảnh để tự trở về với cái bản thể trong sáng của chính mình. Lúc ấy đâu cần chi phân biệt ta tốt hay người tốt, mà là thể nhập với vô cùng, vô tận, vô biên và vô ngại của Phật tâm. Lúc ấy cuộc sống ta là cuộc sống của tự mình biết, dù cay đắng ngọt bùi, ta vẫn vậy. Lúc ấy tâm trí ta được thấp sáng bởi vô lượng quang sáng ngời và thanh tịnh của giáo pháp Phật Đà. Lúc ấy nguồn vui duy nhất của chúng ta chỉ còn là

chánh pháp và thiền duyệt. Lúc ấy chí nguyện thẳng tiến vào nhà Như Lai của ta như sóng trào gió cuộn, không một trở lực nào có thể cản ngăn được bước tiến tu ta. Lúc ấy chúng ta sẽ luôn sống trong tỉnh thức và chánh niệm, luôn biết tâm ý mình đang móng khởi cái gì, luôn theo dõi tâm ta theo từng hơi thở và nhịp đập của con tim, chứ không xao lãng cho nó tự tung tự tác, muốn đi đâu thì đi, muốn nghĩ gì thì nghĩ, hoặc muốn làm gì thì làm. Lúc ấy ta nghe rõ môn một từng tiếng lá rơi, từng tiếng nỉ non của côn trùng. Và cũng chính vì thế mà khi biết quay lại với chính mình, ta sẽ thấy rõ đâu là bờ mé của tham đắm truy cầu, đâu là mời gọi của trần cấu, và đâu là vực thẳm của vọng tình vọng thức. Lúc đó, ngoài sự tỉnh thức trong chánh niệm, ta còn có sự quân bình của niềm an vui tự tại và hạnh phúc vĩnh hằng. Lúc ấy ta luôn tỉnh lặng để lắng nghe lời Phật dạy: " Ngày hôm nay trôi qua đi, cuộc sống ta giảm đi một ngày, cũng giống cá thiếu nước, có gì đâu để mà vui trong cõi tạm bợ này. Hãy cố mà tinh chuyên tu hành, như đang cứu lửa hừng cháy trên đầu. Phải luôn nghĩ đến quỷ vô thường có thể đến lấy mạng ta đi lúc nào không hay. Phải nên cẩn thận tu hành, chớ có buông lung tâm ý cho luống qua một kiếp người." Thấy như vậy để tinh tấn tu hành và đứng vững với những trò hề nhân thế. Thấy được như vậy ta mới có cơ hoàn toàn sống với con người thực của chính mình, chứ không còn đeo những chiếc mặt nạ giả tạm nữa. Lúc ấy ta là gì nếu không không là một con người giải thoát khỏi mọi hệ lụy của khổ đau phiền não?

Mà thật vậy, lúc ta thực sự quay về với chính mình, thì từ cái hoa tàn, lá rụng, hoàng hôn ... không còn là những dị diệt tầm thường nữa, mà là những thông điệp khuyến tu tuyệt vời nhất trong cuộc hành trình trở về quê hương Phật. Lúc đó dù mạng có giảm dần như cá cạn nước, chúng ta không còn gì nữa để mà khiếp sợ, vì nước chưa hết thì cá đã hóa long rồi. Lúc đó cái chết đối với chúng ta không còn là một hình ảnh khiếp đảm nữa. Ngược lại, chữ "chết" chỉ còn là một động từ nhắc nhở chúng ta không được một giây một phút nào xao lãng thân phận một chúng sanh đang cầu đạo vô thượng giải thoát. Lúc đó cái chết không còn là một ám ảnh khủng khiếp nữa, mà chỉ là một máu chốt bình thường của cuộc sống chúng sanh. Mỗi lần nghĩ đến cái chết, tức là cái ngày mà ta phải rũ bỏ thân tứ đại này, ta luôn thầm nhủ rằng ngày ấy ta phải được ra đi một cách thanh thản và tự tại, chứ không tức tưởi nghẹn ngào, bằng cách là ngay từ bây giờ từng giờ từng ngày,

chúng ta phải tự biết mình đang tỉnh thức trong chánh niệm, luôn nghĩ nhớ và hành trì chánh pháp giải thoát. Làm được như vậy, có niệm nào chợt đến mà ta không hay biết? Làm được như vậy, một niệm tham đắm dù nhỏ, nổi lên, ta liền biết mà chặn đứng không cho nó phát sanh.

Một khi đã quay lại được với chính mình thì từng giờ từng ngày ta sống ta tu là từng ngày từng giờ của an lạc và tự tại. Ta sẽ cảm nhận rằng Ta Bà này đâu có gì đáng chán, hoặc đáng sợ. Ngược lại, từng giây từng phút ta hiện hữu là từng giây từng phút của thanh tịnh tuyệt vời. Lúc ấy, sanh, già, bệnh, chết của luật vô thường sẽ không còn là niềm ưu tư không cùng tận nữa, mà chúng sẽ là những chất liệu khuyến tu tuyệt diệu. Lúc ấy ta sống trọn vẹn với từng giây từng phút trong hiện tại, sống một cách tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc. Lúc đó dù mưa vô thường vẫn rơi, gió vô thường vẫn thổi, nhưng sẽ không có một chút trần cấu nào của ngũ dục ngũ trần có thể bám víu được ta. Khi đã quay lại được với chính ta thì ta sẽ hoàn toàn ý thức một cách rõ ràng về những chuyện mình nghĩ, thấy biết và hành động. Lúc đó bất cứ chuyện gì xảy ra quanh ta, ta đều biết, nhưng không phê phán, cũng không vướng mắc. Như vậy thì cho dù ta không mong cầu, trí huệ vẫn phát. Lúc ấy, dù cái gì đã xảy ra trong quá khứ, hoặc cái gì sẽ xảy ra trong tương lai, hoặc giả những gì đang xảy ra trong hiện tại, không còn là những bức bách của cuộc sống ta nữa. Ngược lại, chúng chỉ là những làn gió nhẹ thoảng qua cho mát da mát thịt của một con người tự tại và an lạc mà thôi. Lúc ấy cho dù ta đang sống như một Huệ Năng với niềm cô đơn bất tận, hoặc làm một kẻ lữ hành đơn lẻ nhứt, ta vẫn an nhiên và tự tại, chẳng những ta không trụ vào bất cứ gì, mà còn tự tay đập nát những thành lũy cuối cùng của sanh, lão, bệnh, tử, để đi thẳng một đường vào nhà Như Lai.

Tóm lại, muốn quay về với chính mình để tìm một cuộc sống tỉnh thức và hạnh phúc, cũng như một cuộc tu giải thoát, trước hết chúng ta phải tự thành thật với chính ta, phải biết chúng ta đang ở đâu trên đoạn đường giải thoát. Đại lộ giải thoát thênh thang rộng rãi, ai cũng đi được, nếu muốn. Nếu tự nhận thấy rằng ta chưa từng bước vào con lộ ấy, xin hãy bước vào. Nếu thấy ta mới bước vào, xin hãy bắt đầu cuộc hành trình, chứ đừng trì hoãn nữa, chúng ta sẽ không còn nhiều thì giờ nữa đâu. Chỉ có tự mình mới biết mình đang ở đâu mà thôi. Chỉ có tự mình mới biết mình đang giữ giới hay phá giới. Ngoài ta ra, không còn

một thứ gì để nói cả. Xin đừng rong ruổi, đừng tiếp tục biện giải hí luận nữa. Xin hãy bình tâm lắng đọng và đối diện với chính mình. Muôn pháp là ở nơi mình, sanh diệt gì cũng ở nơi mình, hễ mê là chúng sanh lăn trôi, còn ngộ là bậc đại giác, là giải thoát, là Phật.

## *Chương Năm*

### *Biết Tu Hành Giải Thoát*

Giải thoát là lìa bỏ mọi trói buộc để được tự tại, giải thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử, cởi bỏ trói buộc của nghiệp hoặc, thoát ra khỏi những khổ đau phiền não của nhà lửa tam giới. Giải thoát khỏi những khổ đau phiền não do hiểu được nguyên nhân của chúng, xuyên qua thực hành Tứ diệu đế mà xóa bỏ hay làm biến mất những nhớ bản ấy. Giải thoát đánh dấu sự loại bỏ những ảo ảnh và đam mê, vượt thoát sinh tử và đạt tới cứu cánh Niết bàn. Phải nói một cách khẳng định rằng tất cả giáo pháp nhà Phật đều nhắm vào việc giải thoát con người khỏi những khổ đau phiền não ngay trong kiếp này. Các lời dạy này đều có cùng một chức năng giúp đỡ cá nhân hiểu rõ phương cách khởi dậy thiện tâm và từ bỏ ác tâm. Thí dụ như dùng bi tâm để giải thoát sân hận, dùng vô tham để giải thoát lòng tham, dùng trí tuệ để giải thoát si mê, dùng vô thường, tướng và khổ để giải thoát sự ngã mạn cống cao. Đối với người tại gia còn có bốn phận đối với tự thân, gia đình, tôn giáo và xứ sở, Đức Phật đã khuyên nên từng bước tu tập các nghiệp không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không làm những hành động do chấp trước hay tham sân si và sợ hãi tác động, không tiêu phí tài sản bằng những cách uống rượu, la cà đường phố, tham dự các tổ chức đình đám không có ý nghĩa, không đánh bạc, không làm bạn với người xấu và không nhàn cư (vì cổ đức có dạy ‘nhàn cư vi bất thiện.’). Ngoài ra, người tại gia nên luôn giữ gìn tốt sáu mối quan hệ gia đình và xã hội: liên hệ giữa cha mẹ và con cái, giữa vợ chồng, giữa thầy trò, giữa bà con thân thuộc, giữa láng giềng, giữa người tại gia và người xuất gia, giữa chủ và thợ, vân vân. Các mối quan hệ này phải được xây dựng trên cơ sở tình người, sự thủy chung, sự biết ơn, biết chấp nhận và cảm thông với nhau, biết tương kính lẫn nhau vì chúng liên hệ mật thiết với hạnh phúc cá nhân trong những giây phút hiện tại. Chính vì thế mà Phật Pháp được gọi là Pháp Giải Thoát.

Phật giáo, ngoài những giáo lý thực tiễn và thích hợp với một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc, còn là một triết lý giải thoát rất ráo tuyệt vời so với bất kỳ triết lý và tôn giáo nào hiện đang có mặt trên hoàn vũ. Chính vì vậy mà chư tôn thiền đức thường nói rằng tài

sản lớn nhất của người tu Phật là biết tu hành giải thoát. Đức Thích Tôn Từ Phụ đã nói quá rõ ràng về những giáo pháp của Ngài, đó là những phương tiện thù thắng có công năng đưa chúng sanh vượt qua đại dương của luân hồi sanh tử. Đạo Phật không quá chú trọng về thiêng liêng thần quyền mê tín, mà cũng không chú trọng về vật chất xa hoa. Ngược lại, đạo Phật là trung đạo. Với đạo Phật, con người mới thật là quan trọng. Nhân thị tối thắng, năng sanh nhứt thiết chư thiện pháp. Đúng như lời Phật dạy trong Kinh Hoa Nghiêm. Con người là tất cả. Con người chủ động tất cả mọi tạo tác từ thiện lành đến ác độc. Có một số người cho rằng, đời là biển khổ mênh mông, nên chi tu theo Phật là phải tu giải thoát chứ không một thứ gì khác có thể chen vào được. Với họ tu là phải thiền như vậy nè mới là tu, chứ trì chú, tụng kinh, niệm Phật đều là đồ bỏ, đều là sơ cơ, không thể nào đi đến đại định được. Vì suy nghĩ như vậy nên họ quay ra đả kích những người thâm thâm phước huệ song tu. Những con người túy sanh mộng tử này chỉ một bề khoa trương và hí luận biện giải về những điều mà họ đã đọc được trong sách vở. Theo họ, Phật đã dạy nước biển chỉ thuần một vị mặn, và giáo lý của Phật cũng chỉ thuần một vị giải thoát. Thật tình mà nói, nhiều khi chính họ cũng chẳng biết thế nào là giải thoát, thế mà đi đâu đến đâu họ cũng ôm chặt vào hai chữ giải thoát. Với họ, giải thoát phải là một cái Niết Bàn siêu hình huyền hoặc nào đó. Từ đó hẳn thấy ai tu phước là họ đả kích chê bai. Họ luôn cho rằng phải tu như Ngài Huệ Năng ấy mới mong thành Phật. Nghĩa là bất ứng sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp nhi sanh kỳ tâm. Nghĩa là "Ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm." Họ quên rằng một khi phát nguyện tu hành thì ai ai cũng phải phát nguyện như vậy. Tuy nhiên, từ sau Lục Tổ Huệ Năng đến nay, có mấy ai có được cái phong thái của Ngài Huệ Năng? Không có mấy ai. Vậy thì tại sao chúng ta không chịu làm một cái gì đó để có được cái phong thái Huệ Năng, mà cứ quanh quẩn hí luận biện giải và chấp chặt vào cái "ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm" này? Pháp môn Phật là vô biên vô lượng. Trong tám vạn tư pháp tu, tu theo pháp nào cũng được, duy chỉ có một điều là phải thực nghiệm tự thân mà tu, chứ không hề có việc tu tất trong đạo Phật. Vậy thì đừng ai chỉ trích hay chê bai ai trong pháp môn tu tập. Tu làm sao cho mình bớt khổ, cho người bớt khổ, cho đời bớt khổ, ấy là pháp môn thích hợp cho mình. Tu làm sao mà phá tan được cái ngã chấp, tướng chấp và pháp chấp, ấy là pháp môn hữu hiệu. Tu làm sao mà tự thân tự tâm vượt thoát khỏi mọi

hệ lụy của khổ đau phiền não, ấy là tu giải thoát. Đừng chê ai tu phước, cũng đừng bắt ai phải tu như mình mới là tu huệ. Coi chừng lắm khi tu như mình, có thể là không tu hoặc tu ma cũng không chừng. Trong đạo Phật, không có tu tất, nghĩa là không từ trên trời rơi xuống để đi thẳng vào thiền định và phát trí huệ được. Nếu không tinh tấn bố thí, trì giới, nhẫn nhục, thì đừng bao giờ nói đến thiền định và trí huệ. Tại sao lại như vậy? Dễ hiểu thôi. Muốn đi từ điểm này đến điểm khác phải có phương tiện, hoặc đi bộ, hoặc đi xe, đi thuyền, đi máy bay, vân vân. Tu hành cũng vậy, thiền định và trí huệ là điểm sáng, muốn có điểm sáng phải có máy phát điện. Nghĩa là muốn thiền định được và phát trí huệ, thì việc trước tiên là phải thúc liễm thân tâm bằng tinh tấn, bố thí, trì giới, nhẫn nhục. Trì giới chính là con thuyền Bát Nhã, trong khi bố thí là chất keo làm cho thuyền không rỉ nước, nhẫn nhục chính là chiếc bánh lái, và tinh tấn là năng lượng. Như vậy không trì giới thì lấy thuyền đâu để đèo bả nạn? Cho dù có trì giới mà không mở lòng bố thí cúng dường, thì cũng như con thuyền không được trét keo, làm sao dám hạ thủy đây? Có trì giới, có bố thí, mà không chịu nhẫn nhục và tinh tấn, thì cũng như con thuyền đã được hạ thủy, nhưng lại không có bánh lái và nhiên liệu, làm sao thuyền chạy đây? Như vậy, người tu Phật mà thiếu một trong những hạnh từ tinh tấn, đến bố thí trì giới và nhẫn nhục, thì không thể nào thiền định và phát trí huệ được. Nếu có thiền, thì cũng chỉ là giỡn chơi cho qua ngày tháng vậy thôi, chứ không giúp ích gì được cho công cuộc tu tập đâu. Những hạng người này, nếu có thiền, thì cũng chỉ là lái thuyền đi vòng vòng trong biển luân hồi sanh tử, chứ không đi được tới đâu hết. Ấy là nói về thí dụ, còn thực tế thì giải thoát là cái gì? Giải thoát không phải là tìm về một cái Niết Bàn xa xôi nào đó, cũng không phải là đợi đến chết, mà là giải thoát ngay trong những giây phút hiện tại. Con người muôn thuở vẫn là con người của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng, thoát khỏi những thứ này là giải thoát, chứ đợi phải về đâu mới gọi là giải thoát đây? Sẽ không bao giờ có một thứ Niết Bàn khác hơn Niết Bàn của hiện tại tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc này đâu. Thế nên làm việc gì mà không gây khổ đau phiền não cho mình, cho người và cho đời, ấy là giải thoát, là niết bàn. Cứ như thế mà chúng ta giải thoát một cách tương tục cho đến khi bỏ thân tứ đại, thì lúc ấy chúng ta đang là gì nếu không là đang ở điểm giải thoát cuối cùng? Trong Kinh Lăng Nghiêm, Đức Từ Phụ đã khẳng định: "Tu

hành là phá trừ tà kiến và ác kiến." Như vậy Ngài đã nói quá rõ rồi còn gì nữa để cho chúng ta biện với luận? Nếu chỉ cần ngồi như như bất động mà được thành Phật thì khúc cây, cục đá đã thành Phật từ khuya rồi. Hỡi những con người tụy sanh mộng tử, hãy quay ngay trở về với chánh pháp mà tu hành, hãy đi đúng hành đúng y như lời Phật dạy, từ bố thí, trì giới, tinh tấn, nhẫn nhục, đến thiền định, trí huệ, thì giải thoát sẽ là đây, niết bàn sẽ là đây, trong những phút giây hiện tại này. Điểm quan trọng trong Phật giáo là không nói mà được giải thoát. Ngược lại, muốn được quả giải thoát phải gieo nhân giải thoát. Muốn không khổ đau phiền não thì đừng gieo nhân đau khổ phiền não. Muốn không bị tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến không chế thì đừng chạy theo ôm chân chúng. Muốn được như vậy, không phải học suông mà được, cũng không ai cho, và cũng không ai làm giùm ta được. Muốn được như vậy, tốt hơn hết là chúng ta nên thâm thâm đi theo con đường Bát Thánh Đạo mà năm xưa Đức Từ Phụ đã một lần đi và đến. Có chánh kiến, chúng ta sẽ phân biệt được đâu là thiện ác, chánh tà, tốt xấu, phải quấy, để mà theo và không theo, ấy là giải thoát. Thấy điều có lợi cho mình và cho người thì làm, ngược lại không làm điều gì tổn hại cho mình và cho người, ấy là tránh được khổ đau, ấy là giải thoát. Làm việc gì cũng khiến cho mình và cho người được vui, ấy là giải thoát. Thấy người đói khát, ta giúp đỡ cho cái ăn cái uống, ấy chẳng những là giúp người qua cơn hoạn nạn, mà còn giúp ta có cơ hội gieo ruộng phước điền. Thấy người lo âu sầu muộn, ta tìm cách khuyên lơn an ủi cho họ bớt đi phiền muộn, ấy là giải thoát. Đối với tự thân, luôn hành trì hương thượng, không bị tham lam, hoặc hưởng thụ dục lạc sai khiến, không bị sân hận si mê dẫn dắt để ta tiếp tục lăn trôi, ấy là giải thoát. Đối với mọi người ta đem tâm Đại Bi thương xót và giúp đỡ mà không bị vướng mắc, ấy là giải thoát. Biết mình còn phạm phước, còn những thói hư tật xấu và cố gắng cải hóa, ấy là ta đang đi trên con đường giải thoát. Biết nhân nào duyên nào tạo ra đau khổ mà tránh không gây tạo, ấy là giải thoát. Biết lấy bố thí để đối trị tham lam và bôn sẻn, là giải thoát. Biết lấy vô thường để đối trị lòng ham sắc ham tài, là giải thoát. Biết niệm sanh niệm diệt, niệm tới niệm đi, không sao đếm nổi nên không theo, là giải thoát. Không để cho những màu sắc rực rỡ, thời trang và âm thanh lôi kéo thị hiếu, nên không theo và không phải còng lưng ra trả nợ, ấy là giải thoát. Không bị tài sản, vật chất, quyền uy, địa vị lôi kéo ta vào cuộc đấu trường, ấy là giải thoát. Không giết



hại các sinh vật để không gây thù chuốc oán, là giải thoát. Không trộm cướp tài sản của người, làm người buồn khổ, làm ta bất an, là giải thoát. Không tà dâm để đi đến phá hoại gia cang của người, là giải thoát. Không vọng ngữ, nói dối, nói lười hai chiều, nói lời đâm thọc, nói lời ác độc chửi rủa để hại người và làm cho người sầu khổ, là giải thoát. Không vị kỷ mà vị tha, là giải thoát. Không ngã mạn cống cao mà khiêm cung từ tốn, là giải thoát. Không sân hận đùng đùng, mà nhu hòa nhẫn nhục, là giải thoát.

Tóm lại, giải thoát trong đạo Phật là đây, là những pháp môn thực tiễn nhất. Đừng đi tìm bất cứ sự giải thoát nào khác hơn những giải thoát trên chỉ cho phí thêm thì giờ vô ích. Không và sẽ không bao giờ có một thứ giải thoát nào có thể được gọi là tốt ráo hơn những cái đơn giản này trong cuộc sống cuộc tu của ta đâu. Người con Phật phải thấy cho rõ mục đích và chân nghĩa của sự giải thoát để tận lực chuyển hóa những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến thành bố thí, khoan dung, nhu hòa, nhẫn nhục, khiêm cung từ tốn, tín tâm và chánh kiến, vân vân. Người con Phật phải thấy cho rõ không còn sự giải thoát nào tốt ráo hơn là sự chuyển hóa từ ngụy giả ra chân thật, từ độc ác ra hiền từ, từ chấp trước ra buông xả, từ ngu si mê muội ra trí huệ sáng ngời. Hãy dẹp bỏ đi cái quan niệm siêu hình hoặc huyền hoặc về giải thoát. Giải thoát là thực tế, là rõ ràng, là đơn giản. Thí dụ nói rằng đời là khổ đau phiền não, bây giờ ta tu cho bớt hoặc hết phiền não khổ đau, ấy là giải thoát, chứ còn sự giải thoát nào khác hơn sự giải thoát này? Tự thuở giờ ta bị tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến trói buộc, bây giờ ta tu để tự mình cởi trói, ấy là giải thoát, chứ có gì cao siêu huyền hoặc đâu? Tự thuở giờ chúng ta bị tập khí nhiều đời chúng vây hãm và xúi giục ta lăn trôi tạo nghiệp, bây giờ tu là dẹp đi những tập khí ấy, thế là giải thoát. Đừng tiếp tục hí luận biện giải, hoặc đi tìm một định nghĩa siêu hình, huyền hoặc và khó hiểu cho hai chữ "giải thoát" nữa, đừng chấp ai tu phước tu huệ nữa. Hãy quay lại tự thân mà kiểm chứng xem coi mình đã có thực hiện được những giải thoát đơn giản mà Phật Tổ đã chỉ dạy hay chưa? Ngài đã thực hành, đã đi và đã đến chỗ "giải thoát" tốt ráo bằng con đường này, chúng ta há có con đường nào khác để tu hay sao? Thưa không. Ngày qua tháng lại, hết xuân đến hạ, hết hạ đến thu rồi đông, thời gian như bóng câu qua cửa sổ, nó đi và đi mãi, không chờ đợi ai. Còn chúng ta, mới hôm nào đây tuổi thanh xuân mơn mớn, mà nay đầu đã bạc, răng long, da nhăn gổm mồm, mắt mờ, tai

điếc, thế mà chúng vẫn không sớm kinh vì, vẫn tiếp tục lăn trôi tạo nghiệp, quả là đáng tội nghiệp vô cùng ! Có biết đâu rằng một ngày ta sống là một ngày ta đang đi gần đến nhà mồ. Hãy tỉnh ngộ lên hỡi những người con Phật! Cái chết nó đến với ta từng phút, từng giây, hoặc từng sát na ta sống. Hãy cố mà buông bỏ tất cả tham luyến, ái dục, danh, tài, lợi, sắc, cũng như mọi hệ lụy của khổ đau phiền não để làm một cuộc cúng dường cao tột nhất lên mười phương ba đời chư Phật: Trở về đất Phật ngay trong những phút giây hiện tại này.

## *Chương Sáu*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Ngọn Đuốc Tuệ Chánh Pháp*

Gần hai ngàn sáu trăm năm trước đây, mặt trời vẫn soi sáng khắp năm châu hoàn vũ, nhưng nhân loại và chúng sanh chẳng những vẫn phải rong ruổi trong mê đồ tăm tối, mà còn cam tâm làm nô lệ cho thần quyền bạo ngược. Trong hoàn cảnh nghiệt ngã ấy, Đức Thích Ca Mâu Ni đã thị hiện. Ngài đã nâng cao Đuốc Tuệ ngay giữa vòm trời tuyết sơn Hy mã. Ngọn đuốc ấy đã sáng rực gần hai mươi sáu thế kỷ nay, đang soi sáng các hang cùng ngõ hẻm của năm châu hoàn vũ, và sẽ còn tiếp tục sáng soi mãi mãi, vì đây là ngọn đuốc của chân lý. Hễ nơi nào có ánh sáng là bóng tối phải chào thua, nơi nào có chơn lý là ngụy giả phải rút lui, và nơi nào có bình đẳng công lý thì thần quyền bạo ngược phải tiêu tan. Vâng, mục đích tối thượng của đạo Phật là cuộc tu giải thoát rốt ráo để vượt thoát ra khỏi sự cuốn hút của luân hồi sanh tử. Tuy nhiên, đạo Phật sống động và thực tiễn đến độ Đuốc Tuệ của Phật Tổ Gotama có thể soi đường dẫn lối cho chúng sanh muôn loài, nhất là con người, có được một cuộc sống tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc. Đặc biệt là tại Việt Nam, ánh đuốc ấy đã hòa đồng với Khổng, Lão, cũng như những truyền thống cổ truyền cao đẹp khác của dân tộc, để tự biến thành những nguyên lý sống tu tuyệt vời cho dân tộc. Ánh đuốc ấy đã so vai sát cánh và cùng chia sẻ ngọt bùi với dòng lịch sử dân tộc trong suốt gần hai ngàn năm nay, đã cống hiến cho đất nước vô số những anh hùng liệt nữ, đã làm tốt đạo đẹp đời qua bao thăng trầm của các triều đại. Thật vậy, Phật giáo là con đường sống hài hòa, không bất cập, không thái quá, không giáo điều cực đoan, không thần quyền mê tín một cách mù quáng, không bạo động, cũng không chủ trương dùng võ lực để bành trướng tôn giáo của riêng mình. Đuốc Tuệ của Phật Tổ đã soi sáng và vạch rõ cho chúng sanh muôn loài thấy đâu là trí tuệ, đâu là từ bi hỉ xả, còn đâu là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Đức Từ Phụ cũng đã từng khẳng định rằng tất cả mọi người đều có khả năng thành Phật, vì ai ai cũng có sẵn Phật tánh nơi chính mình. Tuy nhiên, muốn tìm về với ông Phật nơi chính mình, đuốc Tuệ Phật Tổ đã sẵn sàng soi sáng, theo hay không theo là hoàn toàn tùy thuộc ở mỗi người chúng

ta. Nếu chúng ta biết y nương theo Đuốc Tuệ thì chúng ta sẽ biết kết hợp một cách hài hòa giữa trí tuệ và từ bi hỉ xả, trong cả tư tưởng, lời nói và hành động, để tránh xa tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng, hầu đạt tới giác ngộ và giải thoát. Ví bằng chúng ta không theo, thì chúng ta sẽ tiếp tục cuộc hành trình này trong mê đồ tăm tối, chứ không ai có quyền bắt ép chúng ta.

Những người con Phật chơn thuần là những người biết nương theo đước Tuệ, nghĩa là biết đem tam tạng kinh điển ra biến thành những món ăn tinh thần và đạo đức thiết thực cho đời sống hằng ngày, biết làm tất cả những gì có thể làm được hầu rút ra hết những tinh hoa mẫu nhiệm của Phật pháp với một mục đích duy nhất là làm tốt đạo đẹp đời. Muốn làm được những điều này không phải là chuyện dễ, người con Phật phải vận dụng tất cả đại hùng, đại lực, đại trí, đại bi mới có thể tin những việc khó tin và làm những việc khó làm này. Nhất là đối với những người con Phật tại gia, phải vừa cố gắng tinh tấn trì trai, giữ giới, bố thí, nhu hòa, nhẫn nhục, tham thiền nhập định; mà còn phải vừa làm việc để mưu sinh. Con người ấy phải vừa tu tâm dưỡng tánh, mà cũng vừa giữ sao cho thân thể được lành mạnh tráng kiện, đồng thời phải vừa phát tâm Bồ Tát, dẫn thân giúp đỡ mọi người, để cùng nhau xây dựng, phát triển và duy trì một thế giới Cực Lạc ngay trong những giây phút hiện tại này. Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Đêm rất dài với những kẻ mất ngủ, đường rất xa với kẻ lữ hành mỗi mệt. Cũng thế, vòng luân hồi sẽ tiếp nối vô tận với kẻ ngu si không mình đạt chánh pháp (Pháp Cú 60). Hăng hái đừng buông lung, làm lành theo Chánh pháp. Người thực hành đúng Chánh pháp thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 168). Hãy làm lành theo Chánh pháp, việc ác tránh không làm. Người thực hành đúng Chánh pháp, thì đời này vui đời sau cũng vui (Pháp Cú 169).

Đuốc Tuệ của Phật Tổ không dành để soi cho những người đã chết hay sắp chết, ánh đước ấy dành cho những chúng sanh còn khang kiện, còn có thể tự mình bước chân về nẻo Bồ Đề như lời căn dặn của Phật Tổ năm xưa : "Mọi người hãy cố dồn hết tâm trí và nỗ lực vào việc tự mình cải hóa ngay trong những giây phút còn linh kiện, hầu góp phần xây dựng thế giới Cực Lạc cho chính bản thân và gia đình, cũng như những người thân thương quanh mình. Chỉ có tự mình làm, chứ không ai có khả năng làm thay mình được, ngay cả Phật." Phật ngay tại tâm chứ không ở đâu xa. Lên rừng, xuống biển, vào núi, hoặc chạy đông

chạy tây cũng bằng thừa. Tâm mà trong sáng thì Phật trụ xứ, tâm mà u mê thì cho dù có làm quốc vương hay đại thần, Phật cũng chào thua mà chạy trốn. Chính vì thương xót chúng sanh mọi loài mà Phật Tổ đã thị hiện. Ngài đã nâng cao Đuốc Tuệ nhằm soi sáng cho chúng sanh mọi loài thấy được đâu là đường chánh nẻo tà, đâu là chơn nguy, đâu là khổ đau phiền não, còn đâu là an lạc niết bàn. Tuy nhiên, ánh đuốc ấy sẽ không có công năng với những kẻ đui tu mù luyện, hoặc những kẻ ngã mạn cống cao, không biết tự cải hóa nơi bản thân bản tâm của mình, không biết phát đại hùng đại lực hầu dẹp ngay những tham, sân, si để bước lên nẻo Bồ Đề. Đạo Phật không bao giờ là đạo của lý thuyết suông, lại càng không là đạo của nhàn đàm hý luận. Đạo Phật phải là đạo của thực tiễn, của những gì có thể mang ra áp dụng ngay vào cuộc sống hằng ngày này bởi vì lý do duy nhất cho sự thị hiện của Phật Tổ là "khai thị cho chúng sanh được ngộ nhập tri kiến Phật." Đức Phật vì đời mà thị hiện thì những giáo lý của Ngài cũng phải vì cuộc đời này mà có, giáo lý ấy vừa giúp làm tốt đạo, mà cũng vừa giúp làm đẹp đời. Giáo lý ấy nếu không phải là một nghệ thuật sống đẹp, sống xứng đáng, sống hồn nhiên, sống nhịp nhàng với cả tâm hồn lẫn thể xác, với cả ta lẫn người thì không còn một giáo lý nào khác có thể nói được ở đây nữa. Giáo lý ấy không có bờ mé giữa đạo và đời, vì nó vượt lên trên tất cả những mâu thuẫn phàm tình. Đuốc Tuệ của Thế Tôn đã soi rõ cho chúng ta thấy khổ đau phiền não của chúng sanh nói chung và của con người nói riêng, là do nơi chúng ta tự giam mình trong lao tù lục đạo; tự giam mình trong tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng; tự mình không biết tu tâm dưỡng tánh, không biết làm lành lánh dữ, không biết tự tịnh kỳ ý, không biết suy gẫm quán tưởng... Đuốc Tuệ của Phật Tổ soi sáng đến đâu thì từ bi hỉ xả, khiêm cung từ tốn, nhu hòa nhẫn nhục, vị tha bác ái, công bằng bình đẳng lan rộng đến đấy. Đuốc Tuệ của Thế Tôn soi sáng đến đâu thì từ cá nhân, gia đình, học đường, xã hội và quốc gia đều đạt tới tuyệt đỉnh của cuộc sống hài hòa, an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc đến đó. Đuốc Tuệ ấy đã từng giúp làng xã và dân tộc chúng ta cố gắng làm những việc thiện lành, cố gắng giữ tình hòa hiếu xóm giềng và làng nước. Từ gần hai ngàn năm nay, cũng chính Đuốc Tuệ ấy đã soi sáng vào nội tâm dân tộc Việt Nam, khiến cho mọi người đều tránh xa thần quyền bạo ngược và quay về với từ bi hỉ xả, lúc nào cũng trân

quý những truyền thống cao đẹp của cha anh, nhưng sẵn sàng tiếp nhận những điều hay lẽ phải từ bất cứ phương trời nào đưa tới.

Chính nhờ ánh sáng của Đuốc Tuệ mà Phật Tổ đã trao truyền nên những người con Phật luôn muốn tự cải hóa bản thân bản tâm để trở thành những con người lương hảo nhứt trên địa cầu này, luôn tự giác, tự hành và luôn tu tâm dưỡng tánh, từ không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời đâm thọc, không kiêu căng tự phụ, không bỗ sèn ích kỷ, không sân hận, không ty hiên oán ghét ai, không si mê tà kiến, không thiên kiến định kiến, không chấp ngã chấp pháp chấp tướng, không gây bất hòa chia rẽ, không nói lời thô bạo cộc cằn hay chưởi rửa, không uống những chất cay độc gây tai hại cho bản thân và gia đình. Chính nhờ Đuốc Tuệ của Phật Tổ sáng soi mà cuộc sống của những người con Phật, cho dù chưa gọi là giải thoát, cũng không quá khổ đau phiền não, cực đoan cố chấp, hay tranh đua trong tức tưởi ... Ngược lại, người con Phật luôn sống với cái tâm bình thường, luôn sống với chính mình một cách trọn vẹn trong những giây phút hiện tại. Nhờ Đuốc Tuệ mà những người con Phật luôn biết hướng nội để quán tưởng đến ông Phật sẵn có trong lòng mình, chứ không vọng bản ngoại vọng, không chạy theo hình tướng giả dối bên ngoài. Con người ấy luôn tâm niệm rằng Phật hay ma chỉ khác nhau ở chỗ giác hay mê mà thôi. Khi mê là ma còn khi giác là Phật, đơn giản và dễ hiểu như vậy đó. Chính nhờ Đuốc Tuệ của Phật Tổ trao truyền mà bản thân của người con Phật luôn tâm niệm phải làm việc chân chính để có cuộc sống chân chính, miệng luôn nói ra lời ngay thẳng để được lợi mình lợi người, ý nghĩ luôn trong sáng và hàm chứa những điều hay lẽ phải trong mọi tình huống, cuộc sống của người con Phật luôn là cuộc sống có tình có lý, có từ bi nhân bản thấm nhuần trong nền tảng đạo đức dân tộc dưới ánh sáng Đuốc Tuệ của Phật Tổ.

Tóm lại, dưới ánh sáng ngời của Đuốc Tuệ, người con Phật luôn nhìn thấy được bốn tâm của chính mình, luôn nhìn thấu suốt mọi sự vật, luôn thấy cả quá khứ và vị lai cùng hòa nhập trong từng nhịp thở tĩnh lặng một cách trọn vẹn của hiện tại. Với Đuốc Tuệ sáng ngời của Phật Tổ, những người con Phật chơn thuần luôn có khả năng nhận thức như thực để vượt thoát ra những cái vỏ ốc "tự ngã" đã bấy lâu nay tàng trữ vô số tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Chính cái vỏ ốc "tự ngã" này đã đưa đẩy chúng ta lăn trôi không ngừng

ngủ trong vô lượng kiếp luân hồi sanh tử. Dưới Đuốc Tuệ sáng ngời của Phật Tổ, tất cả những thứ này đều phơi bày ra ánh sáng. Với Đuốc Tuệ sáng ngời của Phật Tổ, người con Phật không còn cảm thấy bị thời gian thôi thúc, dục giả nữa, không còn ham muốn vội vã tạo lập sự nghiệp, hoặc giả không còn tôn vinh "thời gian" là tiền bạc nữa. Ngược lại, với người con Phật chơn thuần, không có một ý nghĩa khả dĩ nào cho thời gian cả, nếu có chăng nữa, thời gian chỉ là sự sống, sống trọn vẹn trong tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc.





## *Chương Bảy*

### *Biết Tự Chiến Thắng Mình*

Theo Phật giáo, tự chiến thắng mình có nghĩa là tự làm chủ lấy mình hay tự chủ, tự làm chủ những cảm kích, những xúc động, những ưa thích và ghét bỏ. Những điều này thật là khó thực hiện vô cùng. Chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Dù có thể chinh phục cả triệu người ở chiến trường, tuy nhiên, chiến thắng vẻ vang nhất là tự chinh phục lấy mình.” Thật vậy, tự chiến thắng lấy mình là chìa khóa để mở cửa vào hạnh phúc. Đó là năng lực của mọi thành tựu. Hành động mà thiếu tự chủ ắt không đưa đến mục tiêu nhất định nào mà cuối cùng là thất bại. Chỉ vì con người không tự chủ được tâm mình nên bị đủ thứ xung đột phát sanh trong tâm. Vì vậy mà tự chủ là tối quan trọng và thiết yếu cho bất cứ người tu Phật nào. Theo Đức Phật, hành thiền là con đường hay nhất dẫn đến tự chủ. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức là phần nòng cốt của sự hiện hữu của con người. Tất cả những kinh tâm lý như đau khổ và thích thú, buồn vui, thiện ác, sống chết... đều không đến với ta bằng tác nhân ngoại lai. Chúng chỉ là hậu quả của những tư tưởng và hành động của chúng ta. Chính hành động cũng xuất phát từ tư tưởng. Do đó trong guồng máy phức tạp của con người, tâm là yếu tố quan trọng vô cùng. Tự chế hay tự chủ hay tự kiểm soát, đặc biệt là kiểm soát các giác quan. Tự chế cũng có nghĩa là trì giới là một trong mười khí giới của Bồ Tát, vì vứt bỏ tất cả sự hủy phạm. Chư Bồ Tát an trụ nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh.

Trong thời Phật còn tại thế, đã có lắm luận sư Bà La Môn đến vấn nạn Phật về nhân sinh quan, vũ trụ quan, sanh tử, Niết bàn... Nghe xong Phật chỉ mỉm cười chứ không bao giờ Ngài trả lời cho những kẻ vấn nạn Phật pháp. Không phải Ngài không có khả năng trả lời những câu hỏi này. Tuy nhiên, với Ngài, vấn đề cấp thiết trước mặt của con người hãy còn ngổn ngang chưa giải quyết được, thì giờ đâu để nhàn đàm hí luận những chuyện không đâu. Chính vì thế mà Đức Thế Tôn đã khẳng định trong các thời pháp của Ngài rằng: “Giáo pháp của Thế Tôn nhiều như lá cây trên rừng. Tuy nhiên vì chúng sanh ám độn lại thêm căn tính ưa nhàn đàm hí luận, nên ta chỉ nói những gì cần nói và những gì thích hợp với căn cơ của chúng sanh mà thôi.” Thật vậy, đạo

Phật là một chơn lý có thể đáp ứng được mọi khía cạnh cuộc đời, từ nhân sinh quan đến vũ trụ quan. Ai muốn du hành vào tam thiên đại thiên của thế giới Hoa Nghiêm thì cứ du hành, nhưng Phật khuyên mọi người hãy cố gắng áp dụng Phật pháp vào đời sống hằng ngày để xây dựng cá nhân đạo đức, gia đình hạnh phúc và xã hội lành mạnh trước đã. Tuy nhiên, bản chất cố hữu của đạo Phật vẫn là nói dễ khó làm. Chính vì thế mà Đức Từ Phụ đã khẳng định: “Chiến thắng vạn quân không bằng chiến thắng chính mình. Tự chiến thắng mình mới là chiến công oanh liệt nhất.” Tất cả đại hùng đại lực của đạo Phật đều nằm ở chỗ tự chiến thắng lấy mình. Tại sao chúng ta phải tự chiến thắng lấy mình? Tất cả những gì đang xảy ra đều bị sự khuấy động của từng cá nhân. Thử hỏi tất cả những phân biệt nhân ngã, thành kiến, cống cao ngã mạn, hung tàn, bạo ngược, thị phi, tranh chấp, ganh ghét, đố kỵ, hận thù, ích kỷ, tham, sân, si, nghi hoặc, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng, vân vân xuất phát từ đâu nếu không xuất phát từ mỗi cá nhân? Như vậy lời Phật dạy quả là chí lý: Tự chiến thắng mình mới là chiến công oanh liệt nhất. Một khi đã tự chiến thắng mình, tức là tâm này đã bình, mà ai cũng làm được như vậy, thì thế giới này là gì nếu không là thế giới an bình? Lúc đó mọi người sẽ bỏ ác làm lành, tam độc đoạn tận, cuộc sống của người người sẽ là trên thuận dưới hòa, đi đâu đến đâu chúng ta chỉ nghe những lời ái ngôn ái ngữ, khiêm cung từ tốn, nhu hòa nhẫn nhục, mọi người đều thương nhau như thể thương thân, mọi người cùng chung sống với nhau trong tinh thần lục hòa và tương thân tương trợ của nhà Phật. Người con Phật hãy cố gắng thực thi Phật pháp vào đời sống hằng ngày ngay trên chính bản thân mình rồi sẽ thấy kết quả hạnh phúc tuyệt vời trong gia đình. Trong Kinh Chuyển Luân Thánh Vương, Đức Từ Phụ đã khẳng định rằng tự chiến thắng mình là tự mình thấp sáng đèn tâm cho chính mình, tự mình làm nơi nương tựa cho chính mình. Người tự chiến thắng được mình mới có khả năng tinh cần, tỉnh giác trong chánh niệm, từ đó mọi tham sân si đều tan biến. Người tự chiến thắng mình luôn có khả năng nhiếp trì các thiện pháp, nhờ đó mà công đức phước đức ngày càng được tăng trưởng.

Chiến thắng chính mình theo đạo Phật, ngoài ý nghĩa phá tà hiển chánh nơi tự thân, còn có nghĩa là nghe đúng, nghĩ đúng và tu hành đúng theo lời Phật dạy. Phật không bắt ép chúng ta phải như thế nào nghe theo Phật vì hoàn cảnh Ấn Độ hai mươi lăm thế kỷ trước có thể

rất khác với hoàn cảnh nơi mà chúng ta đang sinh sống bây giờ. Tuy nhiên, Phật chỉ mong mỗi những người tu Phật trước hết phải biết nghe cho chánh đáng, do chỗ nghe đó mà suy nghĩ cho thật kỹ càng, phân biệt chơn vọng, chánh tà, hiểu thấu giáo lý nhà Phật, rồi từ đó xem coi chỗ nào áp dụng được cho chính bản thân mình thì đem ra triệt để áp dụng, chỗ nào không thích hợp thì không áp dụng. Người nào làm được như vậy, theo Phật là người trí. Chính vì thế mà trong các kinh điển của Ngài, Thế Tôn đã luôn khẳng định: “Tùng văn tư tu, nhập Tam Ma Địa.” Từ phàm mà muốn thành Thánh đã không dễ, huống là từ phàm đến Phật. Tuy nhiên, Phật cũng từng là một chúng sanh, nhưng Ngài đã thành Phật và Ngài đã khẳng định mọi chúng sanh đều có Phật tánh và có thể tu thành Phật nếu chúng sanh ấy chịu nhiếp tâm tu hành rốt ráo. Những người con Phật hậu bối chúng ta phải thấy rằng nếu chúng ta chịu tu hành đúng đắn thì chúng ta cũng có thể tẩy sạch vô minh, phá tan nghiệp thức, tận diệt tham sân si, đẩy lùi mạn nghi ác kiến. Từ những chiến thắng tự thân đó chúng ta có thể đốt sáng đèn trí tuệ nơi bốn tâm của mình để tự mình mở lối vào Niết Bàn. Xin nhắc lại đây là cái Niết bàn của đời này kiếp này, chứ không là một thứ Niết bàn xa xôi nào cả. Thật vậy, tự chiến thắng mình tức là tự vượt qua bể ái hà của trần lao để bước lên bờ giác của tự tại và an vui. Hãy nhìn vào thời Phật còn tại thế, nếu không văn tư tu y như Phật thì ngay cả một bậc cao Tăng biện tài vô ngại như Ngài A-Nan cũng khó mà thoát khỏi được nanh vuốt của yêu nữ Ma Đăng Già.

Người Phật tử nên luôn nhớ rằng mười phương tam thế Phật cũng đều phải “tự chiến thắng mình” mới có thể hàng phục ma quân, để thành Phật, hầu cứu rỗi chúng sanh, chúng ta là những phàm phu đang lăn trôi trong tam đồ lục đạo, há có con đường nào khác sao quý vị ? Chúng ta sẽ chẳng có đủ thì giờ nữa đâu để mà nhàn đàm hí luận, hoặc bàn chuyện thị phi bỉ thử. Người biết tu hãy quay ngay trở về phản quang tự kỷ để tự chiến thắng lấy chính mình. Phàm phu chúng ta nếu không có thiện căn, phước đức và nhân duyên để được thân người, gặp Phật pháp và nhờ các bậc chơn Tăng giảng giải cho thông triệt giáo lý nhà Phật thì khó lòng diệt được lửa bát thức (nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý, Mạt Na thức, A Lại Da thức), bụi lọc trần và ma ngũ ấm lăm quý vị ơi! Xin mọi người hãy quyết tâm “tự chiến thắng lấy mình” để tháo dây tứ đại, đoạn căn ái nhiễm và dứt nghiệp tham dục. Nên nhớ rằng vạn sự vạn vật trong thế gian này đều là sanh diệt không

thường, thoát có thoát không, chẳng có cái gì là thường hằng, càng bám víu vào những thứ này chúng ta càng tự cột trời mình vào những cái không đâu để rồi ngày càng xa rời diệu tâm. Người Phật tử phải luôn nhớ lấy gương của Ngài A Nan mà tinh tấn tu hành để tự chiến thắng mình, chứ không để duôi bỏ cuộc. Ngài A Nan là một bậc biện tài vô ngại, đa văn bậc nhất trong hàng đệ tử Phật, có pháp nào của Phật nói mà ông không nhớ, có lời thuyết nào của Phật mà ông không thông. Trong tứ chúng có ai bình luận hơn ông, nói về oai nghi tướng hảo thì có ai hơn ông, thế mà ông vẫn bị bờ cỏ và bầy rệp của Ma đàng già.

Hãy nhìn gương sáng chói của Phật Tổ. Hãy nhìn ý chí sắt đá và tâm nguyện giải thoát của Ngài. Ai trong chúng ta cũng sẽ làm được như Ngài nếu chúng ta chịu lập nguyện “chiến thắng tự thân tự tâm của chính mình.” Ai trong chúng ta cũng có khả năng lợi ngược dòng như Ngài nếu chúng ta quyết tâm từ bỏ tham ái và những nhận thức cố chấp thô thiển mà mình đang có. Ai trong chúng ta cũng có khả năng làm sáng tỏ diệu tâm nếu chúng ta dám xả bỏ tự ngã cũng như những suy nghĩ và ý thức của thường tình thế tục để hòa mình vào thế giới vô ngã của chư Phật. Chắc ai trong chúng ta cũng thấy rằng tiền của vật chất của cõi nước tạm bợ này cho dù có đem chất đầy tam thiên đại thiên thế giới, cũng không đáng trân quý bằng một câu Phật dạy. Tất cả tham ái và thú vui dục lạc của trần tục chỉ là tạm bợ, chúng ta mang theo được gì vào lúc cuối đời? Người con Phật nên luôn lấy gương sống tu của Phật Tổ làm kim chỉ nam cho cuộc sống cuộc tu của chính mình. Ngay trên hoa gấm nhung lụa và quyền uy tột đỉnh, Đức Phật đã tự chiến thắng năng lực tham ái và đam mê của tự ngã. Kể từ lúc rời bỏ cung vàng điện ngọc cũng là máu chót mà Đức Phật bắt đầu cho một cuộc “Tự chiến thắng chính mình.” Sắt đá có cứng cũng không bằng sự cứng rắn của ý chí này. Mưa gió và bão tuyết có lạnh lẽo thế mấy cũng không cản ngăn được bước tiến giác ngộ của Phật Tổ. Sơn lam chướng khí của rừng thiêng nước độc không làm Ngài sợ hãi thối chí. Mong cho ai nấy đều thấy biết như Phật Tổ đã thấy biết năm xưa để sớm nhận chân ra cội nguồn của khổ đau phiền não, cũng như những bất toại nguyện của chúng sanh hầu quyết chí lập nguyện “tự chiến thắng mình.” Mong cho ai nấy đều chấm dứt được những lập luận chủ quan của thường tình thế tục cũng như những cuộc nhàn đàm hí luận bất tận để cùng nhau bước về nẻo Bồ Đề mà Phật Tổ đã vạch ra năm xưa. Mong lắm thay!!!

## *Chương Tám*

### *Luôn Biết Phản Quang Tự Kỳ*

Nền văn minh khoa học kỹ thuật hôm hôm nay có khả năng mang lại những phương tiện hưởng dụng cho nhân loại, cũng như con người đến những tinh cầu xa xôi, nhưng nền văn minh ấy chưa bao giờ đưa được con người đến gần với nhau và chưa bao giờ mang lại sự bình an cho xã hội. Tại sao lại như vậy? Tại vì nền văn minh ấy chỉ mang lại vật chất và chỉ khuyến tấn thúc giục con người chạy đua theo vật chất mà thôi. Trong suốt quá trình phát triển, nền văn minh ấy chưa bao giờ giúp chúng ta phát triển giá trị tâm linh, nền văn minh ấy chưa bao giờ phổ biến nếp sống từ bi hỉ xả, bác ái vị tha, để con người có thể cùng nhau sống hòa hợp và cùng nhau xây dựng một xã hội tốt đẹp hơn. Kỳ thật chính nền văn minh vật chất này đã xô đẩy con người xa rời chính mình, cũng như tự làm khổ mình và làm khổ người. Chính nền văn minh này đã trường dưỡng lòng tham sân si, chấp chứa mạn nghi tà kiến, và dễ dãi với sát đạo dâm vọng. Trong xã hội hôm nay thay vì chấp nhận những dị biệt để cùng nhau sống hài hòa với tha nhân và vạn hữu, con người lại độc tôn độc đoán, chỉ có “ta” là đúng, còn tất cả đều sai trái, thế nên ai không làm được theo “ta,” sẽ bị ta triệt hạ. Cũng may cho nhân loại là chúng ta có đạo Phật, một tôn giáo không hữu thần, mà cũng chẳng vô thần, cốt lõi của đạo Phật là phá mê giải chấp cho con người bằng cách nương theo giáo lý mà tự tu tự chứng cho chính mình. Thật vậy, từ ngày Đức Từ Phụ khai sáng đạo Phật đến nay, chúng ta đã thấy đạo Phật luôn là khuôn thước hóa giải những nghịch lý và khổ đau phiền não của con người. Tuy nhiên, những người con Phật hóa giải nghịch lý và khổ đau phiền não bằng cách nào? Từ một thần linh hay quyền năng tối thượng nào? Hay bằng cách đi chùa, tụng kinh, niệm Phật, ăn chay, ngồi thiền, vân vân? Có lẽ không có câu trả lời nào thích hợp bằng những gương sống tu rạng ngời của chính Đức Phật. Ngài không hề tự xưng là gì khác hơn là một con người, nhưng con người ấy biết quay ngay về “phản quang tự kỳ” nơi chính mình, con người ấy biết làm nơi nương tựa của chính mình. Chính vì thế mà con người ấy thành Phật, thật đơn giản vô cùng!

Như trên đã nói, có lẽ chúng ta sẽ không có câu trả lời nào thích hợp cho chữ “Tu” bằng những gương sống tu rạng ngời của chính Đức

Phật. Thế nhưng người ta cứ mãi hoài công đi tìm một định nghĩa xác thực cho chữ tu. Còn định nghĩa nào xác thực hơn sự “phản quang tự kỷ” nơi thân nơi tâm mà năm xưa Đức Từ Phụ đã làm? Dù già, dù trẻ, dù tại gia hay xuất gia, dù ép xác khổ hạnh hay trung dung tu đạo, dù thành thị hay sơn lâm cùng cốc, dù niệm Phật, trì chú, tụng kinh hay ngồi thiền. Phật tử hậu bối muốn thoát khỏi trầm luân trong biển khổ mênh mông, con đường tắt yếu mà ai cũng phải kinh qua là “phản quang tự kỷ.” Tất cả mọi pháp môn đều có công năng như nhau là giúp ta lắng lòng nhìn lại chính ta, từ đó cố tận diệt những thói hư tật xấu, đồng thời cố phát huy những ưu điểm thiện lành làm cho đời trở nên đẹp hơn và đạo trở nên tốt hơn.

Người con Phật có thấy không tấm gương sống tu hã còn rạng ngời của Đức Thích Tôn Từ Phụ? Ngài đã sớm nhận ra lẽ vô thường của vạn sự vạn vật cũng như những phước báo trói buộc của thế gian, nên Ngài đã rũ bỏ chúng như rũ bỏ một đôi dép rách. Ngôi báu cung điện, dù có cao sang quyền thế và đẹp đẽ bao nhiêu, cũng chỉ là giả tạm, cũng chỉ là có để chờ không, còn để chờ mất, chứ không thường bền. Đức Từ Phụ đã thấy rằng chính tham ái và vô minh nơi tâm thức đã xô đẩy con người đi vào cuộc lăn trôi vô định. Chính dục vọng của con người, chứ không phải bất cứ một ngoại cảnh kích động nào đã biến con người thành những kẻ nô lệ cho tham sân si, mạn nghi tà kiến, sát đạo dâm vọng. Chính vì thế mà Ngài đã phát đại nguyện dưới cội Bồ Đề năm xưa: “Nếu không thành đạo, ta thà nát thịt xương tan, quyết không đứng dậy rời khỏi chốn này.” Phật mà còn phải lập nguyện như vậy, thử hỏi chúng ta có con đường nào khác? Trong ba nẻo sáu đường, chúng ta đã lên kia xuống đây, đã qua qua lại lại không dứt, có khi làm người, có khi làm A-tu-la, cũng có khi làm ngựa quỷ hay súc sanh. Chúng ta liên tục thay hình đổi dạng trong từng sát na, chứ không đợi chi đến hết kiếp người mới là thay hình đổi dạng. Từng phút, từng giây, từng sát na, chúng ta không ngừng bị đốt cháy bởi lửa tham sân si, nghĩ là từng giây phút trong hiện tại chúng ta bị lửa tham sân si hóa kiếp làm ngựa quỷ, A-tu-la, hay súc sanh chứ không đợi đến rồi một kiếp. Thật tình mà nói, đa phần chúng ta đang “túy sanh mộng tử,” nghĩa là đang sống say chết mộng, không biết mình đang làm gì, không biết mình đang ăn gì, nói gì, cũng không biết mình đang đi đâu và sẽ đến đâu ? Đã hơn hai mươi lăm thế kỷ nay, lời Phật dạy vẫn còn vang vọng, gương Phật tu, đời Phật sống vẫn còn in đậm

trong tâm khảm mọi người. Ai trong chúng ta lại không biết mục đích của người tu là “giải thoát,” ai lại không biết vì vô minh mà tâm thức ta chất chứa não phiền và lầm nhận lao tù lục đạo là sướng vui hạnh phúc, thế nhưng chúng ta vẫn cứ cam tâm hành trình trong vô minh mù mịt. Tại sao Phật đã giác ngộ và giải thoát từ hơn hai mươi lăm thế kỷ nay, mà chúng ta thì ngày càng sa đọa? Tại sao Phật đã chỉ dạy quá rõ ràng những phương pháp diệt khổ, mà chúng ta vẫn miên man khổ đau vì tham cầu, ham muốn và lúc nào cũng mong được thỏa mãn dục lạc của trần tục? Tại sao chúng ta biết điều Phật dạy là đơn giản và thực tế mà chúng ta không chịu làm? Tại sao chúng ta biết dục lạc chỉ mang lại khổ đau phiền não và lo âu thế nhưng chúng ta vẫn tiếp tục chạy theo dục lạc? Phật dạy chúng ta buông bỏ để cuộc sống được an lạc, thì chúng ta lại bám víu hết vướng mắc này đến vướng mắc khác. Phật dạy chúng ta từ bỏ dục lạc, thì chúng ta lại đam mê không dứt. Phật đã hé mở cửa giải thoát từ 26 thế kỷ trước, thế mà mãi đến hôm nay gần sáu tỷ con người không có mấy ai chịu bước vào, hoặc chỉ bước vào bằng hình thức. Ai trong chúng ta lại không biết “sắc” chính là mối của bệnh hoạn và khổ đau phiền não, khi “sắc” không hợp với ý muốn của chúng ta thì chúng ta sẽ sân hận và phiền muộn, thế nhưng chúng cứ mãi mê theo đuổi “sắc.” Ai trong chúng ta lại không biết “thọ, tưởng, hành, thức” đều là không thật, thế nhưng chúng ta luôn tự đồng hóa mình với những cái không thật này, để rồi tự mình hạ mình bởi chính sự hiểu biết sai lầm của mình. Tự mình chất chứa những thói hư tật xấu hay những sản phẩm của tham sân si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Từ những sai lầm này khiến chúng ta suy nghĩ, phản ứng và cảm giác vui buồn thương ghét theo sự chấp giữ của bản ngã, nào là tôi vui, tôi buồn, tôi thương, tôi ghét, tôi biết, tôi cảm xúc, tôi là, tôi suy nghĩ, tôi phản ứng, vân vân và vân vân.

Những người con Phật hơn ai hết phải luôn cẩn trọng, vì nếu không khéo chúng ta sẽ chối bỏ cái bản ngã thật sự trong sáng của mình để chỉ chạy theo đuổi hình bắt bóng, không khéo chúng ta sẽ chối bỏ Phật tánh như như chân thật của chúng ta để chạy theo một nhân dáng phàm tục, hễ được ca ngợi thì vui sướng, ngược lại khi bị chê bai thì khổ đau phiền não, khi thắng thì hơn hờ tươi cười khi bại thì tìm cách tự tận, khi hơn thì hí hửng khi thua thì mặt mày ủ dột. Trong Kinh Pháp Hoa, Đức Phật đã đưa ra hình ảnh một “Chàng Cùng Tử,” một “Đứa Con Lãng Tử” đã bỏ nhà trốn theo gánh xiết trong sự thương nhớ của người cha.

Dù con đã biệt vô âm tín, nhưng người cha vẫn luôn trông ngóng kiếm tìm. Sau mười mấy năm kiên nhẫn làm ăn, bây giờ người cha đã trở thành một ông trưởng giả giàu có nổi tiếng nhất vùng. Tuy nhiên, không một phút giây nào mà ông không thương tưởng đến đứa con lưu lạc. Ngày ngày ông vẫn cho người dò la tin tức của con mình, những mong có ngày cha con được đoàn tụ sum vầy. Riêng phần người con, sau bao năm lang thang phiêu bạt gió sương, đến một ngày sinh lộ khó khăn, mang thân tàn ma dại quay trở về quê xưa tìm lại cha mình. Khi về tới chốn cũ quê xưa thì anh ta không còn nhận ra được cảnh nhà của cha anh nữa, vì ngôi nhà bây giờ lộng lẫy quá. Trong thâm tâm anh liên tưởng chắc cha mình đã qua đời, nên anh vội vã bỏ đi. Vả lại, anh cũng không dám đứng nhìn lâu vì sợ bị nghi là có gian ý. Ngay khi đó thì có người quen nhận ra anh, liền báo cho ông trưởng giả biết. Ông trưởng giả bèn cho người ra khuyên dụ anh về làm công và hốt phân hốt rác trong trang trại cho ông ta, nhưng không nói gì về chuyện cha con. Dù bề ngoài như vậy, nhưng trong lòng ông trưởng giả luôn tìm cơ hội nói cho anh ta biết rằng anh ta chính là con ruột của ông. Về phần chàng cùng tử, từ khi được về làm công cho ông trưởng lão, tâm tánh anh ngày càng thay đổi theo chiều hướng thượng nên ngày càng được mọi người yêu mến. Đến một hôm, khi ông trưởng lão tự biết mình sẽ phải ra đi, ông bèn cho người mời anh lại cùng với bà con thân tộc và kể rõ ngọn nguồn về việc con ông bỏ nhà ra đi ngày trước, rồi ông tuyên bố với mọi người rằng: Đây chính là con ruột của ta. Chừng đó thì anh chàng cùng tử mới nhận ra ông trưởng lão thật chính là cha ruột của mình. Sau khi ông trưởng giả qua đời thì chàng cùng tử ngày xưa bây giờ được hưởng trọn gia tài mà cha anh để lại. Qua thí dụ trên, Đức Từ Phụ đã chỉ rõ cho chúng ta thấy rằng trong mỗi người chúng ta, ai cũng có kho tàng giác ngộ và khả năng giải thoát. Tuy nhiên, vì không chịu quay về với chính mình, không chịu phản quang tự kỷ, nên chúng ta cứ mãi lang thang làm khách phong trần. Chúng ta cứ mãi rong ruổi đi tìm, lắm khi tìm chưa được cái này thì đã mất cái kia, lắm khi cả đời chúng ta chỉ rong ruổi đó đây đuổi hình bắt bóng như anh chàng cùng tử vậy. Thay vì tận hưởng châu báu sẵn có nhà mình, thì chàng ta lại lang thang làm trò xiết, hoặc đóng tuồng cho thiên hạ giải khuây, đến lúc thân tàn ma dại, không còn sinh lộ thì phải đi hốt phân hốt rác nhà ông trưởng giả. Chúng ta lại cũng như vậy, Phật pháp thậm thâm vi diệu như vậy đó mà chúng ta không chịu y cứ phụng hành, lại



chỉ một bề rong ruổi đó đây, đem phàm trí luận Thánh đạo, đem tâm loạn động của phàm phu nhân đàm hí luận những chuyện vô bổ không đầu. Người con Phật phải luôn can đảm nhìn lại chính mình cho thật kỹ, can đảm phản quang tự kỷ, để nhìn thấy và nhận biết tham sân si; phải luôn tự soi rọi chính mình để thấy được bộ mặt thật của mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Không phải thấy và biết để mà chơi, ngược lại thấy và biết để mà can đảm vệt bỏ bức màn vô minh mê muội, thấy biết để cương quyết chối bỏ cuộc sống si mê trong dục vọng trần lao, và can đảm bước ra khỏi cảnh tù trong lục đạo. Phản quang tự kỷ là luôn quay về tự soi rọi lấy mình để thấy rằng thân phận nhỏ bé này “phước mỏng “đức” cạn, thế mà cứ ngày ngày rong ruổi đó đây nhân đàm hí luận thì biết chừng nào “đạo” này mới thành ? Phản quang tự kỷ là luôn cẩn trọng lấy chính mình, không để trần cảnh tiếp tục lừa gạt, không để luyến ái và tham đắm dè nặng lên thân tâm này, không để những hình tướng gương ếp giả tạo bên ngoài phá nát công phu ngàn đời bên trong. Phản quang tự kỷ là tự mình dụng công xa lìa chư duyên hư vọng, chứ không lấy vải thưa che mắt Thánh bằng những ngôn từ hữu hạn của thường tình thế tục. Phản quang tự kỷ là tự mình quay về với cái bản thể chân như của chính mình, chứ không rong chơi đào bới văn tự, lại cũng không nhân đàm hí luận quanh co. Phản quang tự kỷ là tự cảnh tỉnh rằng thiên kinh vạn quyển không bằng từng giây từng phút thực sống với cái “hiện là.” Phản quang tự kỷ còn có nghĩa là bình thân quan sát và theo dõi những hoạt động của cái “ta.” Phản quang tự kỷ để biết rằng lời chê tiếng khen không làm cho chúng ta sa đọa hay thăng hoa hưởng thưởng. Sa đọa hay thay thăng hoa thực sự tác động bởi những ý nghĩ, lời nói và việc làm của chính mình, chứ không từ một tác nhân nào khác. Phản quang tự kỷ để thấy cho được cái bịnh trầm kha của chúng sanh vẫn là “nói dễ khó làm,” hoặc chỉ kham nổi những cái dễ kham, chỉ làm nổi những cái dễ làm, chỉ nhận nhận những cái dễ nhận, chỉ một bề ưa thích những lời khen chứ không kham được những lời phê bình chê trách hay chửi rủa. Phản quang tự kỷ để thấy cho được danh, tài, sắc, thực, thù, thành bại, phú quý, bần hàn chỉ là những hành trang của những ai đang mua vé về địa ngục. Người con Phật, nếu chưa mua được vé về Niết Bàn thì ít nhất cũng ráng xếp hàng mua cho được vé về An Lạc Địa, nên hành trang của người con Phật chỉ là một chữ “không,” không tham, không sân, không si, không mạn, không nghi, không tà kiến hay sát, đạo, dâm, vọng.

Phản quang tự kỷ theo Phật là tự định tĩnh các suy nghĩ viển vông cũng như những tư lự mê mờ, nghĩa là cố tìm cách định tĩnh tâm thức, từ đó chúng ta mới có khả năng thấu suốt được các mê mờ vọng tưởng đang khởi dậy trong tâm thức, từ đó chúng ta mới có được khả năng suy nghiệm nẻo chánh đường tà. Từ chỗ phản quang tự kỷ rất ráo nầy, chúng ta mới có khả năng nhìn rõ bản mặt thật của vô minh mê hoặc, thất tình lục dục, cũng như những ngọn gió độc của trần thế. Phản quang tự kỷ là để tự mình nhìn lại chính mình, tự mình tịnh lự lấy chính chính mình, nghĩa là tự mình trau dồi tâm tánh để dẹp trừ phiền não và tiến tới mục đích cuối cùng là giải thoát. Người con Phật chơn thuần không phản quang tự kỷ để mơ mộng về cõi trên cõi dưới, vì ngay khi mống tâm vọng cầu cõi trên hay nhàm chán cõi dưới, thì tâm thức nầy đã trở nên điên đảo loạn động rồi. Mục đích của phản quang tự kỷ là để gạt bỏ những vướng mắc trần tục, hầu trở về chơn tánh vốn thanh tịnh xưa nay, chứ không để đeo thêm bất cứ thứ gì của trần thế.

Như trên đã nói, phản quang tự kỷ là quay trở vào tự xem xét lấy mình. Chúng ta, những Phật tử thuần thành, phải tự quán sát lấy mình để từ đó chúng ta có khả năng hiểu mình là ai. Hiểu thân và tâm mình bằng sự quan sát theo dõi. Trong lúc ngồi thiền, trong khi ăn uống, ngủ nghỉ, chúng ta đều biết phải làm như thế nào để giới hạn và điều hòa. Hãy xử dụng trí tuệ của chúng ta. Hành thiền không nhằm mục đích đạt được, hay để hoàn thành một cái gì cả. Chỉ cần chú tâm tĩnh thức. Toàn thể việc hành thiền của chúng ta là nhìn thẳng vào tâm mình. Khi nhìn thẳng vào tâm mình chúng ta sẽ thấy được sự khổ, nguyên nhân của khổ, và chấm dứt sự khổ. Theo Thiền sư Đại Giác (1213-1279) trong quyển Thiền và Đạo: "Thiền tập không phải là gạt lọc những phân biệt có tính khái niệm, mà chính là để ném bỏ những quan điểm và khái niệm đã có từ trước, ném bỏ cả kinh điển và mọi thứ còn lại, và xuyên thủng những lớp bao phủ sự phát khởi của cái ngã ở đằng sau. Từ trước đến nay các bậc thánh đều quay trở vào bên trong và tìm kiếm trong cái ngã, và qua đó vượt lên trên tất cả mọi nghi hoặc. Quay lại bên trong có nghĩa là trong hai mươi bốn giờ, trong mọi hoàn cảnh, xuyên thủng qua những lớp vỏ bọc kín cái ngã của mình, càng lúc càng sâu hơn, để đi đến một nơi không thể nào diễn tả được. Chính lúc đó mọi ý nghĩ chấm dứt, mọi phân biệt dừng bật; khi mà tà kiến, vọng niệm đều biến mất mà mình không cần phải xua đuổi; khi không cần

phải tìm kiếm mà chánh nghiệp và xung lực đích thực đều tự phát. Đó chính là lúc mà chúng ta có thể biết được chân lý của trái tim."

Ngoài ra, phản quang tự kỷ để thấy rằng đời người như một giấc mơ, trăm năm nào khác cuộc cờ đổi thay. Thật vậy, trăm năm một đời người nếu đem so với vũ trụ vô cùng vô tận thì đời người nào có khác chi ánh điện chớp hay giọt sương mai trên đầu cỏ? Người con Phật luôn phản quang tự kỷ để chẳng còn vấn đáp lời thôi. Thể tánh chân thật của mình mà có thể lấy mắt trần để thấy thì không còn được gọi là thể tánh như như nữa. Thức tình sanh diệt há có thể đem ra để đong đếm đo lường chơn thể được hay sao? Ngôn tự không bao giờ diễn đạt được bản thể chơn như, chỉ có hằng sống và hằng tu bằng cuộc sống thực của chính mình mới có cơ tìm lại được cái chơn như bản thể ấy mà thôi. Người con Phật phải luôn thấy như vậy để luôn phản quang tự kỷ và luôn tự nhủ rằng chúng ta sẽ không bao giờ có được ngày mai, nếu chúng ta không thực sự sống với cuộc sống của chúng ta hôm nay. Phản quang tự kỷ còn là nhìn lại chính mình xem coi mình có thấy như thực, nghe như thực, và hiểu biết như thực đúng theo lời Phật dạy hay chưa? Người biết phản quang tự kỷ là người luôn biết quay về tự tâm với niệm niệm tỉnh thức. Tức tâm tức Phật ngoài phản quang tự kỷ ra, không còn gì nữa để nói. Thế Tôn thuở nọ cũng do nơi phản quang tự kỷ mà phản bốn hoàn nguyên để thành chánh giác. Như vậy tự biết mình là điểm then chốt trong cuộc sống cuộc tu giải thoát này. Chúng sanh khi mê lúc lúc tỉnh, khi dựng địa ngục, lúc tạo thiên đường cũng chỉ vì không đủ can đảm quay về phản quang tự kỷ với chính mình trong từng sát na của cuộc sống. Người biết phản quang tự kỷ sẽ không bao giờ trốn chạy khổ đau phiền não. Ngược lại, con người ấy luôn sống tỉnh thức để nhìn sự vật đúng như bộ mặt thực của nó. Phản quang tự kỷ là tìm cách quay vào bên trong để sống và tu với nội tâm, sống và tu với ông Phật của chính mình. Người con Phật phải luôn nhớ rằng nước Phật không nằm ở Duy Thức, Bát Nhã, Hoa Nghiêm, Lăng Già, Pháp Hoa, Duy Ma hay Niết Bàn. Nước Phật nằm ngay trong mỗi người chúng ta. Muốn về nước Phật, phải giữ cho thân thanh sạch và tâm thanh tịnh. Như vậy chuyện "về nước Phật" không phải là chuyện đi sau cái chết, mà là chuyện của bây giờ và ở đây. Nước Phật là nước của những người biết phản quang tự kỷ, biết trở về với chính mình, chứ không hưởng ngoại cầu hình. Nước Phật không chấp chứa những người "sống say chết mộng," những người cả đời bị lôi kéo về quá khứ hay

mơ màng về tương lai, để rồi không còn biết gì đến những giây phút tỉnh táo của hiện tại. Những người con Phật chơn thuần nên luôn nhớ lời Phật dạy: “Tánh chân thật kia, chẳng phải do mắt thấy mà thấy, không do tai nghe, cũng không do phàm trí mà nhận. Có thấy, có nghe hay có nhận hay không là chuyện của mắt, tai và trí, chứ tánh này từ trước thế nào thì nay cũng thế ấy, chưa bao giờ gián đoạn hay ngăn ngại.” Người con Phật nên luôn nhớ rằng cốt lõi của Phật giáo là hướng nội, như vậy một mống tâm hướng ngoại sẽ xô đẩy chúng ta xa rời Như Lai ngàn dặm. Tuy nhiên, mọi người chúng ta nên hiểu rằng hướng nội ở đây không phải là hướng nội cầu “ngã” vì hướng nội cầu ngã, cũng không khác chi với “hướng ngoại cầu hình.” Người con Phật chơn thuần phải nhớ rằng hướng nội là phản quang tự kỷ, là luôn giữ cho “mặt hồ tĩnh lặng.” Đức Phật đã từng dạy trong kinh Pháp Cú rằng: “Chiến thắng vạn quân không bằng tự thắng lấy mình, thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất.” Và con đường duy nhất để tự chiến thắng lấy mình là con đường quay về nội tâm để phản quang tự kỷ, từ đó chúng ta mới có thể đóng bớt lục căn không cho lục trần tự do khống chế, từ đó chúng ta mới có khả năng nhận được những cái khó khăn, kham được những cái khó kham. Thật tình mà nói, ai trong chúng ta cũng muốn thăng hoa hướng thượng, ai cũng muốn quay lại với chính mình mà phản quang tự kỷ chứ không ai muốn bị lục trần xâm nhập để khống chế lục căn, thế nhưng hết ngày dài rồi lại đêm thâu, hết kiếp này qua kiếp khác, chúng ta cứ mãi ôm thân làm khách phong trần, sống mà không biết mình sống để làm gì, nói mà không biết mình đang nói những gì, thậm chí ăn uống cũng không biết mình đang ăn uống những gì nữa ! Người con Phật phải luôn nhớ rằng đạo Phật không phải là đạo “nói.” Ai muốn thành ma thành quỷ thì cứ theo đạo “nói.” Đạo Phật là đạo “hành,” mà hành cái gì? Chúng sanh bị nghiệp sai khiến điều động, chi phối và khống chế từ tâm ý đến hành vi, cử chỉ và ngôn ngữ của chúng ta. Hành là đem ý chí dũng mãnh để chuyển hóa những ác nghiệp thành thanh tịnh nghiệp. Đức Từ Phụ đã nhiều lần khẳng định rằng người biết hướng về nội tâm để phản quang tự kỷ sẽ có khả năng vượt thoát khỏi những trói buộc của ma vương ma quân, từ ma thèm thường, ma ác tâm, ác ý, đến ma tự cao tự đại, ngã mạn, cống cao, lừa lọc, dối trá, độc tài, ngoan cố, háms danh háms lợi, keo kiệt, bòn sẻn, ty hiềm, ganh ghét, thủ đoạn xảo trá, cuồng bạo, sân si. Con người ấy không còn nương tựa vào ngũ dục cũng như không

còn coi đó là tối hậu của lẽ sống. Ngược lại, con người ấy luôn biết dựa vào năng lực của chính mình mà tiến lên, luôn lấy giáo pháp của Đức Từ Phụ làm đèn soi sáng tự tâm, làm kim chỉ nam cho cuộc hành trình về xứ Phật. Người con Phật chơn thuần phải luôn nhớ rằng từ vô lượng kiếp chúng ta xây đắp đại lộ “Luân Hồi Sanh Tử” bằng quá nhiều những chủng tử ái dục, tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Tuy nhiên, xin lắng lòng suy nghĩ xem coi ai trong chúng ta có thể thoát cảnh sanh, lão, bệnh, tử? Thế mà chúng ta cứ ưỡn ngực vin tay trên bước đường trầm luân khổ hải này. Lúc trẻ lúc mạnh thì hiếp đáp người cô thế, để đến khi già yếu lại bị người hiếp đáp; lúc được thời thì xây dựng hạnh phúc của mình trên sự khổ đau của kẻ khác, đến lúc suy thời liền bị người xây đắp hạnh phúc trên sự đau khổ của chính mình, và cứ thế mà cái vòng lẩn quẩn này cứ tiếp tục và tiếp tục mãi mãi. Đã từ hai mươi lăm thế kỷ nay, từ ngày Đức Từ Phụ khai sáng đạo Phật đến nay, thời gian ấy cũng đủ cho chúng ta thấy được tấm gương rạng ngời của Phật Tổ. Ngài đã xả bỏ tất cả những danh lợi quyền uy để sống đời tự tại giải thoát, Ngài đã đi từ những bước đầu của phản quang tự kỷ trước khi thẳng tiến vào tòa Như Lai. Phật Tổ mà còn khởi đầu bằng “phản quang tự kỷ,” chúng ta há có con đường nào khác sao quý vị?



## *Chương Chín*

### *Người Con Phật Và Hạnh Biết Lắng Nghe*

Mục đích tối thượng của đạo Phật là giác ngộ và giải thoát. Tuy nhiên, từ ngày Phật Tổ thị hiện đến nay, có biết bao nhiêu người tu theo Phật và có mấy người được giải thoát rốt ráo? Trong thời Phật còn tại thế, trăm người tu là trăm người rốt ráo. Ngược lại, càng xa Phật, con người càng tiến bộ về khoa học, kỹ thuật in kinh ấn tống càng cao, kinh sách in ra ngày càng nhiều, thì con người lại cam tâm biến thành những cái đũa sách, hoặc những con kéc nhái đi nhái lại lời Phật dạy, chứ không biết mình đang nói gì. Tại sao lại có trạng huống nầy hờ quý vị? Có người nói rằng vì phước mỏng đức bạc nên chúng ta không được sanh ra vào thời của Thế Tôn. Quan niệm nầy cũng có lý, nhưng xét cho cùng ra, sanh cùng thời với Phật hay sanh ra trong thời nầy có gì khác đâu? Vì giáo pháp của Phật vẫn còn đây, những lời dạy dỗ vàng ngọc của Ngài vẫn còn đây chứ có mất đi đâu? Khổ nỗi chúng sanh trong thời đại văn minh vật chất hôm nay chỉ thích nói chứ không thích nghe, cũng không thích làm, nên trạng huống ngày càng trở nên bi đát hơn. Thử suy gẫm lại mà xem, trong thời buổi hôm nay, nhóm mười người hay trăm người thì cả mười cả trăm nầy đều ưa muốn nói, ưa muốn phô trương, chứ không ai chịu lắng nghe để học hỏi cho tường tận rồi sau đó đem ra hành trì. Chân mình còn lấm mê mê, nhưng lại thích cầm đuốc đi về chân người, chứ không chịu quay về xem coi mình lem luốt chỗ nào để cố gắng tự làm sạch lấy mình trước.

Trước khi nhập diệt, Đức Thế Tôn đã lưu lại cho hậu thế cả một đại tạng kinh luật, và về sau nầy chư Tổ đã hoàn thành một bộ luận tuyệt luân về giáo pháp nhà Phật. Thiết nghĩ bằng ấy cũng là quá đủ triết lý cho những ai cầu tu giải thoát. Những Phật tử hậu bối thành tâm tu tập, không cần phải nói phải rằng chi nữa cho thêm loạn động, chỉ cần lắng nghe những lời vàng ngọc của Đức Thế Tôn và chư Tổ rồi thâm thâm tiến tu, thế cũng là quá đủ cho cuộc tu giải thoát khỏi vòng luân hồi sinh tử rồi còn gì? Tuy nhiên, đa phần chúng ta hôm nay không còn nhớ, không còn biết thế nào là lắng nghe, nên thay vì “lợi sanh hoằng pháp,” thì chúng ta lại “lợi kỷ đa ngôn.” Chỉ vì không chịu học đúng hạnh lắng nghe của chư Phật và chư Bồ Tát nên tu càng lâu

thì thay vì càng khiêm cung từ tốn, chúng ta lại ngã mạn cống cao, thay vì bình thản như như thì chúng ta lại ồn ào oang oác, thay vì bình chân như vại thì chúng ta lại lắt sất lấu tấu, thay vì từ bi hỉ xả thì chúng ta lại ác tâm câu chấp, thay vì rộng lòng bố thí thì chúng ta lại tham lam keo kiệt bõn sẻn, thay vì quảng tu cúng dường thì chúng ta lại chạy theo tà sư phỉ báng đạo giáo, thay vì giữ giới và trau dồi đức hạnh thì chúng ta lại phá giới và chạy theo tà hạnh, thay vì hướng nội phản quang tự kỷ thì chúng ta lại hướng ngoại cầu hình, thay vì ái ngôn ái ngữ thì chúng ta lại tà ngôn vạy ngữ, thay vì tùy hỷ công đức thì chúng ta lại ác tâm trề nhún chửi rủa, thay vì trợ duyên giúp sức và khuyến khích người cầu tu thì chúng ta lại đả kích và làm cho họ nản chí, vân vân để rồi cuối cùng thay vì đi theo chánh đạo thì chúng ta lại chạy theo tà đạo. Bấy nhiêu đó cũng đủ cho thấy sự lợi hại của hạnh lắng nghe và công cuộc tu hành giải thoát cho chính mình.

Đối với hành giả tu Phật, lắng nghe là lắng nghe chánh Pháp; nghe xong lại thực hành chánh pháp. Ví bằng nghe rồi mà không thực hành Pháp, thì chúng ta cũng như cái muống trong nồi canh. Hằng ngày, cái muống ở trong nồi canh, nhưng nó không bao giờ biết được vị của canh. Lắng nghe theo lời chỉ dạy của chư Phật và chư Tổ không đơn thuần chỉ dùng lỗ tai để nghe, vì lắm khi nghe lọt tai bên này rồi tất cả đều lọt ra ngoài tai bên kia. Như vậy chỉ phí phạm thì giờ vô cùng quý báu của chúng ta. Như vậy thà đừng nghe còn hơn. Theo Phật Tổ, lắng nghe bao trùm cả mắt, tai, và thân tâm. Chúng ta phải chuyên nhất trong khi lắng nghe, nghe bằng tai, nghe bằng con mắt trí tuệ và cái tâm vô phân biệt để nhận hiểu hết những điều mình nghe, không thối chuyển, không mỗi mệ. Cũng theo Phật, chỉ có tự mình mới làm được sự “lắng nghe” này chứ không ai có thể lắng nghe giùm mình được. Dù nẻo vào đạo có lắm chông gai thử thách, nhưng chúng ta phải quyết tâm học cho được hạnh lắng nghe của chư Phật và chư Tổ vì đây chính là chìa khóa mở cửa “Đại Giác” mà năm xưa Phật Tổ đã sử dụng để đi vào cõi vô ưu, vô sanh và vô diệt. Phật tử hậu bối hôm nay há có con đường nào khác sao quý vị? Người con Phật nên luôn nhớ rằng “tu” là lợi ngược dòng đời, lợi ngược đã là khó, thế mà lại lợi sai hướng lại càng bi đát hơn. Phật Tổ đã khẳng định trong các kinh điển của Ngài rằng: “Người tu theo Phật sau này cũng đừng vội tin ngay cả những gì ta nói, mà hãy lắng nghe cho thật kỹ rồi sau đó hãy đem những gì có lợi lạc cho mình ra mà tu hành, thì người đó được gọi là biết tu theo



Phật.” Thật vậy, trong Kinh Niết Bàn, Đức Phật đã khẳng định: “Những ai biết lắng nghe và y cứ tu hành, kẻ đó đã thấy được Niết Bàn.” Dù lời Phật dạy có cao siêu và thậm thâm vi diệu thế mấy, nếu chúng ta chịu lắng nghe và hành trì thì con đường thăng hoa hưởng thượng phải hiển lộ và nẻo về giải thoát sẽ không xa. Lắng nghe đúng đắn sẽ giúp ta thấy rõ chánh tà, chơn ngụy, viên thiên, thiện ác, đại tiểu, vân vân. Trong thời Phật còn tại thế, Ngài đã nhiều lần nhấn nhủ tứ chúng rằng Ngài không thị hiện để tìm ra giáo lý cho người đời hí luận biện giải, giáo lý của Ngài phải được mọi người đem ra ứng dụng và thực hành đúng cách thì mới có công năng chuyển hóa cuộc sống cuộc tu ngay trong những giây phút hiện tại. Trong thời Phật còn tại thế, có một vị Tỳ Kheo đang tu phạm hạnh trong rừng bỗng nhiên phát tâm hoan hỷ tự bảo: “Hạnh phúc thay! Hạnh phúc thay!” Phật nghe được nên Ngài muốn nhân cơ hội này thuyết pháp cho tứ chúng nghe. Ngài liền gọi vị tỳ kheo này đến hỏi nguyên nhân. Vị tỳ kheo trả lời: “Bạch Thế Tôn! Ngày trước con làm vua, có đủ ngọc ngà châu báu, cung phi mỹ nữ, uy quyền tột đỉnh. Suốt ngày con chỉ biết nói và ban lệnh chứ con chưa bao giờ chịu lắng nghe ai. Vì không chịu lắng nghe ai nên con nào biết thế nào là sống với diệu đạo. Chính vì thế mà lúc nào con cũng nơm nớp lo sợ, sợ già, sợ bệnh, sợ chết, sợ mất ngôi báu, sợ mất quyền lực, sợ mất cung tần mỹ nữ. Kịp đến lúc có duyên theo chân Thế Tôn, con học được hạnh lắng nghe ở Ngài. Bây giờ con mới thấy đời người như một giấc mơ, trăm năm nào khác cuộc cờ đổi thay, chứ có gì đâu mà phải chạy theo đeo đuổi những bả lợi danh, mỗi phút giây. Chính nhờ biết lắng nghe mà con thấy đời vô thường, vạn vật vô thường, tất cả rồi sẽ đổi thay, nên con buông bỏ tất cả như bỏ đôi dép rách. Bây giờ con chỉ có tam y nhứt bát trên đường cô thân vạn lý du, nhưng lại không có gì để lo sợ, nhờ đó tâm con được an vui tự tại.” Đây há không phải là bài học ngàn vàng cho những người con Phật hậu bối chúng ta hay sao quý vị? Một vì vua mà còn thấy an lạc khi chỉ có tam y nhứt bát, chúng ta có gì để mà luyến với tiếc? Nhân cơ hội đó Đức Phật đã nhắc tứ chúng về hạnh “lắng nghe” của một người tu. Ngài đã nhấn mạnh rằng nhờ biết lắng nghe mà chúng ta thấy đúng và hiểu đúng con đường phải đi, nhờ đó chúng ta biết sống phạm hạnh, biết trì trai giữ giới, biết tu phước cúng dường, biết tham thiền nhập định. Nhờ đó mà chúng ta không bị dục lạc chi phối, nên cuộc sống cuộc tu của chúng ta ngày càng tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc hơn.

Chính Đức Từ Phụ đã nói trong Kinh Hoa Nghiêm về thuyết “Bất Nhị” rằng: “Khổ đau, phiền não, Bồ Đề, vương mắc, giải thoát, vô minh, giác ngộ, Ta Bà, Cực Lạc không hai.” Ngài đã khẳng định quá rõ ràng rồi còn gì! Nếu chúng ta biết lắng nghe và hành trì đúng cách thì Bồ Đề nằm ngay trong phiền não; nếu chúng ta chịu học hạnh lắng nghe để nghiêm trì giới đức và đạo hạnh thì giải thoát nằm ngay trong những vương mắc của thường tình thế tục; nếu chúng ta chịu lắng nghe và hành trì pháp tu “tự tịnh kỳ ý” của Phật Tổ năm xưa thì giác ngộ sẽ được gạn lọc ra từ những hạt bụi vô minh và thế giới Tây Phương Cực Lạc sẽ được thành lập ngay trong cõi Ta Bà ngũ trược ác thế này. Người con Phật phải luôn biết lắng nghe chính mình, lắng nghe các thành viên trong gia đình hay tịnh xá của mình, lắng nghe những người quanh mình. Lắng nghe để có thể nhìn sâu vào lòng sự vật, nhìn sự vật đúng như bản mặt thật của nó. Lắng nghe để không còn vương chấp vào thanh sắc hình tướng; lắng nghe để học hỏi đúng những lời Phật dạy; lắng nghe để không tin tưởng mù quáng quàng xiên. Tuy nhiên, muốn làm được như vậy, chúng ta phải lắng nghe bằng tất cả trí tuệ sáng suốt của một Phật tử. Chính Đức Phật đã từng dạy: “Đừng vội tin một điều gì cho dù đó là thói quen hay tập quán đã được lưu truyền từ đời này qua kiếp nọ, cho dù điều đó được nhiều người nói đi nói lại, hay dù điều đó là bút tích của Thánh nhân. Người con Phật nên lắng nghe cho thật kỹ càng, rồi sau đó đem những gì có lợi cho mình, cho người và cho đời ra mà áp dụng vào cuộc sống và cuộc tu hằng ngày. Đó mới chính là người biết lắng nghe.” Hãy lắng nghe cho thật kỹ và thật đúng để một khi có nói ra cho người khác nghe thì những lời nói ấy sẽ không sai khác với những lời Phật dạy. Chỉ có lắng nghe mình mới thấy rõ được vị trí và chỗ đứng của mình, từ đó ta mới có thể phản quang tự kỷ để từ từ chuyển hóa và sửa đổi cái nhìn thiển cận và hành động sai trái của chính mình trong cuộc sống cuộc tu hằng ngày.

Người con Phật phải phát đại hùng đại lực, phải để lòng thanh tịnh lắng nghe, không mỗi mệ, không thối chuyển, mới mong có được công năng xoay chuyển ác nghiệp. Vẫn biết “lắng nghe” không phải dễ vì phải lợi ngược dòng phàm phu tục tử chúng ta mới học được hạnh “lắng nghe.” Tuy nhiên, rồi ai trong chúng ta cũng phải một lần lắng nghe cho đúng những lời Phật dạy. Đừng tiếp tục đổ thừa kém phước thiếu duyên, hay đức mỏng nữa hỡi những người con Phật! Hãy can đảm lên đường ngay từ bây giờ. Hãy lắng nghe để phá tan bức màn vô

minh từ vô thi; hãy lắng nghe để sớm thấy được chánh pháp và quay về với chánh niệm. Hãy lắng nghe để giảm thiểu tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, cũng như những não phiền chướng nghiệp ngay từ bây giờ. Hãy lắng nghe chư Phật để thấy tự thân tự tâm mình hãy còn bất tịnh và nông nổi lắm. Hãy lắng nghe để tự mình chuyển hóa những oan khiên oán thù từ muôn kiếp trước; lắng nghe để không còn nữa những nhân đàm hí luận, giận hờn, trách móc. Lắng nghe để không còn rong ruổi về quá khứ, hay tìm cầu về tương lai nữa. Quý vị ơi! Chỉ có lắng nghe, chúng ta mới có thể học theo đạo lý chân truyền của Phật Tổ; chỉ có lắng nghe chúng ta mới có khả năng quán chiếu vạn sự vạn vật một cách như thực. Chỉ có lắng nghe chúng ta mới có thể chắt những học hỏi được giáo lý của Phật Tổ, mà còn học được đời sống đức hạnh cũng như cuộc hồng pháp lợi tha của Ngài, để từ đó ta có thể tu đúng đường, hành đúng pháp. Chính Đức Phật đã dạy rất rõ ràng về tính cấp thiết của hạnh “lắng nghe” cho những ai cầu tu theo Phật. Ngài đã khẳng định: “Những ai tu theo ta mà không chịu lắng nghe để đến nỗi không hiểu được ta, tức là phỉ báng ta vậy.” Ngạn ngữ Việt Nam ta cũng có câu: “Muốn cho ai ghét cay ghét đắng mình trong một thời gian rất ngắn, chúng ta chỉ cần nói và nói mãi, chứ đừng bao giờ lắng nghe họ.” Thật vậy, có lắng nghe chúng ta mới hiểu được chân giá trị của Phật pháp trên đời sống con người. Những người con Phật, như là những đứa con hãy còn tại gia, vì không đủ cơ duyên xuất gia nên cuộc tu có phần khó khăn và gay gắt hơn, vì thế phải cố gắng lắng nghe để tuy thân có thể tại gia, mà lòng luôn hướng tới đạo cả; tuy thân còn lăn lóc trong chốn hồng trần mà lòng dục giảm thiểu; tuy thân còn ở ngay trong cõi đời, còn làm đủ thứ ngành nghề mưu sinh mà lòng không tranh danh đoạt lợi; tuy thân còn lằng xằng lịch xịch trong cõi trần lao mà lòng luôn tỉnh thức.

Người con Phật chơn thuần xin đừng tiếp tục biện giải hí luận nữa cho thêm nặng nghiệp. Hãy lắng lòng nhìn lại chính mình; hãy lắng nghe cho đúng những lời dạy dỗ của chư Phật để thấy rằng những khổ đau phiền não không ở đâu xa, chúng nằm ngay trong tâm thức vô minh và rối bời của chúng ta. Hãy lắng nghe cho thật kỹ để thấy được niềm đau nỗi khổ của mình và của người. Mong cho ai nấy đều phát đại hùng đại lực lắng nghe những lời vàng ngọc của chư Phật để một ngày không xa nào đó, không còn thế giới mang tên Ta Bà nữa!!!



## *Chương Mười*

### *Biết Được Giá Trị Thật Của Đời Người*

Đời người nếu đem so với mốc thời gian của vũ trụ thì quả là ngắn ngủi vô cùng, nó còn thua cả ánh điện chớp, hoặc giả như bóng câu qua cửa sổ. Thế nhưng con người cứ mãi rong ruổi trong cõi Ta Bà, cam tâm làm nô lệ cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, để rồi tự hành hạ, bóc lột và đày đọa lẫn nhau, gây thù kết oán, đả kích, giành giật, thậm chí tương sát tương tàn lẫn nhau. Những người con Phật chơn thuần luôn nhận biết rằng ngoại trừ chư Bồ Tát với hạnh nguyện tái thế độ đời, còn thì tất cả chúng sanh đều vì nghiệp lực mà phải lăn trôi trong ba nẻo sáu đường, chứ không ai có thể đến cõi này một cách ngẫu nhiên.

Đã sanh ra làm thân người, theo Đức Phật, đã là khó. Thế nên khi đã được sanh ra làm thân người, những người con Phật phải luôn tự ý thức về những gì đang xảy đến cho mình không phải tự nhiên mà những việc này xảy đến. Hiểu để đừng trách trời oán người chi cho thêm nặng nghiệp. Hiểu để biết kinh vì mỗi khi sắp sửa tạo tác thêm ác nghiệp. Thử hỏi trên đời này cái gì là ta và cái gì là của ta? Lúc thiếu thời mình tự tung tự tác, đến lúc mạng một chung thời, có hối cũng không còn kịp nữa. Những người con Phật không bao giờ bi quan yếm thế, nhưng không ai có thể chối cãi được rằng con người vốn không có tự ngã vì bản thân bản tâm phải chịu sự chi phối của luật vô thường trong từng sát na. Ai có thể lên non xuống biển để tránh được sanh, lão, bệnh, tử? Đời người như một giấc mơ, trăm năm nào khác cuộc cờ đổi thay. Tất cả mọi sự mọi việc trên đời này tưởng thật, nhưng tất cả đều là chiêm bao huyễn giả. Tất cả chúng ta chỉ là những kịch sĩ kỳ tài. Chúng ta đóng kịch ở khắp mọi nơi, từ ở sở, ở chợ, ở nhà chí đến ở chùa. Chúng ta chỉ là những con người đang sống trong mê không hơn không kém. Chúng ta luôn bị trúng gió độc, từ sinh, lão, bệnh, tử đến oán tắng hội, thương yêu mà phải chia lìa, mong ước không thành đạt, ngũ ấm thanh suy đau đớn, vân vân. Thế mà chúng ta vẫn tỉnh bơ không chút kinh vì. Thân như con lật đật, tâm như vườn chuyền cây với vô số vọng tưởng vui, buồn, thương, ghét nối tiếp nhau không ngừng nghỉ.

Hãy bình tâm suy nghĩ lại đi hỡi những người con Phật! Mỗi ngày trôi qua ta chưa từng thiếu vắng tham lam, sát sanh, tà dâm, vọng ngữ, nói lưỡi hai chiều, nói lời hung ác, chửi rủa, mắng nhiếc, sân hận, ganh ghét, tà kiến, biên kiến, vân vân và vân vân. Có phải con người sanh ra để tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng hay không? Có phải con người sanh ra để hành hạ lẫn nhau không? Không đâu!!! Chúng ta sanh ra để sống đời an lạc và hạnh phúc. Đức Thích Tôn Từ Phụ chẳng là một tấm gương sống rạng ngời cho hàng hậu bối chúng ta noi theo hay sao? Ngài đã từ bỏ cung vàng điện ngọc, quyền cao chức trọng, công hầu khanh tướng, để đổi lấy cuộc sống vô chấp, vô cầu và buông xả đến độ thanh thoát. Cuối cùng Ngài đã đi đến chỗ giải thoát rốt ráo. Ngài đã vạch rõ cho chúng ta thấy đâu là giá trị thật của con người. Tuy nhiên, những lời chỉ dạy về từ, bi, hỉ, xả, khiêm cung từ tốn của Ngài sẽ trở thành sáo ngữ nếu chúng ta chỉ một bề nói suông, mà không chịu đem ra áp dụng vào cuộc sống cuộc tu hằng ngày của chúng ta. Chúng ta đã dùng quá nhiều thì giờ tra tui cho thân này, cũng như mãi mê lo tạo dựng sự nghiệp, chứ ít khi dùng thì giờ bồi bổ cho tâm linh. Chúng ta quên rằng làm như vậy vô tình ta chỉ tự hành hạ chính mình, vì một cái tâm mà bệnh hoạn thì thân này rồi cũng sẽ bệnh theo. Người con Phật chơn thuần phải luôn giác ngộ được điều này để trở về sống với giá trị thật của con người. Giá trị thật của con người không thể xét đoán vì giàu nghèo, sang hèn, cung vàng điện ngọc, quần là áo lụa, hay tài sản vật chất. Ngược lại, giá trị ấy phát xuất từ hành động và tâm hồn cao thượng của con người; giá trị ấy phải là cuộc sống từ, bi, hỉ, xả, bình đẳng, vị tha, công bình, bác ái. Tâm hồn cao thượng phải là tâm hồn biết áp dụng những chơn lý mà Phật đã trao truyền vào cuộc sống hằng ngày. Giá trị thật của con người không bao giờ dung chứa tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Ngược lại, giá trị ấy chẳng những tỏa ngát hương từ bi hỉ xả, mà còn sẵn sàng thẩm thấu điều hay lẽ phải bất cứ từ đâu tới. Giá trị thật của con người là chỗ con người ấy luôn biết tự chuyển hóa và cải tạo tự thân để trở thành mẫu người lương hảo, biết kính trên nhường dưới, biết khiêm cung từ tốn, nhu hòa nhẫn nhục, luôn tích cực tu tâm dưỡng tánh, luôn cẩn trọng từ ý nghĩ, lời nói đến việc làm. Giá trị thật của con người là chỗ con người ấy luôn biết tôn trọng sự sống, tài sản, hạnh phúc và sự an lạc của tha nhân. Con người có giá trị là con người không bao giờ sát sanh, trộm cướp, tà dâm, vọng ngữ, không

nói sai sự thật, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời tàn độc, không dùng những chất cay độc để hại mình hại người. Con người có giá trị không bao giờ muối dưng ý đồ bất chánh, cũng không sân hận oán thù ai, không tà kiến mê tín, không biên kiến định kiến. Giá trị thật của người con Phật là ở chỗ con người ấy luôn nhớ rằng trong đời sống hằng ngày, hành động của mỗi cá nhân luôn ảnh hưởng tới người khác. Lời nói và hành động thiện lành đều là những nhân lành đang gieo nhằm chuyển hóa chẳng những tự thân, mà còn gia đình và xã hội nữa. Giá trị thật của con người là ở chỗ con người ấy dám quay mặt với lũ tham, sân, si để trở về sống thật với chính mình. Đức Phật đã từng dạy: “Ai cũng có sẵn Phật tánh và đều có khả năng tu hành thành Phật.” Phật đã dạy quá rõ ràng về giá trị chơn thật của con người. Ngặt vì vướng mắc vô minh nên con người cứ lầm lũi trong ba nẻo sáu đường, hoặc vì vướng mắc “cái ta” nên cứ mù quáng nghiên cứu kinh điển chỉ để rong ruổi đó đây nhàn đàm hý luận, chứ không chịu hành trì. Đời người ngắn ngủi như hoa sớm nở tối tàn, có nghĩa gì những vật chất phù phiếm? Người con Phật quyết sống một đời thật đáng sống. Quyết không u mê tiếp tục làm nô lệ cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Người con Phật chơn thuần quyết không còn nữa những ngày thân cận với thầy tà bạn dữ, miệng oang oang nói pháp mà tâm ý thì lúc nào cũng cố chấp, say mê, cuồng tín, sân hận và ganh tỵ ngất trời; miệng thì luôn nói tốt đạo đẹp đời, nhưng thâm ý luôn tìm cách gạt thầy lừa bạn. Những người con Phật chơn thuần quyết luôn sống với giá trị chơn thật của con người, quyết tu thân xử thế sao cho thích hợp với tinh thần vô ngã vị tha của nhà Phật, quyết làm những điều đáng làm nhưng không vướng mắc, dù chỉ là những vướng mắc thiện lành. Thân phận chúng ta đều do tự chúng ta quyết định, làm con người giá trị hay không giá trị cũng hoàn toàn do ta. Chúng ta gây nhân lựa giống thì cũng chính chúng ta phải nhận lấy hậu quả. Những người con Phật dù biết rằng đời người ngắn ngủi vô thường, nhưng không vì thế mà bi quan yếm thế. Dầu biết có sanh có tử, có thành có bại, có chân có ngụy, nhưng tất cả rồi sẽ pha loãng vào hư vô nếu ta giác ngộ và chịu tìm về giá trị thật của con người. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng đạo Phật không bao giờ tự tách mình ra khỏi đời sống thế tục. Ngược lại, Đức Phật luôn nhắc nhở tứ chúng, Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, ưu bà tắc và ưu bà di, luôn sống đời cao đẹp đúng nghĩa nhất, luôn thụ hưởng những phần lợi lạc nhất trong đời. Tuy nhiên, những phần lợi lạc trong

đời sống theo đạo Phật không nên được hiểu là khoái lạc vật chất, mà là hạnh phúc thanh thản và an vui trong tinh thần. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng quả thật chúng ta phải nghiên cứu giáo lý nhà Phật, nhưng việc chính yếu ở đây là chúng ta phải hằng sống với những giáo lý ấy trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Làm được như vậy, chúng ta đang thực sự là đệ tử của đạo Phật sống, ví bằng ngược lại, chúng ta chỉ ôm cái xác của đạo Phật chết mà thôi.

Tóm lại, nếu ai trong chúng ta cũng chịu tìm về giá trị thật của con người thì thế giới này sẽ không phải mang tên Ta Bà. Lúc đó, từ bi hỉ xả trong mỗi con người chúng ta là tự khởi tự trào từ tận đáy lòng, chứ không còn ở đâu môi chót lưỡi nữa. Lúc đó, từng phút ta sống là từng phút ta đi vào thế giới vị tha bác ái của chư Phật. Lúc đó, cuộc sống cuộc tu của chúng ta trong từng phút từng giây đều là sự kết hợp và tưới tắm tuyệt vời của tình yêu thương mẫn chúng và sự nhẫn nại bao dung đến chúng sanh mọi loài. Lúc đó dù không hoàn toàn như như tại tại trước những khổ đau phiền não, bất hạnh, bất đắc chí, bất toại, hay những vui buồn thương ghét của thường tình thế tục, nhưng cuộc sống cuộc tu này cũng là một chuỗi kết hợp liên tục của an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Lúc đó, vòng tay chúng ta luôn mở rộng cho người thân lẫn kẻ sơ, người thương lẫn kẻ thù. Lúc đó, dù chưa được tròn hạnh nguyện đem thân chịu hết hàng sa khổ đau phiền não của chúng sanh, chúng ta cũng có khả năng sống tu vì tha nhân; xem được niềm vui và nỗi khổ của tha nhân như chính niềm vui nỗi khổ của chính mình. Lúc đó, dù chưa hoàn toàn buông xả, chúng ta cũng có khả năng lần bước theo chư Phật mà lấy ân báo oán, ở lành với kẻ dữ, khiêm cung từ tốn với kẻ ngã mạn cống cao, nhẫn nhục với những kẻ sân hận đùng đùng. Lúc đó, dù chưa là Thánh là Tiên, chúng ta cũng có khả năng không câu nệ với người câu nệ, không gian tham dù người có gian tham, không oán ghét người dù người có oán ghét mình, không đánh đập người dù người có đánh đập mình. Làm được như vậy, nhìn quanh quất bên ta, đâu đâu cũng đều thấy những đằm sen bạt ngàn hương ngát. Làm được như vậy, lòng ta và lòng người sẽ nhẹ đi, sẽ không còn nữa những ngày khổ đau rai rức, sẽ không còn nữa những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến của thường tình thế tục. Từng bước đi của ta là từng cánh sen nở. Lúc đó từng bước ta đi là từng bước ta tiến gần về nơi an bình của Tây phương Cực lạc. Ôi! Phật, chúng sanh nào có sai khác?



## *Chương Mười Một*

### *Biết Tu Tập Sửa Đổi Chính Mình*

Tu hành bao gồm những cách thực hành khác nhau cho Phật tử, như thực hành bố thí, in kinh ấn tống, xây chùa dựng tháp, trì trai giữ giới, vân vân. Tuy nhiên, nếu không chịu tu sửa chính mình thì cho dầu có làm bất cứ thứ gì đi nữa cũng bằng thừa. Tu sửa chính mình có nghĩa là tập thấy được cái nhân nào đưa đến cái quả đó. Tu sửa chính mình là cố làm sao diệt trừ những bất thiện đã sanh; những bất thiện chưa sanh thì giữ cho chúng đừng sanh. Đồng thời cố gắng nuôi dưỡng và củng cố những thiện tâm nào chưa sanh. Phật dạy những vị mới tiến tu rằng: “Một tu sĩ, nhứt là vị mới tiến tu, đừng hành đạo như kiểu trâu kéo cối xay, tuy thân hành đạo mà tâm chẳng hành. Nếu tâm đã hành thì cần nói chi đến thân?” Hai mươi lăm thế kỷ trước Đức Từ Phụ đã vạch ra một con đường sáng cho hậu bối nương theo mà sống hạnh phúc và tu giải thoát. Tuy nhiên, ngay cả Thế Tôn, Ngài cũng không độ tận được chúng sanh. Ngay cả một bậc đại giác như Phật mà cũng không được cái toàn năng sửa đổi mọi người. Những ai hữu duyên thì đều được Ngài độ, còn những ai vô duyên, Ngài chỉ thương xót chứ không làm gì khác được. Tại sao lại như vậy? Trong thời Thế Tôn còn tại thế, Ngài đã khẳng định với tứ chúng rằng: “Nếu ta nói rằng mấy ông đừng lo, hễ theo ta sẽ được ta độ tận, thì chắc chắn mấy ông sẽ theo ta nhiều lắm. Nhưng ta không nói được như vậy vì đạo Phật là đạo của chơn lý nên ta đành phải nói sự thật cho mấy ông nghe. Dù sự thật ấy có thế nào đi nữa thì nó vẫn là sự thật đáng được trân quý.” Sự thật là thay vì tìm cách sửa đổi ngoại trần cho thích hợp với mình là chuyện không tưởng, tự cố chí kim chưa ai làm được, thế nên người tu theo Phật phải cố gắng tự sửa chính mình để thích ứng với ngoại trần. Ngoại trần hay hoàn cảnh bên ngoài tự chúng không gây được khổ đau hay hệ lụy cho ai, chúng phải nhờ đến lực cản của chúng sanh làm chất xúc tác để tạo nên lực thức. Người con Phật phải thấy cho được điều này để không phải hoài công mất sức trong tiến trình tu tập. Xin khẳng định lần nữa lời dạy dỗ của Thế Tôn: “Tu là tự sửa mình.” Dù quý Thầy có giảng dạy thế mấy mà mình không chịu tự sửa mình thì cũng bằng thừa. Phật giáo là đạo “giải thoát,” giải thoát ở đây có nghĩa là mở ra cho thoát. Từ vô thủy vô chung, không ai cột mình mà chính mình tự cột, giờ cũng

chính mình tự mở. Những gút mắc của luân hồi sanh tử chỉ có tự mình biết và cũng phải tự mình gỡ chứ không ai có thể gỡ được giùm mình. Khi Phật nói “ban vui, cứu khổ,” Phật không bao giờ biểu chúng ta cứu khổ người bằng cách sửa dạy người, hoặc ban vui bằng cách sửa dạy người. Trong Kinh Niết Bàn, Đức Thế Tôn đã dạy: “Chúng sanh muốn tu hành đến trạng thái Niết Bàn như chư Phật, phải trước nhưt nhận chân đây là khổ, kia là con đường diệt khổ. Rồi sau đó nhiếp tâm tu tập và tu tập. Tu tập bằng con người thật của chính mình, chứ không lấy bản ngã hưởng ngoại cầu hình hay hí luận biện giải. Làm được như vậy, bất cứ trạng huống nào ta kinh qua, cũng đều là trạng huống của Niết Bàn.” Thật vậy, nếu chúng ta thực tâm tu hành thì dù ở không gian và thời gian nào, chúng ta cũng đều thấy an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Đi đâu đến đâu chúng ta cũng nhìn tha nhân bằng đôi mắt yêu thương và trái tim cảm thông bi mẫn. Lúc đó không cần phải “đầu môi chót lưỡi,” ngược lại, toàn thân toàn tâm chúng ta chỉ tỏa ngát một thứ kỳ hương: từ bi hỉ xả và cứu khổ ban vui. Phật đã nói quá rõ trong tiến trình tu Phật thì ai sửa ai? Tuy nhiên, vấn đề ở đây là chúng ta có chịu lắng nghe và làm theo lời Phật dạy hay không mà thôi. Phật đã khẳng định với các đệ tử của Ngài trong Kinh Hoa Nghiêm rằng: “Muốn cứu khổ ban vui, người con Phật phải dùng sức lực của trí huệ, thuận theo tâm tính của chúng sanh mà làm.” Nghĩa là người con Phật phải tự sửa mình trong mọi tình huống, không câu chấp. Nói như vậy không có nghĩa là giáo lý nhà Phật khuyến khích đệ tử tự lợi chứ không lợi tha. Nói như thế để mọi người cùng nhau ý thức rằng mỗi người chúng ta là nhân tố chính cho công cuộc tu tập của chính mình. Muốn an định thân tâm, tự tâm thân này phải định tĩnh. Muốn cho sự tương quan giữa con người với con người được tốt đẹp, mỗi con người chúng ta phải tự làm tốt đẹp lấy mình. Muốn thế giới có hòa bình an lạc, tự thân mỗi người phải là một con người hòa bình an lạc trước đã. Chính Đức Phật đã từng dạy: “Con người là hơn cả vì tất cả kết quả giác ngộ đều được thực hiện bởi tự thân con người. Đức Phật cũng như những trưởng tử hậu bối của Ngài có thể đem pháp âm vi diệu tuyên rao cùng khắp, nhưng có nghe được những pháp âm vi diệu đó hay không là hoàn toàn tùy thuộc ở mỗi người chúng ta. Đạo Phật vốn dĩ nói dễ khó làm, chính vì thế mà Phật đã dạy rằng dù chiến thắng vạn quân, không bằng tự thắng lấy mình. Tự thắng lấy mình mới là chiến công oanh liệt nhưt. Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật đã một lần nữa khẳng định về nét đặc

thù “Tự tu tự sửa” trong đạo Phật: “Hãy là ngọn đuốc và nơi nương tựa cho chính mình, chứ đừng phó thác dung thân vào bất cứ nơi nào không phải là mình.” Phật không dừng lại ở đây, mà Ngài khẳng định thêm: “con người là tối thắng vì con người có thể thực hiện mọi điều tốt đẹp.” Tuy nhiên, Ngài lại tiếp tục cảnh tỉnh quần sanh qua lời dạy trong Kinh “Pháp Cú: “Con người có thể thực hiện mọi pháp lành, nhưng cũng chính con người đã và đang tạo ra mọi ác pháp.” Sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp của vạn triệu năm về trước và vạn triệu năm về sau cũng vẫn vậy, nhưng chúng thâm nhập và thẩm thấu qua mỗi chúng sanh mỗi khác. Cũng như vậy, vô minh, hành, thức, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, hữu, và sanh lão tử có tác dụng khác biệt trên mỗi chúng sanh. Đồng ý khi nào con người chịu đi ngược lại với dòng luân hồi sanh tử, chịu đoạn tận vô minh thì trí huệ sáng ngời. Tuy nhiên, dù đèn trí huệ có giống nhau, cường độ lợi ngược dòng sanh tử ở mỗi người mỗi khác. Thấy như vậy để đừng ai bắt ai phải theo mình và cũng đừng ai làm kéc học tiếng người, rồi lập đi lập lại những lời dạy của Phật của Tổ. Theo giáo lý nhà Phật thì “gieo nhân nào, ắt gặt quả đó.” Cách duy nhất để tránh gieo nhân, hoặc giả nếu phải gieo chỉ gieo những nhân lành là người con Phật phải tự “sửa đổi lấy chính mình.” Sẽ không bao giờ có giác ngộ và giải thoát cho ai nếu người đó chỉ làm kéc học tiếng người. Phật luôn khẳng định giá trị tuyệt đối của con người: “Nhân thị tối thắng.” Mà thật vậy, con người có một địa vị hết sức đặc biệt trong vũ trụ vô cùng vô tận này. Âm thanh phát ra từ một con người sẽ ngân vang mãi mãi về phía hư không dù chúng ta không còn được nghe thấy nữa, nhưng vạn triệu kiếp về sau này, âm thanh ấy vẫn còn đây. Chính vì thế mà sự sửa đổi từng cá nhân trong bất cứ xã hội nào, trong bất kỳ không gian hay thời gian nào, cũng rất ư là quan trọng cho nhân quần xã hội. Một người không sát sanh, vạn triệu người không sát sanh. Một người không trộm cắp, vạn triệu người không trộm cắp. Một người không tà dâm, vạn triệu người không tà dâm. Một người không vọng ngữ, vạn triệu người không vọng ngữ. Một người không uống rượu, vạn triệu người không uống rượu. Được như vậy, xã hội chúng ta đang sống đích thực là một xã hội loài người. Tương tự như vậy, từng người giữ thập thiện thì xã hội này là một thiên đường. Từng người tự thanh tịnh hóa lấy chính mình thì chúng ta còn bàn chi đến một thế giới Cực Lạc xa xăm nào nữa? Làm được như vậy,

Thế Giới Hoa Nghiêm mà Phật đã tuyên lưu năm xưa không ở đâu xa,  
mà là ở đây, ở ngay trong cõi Ta Bà ngũ trược ác thế này.

## *Chương Mười Hai*

### *Biết Tại Sao Chúng Ta Gây Tội Tạo Nghiệp*

Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là ‘karma’ có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ ‘nghiệp’ luôn được hiểu theo nghĩa tất yếu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng mỗi tư tưởng mà bạn có sẽ tác động đến bạn, vì thế nghiệp là nội tại, nhưng rất cuộc, nghiệp sẽ tác động đến những người khác vì đã tác động đến chính bạn. Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo. Từ vô thủy chúng sanh đã trôi nổi trên biển sâu sông mê, đã gây ra vô vàn nghiệp chướng, đã tạo ra không biết bao nhiêu là oan khiên nghiệp báo, không biết đâu là nẻo chánh đường tà. Tại sao chúng sanh gây tội tạo nghiệp để cứ mãi lăn trôi trong ba nẻo sáu đường? Thật tình mà nói, ai trong chúng ta cũng mong có được một cuộc sống an lành và hạnh phúc, ai cũng muốn gieo trồng những chủng tử Bồ Đề và ai cũng muốn kết tụ Bồ Đề duyên thuộc ở khắp mọi nơi. Tuy nhiên, ma quỷ Ta Bà cứ xúi giục chúng ta trồng những cái nhân quái ác; hoặc giả chúng xúi giục chúng ta cứ ham tiền tài vật chất, danh lợi quyền uy, sắc đẹp, vân vân. Chính vì thế mà chúng ta luôn bị cột chặt trong Ta Bà bởi đủ thứ “ngã kiến,” “ngã tướng” để rồi cứ phải chuốc lấy não phiền đau khổ. Chúng ta

không tự nhiên mà gây tội tạo nghiệp. Theo Phật, không có thứ gì ngẫu nhiên trong cõi đời này. Tất cả chúng sanh mọi loài, dù ở căn cơ trình độ nào, dù thấp hay dù cao, dù tài hay hèn, dù mê mờ hay giác ngộ. Đều phải chịu hoàn toàn trách nhiệm về tư tưởng và hành động của chính mình theo đúng sự chi phối của luật nhân quả luân hồi. Hãy suy gẫm lại chuyện “Bách Trượng Dã Hồ” do Thiền sư Hoài Hải kể lại rồi sẽ thấy! Một vị tăng sĩ vào thời quá khứ của Đức Phật Ca Diếp, chỉ vì một phút hàm hồ về lời giảng dạy sai lầm của mình cho Tăng chúng mà phải chịu 500 kiếp làm chôn để chuộc tội. Thế mới thấy nếu chưa là Phật, thì dù phạm hay Thánh đều vẫn còn bị chi phối bởi nhân quả luân hồi cho sự gây tội tạo nghiệp của mình. Hễ còn phiền não, nghiệp chướng và khổ báo là vẫn còn gây tội tạo nghiệp, còn gây tội tạo nghiệp là còn trầm luân trong ba nẻo sáu đường. Ai gây ra phiền não, nghiệp và khổ báo? Theo Phật, không ai khác hơn là “tâm thức” này. Chính tâm thức này đã mở cửa lục căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) cho lục trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) tự do ra vào và chất chồng trong tâm thức vô vàn phiền não, nghiệp chướng và khổ báo. Đã thế, “tâm thức” còn cố chấp, cống cao, ngã mạn, bài xích và không chịu tu sửa nên vô minh ngày càng sâu dày và hành trang cho kiếp tới trong chuỗi dài vô định sinh tử luân hồi cứ nối tiếp và nối tiếp không ngừng nghỉ. Dù “tâm thức” là nhân tố chính đã chủ trì trên thân xác này, chúng ta cũng đừng quên sự bức bách của sáu tên “nội gian” mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Chúng chính là những tên giặc làm mối lái dẫn cướp vào nhà lấy hết của quý từ “chơn tâm” của chúng ta. Chúng bức bách “tâm thức” gây tội tạo nghiệp và vương lấy não phiền, nghiệp và khổ. Trong trùng điệp luân hồi sanh tử, người này mắc nợ người kia, người kia trả nợ cho người này, cứ như thế mà trầm luân trong vạn triệu kiếp. Vì tham dục và luyến ái mà người này yêu cái tâm người kia, người kia yêu cái sắc của người nọ. Người con Phật phải lắng nghe lời Phật dạy” “Tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng là ác, là những nhân tố gây tội tạo nghiệp của chúng sanh. Muốn chấm dứt gây tội tạo nghiệp, chúng sanh chỉ có con đường duy nhất là không tham, không sân, không si, không mạn nghi tà kiến, không sát đạo dâm vọng.

Người con Phật nên lắng nghe lời Phật dạy, mắt không thấy, miệng không thềm, tai không nghe, mũi không ngửi, ý không nghĩ, thân không xúc chạm thì tự nhiên không còn gây tội tạo nghiệp. Do đó mà phiền não, nghiệp và khổ báo cũng đoạn tận. Tuy nhiên, làm sao mắt

không thấy, tai không nghe, mũi không ngửi khi phàm phu vẫn khó bỏ. Khi nghe lời khen tiếng hay thì mắt rực sáng, lòng sanh vui và ưa thích; ngược lại khi nghe thấy những lời trái tai gai mắt thì liền sanh tâm sân hận và giận dữ. Khi mắt nhìn thấy sắc đẹp thì rực rỡ lên với lòng ham muốn cực độ, muốn chiếm hữu cho bằng được. Rồi mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy, nghe mùi là muốn ngửi, nghe vị là muốn nếm, thấy êm ả là muốn xúc chạm và tâm ý lúc nào cũng bồng bềnh đến những phương trời vô định. Thật khó tu giác ngộ và giải thoát quá!

Trước khi nhập diệt, Đức Thích Tôn Từ Phụ đã phủ nhận: “Trong suốt 49 năm hoằng hóa, ta không hề nói một lời nào.” Ngài muốn nhắn gì với chúng ta hỏi những người con Phật? Đâu phải Ngài chưa từng dạy, hay chưa từng nói một lời. Tuy nhiên, Ngài phải nói lên một sự thật về sự mê chấp của chúng sanh. Chính những mê chấp âm thanh và sắc tướng này đã đưa chúng sanh đến chỗ tạo thêm tội và gây thêm nghiệp và càng làm cho chúng sanh xa rời mục đích tối quan trọng là giải thoát. Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý đã từ vô thủy xúi giục chúng sanh đeo mang quá nhiều phiền não, nghiệp chướng và khổ báo. Chính những oan nghiệt này đã lôi cuốn chúng sanh lăn trôi trong nhiều đời nhiều kiếp. Những chủng tử nghiệp lực này cô đọng lại thành một khối vô minh khó bỏ, khó gỡ. Cho đến nỗi dù Phật có thị hiện và mách bảo rằng trong chúng ta ai cũng có Phật tánh, chưa chắc gì đã đánh thức được chúng ta. Người con Phật muốn bước qua nẻo trầm luân để trở về với chơn tâm thật tánh, phải luôn tu tâm dưỡng tánh để tạo thiện nghiệp, luôn học hỏi để cải tiến tự thân tự tâm, luôn tránh ác nghiệp mới mong có một ngày tận diệt được phiền não chướng. Còn về nghiệp chướng và khổ báo, chúng ta phải luôn thành tâm sám hối. Sám kỳ tiền khiên, hối kỳ hậu quá. Phải luôn thật sự sám hối để thấy rằng si mê ái dục chỉ dẫn đến trọn đời mê say trụy lạc trong bã vật chất vinh hoa, mùi phú quý mà không bao giờ biết đủ để rồi sẽ phải mãi mãi trầm luân đau khổ. Sám hối để chẵn những dứt trừ nghiệp chướng và khổ báo, mà thân tâm nhờ đó sẽ ngập tràn những yêu thương, vị tha bác ái và từ bi hỉ xả. Đức Từ Phụ đã chấm dứt gây tội tạo nghiệp và đã vào cửa đạo bằng con đường này. Chúng ta không có con đường nào khác đâu quý vị ơi! Hỏi những con người đang mải mê với nhàn hí luận! Hãy mau quay trở về tu y như Phật. Đừng phí thêm thời giờ chạy đông chạy tây nữa, đừng tiếp tục hưởng ngoại cầu hình, cũng đừng tham chấp vào chỉ một việc “tọa thiền” mà e rằng vương phải “thiền bệnh.”

Hãy suy gẫm lại bài học mà năm xưa Nam Nhạc Hoài Nhượng đã vì thương xót và muốn ân độ cho Mã Tổ với một câu ngắn gọn: “Ngồi thiền để thành Phật cũng giống như mài gạch để làm gương soi vậy.” Trong việc tu tập, muốn diệt trừ phiền não, phải tu tâm dưỡng tánh, phải nhẫn những cái đáng nhẫn, và nhẫn cả những cái không đáng nhẫn, phải bố thí lợi tha, phải trì giới một cách tinh tấn. Muốn chấm dứt nghiệp chướng và khổ báo, phải sám hối cả tiền khiên lẫn hậu quả. Ngoài ra, phải tỏa rộng lòng từ bi hỉ xả, bác ái vị tha, bất cứ phước đức nào có thể tạo được thì không nên bỏ lỡ cơ hội, từ việc đến chùa làm công quả đến việc xây chùa dựng tháp. Người con Phật chơn thuần nên luôn nhớ rằng “thiền” chỉ là một phần sáu của Lục Độ Ba La Mật. Chính vì vậy mà Nam Nhạc Hoài Nhượng đã thẳng thừng đánh thức “tâm thức” của Mã Tổ bằng cách mài gạch làm gương soi để đem so với việc Mã Tổ ngồi thiền để làm Phật. Thật tình mà nói, với những bậc thượng căn thượng trí, đã tu từ quá nhiều đời kiếp, đã gần như bước qua con đường trầm luân tiến hóa, đã không còn tạo bất cứ ác nghiệp nào, ngược lại các ngài đã từng tạo quá nhiều thiện nghiệp, nên chỉ sự luân hồi gần như sắp dứt, sự lôi cuốn của nghiệp lực nếu có cũng quá mỏng, và Phật tánh sắp sửa hiển bày. Các bậc này chỉ cần “thiền” một mạch là có thể đi đến đại định và phát huệ một cách dễ dàng ngay trong đời này kiếp này. Lục Tổ Huệ Năng là một thí dụ điển hình. Còn đa phần chúng ta, đã đeo mang quá nhiều phiền não, nghiệp chướng và khổ báo, những chủng tử nghiệp lực oan nghiệt này đã chất chồng từ nhiều đời nhiều kiếp thành một khối vô minh khó bỏ, khó gỡ. Thế mà chúng ta cứ cố chấp, cống cao, ngã mạn, hay thậm chí còn đi bài bác công kích những người sơ cơ đến chùa làm công quả. Phật tử ơi! Trong vòng Ta Bà lên xuống xuống lên này, biết ai sơ cơ, ai không? Đừng bao giờ nhìn ai bằng cặp mắt kính màu phân biệt đó. Hãy cố mà tu sửa cho đúng với chánh đạo để tự mình cởi trói. Hãy làm bất cứ thứ gì có thể làm được để triệt tiêu ác nghiệp, đồng thời tăng trưởng thiện nghiệp. Thiền, định, huệ có được sự ổn định của nghiệp lực tác động trên thân nghiệp và tâm nghiệp trong nhiều kiếp đời cũng như trong hiện tại. Phật tử chơn thuần phải thấy cho rõ phải hiểu cho thấu ngay chỗ này để tránh cái cảnh hết ngày dài rồi lại đêm thâu “mài gạch làm gương soi.” Hãy cố mà tu hành ngay từ bây giờ “làm lành, lánh ác, giữ cho tâm trí thanh tịnh,” để nhờ thiện duyên tu học này mà nghiệp lực sẽ mỏng dần và có thể kiếp này hoặc kiếp lai sanh,



qua công năng tu tập của mình sẽ hóa giải những duyên nghiệp. Cứ thế mà tiếp tục vừa giải nghiệp, vừa thiền định cho đến khi gạo trắng nước trong như Lục Tổ năm xưa. Người con Phật tại gia không có cách nào khác hơn là vừa giải nghiệp, vừa thiền định nầy đầu. Nghĩa là vẫn sống trong đời nhưng phải luôn có thiền định để không tạo thêm nghiệp mới, do đó mà màn vô minh cũng từ từ mỏng dần theo thời gian. Người con Phật chơn thuần quyết không làm kéc học tiếng người, chỉ lập đi lập lại những lời chư Phật chư Tổ đã nói, mà không chịu hành trì thì có ích chi? Ngày xưa, lúc dạy đệ tử, có những vị Tổ phải dùng đến những tiếng thét tiếng la để cảnh tỉnh quần sanh, còn chúng ta u mê còn đây thì la hét để cảnh tỉnh ai đây? Chư Phật và chư Tổ là những bậc đại giác, các Ngài đang đứng trên bờ vực thẳm nhìn thấy chúng sanh đang lặn ngụp trong bể khổ nên các Ngài phải lớn tiếng cảnh tỉnh chúng ta. Còn chúng ta, những phàm nhân đang lặn ngụp trong bể ái hà thì cho dù có nói đúng y ngôn ngữ của các Ngài, cũng không cảnh tỉnh được ai.

Người con Phật hãy chấm dứt ngay lối hí luận điên rồ của những chúng sanh địa ngục; “không thiện, không ác, trực chỉ như tâm, kiến tánh thành Phật.” Vâng! Với bậc thượng căn thượng trí, các ngài đã nhiều đời kiếp tu theo chánh pháp, các ngài đã cắt đứt mọi tư tưởng và hành động có thể tạo ra nghiệp thế, nên các ngài còn cần chi thiện ác của thế gian? Các ngài chỉ cần “trực chỉ nhân tâm là lập tức kiến tánh thành Phật.” Còn chúng ta? Từ vô thủy đã lăn trôi tạo nghiệp, mà đa phần là ác nghiệp. Bây giờ biểu không thiện không ác, thì e rằng khó quá! Thôi thì hãy đi từ từ bằng cách chấm dứt gây tội tạo nghiệp, luôn trau dồi những hạnh lành, luôn thiền định để từ từ cởi bỏ và thanh lọc cái bản thể tứ đại nầy cho ngày một thanh sạch hơn. Dù có định thì cũng chỉ là cái định của cõi Ta Bà ô trược, chúng ta phải tự biết như vậy để tự nhủ mình tiếp tục thâm thâm tu đạo, tiếp tục thâm thâm thiền định. Làm được như vậy thì khỏi nói khỏi rằng, chắc chắn một ngày không xa nào đó huệ sẽ phát và sen sẽ vượt khỏi bùn để tỏa ngát hương thơm ngào ngạt.



## *Chương Mười Ba*

### *Người Con Phật Luôn Biết Cư Trần Lạc Đạo*

Thật tình mà nói, không riêng gì những người con Phật mà chúng sanh mọi loài đều phải thấy rằng nếu không chịu “cư trần lạc đạo” thì không chóng cũng chẳng chậm những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng sẽ biến chúng ta thành nô lệ cho chúng mà bề lũ tay sai của chúng là bát phong (còn, mất, được, thua, vinh, nhục) và bát khổ (sanh, lão, bệnh, tử, thương yêu xa lìa, oán tắng hội, cầu bất đắc, ngũ ấm thanh suy) sẽ vây quấn lấy chúng ta không rời nửa bước. Đức Phật dạy: “Tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng là những nhân của khổ đau phiền não.” Nhưng do đâu mà chúng ta có thể tận diệt được những nhân khổ đau phiền não này? Nếu không chịu “cư trần lạc đạo” thì chắc chắn hết ngày dài rồi lại đêm thâu chúng ta tiếp tục trưởng dưỡng những nhân khổ này. Như vậy chuyện tu hành của người con Phật thật đơn giản, chỉ cần cư trần lạc đạo (sống trên đời mà vẫn vui với đạo) là đủ.

Quý vị ơi! Thái tử Sĩ Đạt Đa muốn tu thành Phật mà còn phải “cư trần lạc đạo” huống là chúng ta? Những chúng sanh đã lăn trôi từ vô lượng kiếp muốn tìm thấy đường về quê hương Phật, không có con đường nào khác hơn con đường “cư trần lạc đạo.” Thật vậy, an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc chỉ đến với những ai biết cư trần lạc đạo và thiếu dục tri túc mà thôi. Trên đời này có mấy ai “cao danh vọng” mà không “dày gian nan” đâu bao giờ? Cái hạnh phúc bên ngoài mà chúng ta đang chạy theo đó chỉ làm cho chúng ta thêm loạn động đảo điên chứ không giúp ích gì cho con đường tu đạo của chúng ta cả quý vị ơi! Cổ đức có dạy: “Sáng nghe được đạo, chiều tối mạng vong cũng cam.” Thật vậy, chưa nói chi đến tu hành, chỉ cần chúng ta chịu “cư trần lạc đạo” thì chúng ta đã đi được hơn một nửa đường về quê hương Phật rồi. Vì khi đã “cư trần lạc đạo” là dù sống trong bất cứ trạng huống nào, chúng ta vẫn vui với đạo, nghĩa là không còn nữa những còn mất, thịnh suy, lời lỗ, vui buồn, khen chê, thân sơ, bạn thù, thương ghét, lên xuống, vân vân. Tuy nhiên, “cư trần lạc đạo” nói dễ khó làm; nói không tham sân si thì dễ chứ thực hành được không tham sân si là khó vô cùng, vì bản chất cố hữu của chúng sanh là như thế đó, lúc nào

cũng chỉ biết nói chứ không chịu làm. Khi nghèo đói hoạn nạn thì chỉ mong cho có được no cơm ấm áo và bình yên để tu tập, nhưng khi đã có tiền một lại muốn tiền hai, khi có nhiều tiền lại muốn có nhiều hơn nữa, cứ như thế mà quên mất chuyện tu hành. Khi lâm nguy thì phát tâm thương người, kính tin Phật pháp và ao ước có cơ làm việc phước thiện, nhưng đến khi hết hoạn nạn thì chỉ lo trau tria cho thân này, không còn nghĩ chi đến ai khác, còn nói chi đến đạo tâm tu hành. Quý vị ơi! Hãy bình tâm suy nghĩ lại đi, chúng ta như cá cạn nước, một ngày chúng ta sống là một ngày chúng ta đi gần đến nhà mồ. Mạng sống của con người chỉ trong hơi thở. Một hơi thở ra mà không thở vào là đã mạng một. Mạng sống này còn nhanh hơn đóa phù dung sớm nở tối tàn, sớm còn tối mất. Nếu chúng ta không sớm tỉnh thức lời Phật dạy mà tu hành, cứ chạy theo đuổi hình bắt bóng với những hy vọng hão huyền, cứ để cho tham dục, ích kỷ, bòn sẻn lồi cuốn thì một mai lia đời còn kịp đâu nữa mà hối tiếc? Khi đã biết được thế nào là cư trần lạc đạo thì chúng ta sẽ biết thiếu dục tri túc, biết mở rộng lòng ra đón lấy tha nhân trong mọi tình huống, biết từ bi hỷ xả, biết bố thí lợi tha, biết phản quang tự kỷ để chỉ thấy những sai sót của mình chứ không bươi móc lỗi ai, để biết chúng ta đi đến cõi này với hai bàn tay trắng và một mớ nghiệp mang theo từ vạn kiếp, nếu không khéo chúng ta rồi cũng sẽ ra đi với hai bàn tay trắng mà nghiệp thì vẫn trĩu nặng thêm. Tình thâm phụ mẫu, thê tử không thể nào níu kéo được tử thần, cũng không chịu thể nghiệp được cho ta. Tiền rừng bạc biển, danh vọng quyền uy tốt đỉnh cũng không lay chuyển được gió mưa vô thường. Người con Phật hãy lắng nghe lời Phật dạy, hãy nhìn thẳng vào cuộc đời và sống thực với chính mình để thấy rõ mọi hiện tượng thanh suy, thành bại cũng như thực chất của sanh, lão, bệnh, tử, tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng đều là những chất liệu xây dựng địa ngục ngay trong đời này kiếp này. Quý vị ơi! Phạm Thánh tại tâm chứ không do vật chất dư thừa hay quần là áo lụa mà thành. Chư Phật và chư Bồ Tát lúc nào cũng an vui vì các Ngài biết “cư trần lạc đạo.” Các Ngài sống nơi cõi trần mà luôn vui với nẻo đạo, luôn biết sống với tâm địa của chính mình chứ không mê hình chấp bóng. Các Ngài luôn biết xoay vọng thức về chơn tâm. Còn chúng ta thì ngược lại, chỉ biết ngày ngày dong ruổi đó đây nhàn đàm hý luận chứ không chịu hồi quang phản chiếu để về sống thực với tâm địa của mình. Chư Phật và chư Bồ Tát luôn gieo vào ruộng tâm của các Ngài những kỳ hoa dị thảo, còn

chúng ta chẳng những bỏ trống tâm này cho cỏ dại phiền não tham, sân, si, ích kỷ tự do phát triển, thậm chí có khi chúng ta còn gieo trồng chúng một cách cố ý nữa là khác. Chư Phật và chư Bồ Tát biết “cư trần lạc đạo” nên các Ngài luôn an nhiên tự tại trước lẽ vô thường sanh, trụ, dị, diệt của chúng sanh và vạn vật, thế nên sự sống chết còn mất với các Ngài cũng chỉ như một cuộc lữ hành về quê cũ mà thôi chứ không làm cho các Ngài mảy may xúc động. Còn những phàm phu tục tử như chúng ta luôn ray rức khổ đau trước sanh ly tử biệt, luôn chất chứa sâu đầy những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Dầu biết hơi thở ra này rồi sẽ chẳng bao giờ còn được thở vô nữa nhưng chúng ta vẫn trào dâng những ham mong huyễn ảo.

Phật tử chơn thuần phải luôn cẩn trọng, phải biết thực hành cuộc sống “cư trần lạc đạo” chứ đừng rong ruổi đó đây nhàn đàm hý luận. Trước khi nhập diệt, Đức Thế Tôn đã nói với chúng đệ tử rằng: “Suốt 49 năm hoằng hóa, ta chưa từng nói một lời nào.” Sao lạ vậy hở quý vị? Tam Tạng kinh điển của Thế Tôn dù học trong muôn kiếp vẫn chưa hết, sao Thế Tôn lại nói như vậy? Người con Phật phải cố hiểu chơn ý của Thế Tôn qua câu nói này. Phải chăng Thế Tôn muốn nhắn nhủ tứ chúng hãy nên sống tu như Như Lai, chứ đừng bàn đàm hý luận. Đạo Phật là đạo của những hành giả chứ không phải là đạo cho những thuyết giả. Thật vậy, tri thức phàm phu của những thuyết giả chỉ làm cho họ thành những con két nói tiếng người, làm cho họ thành những kẻ chỉ biết ba hoa chích chòe, khoa môi múa mỏ, vọng ngôn lộng ngữ để hết ngày dài rồi lại đêm thâu, họ đi khắp nơi nơi nhàn đàm hý luận, gieo trồng thêm tội ác. Họ chỉ biết nói chứ không biết mình đang nói gì và đang làm gì.

Phật tử chơn thuần phải luôn nhớ lời Phật dạy về tính ưu việt của con người: con người có thể tạo ra địa ngục, nhưng cũng chính con người ấy cũng có thể tạo ra thiên đường. Kinh Hoa Nghiêm nói: “Con người là hơn cả, vì con người có khả năng làm nên các pháp lành.” Thật vậy, thánh thiện hay phàm phu, trầm luân hay giải thoát, vô minh hay giác ngộ đều do nơi con người. Cũng như vậy, cũng chính con người chạy theo những dục lạc trần thế hay trở về sống với “cư trần lạc đạo” để xây dựng đời sống thánh thiện an lạc trong ánh Từ Quang của Phật Tổ. Kỳ thật, sống trong cõi trần nhiễm trước này mà có thể vui được với đạo là điều hãn hữu vô cùng, nhưng chư Phật và chư Tổ đã làm được, chúng ta là đệ tử của các Ngài thì chúng ta cũng nên noi

theo gương hạnh của các Ngài trong cuộc sống cuộc tu hằng ngày. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng nguồn gốc của khổ đau là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Tuy nhiên, những thứ này không khởi lên được nơi những người biết “cư trần lạc đạo.” Ngày trước vua Trần Nhân Tông, sau khi liễu đạo đã nhường ngôi cho con mà lên núi Trúc Lâm tu hành rồi trở thành vị Sơ Tổ của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử. Ngài đã dạy rằng:

“Cư trần lạc đạo thả tùy duyên  
 Cơ tắc san hề khốn tắc miên  
 Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch  
 Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền.”  
 (Ở trần vui đạo hãy tùy duyên,  
 Đối đến thì ăn, mệt ngủ liền.  
 Trong nhà có báu thôi tìm kiếm,  
 Đối cảnh không tâm chớ hỏi thiền).

Thật vậy, nếu chúng ta có thể sống trọn vẹn theo lời dạy của thiền sư Trần Nhân Tông, là chúng ta có thể sống với nước chứ không sống với những đợt sóng sanh rồi diệt; sống với ánh sáng của gương chứ không sống với các ảnh đến rồi đi; sống với tự tánh của tâm chứ không sống với các niệm sanh diệt. Như vậy chúng ta có thể gọi cuộc sống của chúng ta là gì nếu không phải là Niết Bàn? Thế giới mà chúng ta đang sống là thế giới Ta Bà, nơi mà chúng ta nhìn thấy sự sanh diệt của mọi hiện tượng thì làm sao chúng ta có thể nói tất cả các pháp không sanh không diệt được? Hành giả nên nhớ rằng một khi đã quyết chí tu trì theo Phật, chúng ta phải lắng nghe lời dạy của Phật và chư Tổ, phải nhìn vào bên trong để thấy được chơn tâm của mình, chừng đó mình mới có khả năng thấy được chư pháp bất sanh bất diệt. Hãy nhìn vào tâm mình và hãy thành thật với chính mình, rồi thì mình sẽ có thể thấy bản chất của mọi vật là trống rỗng và bất sanh bất diệt. Các niệm đến rồi đi, nhưng tánh ‘thấy biết’ của tâm luôn bất động.

Hành giả tu Phật sống tu trong cõi trần thế này mà muốn được vui theo đạo lý thì phải biết tùy hoàn cảnh mà ứng xử và phải ứng xử một cách bình thường như đói ăn, mệt ngủ nghỉ. Vạn vật vạn sự rồi cũng phải đi vào tiến trình sanh, trụ, dị, diệt, không có gì để cho chúng ta phải bận tâm lo buồn. Đừng rong ruổi tìm cầu đâu xa mà quay về ngay với chính mình vì trong mỗi người chúng ta ai cũng đều có của báu, đó là bản tánh chân thật hay chơn tâm. Hãy noi gương Phật Tổ năm xưa,

đi vào đời mà tâm không vướng mắc, không lằng xằng lộn xộn, đảo điên, thị phi, hơn thiệt thì chẳng cần nói chi đến thiền định, lúc đó con người thật của chúng ta sẽ hiển lộ. Lúc đó dù muốn hay không muốn, dù sống thanh bần hay phú quý, chúng ta vẫn luôn sống vui theo đạo lý. Kinh Pháp Hoa đã khẳng định: “Chư Phật vì một đại sự nhân duyên mà xuất hiện ra nơi đời: khai thị cho chúng sanh ngộ nhập tri kiến Phật.” Phật Tổ Thích Ca Mâu Ni đã từ bỏ cung vàng điện ngọc, vợ đẹp con ngoan, quyền uy tột đỉnh để đi vào rừng sâu núi thẳm tu hành giải thoát. Ngài đã để lại cho Phật tử hậu bối chúng ta một thông điệp quá rõ ràng: “Cư trần lạc đạo.” Cư trần lạc đạo là phải từ bỏ hay giảm thiểu những tham dục. Đức Phật đã bao đời bao kiếp tu hành và đã thành Phật mà còn phải như vậy, huống là chúng ta, những chúng sanh đang hãy còn lăn trôi trong luân hồi sanh tử? Cả cuộc đời của Đức Phật là một thông điệp rõ ràng và hùng hồn nhất cho những ai muốn thoát khỏi mê lầm đau khổ để đạt đến cảnh giới vô thượng như Phật.

Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thế giới vô thường, đất nước tan biến, tứ đại giả hợp, hễ đủ duyên thì hợp mà hết duyên thì tan. Tất cả mọi hiện hữu trên thế gian này đều là giả tạm. Tuy nhiên, do bị vô minh che lấp chơn tâm mà vọng tâm trở dậy nhận lầm các pháp hữu vi (sanh diệt) là thường còn vĩnh viễn, nhận thân này tồn tại mãi rồi từ đó ta lê lét tấm thân này đi khắp đó đây qua bao kiếp luân hồi hết kiếp này qua đời khác, chúng ta cứ mãi chạy theo đuổi hình bắt bóng chứ chưa bao giờ biết “cư trần lạc đạo.” Phật tử chơn thuần muốn sống trong trần mà vẫn vui với đạo lý phải trước nhất chuyển mê thành ngộ bằng cách đoạn diệt vô minh. Vì vô minh mà chúng ta lăn trôi tạo nghiệp, gây khổ cho mình và cho người. Vì vô minh mà chúng ta tham đắm nhiễm trước, sân hận, ngã mạn, cống cao, nghi hoặc, giết tróc, trộm cướp, tà dâm, vọng ngữ, vân vân, nhưng diệt vô minh bằng cách nào? Thông điệp đơn giản của Đức Phật: “Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành, tự tịnh kỳ ý.” Phật pháp nói dễ khó làm, dễ nói đến độ đưa trẻ lên năm lên bảy cũng có thể nói được, nhưng lại khó làm đến độ cụ già bảy tám mươi tuổi vẫn làm chưa xong. Phật tử chơn thuần nếu muốn thực hiện được thông điệp đơn giản này của Đức Phật phải cương quyết tu trì theo Phật, phải hằng sống hằng tu với 37 phẩm trợ đạo trong tiến trình “Tín Giải Hành Chứng.” Tín là tin sâu vào Phật pháp và Tam Bảo vì người Phật tử mà thiếu lòng tin vào Tam Bảo sẽ khó lòng mà tu trì trong bể Pháp mênh mông. Tuy nhiên, nếu tin mà

không biết mình tin cái gì thì sự tin ấy cũng bằng thừa. Đức Phật đã từng khuyến tấn đệ tử đừng vội mù quáng tin ngay cả lời Phật nói, mà phải xem coi những lời ấy giúp gì được cho mình và cho người. Hãy xem cho kỹ những lời dạy ấy coi chúng có thể giúp mình chuyển mê thành ngộ hay chuyển khổ đau phiền não thành an lạc tự tại hay không. Phật tử chơn thuần cũng nên luôn nhớ rằng Phật pháp muôn đời vẫn là chơn lý. Đôi khi chúng ta gặp phải thầy tà bạn ác hành trì sai giáo lý thì Phật khuyên ta nên “y pháp bất y nhân” nghĩa là lúc nào cũng sống cũng tu y như pháp Phật đã dạy chứ không đui tu mù luyện theo thầy tà bạn ác. Một khi đã thấu hiểu những lợi ích của Phật pháp rồi thì người con Phật sẽ lên đường một cách tinh tấn, không thối chuyển không run sợ trước bất cứ một trở lực nào. Trên đời này có lắm kẻ tin nhận Phật pháp nhưng chỉ tin nhận để cho có mà chơi, hoặc để rong ruổi đó đây nhàn đàm hý luận chứ chưa một lần thật sự sống tu theo giáo pháp cao thượng ấy. Họ như những kẻ sống say chết mộng hay những khách lữ hành đang đói khát, vào nhà hàng chỉ mải mê đọc thực đơn mà chơi chứ không chịu mua thức ăn để ăn cho no bụng. Phật tử chơn thuần một khi đã tin nơi giáo pháp cao thượng của Phật, một khi đã hiểu giáo pháp ấy lợi lạc cho mình và cho người, sẽ cương quyết tinh tấn hành trì chứ không để cho vọng tâm khống chế cuộc sống cuộc tu của mình. Làm được như vậy, con người ấy rồi cũng sẽ có khả năng “cư trần lạc đạo,” có khả năng buông bỏ tất cả những gì cần buông bỏ. Làm được như vậy, người con Phật sẽ luôn có khả năng đi thẳng vào đời mà vẫn vui với đạo lý cao thượng của đấng Cha Lành. Làm được như vậy thì còn nói chi đến thoát ly gia đình, họ hàng, thân thích và những sinh hoạt thế gian. Những con người ấy dù ở trong trần vẫn luôn có thể sống tu theo Phật chứ cần chi phải đi vào chốn sơn lâm cùng cốc. Tuy nhiên, nói gì thì nói, nếu ai có đủ cơ duyên xuất gia thì vẫn hơn vì người xuất gia đã vượt qua được vế đầu của “cư trần,” giờ thì chỉ tu hành sao cho lúc nào cũng vui với đạo mà thôi. Xuất gia là đã vượt qua được phân nửa đường tu vì không phải ai cũng làm được chuyện cắt ái ly gia xa lìa danh vọng, quyền uy, nhà cao cửa rộng để xuất gia. Như vậy phải là đại hạnh lắm mới có đủ cơ duyên xuất gia tu theo Phật. Chính vì thế mà Đức Phật đã từng khuyên dạy những Phật tử tại gia dù có quyền cao chức trọng thế mấy, cũng nên luôn đánh lễ các vị sa môn dù vị đó chỉ mới xuất gia nhập Tăng Đoàn.



Nói gì thì nói, Đức Phật vẫn luôn quan tâm đến những đứa con tại gia của Ngài vì thời nào cũng vậy số người xuất gia chỉ đếm được trên đầu ngón tay mà thôi. Trong Kinh Thi Ca La Việt, Đức Phật đã nhấn nhủ chúng tại gia rằng: “Nếu vì hoàn cảnh hay thiếu duyên xuất gia thì tại gia vẫn tu được ngay trong chức nghiệp mình đang làm, tu ngay trong gia đình mình đang sống, kết tụ Bồ Đề quyền thuộc ở bất cứ chỗ nào mình đi qua, tham gia công tác xã hội từ thiện bất cứ lúc nào mình có thể làm được. Nhưng quan trọng hơn cả là phải thọ Tam Quy trì Ngũ Giới. Thật vậy, Phật tử tại gia như những khách lữ hành đang rong ruổi trên bước đường vô định, nếu không có kim chỉ nam Phật Pháp Tăng và Ngũ Giới chắc chắn chúng ta sẽ bị lạc đường. Quy-y Phật là tôn xưng đáng giá ngọc hoàn toàn như Phật Thích Ca làm Thầy chứ không quy-y theo thiên thần quỷ vật. Quy-y Pháp là y theo giáo pháp do Phật nói ra để có khả năng “cư trần lạc đạo” và có khả năng ngăn ngừa các điều ác, làm các điều lành và thanh tịnh tâm ý để thấy đâu tà đâu chánh mà tu trì để được giải thoát như Phật. Quy-y Tăng là nguyện bước chân theo những trưởng tử Như Lai để tránh rơi vào hầm hố của thầy tà bạn ác. Ngoài ra, Phật tử tại gia muốn đi vào đời mà vẫn vui với đạo thì không thể thiếu sự hành trì ngũ giới, vì nhờ đó mà chúng ta biết tôn trọng sự sống và quyền sống chung, bảo đảm tài sản và quyền lợi chung; tôn trọng phẩm tiết, đức hạnh và hạnh phúc chung, tôn trọng sự thật và lòng thành tín, tôn trọng an ninh trật tự của tha nhân.

Tóm lại, nếu chưa đủ cơ duyên xuất gia để ngày ngày vui với đạo thì người tại gia vẫn có thể đi thẳng vào đời và vui với đạo được với một điều kiện là phải lắng nghe và hành trì những lời Phật dạy. Con người ấy ngoài việc tu trì 37 phẩm trợ đạo còn phải luôn thấy rằng tâm theo cảnh là tâm tạo nghiệp, là tâm của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến; người biết “cư trần lạc đạo” vẫn phải đi vào đời, vẫn phải nhìn thấy cảnh nhưng cương quyết không theo, con người ấy vẫn còn buồn thương giận ghét, nhưng chỉ xem chúng như gió thoảng mây trôi, hay nước chảy qua cầu chứ không da diết đến nỗi phải bi lụy cho mình và cho người. Dẫu biết rằng đi vào cõi “sanh trụ dị diệt” mà không bị “sanh trụ dị diệt” chi phối là điều khó, nhưng Phật đã làm được và Ngài đã thành Phật, chúng ta há có con đường nào khác sao quý vị? Người con Phật phải làm đủ mọi cách để có được “cư trần lạc đạo,” từ trí huệ hữu học đến trí huệ Bát Nhã, từ sự biện biệt của phàm

phu để phân biệt chánh tà đến công phu tu tập để tận diệt những chấp trước mê dại nơi chính mình. Trong bóng tối trùng điệp của si mê chỉ có ngọn đuốc Phật Pháp mới có đủ công năng soi đường dẫn lối cho chúng ta lần bước về nẻo sáng của trí tuệ và chỉ có nẻo sáng của trí tuệ chơn thật mới có thể giúp chúng ta phá tan bóng tối của vô minh phiền não để đi thẳng được vào đời mà vẫn vui với đạo. Mong cho ai nấy đều tinh tấn tiến bước để một ngày không xa nào đó người người đều có khả năng “cư trần lạc đạo” và cùng nhau thông dong nắm tay chư Phật đi vào cõi vô ưu, vô sanh và vô diệt. Mong lắm thay!!!

## ***Chương Mười Bốn***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Sống Đời Thiện Hạnh***

Cuộc sống của con người thật vô cùng phức tạp, với những biến chuyển không ngừng nghỉ. Hết tham, sân, si, lại đến mạn, nghi, tà kiến. Hết vui, buồn, thương, ghét, lại đến quảng đại, vị tha và bác ái. Hết đẹp, xấu, hay, dở, lại đến hơn thua, thành bại, thiện, ác, không thiện, không ác, vân vân và vân vân. Làm sao biết được những diễn biến trong lòng ta và lòng người? Có lẽ ngoài Phật ra, không ai có được cái khả năng này đâu. Tất cả những đẹp, xấu, hay, dở, vui, buồn, thiện, ác... không ở đâu bên ngoài, mà chúng ở ngay trong ta. Đức Từ Phụ đã khẳng định chỉ có mình mới biết được những gì đang xảy ra trong mình, hoặc mình đang suy nghĩ gì, đang toan tính gì? Ngài đã khẳng định những ai đang tự biết mình là những người đang có cuộc sống tự chủ, hoặc giả đang sống đời thiện hạnh. Nhờ vậy mà cuộc sống của họ sẽ vui hơn với chính họ, với tha nhân và với cuộc đời.

Thế nào là cuộc sống thiện hạnh? Thiện hạnh không phải là một cái gì cao xa khó hiểu, hoặc khó nắm bắt, mà thiện hạnh là cái gì vô cùng đơn giản và dễ thực hiện vô cùng. Thiện hạnh có nghĩa là những hạnh lành trong cuộc sống hằng ngày. Nói cho rõ ra, những gì hợp với chân lý là thiện hạnh. Như vậy tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, biên kiến, có phải là thiện hạnh hay không? Tự câu hỏi đã trả lời cho chính nó vì những thứ vừa kể, chẳng những không là thiện hạnh, mà chúng còn được xếp vào hàng ác hạnh hoặc tà hạnh. Thiện hạnh, ngược lại, là cuộc sống không tham, không sân, không si, không mạn, nghi, tà kiến. Người có cuộc sống thiện hạnh, mỗi khi gặp chướng duyên nghịch cảnh, luôn đem Phật pháp ra mà ứng dụng, để làm cho hoàn cảnh đỡ trở trêu và cơ cực hơn. Cuộc sống cuộc tu thiện hạnh là cuộc sống cuộc tu của một vị Bồ Tát. Nghĩ gì làm gì cũng chẳng dám khinh suất để gây ra tổn hại cho ai, vì tất cả mọi người cũng đều sẽ là những vị Phật trong tương lai. Người có cuộc sống thiện hạnh luôn tâm nguyện từng cái đi, đứng, nằm, ngồi đều là đi, đứng, nằm, ngồi trong trống vắng phiền não, trong thanh tịnh và an nhiên tự tại. Người ấy tự xem những ai gây ra chướng duyên nghịch cảnh đều là những Đề Bà Đạt Đa tái thế, giúp ta cảnh giác và thức tỉnh trong mọi hoàn cảnh, hầu

chóng đến quá mãn viên thành. Tuy nhiên, cuộc sống thiện hạnh không tự nhiên mà có. Chúng ta phải trải qua một quá trình tu tập không ngừng nghỉ và kiên cường, mới mong đạt được hai chữ thiện hạnh. Thói thường, ta luôn mang theo bên ta ác hạnh hay tà hạnh. Chẳng hạn dù là Phật tử thuần thành, dù chúng ta đã mang tiếng thiện hàng chục năm, thế mà làm việc gì hễ được ai khen thì lỗ mũi ta nở to ra, lòng lâng lâng như được lên bổng lai tiên cảnh không bằng. Ngược lại, mỗi khi bị ai chê trách, hoặc nghe điều trái tai, thấy điều gai mắt là lập tức ác hạnh, tà hạnh ùng ùng nổi dậy. Thế mới biết lòng dạ của phàm phu. Hãy phản quang tự kỷ rồi sẽ thấy, không chừng chúng ta vẫn còn mắc kẹt vào cái thế này nhiều lắm.

Tệ hại hơn nữa, trên đời này có lắm kẻ đạo đức giả, bề ngoài thì họ tô son trét phấn cho đời nhìn họ như một kẻ đạo đức. Kỳ thật, bên trong họ chứa đầy những tham lam, bòn sẻn, đố kỵ, tị hiềm, ganh ghét, ngã mạn, cống cao, nghi hoặc, tà kiến, biên kiến, ác kiến. Thế mà họ tự cho rằng họ hoàn hảo một cách lệch lạc, hoặc họ cứ tưởng rằng họ là trung tâm của vũ trụ này, nên làm bất cứ chuyện gì, họ cũng bắt người khác làm theo họ. Có lắm khi trên thực tế họ hoàn toàn yếu đuối, mà cứ làm bộ ra vẻ ta đây, nên bề ngoài họ vô cùng kiêu hãnh và tự cao. Nhất nhất chuyện gì cũng phải theo ý kiến của họ. Nếu ai không theo là họ kiếm chuyện gây gổ, hoặc ẩu đả. Loại người này chẳng bao giờ thực sự có ý định tu hành để có được cuộc sống hạnh phúc, hoặc cuộc tu giải thoát đâu. Ngược lại, họ chỉ muốn phô trương bề ngoài để che lấp cho sự tu hành giả trá của họ. Tại sao họ lại làm như vậy? Tại vì họ muốn chùa chấp nhận họ, bạn bè và gia đình chấp nhận họ... Họ tưởng rằng chuyện đạo đức giả này là có thể che dấu được. Lắm khi họ có thể che dấu được người khác, chứ làm sao họ che dấu được ông Phật nơi chính họ. Họ không chấp nhận họ, mà lại đi bắt ép người khác chấp nhận họ, thật là chuyện không tưởng. Gương mặt họ lúc nào cũng nhăn nhó, mà đi bảo người khác cười là chuyện giả dối. Với họ, trên đời này chỉ có họ là biết tu tâm dưỡng tánh, biết ăn chay giữ giới, biết tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền... Thế là họ đâm ra ngã mạn cống cao. Dưới mắt họ, những người chưa ăn chay được, chưa giữ giới được, đều là những con người tội lỗi. Có một câu chuyện đã thực sự xảy ra ở một đạo tràng vùng Santa Ana vào mùa an cư kiết hạ năm 1996. Có một anh chàng kia, lúc chưa biết thiền thì tâm tánh rất ôn nhu hòa nhã. Đối với gia đình thì trên thuận dưới hòa, còn đối với bằng hữu

thì dễ chịu và vui vẻ. Tuy nhiên, khi đã thiền được dăm ba mở rồi thì con người thay đổi hẳn, mà thay đổi theo chiều hướng đi xuống. Từ đang có việc làm đi đến bỏ bê trễ nải. Từ gia đình đang êm ấm đi đến lục lục với vợ con. Vợ con nói gì cũng chẳng muốn nghe, chỉ muốn tụ tập theo bạn bè để mà hí luận thiền. Ngoài việc rong ruổi đó đây để hí luận thiền ra, còn thì tất cả mọi sự mọi việc trên đời này đều là thứ yếu. Đã không làm gì ra tiền thì thôi, vợ con cũng nhẫn nhục để yên cho anh ta tu. Ngược lại, mỗi lần ở đâu có quyền góp in kinh in sách là anh về nhà khảo tiền vợ con cho bằng được, không phải để in kinh bố thí pháp, mà là để cho có tên trong danh sách ấn tống cho oai với thiên hạ. Vợ con than không đủ tiền trang trải trong gia đình thì làm gì có tiền in kinh in sách. Thế là chàng ta bắt đầu cau có quạu quọ và kiếm chuyện gây gổ với gia đình. Từ ngày bắt đầu đi vào con đường hí luận thiền, anh ta chẳng còn thiết chi đến chuyện làm ăn, mà chỉ ngày đêm rong ruổi hí luận. Hết chùa này đến chùa khác, không phải để tu hành, mà là để hí luận biện giải, để gây phiền chuốc nã cho người khác. Thấy cảnh như vậy, vợ con bèn hết sức khuyên giải, anh ta chẳng những không nghe, mà còn đánh đập hành hạ vợ con nữa. Anh bảo: "Tao tu rồi đâu còn thiết chi đến làm ăn tiền bạc, mà tụi bây bắt ép tao phải đi làm kiếm tiền." Vợ con hết lòng khuyên giải, phải chi anh tới chùa làm công quả, giúp ích cho bá gia bá tánh thì cũng cam, đằng này anh rong ruổi hết chùa Đông lại chùa Tây, hết biện giải đến hí luận. Với nghiệp đâu chưa thấy, chỉ thấy khẩu nghiệp và ý nghiệp ngày một tràn đầy. Ngày trước, đối với quý tăng ni, anh hết mực cung kính và lễ độ, đến khi quọt quẹt được dăm ba chút biện giải hí luận thiền thì anh tự xưng mình là thiền sư, rồi từ đó sanh lòng khinh mạn tăng ni. Đi đâu đến đâu cũng chỉ một bề ra công khảo đảo và vấn nạn Phật pháp. Thấy vậy, có một đôi khi bạn bè dùng lời lẽ êm dịu để khuyên giải. Anh ta chẳng những không nghe, mà còn sừng sộ và la lối không khác chi lối hành xử của phường trôi sông lạc chợ. Đó là một thí dụ điển hình của những người không biết áp dụng Phật pháp vào cuộc sống hằng ngày, để có được một cuộc sống thiện hạnh. Phật đã từng dạy những đứa con tại gia của Ngài, nếu khéo dụng công tu trì, thì vẫn có được cuộc sống thiện hạnh và cuộc tu giải thoát như thường. Đạo Phật không phải là một học thuyết suông, mà đạo Phật là một triết lý vô cùng thực tiễn. Chỉ nói mà không hành đã là không được, hà huống nói

một đàng mà lại đi làm một nẻo như cái anh chàng vừa kể, thì quả là địa ngục cạnh kề.

Là người con Phật phải nhìn thấy cho được chính mình. Đừng bao giờ chủ quan cho rằng chỉ có mình là đúng là hay, còn người khác là sai là dở. Mình đúng mình hay, thì có khi người khác cũng đúng cũng hay vậy, chứ có lý nào một mình ta giành hết. Nói cho cùng ra, trong đạo Phật, đúng hay sai, giỏi hay dở, không là đáp số của người tu Phật. Đáp số ở đây là mình có tự biết là mình đã gây ra lầm lỗi hay không mà thôi. Chính Đức Từ Phụ đã khẳng định: "Trên đời này có hai hạng người cao quý: một là hạng chưa bao giờ lầm lỗi, hai là hạng có lầm lỗi mà biết nhận và sửa lỗi."

Hãy can đảm lên hỏi những người con Phật! Hãy quay ngay trở về cuộc sống thiện hạnh, đừng tiếp tục lừa dối chính mình nữa. Hãy mở rộng lòng từ ra mà thông cảm và thương yêu kẻ khác. Cuộc sống này vốn dĩ đã là biển khổ rồi; sanh, lão, bệnh, tử, thương yêu, ganh ghét... đều là những nỗi thống khổ có sẵn và bất tận của con người, chúng ta còn tạo chi thêm những nỗi nào phiền không cần thiết nữa? Xin hãy lắng lòng nghe theo lời chỉ dạy của Đức Từ Phụ, đừng gây thêm chi đau khổ nào phiền cho nhau nữa hỏi những người con Phật! Hãy sống chơn thật với Tứ Diệu Đế, Bát Thánh Đạo, Tứ Chánh Cần, cũng như từ, bi, hỉ, xả, và vạn triệu pháp môn tuyệt kỹ của nhà Phật, hầu góp phần làm vơi đi những nỗi trầm thống của nhân loại. Người con Phật đã từng quan niệm không có kẻ xa người gần, kẻ thân người sơ, bạn hay thù, nghịch hay thuận vì lòng bác ái bao la với chúng sanh mọi loài, thì trong đó cũng phải có vợ chồng con cái của chúng ta nữa chứ! Hãy thực sự can đảm lên! Một khi đã nói tu là phải tu, là phải có cuộc sống thiện hạnh, chứ đừng miệng nói tu mà trong bụng vẫn còn chất chứa cả bồ dao găm, thì quả là tệ hại hơn những người chưa tu bao giờ. Hãy sống như Phật, hãy tu như Phật, hãy mang tất cả lòng từ, bi, hỉ, xả bác ái, vị tha đến với chúng sanh mọi loài. Mong cho ai nấy đều phát tâm tu hành chân chánh, để một ngày không xa nào đó, chẳng những cá nhân mình hạnh phúc, mà gia đình cũng hạnh phúc và người người đều có cuộc sống thiện hạnh và cuộc tu giải thoát.

## *Chương Mười Lăm*

### *Người Con Phật Luôn Biết Chăn Giữ Tâm Mình*

Chăn giữ tâm còn gọi là tu tâm, nghĩa là gìn giữ tâm, không cho nó phóng túng kiêu ngạo. Người không biết chăn giữ tâm mình, nghĩa là không biết tự điều chỉnh tâm mình cho hòa hợp với từng hoàn cảnh cũng giống như một tử thi trong quan tài. Hãy quay trở lại hưởng vào tâm mình, cố tìm niềm vui trong chính bản tâm, bạn sẽ luôn tìm thấy trong đó suối nguồn bất tận của sự an vui đang sẵn sàng chờ đón bạn thưởng thức. Chỉ khi nào tâm bạn được điều phục và đi trên con đường chân chính thì tâm ấy mới hữu dụng cho chính bạn và cho xã hội. Một cái tâm bất thiện chẳng những nguy hiểm cho chính bạn, mà còn nguy hiểm cho cả xã hội nữa. Nên nhớ rằng tất cả những tai ương gây nên bởi con người đều bắt nguồn từ từ những người không kiểm soát được tâm mình hay những người không biết cách điều phục tâm mình. Thật vậy, Ngoại trừ tâm ra, không còn thứ gì khác. Tâm, Phật, chúng sanh không sai khác. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng nếu chúng ta cho phép tâm buông lung với những tư tưởng xấu xa, tâm có thể gây nên những tai họa, lắm khi tổn hại đến tánh mạng. Nhưng ngược lại, một cái tâm thấm nhuần tư tưởng thiện lành có thể chữa lành một thân xác bệnh hoạn. Khi tâm tập trung vào chánh tư duy và chánh tinh tấn cũng như chánh kiến (sự hiểu biết đúng đắn) thì ảnh hưởng của nó thật sâu rộng vô cùng. Vì vậy mà một cái tâm thanh tịnh và thiện lành sẽ làm cho cuộc sống mạnh khỏe và thư giãn hơn. Tâm là một hiện tượng vi tế và phức tạp đến nỗi không thể tìm ra hai người với cùng một tâm tánh giống nhau. Tư tưởng của con người diễn đạt ra lời nói và hành động. Sự lặp đi lặp lại của lời nói và hành động khởi lên thói quen và cuối cùng thói quen lâu ngày sẽ biến thành tâm tánh. Tâm tánh là kết quả của những hành động được hưởng bởi tâm, và như vậy tâm tánh của mỗi người khác nhau. Như vậy để thấu đạt bản chất thật sự của đời sống chúng ta cần phải khảo sát tường tận những hóc hiểm sâu tận trong tâm chỉ có thể hoàn tất được bằng cách duy nhất là phải nhìn trở lại sâu vào bên trong của chính mình dựa trên giới đức và đạo hạnh của thiền định. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức, là phần cốt lõi của kiếp nhân sinh. Tất cả những kinh nghiệm tâm lý, như đau đớn

và sung sướng, phiền muộn và hạnh phúc, thiện ác, sống chết, đều không do một nguyên lý ngoại cảnh nào mang đến, mà chỉ là kết quả của những tư tưởng của chúng ta cũng như những hành động do chính những tư tưởng ấy mang đến. Chăn giữ tâm có nghĩa là hướng dẫn tâm chúng ta đi theo thiện đạo và tránh xa ác đạo. Theo giáo thuyết nhà Phật, luyện tâm không có nghĩa là hội nhập với thần linh, cũng không nhằm đạt tới những chứng nghiệm huyền bí, hay tự thôi miên, mà nhằm thành tựu sự tĩnh lặng và trí tuệ của tâm mình cho mục tiêu duy nhất là thành đạt tâm giải thoát không lay chuyển. Trong một thời gian dài chúng ta luôn nói về sự ô nhiễm của không khí, đất đai và môi trường, còn sự ô nhiễm trong tâm chúng ta thì sao? Chúng ta có nên làm một cái gì đó để tránh cho tâm chúng ta đừng đi sâu hơn vào những con đường ô nhiễm hay không? Vâng, chúng ta nên làm như vậy. Chăn giữ tâm mình là chúng ta vừa bảo vệ vừa thanh lọc tâm mình. Đức Phật dạy: “Từ lâu rồi tâm chúng ta đã từng bị tham, sân, si làm ô nhiễm. Những nợ bợn trong tâm làm cho chúng sanh ô nhiễm, và chỉ có phương cách gội rửa tâm mới làm cho chúng sanh thanh sạch mà thôi.” Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng lối sống hằng ngày của chúng ta phải là một tiến trình thanh lọc ô nhiễm lời nói và hành động một cách tích cực. Và chúng ta chỉ có thể thực hiện loại thanh lọc này bằng thiền tập, chứ không phải bằng tranh luận triết lý hay lý luận trừu tượng. Đức Phật dạy: “Dầu ta có chinh phục cả ngàn lần, cả ngàn người nơi chiến trường, người chinh phục vĩ đại nhất vẫn là người chinh phục được chính mình.” Chinh phục chính mình không gì khác hơn là tự chủ, hay tự làm chủ lấy mình. Chinh phục chính mình là nắm vững phần tâm linh của mình, làm chủ những cảm kích, tình cảm, những ưa thích và ghét bỏ của chính mình. Vì vậy, chinh phục chính mình là một vương quốc vĩ đại mà mọi người đều mơ ước, và bị dục vọng điều khiển là sự nô lệ đau đớn nhất của đời người. Hành giả tu Thiền nên luôn nhớ rằng trên đời này không có cái gì hết ngoài ý thức, vì các hiện tượng chỉ là những phóng chiếu của ý thức mà thôi. Mục đích của thực tập Thiền là để điều tâm và có được sự tĩnh thức nơi tâm. Hành giả nếu biết rõ được tâm mình thì sẽ không lãng phí công không, ngược lại thì chỉ là uống công phí sức mà thôi. Muốn biết tâm mình, bạn phải luôn chăn giữ và nhận biết về nó. Việc này phải được thực tập bất cứ lúc nào, dù đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín. Điều quan trọng là cố gắng đừng bị chi phối bởi các cực đoan, tốt xấu, thiện ác, chánh tà. Khi một



niệm thiện phát khởi, ta chỉ nên nhận diện: “Một niệm thiện vừa mới phát sanh.” Khi một niệm bất thiện phát khởi, ta cũng nhận diện: “Một niệm bất thiện vừa mới phát khởi.” Cố gắng đừng lôi kéo hoặc xua đuổi chúng. Nhận diện niệm đến niệm đi là đủ. Nếu chúng còn, biết chúng đang còn. Nếu chúng đã đi rồi thì biết chúng đã đi rồi. Như vậy là hành giả có khả năng chặn giữ tâm và đạt được sự tỉnh thức nơi tâm.

Tại sao Đức Từ Phụ sống giữa lòng xã hội loạn động Ấn Độ mà Ngài không loạn động? Tại sao Ngài có thể sống không tranh chấp giữa những người tranh chấp, không hận thù giữa những người hận thù, không tàn ác giữa những người tàn ác? Tại sao Ngài vô cùng tỉnh thức giữa vô vàn hắc ám và vô minh, sống thanh tịnh giữa muôn ngàn ố trước của sa đọa và trụ lạc? Còn chúng ta? Tại sao chúng ta lại đắm chìm trong tranh chấp, hận thù, tham lam, bòn sẻn, sân hận, tàn ác, si mê, hắc ám và vô minh? Tại sao dòng suối của từ, bi, hỉ, xả nơi Phật cứ mãi tuôn và tuôn mãi mà cũng không tắm mát được lửa tham dục và ái nhiễm của chúng sanh? Tại sao chư Phật và chư Bồ Tát đã thương xót chúng sanh như cha mẹ thương con, trong khi đó chúng ta lại không thương và không đối xử được với nhau như những người anh em chân thật? Tại sao Ngài Xá Lợi Phất có thể nguyện làm bùn hoặc làm dòng nước, cuốn lấy tất cả những ố trước của chúng sanh? Ngược lại, chúng ta cứ mãi hơn thua trong tỵ hiềm, ganh ghét, oán hận và bạo tàn? Còn nhiều cái tại sao lắm; tuy nhiên, điểm then chốt của tại sao chúng ta không được như quý ngài, là ở chỗ quý ngài đã sớm biết quay về chặn giữ tâm của chính mình. Còn chúng ta, vốn dĩ đã lăn trôi từ vô thỉ, lại không biết, mà cứ vỗ tay tán thưởng tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Quý ngài đã thấy rồi đâu là những chồng chất của khổ đau. Thế là quý ngài quyết chí chặn giữ tâm mình, để diệt khổ và tìm về với nguồn đạo. Quý ngài đã chặn giữ tâm mình một cách rất ráo, thế là tam nghiệp (thân, khẩu, ý) nơi quý ngài đều thanh tịnh. Nơi quý ngài, sự buông xả đã ở mức tối thượng thừa, vì thế mà cả hữu vi lẫn vô vi đều bất khả tư nghì. Quý ngài đã đi về cõi Ta Bà mà tâm vẫn như như tự tại. Đối với quý ngài, Tịnh Độ và Niết Bàn không ở đâu xa, mà là ở đây, ở ngay chỗ này, ngay giữa lòng của thế giới Ta Bà.

Trong kinh Pháp Cú, Đức Từ Phụ đã nói rất rõ ràng về cái tâm lăn trôi tạo nghiệp của chúng sanh: "Tự mình làm điều ác, tự mình sanh ô nhiễm. Tự mình không làm điều ác, tự mình thanh tịnh mình. Thanh tịnh không thanh tịnh, đều do tự chính mình, chứ làm gì có chuyện ai đi

thanh tịnh cho ai." Thấy vậy, người con Phật chân chánh hãy mau quay ngay về chặn giữ cái tâm của chính mình. Tuy nhiên, nói như thế không có nghĩa là hàm hồ tự cao, tự đại về mình, lại càng không có nghĩa là không nương tựa vào ai. Đành rằng Phật không ở đâu xa, mà là ở ngay bốn tâm của chính chúng ta, nhưng bước đầu, người Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng: "khi mê thầy độ, khi ngộ chẳng những tự độ, mà còn độ tha, độ người và độ đời nữa." Khi còn mê muội, nghĩa là còn loanh quanh lẫn lẩn trong vô minh, chưa được ánh đạo vàng soi sáng, người Phật tử phải nhờ đến minh sư dẫn dắt cho qua bể khổ sông mê. Người Phật tử, một khi đã mang danh là con Phật, quyết không tiếp tục kiếp sống lẫn trôi trong vô minh nữa, mà quyết quay về nương nơi Tam Bảo (Phật, Pháp, và Tăng). Quay về nương dưới chân Đức Từ Phụ, để được che chở bởi Tứ Diệu Đế, Bát Thánh Đạo, Lục Độ Ba La Mật, Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo, vân vân, để từ đó xóa tan bức màn vô minh, để từ đó chúng ta có đủ công năng mà chặn giữ bốn tâm của mình. Hãy quyết tâm nương theo diệu lý của nhà Phật để chặn giữ tâm mình, hầu làm một cuộc hành trình trở về. Quyết chế ngự lục căn nơi thân và không để cho tâm phóng dật buông lung, làm hủy hoại thiện căn. Quyết chặn tâm một cách kiên cố để loại trừ tất cả mọi vương mắc có thể đưa ta đến khổ đau và phiền não. Quyết đưa tâm về an trụ nơi đất nhẫn, nhẫn những cái đáng nhẫn, và nhẫn luôn những cái không đáng nhẫn. Quyết đưa tâm về vùng từ ái mà an trụ, cho dù người có đến cắt da xẻo thịt, ta vẫn một mực từ ái với người. Quyết đưa tâm về dạo chơi những vùng Từ, Bi, Hỉ, Xả và tránh xa những vùng bị chế ngự bởi tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, trây lười, giải đãi và tàn ác. Quyết đưa tâm về vùng đất hứa, nơi đó chỉ có bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định và trí huệ mà thôi. Quyết đời đời chặn giữ tâm này cho dù có thịt nát xương tan. Cho dù nội ma ngoại chướng có hoành hành thế mấy, cũng chẳng vọng khởi phi pháp loạn tưởng. Một khi đã quyết chặn tâm được như vậy, thì như Phật nói trong kinh Pháp Hoa: "Người nào đã chặn tâm cho thanh tịnh mà muốn thấy Như Lai, thì bất cứ ở đâu và bất cứ lúc nào cũng thấy được Như Lai. Nghĩa là Phật trụ thế nơi người ấy, bất cứ lúc nào và bất cứ ở đâu. Bởi thế mà quốc độ hiện thời chúng sanh đang sống ở đây vẫn thường là cảnh giới của hạnh phúc, an vui và tự tại." Thấy như vậy để biết rằng một khi đã chặn giữ tâm này một cách rốt ráo, thì tâm này và tâm Phật vẫn đồng chung một bản thể Chân Như. Một khi đã y nương theo Phật pháp

mà chặn giữ tâm này, thì chẳng còn Niết Bàn nào khác nữa để mà nói. Một khi tâm đã được chặn giữ một cách thuần thực thì lúc bấy giờ, tâm ấy nếu không phải là Niết Bàn, thì không còn một thứ Niết Bàn nào có thể được gọi là Niết Bàn nữa cả.

Chư Phật và chư Bồ Tát đã thương xót mà chỉ dạy cho chúng sanh muôn loài phương cách sống hạnh phúc, sống cho đáng sống. Sống làm sao cho tròn nhân đạo. Nghĩa là sống cho tròn nhân, nghĩa, lễ, trí, tín, rồi cứ thế từ đó mà tiến tu lên Phật đạo. Tuy nhiên, muốn sống cho tròn nhân đạo và tu cho rốt ráo Phật đạo, không phải ra ngoài cửa tiệm mua được, mà phải quay trở về chặn giữ chính tâm của mình. Tự mình phải chặn giữ lấy mình, chứ không ai giùm ai được, ngay cả Phật. Hãy can đảm lên hỏi những người con Phật! Đức Từ Phụ đã chỉ dạy quá rõ ràng những phương cách làm sao để chặn giữ tâm mình; tuy nhiên, chúng ta đã để mất quá nhiều thời giờ một cách vô lý để đeo đuổi theo những ảo tưởng và cuối cùng phải gánh lấy khổ đau phiền muộn. Bây giờ chỉ việc là chúng ta có chịu chặn giữ tâm mình hay không mà thôi, chứ không còn phải là lúc để kỳ kèo, lẩn lưa nữa rồi!



## *Chương Mười Sáu*

### *Hành Trang Lên Đường*

Con người chúng ta thường hay dính mắc vào tư tưởng cho rằng vạn hữu là thực (dính chắc vào sự vật mà không rời lìa. Mỗi pháp đều có nhiều nghĩa tương đối, nếu chấp chặt vào một nghĩa, chẳng biết dung hòa, chẳng biết tùy nghi, chấp trước như vậy chỉ là tự hạn hẹp lấy mình mà thôi). Theo Truyện Tiền Thân Đức Phật, có một câu chuyện về người đánh bẫy và con khỉ. Người đánh bẫy bắt con khỉ bằng cách nào? Anh ta lấy một trái dừa và khoét một lỗ nhỏ. Rồi anh ta để vài hạt đậu phộng bên trong và bên ngoài trái dừa. Chẳng bao lâu, một con khỉ sẽ đến và ăn các hạt đậu phộng trên mặt đất. Rồi nó sẽ đặt tay vào trái dừa để với tới những hạt đậu bên trong. Việc nắm các hạt đậu phộng bên trong trái dừa sẽ làm cho tay nó lớn hơn, vì vậy nó không thể lòi tay ra khỏi lỗ hổng. Nó la khóc và nổi giận, nhưng không chịu buông bỏ các hạt đậu để rút tay ra. Cuối cùng, người đặt bẫy đến và bắt nó. Chúng ta cũng giống như con khỉ trên. Chúng ta muốn thoát khổ nhưng không chịu buông bỏ các dục vọng. Theo cách này chúng ta vẫn bị mắc kẹt mãi trong vòng luân hồi sanh tử chỉ vì sự THAM LUYẾN của chính mình. Tất cả những vướng mắc là sự ràng buộc vào sự tồn tại. Mọi ràng buộc đã trói chặt con người vào sự tồn tại và dẫn dắt người ấy đi từ sự tái sanh này đến sự tái sanh khác. Những đối tượng ràng buộc là ngũ uẩn. Nếu căn cứ vào thập nhị nhân duyên thì ham muốn khiến chúng sanh tìm bụng mẹ và từ đó dẫn tới một cuộc luân hồi mới. Theo Đức Phật, giác ngộ không gì khác hơn là cắt đứt tất cả mọi chấp trước. Chúng ta có thể chấp trước vào con người, vào sự vật, vào những trạng thái mà chúng ta chứng nghiệm, vào những suy nghĩ của chính mình, hay những ý định từ trước của chính mình.

Trong xã hội văn minh hiện tại, nơi mà vật chất thì dư thừa, còn tâm linh thì nghèo nàn thiếu thốn, tâm trạng con người không nhiều thì ít, đều mang những lo âu sợ sệt. Lo sợ không biết nên làm gì và nên tránh gì để một mặt mình vẫn hòa nhập vào xã hội, không bị nó nghiền nát; mặt khác, mình sống hội nhập mà vẫn duy trì được đạo đức và liêm sỉ của một con người. Từ hơn hai mươi lăm thế kỷ về trước, Đức Từ Phụ đã thấy quá rõ ràng thực trạng của con người, thế nên Ngài đã quyết tâm cát ái ly gia, dẫn thân tâm đạo giải thoát. Ngài đã để lại cho

chúng sanh muôn đời về sau này một triết lý sống và tu. Triết lý này chẳng những dạy cho chúng sanh tu giải thoát không thôi, mà nó còn dạy cho chúng sanh làm sao trong hiện đời có được một cuộc sống an nhiên và tự tại. Với triết lý này, Ngài đã tu trì và Ngài đã giải thoát rốt ráo, nhưng vì thương xót chúng sanh mà Ngài đã đem hết những gì mình liễu ngộ ra chỉ dạy, những mong ai nấy cũng đều giác ngộ và giải thoát như Ngài. Đức Từ Phụ đã ân cần chỉ dạy những chúng sanh nào mong có một cuộc sống hưởng thụ, hạnh phúc và một cuộc tu giải thoát, nên tránh những vướng mắc không cần thiết cho cuộc sống, cuộc tu của mình. Vậy những điều nào là những vướng mắc không cần thiết?

**Hành trang thứ nhất** là Phật tử thuần thành đừng mê chấp thân này thường hằng. Nó chỉ là sự duyên hợp của bốn thứ đất, nước, lửa, gió. Hễ duyên thuận thì còn, mà duyên nghịch thì tan rữa rã rời. Dù ta cố cưỡng lại luật vô thường, cố nỗ lực để xóa đi những vết hằn thời gian trên thân thể, nhưng đến một lúc nào đó, chúng ta phải đành chịu, chứ không tài nào cải già thành trẻ được. Hãy lắng lòng nghe lời chỉ dạy của Đấng Cha Lành: "Phật pháp thượng xả, hạ hướng phi pháp." Đến như Phật pháp mà ta chỉ dùng như chiếc bè để vượt qua biển khổ sông mê. Qua rồi là phải bỏ, hướng là thân này? Đức Từ Phụ đã nhìn thấy được những nỗi lo âu sợ sệt của chúng sanh, nên trong bất kỳ kinh điển nào, Ngài cũng ân cần dạy dỗ về sự buông bỏ. Trong kinh Kim Cang, Ngài đã vạch rõ cho chúng ta thấy sự huyền ảo của chư pháp. Chư pháp hữu vi đều huyền ảo như sương hoặc như chớp, không có gì để cho chúng ta phải vướng mắc. Biết như vậy để mà tránh không ôm đồm mọi thứ cho thân này, tránh không chiều chuộng quá lối vì thân này, và cuối cùng là tránh không vì thân này mà tạo thêm nghiệp chướng. Ngược lại, chỉ gìn giữ thân này để tiến tu, gìn giữ nó như ta gìn giữ một chiếc thuyền giúp ta qua sông mê bể khổ mà thôi. Giáo pháp mà Đức Thế Tôn đã ân cần truyền trao lại cho chúng sanh muôn loài, nó vừa đơn giản và thực tiễn, nhưng cũng vừa thanh cao và siêu thoát. Con người dù tội lỗi chất chồng, nếu biết quay về tu theo Phật, thì lần hồi những ô nhiễm ứ trước sẽ tiêu tan. Tuy nhiên, nếu không chịu tu, thì chẳng khác chi người ở dơ lâu ngày không chịu tắm, dù có bôi xức dầu thơm thượng hạng đi nữa, cũng là kẻ hôi thúi mà thôi. Phật tử chơn thuần hãy vô cùng cẩn trọng! Chúng ta không chủ trương ép xác khổ hạnh. Tuy nhiên, cũng không chủ trương chạy theo dục lạc thấp hèn

của trần thế, không sống phóng túng buông thả. Cuộc sống của người con Phật là một cuộc sống trung dung và dễ hòa nhập vào bất kỳ cuộc sống nào của cộng đồng nhân loại. Với Phật tử tại gia thì vẫn mưu sinh lập nghiệp, nhưng bên cạnh đó, vẫn giữ được nếp sống năm giới tại gia và mười điều thiện lành. Sống được như vậy là sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.

**Hành trang thứ hai** là Phật tử đừng bận tâm lo tránh những cái khổ của kiếp con người. Đức Từ Phụ đã khẳng định rằng hễ sanh ra trong Ta Bà ngũ trược, thì dù có lên trời, hay xuống biển, lên núi hay xuống đồng bằng, dù sơn lâm cùng cốc, hay chốn đô thị phồn hoa, không cách chi chúng ta trốn khỏi cái khổ. Ngược lại, chúng ta phải trực diện và đương đầu với cái khổ để tận diệt nó. Hãy can đảm trực diện để thấy thế nào là khổ, do đâu mà có khổ và làm sao để tận diệt những nỗi thống khổ triền miên của kiếp nhơn sinh này? Người con Phật chân chính phải rán mà thấy cho được không phải đơn thuần một sự việc có thể làm cho chúng ta khổ được. Ngược lại, cái này phải duyên với cái kia để làm thành một thiên la địa võng đau khổ. Từ vô minh, hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, hữu, đến sanh, lão, bệnh, tử. Thấy được như vậy để không còn những ham muốn truy cầu, để rồi phải chạy đôn chạy đáo, tìm phương này chước nọ nhằm thỏa mãn cho được lòng tham vô đáy của ta. Thấy được như vậy, để bớt đi lòng tham tiếp xúc, lãnh thọ và đam mê. Thấy được như vậy để đóng bớt đi mắt tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Chỉ thấy những cái đáng thấy, nghe những cái đáng nghe, ngửi những cái đáng ngửi, nếm những cái đáng nếm, tiếp xúc những cái đáng tiếp xúc và nghĩ những cái đáng nghĩ. Do đó mà thân, khẩu và ý không lang thang tạo nghiệp. Cũng nhờ đó mà cho dù chưa được hoàn toàn thoát khỏi trần lao, thân này tâm này cũng được an tịnh lắm rồi vậy

**Hành trang thứ ba** là Phật tử đừng sợ không dứt trừ được vô minh, đừng sợ không đoạn tận được phiền não vì một khi đã quyết chí tu hành thì dứt trừ vô minh là con đường duy nhất chúng ta phải bước qua. Còn sợ không dứt trừ được vô minh là chẳng những chưa tự tin nơi mình, mà còn chưa tin nơi đức sáng Từ Bi của Phật Tổ. Mà hễ không tin hoặc chưa tin Phật pháp thì khoan hẵn nói đến chuyện tu giải thoát. Hãy tự hỏi lòng ta xem coi từ vô thủy, chúng ta đã mang hết lột này đến lột khác, lăn trôi tạo nghiệp và không dứt đoạn trên đường sanh tử là vì đâu? Có phải chính vì vô minh mà chẳng những trí huệ bị lu mờ, mà

chơn tâm cũng bị ẩn khuất nữa hay không? Như vậy những người con Phật chơn thuần, quyết không sợ vô minh, ngược lại chỉ sợ mình không có đủ hùng lực của nhà Phật để sớm nhận biết vô minh là đầu dây mối nhợ của tất cả mọi thứ, từ khổ đau phiền não, đến trí huệ mờ ám và chơn tâm che mờ, cũng như tiếp tục và tiếp tục lăn trôi tạo nghiệp trong tam đồ lục đạo. Người con Phật chơn thuần hãy cố mà thấy cho được vì vô minh mà chúng ta lăn trôi tạo tác ác nghiệp. Từ suy nghĩ ác, đến nói lời ác và cuối cùng là làm ác. Vì vô minh chúng ta chẳng những không chịu tu, mà còn rong ruổi đó đây chỉ trích các bậc tu hành và tạo nên sự loạn động ở các tự viện chùa chiền. Cũng vì vô minh mà chúng ta cam tâm làm nô lệ cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Hãy quyết tâm chẳng những dứt trừ vô minh, mà còn hăng hái bước lên nẻo Bồ Đề cao thượng. Hãy thành tựu giới hạnh, hộ trì các căn. Không thấy, không nghe, không nói, không nếm, không ngửi, không suy nghĩ, không tiếp xúc những gì không cần thiết. Không ăn vì ngon, mà ăn để nuôi thân tiến tu. Không ngủ vì thích, mà ngủ vừa đủ và phải biết vận dụng thời giờ quý báu cho công cuộc tu hành. Không làm việc xàm bậy khi ở chung với tứ chúng đã đành, khi ở riêng một mình vẫn phải giữ đúng uy nghi và đức độ của một kẻ biết tu hành. Học và nghe cho thật nhiều để tiến tu, chứ không để nhàn đàm hí luận. Muốn thực hiện được những điều vừa kể, không đọc sách mà có, cũng không học hỏi được từ ai. Ngược lại, chúng ta phải sống và phải tu bằng kinh nghiệm tự thân. Dù ở chùa hay ở nhà, hãy cố mà ngày ngày thân cận thiện hữu tri thức, nghe thuyết giảng chánh pháp và từng giờ từng ngày sống với chánh pháp. Nếu có cơ hội, nên mỗi tuần đến chùa thọ Bát Quan Trai hoặc thiền quán thì thật là lợi lạc vô cùng. Làm được như vậy, cuộc sống ta là an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc; cuộc tu ta là miên trường giải thoát, ngay trong đời này kiếp này.

**Hành trang thứ tư** là Phật tử đừng sợ không thành Phật, mà hãy tự hỏi lòng mình xem coi mình đã có nhiếp tâm tu trì hay không mà thôi. Tu mà còn mong ngóng cho mau thành Phật, thì tâm trí đâu mà tu? Chúng ta phải luôn tâm niệm như vậy: “Hễ lần nầy mà ta tiếp tục lăn trôi nữa thì chúng ta sẽ vĩnh viễn lăn trôi, chứ không còn một cơ hội nào khác nữa đâu vì lăn trôi nầy sẽ tiếp tục lôi kéo lăn trôi kế tiếp, cứ thế mà ta bị vùi vập trong tam đồ lục đạo.” Vậy thì đừng đặt điều kiện cho sự tu tập của mình. Hãy suy nghĩ như vậy: do bởi cam tâm làm nô lệ cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, mà bấy



lâu nay chúng ta rong ruổi trong tam đồ lục đạo. Bây giờ có duyên may nghe được Phật pháp, biết đâu là đường chánh nẻo tà, biết đâu là chơn đâu là vọng, đâu là sanh tử luân hồi và đâu là giác ngộ giải thoát. Thế nên chúng ta quyết tâm tu theo Phật, để một ngày không xa nào đó, chúng ta cũng sẽ được như Phật. Hãy cất chân lên mà đi thì việc đến nơi chỉ là vấn đề thời gian mà thôi.

**Hành trang thứ năm** là Phật tử đừng nên điên đảo, hoặc đừng để cho ngoại cảnh làm mình điên đảo. Nói cho rõ ra là đừng để cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến sai khiến ta làm đảo lộn mọi giá trị đạo đức và luân lý. Đừng để bị tà kiến che mờ chánh kiến, mà chỗ không trong sạch, lại nói trong sạch. Đừng để vô minh dẫn dắt ta lấy khổ làm vui, lấy vô thường làm thường còn, cái bất tịnh lại cho là thanh tịnh... Hãy cố đừng điên đảo, vì do điên đảo mà ta nghĩ bậy, thấy bậy và làm bậy; vì điên đảo mà ta tiếp tục lăn trôi trong tam đồ lục đạo. Người con Phật chơn thuần quyết tu như tích đức thế nào cho cuộc sống mình thật xứng đáng, phải khai thông tâm trí sao cho trí huệ phát triển trong thanh tịnh và sáng suốt. Một khi như đạo tròn đầy và tâm trí khai thông, thì những điên đảo của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng cũng khó mà khống chế được ta. Hãy cố gắng lên hỡi những người con Phật!

**Hành trang thứ sáu** là Phật tử muốn bố thí đừng lần lựa đợi chờ vì biết rằng vạn vật vô thường, đời vô thường. Và lại, con quỷ vô thường nó có chờ có đợi ai đâu? Trong kinh Bách Dụ, Đức Thế Tôn đã thí dụ người để dành sữa đái khách. Thay vì mỗi ngày nặn ra một ít sữa rồi để dành, thì anh ta để nguyên trong vú bò mà không nặn. Qua tháng sau, khách đến, anh bèn dắt bò ra nặn, sữa đâu không thấy, chỉ thấy mọi người cười chê. Người tu cũng vậy, muốn bố thí thì có bấy nhiêu, bố thí bấy nhiêu, chứ đừng chờ đợi đến khi có tiền nhiều rồi mới bố thí. Hôm nay thấy khỏe mạnh vậy chớ ngày mai có khi chúng ta không còn cơ hội đâu nữa để mà bố thí. Thấy phải tu là nên tu ngay, chứ đừng chờ đợi đến già, hoặc đến hưu trí rồi hẵng tu; hoặc giả chờ cho con Hai, thằng Ba chúng nên người rồi hẵng tu. Lắm khi chúng ta không có cơ hội được nhìn thấy con Hai thằng Ba nên người đâu.

**Hành trang thứ bảy** là đừng sợ không làm được những điều khó trong cuộc sống, cuộc tu. Đừng sợ không ngăn được lòng dục, mà hãy tự hỏi chính ta xem ta có thực sự muốn ngăn lòng dục hay không. Đừng mong cầu, mà hãy tự hỏi xem ta có muốn thực hành những điều

thiện lành mà ta đang mong làm hay không? Ngày xưa Châu Lợi Bàn Đà Già, lúc xuất gia theo Thế Tôn tu hành giải thoát, nhưng vì trí nhớ kém cỏi, tâm trí ám độn, nên việc nhớ chữ thuộc kinh đối với ông ta là một cực hình. Ông không thuộc nổi hai chữ "chữu, tảo," làm sao thuộc nổi một bài kinh. Thế nhưng, trong thâm tâm, ông quyết tinh tấn tu hành mà không một mảy may sợ hãi. Ngay lúc bị ông anh đuổi ra khỏi tịnh xá vì đã tu lâu mà không thuộc kinh kệ, ông đã tìm đến Thế Tôn, khẩn khoản xin Thế Tôn cho ông được tiếp tục ở lại tu hành. Thế Tôn vì biết căn cơ ám độn của ông nên chỉ trao cho ông một mảnh vải trắng nhỏ và bảo rằng: "Con không thuộc nổi hai chữ chữu tảo, thì quả thật là khó tu lắm đó. Tuy nhiên, tâm trí của con chỉ có vậy, biết làm sao hơn. Bây giờ ta hỏi thật con, con có đủ kiên nhẫn mỗi ngày ngắm nhìn tấm vải trắng này không?" Bàn Đặc mừng rỡ đáp: "Bạch Thế Tôn, Con không sợ không làm được những điều khó trong cuộc sống cuộc tu. Dù con không nhớ nổi hai chữ chữu tảo, nhưng con nhớ rõ tất cả những lời ân cần dạy dỗ của Thế Tôn. Nhờ vậy mà con không còn mang thân làm nô lệ cho tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng nữa." Chính vì không sợ không làm được những điều khó trong cuộc sống cuộc tu, nên chẳng bao lâu sau đó, Bàn Đặc đã nhờ chăm chú theo dõi những diễn tiến nơi tấm vải, mà ông đã đại ngộ lẽ vô thường và đắc quả A La Hán trước sự kinh ngạc của các bạn đồng tu. Ông đã nhìn sự thay đổi của tấm vải, từ trắng sang ngà, rồi đen, rồi mục rã. Con người cũng thế, sanh ra rồi lớn lên, rồi già nua bệnh hoạn, rồi chết đi, nào có khác chi sự sanh, trụ, dị, diệt nơi tấm vải kia! Thế mới biết, những khó khăn trong cuộc sống cuộc tu, không là đáp số của công cuộc giải thoát. Đáp số của công cuộc giải thoát cho chính mình là tự mình có muốn tu và có muốn giải thoát hay không mà thôi. Hãy suy gẫm một câu nói đầy ý nghĩa của tiên sanh Nguyễn Bá Học và đem áp dụng vào cuộc sống cuộc tu hằng ngày của ta: "Đường đi không khó vì ngăn sông cách núi, mà chỉ khó vì lòng người ngại núi e sông."

**Hành trang thứ tám** là đừng sợ sanh tử luân hồi, mà phải tự mình kiểm điểm lại coi mình có muốn thoát ra khỏi luân hồi sanh tử hay không? Cái cội gốc của luân hồi sanh tử là do vô minh mà ta lầm chấp những dục vọng xấu xa và những ý niệm sai quấy làm mình hoặc của mình, rồi từ đó chúng ta làm náo loạn cả thân lẫn tâm. Thế rồi hết phiền não này ta đi đến phiền não khác. Từ tham bất toại ta đi đến

sân, để rồi tự ta thiêu đốt tất cả những công đức, phước đức đã bấy lâu dày công xây đắp. Cũng chính vì si mê mà lòng tham của chúng ta vốn dĩ đã không đáy, trở nên vô cùng vô tận. Nói tóm lại, người tu Phật chẳng sợ sanh tử luân hồi, cũng chẳng sợ tham, sân, si, mà chỉ sợ giác ngộ không kịp thời kịp lúc. Chính vì thế mà người con Phật lúc nào cũng dụng công tu trì làm sao cho có được cái trí huệ sáng suốt, trí huệ Bát Nhã, để đẩy lùi si mê, giống như vầng dương lộ dạng xóa tan bóng tối âm u vậy.

**Hành trang thứ chín** là Phật tử sống ở trên đời này đừng trông mong, cầu vọng bất cứ thứ gì, vì Đức Phật đã dạy rằng cầu bất đắc là một nỗi khổ lớn lao của chúng sanh. Xin hãy cứ làm và dự tính kết quả của việc mình làm; tuy nhiên, đừng mong cầu việc gì cũng xảy ra theo ý mình. Người ta ở đời, hễ hy vọng nhiều thì thất vọng cũng lắm; hễ mong cầu nhiều thì bất toại nguyện cũng nhiều. Người con Phật, một khi đã quyết chí tu theo Phật thì công danh chẳng màng, phú quý chẳng ham, tiền tài vật chất chẳng muốn. Dự tính duy nhất của người con Phật là nhứt tâm tu trì cho có được cuộc sống hạnh phúc và cuộc tu giải thoát.

**Hành trang thứ mười** là Phật tử đừng nên biện bạch cho sự phá giới của mình. Đừng làm ra vẻ chân thật giữ giới với những uy nghi gò ép bên ngoài, hòng lừa gạt người khác, vì làm như vậy chỉ phí thêm thì giờ vô ích. Mình có thể lừa gạt người, chứ làm sao có thể lừa gạt được ông Phật nơi chính mình. Đi đâu, đến đâu, ông Phật đó cũng theo sát mình như hình với bóng, chứ không bao giờ rời mình nửa bước. Hãy lắng nghe lời Phật dạy: “Trong thời không có Phật tại thế, hãy lấy giới luật làm thầy.” Ý Phật muốn nhắc chúng ta là vào bất cứ thời nào, ở bất cứ đâu, hễ mình có giữ giới, là nơi mình có Phật trụ thế. Phật tử chân chánh, nếu lỡ phá giới, hãy chí tâm sám hối và chuyển hóa những thói hư tật xấu thành những vẹn toàn thánh thiện.

**Hành trang thứ mười một** là Phật tử đừng sợ thua thiệt vì nhẫn nhục. Ngược lại, phải nhiếp tâm rằng nếu lần này mà ta không nhẫn nhục được thì ta sẽ chẳng bao giờ có cơ hội nữa để nhẫn nhục. Nhẫn những cái đáng nhẫn và nhẫn cả những cái không đáng nhẫn. Dù có người rấp tâm làm tổn hại ta, ta biết đấy. Biết để mà tránh, chứ không biết để mà khởi tâm giận hờn hay thù oán. Là Phật tử chân chánh, hãy học ở Ngài Xá Lợi Phất. Ngài đã nguyện làm bùn để nhận lãnh tất cả những ô uế mà không một lời than trách. Ngài đã nguyện làm dòng

nước để cuốn đi hết những não loạn của chúng sanh, mà không một mảy mai kháng cự. Hãy hủ xả đi tất cả những hủy báng mạ lị của người, cũng như các chướng duyên nghịch cảnh. Hãy xem chúng như là những trợ duyên cho bước đường tu tập của mình.

**Hành trang thứ mười hai** là Phật tử đừng quá ham muốn vì Phật đã dạy rằng trong cõi Ta Bà ngũ trước này, càng ham muốn nhiều thì càng khổ nhiều. Cái ham muốn nó vô cùng vô tận, nhiều khi chúng ta ham muốn những cái xa xỉ không cần thiết, để rồi phải còng lưng ra mà trả cho những cái bills cao hơn trái núi. Như thế có phải là khổ đau phiền não lắm không? Người con Phật chân chánh, ngược lại, luôn thiếu dục tri túc; nghĩa là ít ham muốn, mà thường hay biết đủ. Người với cái tâm thiếu dục tri túc, thường không bao giờ a dua cầu cạnh với bất cứ ai. Người ấy không bao giờ bị tham, sân, si khống chế. Ngược lại, người ấy lúc nào cũng an nhiên tự tại, thân tâm lúc nào cũng trầm tĩnh và thản nhiên, tánh tình luôn vui vẻ và vô tư, không bao giờ buồn phiền hoặc lo âu chuyện gì một cách thái quá.

**Hành trang thứ mười ba** là Phật tử đừng sợ chốn phồn hoa đô hội gây khó khăn chướng ngại cho ta trên bước đường tu tập. Sợ chốn phồn hoa đô hội để tìm về nơi sơn lâm cùng cốc ư? Nơi đó làm gì có chướng duyên nghịch cảnh cho ta tu? Đức Từ Phụ đã từng khẳng định trong các kinh điển của Ngài là không có đời thì cũng không có đạo, không có phiền não thì cũng chẳng có bồ đề. Như vậy những ai còn quan niệm tìm về một cõi cô liêu tịch tịch, vô vi an lạc ... lánh xa chỗ trần tục ồn ào náo nhiệt với đầy dẫy những thị phi tranh chấp... là một sự trốn chạy và đoạn tận con đường tu hành của chính mình mà thôi. Hãy can đảm lên hỏi những người con Phật! Hãy đi thẳng vào đời, đi thẳng vào lửa để thử vàng. Đi vào những chỗ ồn ào náo nhiệt mà ta không ồn ào náo nhiệt. Hãy đi vào chỗ tranh chấp thị phi mà ta không thị phi tranh chấp. Hãy can đảm vươn lên như một đóa sen, từ bùn lên mà chẳng hôi tanh mùi bùn.

**Hành trang thứ mười bốn** là Phật tử đừng sợ phóng túng, buông lung và lười biếng, mà hãy tự hỏi lòng mình xem coi mình có đang nuôi dưỡng những thứ ấy hay không? Nếu có, cũng đừng sợ, mà hãy bình tâm nghe theo lời Phật dạy. Đức Thế Tôn đã vì thương xót chúng sanh mà Ngài đã chỉ dạy tường tận những giáo pháp tuyệt vời, giờ thì chuyện làm theo hay không là chuyện của chúng ta. Hãy can đảm lên hỏi những người con Phật! Dù ở nhà, ở chợ, ở sở, hay ở chùa, hãy luôn

vâng giữ lời Phật dạy và luôn tâm niệm rằng nếu lần này mà ta tiếp tục phóng túng buông lung và lười biếng, thì chúng ta sẽ chẳng còn cơ hội nào nữa để mà tinh tấn tu hành.

**Hành trang thứ mười lăm** là Phật tử đừng cả nghi Phật pháp. Nếu chưa hiểu thì khoan hẳn vội tin, nên tìm hiểu cho ra lẽ rồi hẳn tin. Một khi đã tin rồi thì cứ thẳng một đường mà tu, chứ đừng cứ nay nghi điểm này, mốt nghi điểm nọ, vì làm như vậy chẳng những ta phí đi thì giờ, mà còn tự mình tăng tốc độ trên đường đi vào địa ngục nữa. Phật tử chân chánh, có chỗ nào không hiểu không thông, mau hỏi ngay, đừng ôm giữ sự hoài nghi. Không hiểu là không hiểu sự thậm thâm vi diệu của Phật pháp, chứ Phật pháp là một chơn lý không thể nghi bần. Mặt trời và những thái dương hệ có thể một lúc nào đó sẽ bị hoại diệt tan tành, nhưng Phật pháp lúc nào cũng là một chân lý bất hư. Tu theo Phật hay không tu theo Phật là tùy ở ta, chứ đừng phí công nghi ngờ vô ích.

**Hành trang thứ mười sáu** là Phật tử đừng quan niệm phải chờ đến xuất gia mới là tu giải thoát. Đức Thế Tôn đã từng khẳng định rằng nếu giáo pháp của Ngài nói mà chỉ dành cho tỳ kheo hoặc tỳ kheo ni nghe được và hiểu được để tu cho đến rốt ráo giải thoát, thì Ngài đã không nói. Ngược lại, pháp của Ngài, một khi nói ra, cả tỳ kheo, tỳ kheo ni, ưu bà tắc, ưu bà di và tất cả chúng sanh muôn loài đều có thể nghe được, hiểu được và hành trì được để đi đến chỗ giải thoát. Tuy nhiên, tùy cơ duyên và nghiệp lực mà sự tiến tu và giải thoát có nhanh hay chậm khác nhau. Hãy lắng lòng nghe và hành trì theo lời Phật dạy, bỏ lòng ham muốn, nhiếp tâm cầu đạo vô thượng, tránh xa mọi chấp trước, không mong, không cầu, không gây thêm nghiệp... thì xuất gia hay tại gia, chẳng cần nói tu, vẫn là giải thoát.

**Hành trang thứ mười bảy** là Phật tử đừng chấp chặt vào chỗ kiến giải của mình, mà bướng bỉnh lý luận. Làm như vậy là tự mình xa rời chân lý, và tự mình vô tình xô đẩy mình vào con đường tà ma ngoại đạo. Phàm phu bàn chuyện phàm phu có khi còn không thấu đáo, huống là Phật pháp. Phật tử chân chánh không bao giờ chấp chặt vào kiến giải hẹp hòi thấp thỏi của mình, mà rơi vào vòng hí luận biện giải, chỉ phí thêm thời giờ vốn dĩ đã không có của chúng ta. Trong kinh Bách Dụ, Đức Thế Tôn đã kể một thí dụ về người khát nước mà không chịu uống. Có một người đi đường khát nước, đi đến dòng sông nước mát lại chê ít, không chịu uống, nên tiếp tục đi tìm, hết đồng rồi đến

tây. Mong tìm cho được dòng sông to mới chịu uống. Thế rồi anh ta tiếp tục đi trong cơn khát và mệt lả, đến khi thấy mù sương trước mặt, tưởng là nước, anh ta chồm tới định uống, nhưng còn hơi sức đâu nữa để nhìn thấy những ảo tưởng sai lầm của mình. Phật tử chân chánh hãy nhìn vào cái gương này mà tự sửa mình.

**Hành trang thứ mười tám** là Phật tử, đừng chỉ đợi đến chùa mới tu, còn ở nhà, ở chợ, ở sở thì mặc tình buông lung phóng túng. Theo lời Phật dạy, thái độ này là thái độ của bọn tà ma ngoại đạo, chỉ mong len lỏi vào hàng ngũ Phật giáo để phá hoại và hủy báng Phật pháp. Phật tử chân chánh đừng để vướng mắc vào chuyện này. Hễ nhiếp tâm tu thì ở đâu cũng tu, chứ không chỉ tu ở chùa, còn về nhà, về chợ thì chứng nào tật đó. Làm như vậy chẳng những tự ta hủy báng và phá hoại Phật pháp, mà còn đoạn tận con đường tu hành của chính mình nữa. Làm như vậy, vô hình chung chúng ta gieo vào nhà, vào chợ những ấn tượng không tốt về những người tu theo Phật. Hãy can đảm lên hỏi những người con Phật. Hãy mang Phật pháp theo cạnh bên mình bất cứ lúc nào và bất cứ ở đâu.

**Hành trang thứ mười chín** là Phật tử đừng sợ lỗi lầm, mà hãy tự hỏi lòng mình xem coi ta có dám nhận rằng mình đã có lỗi hay không? Hạng người gây ra lỗi lầm, chẳng những không biết hổ thẹn, không biết tự trách mình, mà luôn tìm cách qui lỗi cho người, là những người đang đi trong vô minh. Hạng người này lúc sống thì luôn tự ti mặc cảm, luôn sân hận, hoặc luôn tìm cách báo phục cho những thua thiệt của họ. Chính vì thế mà cuộc sống họ luôn náo phiền; đến lúc chết vì những hậu quả bất lương ấy mà phải đọa vào địa ngục vô gián. Người con Phật luôn vâng giữ những lời Phật dạy, luôn nhớ rằng trên đời này có hai hạng người cao quý: một là những ai chưa từng tạo ra lỗi lầm bao giờ, hai là những ai đã từng gây ra lỗi lầm mà biết nhận và sửa lỗi. Hãy can đảm lên hỏi những người con Phật! Cho dù ta có vướng mắc tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến... Vướng mắc mà biết mình vướng mắc, thì ta mới có cơ hội tháo gỡ chúng ra được.

**Hành trang thứ hai mươi** là Phật tử đừng học thói đui tu mù luyện mà uống đi một kiếp ‘nhơn thân nan đắc’ này. Có một số người vì ngã mạn cống cao, tự coi mình là trung tâm vũ trụ, tự cho những gì mình biết là nhất hạng. Họ tự đưa ra những tư tưởng lập dị khác thường như ‘tức thì khai ngộ,’ hoặc ‘xuất hồn xuất vía,’ hoặc ‘cảnh giới thiên đường,’ hoặc tự xưng là Phật này thầy nọ hồng gạc gặm những Phật tử

đau khổ và nhẹ dạ. Kết quả của sự ngu xuẩn lập dị này, chẳng những tự họ hoài công lãng phí, mà họ còn lôi kéo theo những người nhẹ dạ đi vào con đường sai trái nữa. Những người con Phật chân chánh nên luôn nhớ rằng Phật pháp không phải là một học thuyết suông để mà hí luận biện giải. Ngược lại, Phật pháp là một triết lý sống hạnh phúc và tu giải thoát. Con đường đi đến hạnh phúc và giải thoát phải là con đường siêng năng hành trì. Nếu nhẹ dạ nghe lời lời xuẩn dụ, không chịu cố công hành trì, mà lại mong cho mau thành, thì chẳng khác nào tự mình xô đẩy mình đi vào con đường sai trái của tà đạo. Phật tử chân chánh, xin hãy vô cùng cẩn trọng.

**Hành trang thứ hai mươi mốt** là Phật tử, một khi đã nhiếp tâm tu trì theo Phật thì đừng mê tín dị đoan, đồng bóng, bói toán hay cúng sao giải hạn. Sao đâu để mà cúng? Hạn đâu để mà giải một cách dễ dàng và phi lý như vậy? Thật tình mà nói, nếu ông sao La Hầu hay Kế Đô gì đó mà chiếu ta thì không riêng gì một mình ta bị, mà cả thế giới này cũng lãnh đủ. Hạn do mình tạo thì cũng tự mình giải, chứ dứt lốt chút đỉnh tài vật rồi nhờ Phật, Thầy giải giùm là chuyện vô lý và không tưởng. Còn đồng bóng, bói toán là những mê tín dị đoan, phát xuất từ lòng tin mù quáng của con người, chứ không có một chỗ nào để đứng trong lòng Phật giáo. Những người con Phật phải can đảm gạt bỏ những thứ ấy. Người con Phật luôn tin tưởng chân chánh, hễ gieo nhân nào thì gặt quả đó, không có ngoại lệ. Không cứ gì trồng đậu mà gặt dưa bao giờ? Người Phật tử cũng tin rằng hễ gió nổi thì cây phải ngã về Bắc; tuy nhiên, có một cách để cho cây bớt ngã hoặc không ngã, ấy là chống đỡ. Người tu cũng vậy, muốn không bị ác nghiệp đè bẹp, xin hãy tạo tác thiện lành.

**Hành trang thứ hai mươi hai** là Phật tử đừng nên để cho ái dục tình khống chế. Ngược lại, hãy vâng giữ lời Phật dạy để chuyển hóa cái 'ái dục tình' thành ra 'ái chúng sanh'. Người con Phật, một khi đã quyết chí tu cho thành Phật, thì phải cương quyết xa lìa những say mê dục lạc. Hãy niệm như vậy: "Nếu lần này mà ta không dứt trừ được những luyến ái thế tục và những say mê dục lạc thì đời đời ta sẽ phải lăn trôi trong vòng luân hồi sanh tử." Ái dục tình thì ích kỷ, độc ác và chấp chặt với những tham, sân, si, và trạm dừng chân kế tiếp có thể là địa ngục. Ái chúng sanh thì bình đẳng, vô phân biệt, chơn chánh và sáng suốt; kết quả của ái chúng sanh phải là thanh tịnh, an lạc và giải thoát rốt ráo mà thôi. Phật tử hãy sáng suốt và cẩn trọng.

**Hành trang thứ hai mươi ba** là Phật tử đừng chấp chặt vào pháp môn rồi cứ chạy đông chạy tây để tìm cầu. Ngược lại, người con Phật chân chánh luôn quan niệm rằng pháp môn nào cũng là pháp môn của Phật. Phật đã không từng khẳng định rằng tất cả các pháp chỉ là những phương tiện, chứ không là cứu cánh hay sao? Đức Thế Tôn vì biết rõ căn cơ trình độ của chúng sanh mọi loài, nên có khi nói thuyết thâm sâu, mà lắm khi nói thuyết cạn cợt, đơn giản và dễ hiểu, để cho ai nấy đều nghe được và hiểu được cái tri kiến của Ngài. Là Phật tử chân chánh, không bao giờ mù quáng chấp chặt, mù quáng bắt chước, hoặc mù quáng chê cười ai. Pháp nào cũng là pháp của Phật, hãy cầm giữ và thọ trì bất cứ quyển kinh nào, miễn là hợp với ta. Hãy luôn nhớ rằng pháp môn nào làm cho mình bớt khổ, cho người bớt khổ và đời bớt khổ, ấy là pháp môn thích hợp với ta. Đừng tiếp tục rong ruổi đông tây thêm nữa. Làm như vậy, chẳng những Phật pháp đâu không thấy, chỉ thấy trạm dừng chân kế tiếp là tam đồ lục đạo.

**Hành trang thứ hai mươi bốn** là Phật tử đừng bao giờ tự xưng mình chứng đắc này nọ. Tu theo Phật là tự mình tìm về với chính mình để tìm cho được cái chân tâm mà mình đã một lần đại đột bỏ quên, chứ có cái gì đâu để mà chứng với đắc? Phật tử chân chánh hãy quyết vâng giữ lời Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà cứ ngoại đạo vọng lập thì chẳng những uổng đi một kiếp người, mà còn tự mình dày dạn mình vào địa ngục nữa.” Hãy tinh tấn tu trì đạo đức, bồi dưỡng cội phúc. Phúc đức cũng được, mà công đức cũng được. Nhứt nhứt phải y cứ theo chánh pháp mà tu hành, chứ đừng xưng chứng này đắc nọ mà hao tổn âm đức. Phật tử chân chánh cũng đừng bao giờ nhẹ dạ nghe theo tà ma ngoại đạo, chuyên dùng tà thuyết để dối gạt người, nào là đi trên lửa đốt than hồng, hoặc giả tự thân nhảy vào lửa thì có thể sanh vào cõi trời nào đó. Với con người, thân nhiệt, vừa phải thì còn có thể duy trì thân tứ đại này, chứ một khi đã bốc cháy thành lửa thì có tứ đại nào chịu được? Đừng tin theo tà ma ngoại đạo, để chẳng những đời này bị tổn hại mà có thể đời đời bị tổn hại. Người Phật tử chỉ luôn tâm niệm đi trên lửa tham, sân, si, mạn nghi, tà kiến để vượt qua bể khổ sông mê mà tìm về bến giác ngộ, bờ giải thoát.

**Hành trang thứ hai mươi lăm** là Phật tử đừng đa văn hí luận. Ngược lại, nên đa văn quảng học và tu trì. Trên đời này có lắm kẻ hiểu biết rất nhiều về Phật pháp, nhưng lại không dùng sự hiểu biết



của mình cho việc tu trì, mà chỉ hết ngày dài rồi lại đêm thâu, chạy đong chạy đáo, hết chỗ này đến chỗ khác hí luận và biện giải, không lo tu hành chi cả. Hậu quả của sự đa văn hí luận là làm hư hỏng chẳng những cơ hội tiến tu đời này, mà có thể đời đời mai một. Phật tử chân chánh đừng tự mình chuốc lấy khổ đau cho chính mình một cách oan uổng và vô bổ này.

**Hành trang thứ hai mươi sáu** là Phật tử đừng bao giờ đem tình đời của phàm phu làm ô uế hạnh thanh cao của những bậc xuất gia. Dù là xuất gia, quý ngài vẫn là phàm tăng, quý ngài vẫn đang trên đường tu cho thành Phật. Tham, sân, si chưa chắc quý ngài đã dứt sạch. Là Phật tử chân chánh, bổn phận của chúng ta là phải cùng tu và giúp cho những vị Phật tương lai ấy thành Phật, chứ không lý gì mà ta mù quáng rồi, hộ pháp không đúng pháp, cúng dường không đúng pháp... khơi động cho quý ngài phá giới, hoặc giả làm kích động sự tham, sân, si nơi quý ngài, làm cho quý ngài lui sụt pháp lành, thối mất bồ đề tâm. Làm như thế chẳng những ta gây nên tội lỗi, mà cả ta và người đều bị tổn hại. Phật tử chân chánh, thương thầy, thương chùa, mến đạo, xin hãy ‘tương tức tương nhập,’ nghĩa là xin hãy cùng tu với quý thầy trong thanh tịnh và an lạc.

**Hành trang thứ hai mươi bảy** là Phật tử đừng sợ sanh, lão, bệnh, tử, mà hãy tự hỏi mình xem coi mình có sợ từ, bi, hỷ, xả, bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn và thiền định hay không mà thôi. Nếu có từng sợ những thứ này trong quá khứ, bây giờ xin đừng sợ nữa, vì Đức Phật đã dạy rất rõ ràng trong các kinh điển của Ngài là Mười Phương Tam Thế Chư Phật đã thành Phật bằng những con đường này, thì có gì mà chúng ta lại sợ? Bố thí chính là bức tường ngăn che tham lam và bôn sên; trì giới là con thuyền Bát Nhã đưa ta đáo bỉ ngạn; nhẫn nhục và thiền định là những thanh gươm trí huệ sáng ngời, chặt đứt hết mọi não phiền của cõi Ta Bà uế trước này. Sanh, già, bệnh, chết là những định luật tất nhiên của vô thường và sinh, trụ, dị, diệt. Những ai muốn thoát ra ngoài vô thường, muốn tới nơi chánh đẳng chánh giác, mà không chịu đến với Phật pháp, không chịu bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn và thiền định là điều không tưởng, giống như chuyện nấu cát mà muốn cho thành cơm, không bao giờ có được đâu.

**Hành trang thứ hai mươi tám** là Phật tử đừng bao giờ giả dối xây chùa, dựng tháp, cúng dường chư tăng, mà lòng vẫn ôm đồm những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Làm như vậy, ta chỉ gạt được người

phàm mất thịt, chứ ta đâu có gạt được ông Phật ở chính nơi ta. Là Phật tử chân chánh phải chẳng những tinh tấn tu trì giới luật một cách chân thật, mà còn phải nhứt tâm tu trì các hạnh lành. Đừng bao giờ tu trì bằng bề ngoài giả dối, hãy chân tình mà làm việc Phật và tu theo Phật thì chuyện an lạc và tỉnh thức là chuyện đương nhiên phải đến.

**Hành trang thứ hai mươi chín** là Phật tử đừng sợ sáu trần xâm nhập. Ngược lại, hãy tự hỏi tại lòng mình xem coi mình có nhiếp tâm đóng bớt sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) lại hay không? Hãy tâm niệm như vậy: “Nếu phen này mà ta không đóng bớt lục căn thì chúng ta sẽ không bao giờ có khả năng đóng chúng lại nữa đâu.” Hãy tự hỏi xem coi ăn ngon, mặc đẹp, mát phụng, mây ngài, những xúc chạm êm ả và những mơ tưởng có đem lại cho ta sự an lạc thật sự hay không, hay chúng chỉ tạo thêm khổ đau phiền não cho ta mà thôi. Là Phật tử chân chánh, hãy can đảm vâng giữ lời Phật dạy mà đóng bớt sáu căn lại đừng cho chúng ngang nhiên tiếp xúc sáu trần, để tiếp tục đưa đẩy chúng ta lăn trôi trong luân hồi sanh tử nữa.

**Hành trang thứ ba mươi** là Phật tử đừng bao giờ làm việc Phật bằng những phương tiện phi pháp, phi nghĩa. Thí dụ như muốn tu phước lành, muốn làm việc bố thí, mà lại dùng những thủ đoạn gian manh, những tiền của phi nghĩa, chẳng những không với đi tội nghiệp, mà còn mang thêm chướng nghiệp nữa. Phật tử chân chánh, có một cách bố thí một cách cũng được, miễn sao các bạc ấy làm ra bằng phương tiện chân chánh là phước báu tràn đầy. Đừng bao giờ tranh đoạt tài vật của ai mà gieo rắc vào chùa cho ô uế Không Môn.

**Hành trang thứ ba mươi một** là Phật tử đừng nên kẻ gần những ác hữu tri thức, hoặc thân cận người tà vạy. Khi gần những kẻ này, chúng ta sẽ bắt chước họ mà làm việc tà vạy và phi pháp, để rồi hậu quả phải bị đọa vào tam đồ ác đạo là không thể tránh được. Ngoài ra, thường do nơi ác hữu tri thức, ngày ngày co cụm lại làm chuyện thị phi, bàn luận vô bổ, nói toàn ác pháp, hủy báng Phật pháp, tranh luận hơn thua; thường không chịu biện biệt lành dữ, lợi hại của việc mình làm, mà chỉ một bề chấp chặt vào biên kiến của mình. Kỳ thật, đa số biên kiến của bọn ác hữu tri thức thường là mê lầm và tà vạy. Đã như thế, họ lúc nào cũng dương dương tự đắc, không biết lỗi mình, không biết tự hổ thẹn, không biết nhận và sửa lỗi để chuyển hóa những thói hư tật xấu. Ác hữu tri thức thường thì ngoài mặt nói nhơn nói nghĩa, nhưng bên trong lại bất nhân bất nghĩa. Thậm chí, đêm đêm họ vẫn gõ mõ tụng kinh,

ngồi thiền, nhưng ngày ngày vẫn đánh đập và hành hạ vợ con, cũng như lườm gạt bạn hữu. Có ai giúp ý khuyên lớn, họ chẳng những không nghe, mà còn đem lòng ganh ghét nữa là khác. Là Phật tử chân chánh, nếu tự thấy mình chưa có khả năng cứu độ bọn ác tri thức này, nên tìm cách xa lìa họ càng sớm càng tốt; tuy nhiên, dù xa lìa nhưng lòng vẫn chờ dịp tốt mà cứu giúp họ. Phật tử nên luôn nhớ rằng nếu ta bắt chước theo bọn ác tri thức thì tâm tánh ta sẽ sân hận, si mê; lúc nào cũng muốn gây thù chuốc oán. Lắm khi chưa hại được người thì mình đã bị hại, giống như kẻ tung cát trong gió ngược vậy.

**Hành trang thứ ba mươi hai** là Phật tử đừng nhìn sự vật bằng cái nhìn biên kiến. Ngược lại, phải nhìn chúng bằng cái nhìn ‘như thị’. Nghĩa là đối với sự vật, ta phải quan sát cho kỹ, chứ không chủ quan nhận xét theo thiên ý của ta mà gây ra tai hại chẳng những cho người, mà còn cho ta và cho đời nữa. Phạm phu chúng ta sở dĩ cứ mãi lẫn trôi cũng do bởi cái nhìn biên kiến đây trực trặc với quá nhiều tính từ này. Thí dụ như hôm qua tôi đến thăm nhà anh chị, ui cha nhà đẹp đẽ sang trọng quá. Cái nhà là cái nhà, thêm chi những tính từ sang trọng, đẹp đẽ hoặc xấu xí tồi tàn cho thêm vướng mắc. Hoặc giả Phật tử đi chùa, gặp phải một số người có những hành động ngôn ngữ không được đẹp đẽ, rồi Phật tử lại đem cái nhìn biên kiến của mình ra mà kết luận rằng chùa nào, hoặc tăng ni nào cũng vậy cả, thì quả là sai trái vô cùng. Chùa nào có chùa, tăng ni nào có tăng ni, vì cơ gì mà mình lại quơ dũa cả nắm? Trong đám rau xanh tươi tốt kia làm gì không có một vài con sâu. Vì một con sâu mà đem đổ nguyên cả nồi canh là điều hàm hồ. Phật tử chân chánh hãy cố tập cho mình có được cái nhìn ‘như thị’ để thật sự nhìn sự vật như sự vật, chứ không thêm nhân nhụy chi cả. Làm được như vậy, lúc giận ta biết ta đang giận và tìm hiểu xem coi tại sao chúng ta giận để không chạy theo hoặc tiếp tay biến cái giận thành ra một cơn bão lòng. Lúc ghét ta biết ta ghét và tìm hiểu xem coi tại sao ta ghét, để mà tha thứ cho ta và cho người. Một khi có được cái nhìn ‘như thị’ thì chẳng những ta, mà người đều sẽ có cuộc sống hạnh phúc và cuộc tu giải thoát.

**Hành trang thứ ba mươi ba** là Phật tử, làm bất cứ chuyện gì, đừng bao giờ đổ thừa do bởi căn tánh mà không làm được. Xin thưa không có căn cơ chi cả, chỉ có sự nhiếp tâm hay không nhiếp tâm của ta mà thôi. Thí dụ như nói tôi không có căn ăn chay, rồi không ăn chay, chỉ là một sự biện minh chủ quan, sai lầm và vô ý nghĩa mà thôi. Hoặc giả

nói rằng căn cơ của tôi khổ rồi cúi đầu chịu khổ là chuyện vô lý không cùng. Với người tu Phật, chưa ăn chay được thì tự biết mình chưa ăn chay được, nên vẫn ăn mặn và quyết tâm chỉ ăn để sống để tu, chứ không sống để hưởng thụ trên sinh mạng và sự khổ đau của chúng sanh. Nói về cái khổ, người con Phật chơn chánh, không bao giờ cúi đầu nhận chịu cái khổ. Ngược lại, người con Phật sẽ ngẩng đầu trực diện và đối đầu với cái khổ để tìm cho ra nguyên do, để mà tận diệt nó. Người con Phật không đổ thừa cho căn cơ hoàn cảnh chi cả. Làm được như vậy, cho dù ta có gặp chướng duyên, nghịch cảnh và thất bại, ta vẫn không thối tâm bỏ cuộc. Phật tử chơn chánh nên nhớ, trong đạo Phật không có căn cơ hoàn cảnh chi cả, mà chỉ có nhơn quả. Hễ gây nhơn nào là gặt quả đó, thế thôi.

**Hành trang thứ ba mươi bốn** là Phật tử đừng bao giờ trách đất than trời tại sao mình ăn hiền ở lành mà tai ương hoạn nạn lại cứ xảy đến dồn dập cho mình. Là người con Phật, nếu không thông triệt diệu lý của Phật pháp, ít nhất chúng ta cũng phải thông hiểu luật nhân quả ba đời của nhà Phật. Phật nói: “Nhân quả có ba đời: quá khứ, hiện tại và vị lai.” Vì thế những gì ta đang gặp trong hiện tại, không nhất thiết là do những hậu quả của những việc ta làm trong hiện tại, mà có thể là hậu quả của những việc trong quá khứ hoặc đời trước. Hiểu được như vậy, ta thấy rằng những ai đang làm lành trong đời này mà còn chịu khổ hoài cũng đừng ngã lòng thối chí, hoặc than trời trách đất, mà phải hiểu rằng ta đang trả quả cho những tạo tác của đời trước. Hãy tiếp tục ăn hiền ở lành, thế nào rồi đời sau cũng được hưởng phước lành cho những việc làm lành của đời này.

**Hành trang thứ ba mươi lăm** là Phật tử đừng bao giờ hí luận cho việc tu huệ trong khi phước hầy còn mỏng thua tờ giấy quyến. Giấy quyến là loại giấy mỏng nhất trong các loại giấy. Ở đây ý nói công đức, phước đức chưa có thì đừng nói đến việc tu huệ; hoặc giả ác nghiệp còn đầy, thiện nghiệp chưa có thì đừng nói đến chuyện không thiện không ác. Chuyện không thiện không ác, chư Tổ và chư Phật có thể nói được, còn chúng ta làm gì có tư cách đó? Với các Ngài, gạo đã trắng, nước đã trong, còn nói chi thiện ác. Còn chúng ta, chúng ta đã lẩn trôi trong tam đồ lục đạo từ vô thủy với chập chùng ác nghiệp và nợ nần của nhiều đời, bây giờ nói tu huệ, không thiện không ác, rồi những nợ nần năm cũ bỏ đi đâu? Nợ thế gian, giựt đã khó, hà huống nợ luân hồi sanh tử? Là Phật tử, hãy cẩn trọng. Trong đạo Phật không bao giờ

có chuyện tu tất. Muốn tiến đến quả vị Phật, con đường duy nhất là phải làm thiện, không làm ác trước cái đã. Cho đến khi gạo đã trắng, nước đã trong rồi hẳn nói đến chuyện không thiện không ác. Đạo Phật rất đơn giản và dễ hiểu như vậy đó: Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành, tự tịnh kỳ ý, thị chư Phật giáo. Hoặc giả phước huệ song tu, đồng đẳng bỉ ngạn.

**Hành trang thứ ba mươi sáu** là Phật tử đừng để cho tâm mình rong ruổi thêm nữa, mà hãy sống trong hiện tại. Hãy suy gẫm bài kệ của thiền sư Thuyền Lão vào thế kỷ mười một:

Đản tri kim nhật nguyệt

Thùy thức cự xuân thu.

Nghĩa là chỉ nên biết ngày tháng hiện tại, chứ biết làm gì xuân thu năm cũ. Xuân thu năm cũ không làm được xuân thu năm này, tưởng nhớ chi cho thêm phí thì giờ vốn dĩ đã không có của chúng ta mà thôi. Đức Thế Tôn đã trả lời một vị Trời rằng sở dĩ các vị tỳ khưu lúc nào cũng tươi tắn sáng ngời, mặc dù sống trong rừng sâu núi thẳm và ngày chỉ ăn một lần, là vì các vị ấy không nhớ về quá khứ, cũng chẳng tưởng đến tương lai. Với các ngài, hiện tại đã là quá đủ. Là con Phật, tu theo Phật, chúng ta phải học theo hạnh của Phật, không bao giờ khóc than, muộn phiền vì những lỗi lầm trong quá khứ, cũng không vướng bận đến tương lai, chỉ sống cho đáng sống trong hiện tại. Hãy chú tâm tất cả vào hôm nay, những gì ta đã làm trong quá khứ thì hôm nay hãy vui vẻ chấp nhận. Tất cả chân lý của cuộc sống đều nằm gọn trong những giây phút ngắn ngủi của hiện tại này, đừng để chúng luống qua một cách vô nghĩa. Thời gian coi vậy mà trôi qua nhanh ngoài sức tưởng tượng của con người, thoáng một cái mà ta đâu còn hai mươi nữa, rồi ba mươi, bốn mươi, năm mươi, sáu mươi... rồi hết một đời. Quả thật đời người nhanh như ánh điện chớp. Nếu chúng ta không níu kéo được thời gian thì chúng ta cũng chẳng nên dừng lại bên đường một cách vô bổ.

**Hành trang thứ ba mươi bảy** là Phật tử đừng để cho tâm trí ta nhớ bản để rồi phải chịu nhiều điều thống khổ về sau này. Thế nào là tâm trí nhớ bản? Tâm trí nhớ bản cũng giống như một tấm giấy trắng dính đầy mực của tham lam, bồng sển, hiểm độc, sân hận, oán thù, ganh tị, hơn thua, ham muốn, dối gian, xảo quyệt, cống cao, ngã mạn, tà kiến, biên kiến và nghi hoặc. Đức Phật đã khẳng định rằng chừng nào mà ta còn mang trong tâm trí ta những nhớ bản này, chừng đó ta chưa tin tưởng ở pháp vô thượng của Như Lai, khoan hẳn nói đến chuyện tu. Như vậy muốn tu theo Phật, người con Phật nên đoạn tận

những thứ như bản tần độc kể trên, thì cả thân lẫn tâm chúng ta sẽ nhẹ nhàng thơ thới trên đường đi về đất Phật.

**Hành trang thứ ba mươi tám** là Phật tử đừng khổ hạnh một cách cứng nhắc, cũng đừng chiều chuộng thân nầy một cách quá đáng. Đức Thế Tôn đã dạy rằng nếu ta lên dây đàn thẳng quá, thì đàn sẽ đứt dây; còn nếu ta thả dây dùn quá, thì tiếng đàn sẽ chẳng ra tiếng đàn. Ví bằng ta lên dây vừa phải thì tiếng đàn sẽ lúc trầm lúc bổng, với âm thanh du dương tuyệt diệu. Người tu cũng vậy, nếu ta ép xác quá mức, chẳng tiến tu được, mà còn gây thêm đau khổ phiền não và hệ lụy cho mình và cho những người thân của mình. Ví bằng ta chiều chuộng thân nầy quá mức là chỉ chuốc lấy hậu quả trây lười, giải đãi mà thôi. Người tu Phật chân chánh, luôn đi theo con đường trung đạo, không hành xác, cũng không chiều chuộng thân nầy quá mức, chỉ giữ thân nầy để tiến tu, thế thôi.

**Hành trang thứ ba mươi chín** là Phật tử đừng bao giờ phí phạm thời giờ vốn dĩ đã không có của chúng ta. Những bậc tu hành chân chánh luôn tâm niệm rằng: “Thân nầy giống như một ngọn nến đang cháy dở, không nhất thiết hết nến mới tắt. Một ngọn gió nhẹ cũng có thể làm tắt nến được.” Tương tự, cái chết cũng có thể đến với ta một cách bất ngờ. Người tu chân chánh không bao giờ lo sợ về cái chết; tuy nhiên, lúc nào cũng tỉnh thức về mọi sự việc, trong đó cái chết có thể làm trở ngại cho bề tu tập, nên chỉ chúng ta luôn tinh tiến hành trì, không phí phạm một giây, một phút nào. Luôn hành thiện, không hành ác và luôn để cho thân tâm được thanh tịnh.

**Hành trang thứ bốn mươi** là Phật tử đừng bao giờ thối tâm Bồ Đề trong khi tu trì. Bồ Đề tâm có nghĩa là tâm giác ngộ. Người tu hành nên sáng suốt nhận biết rằng chúng ta chỉ có hai con đường để đi: một là vô minh, hai là giác ngộ. Trên bước đường tu tập của ta, chắc chắn sẽ đầy khó khăn trở ngại, chứ không xuôi chèo mát mái đâu. Chúng ta tu, có nghĩa là chúng ta đang lội ngược dòng đời. Cố nhiên chúng ta phải chiến đấu cam go lắm mới hàng phục được nội ma ngoại chướng. Từ phiền não, ngũ uẩn, đến sanh, lão, bệnh, tử... Nếu chúng ta không nhiếp tâm thì chúng ta sẽ dễ dàng khiếp sợ trước những móng vuốt của yêu tinh. Ngược lại, nếu chúng ta thành tâm tu trì, quyết chí dứt trừ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, không khiếp nhược trước mọi hoàn cảnh, mà còn đem lòng từ, bi, hỷ, xả ra hóa độ chúng sanh, thì nội chướng ngoại ma đều qui phục. Vậy người tu chân chánh đừng sợ thối bồ đề tâm, mà nên tự hỏi xem coi ta có ý chí sắt đá trong việc tu trì của ta hay không? Phật tử chân chánh quyết y nương theo Phật pháp mà tu trì và luôn nhớ rằng mười phương tam thế chư Phật cũng đều nhờ đó mà viên thành quả mãn. Chúng ta đã thừa hưởng cả một gia tài pháp bảo, không lý gì lại chần chừ, không lý gì để nội chướng ngoại ma làm thối chuyển Bồ Đề tâm. Hãy can đảm và tinh tấn lên mà lên đường đi về đất Phật.

## *Chương Mười Bảy*

### *Người Con Phật Luôn Có Kim Cang Chánh Niệm*

Chánh niệm là nhớ đến những điều hay lẽ phải, những điều lợi lạc cho mình và cho người. Chánh niệm còn có nghĩa là ức niệm hay nghĩ nhớ tới cảnh quá khứ, nhớ đến lỗi lầm cũ để sửa đổi, nhớ ân cha mẹ thầy bạn để báo đáp, nhớ ân tổ quốc để phụng sự bảo vệ; nhớ ân chúng sanh để giúp đỡ trả đền; nhớ ân Phật Pháp Tăng để tinh tấn tu hành. Chánh niệm còn có nghĩa là quán niệm hay quán sát cảnh hiện tại và tưởng tượng cảnh tương lai. Chúng ta nên quán tưởng đến cảnh đời đau khổ, bệnh tật, mê mờ của chúng sanh mà khuyến tu; tưởng niệm làm những điều lợi ích chung, không thối lui, không e ngại khó khăn nhọc nhằn. Chánh niệm còn có nghĩa là chú tâm đúng là tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Lúc nào cũng tỉnh táo dẹp bỏ tham lam và buồn khổ của thế tục. Chánh niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng tỉnh giác về thân thể, cảm xúc, tư tưởng cũng như những đối tác bên ngoài. Theo Thiền sư Thích Nhất Hạnh, khi ném một cái vỏ chuối vào thùng rác, và nếu có chánh niệm, chúng ta biết rằng cái vỏ chuối sẽ biến thành phân ủ và vài tháng sau, sẽ tái sinh dưới dạng một trái cà chua hay một lá cải rau diếp. Nhưng khi chúng ta ném một túi nhựa vào thùng rác, ý thứ cho chúng ta biết rằng sẽ không nhanh chóng biến thành quả cà chua hay rau xá lách. Vài loại rác cần đến bốn hoặc năm trăm năm sau mới phân hủy. Chất thải hạch nhân cần đến hai trăm năm chục ngàn năm mới mất đi tính làm hại và quay về với đất. Sống tỉnh giác giây phút hiện tại, toàn tâm toàn ý với hiện tại giúp chúng ta không làm những việc phá hoại tương lai. Đó là cách cụ thể nhất để làm điều gì đó có tính xây dựng cho tương lai.

Theo Phật giáo Nguyên Thủy, niệm được xem như là một sợi dây mạnh mẽ vì nó giữ một vai trò quan trọng trong cả hai loại thiền định là tịnh trú và biệt quán. Niệm là một cơ năng nào đó của tâm và vì vậy, nó là một yếu tố của tâm hay một tâm sở. Không có niệm, một tâm sở tối quan trọng, chúng ta không có khả năng nhận ra bất cứ thứ gì, không thể hay biết đầy đủ các tác phong của chính mình. Được gọi là chánh niệm, vì nó vừa tránh chú tâm sai lạc, mà cũng vừa tránh cho tâm để ý vào những điều bất thiện, và đàng khác nó hướng dẫn tâm

của hành giả trên con đường chân chánh, trong sạch và giải thoát mọi phiền trược. Chánh niệm làm bén nhạy khả năng quan sát của hành giả, và hỗ trợ chánh tư duy và chánh kiến. Hiểu biết và suy tư được có trật tự cũng nhờ chánh niệm. Trong hai kinh Niệm Xứ và Nhập Tức Xuất Tức Niệm, Đức Phật dạy rõ ràng làm cách nào một hành giả có thể hay biết luồng tư tưởng của mình, tỉnh giác theo dõi, ghi nhận và quan sát từng ý nghĩ của chính mình, từ tốt cũng như xấu. Cả hai bài kinh đều cảnh giác chúng ta không nên xao lãng và mơ mộng, cũng như thúc hối chúng ta nên luôn canh chừng và luôn giữ tâm chánh niệm. Kỳ thật, một hành giả chuyên cần tu niệm sẽ ghi nhận rằng chính nhờ sự kiên trì đọc lại kinh điển sẽ làm cho chúng ta tỉnh giác hơn, quyết tâm hơn, và thận trọng chú niệm nhiều hơn. Khỏi nói ai trong chúng ta cũng biết rằng chánh niệm là một đức độ mà không ai có thể xem thường được. Như vậy việc tu tập chánh niệm thật là thiết yếu trong thời buổi hỗn tạp mà chúng ta đang sống đây trong khi rất nhiều người phải gánh chịu khổ đau vì tâm trí mất thăng bằng. Chánh niệm là một phương tiện mang lại tịnh trụ, làm thăng tiến chánh kiến và chánh mạng. Chánh niệm là một yếu tố tối cần thiết cho những hành động của chúng ta trong đời sống hằng ngày cũng như cho tâm linh.

Với hành giả tu Phật, chánh niệm là nhớ đúng nghĩ đúng là giai đoạn thứ bảy trong Bát Chánh đạo. Nhìn vào hay quán vào thân tâm để luôn tỉnh thức. Chánh niệm có nghĩa là lìa mọi phân biệt mà niệm thực tính của chư pháp. Theo Bát Chánh Đạo, chánh niệm là “Nhất Tâm.” Nơi thân tỉnh thức bằng cách thực tập tập trung vào hơi thở. Nơi cảm thọ tỉnh thức bằng cách quán sát sự đến đi trong ta của tất cả mọi hình thức của cảm thọ, vui, buồn, trung tính. Nơi những hoạt động của tâm tỉnh thức bằng cách xem coi tâm ta có chứa chấp dục vọng, sân hận, lừa dối, xao lãng, hay tập trung. Nơi vạn pháp tỉnh thức bằng cách quán sát bản chất vô thường của chúng từ sanh trụ dị diệt để tận diệt chấp trước và luyến ái. Chánh niệm là yếu tố giác ngộ thứ nhất. “Sati” là thuật ngữ tương đương gần nhất trong ngôn ngữ Nam Phạn dùng để chỉ và dịch ra cho từ “Chánh niệm.” Tuy nhiên, chánh niệm phải được hiểu với nghĩa tích cực hơn. Chánh niệm phải được hiểu là tâm tiến đến và bao phủ hoàn toàn đối tượng, xuyên thấu vào trong đối tượng không thiếu phần nào. Chánh niệm có thể được hiểu rõ bằng cách khảo sát ba khía cạnh là đặc tánh, chức năng và sự thể hiện. Trong Phật giáo chánh niệm là luôn tỉnh thức về tất cả mọi sinh hoạt, từ vật



chất đến tinh thần. Hành giả giữ tâm chánh niệm là vị ấy hiểu biết rõ ràng về những hoạt động của cơ thể mình và luôn tỉnh thức về những uy nghi: khi đi, đứng, ngồi hay nằm. Tất cả những hoạt động của cơ thể hành giả đều làm với cái tâm tỉnh thức. Khi đi tới đi lui, khi nhìn tới hoặc nhìn một bên, hành giả chú tâm hay biết rõ ràng; khi co tay co chân hay khi duỗi tay duỗi chân hành giả luôn làm trong chánh niệm; khi mặc quần áo, khi ăn, uống, nhai, vân vân, hành giả phải luôn chú tâm hay biết rõ ràng; khi đi, đứng, ngồi, nằm, hành giả phải luôn giữ chánh niệm; khi nói cũng như khi không nói hành giả phải luôn hay biết rõ ràng. Chánh niệm giúp chúng ta tập trung chú ý và biết được chúng ta đang làm gì. Thông thường chúng ta là tù nhân của xã hội. Năng lực của chúng ta bị phân tán chỗ này chỗ kia. Thân và tâm chúng ta không hài hòa. Để bắt đầu ý thức được điều chúng ta đang làm, đang nói và đang suy nghĩ là bắt đầu cưỡng lại sự xâm lấn của ngoại cảnh và những nhận thức sai lầm của chúng ta. Khi ngọn đèn ý thức được đốt lên, toàn thể con người chúng ta sáng bừng lên. Chúng ta tìm lại được lòng tự tin, bóng tối của ảo tưởng không còn nhấn chìm chúng ta, và chúng ta có thể tập trung đến mức cao nhất. Chúng ta rửa tay, mặc y phục, làm những công việc hằng ngày giống như trước đây, nhưng bây giờ, chúng ta ý thức được về hành động, lời nói và tư tưởng của mình.

Có một mẫu đàm thoại ngắn ngủi về "Chánh Niệm" giữa đức Phật và một triết gia đương thời. Triết gia nói: "Tôi thường nghe nói rằng đạo Phật là một học thuyết giác ngộ. Vậy phương pháp của Ngài là gì? Cách tu tập hằng ngày của Ngài gồm có những gì?" Đức Phật đáp: "Chúng tôi đi, chúng tôi ăn, chúng tôi tắm rửa, và chúng tôi ngồi xuống." Triết gia nói: "Như vậy có gì là đặc biệt? Tất cả mọi người ai cũng đi, ăn, tắm rửa và ngồi xuống..." Đức Phật đáp lại: "Thưa ngài, khi chúng tôi đi, chúng tôi ý thức rằng chúng tôi đi. Khi chúng tôi ăn, chúng tôi ý thức rằng chúng tôi ăn... Nói chung, khi đi, khi ăn, khi tắm rửa hoặc khi ngồi xuống, những người khác không ý thức về điều mình đang làm." Đây chính là Kim Cang Chánh niệm mà đức Phật đã truyền trao lại cho chúng ta. Trong đạo Phật, chánh niệm là điều chủ yếu. Chánh niệm là nguồn năng lượng tỏa ánh sáng xuống trên mọi vật và mọi hoạt động, tạo ra sức mạnh định lực và đưa chúng ta đến cái tâm sâu thẳm trong chúng ta, đến bờ giác ngộ. Nói tóm lại, trong đạo Phật, chánh niệm là trạng thái tâm đúng trong đó hành giả được hưởng đúng

và gặp gỡ với trạng thái tâm của đức Phật. Chánh niệm là cội nguồn của tất cả mọi tu tập Phật giáo.

Có người vì không thông hiểu Phật pháp nên cứ khư khư cho rằng tu theo Phật phải tu với một mục đích duy nhất là tu huệ, là tu giải thoát, mới là tu cao, tu đúng mức; còn thì tất cả đều là tu thấp. Thực tình mà nói, tu thấp tu cao, tu mau tu chậm... đều là do sự phân biệt của phàm phu mà ra. Nếu không nói cao, làm gì có thấp; không nói mau, làm gì có chậm? Theo Phật, hễ khởi tâm phân biệt là vọng động, hễ chạy theo vọng là chạy theo ma. Phật đã biết rõ thế nào trong thời mạt pháp, những con ma Ba Tuần cũng sẽ đến rỉ tai những Phật tử chân chánh mà rằng: "tu như vậy chỉ là tu phước, tu như ta nè mới là tu huệ. Tu như anh, chỉ là cặn cọt, tu như ta nè mới là tu giải thoát..." Những con ma Ba Tuần này kỳ thật chỉ khua môi múa mồm, chứ chưa có ngày nào chúng ngồi lại để tu cả. Chúng chê những người làm phước, làm công quả, làm Phật sự vì chúng chưa bao giờ thật sự thật tâm làm được những điều này. Chúng cho rằng tu như những người đến chùa làm công quả là tu phước, chứ không là tu huệ, hoặc giả những thứ này chúng đã kinh qua từ mười năm về trước. Nay là lúc chúng chỉ chuyên tu thiền định, vân vân và vân vân. Chúng quên rằng đạo Phật là đạo cứu khổ ban vui, chứ không là một cái gì cao xa. Người con Phật làm bất cứ điều gì có thể làm được trong khả năng của mình, từ bố thí, làm phước, làm công quả... miễn sao là cứu khổ ban vui, miễn sao mình bớt khổ, người bớt khổ và đời bớt khổ, ấy là ta đang tu giải thoát. Ngược lại, những con ma Ba Tuần này quan niệm rằng tu giải thoát là phải tu một mình, phải vào đại định, còn thì sống chết mặc ai. Quả là quan niệm ích kỷ bỗn sển, nếu không muốn nói là tham lam độc ác. Quan niệm của những con ma Ba Tuần là học cho thật giỏi Phật pháp để đêm ngày rảo bước trên đường hí luận. Ai chịu rong ruổi hí luận với chúng thì chúng cho là tu cao; ngược lại, những ai thăm thăm tiến tu thì chúng cho là tu thấp. Những con ma Ba Tuần này ngày ngày len lỏi vào tứ chúng, òn ỉ rỉ tai, xúi giục Phật tử phá giới. Theo chúng, còn ăn chay trì giới là còn câu chấp; phải như chúng, không còn phân biệt chay mặn, giữ giới hay không giữ giới ăn thua gì với chúng. Giữ 5 giới hay không giữ giới nào, cũng đâu có ăn thua gì? Phật tử sơ cơ hãy coi chừng! Không có con đường nào khác để vào nhà Như Lai, nếu chúng ta không chịu tu theo GIỚI, ĐỊNH, TUỆ. Nghĩa là muốn định và phát trí huệ, thì trước nhất phải đoạn diệt tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến.

Muốn đoạn diệt tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, phải thực hành Bồ Thí, Trì Giới, Nhẫn Nhục, Tinh Tấn và Thiền Định, ấy là con đường độc đạo, không còn con đường nào khác nữa. Muốn diệt trừ tham lam bồn sển, phải rộng lòng bố thí. Cũng như muốn đoạn diệt sân hận phải hành trì nhẫn nhục. Muốn đoạn diệt tà kiến phải hành trì chánh kiến...

Quan niệm Bồ đề không cội, gương không đài, không có nơi nào để nhuộm bụi, hoặc tạo tác ác là chỉ đúng với những bậc đại giác như Phật tổ, Ma Ha Ca Diếp hoặc Lục Tổ Huệ Năng, vì nơi các ngài, gạo đã trắng, nước đã trong. Nơi các ngài thiện cũng không còn, mà ác cũng không có, nên các ngài ung dung tự tại mà nói những điều này, nói mà không sợ lạc đường lạc hướng. Còn chúng ta, những chúng sanh đã lăn trôi từ vô thủy, chúng ta đã và đang đi trong bóng đêm đầy đặc của vô minh, tạo tác ác đã ngập đầy, chưa thấy đâu là thiện nghiệp. Chúng ta nào biết trên bước đường sanh tử nó trùng trùng điệp điệp những mộng寐, mộng đẹp thì ít mà ác mộng thì quá nhiều. Thế mà dám vỗ ngực xưng tên là bấy lâu nay ta chỉ "Ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm." Nếu ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm được một cách rốt ráo trong mấy chục năm nay, thì chúng ta đã thành Phật rồi quý bạn ạ! Trong kinh Lăng Già, Đức Từ Phụ đã ân cần dạy dỗ: "Muốn tu đến giác hạnh viên mãn, nghĩa là chẳng những giải thoát cho chính mình, mà còn giải thoát cho người và cho đời, con đường duy nhất là tự giải thoát mình trước đã. Mà muốn giải thoát cho mình, trước tiên phải hành trì phước đức và công đức. Muốn hành trì phước đức và công đức, không có con đường nào khác hơn Lục Độ: Bồ thí, Trì giới, Nhẫn nhục, Tinh tiến, rồi mới Thiền định và Trí huệ."

Hơn nữa, trong kinh Kim Cang, Đức Phật đã dạy quá rõ ràng là muốn tu theo pháp Đà La Ni, trước nhất phải là trai lành gái tín. Nhiều người quên mất đi điều căn bản này rồi tự cho rằng mình có đủ khả năng tu theo pháp Đà La Ni, nghĩa là cho rằng hễ thấy tâm thấy tánh là thành Phật. Xin hãy lắng lòng nghe cho kỹ lời Phật dạy: "Muốn tu theo pháp Đà La Ni phải là trai lành gái tín." Thế nào là trai lành gái tín trong nhà Phật? Muốn làm được trai lành gái tín, trước nhất phải là những người biết vâng giữ ngũ giới, biết hành trì lục độ một cách rốt ráo; phải là chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành; phải biết tự tịnh kỳ ý, nghĩa là cả thân lẫn tâm hằng thanh sạch. Một khi đã có đủ những đức tính của người trai lành gái tín rồi, thì bấy giờ mới là lúc

"Ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm." Lúc đó mới là lúc bất ứng sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp mà sanh tâm.

Kỳ thật, Phật và chúng sanh tâm tánh như nhau. Nơi người tu, người chưa tu, người tin, người chưa tin... tâm tánh ấy vẫn như nhau. Tuy nhiên, ở Phật, tâm đã thanh sạch đến độ không còn gì để trụ. Ngược lại, ở chúng sanh thì mê chấp còn đầy, nên hết trụ đồng lại trụ tây; hết trụ nam lại trụ bắc... làm sao mà thấy tánh đây? Với Phật, thân, tâm, tánh, pháp đều không; còn với chúng sanh, thân bất tịnh, tâm rong ruổi, pháp sanh diệt lại chấp thường hằng, tánh yên lặng mà ta thì luôn lay động... như thế ấy mà đòi ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm, quả là chỉ nhứt thời biện giải hí luận cho qua thời giờ, chứ tu chứng gì? Hỡi những ai còn chủ trương biện giải hí luận, hãy sớm lo trì trai giữ giới, nhứt tâm tu trì nơi Tam Bảo. Hãy làm tất cả những phước lành mà ta có thể làm được; hãy kết bồ đề quyến thuộc cùng xa gần thiện hữu tri thức; hãy ý thức nhân quả mà xa rời vọng động; hãy luôn theo chánh đạo mà xa lìa ma quỷ; đừng chấp ngã, chấp tướng, chấp pháp... Làm được những điều này thì không cầu "ứng vô sở trụ," tâm vẫn "ứng vô sở trụ nhi sanh." Làm được những điều này, không cầu vô thượng, cũng đồng Phật một tánh. Làm được những điều này, lúc ấy chẳng những tự độ được mình, mà còn độ người và độ đời nữa. Ví bằng ngược lại, cứ tham ăn thịt uống rượu, cứ giết hại chúng sanh, thì cho dù có hí luận biện giải tài giỏi thế mấy, vẫn đi về địa ngục thôi. Giết hại chúng sanh phải trả quả sanh làm chúng sanh để đền mạng, chứ đâu phải cái giá ăn thịt uống rượu là cho không. Như vậy muốn cầu cho được "ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm" để tu rốt ráo phép Đà La Ni, thì trước hết phải dứt trừ tham, sân, si; phải ăn ở rộng rãi, độ lượng và khoan dung; phải biết bố thí cho những người nghèo khó; phải biết thương người đối lạnh, chứ không riêng mình no ấm. Phải dứt trừ dâm dục vì ân ái dâm dục là chất kích thích tố kết cột chúng ta muôn đời trong sanh tử luân hồi. Phải dứt trừ khẩu nghiệp vì chính khẩu nghiệp mà ta đi hết lừa gạt này lại đến dối gian kia, có nói không, không nói có, ăn dối nói trá. Trong kinh Kim Cang, Đức Thích Tôn Từ Phụ đã khẳng định rằng dù căn tánh chậm tối ngu độn thế mấy, mà làm được trai lành gái tìn, là có thể tu theo pháp Kim Cang Chánh Niệm (Đà La Ni), tại vì tâm này người người vẫn có, không kẻ nào không. Cái tâm bình đẳng của chúng sanh này tự biết lấy, tự hiểu lấy. Hết thấy việc lành, việc dữ, đều do tâm này mà ra. Phật cũng do tâm này thành, đạo

cũng do tâm này học, đức cũng do tâm này chứa, công cũng do tâm này tu, phước cũng do tâm này làm, họa cũng do tâm này tạo. Niết Bàn cũng do tâm này, mà địa ngục cũng chính tâm này. Hễ tâm chánh thì thành Phật, tâm tà thì thành ma, tâm từ là người của cõi trời, tâm ác là người của La Sát. Thế đã quá rõ về Kim Cang Tâm rồi còn gì? Tuy nhiên, hết thấy đều do tâm không chỉ nói mà được. Ngược lại, phải ngày đêm hành trì. Muốn có đạo thì phải học và hành, muốn có đức phải tích lũy những việc thiện, muốn có công phải hết sức tu trì, muốn có phước phải hành trì bố thí, muốn tránh họa phải chừa ác mạt sát, muốn thành đạo vô thượng phải hành trì chứ không hí luận biện giải. Phải tu làm sao cho ba nghiệp nơi thân, khẩu và ý không còn; tu làm sao cho sáu căn hằng thanh tịnh, không còn ngã, không còn tướng, ngay cả chấp pháp cũng không còn. Ở thế gian, đi thẳng vào đời mà chẳng nhiễm những ô trược của thế gian. Như vậy mới thật sự là Kim Cang Chánh Niệm. Ở trong trần lao mà vẫn chuyển được pháp luân để độ mình, độ người và độ đời. Như vậy những hiện trạng hằng ngày trong cuộc sống của chúng ta, nếu chúng ta biết dùng Kim Cang Chánh Niệm thì những nghe, thấy, hay biết đều là những hiện tượng của Bát Nhã, đều là chân nguyên của chư Phật. Với Kim Cang Chánh Niệm, chúng ta có thể đi thẳng vào trần lao mà cắt đứt mọi phiền não, vì Kim Cang Chánh Niệm chính là chân tâm, là tâm Phật. Chính do Kim Cang Chánh Niệm mà Phật Tổ Thích Ca đã giúp Tu Bồ Đề chẳng những đoạn nghi, mà còn bắt đầu khởi tín tâm và giác ngộ nữa. Phật Tổ đã thương xót mà nói quá rõ ràng rồi còn gì nữa. Hỡi những ai còn mê lầm về cái tâm này, hãy lắng lòng mà nghe những lời kim ngôn ngọc ngữ của Phật Tổ. Muốn thiền định và phát trí huệ mà không bố thí, trì giới và nhẫn nhục là điều không tưởng. Muốn được cái tâm chánh, tâm từ mà cứ mãi ăn thịt uống rượu là chuyện hoang đường. Muốn về cõi trời mà tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến vẫn còn đầy thì làm sao về đây? Muốn tâm an mà cứ gieo giống loạn động thì làm gì có lẽ ấy. Muốn tu Bồ Tát đạo mà cứ mãi chấp ngã tướng, nhân tướng, chúng sanh và thọ giả tướng thì làm sao thành Bồ Tát đây? Muốn về cõi trang nghiêm tịnh độ mà không chịu tẩy trừ những uế trược của Ta Bà thì làm gì có được?

Tóm lại, Kim Cang Chánh Niệm không phải là cái gì xa xăm khó nắm bắt. Kim Cang Chánh Niệm chính là những thứ ở ngay trong tầm tay của mỗi chúng ta. Nó đơn giản và dễ hiểu, nhưng kiên cố và bền

vững vô cùng. Muốn có Kim Cang Chánh Niệm để tiến tu theo pháp Đà La Ni, trước hết người con Phật phải giữ cho tốt ráo ngũ giới. Không sát sanh hại vật là trường dưỡng lòng từ bi; không trộm cắp là không gây phiền não cho người; không tà hạnh dâm dục là không gây thù kết oán; không nói năng dối trá là trường dưỡng tánh chân thật; không rượu chè be bét là trí huệ sáng suốt phát triển. Chúng ta đã đi trong vô minh từ vô thủy, đã kết thành thiên la địa võng nghiệp báo, nếu không giữ ngũ giới mà học đòi tu theo "ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm" thì quả là chuyện hoang đường. Tại sao? Tại vì từ vô thủy đến nay nghiệp báo đã chất chồng, oan nghiệp đã buộc kéo nhau, bên này chẳng buông, bên kia chẳng tha, mà chúng ta chẳng chịu trông căn lành, lại đòi đi thẳng, làm gì có lẽ ấy. Nợ thế gian còn khó chạy, hà huống nợ luân hồi sanh tử, ác nghiệp còn đầy mà đòi giải thoát, ai cho? Hãy can đảm lên mà quay về với hiện thực hồi những người con Phật! Hãy làm bất cứ thiện nghiệp nào dù nhỏ, hãy tránh bất cứ ác nghiệp nào dù nhẹ thế mấy trước khi đi thẳng vào nhà Như Lai mà không còn một vướng mắc nào. Hãy luôn vâng giữ lời Phật dạy: "Thân người khó được, chánh pháp khó gặp, thiện tri thức khó gần. Nay đã đặng thân này, đã gặp chánh pháp, đã được cạnh kề thiện hữu tri thức, nếu chẳng chịu phát tâm tu hành, quả là uổng cho một kiếp người." Hãy cố gắng lên hồi những người con Phật!

## *Chương Mười Tám*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Tâm Bồ Đề*

Bồ Đề là do chữ Phạn "Bodhi" mà ra. Bồ Đề có nghĩa là Đạo, Giác, Tri, Trí, hoặc là sự giác ngộ đạo lý, hoặc đã hiểu rõ lý sự của chư pháp. Bồ Đề, nói cho rõ ra, là giác ngộ, là trí huệ vô thượng của chư Phật. Phát Bồ Đề tâm là phát cái nguyện lớn của chư Phật: "Thượng cầu đạt được trí huệ vô thượng, hạ hóa chúng sanh sao cho mọi người đều cùng có được cái trí huệ vô thượng của chư Phật." Người đã vẹn toàn với Bồ Đề tâm là người đã diệt hết phiền não, đối cảnh vô tâm, hoặc giả là Như Lai, là Phật vậy. Đức Thích Ca Mâu Ni đã một lần phát tâm Bồ Đề và đã đạt đến quả vị vô thượng chánh đẳng chánh giác. Trước khi thành tựu quả vị chánh đẳng chánh giác, Ngài cũng đã từng là một phàm nhân, đã từng lăn trôi trong ba nẻo sáu đường. Tuy nhiên, phàm nhân ấy đã thấy rõ được lý sự của chư pháp, đã thấy đâu là nẻo khổ đường lạc, đã thấy vì sao mà chúng sanh cứ mãi lăn trôi trong địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a-tu-la, và ngay cả trong kiếp người và trời. Ngài đã biết tất cả thực tướng của các pháp là không thực, có chăng chỉ là tự tâm mình tạo tác. Thế nên Ngài đã chăm ngay nơi lòng dạ mà dẹp sạch những điều chướng cấu, để đạt đến chỗ quang minh tự tại. Ngài đã phá tan bức màn vô minh nơi chính mình và đạt đến chỗ đại trí nơi tâm.

Theo Kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật đã dạy: "Nầy thiện nam tử! Bạc Bồ Tát phát lòng Vô Thượng Bồ Đề là 'khởi lòng đại bi cứu độ tất cả chúng sanh. Khởi lòng cúng dường chư Phật, cứu cánh thừa sự. Khởi lòng khắp cầu chánh pháp, tất cả không sên tiếc. Khởi lòng thú hưởng rộng lớn, cầu nhưt thiết trí. Khởi lòng đại bi vô lượng, khắp nhiếp tất cả chúng sanh. Khởi lòng không bỏ rơi các loài hữu tình, mặc áo giáp kiên thệ để cầu Bát Nhã Ba La Mật. Khởi lòng không siểm dối, vì cầu được trí như thật. Khởi lòng thực hành y như lời nói, để tu đạo Bồ Tát. Khởi lòng không dối với chư Phật, vì gìn giữ thệ nguyện lớn của tất cả Như Lai. Khởi lòng nguyện cầu nhưt thiết trí, cùng tận kiếp vị lai giáo hóa chúng sanh không dừng nghỉ. Bồ Tát dùng những công đức Bồ Đề Tâm nhiều như số bụi nhỏ của cõi Phật như thế, nên được sanh vào nhà Như Lai. Nầy thiện nam tử! Như người học bắn, trước phải tập thế đứng, sau mới học đến cách bắn. Cũng thế, Bồ Tát muốn học đạo nhưt

thiết trí của Như Lai, trước phải an trụ nơi Bồ Đề Tâm, rồi sau mới tu hành tất cả Phật pháp. Thiện nam tử! Ví như vương tử tuy hãy còn thơ ấu, song tất cả đại thần đều phải kính lễ. Cũng thế, Bồ Tát tuy mới phát Bồ Đề tâm tu Bồ Tát hạnh, song tất cả bậc kỳ cựu hàng nhị thừa đều phải kính trọng nể vì. Thiện nam tử! Như thái tử tuy đối với quần thần chưa được tự tại, song đã đủ tướng trạng của vua, các bầy tôi không thể sánh bằng, bởi nhờ chỗ xuất sanh tôn quý. Cũng thế Bồ Tát tuy đối với tất cả nghiệp phiền não chưa được tự tại, song đã đầy đủ tướng trạng Bồ Đề, hàng nhị thừa không thể sánh bằng, bởi nhờ chủng tánh đứng vào bậc nhất. Thiện Nam Tử ! Như người máy bằng gỗ, nếu không có máu chốt thì các thân phần rời rạc chẳng thể hoạt động. Cũng thế, Bồ Tát nếu thiếu Bồ Đề tâm, thì các hạnh đều phân tán, không thể thành tựu tất cả Phật pháp. Thiện nam tử ! Như chất kim cương tất cả vật không thể phá hoại, trái lại nó có thể phá hoại tất cả vật, song thể tánh của nó vẫn không tổn giảm. Bồ Đề tâm của Bồ Tát cũng thế, khắp ba đời trong vô số kiếp, giáo hóa chúng sanh, tu các khổ hạnh, việc mà hàng nhị thừa không thể muốn làm đều làm được, song kết cuộc vẫn chẳng chán mỗi giảm hư.”

Chúng ta là những chúng sanh đã lăn trôi từ vô thủy, tạo đủ điều tội ác, không những chỉ làm hại cho chính mình, mà còn làm hệ lụy đến nhiều người khác nữa. Thế mà chúng ta nào đâu có chút kính vì? Ngược lại, chỉ ngày ngày lo chạy theo vật chất cho vinh thân phì da, đâu ngờ rằng tinh thần chúng ta đang nghèo nàn thiếu thốn. Chúng ta đang bị những con ma tham lam, bỗ sển, gian xảo, tật đố, kiêu căng, sân hận, si mê, nghi hoặc và tà kiến ăn tươi nuốt sống từng giờ từng ngày, mà vẫn vỗ tay tán thưởng. Chúng ta cứ mãi rong ruổi trên bước đường sanh tử, không thấy đâu là chơn, đâu là nguy, đâu là chánh, đâu là tà. Đức Thích Tôn Từ Phụ đã vì thương xót chúng sanh đau khổ, nên Ngài đã chỉ dạy rất rõ ràng trong các kinh điển mà Ngài đã để lại. Ngài đã khẳng quyết: "Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành." Tuy nhiên, muốn thoát ly luân hồi sanh tử, muốn làm Phật sẽ thành, người con Phật phải biết cái "tâm" thiệt của chính mình, phải biết sửa cái xấu cho thành cái tốt, sửa cái dở cho thành cái hay, sửa cái quấy cho thành cái phải, sửa tham lam bỗ sển thành bố thí lợi tha, sửa nóng nảy sân hận thành nhu hòa nhẫn nhục, sửa kiêu căng tật đố thành khiêm cung từ tốn, sửa tà kiến thành chánh kiến, vân vân và vân vân. Nói tóm lại là chúng ta phải biết sửa cho cái phàm trở thành cái thánh.



Muốn làm Phật sẽ thành, chúng ta phải tu sửa làm sao cho cái tâm tánh ô trược tham lam, tật đố, kiêu căng và tà kiến si mê trở thành tốt đẹp và hưởng thượng. Người con Phật chân chánh, khi phát tâm tu, thì cái tâm ấy phải là Bồ Đề tâm, chứ không thể là bất cứ thứ gì khác được. Mười phương Tam Thế Chư Phật đã thành Phật với cái tâm ấy, chúng ta há có thể thành Phật được bằng cái tâm nào khác ư? Không có con đường nào khác đâu quý vị ạ! Hãy lắng lòng nghe lời chỉ dạy của chư Phật: con đường duy nhất để được ung dung tự tại bước vào nhà Như Lai phải là con đường "Thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh." Phải phát tâm Bồ Đề, phải thấy rằng con đường giải thoát duy nhất cho chúng sanh là con đường tu đạo quả vị vô thượng chánh đẳng chánh giác. Phải thấy rằng làm thân chúng sanh lăn trôi trong tam đồ lục đạo là khổ đau phiền não, nên phát tâm Bồ Đề để đi về quê hương Cực Lạc. Phải thấy rằng chúng ta phát tâm Bồ Đề vì thương xót chúng sanh mọi loài, chứ không vì bất cứ một thứ gì khác. Cầu Phật đạo để có được khả năng hạ hóa chúng sanh, chứ không cầu để được an hưởng Niết Bàn một mình. Người con Phật tu đạo vô thượng, đạt được phần nào an lạc cho mình, phải phát tâm thương xót chúng sanh vì bị vô minh ràng buộc, nên cứ mãi rong chơi trong rừng mê bể khổ. Người con Phật, một khi thấy được những lợi lạc của thập thiện nghiệp, là quyết phát tâm giúp đỡ cho mọi người được giải trừ ác nghiệp. Người con Phật vì thấy được ánh đạo vàng của Phật Tổ rực rỡ như ngọn hải đăng trong đêm tối mịt mù, nên phát tâm chia sẻ ngọn đuốc ấy với những chúng sanh còn mê muội, chưa bao giờ biết tu học chánh pháp. Người con Phật có được sự an nhiên tự tại vì tin Phật, tin luật như quả luân hồi của nhà Phật, nên quyết tâm phụng hành theo những lời Phật dạy, quyết phen này vượt thoát cho được bể khổ sông mê của vòng sanh, lão, bệnh, tử. Người con Phật đang tu tập hưởng thượng với thân tâm khiêm cung từ tốn trong chánh pháp của Đức Từ Phụ, quyết phát tâm thương xót và giúp đỡ mọi chúng sanh, từ những chúng sanh thông minh hiểu biết nhưng ngã mạn cống cao, chẳng biết tầm quý hối cải, chẳng chịu học hỏi chánh pháp, nên thiện căn đứt đoạn, đến những chúng sanh ngu độn ám muội và căn cơ thấp thỏi. Người con Phật đang tu đạo vô thượng và đang lần bước về nẻo vô ưu vô não của Đức Từ Phụ, nên phát tâm thương xót những mảnh đời vỡ vụn vì đau khổ. Người tu theo đạo vô thượng của Đức Từ Phụ luôn cảnh tỉnh rằng bấy lâu nay thân này buông lung phóng túng, tâm này rong ruổi và luôn

chạy theo tà vạy quàng xiên. Chính vì thế mà tuy hôm nay làm người, nhưng có chắc gì ngày mai được tái hồi như thân? Dù vô tình đi nữa, thì từng bước chân đi là từng bước ta giẫm đạp và giết chết vô số sinh mạng. Có ai dám nói chắc rằng con gà con vịt trước sân hôm nay, không đã từng là những con người của một kiếp nào đó trong quá khứ? Có thể những tiếng kêu thảm sầu của loài súc sanh là những lời cảnh giác con người hãy cố mà ăn hiền ở lành, để không phải sa đọa vào cái kiếp ngựa trâu sau này. Trong vòng luân hồi sanh tử không cùng không tận này, thật tình mà nói, có nhiều thứ mà ta không thể nào tưởng tượng được. Khi cắt cổ một con gà hoặc con vịt để ăn thịt, lắm khi tự mình giết chết cha mẹ nhiều đời trước của mình để ăn thịt mà mình nào hay biết?

Vì những nhu cầu cấp thiết của cuộc sống mà chúng ta cứ phải lằng xằng lách xích trong vũng bùn danh lợi, chỉ lo cầu ngoại hưởng ngoại, nhiều khi không làm chủ được chính mình. Cứ lẩn lộn và lẩn lộn mãi trong tam đồ lục đạo, có ngờ đâu "như thân nan đắc." Nghĩa là được làm kiếp con người quả là khó khăn vô cùng, thế nhưng để cho kiếp này hư hỏng thì lại dễ vô cùng. Chính vì thế mà Đức Từ Phụ đã dạy: "Như thân nan đắc, Phật pháp nan văn." Nghĩa là thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Bây giờ được thân người và gặp Phật pháp, mà lại nỡ để cho thời gian luống qua vô ích, để rồi cứ mãi lên lên xuống xuống trong tam đồ lục đạo, thì quả là tội nghiệp quá! Người con Phật, một khi quyết tâm tu theo Phật, sẽ không để cho một giây một phút nào trôi qua vô ích nữa. Ngược lại, quyết phát tâm Bồ Đề, quyết triệt dòng sinh tử, quyết vượt thoát khỏi bể khổ sông mê, quyết nhìn lại chính mình và tự chinh phục nội tâm để hướng về phía giải thoát. Quý vị ơi! Tiền rừng bạc biển rồi chúng ta sẽ phải bỏ lại, công hầu khanh tướng nào có ai mang theo được, ngay cả tấm thân tứ đại này rồi cũng sẽ bị hoại diệt theo thời gian. Quý vị ơi! Hãy suy gẫm lại mà xem, chúng ta đã mất dần, mất dần và mất dần hết tất cả những gì mà chúng ta đã từng có. Chúng ta đã mất mát từ trong quá khứ đến hiện tại và mãi đến tương lai. Chúng ta cố công cố sức ôm giữ những cái không ôm giữ được, trong khi đó những cái đáng ôm giữ, thì chúng ta lại ngoảnh mặt làm ngơ. Hãy nhìn lại chính bản thân mình, xem coi đã có mấy khi chúng ta giữ được năm giới căn bản dành cho người tại gia, chứ đừng nói chi mười giới sa di, hai trăm năm chục giới tỳ kheo, hoặc ba trăm bốn mươi tám giới tỳ kheo ni? Người con Phật phải thấy

cho rõ những điều vừa kể, để phát tâm Bồ Đề cho thật kiên cố trong một con người biết hưởng thượng, biết tu và biết sửa. Người biết phát tâm Bồ Đề và biết tu thì thân mới có cơ duyên chuyển hóa trên đường hưởng thượng và tâm mới có cơ hấp thụ những chất đề hồ tươi mát và bổ dưỡng cho tâm hồn, chẳng những cho đời này kiếp này, mà còn cho muôn vạn kiếp về sau nữa.

Hãy sớm thấy đi hồi những người con Phật! Hãy mạnh dạn dứt bỏ những phù hoa mộng ảo của cuộc đời thế tục, mà phát tâm Bồ Đề và tìm về chân giá trị miên viễn mà chúng ta đã một lần đại đột xa lìa. Tuy nhiên, Bồ Đề tâm không tự nhiên mà có, cũng không mua mà được, cũng không ai cho hoặc cho mượn. Muốn tăng trưởng Bồ Đề tâm nơi mình và nơi người, ngay từ bây giờ hãy nguyện làm các thiện căn, đem các thiện căn mà hồi hướng đến vô lượng chúng sanh, để chúng ta và chúng sanh cùng đồng điệu hưởng về quả Vô Thượng Bồ Đề. Nguyện đời đời kiếp kiếp trưởng dưỡng và phát huy Bồ Đề tâm cho dù thân này có tan xương nát thịt. Một khi đã phát tâm tu là cuộc đời ta đã gắn liền với đạo pháp. Niệm niệm khởi lên đều phải vì Bồ Đề tâm mà khởi, chứ quyết không vì bất cứ thứ gì khác được. Hãy luôn suy gẫm lời chỉ dạy quý báu của Đức Từ Phụ mà tiến tu: "Vọng thất Bồ Đề tâm, tu nhất thiết thiện pháp, giai thị ma đạo." Nghĩa là một khi đã đánh mất Bồ Đề tâm nơi chính mình, thì cho dù có tu các pháp lành đi nữa, vẫn là tu theo ma đạo. Như vậy nếu không khéo, chúng ta sẽ chỉ tu trong vòng loanh quanh lẫn lẩn của luân hồi sanh tử mà thôi. Một thí dụ rõ nét của người phát tâm ăn chay. Ăn chay là vì phát đại nguyện, phát Bồ Đề tâm mà ăn, vì thương xót chúng sanh mọi loài, chứ không ăn chay vì muốn cho mình có sức khỏe tốt, hoặc muốn sống lâu, hoặc ăn chay vì sợ những quả báo về sau này, vân vân và vân vân. Như vậy nếu ăn chay mà không vì đại bi tâm, hoặc không vì thương xót chúng sanh mọi loài, thì khoan hãy ăn chay, vì ăn chay như vậy, chẳng giúp ích gì cho công cuộc tu hành của ta đâu. Người con Phật chơn thuần, trong mọi vấn đề, chỉ phát tâm thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh. Từ ý nghĩ, lời nói đến việc làm, đều mong sao cho mọi loài cùng phát tâm và cùng hưởng sự lợi lạc như mình. Người con Phật không cầu như thiên, Bồ Tát, Thanh văn, Duyên giác mà phát Bồ Đề tâm. Ngược lại, chỉ hướng về phía tối thượng thừa mà phát tâm Bồ Đề. Dù cho vạn kiếp, hoặc có phải trải qua bao nhiêu a tăng kỳ

kiếp đi nữa, người con Phật vẫn một lòng phát Bồ Đề tâm vì đạo tối thượng, chứ không vì một thứ gì khác.

Chính nhờ tâm Bồ Đề kiên cố này, mà trên bước đường cô thân vạn lý du của người con Phật, chúng ta sẽ chỉ hướng về nẻo chánh, chứ không lạc vào đường tà. Phàm phu thì xuôi dòng đời mà đi, chứ không chịu cứu xét tự tâm, chỉ một bề tranh danh đoạt lợi, háo danh háo của, háo tiền. Người phát tâm Bồ Đề thì ngược lại, lúc nào cũng nghĩ ngợi và lo sợ nghèo nàn về tinh thần, chứ không lo thiếu thốn về vật chất. Chính vì vậy mà danh lợi không ham, vui thú không màng, chỉ một bề gìn giữ sao cho tâm Bồ Đề ngày càng thêm kiên cố. Người phát tâm Bồ Đề một cách kiên cố không bao giờ nản lòng thối chí trước bất cứ trạng huống nào. Dù có bị người sân hận chửi rửa, nếu không có khả năng khuyên giải, thì lặng lẽ bỏ đi, chớ không cố gì mà sân hận chửi rửa lại người. Người ấy luôn tâm niệm: thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh. Chúng sanh thì đa loại, làm sao mà hóa độ cho cạn tào ráo máng được đây? Nói như thế, không có nghĩa là ta dao động, hay mệt mỏi chán chường. Ngược lại, người phát tâm Bồ Đề luôn kiên quyết đi thẳng vào sào huyệt của khổ đau phiền não, mà trị cho tận gốc. Muốn được như vậy, trước hết chúng ta phải phát lộ sám hối những tiền khiên hậu quá, phải quyết trừ bỏ những lỗi lầm năm cũ, phải tu hành tinh tấn trước sau như một, chứ không khởi thủy siêng năng mà về sau thì giải đãi. Cho dù có tan xương nát thịt, người con Phật chớ thuận cũng quyết phát tâm Bồ Đề kiên cố như Phật năm xưa: nếu không đắc thành chánh quả, quyết không rời cõi Bồ Đề này. Trên bước đường tu tập, cho dù nội ma ngoại chướng có hoành hành thế mấy đi nữa, chúng ta cũng kiên quyết không để cho lợi danh xen lẫn, quyết không ngụy giả trong bản ngoài sạch, khẩu Phật tâm xà, hoặc ngoài thì trang nghiêm mà trong thì vọng động. Với Bồ Đề tâm kiên cố, người con Phật sẽ tránh được cái cảnh:

Nhất niên Phật tại tiền

Nhị niên Phật thăng thiên

Tam niên bất kiến Phật.

Việc tu hành còn khó khăn gấp vạn triệu lần việc chặn giữ trâu hoang. Tâm viên ý mã này nếu mà không chặn giữ một cách chân chánh thì chắc là không bao giờ chúng ta thấy được Phật đâu. Mà thật vậy, người tu Phật, nếu không khéo thì nhà lầu xe đẹp, quyền cao chức trọng sẽ cướp mất ngay cái tâm Bồ Đề của chúng ta. Hãy vô cùng cẩn

trọng hỡi những người con Phật! Ngoài ra với tâm Bồ Đề, người con Phật chơn thuần sẽ chơn thuần như chư Phật, nghĩa là phải có đầy đủ hạnh nguyện của một vị Phật: chúng sanh vô biên thế nguyện độ. Nếu chúng ta chưa phát được đại nguyện như Ngài Địa Tạng: địa ngục vị không, thế bất thành Phật, thì ít ra chúng ta cũng phát tâm thương xót chúng sanh một cách rộng rãi, chứ không bao giờ tu hành một cách vị kỷ, chỉ biết có mình, còn thì sống chết mặc ai. Phát tâm được như vậy, thì cho dù ở đâu và bất cứ lúc nào, người con Phật sẽ có khả năng thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh. Chừng đó đi đâu đến đâu, mọi ý nghĩ, lời nói và việc làm của chúng ta cũng đều vì cái tâm vô phân biệt mà phát mà sanh. Chừng đó trên bước đường tu Phật của ta chỉ toàn là kỳ hoa dị thảo với hương thơm ngào ngạt tỏa khắp nơi nơi. Chừng đó chánh sẽ phải thắng tà, chân sẽ phải thắng ngụy, và đại sẽ phải thắng tiểu, không chối cãi vào đâu được.

Những người con Phật quyết chí hướng thượng, hãy cùng nhau phát nguyện rằng: "Nơi nào Bồ Đề tâm chưa phát sanh, chúng ta sẽ cùng nhau làm cho phát sanh. Nơi nào Bồ Đề tâm đã phát sanh, chúng ta sẽ cùng nhau làm thế nào để chẳng những Bồ Đề tâm không thối chuyển, mà còn đời đời tăng trưởng nữa." Con đường duy nhất làm cho tâm Bồ Đề phát sanh và tăng trưởng phải là con đường từ bỏ cái ngã chấp tà vạy nơi chính mình. Mọi người chúng ta nên luôn nhớ rằng chính vì cái ngã chấp tà vạy kia mà cha mẹ ruồng bỏ con cái, con cái thoát ly khỏi vòng kiềm tỏa của cha mẹ, anh em bôi mặt đá nhau, vợ chồng ly tán, thân bằng quyến thuộc tìm cách hãm hại nhau. Chính vì cái ngã chấp đó mà chúng ta tham lam, ích kỷ, bòn sẻn, chỉ một bề nghĩ đến cái lợi cho riêng mình, không cần biết chi đến quyền lợi và sự an nguy của người khác. Chính vì thế mà Đức Từ Phụ đã ân cần nhắc nhở tứ chúng rằng: "Lắm khi chính vì cái ngã của mình mà chúng sanh sanh ra đủ thứ tham ái, cũng như không từ nan bất cứ hành động xấu xa đê tiện nào." Người con Phật nên luôn nhớ rằng nếu ta muốn có cuộc sống an vui hạnh phúc thì người khác cũng muốn như vậy. Như vậy giữa ta và người nào có khác? Thế nhưng tại sao chúng ta không hành trì được cái câu của cổ nhân: "Kỷ sở bất dục, vật thi ư nhân?" Những điều mình không muốn, xin đừng gây nên cho ai. Chẳng những thế, người con Phật chơn thuần cũng nên luôn nhớ rằng: phụng sự chúng sanh, tức là cúng dường chư Phật. Thập phương Tam thế chư Phật đã từng dạy như vậy. Mà thật vậy, từ vô lượng kiếp lăn trôi trong sanh tử luân hồi của

chúng ta, tất cả chúng sanh đã không từng một lần làm cha mẹ, vợ chồng con cái của chúng ta hay sao? Thấy được như vậy rồi thì người con Phật không còn lòng dạ nào mà tìm hạnh phúc của mình trên sự đau khổ của người khác, hoặc gây ra bất cứ sự khổ não nào cho người khác nữa. Hãy cùng nhau phát Bồ Đề tâm hồi những người con Phật!

Quý vị ơi! Thời gian nào rồi cũng sẽ qua đi, chúng ta rồi cũng sẽ phải theo luật sinh, trụ, dị, diệt mà đi vào cát bụi. Vậy thì chúng ta còn chần chờ gì nữa mà chưa chịu lên đường ngay từ bây giờ? Cho dù xã hội có loạn động thế mấy, cho dù cuộc sống có thôi thúc chúng ta thế mấy đi nữa, hãy cùng nhau phát Bồ Đề tâm cho thật kiên cố, hãy cùng nhau diệt trừ phiền não, ngăn ngừa phóng dật. Bên cạnh Bồ Đề tâm kiên cố, hãy cùng nhau tinh tấn tu tập sáu pháp Ba La Mật tuyệt vời của Phật Tổ. Hãy bố thí một cách rất ráo. Bố thí với tâm vô mong vô cầu và không phân biệt. Hãy cùng nhau trì giữ những giới pháp mà Đức Từ Phụ đã ân cần truyền trao, cho dù có tan xương nát thịt, quyết không lùi bước. Hãy cùng nhau kiến lập tịnh tâm, quyết không lay chuyển trước mọi tình huống. Hãy cùng nhau nhẫn nhục, nhẫn những cái đáng nhẫn và nhẫn luôn những cái không đáng nhẫn. Cho dù tha nhân có đến cắt da xẻo thịt, ta cũng quyết giữ lòng từ ái với họ, mà không khởi tâm sân hận. Hãy cùng nhau thiền định không thối chuyển, dù nắng hay dù mưa, dù nóng hay dù lạnh, ta quyết không thối chuyển. Ngược lại, người con Phật luôn nhớ lời Phật dạy: "Nhơn thân nan đắc, Phật pháp nan văn." Thế nên đã được thân người, đã nghe được chánh pháp, mà chúng ta không chịu phát Bồ Đề tâm, ngược lại còn bị thối chuyển trước nghịch cảnh, quả là uổng quá cho một kiếp người. Mong lắm thay, một ngày không xa nào đó, trí huệ của pháp giới chúng sanh đồng nhập vào trí huệ như hải của chư Phật. Hãy cố gắng thêm lên hồi những người con Phật!

## *Chương Mười Chín*

### *Người Con Phật Luôn Sống Với Tri Kiến Phật*

Tri kiến Phật là sự hiểu biết thuần tịnh hay cái thấy của tánh giác. Tri kiến không phân biệt và không lời, đối lại với động trí được diễn tả bằng lời. Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng đức Thích Tôn Từ Phụ thị hiện chỉ với một mục đích duy nhất: khai thị cho chúng sanh ngộ nhập tri kiến Phật. Nhưng thế nào là ngộ nhập tri kiến Phật? Tri kiến Phật là chơn lý, như vậy ngộ nhập tri kiến Phật là ngộ nhập chơn lý, là đi vào con đường giác ngộ sự thật, để cuối cùng hòa nhập vào bản thể của chư Phật, thấu đáo sự thật về vạn hữu vô thường và sống hòa nhập với thiên nhiên. Từ ngộ nhập tri kiến Phật đến hòa nhập bản thể chư Phật, đường hầy còn xa. Tuy nhiên, nếu không có ngộ nhập thì không có hòa nhập. Muốn ngộ nhập tri kiến Phật phải làm gì? Lăn xả vào đời, tích cực phục vụ quần sanh, hay đến chùa xuất gia thọ giới, hay vào rừng sâu núi thẳm xa lánh nẻo đời? Tất cả đều là những phương tiện, hoặc tích cực hoặc tiêu cực, nhằm đưa ta tìm về tri kiến Phật mà chúng ta đã một lần đại dột xa rời. Dù thế nào đi nữa, xuất gia hay tại gia, hễ một ngày một giờ chịu tu tập, là ngày giờ đó hằng sống thực với tri kiến Phật. Dù tụng chỉ một thời kinh, cũng nguyện rằng tụng kinh này để được thâm nhập kinh tạng, trí huệ như biển để được giác ngộ chơn tánh. Dù chỉ ngồi năm hay mười phút thiền, cũng nguyện rằng ngồi thiền để cho thân tâm thanh tịnh, thân khẩu ý trong sạch, để ngày nào đó cũng được hòa nhập vào tánh rỗng lặng của chư Phật mười phương. Dù lăn xả vào đời, vẫn luôn vâng giữ những lời Phật dạy, luôn đi thẳng vào đời bằng chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định; luôn tinh cần trưởng dưỡng điều thiện và tận diệt điều ác. Được như thế thì dù ngoài đời hay trong đạo, chúng ta luôn có dịp trở về sống lại với tri kiến Phật. Được như thế dù chưa có duyên gặp được minh sư hoặc thiện tri thức, ít nhất chúng ta cũng đang ngày ngày lần bước trên nẻo Bồ Đề của chư Phật. Kỳ thật ngày nay, ngày của gần hai ngàn sáu trăm năm xa Phật, ngoài nghiệp chướng sâu dầy, chúng sanh còn bị quá nhiều sự lừa đảo của ma quỷ. Ma quỷ thời nay cũng hô hào tu tập, nhưng ngay cả ngũ giới thập thiện chưa chắc chúng đã hành trì được

chút nào. Miệng này hô hào không giết hại, nhưng cũng chính miệng này đã lừa vào không biết bao nhiêu là thân mạng chúng sanh. Thân không cướp đêm thì cũng cướp ngày. Dâm dục thì chánh tà đều có đủ. Mở miệng ra thì mười câu đã có đến chín câu là nói láo, nói khoét, nói lời thù ghét, nói lưỡi hai chiều, nói lời đâm thọc. Dù bên ngoài có trời quang mây tạnh, nhưng lòng này vẫn cứ mưa gió bão bùng. Dù người có nói thế nào ta vẫn cứ giận dữ sân hận. Chúng sanh cứ thế mà hết ngày này qua năm khác mãi bị đập vùi trong mưa bão của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Cứ thế mà hại người, người hại, oán người, người oán, chửi người, người chửi, ghét người, người ghét; đố kỵ người, người đố kỵ; hoặc đánh người, người đánh. Ôi cái vòng lẩn quẩn này cứ thế mà xoay vần và xoay vần mãi mãi. Ở đời ai lại chẳng biết “bệnh tùng khẩu nhập, họa tùng khẩu xuất,” nhưng mấy ai tránh được bệnh hoạn và tai họa đâu? Từ gần hai ngàn sáu trăm năm trước, Đức Thích Tôn Từ Phụ đã nhắc đi nhắc lại với chúng đệ tử rằng: “Ở đời vì không giữ được cái miệng, không nói đúng thời, không ăn đúng món mà chúng sanh phải mang bệnh mang họa. Các con phải luôn ráng giữ gìn cái miệng trong mọi tình huống, chứ không nên khinh suất.” Phật đã dạy quá rõ ràng như vậy, thế nhưng chúng ta nài biết kinh vì, cứ lẩn trôi tạo nghiệp, cứ để cho một đời luống qua vô ích, để rồi trong những giây phút cuối cùng, có ân hận sám hối, thì chuyện cũng đã rồi. Biết sanh lão bệnh tử là đáng sợ mà không chịu kinh vì thì biết để làm gì? Người con Phật chơn thuần hãy nên luôn cẩn trọng, nên luôn vâng giữ những lời Phật dạy, thân luôn làm những điều có lợi cho mình, cho người và cho đời; miệng luôn nói điều phải; ý luôn nghĩ đến những sự tốt lành. Làm được như vậy là hằng sống với tri kiến Phật. Sống với tri kiến Phật không là một cái gì cao xa không làm được. Thấy ai khổ mình cảm thông, khuyên lơn, an ủi, vỗ về. Thấy ai sợ, mình giúp trấn an cho người bớt sợ. Thấy ai đói, mình chia xẻ cho người chén cơm cái bánh. Thấy ai khát, mình cho uống. Thấy ai lạnh lẽo, mình chia xẻ cái mền tấm áo. Làm tất cả những gì mình có thể làm được từ đất một người qua đường, đến lượm nhặt cây gai cái miếng giữa đường, hoặc cứu giúp những chú kiến đang bị kẹt trong vũng nước đó là mình đang sống với tri kiến Phật. Hãy bình tâm suy nghĩ hỏi những người con Phật! Chúng ta cứ mãi xoay vần tụ tán, mở đầu trên nô, chấm dứt dưới mồ, hết sáng rồi tối, hết làm heo rồi làm trâu, hết làm trâu đến làm ngựa, làm sâu làm bọ. Nay có duyên may



đại hạnh được làm người, không có gì mà chúng ta không chịu tỉnh giấc u mê. Đức Từ Phụ đã vì thương xót chúng sanh mọi loài mà khai thị cho chúng thấy được thế nào là khổ đau của một kiếp lăn trôi và đâu là nẻo giác ngộ Bồ Đề cũng như giải thoát tự tại. Thế thì chúng ta còn chần chờ gì nữa mà không chịu quay về sống với tri kiến Phật? Sống với tri kiến Phật không phải để thấy vạn sự vạn vật vô thường như bóng nước chóng tan để rồi xa lánh sự đời. Ngược lại, càng thấy chúng ta càng tích cực đi thẳng vào đời hơn để đoạn diệt phiền não huyễn tưởng, càng thấy sự huyễn giả của cuộc đời, chúng ta càng thương mình thương người và thương đời nhiều hơn. Làm được như vậy là mình đang sống với tri kiến Phật. Khi biết mình lầm lỗi, dám nhận lỗi và sửa lỗi, tự nhiên mọi ác nghiệp sẽ tiêu tan, mọi pháp lành sẽ tăng trưởng và tâm ý thanh tịnh. Làm được như vậy là mình đang sống với tri kiến Phật. Biết được hình tướng bên ngoài chỉ là huyễn giả, nhưng lại có khả năng làm loạn động tâm hồn ta, thế nên ta quyết quay vào bên trong mà tự thanh tịnh. Biết được sân hận là nguồn gốc gây tội tạo nghiệp nên chúng ta cố gắng nhu hòa nhẫn nhục, ấy là hằng sống với tri kiến Phật.

Luôn nhớ rằng dù cảnh đời có êm đẹp bao nhiêu, rồi thì cảnh ấy cũng qua đi; gia đình sum họp hôm nay rồi ngày mai cũng phải xa lìa; rượu ngon thịt béo rồi thân này cũng phải về với cát bụi; đàn ca xướng hát đêm nay rồi đêm mai cũng phải trống vắng cô quạnh; giàu sang phú quý, công hầu khanh tướng, quyền uy thế phiệt, nhà cao cửa rộng, quần là áo lụa, kẻ hầu người hạ mấy ai lột da sống đời để được hưởng thụ những thứ này? Đời người trong cõi Ta Bà không hơn gì một giấc mơ, mới xuân đó rồi hạ, rồi thu, rồi đông; mới trẻ đó rồi già đó; mới khỏe đó rồi bệnh đó. Tất cả những thương ghét, buồn vui, thành bại, hơn thua, được mất, vinh nhục, ái dục, ham muốn chỉ là nguồn gốc của lo sợ, khổ đau và phiền não. Chưa có thì quyết tìm cho có, có rồi lại nơm nớp lo sợ mất mát, nhưng sợ vẫn không thoát, hễ cái gì có là chờ mất, cái gì sanh là chờ diệt. Ôm ấp sở hữu để rồi khi mất mát là khổ đau phiền não. Con đường duy nhất để dẹp tan những ô nhiễm trần thế là phải quay trở về sống với tri kiến Phật. Những người con Phật chơn thuần không nên khinh suất trong cuộc sống hằng ngày vì một nhân đã tạo, dù lâu đến mấy a tăng kỳ cũng không mất, đến lúc nào đó đủ duyên, thì quả báo phải tới, không thể nghĩ bàn. Thế nên người

con Phật, phạm trước khi làm bất cứ việc gì cũng phải nghĩ tới hậu quả của nó.

Ngoài ra, người biết sống với tri kiến Phật là người biết bình tâm chấp nhận cái quả báo đương thời vì quả báo ấy được lập thành bởi chính nhân mà mình đã gây ra do chính mình trong hiện tại hoặc trong một hay nhiều đời kiếp trong quá khứ. Thế nên người ấy vui lòng trả quả, trả một cách tự nguyện, vui vẻ vì nợ thế gian còn phải trả, huống là nợ luân hồi! Người biết sống với tri kiến Phật luôn biết luôn nhớ rằng thân vô thường, đời giả tạm, từng phút ta sống sống là từng phút ta chết, một ngày trôi qua là một ngày ta đang đi gần đến nhà mồ. Biết để không lần lựa hẹn hò đến tuổi già mới học đạo, vì mồ hoang lắm kẻ tuổi còn xuân. Người chịu sống với tri kiến Phật dù chỉ một ngày thì ngày ấy vẫn giá trị vẫn đáng trân quý hơn những kẻ một đời chua ngoa tà vạy. Dẫu biết rằng không phải một đời một kiếp sống với tri kiến Phật mà được thành Phật; tuy nhiên, con đường duy nhất để đi đến quả vị Phật là phải sống với tri kiến Phật. Cũng như vậy, việc tu tập không phải là việc của một ngày một bữa, mà phải vận công tu hành trong nhiều đời nhiều kiếp, tu không ngừng nghỉ, không mỏi mệt, không thối chuyển, phải từng bước vững chãi và an lạc.

Giáo lý nhà Phật dù vi diệu thế mấy mà từng cá nhân từng gia đình không chịu sống với tri kiến Phật, thì vẫn phải đọa đày trong trầm luân khổ hải, vẫn không biết đâu là đường chánh nẻo tà, đâu là hưởng thượng còn đâu là sa đọa, đâu là khổ đau đâu là hạnh phúc, đâu là chánh tín đâu là mê tín, vân vân. Chỉ có hằng sống với tri kiến Phật ta mới thấy chư hành là vô thường, chư pháp là vô ngã, chỉ có sự tịnh tịch của Niết Bàn là chân giải thoát. Chỉ có hằng sống với tri kiến Phật ta mới dám can đảm buông bỏ những gì mà Đức Thích Tôn Từ Phụ đã buông bỏ năm xưa, từ quyền uy tột đỉnh đến lầu đài cung điện, xa hoa vật chất. Chỉ có hằng sống với tri kiến Phật ta mới thấy được Phật là một bậc đại giác đáng cho ta noi theo, từ đó ta mới dám phát tâm đời đời kiếp kiếp lấy chánh pháp làm thầy, làm đuốc soi đường dẫn lối cho ta trên bước đường giải thoát. Chỉ có hằng sống với tri kiến Phật chúng ta mới có đủ khả năng hiểu biết và vượt thắng tất cả mọi chướng ngại của thường tình thế tục, vô nhiễm trong tất cả các pháp và chịu buông bỏ cũng như tận diệt những lậu hoặc. Người biết hằng sống với tri kiến Phật thì hiện đời chấm dứt được khổ đau, cuộc sống hạnh phúc sẽ theo ta mãi trong đời này, vẫn đến đời sau và cho đến khi nào chúng ta có

thể hoàn tất những gì còn dang dở của sự nghiệp giác ngộ và giải thoát. Người biết hằng sống với tri kiến Phật luôn nhận biết rằng ở đâu có sanh già bệnh chết là ở đó có khổ đau phiền não, ở đâu có sầu muộn bi ai, ngũ uẩn thanh suy, tinh thần căng thẳng, phải gặp gỡ những gì mình không thích, phải xa lìa những gì mình yêu mến, không toại nguyện những gì mình ao ước, ở đó có khổ đau phiền não. Chính vì thế mà con người ấy luôn là chủ nhân của chính mình, luôn thấy chân tánh của bốn thể chân như, luôn biết dùng giáo lý nhà Phật để gột rửa những cấu uế nhiễm trược, luôn tu tâm dưỡng tánh cho thân tâm được thanh tịnh, luôn kết bồ đề quyến thuộc bất cứ ở đâu và bất cứ lúc nào để chẳng những mình an lạc, mà người và đời cũng được an lạc. Người biết hằng sống với tri kiến Phật là người biết thật sự sống với những lời Phật dạy. Thật vậy, được thân người đã là khó, làm được những lời Phật dạy lại càng khó hơn. Tuy nhiên, trong Kinh Hoa Nghiêm Đức Từ Phụ đã khẳng định: “Con người là hơn cả vì con người có khả năng làm nên các pháp lành.” Đức Phật muốn nhắn nhủ gì với chúng ta hồi những người con Phật? Dù được thân người là khó, dù làm được những lời Phật dạy là khó, nhưng con người có thể làm được. Có điều là chúng ta có chịu kham nhẫn làm làm những chuyện khó làm này hay không mà thôi. Hãy bình tâm suy nghĩ cho kỹ hồi những người con Phật! Chẳng lẽ chúng ta cứ mãi trầm luân sanh tử? Chẳng lẽ chúng ta cứ mãi rày đây mai đó làm khách phong trần? Không đâu hồi những người con Phật! Chúng ta có Phật, có tri kiến Phật, có những lời chỉ giáo tuyệt vời của Ngài, có những trưởng tử Như Lai sẵn sàng hy sinh sanh mạng vì hạnh phúc của quần sanh. Tuy nhiên, muốn sống thực với tri kiến Phật, chúng ta không có con đường nào ngoài thực nghiệm tự thân. Mười phương ba đời chư Phật đã giải thoát bằng con đường này, chúng ta há có con đường nào khác sao quý vị? Cửa vào đạo phải là con đường thực nghiệm tự thân, chứ không nói, không hí luận biện giải vì tri kiến Phật không thể nào đạt được bằng ngôn ngữ văn tự. Nói một đời không bằng tự mình hành trì một sát na. Cũng như vậy, mặc áo đẹp không bao giờ làm cho thân tâm này đẹp. Nói hay không bằng tự chủ động những hành vi tạo tác để biến những loạn động thành an lạc. Nói thao thao bất tuyệt mà gặp cảnh vẫn sanh tâm thì theo nhà Phật, đó chỉ những con ma trời nhà Thiên. Người biết hằng sống với tri kiến Phật là người luôn an nhiên tự tại trước mọi tình huống từ hơn thua, được mất, thịnh suy, thành bại, vinh nhục y như Ngài Vạn Hạnh Thiền Sư năm xưa:

“Thân như điện ảnh hữu hoàn vô  
 Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô  
 Nhậm vận thịnh suy vô bố úy  
 Thịnh suy như lộ thảo đầu phô.”

Quả tình Ngài Vạn Hạnh đã sống đã tu trọn vẹn với tri kiến Phật nên Ngài mới cương quyết khẳng định rằng thịnh suy chẳng là cái gì cả, thịnh suy chỉ là sương mai trên đầu cỏ không hơn không kém. Hãy bình tâm suy gẫm lại chính mình xem coi vọng tâm tham lam, ích kỷ, hận thù, ganh ghét, tham đắm, si mê đã làm được gì cho chúng ta ? Có chăng chỉ là những hạnh phúc tạm bợ mong manh để rồi một đời hay nhiều đời khổ đau phiền não và lăn trôi. Có chăng chỉ là khổ lụy đọa đày, có chăng chỉ là một đời sống say chết mộng trong loạn động đảo điên. Người biết hằng sống với tri kiến Phật là người biết tự mình cõi trời vì nếu tự mình không cõi trời thì ngay cả Phật cũng chỉ biết nhìn mà thương xót chứ không cứu được. Người biết hằng sống với tri kiến Phật vẫn đi thẳng vào đời, vẫn tạo nên sự nghiệp nhưng không bị cuốn trôi, không bị sự nghiệp cột trói. Con người ấy dám đi thẳng vào đời, giẫm đạp lên những cái vô thường để tìm về chốn chơn thường. Con người ấy vẫn tạo ra tiền của vật chất, nhưng không keo kiệt bủn sẻn. Ngược lại, người ấy biết đem tiền của ra bố thí cho những người cùng khổ. Người hằng sống với tri kiến Phật luôn biết phản quang tự kỷ để thấy trọn vẹn tâm địa của chính mình, nên tâm hồn luôn an ổn, mỗi bước chân đi nếu chưa được là sen nở như Phật, thì những bước chân ấy cũng tràn đầy an lành, vị tha bác ái. Cuộc sống của người có tri kiến Phật không xây bằng tham lam, sân hận, si mê, đố kỵ, ganh ghét, ích kỷ, bủn sẻn, ngã mạn, cống cao, nghi hoặc, tà kiến nên cuộc sống ấy thật đơn giản mà đầy đạo vị. Con người ấy luôn có đầy đủ những đức tánh hỷ xả, bố thí, lợi tha. Người biết sống với tri kiến Phật luôn có đầy đủ đại hùng, đại lực để đoạn trừ tất cả tham, sân, si từ đó nguồn tâm luôn thanh tịnh, trí huệ luôn sáng ngời. Con người ấy đang từ từ diệt bớt ác nghiệp và đồng thời phát triển nguyện lực đại bi của mười phương tam thế Phật. Chính vì thế nên dẫu không cầu vãng sanh, người ấy vẫn đang nự trị ngay trên Thế Giới Cực Lạc vì cả ba nghiệp thân, khẩu, ý đã trọn vẹn thanh sạch.

Tóm lại, người hằng sống với tri kiến Phật thì bản thân luôn hài hòa an lạc và gia đình luôn hạnh phúc. Chính nhờ hằng sống với tri kiến Phật mà sự liên hệ giữa con người, thiên nhiên và vũ trụ đều được thăng bằng một cách trọn vẹn. Con người ấy đang làm gì nếu không là đang vượt qua mọi công lệ sanh, già, bệnh, chết trong quanh quẩn của sáu đường ba nẻo? Chẳng những thế, tham lam, sân hận và si mê cũng không còn ràng buộc được dù chỉ là mảy may. Những người con Phật chơn thuần phải luôn tâm nguyện tâm niệm hằng sống với tri kiến Phật vì đó là cách sống duy nhất đưa chúng ta đến bến bờ giác ngộ và giải thoát rốt ráo.

## *Chương Hai Mươi*

### *Người Con Phật Luôn Biết Tự Hồi Đầu*

Chúng sanh trong ba cõi sáu đường chỉ vì những bức bách của cuộc sống hằng ngày mà phải mang thân làm nô lệ cho tham, sân, si. Thế rồi ngày càng chất chồng những kiết sử của tham, sân, si đến độ bị vô minh lấp mất hết tánh thấy biết chân thật mà mình vẫn có tự thọ giờ. Vì vô minh che đậy nên chúng sanh vốn dĩ đã điên đảo thêm điên đảo, thêm vào đó sáu căn ba nghiệp xui giục ta thân cận thầy tà bạn ác, nên lăn trôi không ngừng, luân hồi sanh tử không dứt. Những người con Phật, ngay cả những người đã thấm nhuần diệu lý Phật Đà, lắm khi quên rằng mình đang được sống trong rừng kinh biển thánh, nên lúc nào cũng nghi, lúc nào cũng tự che dấu những tội lỗi, tưởng rằng làm như vậy là mình đã qua mặt được Phật hay Thánh Hiền, tưởng làm như vậy là mình đã tô son trét phấn được cho lớp vỏ bên ngoài của phàm phu tục tử, tưởng làm như vậy là mình có thể thoát được lưới vây nhân quả, vân vân và vân vân. Những người con Phật chớ thuận hãy bình tâm suy gẫm lại xem, thân mạng này vô thường và có thể đoạn tận bất cứ lúc nào, một hơi thở ra mà không thở vào là đã mạng một, là đã qua một đời khác rồi còn gì?

Đức Thích Tôn Từ Phụ vì thương xót chúng sanh mọi loài nên Ngài đã thị hiện ra trong cõi Ta Bà để khai thị cho mọi loài được ngộ nhập tri kiến Phật, để cuối cùng ai nấy đều được lìa khổ được vui, đều giữ sạch được mọi phiền não để đi đến chỗ an vui tự tại. Tuy nhiên, muốn lìa khổ được vui, muốn vượt thoát những khổ đau phiền não của trần lao, con đường duy nhất là phải “Hồi Đầu.” Như vậy hồi đầu là gì và tại sao lại phải hồi đầu? Hồi đầu là quay đầu trở về. Đây cũng là nguyên lý tất yếu trong giáo lý Phật Đà. Muốn tu theo Phật, chúng ta không có con đường nào khác hơn hồi đầu. Từ vô thủy, tam, Phật và chúng sanh nào có sai khác; tuy nhiên, vì u muội si mê mà chúng ta xa dần và xa dần bản tâm chân thật của mình. Vì mãi lo miếng cơm manh áo, ăn, mặc, ở, bệnh, cũng như những rong ruổi theo tiền tài danh lợi mà chúng ta ngày càng bị ràng buộc bởi vô số hệ lụy, thân thì vướng mắc tài sản ruộng vườn, tâm thì vướng mắc lợi danh tình ái, hoặc cả thân lẫn tâm đều bị vướng mắc đủ thứ, từ tham lam, sân hận, ích kỷ, đố

ky, ganh ghét, đến danh, tài, sắc, thực, thù. Chúng ta cứ thế mà lăn trôi và lăn trôi từ vô thí đến vô chung nếu không sớm hồi đầu, thì con đường duy nhất của chúng ta vẫn phải là mê đồ tằm tối. Hồi đầu là tự mình thức tỉnh, tự mình nhìn thẳng vào cuộc đời để nhận ra rằng tất cả các pháp hữu vi đều như mộng như huyễn, những thành bại, hơn thua, được mất, vinh nhục, sang hèn như tuồng ảo ảnh. Trong khi đó, chuyện sanh, già, bệnh, chết lại là chuyện không ao tránh khỏi, một ngày trôi qua là một ngày ta đi gần đến nhà mồ, nếu không khéo thì e rằng chúng ta không kịp hồi đầu. Hồi đầu là tự mở lòng mình ra, biết tri túc, biết từ bi hỉ xả, biết khiêm cung từ tốn, biết bố thí lợi tha, biết ái ngôn ái ngữ, biết thương người mến vật, biết phản quang tự kỷ, biết cải tà quy chánh, biết xoay vọng thức về chân tâm, biết đối xấu làm tốt, biết rõ ràng lẽ sanh diệt của con người và vạn vật để từ đó dám từ bỏ phàm tánh tham lam ích kỷ và chịu trở về với chơn tâm vị tha bác ái. Hồi đầu là biết vượt thắng dục vọng mê mờ, biết tu tâm dưỡng tánh, biết sống với tâm địa của chính mình. Hồi đầu là chịu quay trở về với bản tâm để sống đời thiện lành thiện mỹ.

Cổ đức thường nói quay đầu trở lại thì thấy bờ. Với hành giả tu Phật, hồi đầu có nghĩa là sự tự cứu độ trong tâm tay, hãy quay trở lại với chính mình mà tự cứu. Ai trong chúng ta cũng có thể hồi đầu nếu thực tâm hướng thượng. Tuy nhiên, đạo Phật nói dễ khó làm. Dù miệng lép xép hồi đầu mà tâm không thực dạ hồi đầu thì vẫn là tô son trét phấn. Dù hình thức bên ngoài có đáng vẻ hồi đầu mà tâm địa vẫn thói nào tật nấy, vẫn giữ thói của thường tình thế tục thì con đường trước mặt vẫn là a tỳ địa ngục. Nếu không thực tâm hồi đầu thì cho dù có cạo đầu nhuộm áo cũng bằng thừa. Tuy nhiên, nói gì thì nói, dù sao đi nữa thì người xuất gia vẫn có nhiều cơ hội hồi đầu hơn kẻ tại gia. Người xuất gia cũng giống như trời quang mây tạnh, còn kẻ tại gia chẳng khác chi bầu trời vẫn vũ với đầy mây đen u ám của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Người xuất gia có thể mất không chạy theo sắc, tai không đuổi theo thanh, miệng không tranh cãi thị phi, nhưng kẻ tại gia với bao nhiêu hệ lụy ngoài đời mà bảo “hồi đầu” quả là thiên nan vạn nan. Mỗi ngày phải nhìn, phải nghe, phải nói để mưu sinh mà biểu đừng nhìn, đừng nghe, đừng nói làm sao được đây? Nhưng “hồi đầu” không có nghĩa là đừng nhìn, đừng nghe, đừng nói; hồi đầu có nghĩa là vẫn nhìn nhưng đừng nhìn bậy, vẫn nghe nhưng đừng nghe những lời xàm quấy, vẫn nói nhưng đừng nói chuyện

thì phi tà vạy. Ý nghĩa “hồi đầu” của những người con Phật rất đơn giản, dễ thương và cao thượng. Với bản thân thì phải tu thân tề gia như thế nào cho thật xứng đáng là một con người có đầy đủ đạo đức, một gia đình gương mẫu và hạnh phúc. Với cha mẹ thì hiếu đễ và phụng dưỡng các Ngài y như lời Phật dạy, cho dù có hai vai công vác mẹ cha đi quanh núi Tu Di trong vô lượng kiếp, cho dù có thịt nát xương tan để phụng dưỡng các Ngài, ơn sanh thành dưỡng dục vẫn không một mảy mai đền đáp. Với các bậc trưởng thượng thì luôn tôn kính, với anh em thì luôn hòa thuận, với vợ chồng thì luôn tương kính để cùng nhau lo cho tương lai của con cái sao cho tốt đẹp và tươi sáng hơn tương lai của mình. Làm được như vậy mới đúng nghĩa “hồi đầu.” Làm được như vậy thì cuộc sống của mình là gương hạnh lành cho con cái noi theo. Đức Từ Phụ trước khi nhập diệt, Ngài đã để lại một bài pháp không lời tuyệt diệu: “Trong suốt 49 năm ta chưa hề nói một lời nào.” Ngài muốn nhắn nhủ gì với chúng ta hỏi những người con Phật? “Hồi đầu” trong đạo Phật phải được thực hiện bằng cử chỉ và hành động hằng ngày, chứ không bằng văn tự hay ngôn ngữ. Hơn nữa, với những người tại gia, những hành động thiện lành, những cử chỉ thân thiện, cũng như những lời nói ái ngôn ái ngữ dịu dàng hằng ngày cũng chính là nhịp cầu thông cảm giữa cha mẹ, anh em, con cái, chồng vợ và bạn bè làng nước. Cổ nhân ta có câu “lời nói không mất tiền mua, lựa lời mà nói cho vừa lòng nhau.” Thật vậy, chúng ta không phải bỏ tiền bỏ bạc ra mua lời nói và hành động trong cuộc sống hằng ngày. Tuy nhiên, cả lời nói lẫn hành động đóng một vai trò tối ư quan trọng trong tương quan hằng ngày. Nhất ngôn ký xuất, tứ mã nan truy. Một lời khi đã nói ra như tên bay, cho dù xe tứ mã cũng khó lòng truy kịp. Những người con Phật phải thấy được như vậy, để một khi đã nói ra là phải như đinh đóng cột, không khinh suất, không sai chạy.

Ngoài ra, hồi đầu trong đạo Phật còn là một tiến trình thanh lọc thân tâm không ngừng nghỉ. Nếu tự mình mong cầu hạnh phúc thì đừng phá hoại hạnh phúc của ai. Nếu mình không muốn bị ai làm tổn hại, thì mình đừng làm tổn hại đến ai. “Kỷ sở bất dục, vật thi ư nhơn,” lúc nào cũng là nguyên lý sống chung hạnh phúc muôn đời của nhân loại. Cái gì mình không muốn thì đừng làm cho người khác. “Hồi đầu” còn là tự mình quay lại một phút để phản quang tự kỷ và tự hỏi xem coi những gì mình đã làm, đang làm, hoặc dự định làm có đúng với tinh thần của Phật pháp hay không? Thí dụ như mình có dự tính làm thịt một chú gà

chú vịt cho bữa tiệc cuối tuần, trước khi làm xin hãy cố một phút “hồi đầu,” một phút tự hỏi xem mình là ai ? Nếu câu trả lời “mình là con Phật,” mà Phật thì từ bi mẫn chúng, Phật chưa từng sát sanh hại vật, vậy nếu mình sát sanh hại vật, thì mình có xứng đáng làm con Phật hay không? Tương tự, trước khi ăn trộm, ăn cắp, ăn cướp hay nói dối, nói lười hai chiều, nói lời đâm thọc, nói lời độc ác, xin hãy một phút “hồi đầu” xem coi mình là ai ? Nếu mình là con Phật thì phải giống Phật, nghĩa là không tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Cũng như vậy, trước khi uống những chất cay độc, chúng ta cũng nên một phút “hồi đầu” tự hỏi. Làm được như vậy thì từ đầu đến chân chúng ta cũng sẽ sáng ngời như Phật Tổ năm xưa.

Tóm lại, người con Phật chơn thuần phải cố gắng dụng công “hồi đầu” trong từng hơi thở. Người biết “hồi đầu” dù chưa được giải thoát rốt ráo, cuộc sống cuộc tu hôm nay cũng nhẹ nhàng thanh thản lắm rồi vậy. Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng tư tưởng và hành động của đời này sẽ tạo thành nhân cách và quả báo của đời sau. Hơn thế nữa, bản chất cố hữu của chúng sanh là ưa thích lập đi lập lại những gì mình đã từng làm. Nếu chúng ta làm ác thì chúng ta sẽ thích lập đi lập lại những hành động tàn ác này trong tương lai. Ngược lại, nếu chúng ta đã từng làm những việc thiện lành trong quá khứ, chúng ta cũng sẽ có khuynh hướng lập lại những hành động thiện lành này trong tương lai. Đây không phải là chuyện ngẫu nhiên xảy ra, mà đây là định luật tất yếu của lý “nhân quả” trong nhà Phật. Trồng đậu được đậu, trồng dưa được dưa. Gây nhân thiện, chẳng những gặt quả thiện, mà còn tích tụ nhân quả thiện lành cho đời này hay đời sau. Gây nhân ác, chẳng những gặt quả ác, mà còn tích tụ những nhân quả ác độc cho kiếp này hay kiếp sau nữa. Thấy biết như vậy để luôn tự bảo rằng mình hãy còn phạm phu tục tử, chứ chưa phải là Phật Thánh Tiên, nên chưa có khả năng kham nổi những gì các Ngài đã kham nhẫn. Các Ngài có khả năng nói câu “ta không vào địa ngục thì ai vào?” Chứ những người con Phật chơn thuần chúng ta, chưa ai có được cái khả năng này đâu. Vào địa ngục cứu người đâu chưa thấy, chỉ thấy một mình chơi với trong những tầng địa ngục vô gián không ai cứu nổi. Người con Phật nên luôn nhớ rằng thân người khó được, Phật pháp khó gặp, thời gian lại trôi qua nhanh như bóng câu qua cửa sổ, như ánh điện chớp, mạng ta lại như đèn treo trước gió, không như thiết phải hết dầu đèn mới tắt, mà một cơn gió nhẹ thoảng qua, cũng có thể làm đèn tắt được. Nếu



chúng ta không chịu hồi đầu ngay từ bây giờ thì còn đợi đến chừng nào? Nếu chúng ta không chịu tự mình hồi đầu thì ai sẽ hồi đầu giúp mình đây? Ngày xưa Lữ Tổ đã nói với Hiếu Liêm rằng: “Thân này chẳng tính kiếp nay độ, còn đợi kiếp nào độ lấy thân?” Một bậc hiền triết như Hiếu Liêm mà Lữ Tổ còn phải dằn mặt như vậy, huống là chúng ta! Thấy như vậy chúng ta càng phải sớm biết “hồi đầu,” sớm biết tinh tấn làm những việc thiện lành, tránh những điều hung dữ từng phút từng giây từng sát na, chớ đừng đợi, đừng để một khi đã mất thân này thì muôn kiếp khó mong tái hồi. Chừng đó có muốn “hồi đầu” cũng không còn kịp nữa. Hãy cố gắng lên hồi những người con Phật!



## ***Chương Hai Mươi Một***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Tự Chuyển Hóa Mình***

Trong đạo Phật, tu chỉ đơn thuần là tự chuyển hóa mình, là tự chuyển hóa nội tâm, nghĩa là dùng một thứ kỷ luật nội tại để chuyển đổi tâm. Trong cuộc sống hằng ngày, thường thì con người chúng ta luôn kinh qua hai trạng thái đối nghịch nhau (có ảnh hưởng trực tiếp đến tâm con người): hạnh phúc và khổ đau. Dù chúng ta không muốn bàn luận xa để phân biệt về một cái thức trong tiểu đề này, ai trong chúng ta cũng phải thừa nhận rằng ngoài cái cơ thể hiển hiện chúng ta còn một phần khác thống trị cả phần cơ thể ấy. Ai trong chúng ta cũng phải đồng ý rằng kinh nghiệm về khổ đau và hạnh phúc không đơn thuần xảy ra nơi thân thể chúng ta, mà nó bắt nguồn từ một chỗ trừu tượng bên trong mà đạo Phật gọi nó là “tâm”. Theo đạo Phật, những sinh hoạt tinh thần mạnh mẽ dưới hình thức tình cảm và tư tưởng, mạnh mẽ đến nỗi chúng có khả năng thống trị luôn cả kinh nghiệm về thể xác. Đây là điểm then chốt trong đạo Phật, vì từ quan điểm này chúng ta mới thừa nhận rằng tu chính là chuyển hóa tâm, và chuyển hóa tâm chính là tu. Và từ chính quan điểm này chúng ta thừa nhận rằng chính trạng thái tâm, bao gồm thái độ, tư tưởng và tình cảm, đóng vai trò quyết định cho những kinh nghiệm về hạnh phúc và đau khổ của chúng ta. Trong vấn đề chuyển hóa tâm, người Phật tử nên nhớ rằng không có một thứ kỷ luật nào có thể được dùng để ép buộc tâm mình phải theo. Nó phải được hành sử trên căn bản tự nguyện chấp nhận chuyển hóa. Tuy nhiên, sự tự nguyện chấp nhận này chỉ xảy ra sau khi chúng ta đã nhận diện và thấy rõ thái độ, tư tưởng hoặc tình cảm hay lối sống nào là có lợi ích cho mình và cho người. Và chỉ có con đường tâm linh mà mình quyết định theo đuổi mới có thể giúp cho chúng ta chuyển hóa tâm mình mà thôi. Tuy nhiên, để có khả năng chuyển hóa tâm mình, chúng ta phải hiểu thái độ, tư tưởng và tình cảm chúng ta làm việc như thế nào. Chúng ta phải hiểu rõ sự khác biệt giữa thiện và bất thiện. Trong đạo Phật, nói không phải là tu, mà thực hành bằng tất cả năng lực và sự thành khẩn của chính mình mới là tu. Nếu chúng ta nói để giảm thiểu những năng lực bất thiện như tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, chúng ta phải có tấm lòng từ, bi, hỷ, xả, vân

vân, thì đó chỉ là lời nói trống rỗng. Chỉ nói rằng đây là thứ cần cho một cái tâm thiện là chưa đủ, hay chỉ mong ước mình từ bi hơn, thương yêu hơn hay hỷ xả hơn thôi cũng chưa đủ. Ngược lại, người Phật tử phải cố gắng liên tục để tu tập những tánh thiện bên trong mình. Chìa khóa của việc chuyển hóa tâm là sự cố gắng và thành khẩn liên tục. Để có thể bước lên con đường chuyển hóa tâm mình, người Phật tử không có sự lựa chọn nào khác hơn là phải tu tập giới luật và tự quán sát lấy mình xem coi những thái độ, tư tưởng và tình cảm phát khởi ra sao trong tâm mình. Những tu tập này sẽ cho chúng ta trí tuệ chân thật có thể giúp chúng ta biết rõ ràng phải làm cái gì thiện và không làm cái gì bất thiện. Đó là cách tự chuyển hóa mình, tự chuyển hóa nội tâm chân chính nhất của người Phật tử.

Tự chuyển hóa còn là một trong các phương pháp tu tập có thể giúp người ta đạt được giải thoát hay giác ngộ. Đây là cách giúp chúng ta sống từng giây từng phút một cách viên mãn, thí dụ như khi chúng ta rửa chén đĩa hay giặt quần áo, chúng ta có thể tâm niệm ‘Ta nguyện giúp cho mọi người có được tâm thức thanh tịnh, không còn những tâm thái nhiễu loạn u mê.’ Theo Phật giáo, tự chuyển hóa là tự mình làm chủ lấy mình có nghĩa là tự chủ, tự làm chủ lấy mình, làm chủ những cảm kích, những xúc động, những ưa thích và ghét bỏ. Những điều này thật là khó thực hiện vô cùng. Chính vì thế mà Đức Phật dạy: “Dù có thể chinh phục cả triệu người ở chiến trường, tuy nhiên, chiến thắng vẻ vang nhất là tự chinh phục lấy mình.” Thật vậy, tự chiến thắng lấy mình là chìa khóa để mở cửa vào hạnh phúc. Đó là năng lực của mọi thành tựu. Hành động mà thiếu tự chủ ắt không đưa đến mục tiêu nhất định nào mà cuối cùng là thất bại. Chỉ vì con người không tự chủ được tâm mình nên không tự mình chuyển hóa và cuối cùng bị đủ thứ xung đột phát sanh trong tâm. Vì vậy mà tự chuyển hóa là tối quan trọng và thiết yếu cho bất cứ người tu Phật nào. Theo Đức Phật, hành thiền là con đường hay nhất dẫn đến tự chuyển hóa lấy mình. Theo quan điểm Phật giáo, tâm hay thức là phần nòng cốt của sự hiện hữu của con người. Tất cả những kinh tâm lý như đau khổ và thích thú, buồn vui, thiện ác, sống chết... đều không đến với ta bằng tác nhân ngoại lai. Chúng chỉ là hậu quả của những tư tưởng và hành động của chúng ta. Chính hành động cũng xuất phát từ tư tưởng. Do đó trong guồng máy phức tạp của con người, tâm là yếu tố quan trọng vô cùng.

Hơn hai mươi sáu thế kỷ về trước, Đức Thích Tôn Từ Phụ đã từng nhắc nhở tứ chúng hãy tự mình chuyển hóa rồi sẽ thấy. Thế gian đa dạng, chúng sanh đa loại, thế sự đa đoan, không mong gì ai cũng theo ý mình, không mong gì ai cũng chuyển hóa. Chính vì thế nên trong Luận Bảo Vương Tam Muội, Đức Phật đã dạy rằng: “Lấy bệnh khổ làm thuốc thân, lấy hoạn nạn làm giải thoát, lấy khúc mắc làm thú vị, lấy ma chướng làm bạn đạo, lấy khó khăn làm thích thú, lấy kẻ tệ bạc làm người giúp đỡ, lấy người chống đối làm nơi ngao du, coi thi ân như đôi dép bỏ, lấy sự xả bỏ làm vinh hoa, nhìn oan ức như cửa ngõ đạo hạnh.”

Đức Thế Tôn đã nhìn thấy rõ tâm tánh của chúng sanh trong phàm tình thế tục, thế nên Ngài mới khuyến tấn các đệ tử của Ngài nên lấy sự tự chuyển hóa làm kim chỉ nam trong vấn đề tu tập. Thế gian đa sự, trở ngại thì nhiều thông suốt thì ít, nên Phật dạy rõ ràng hãy chấp nhận trở ngại thì lại được thông suốt. Ngược lại, hãy cầu mong thông suốt thì sẽ bị trở ngại. Nếu người con Phật chịu bình tâm suy gẫm những gì xảy đến với mình đều có như duyên của nó, chứ không phải là sự trùng hợp ngẫu nhiên. Hiểu được như vậy, chúng ta sẽ thấy ngay rằng, bệnh khổ, hoạn nạn, khúc mắc, chướng ngại, khó khăn. Kẻ tệ bạc, người chống đối, sự oan ức không tự nhiên mà đến. Chúng ta đã từng gieo nhân tạo duyên cho những thứ này trong quá khứ, hoặc trong đời quá khứ. Đã gieo nhân tạo duyên, không cơ gì mà quả không trở. Vậy thì cho dù chúng ta có mong cầu hay nguyện cầu thế mấy cũng chỉ phí mất thì giờ và gây loạn động thân tâm thêm thôi, vì quả rồi sẽ trở. Chính vì vậy mà Đức Từ Phụ đã từng khẳng định với tứ chúng rằng chỉ có sự “tự chuyển hóa” là con đường gần nhất giúp ta trả quả giải nghiệp để ung dung tự tại đi vào nẻo Bồ Đề.

Chúng ta ai lại không biết “bệnh từ khẩu nhập, họa từ khẩu xuất.” Thế nhưng miệng này vẫn nhập những thứ gây ra bệnh hoạn, vẫn uống những chất cay độc; và miệng này vẫn không ngừng nghỉ cho ra những thứ gây ra họa hoạn, vẫn ngày ngày nói dối, nói lừa hai chiều, nói lời độc ác đâm thọc. Chúng ta đã từ vô thủy gây tội, tạo nghiệp do bởi tham, sân, si phát sanh từ thân, miệng, ý. Nay muốn “tự chuyển hóa” để hóa giải nghiệp chướng không phải là chuyện của một ngày một bữa, không phải chỉ tụng kinh, niệm Phật hay ngồi thiền dăm ba cử mà đoạn trừ được nhứt thiết chướng duyên phiền não. Lại càng không cầu lạy Phật Tổ để Ngài ban cho mình đừng bệnh khổ, hay hoạn

nạn. Người Phật tử chơn thuần phải tích cực chấm dứt nhập khẩu (cho vào miệng) những chất có thể gây ra bệnh khổ, cũng như chấm dứt xuất khẩu (nói ra) những lời có thể chuốc họa vào thân.

Hãy nhìn xem trên mặt địa cầu này, xen lẫn từ bình nguyên, đến núi non, biển cả, sông ngòi, ghềnh thác có nơi nào bằng phẳng và không trở ngại đâu? Thế mà khi tu đạo chúng ta lại mong cầu cho không bị chướng ngại. Núi non và biển cả phải trải qua nhiều nguyên đại chuyển biến của địa cầu, chứ không tự nhiên mà có. Đường đời cũng vậy, trở ngại không tự dừng đến. Có thể một kiếp nào đó trong quá khứ, ta đã từng gây tội tạo nghiệp, ta đã gây trở ngại cũng như làm người khác vướng mắc trong cuộc sống cuộc tu của họ, thế nên giờ này phải trả. Phải chi chúng ta không có Phật Tổ thì cũng cam, đằng này Phật Tổ đã ân cần chỉ dạy tận tường, thế mà chúng ta không chịu phát nguyện lớn, quy mệnh chư Phật mười phương, làm một cuộc cúng dường cao tuyệt, quả là uổng cho một kiếp người. Từ ngày Thích Tôn thành đạo đến nay đã gần hai mươi sáu thế kỷ, thế mà lời dạy ân cần của Ngài vẫn còn vang vọng như mới hôm nào.

Người con Phật phải trả nghiệp bằng cách nào? Ai trong chúng ta đều cũng phải công nhận rằng chúng ta luôn có khuynh hướng đi xuống, chứ không đi lên. Dù chúng ta cố gắng giữ gìn giới luật thế mấy, hoặc dù chúng ta cố gắng tu hành thiện pháp thế mấy, thì trong tận cùng của mỗi người chúng ta lửa vẫn âm ỉ cháy ngầm, từ lửa tham, sân, si, đến lửa mạn, nghi, tà kiến, ác kiến. Bên trong lớp vỏ nhân hậu thuần lương, ai trong chúng ta cũng phải đau xót mà công nhận rằng những mầm mống tham lam, ích kỷ, tật đố, ghét ganh, độc ác vẫn ngầm cuộn cuộn bên trong. Hãy tự thành thật với chính mình rồi sẽ thấy, càng được người cung kính bao nhiêu, thì chúng ta phải cần nên cẩn trọng bấy nhiêu, vì chúng ta nào có xứng đáng với những tán tụng này? Như vậy con đường “tự chuyển hóa” duy nhất của người con Phật là con đường tự mình giải tội hóa nghiệp cho mình, con đường tự xem trở ngại như bạn đạo làm cho chí nguyện ta thêm kiên cường trên bước đường tu tập.

Cũng như vậy, oan khiên không tự nhiên mà ập đến với mình. Nếu tiền kiếp mười đời của Ngô Đạt là Diên Án, không xử oan Triệu Thố thì làm gì một bậc Quốc Sư tiếng tăm lẫy lừng như Ngô Đạt, lại phải lang thang trả nghiệp trong suốt mấy năm liền? Người con Phật chơn thuần nên luôn nhớ rằng hễ gieo nhân, tạo duyên là phải lãnh quả,

không thể nghĩ bàn. Không cố gì gieo ốt mà gặt cam hay không gặt gì hết! Nếu đã gieo ốt, lại tưới nước bón phân (tạo duyên), thì ốt phải nảy mầm phát triển, và cuối cùng quả ốt phải trở. Người con Phật phải thấy rõ như vậy để biết rằng nhiều khi mình cho là “oan” nhưng lại chẳng “oan” tí nào, vì biết đâu rằng đó chỉ là hậu quả tất yếu của tiền nghiệp mà thôi. Thế nên Đức Từ Phụ đã dạy tứ chúng hãy tự chuyển hóa bằng cách ung dung trả nghiệp. Hãy coi oan ức như cửa ngõ đưa mình vào cung điện của “đạo hạnh.” Cung điện “đạo hạnh” dù không thấy cũng như không ai trong chúng ta có thể sờ mó được bằng thân thể, nhưng không ai trong chúng ta không thể không một lần bước qua nếu muốn trở thành người con Phật chơn thuần. Xin mọi người chúng ta hãy can đảm thêm lên hỡi những người con Phật! Tiền của vật chất mà thường tình thế tục cho là quý báu, cũng cần cho cuộc sống hằng ngày, nhưng không phải là điều kiện tất yếu. Hãy tự suy gẫm lại mà xem coi tài, sắc, danh, thực, thù có giúp ích gì cho chúng ta trong cuộc sống cuộc tu hôm nay hay không? Thừa không đâu quý vị ạ! Báu vật của người biết tu phải là “giới đức và đạo hạnh.” Người biết tu luôn tự tạo cho mình cơ hội tiến tu và phát triển trí tuệ trong mọi tình huống, vì chỉ có trí tuệ mới có khả năng giúp chúng ta soi thấu bản mặt thật của vạn hữu. Chỉ có trí tuệ mới giúp cho chúng ta thấu triệt tánh chất vô thường, huyễn ảo của ngũ dục trần thế. Chỉ có trí tuệ mới giúp được ta biệ biệt thiên viên, chánh tà, chân ngụy, tiểu đại, thiện ác, tốt xấu, thị phi. Chỉ có trí tuệ mới giúp chúng ta không che dấu lỗi mình, cũng như không bươi móc lỗi người. Chỉ có trí tuệ mới giúp cho chúng ta thấy được rằng trên bước đường tu hành khó giữ “sơ tâm” vô cùng, vì sơ tâm cũng giống như một cục “pin” mới, nếu không khéo, chúng ta chỉ biết có xài mà không biết đến việc gìn giữ và nuôi dưỡng cái sơ tâm ấy.

Ngoài ra, Đức Phật còn dạy những phương cách tự chuyển hóa thù thắng khác nhằm giúp chúng ta tự thanh tịnh và hưởng thụ ngay trong đời này kiếp này. Muốn tự chuyển hóa bản thân bản tâm, người tại gia dù phải đương đầu với vô vàn chướng duyên nghịch cảnh, con đường duy nhất vẫn là “trì giới.” Giới luật của nhà Phật chính là ngọn “hải đăng,” là sao “Bắc Đẩu” giúp chúng ta không lầm đường lạc nẻo trên đường trở về đất Phật. Hành trì giới luật còn giúp chúng ta xa lìa tà nghiệp, giữ thân khỏi phóng túng, giữ tâm không buông lung. Giới luật chẳng những giúp ta tiết chế danh, tài, sắc, thực, thù; mà còn

giúp ta giữ gìn chánh niệm để mắt không ngó điều bất chánh, tai không nghe lời tà vạy, miệng không nói lời ác độc, mũi không ham thích mùi thơm, lưỡi không thèm khát vị ngon, thân không ham muốn những xúc chạm êm ái. Người Phật tử chơn thuần luôn tự chuyển hóa bằng cách luôn biết hổ thẹn trước những việc làm sai trái, phải luôn tinh tấn tu hành vì quý vô thường lúc nào cũng rình rập lấy mình. Người Phật tử chơn thuần phải luôn nhớ rằng ai trong chúng ta rồi cũng phải ra đi với hai bàn tay không, cuộc đời vô thường này sẽ đòi lại tất cả những cái mà chúng ta gọi là “có.” Như vậy rồi rồi chúng ta không “có” cái gì hết ngoại trừ những “nghiệp báo” còn sót lại. Người Phật tử chơn thuần phải luôn thấy rằng tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng là những con rắn độc, nếu chúng ta chịu đi với chúng thì không chóng cũng chầy, chúng ta sẽ quay lại giết hại chúng ta. Chính vì thế mà Đức Phật đã dạy muốn tự chuyển hóa trước nhất phải tự mình đối trị sự nóng giận. Khi sân giận phát sinh, mình phải biết nó đang phát sinh để tìm cách chặn đứng hoặc làm cho nó dịu xuống. Muốn dứt trừ sân giận, con đường tự chuyển hóa thù thắng là phải “nhẫn nhục.” Nhẫn những cái đáng nhẫn và nhẫn luôn những cái không đáng nhẫn. Kỳ thật, chúng sanh bị vô minh che lấp nên chúng ta còn thấy cái đáng nhẫn và cái không đáng nhẫn, chứ với chư Phật, cái “nhẫn” nào cũng nên và cũng đáng như nhau. Nhẫn, nhẫn, nhẫn, oan gia từng thử tận. Nhẫn là sự tự chuyển hóa nhằm chấm dứt sân giận tuyệt vời nhất. Người con Phật nên luôn nhớ không chỉ nhẫn nhục trước những nghịch cảnh khó khăn, những khúc mắc ma chướng hay những oan gia trái nghiệp, mà còn phải để ý theo dõi những cám dỗ của thuận cảnh nữa. Phải biết rằng trong các thứ lửa, lửa “sân” là tàn độc nhất, nó không chỉ thiêu đốt cả rừng công đức, mà nó còn đoạn tận sự tu tập ngàn đời của ta. Hãy cố gắng theo dõi những biến chuyển thật vi tế trong ta để biết và để thấy rằng “tật đồ” của người còn dễ thấy dễ nói, chứ “tật đồ” của mình thì khó thấy và khó biết vô cùng. Chúng ta thường hay phản ứng nhất thời và nông nổi mỗi khi gặp chuyện gì bất toại. Thí dụ như khi gặp trở ngại và bạc đãi là liền giận dỗi bỏ đi, còn khi gặp những thứ mình ái mộ ham thích, thì chúng ta thường hay lưu luyến trú mến. Khi nghe lời nói vuốt ve nịnh bợ thì chúng ta thích thú và muốn nghe hoài. Ngược lại, chúng ta chán ghét những ai nói lời chân thật khó nghe, chúng ta không bao giờ muốn nghe những điều “trung ngôn” với những lẽ thật phũ phàng. Chính vì



thế mà Đức Từ Phụ đã khẳng định với tứ chúng rằng “nhẫn nhục” là một phương pháp “tự chuyển hóa” và “cảm hóa” tuyệt vời nhất. Hơn nữa người tu theo Phật lúc nào cũng nhớ kim chỉ nam của người tu theo Phật: “cứu khổ ban vui.” Nghĩa là lúc nào người con Phật cũng canh cánh bên lòng cái tâm nguyện đem an lạc và hạnh phúc tới cho kẻ khác. Như vậy mỗi khi sắp sửa sân giận, người con Phật nên một phút lắng lòng xem coi mình là ai, nếu còn thấy mình là con Phật với đầy đủ lòng từ bi, thì thương xót chúng sanh không hết, ai nỡ nào lại sân giận?

Con đường “tự chuyển hóa” trong đạo Phật không phải là sự đè nén hau dồn nén những cảm thọ, mà là phương pháp tự giúp cho tâm phơi bày tất cả những trục trặc hay trở ngại để rồi tìm cách tận diệt chúng. Chẳng hạn như “nhẫn nhục.” Nhẫn nhục không phải là sự đè nén bởi sợ sệt sự cưỡng bạo của kẻ ác cho qua thời qua buổi. Người con Phật vì thấy rõ tai hại của sân hận nên nhẫn nhục, nên không dùng bạo động, thế thôi! Cũng như vậy, nhún nhường không là một sự hạ mình một cách hèn hạ, mà là tự hạ mình để cùng hòa mình với mọi người. Nhún nhường hay khiêm cung từ tốn là một cách “tự chuyển hóa” tuyệt vời, vì do bởi nhún nhường mà kiêu mạn đoạn tận, do bởi nhún nhường mà ta luôn biết phục thiện, luôn dám can đảm sám hối mọi tội lỗi, do bởi nhún nhường mà ta luôn thấy ta kém cỏi, người hay ho, từ đó ta mới ưa cung kính và cầu học với các bậc trưởng thượng, cũng từ đó ta mới được tha nhân yêu kính. Nhún nhường không phải là sự tăng bốc hay đua nịnh người khác. Nhún nhường làm cho con người trở nên cao thượng, trong khi đua nịnh tăng bốc làm cho con người trở nên hèn hạ và mất hết phẩm giá. Người con Phật luôn giữ cho tâm ngay thẳng, luôn khiêm cung từ tốn, nhưng không tự hạ mình để a dua tăng bốc một ai.

Bên cạnh những pháp môn “tự chuyển hóa” trên, thiếu dục tri túc (ít ham muốn mà thường hay biết đủ) cũng là một phương cách “tự chuyển hóa” tuyệt vời. Đức Phật vẫn thường dạy: “vì ham muốn đua đòi nhiều mà con người phải chịu khổ đau phiền não nhiều.” Như vậy muốn tự chuyển hóa để cuộc đời giảm đi khổ não thì chúng ta phải luôn ít ham muốn mà thường hay biết đủ. Lòng tham của chúng sanh là vô cùng vô tận, ham danh, ham tài, ham sắc, ham ăn, ham ngủ nghỉ. Hễ ham muốn được toại nguyện thì cười vui thỏa thích, ví bằng bất toại thì khổ não u sầu. Trên đời này đâu có cái gì cho không, thế nên

để thỏa mãn sự ham muốn, chúng ta phải trang bị đầy đủ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng do đó mà ta cứ gây nhân tạo nghiệp và hậu quả là phải liên tục lăn trôi trả quả. Người tại gia, nếu chưa diệt dục được như chư Phật và chư Bồ Tát, thì cũng nên thiếu dục tri túc để “tự chuyển hóa” dần dần những nghiệp chướng từ vô thỉ. Phải cố mà ít ham muốn và thường hay biết đủ mới mong giải thoát khỏi mọi hệ lụy của khổ đau phiền não và thoát khỏi bể trầm luân. Người con Phật chẳng những luôn thiếu dục tri túc, mà còn phải cố gắng tinh tấn tu trì những lời Phật dạy mới mong “tự chuyển hóa” một phàm nhân thành thánh nhân, một chúng sanh thành Phật. Hành thiện không hành ác, không nói suông mà được. Trí tuệ chân thật không đọc sách mà có. Tội lỗi nghiệp chướng không lấy nước rửa mà hết được. Muốn hành thiện không hành ác, muốn có trí tuệ, muốn giải trừ nghiệp chướng chúng ta phải liên tục “tự chuyển hóa,” và chuyển hóa liên tục không ngừng nghỉ, không mỗi mội, không thối chuyển. Làn được như vậy chúng ta mới mong đoạn trừ hết thủy phiền não để đi đến quả vị vô thượng Niết Bàn. Mong cho ai nấy đều có khả năng vâng giữ lời Phật dạy để “tự chuyển hóa” và cùng giúp nhau chuyển hóa, để một ngày không xa nào đó, pháp giới chúng sanh đồng thành Phật quả. Mong lắm thay!!!

## *Chương Hai Mươi Hai*

### *Nơi Cao Siêu Tột Cùng Của Đạo Phật*

Đạo Phật là đạo thế nào mà một cư sĩ dốt cả chữ lẫn pháp như Huệ Năng lại được Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn trao truyền y bát làm Tổ đời thứ sáu của Thiền Phái Thiếu Lâm? Đạo Phật là đạo thế nào mà một thầy giáo thọ tinh thông tam tạng kinh điển, có khả năng giảng pháp thao thao bất tuyệt, và đã từng làm giáo thọ sư cho cả ngàn đồ chúng như Đại Sư Thần Tú, lại phải đi về phương Bắc với vẻ chán chường khi biết thầy mình đã trao y bát cho Huệ Năng? Theo Đức Phật thì đạo Phật không là một cái gì cao xa không nắm bắt được; đạo Phật cũng chẳng là lời nói bí mật; đạo Phật lại càng không phải là thần quyền hay mê tín dị đoan. Đạo Phật không viển vông hay giáo điều. Ngược lại, đạo Phật nhắm thẳng hướng đi thực tiễn cho nhân loại. Điểm cao siêu tột cùng của đạo Phật là liễu sanh thoát tử, là giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, cũng như vượt thoát mọi hệ lụy của khổ đau phiền não, san bằng mọi bất công của xã hội để mọi người đều có một cuộc sống tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc như nhau.

Trong đạo Phật, không ai phải vâng phục ai. Trong đạo Phật Phật, không có ai là Phạm Thiên, hay Sát Đế Lợi (vua chúa), lại cũng chẳng có ai là Phệ Xá (nông, công, thương) hay Thủ Đà La (nô lệ). Theo Phật, chỉ có những chúng sanh bình đẳng. Đạo Phật nhìn con người qua phẩm hạnh, đạo đức và trí tuệ, chứ không phải là giàu sang quyền quý. Nơi cao siêu tột cùng của đạo Phật là ở chỗ con người dám bỏ ác làm lành và tự thanh tịnh hóa chính mình. Nơi đó con người dám noi gương Đức Phật để cải thiện bản thân, gia đình và xã hội cho được tốt đẹp hơn. Nơi cao siêu tột cùng của đạo Phật là nơi mà một con người bình thường dám can đảm loại bỏ phàm tánh để trở thành ưu việt, là nơi mà con người dám lội ngược dòng vô minh, tham ái, chấp trước để được sống đời an nhiên tự tại. Thật đúng như vậy, nơi cao siêu tột cùng của đạo Phật là nơi mà mọi thứ đều được buông bỏ, buông bỏ và buông bỏ, từ ý nghĩ đến lời nói và hành động. Hãy nhìn tấm gương rạng ngời của Đức Từ Phụ rồi sẽ thấy, càng gần lúc nhập diệt, cuộc sống cuộc tu của Thế Tôn càng đơn giản, đạm bạc, lời nói của Ngài càng trở nên bình dị khiêm nhường. Với Ngài, vạn pháp ở ngay trong tâm chứ không ở hình tướng bên ngoài. Tu là tự trở về chứ chẳng phải đi đâu, nên Ngài đã

quay về với chính mình, phản quang tự kỷ và tận diệt tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng đến độ cả thân, khẩu, ý đều trong sạch. Ngài đã tận diệt cái “Ngã” từ thô thiển đến vi tế. Chúng hội của Ngài có nơi nào dưới 1250 vị đâu? Thế nhưng Ngài luôn tâm niệm như như: giảng kinh nói pháp để hóa độ chúng sanh chứ không phải để thu thập nhân tài cho giáo đoàn. Ngài đã từ bỏ quần là áo lụa, cao lương mỹ vị, cũng như kẻ hầu người hạ để ăn cơm hẩm, uống nước lạt, mặc áo thô, đi chân đất. Ngài đã từ bỏ cung vàng điện ngọc để một thân một mình vạn lý du. Đi đâu đến đâu Ngài cũng nhìn mọi người bằng ánh mắt từ bi hỷ xả. Đó! Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật đơn giản và rõ ràng qua nếp sống tu trì của chính Thế Tôn.

Tuy nhiên, bản chất cố hữu của đạo Phật là nói dễ khó làm. Chính vì thế mà đã gần hai ngàn sáu trăm năm nay, bao nhiêu người đã nói được về cái nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật, nhưng chả bao giờ đi tới được như Thế Tôn đã tới năm xưa. Nói hết mê là ngộ, nhưng chừng nào chúng ta mới chịu hết mê để được ngộ đây? Chỉ một việc nhỏ “hết mê được ngộ” mà chúng ta còn chưa làm được, chứ đừng nói chi đến chuyện thành đạo như Phật Tổ năm xưa. Cái trục trặc chính của chúng ta là chẳng bao giờ mình chịu đoái hoài đến kho báu nhà mình, mà cứ chạy đông chạy tây. Hãy tự thành thật với chính mình xem coi một ngày 24 giờ, 1440 phút, 86.400 giây, chúng ta đã được chúng ta có được mấy giây ngộ và mấy giờ mê? Thật tình mà nói, chưa chắc gì chúng ta đã có được 6.400 giây ngộ, nghĩa là chưa ngộ được lấy dăm ba phút. Những người con Phật hãy bình tâm suy gẫm lại mà xem. Phật đã là một tấm gương sống quá rõ ràng, thế nhưng chúng ta lại cố tình không chịu thấy. Phật dạy vạn vật vô thường huyễn giả, thế mà chúng ta vẫn cứ nhìn mọi thứ như thường hằng và có thật, từ danh vọng, quyền uy, địa vị, đến tiền bạc, xác thân, gia đình. Phật dạy mọi thứ ở đời hợp là chờ tan, thành là chờ hoại, sanh là chờ tử thế mà chúng ta cứ ngỡ hợp này là hợp mãi, thành này là vĩnh hằng, sanh này là trường sanh bất tử thì làm sao mà không khổ đây?

Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật là hành từ bi hỷ xả. Từ bi là lòng từ thiện và khoan dung. Đây là hai đức tính chủ yếu của Phật giáo, cơ sở trạng thái tinh thần của một vị Bồ Tát với lòng từ thiện và khoan dung với mọi người. Từ thiện và khoan dung là kết quả của việc thông hiểu trong chư pháp không có cái tôi. Từ thiện và thông cảm lớn, trong đó không có dấu vết của sự

phân biệt và sự chi phối, đặc trưng của chư Phật. Từ bi là một trong những cửa ngõ quan trọng đi đến đại giác, vì nhờ đó mà thiện căn lướt thắng và cũng từ đó mà chúng ta không làm tổn hại chúng sanh. Hỷ là niềm vui chia sẻ, niềm vui khi thấy người khác hạnh phúc. Thực tập Hạnh “hỷ” nhằm giúp chống lại tật xấu là vui trên niềm bất hạnh của kẻ khác, và cũng nhằm xóa bỏ sự phân biệt giữa ta và người. tâm hỷ trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thấy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm hỷ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Hỷ tâm còn là tâm vui khi thấy người thành công thịnh vượng. Thái độ khen ngợi hay chúc mừng này giúp loại bỏ tánh ganh tỵ bất mãn với sự thành công của người. Vui vẻ hay hoan hỷ xả bỏ sẽ đưa đến trạng thái hững hờ trước những vui khổ hay độc lập với cả hai thứ này. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “An trụ trong căn nhà Từ Bi Hỷ Xả ấy chính là một nơi kiên cố nhất, nơi bảo vệ cho thân tâm ta được an toàn trước mọi kẻ thù phiền não và sân hận. Nơi đó ta sẽ có sự an lạc.” Thế nên, Phật tử chơn thuần nên luôn xem từ bi lớn làm nhà, nhu hòa nhẫn nhục làm y áo, và các pháp không làm tòa.

Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật cho những người tại gia là dám noi gương từ bi hỷ xả của Đức Phật và dám áp dụng những điều này vào nếp sống thực tiễn hằng ngày. Dám thấy tham, sân, si, mạn. Nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng là những con rắn độc, nên cương quyết chối từ làm nô lệ cho chúng. Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật không phải là những kinh điển đệ nhất của giáo lý, cũng không phải là những bài thuyết pháp thâm sâu, mà là hiện thực từ bi hỷ xả, bác ái vị tha, khiêm cung từ tốn, bố thí lợi tha, ái ngôn ái ngữ là khuyến tấn mọi người cùng tích cực yêu thương nhau, giúp đỡ lẫn nhau trong nếp sống cá nhân, gia đình, xã hội, làng nước, để mọi người cùng được an lạc hạnh phúc trong cuộc sống hiện tại và cùng nhau hành trình về đất Phật. Đồng ý nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật là giải thoát rốt ráo, là Niết Bàn miên viễn, nhưng trong đời sống hiện tại, giáo lý nhà Phật vẫn luôn thực tiễn cho tiến trình tốt đạo đẹp đời. Giáo lý ấy vẫn luôn là những chất liệu cần thiết cho một xã hội mẫu mực trong hiện tại. Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật là tấm gương sống rạng ngời của Đức Từ Phụ; nơi có sự kết hợp hài hòa giữa từ bi và trí tuệ, giữa tri thức và hành động; nơi có đầy đủ đại hùng, đại lực và đại từ bi; nơi đó nếp sống của con người luôn hồn nhiên; nơi luôn có sự nhịp nhàng giữa tâm hồn và thể xác. Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật luôn thiếu

vắng những tự phụ kiêu căng và luôn sẵn sàng tiếp nhận hoa thơm cỏ lạ từ bất cứ phương trời nào đưa tới. Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật không độc tôn dành cho riêng Phật, cũng không độc tôn dành cho riêng những người con Phật. Chính Đức Từ Phụ đã khẳng quyết một giáo lý vô biên cương cho đạo Phật: “Cái gì hợp với lẽ phải đạo đức và chơn lý, cái đó thuộc về đạo Phật.” Vâng! Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật là hình ảnh của những lẽ phải, chân lý và đạo đức, là những mẫu người lương thiện, là một cuộc sống an lành hạnh phúc. Nơi đó không có sự hành hạ của tam độc (tha, sân, Si) và lục tặc (sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp). Nơi đó không có sự say mê, cố chấp, gạt lường, ganh ty, giận hờn, đố kỵ. Nơi cao siêu tốt cùng của đạo Phật là nơi mà mọi người, từ xuất gia đến tại gia đều nhiếp tâm bố thí, trì giới, nhẫn nhục là nơi mà mọi người đều sống chung yêu thương và giúp đỡ lẫn nhau, không tranh đua hơn thiệt, cùng hòa hợp tư tưởng. Nơi đó mọi người đều được bình đẳng về nhân phẩm, quyền sống, sự sống... Mọi người luôn tự biết trách nhiệm của mình, chứ không trách trời oán đất, dù trong bất cứ tình huống nào. Nơi tốt cùng cao siêu của đạo Phật không phải là nơi hư vô chân không. Ngược lại, nơi đó có đầy đủ thiện ác, duy chỉ một điều khác biệt là chúng sanh trong cõi nước ấy, mỗi khi lầm lỗi liền biết và liền sửa lỗi, và những ai làm thiện đều được mọi người hoan hỷ khuyến tấn, những ai phạm ác thì liền tự biết, tự sám hối và tự sửa chữa. Hãy nhìn lại mà xem hỡi những người con Phật! Nơi ấy là đây, là cuộc sống trong từng giây phút hiện tại, nơi có đủ đầy sinh, trụ, dị, diệt, nhưng nào có thua chi cõi nước Cực Lạc của Đức Phật A Di Đà?

## *Chương Hai Mười Ba*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Từ Bỏ Tham Sân Si*

Theo Phật giáo, tham lam là tham lam đối với tài sản người khác có nghĩa là tìm cách để chiếm đoạt vật không phải của mình. Tham lam còn được diễn dịch như là bị nhiễm ô và trói buộc vào ngũ dục. Khi tham lam nằm trong tâm ý của chúng ta thì không người nào khác thấy được vì nó vô hình vô tướng. Nhưng tâm tham này lại có thể khiến chúng ta làm những việc xu nịnh, đút lót, lừa đảo hay trộm cắp để đạt được những điều mà chúng ta mong muốn. Tham là căn bất thiện đầu tiên che đậy lòng tham tự kỷ, sự ao ước, luyến ái và chấp trước. Tánh của nó là bám víu vào một sự vật nào đó hay tham lam đắm nhiễm những gì nó ưa thích. Nghiệp dụng của nó là sự bám chặt, như thịt bám chặt vào chảo. Nó hiện lên áp chế khi chúng ta không chịu buông bỏ. Nguyên nhân gần đưa đến tham là vì chúng ta chỉ thấy sự hưởng thụ trong sự việc. Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có hai điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp tham lam: Thứ nhất là vật sở hữu của người khác. Thứ nhì là tâm thèm muốn, ước mong được làm chủ vật ấy. Cũng theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, hậu quả tất yếu của tham lam là không bao giờ được mãn nguyện. Sân hận là sự đáp lại cảm xúc đối với việc gì không thích đáng hay không công bằng. Nếu không đạt được cái mình ham muốn cũng có thể đưa đến sân hận. Sân hận liên hệ tới việc tự bảo vệ mình. Tuy nhiên, theo giáo thuyết nhà Phật thì sân hận tự biểu lộ trong nó một tư cách thô lỗ, phá mất hành giả một cách hữu hiệu nhất. Chính vì thế mà trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy để chế ngự sân hận, chúng ta phải phát triển lòng từ bi bằng cách thiền quán vào lòng từ bi. Theo Phật giáo, căn bản của sự sân giận thường thường là do sự sợ hãi mà ra. Vì khi chúng ta nổi giận lên thường chúng ta không còn sợ hãi điều gì nữa, tuy nhiên, đây chỉ là một loại năng lượng mù quáng. Năng lượng của sự giận dữ có tính cách tàn phá và không xây dựng được chuyện gì hết. Thật vậy, giận dữ thái quá có thể dẫn đến việc tự mình kết liễu đời mình. Vì vậy Đức Phật dạy: “Khi mình giận ai, hãy lui lại và ráng mà nghĩ đến một vài điều tốt của người ấy. Làm được như vậy, cơn giận tự nó sẽ nguôi đi.” Có một người đang chèo một chiếc

thuyền ngược dòng sông vào một sáng sương mù dày đặc. Bỗng nhiên, ở chiều ngược lại, anh ta chợt thấy một chiếc thuyền đang đi ngược lại, chẳng những không muốn tránh mà lại còn đâm thẳng đến thuyền của mình. Người đàn ông la lớn: "Coi chừng!" nhưng chiếc thuyền kia vẫn đâm thẳng vào và suýt làm chìm thuyền của anh ta. Người đàn ông giận dữ lên tiếng chửi rủa người bên chiếc thuyền kia. Nhưng khi anh ta nhìn kỹ lại thì anh ta thấy bên chiếc thuyền kia chẳng có một ai. Trong khi đó tâm ngu si mê muội đối với sự lý, không tin nhân quả luân hồi, nghi ngờ chánh pháp. Trong Phật giáo, si mê đồng nghĩa với vô minh. Bản chất của nó là làm cho tinh thần chúng ta mù quáng hay chẳng biết gì. Nhiệm vụ của nó là làm cho chúng ta không thấu suốt được bản chất thật của sự vật. Nó hiện đến khi chúng ta không có chánh kiến. Nó chính là gốc rễ của tất cả những nghiệp bất thiện.

Đạo Phật mà Đức Thế Tôn đã khai mở cách nay trên hai mươi lăm thế kỷ, vừa là con đường sống hạnh phúc, mà cũng vừa là một lối đạo giải thoát tuyệt vời có một không hai trên địa cầu này. Đừng ai tưởng đạo Phật chỉ khô cứng về giáo lý "vô ngã," "không" và "Niết Bàn." Đạo Phật không bác bỏ tín ngưỡng; tuy nhiên, đạo Phật không đơn thuần dựa trên tín ngưỡng. Kỳ thật, đạo Phật được dựa trên nền tảng của trí tuệ và chơn lý. Chính Phật Tổ Gotama, một nhà cách mạng tâm linh vô tiền khoáng hậu, đã làm rung chuyển tận gốc rễ những mắc xích của vô minh và mù quáng. Ngài đã đồng dục dống lên một tiếng chuông, mà trên suốt hai mươi lăm thế kỷ nay, vẫn vang vọng và sẽ còn vang vọng mãi mãi: "Đừng nên vội tin một điều gì, dù điều đó được nhắc nhở đến luôn. Đừng nên vội tin một điều gì, dù đó là di tích của người xưa hay tập tục cổ truyền để lại và bắt ta phải tin. Đừng nên vội tin một điều gì, dù điều ấy đã được những người trọng vọng binh vực hay đã được ghi chép trong kinh sách. Đừng nên vội tin một điều gì, dù điều đó do một vị thầy tu đáng tôn kính hay một nhà truyền giáo tài ba nói ra. Ngược lại, chỉ nên tin vào sự thật đã được xác nhận rõ ràng là phù hợp với lẽ phải và đạo đức, tạo thành an lạc cho mình, cho người, cho đời và cho chúng sanh mọi loài." Đây chính là cội nguồn, là cốt tủy, là trí tuệ, và là chơn lý của đạo Phật. Người con Phật dám nói sinh ra là khổ, già yếu bệnh hoạn là khổ, chết là khổ, cái gì không ưa mà cứ mãi gặp là khổ, cái gì muốn mà không được toại nguyện là khổ. Không phải nói để bi quan yếm thế, và cũng không phải nói để sầu bi khổ não. Ngược lại, người con Phật dám nói cho rõ ra để mà đối đầu



và tận diệt những cái khổ này. Nói ra để tự cảnh tỉnh mình rằng không thấy một pháp nào khác có thể tận diệt được cái “khổ” ngoài Phật pháp. Phật Tổ đã không từng khẳng định cội nguồn của đau khổ là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng hay sao? Như vậy hậu bối chúng ta há có con đường nào khác để đi? Thật là rõ ràng, hễ bất tịnh thì tham dục chưa sanh sẽ sanh, tham dục đã sanh sẽ tăng trưởng. Hễ đối ngại thì sân chưa sanh sẽ sanh, sân hận đã sanh sẽ tăng trưởng. Hễ biếng nhác, chán nản, bội thực, và không hân hoan thì hôn trầm chưa sanh sẽ sanh, hôn trầm đã tới sẽ tăng trưởng. Ngược lại hễ tâm chỉ biết như lý tác ý thì nghi hoặc chưa sanh sẽ không sanh, nghi hoặc đã sanh sẽ bị đoạn tận. Hễ từ tâm giải thoát thì sân hận chưa sanh sẽ không sanh, sân hận đã sanh sẽ được đoạn tận. Hễ tinh tấn và đồng mãnh thì thụy miên hôn trầm chưa sanh sẽ không phát khởi, hôn trầm thụy miên đã sanh sẽ được đoạn tận.

Phật Tổ đã sanh ra và lớn lên trong cung vàng điện ngọc, muốn gì được nấy, thế nhưng Ngài đã sớm giác ngộ ra rằng từ quý tộc đến cùng đinh, nào ai có thoát được sanh, già, bệnh, chết? Nên Ngài đã quyết từ bỏ tất cả vinh hoa phú quý của cuộc đời để dẫn thân vào con đường “Cô đơn vạn lý du.” Ngài đã từ bỏ cái gì? Cuộc đời hay tham, sân, si? Ngài ra đi trong lúc tuổi đang độ thanh xuân, lúc mà cả một vùng tương lai tươi sáng đang chờ đợi, một cuộc sống giàu sang và uy quyền tột đỉnh. Tuy nhiên, Ngài đã khám phá ra rằng cuộc đời từ quý tộc đến cùng đinh, dù sang hay hèn, dù giàu hay nghèo, đều chất chứa quá nhiều trục trặc do bởi tham, sân, si. Thế nên Ngài đã quyết từ bỏ chúng để ra đi tìm một cuộc sống thật với miên viễn an lạc. Ngài đã không từ bỏ cuộc đời, mà kỳ thật Ngài đi tìm lại cuộc đời thật đã bị quên lãng từ vô thủy. Phật Tổ mà còn phải kinh qua con đường sống tu như thế ấy cho đến khi giải thoát rốt ráo, huống là chúng ta? Chúng ta không có con đường nào khác đâu quý vị ơi! Xin hãy cố gắng từ bỏ cái tâm “vọng động” mà bấy lâu nay chúng ta đã bị vô minh sai sử nên cứ một bề ôm ấp và ngao du với nó trên mọi nẻo luân hồi sanh tử. Nếu chúng ta chưa được cái “vô tâm” như Phật Tổ thì ít ra người con Phật cũng phải hằng ngày hằng giờ sống được với “chánh niệm.” Những người con Phật chơn thuần hãy luôn canh cánh bên lòng những lời Phật dạy. Một bậc Chánh Đẳng Chánh Giác như Phật Tổ mà trước lúc nhập diệt Ngài cũng phải thốt ra một lời di giáo bất hủ cuối cùng: “Trong suốt 49 năm hoằng hóa, ta chưa từng nói một lời nào.” Lời Phật dạy đã

quá rõ ràng như thanh thiên bạch nhật, thế mà càng về thời xa Phật, nhưt là trong thời buổi hôm nay, thời buổi của nhân đàm hí luận nầy, thời buổi của những kẻ điên đảo mộng tưởng. Những kẻ nầy chỉ học được dăm ba chút giáo điển, hoặc học lóm được một vài câu thiền từ Thầy Tổ, rồi ngày ngày rong ruổi gây tội tạo nghiệp. Thật tình mà nói, những con kết dù có học được tiếng người, dù có lâu thông kinh điển trong vạn triệu kiếp, cũng không cách chi thành Phật vì chúng chỉ biết nói, chứ có hiểu biết gì đâu để mà hành trì? Những con kết nầy chỉ biết ngày ngày la hét, kinh nói sao, kết bèn nói vậy. Những người con Phật chơn thuần nên luôn cần trọng, kinh sách chỉ ghi lại những khái niệm về chơn lý và phương cách giúp cho những người con Phật hậu bối chúng ta đạt được chơn lý. Vấn đề trọng yếu trong đạo Phật vẫn là “tự thân hành trì và thực nghiệm” những gì mình đã học được từ Phật Tổ.

Phật tử chân thuần phải nên luôn nhớ rằng một trong những mục đích tu hành của người Phật tử là tự giải thoát mình khỏi ách khống chế của tham lam, sân hận và si mê. Để chế ngự những tư duy tham lam, sân hận và ganh tỵ và những tư duy khác mà con người phải chịu, chúng ta cần phải có nghị lực, siêng năng tinh tấn và tỉnh giác. Khi thoát khỏi những vướng bận của cuộc sống phố thị hoặc những lo toan vướng bận khác của cuộc đời, chúng ta không đến nỗi bị quyến rũ để đánh mất mình, nhưng khi hòa nhập vào nhịp sống xã hội, đó là lúc mà chúng ta cần phải tinh tấn để chặn đứng những sai sót, lầm lẫn của mình. Tu tập thiền định là sự trợ lực lớn lao giúp chúng ta điềm tĩnh khi đối diện với những tư duy xấu nầy. Người con Phật chơn thuần phải luôn nhớ rằng đạo Phật là đạo sống, niềm tin trong đạo Phật là niềm tin thực tiễn. Đạo Phật dạy người con Phật yêu mình, yêu người và yêu đời. Đạo Phật dạy Phật tử từ bỏ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, chứ không chối bỏ cuộc đời. Người con Phật dù đã tu lâu thế mấy, cũng không có gì để nói ngoài những yếu lý tối thượng của Phật Tổ:

“Tránh các điều ác,  
Làm các hạnh lành,  
Giữ cho tâm ý thanh sạch,  
Ấy lời Phật dạy.”

Thật tình mà nói, nếu để ý một chút chúng ta sẽ thấy rằng trong đạo Phật không có một giáo điều nào dạy Phật tử chán đời. Ngược lại, bất kỳ kinh điển nào cũng không ngoài nhắc nhở người con Phật từ bỏ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Người con Phật chơn thuần nên luôn cần trọng vậy!

## ***Chương Hai Mươi Bốn***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Thời Gian Không Chờ Đợi Ai***

Không gian và vũ trụ xoay vần không ngừng nghỉ, không một ngoại lệ nào có thể thoát ra khỏi vòng sinh trụ dị diệt của vô thường. Con người chúng ta cũng vậy, chúng ta đang bị luật vô thường đưa đến chỗ dị diệt từng giây từng phút. Một ngày ta sống là một ngày ta chết dần. Thời gian cứ luống qua và tiếp tục luống qua, chứ nó không chờ không đợi một ai. Những người con Phật hãy tự hỏi xem coi chúng ta đang sống đang tu như thế nào? Hãy tự hỏi coi ta có đủ niềm tin vào giáo pháp Phật hay không? Chúng ta đang sống rộng lượng hay vẫn còn tham lam bôn sển? Chúng ta đang có làm chủ lực căn hay vẫn đang bị chúng khống chế và hoành hành thân tâm nầy? Những người con hãy bình tâm tự xét xem coi chúng ta đang có cái nhìn “như thị” hay vẫn còn định kiến, biên kiến, tà kiến thiên lệch hẹp hòi?

Kỳ thật, cá nhân, gia đình và xã hội hôm nay sở dĩ phải sa vươngng vào trầm luân khổ hải cũng chỉ vì tham lam, bôn sển, ích kỷ, ganh tỵ, hiềm khích, sân hận, si mê, trụ lạc và sa đọa. Chúng ta đã lăn trôi từ vô lượng kiếp cũng chỉ vì những thứ nầy. Thời gian cứ trôi và trôi mãi, thế mà chúng ta hết sanh lại tử, hết tử lại sanh. Thời gian không chờ không đợi một ai, thế mà chúng ta cứ chần chừ lần lựa mãi. Những người con Phật chớ thuận hãy nhìn lại chính mình mà xem, coi mình còn được bao nhiêu thời gian nữa? Không còn bao lâu nữa thì thân tứ đại nầy sẽ phải trả về cho tứ đại. Thế mà cho tới giờ nầy chúng ta vẫn chưa học xong đạo đức và phẩm hạnh của một con người, nói chi đến việc làm Phật? Thật buồn cười cho chính chúng ta! Trong chúng ta ai lại không biết đời là chỗ mê lầm trụ lạc. Chính tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng đã luân phiên khống chế và giam hãm con người trong vòng tội khổ triền miên. Ai trong chúng ta lại không biết chúng ta đang ra sức bồi bổ cho thân tứ đại trong khi tâm linh lại phế bỏ cho khô héo cần cõi? Thế nhưng chúng ta cứ nay lần mai lựa như thể chúng ta còn rất nhiều thời giờ lắm vậy. Ai trong chúng ta lại không biết đời là bể khổ? Thế nhưng chúng ta cứ thích vầy vùng trong cái biển khổ, chúng ta vẫn sống mê trong cái biển khổ ấy, chúng ta vẫn sống mê trong vòng nô lệ của lòng tham lam ích kỷ.

Chúng ta ngày ngày trầm mình trong bể khổ mà lại cầu vọng cho được an vui hạnh phúc, làm gì có chuyện ấy?

Những người con Phật chớ thuận hãy bình tâm suy nghĩ, thời gian sẽ không chờ không đợi một ai. Thoáng một cái thì thân này đã già, tóc này đã bạc, răng long gỏi mỗi lúc đó chúng ta sẽ không còn đủ thời giờ và khả năng dập tắt lửa khổ cho chính mình, chớ đừng nói chi đến việc dập tắt giùm ai. Thật tình mà nói, hiện tại đa phần chúng ta hay tự để duôi, lúc nào cũng tìm đủ lý lẽ để biện minh cho sự hư hỏng trụy lạc của chính mình, lúc nào cũng cố chấp vào hình tướng mà quên mất phần tâm linh. Đa phần chúng ta đi chùa chiêm bái ngưỡng trọng tượng tượng phật, chớ chưa một lần chúng ta thực sự chiêm bái và ngưỡng trọng ông Phật nơi chính mình. Chính Đức Thế Tôn trước giờ nhập diệt tại Kusinara, Ngài đã ân ân dạy dỗ chúng đệ tử rằng: “Lúc Như Lai diệt độ rồi, sẽ có nhiều người thương tưởng bằng cách tạc tượng để chiêm bái ngưỡng trọng như các con đang ngưỡng trọng Như Lai hiện tại, Tuy nhiên, chiêm bái ngưỡng trọng Như Lai chẳng được gọi là cao thượng đâu. Duy chỉ những ai có tâm thực hành đúng đắn theo giáo pháp của Như Lai, mới là cách chiêm bái ngưỡng trọng Như Lai cao tốt nhất.” Những người con Phật hãy nghe cho rõ lời chỉ giáo của Đấng Cha Lành để quay ngay trở về đem cả thân tâm hành trì Phật pháp, không thối chuyển, không mỏi mệt. Hãy thấy cho được kẻ thù của chúng sanh không phải là chúng sanh, mà chính là lòng ái dục, lòng ham muốn, khát vọng, sự bám víu, luyến ái. Chính những thứ này đã liên tục mang đến cho chúng sanh những khổ đau phiền não. Cuộc hành trình hưởng thụ hãy còn dài với thiên nan vạn nan, thời gian lại không chờ không đợi một ai, nếu chúng ta không phát đại hùng đại lực để thấy biết cho được đau khổ là chứng bệnh trầm kha của nhân loại, mà nguyên nhân chính là ái dục cần phải được diệt trừ, không có con đường nào khác?

Có người tin rằng họ nên đợi đến sau khi hưu trí rồi hẩn tu vì sau khi hưu trí họ sẽ có nhiều thì giờ trống trải hơn, nhưng họ quên rằng thời gian không chờ đợi bất cứ một ai. Những người này có lẽ không hiểu thật nghĩa của chữ “tu” nên họ mới chủ trương đợi đến sau khi hưu trí rồi hẩn tu. Theo đạo Phật, tu là sửa cho cái xấu thành cái tốt, hay là cải thiện thân tâm. Vậy thì khi nào chúng ta có thể đổi cái xấu thành cái tốt hay khi nào chúng ta có thể cải thiện thân tâm chúng ta? Cổ đức có dạy: “Đừng đợi đến lúc khát nước mới đào giếng; đừng đợi

ngựa đến vực thẳm mới thâu cương thì quá trễ; hay đừng đợi thuyền đến giữa dòng sông mới trét lỗ rỉ thì đã quá chậm, vân vân.” Đa số phàm nhân chúng ta đều có trở ngại trong vấn đề trừ trừ hay trì hoãn trong công việc. Nếu chúng ta đợi đến khi nước tới tròn mới chịu nhảy thì đã quá muộn màng. Như thế ấy, lúc bình thời chúng ta chẳng đếm xỉa gì đến hành động của chính mình xem coi chúng đúng hay sai, mà đợi đến sau khi hư trí rồi mới đếm xỉa thì e rằng chúng ta chẳng bao giờ có cơ hội đó đâu. Phật tử thuần thành phải nên luôn nhớ rằng vô thường và cái chết chẳng đợi một ai. Chính vì vậy mà chúng ta nên lợi dụng bất cứ thời gian nào có được trong hiện tại để tu tập, vun trồng thiện căn và tích tập công đức.

Muốn diệt trừ ái dục để chấm dứt đau khổ, chúng ta không còn con đường nào khác ngoài con đường Chánh Đạo mà Thế Tôn đã đi và đã đến. Thế Tôn đã thấu triệt những gì cần thấu triệt, đã trau dồi những gì cần trau dồi, đã dứt bỏ những gì cần dứt bỏ. Do đó Ngài đã trở nên một bậc Toàn Giác. Những chúng sanh đang lăn trôi như chúng ta, hãy cố mà thấu triệt cho được khổ là cái gì, vì đâu có khổ và làm sao diệt khổ để thẳng tiến vào nẻo đạo? Hãy cố mà thấu triệt rằng tác ý, dù thiện hay dù ác, tất cả đều là nghiệp báo. Hành động bất thiện sẽ đem lại những hậu quả tai hại và đau khổ não phiền sẽ theo liền với ta như hình với bóng. Chúng ta chính là người thừa kế của hành động của mình, là người mang chịu hậu quả của hành động mà mình đã tạo tác và đang tạo tác. Một khi đã thấu triệt giáo pháp cao tuyệt của Đức Từ Phụ rồi, chúng ta phải cố trau dồi những gì cần trau dồi và dứt bỏ những gì cần dứt bỏ ngay từ bây giờ. Coi vậy mà chúng ta sẽ không còn nhiều thì giờ nữa đâu quý vị ơi!!!



## ***Chương Hai Mười Lăm***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Thỉnh Phật Trụ Thế***

Thỉnh Phật trụ thế là thỉnh xin chư Phật ở lại đời trải qua vô lượng kiếp vì lợi lạc của chúng sanh. Nói chung, chư Phật không nhập Niết Bàn, nhưng đối với mắt phàm, ứng thân tối thượng nhập Niết Bàn. Do đó, điều cần thiết là chúng ta thỉnh cầu Đức Phật đừng nhập Niết Bàn, mà trụ thế để giúp đỡ chúng sanh hữu tình. Khi Đức Phật nhập Niết Bàn, Ngài nói với A Nan: “Các Đức Như Lai đã quen tùy thuộc vào tứ vô úy và tứ thần túc. Chư Phật đã đạt được thân như Kim Cang, và như vậy có thể sống thêm vô lượng kiếp hay nhiều hơn nữa nếu các Ngài muốn.” Ngài A Nan không biết được ý nghĩa Đức Phật vừa nói bởi vì lúc đó ông đang bị ma ám. Do đó, ông đã không thỉnh cầu Đức Phật trụ thế và kết quả là Đức Phật, dưới con mắt phàm của chúng sanh, đã nhập Niết Bàn. Do đó, điều quan trọng là chúng ta phải thỉnh Phật trụ thế. Đây cũng là hạnh nguyện thứ bảy trong Phổ Hiền Thập Hạnh nguyện. Thỉnh Phật trụ thế là thỉnh xin chư Phật ở lại đời trải qua vô lượng kiếp vì lợi lạc của chúng sanh.

Đức Thích Tôn Từ Phụ đã nhiều lần khẳng định rằng chư Phật thị hiện chỉ nhằm một mục đích duy nhất là khai thị cho chúng sanh được ngộ nhập tri kiến Phật. Vâng! Hoài bão duy nhất của chư Phật khi các Ngài thị hiện là giáo hóa cho chúng sanh hiểu, thấy và tu trì y như các Ngài. Vâng! Mục đích tối thượng của đạo Phật là cuộc tu giải thoát rốt ráo để vượt thoát khỏi sự cuốn hút của luân hồi sanh tử. Tuy nhiên, đạo Phật sống động và thực tiễn đến độ nếu những người hãy còn tại gia mà chịu đem giáo lý tuyệt vời của Phật áp dụng vào cuộc sống hằng ngày thì cuộc sống đó sẽ là cuộc sống thiếu vắng tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng; là cuộc sống tỉnh thức, an lạc, và hạnh phúc. Một khi chúng ta chịu ngày đêm hành trì những giáo lý ấy thì Phật chẳng đâu xa, mà lúc ấy Phật ở ngay tại lòng ta, lúc ấy Phật luôn trụ thế.

Với mục đích nổi truyền Thích Ca Chánh Pháp, quý Thầy đã làm tất cả những gì mà quý ngài có thể làm được hầu mang lại lợi lạc cho chúng sanh muôn loài. Quý ngài đã đem cả thân tâm cúng dường lên ngôi Tam Bảo, quý ngài đã ngày đêm hành trì chánh pháp không thối

chuyển, không mỗi một, cũng chỉ với một mục đích duy nhất: khai thị cho chúng sanh được ngộ nhập tri kiến Phật, để một ngày không xa nào đó, pháp giới chúng sanh đồng thành Phật quả. Quý ngài đã biến Tam Tạng Kinh Điển thành những món ăn tinh thần và đạo đức tuyệt vời và thiết thực nhất cho mọi người. Quý thầy đã rút ra từ những tinh hoa mẫu nhiệm của Phật pháp và đem ra trao tặng cho mọi người với mục đích mong cho mọi người nương theo đó mà tu hành giải thoát. Tuy nhiên, muốn làm được chuyện này thì điều tiên quyết là mọi người phải ngày ngày tỉnh ông Phật nơi chính mình trụ thế.

Những người con Phật chơn thuần phải thành thật mà nhận rằng bấy lâu nay chúng ta đã sống trong những trạng huống, hoặc thái quá hoặc bất cập, không phải chỉ trong đời này, mà có thể đã từ vô lượng kiếp chúng ta đã lặn ngụp trong tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Nay nhờ cơ hội hãn hữu, được sanh làm người, được nghe Phật pháp, là hai thứ mà Phật Tổ cho là nan đắc: “Nhơn thân nan đắc, Phật pháp nan văn.” Ngoài hai thứ này ra, Phật tử hôm nay còn được sự ân cần dạy dỗ trực tiếp hay gián tiếp của chư tôn thiên đức. Quý thầy đã cất áy ly gia, một đời hy sinh khi đem trọn tâm huyết của mình ra trùng tuyên Diệu Pháp. Quý thầy đã làm hết sức mình những mong cho ai trong chúng ta cũng đều có thể cất bước lên đường “Trung Đạo,” tự mình có thể tỉnh ông Phật nơi chính mình trụ thế. Đạo Phật không chỉ nói về giác ngộ và giải thoát, mà ngay từ thời Phật còn tại thế, Ngài đã ân cần dạy dỗ các ưu bà tặc (nam Phật tử tại gia) và ưu bà di (nữ Phật tử tại gia), làm thế nào để có được một cuộc sống thật xứng đáng, thật ý nghĩa, cũng như làm thế nào để được an cư lạc nghiệp. Theo Phật Tổ, con người được sanh ra từ cái bào thai nghiệp lực. Do chính hành động hay nghiệp lực của chúng ta trong quá khứ mà ta phải tái sanh, hoặc làm trời, làm người, a-tu-la, súc sanh, ngạ quỷ hay địa ngục. Do nghiệp quá khứ mà có chúng sanh nào đó trong hiện tại. Sanh và tử chỉ là hai giai đoạn của một tiến trình dài vô hạn vô định trong vòng luân hồi. Nghiệp lực xoay vần sự sanh và sự tử trong vòng luân hồi cũng giống như một cuộn chỉ đã được mở ra và tự do làm cho rối tung. Bây giờ muốn sống cho thật xứng đáng, có ý nghĩa và an cư lạc nghiệp, cũng không khác chi phải tự mình vuốt lại những sợi chỉ đã rối tung này và cuốn cho ngay ngắn trở vào ống chỉ nguyên thủy của nó. Làm được chuyện này, quả là thiên nan vạn nan, quả là không dễ. Tuy nhiên, theo Phật Tổ, muốn làm được chuyện này, trước hết chúng sanh phải



phát đại hùng đại lực ngay chính nơi bản thân mình, phải tỉnh ông Phật nơi chính mình trụ thế trong từng sát na. Chúng sanh không có con đường nào khác là phải tỉnh ông Phật nơi chính mình trụ thế cho bằng được thì mới mong có cơ may dẹp bỏ được tham, sân, mà lần bước về nẻo Bồ Đề. Phật cũng đã dạy quá rõ ràng rằng muốn tỉnh Phật trụ thế phải giác ngộ tỉnh thức; giác ngộ từ ý nghĩ, lời nói đến hành động. Khi đã giác ngộ được như vậy thì tử sanh và Niết Bàn, luân hồi và giải thoát, phiền não và an nhiên không sai khác. Một khi ông Phật nơi chính mình đã trụ thế được như vậy thì lúc nào chúng ta cũng thấy rõ những tai hại của tham lam, bỗn sển, cũng như những lợi ích của từ bi hỷ xả. Thấy để mà biện biệt được những gì nên làm và những gì nên tránh. Thấy để thắng không kiêu, bại không nản. Thấy để đỡ không chê, tốt không khen. Thấy để khiêm cung từ tốn hơn trong cuộc xử thế hằng ngày. Thấy để trở về được với nguồn gốc vô phân, thanh tịnh, bất biến, bất động mà chúng ta cũng đã một thời đồng thể với chư Phật. Khi chưa hiểu đạo thì tưởng chừng như diệu lý xa vời, nhưng đến khi đã hiểu đạo thì mới thấy rằng diệu lý ấy không xa đối với những người tại gia nếu chúng ta biết tỉnh Phật trụ thế. Thế nào là người biết tỉnh Phật trụ thế? Người biết tỉnh Phật trụ thế là người biết thích ứng với mọi tình huống và hoàn cảnh, nghèo không oán trách, mà giàu cũng không tự phụ tự kiêu. Ở vào hoàn cảnh giàu sang thì sống và tu theo giàu sang. Giàu mà biết đem tiền của vật chất ra bố thí cho những người cùng khổ hay cúng dường cho những bậc tu hành chân chánh, thì cái giàu đó đáng trân quý biết dường nào! Còn ở vào hoàn cảnh nghèo khổ mà thanh bần lạc đạo, nghèo mà thanh sạch, không buôn gian bán lận, không bẻ bẩy làm mười, không lường gạt giựt giọc, không như thói của thường tình “bần cùng sanh đạo tặc,” thì cái nghèo đó không nghèo chút nào cả. Trong thời Phật còn tại thế, có một bà lão nghèo xơ xác, có lòng muốn đốt đèn cúng Phật mà trong túi chỉ có hai đồng tiền, không mua được bao nhiêu dầu. Tuy nhiên vì lòng thao thức muốn đốt đèn cúng dường lên một bậc Chánh Đẳng Chánh Giác nên bà đã đến xin chủ tiệm bán dầu cho bà cúng Phật. Người chủ tiệm hỏi bà chỉ có hai tiền, không mua được nửa ngọn đèn, tại sao không để mua đồ ăn cho qua cơn đói? Bà đã trả lời một cách khẳng định rằng: “Tôi nghe nói Đức Phật tại thế rất khó gặp, trăm đời ngàn kiếp chưa chắc đã gặp được Ngài. Tôi may mắn được gặp Phật ở đời mà không có gì để cúng dường. Hôm nay thấy mọi người đều mua dầu cúng Phật, kể cả vua xứ

La Duyệt Kỳ, làm tôi phẫn khởi vô cùng, tuy tôi nghèo xơ xác, thật khó lòng mua được một ngọn đèn dầu cúng Phật, nhưng có hai tiền xin mua hai tiền để gieo căn lành cho đời sau. Chủ tiệm thấy bà lão chí thành bèn vừa bán vừa cho để bà có đủ một ngọn đèn dầu. Khi bà lão đến trước mặt Phật, bà đã chí thành khấn nguyện rằng với số dầu này, chắc chắn không đủ để cháy đến nửa đêm, tuy nhiên bà thệ rằng: “Nếu tôi đời sau đắc đạo như Phật, thì xin cho dầu cháy suốt đêm không tắt.” Trời gần về sáng thì tắt cả đèn đều tắt hoặc đã lu mờ vì tàn tim, ngoại trừ ngọn đèn dầu của bà lão vẫn còn sáng rực trong đêm tối. Phật bèn sai Mục Kiền Liên đi một vòng để thổi tắt những cây đèn còn lại. Kỳ lạ thay, các ngọn đèn còn lại đều bị thổi tắt, duy chỉ ngọn đèn của bà lão đã bị thổi dập mấy lượt mà không chịu tắt. Khi Mục Kiền Liên dùng áo cà sa quạt thì ngọn đèn lại trở nên rực sáng hơn. Khi Mục Kiền Liên về trình Phật thì được Phật bảo rằng: “Thôi, thôi, đó là ánh sáng công đức của một vị Phật tương lai. Thấy như vậy để biết rằng dù nghèo mà tâm thành thân sạch, cũng như luôn biết thỉnh Phật trụ thế thì cho dù ở trong hoàn cảnh nào cũng luôn được tự tại và thoải mái.

Kỳ thật Phật ở đâu? Phật luôn ở tại tâm chứ có ở đâu xa. Ngặt vì vô minh khuất lấp mà ông Phật ấy đành phải chịu lăn trôi với mình, lúc vào địa ngục, khi lên trời, lúc làm ngựa quý, khi làm súc sanh, lúc làm a-tu-la, khi làm người. Chúng ta đi đâu đến đâu, ông Phật ấy vẫn theo ta, ngặt vì ta chỉ rong chơi với thầy tà bạn ác mà không chịu mời Ngài trụ thế. Ngược lại, chúng ta cứ ngày đêm nghĩ tưởng đến ông Phật bên ngoài rồi tiếp tục rong ruổi tìm tướng cầu hình ở bên ngoài. Đạo Phật chỉ dạy cho chúng ta rất rõ ràng: lấy nhân tâm làm căn bản cho cuộc sống hằng ngày. Chỉ có tự mình thỉnh Phật trụ thế thì Phật mới trụ thế được, chứ không ai thỉnh được giùm mình, ngay cả Phật Tổ.

Thỉnh Phật trụ thế rất đơn giản: giữ Tam Quy, trì ngũ giới, hành Bát Chánh Đạo và những phẩm trợ đạo cao tuyệt mà Thế Tôn đã trao truyền. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng con người chỉ là một hợp thể của sắc, thọ, tưởng, hành, thức không hơn không kém. Tứ đại là thân sắc, còn tâm là thọ, tưởng, hành, thức. Những thứ này luôn biến chuyển vô thường mà ai trong chúng ta cũng đều thấy rõ qua sanh, lão, bệnh, tử và vui, buồn, thương, ghét. Theo Phật, trong muôn loài chúng sanh thì con người là một linh vật biết suy tưởng. Tuy nhiên, Ngài đã khẳng định rằng những ai suy tưởng và hành động tốt thì hưởng thượng, ngược lại nếu suy tưởng và hành động xấu thì sa đọa. Như vậy những

người con Phật chúng ta chọn đường nào? Hưởng thưởng hay sa đọa? Nếu muốn hưởng thưởng thì phải luôn tỉnh Phật trụ thế, phải sống đời tích cực tu tâm dưỡng tánh, phải giác ngộ bằng cả nội quán lẫn ngoại vi, phải luôn thực hiện tinh thần từ, bi, hỷ, xả của nhà Phật vào cuộc sống hằng ngày, phải luôn tỉnh thức chân vọng, chánh tà, thiện ác. Con đường “trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật” không phải dễ thì việc tỉnh Phật trụ thế, ngay trong cái thế giới nhỏ của chính mình, cũng không phải là dễ. Chiến thắng vạn quân coi bộ còn dễ hơn là tự chiến thắng lấy mình. Chúng ta đã quen rồi lối sống đối đãi nhị nguyên, anh tôi, thầy tớ, nội ngoại, chủ khách giờ biểu quay ngay trở về với thế giới “bất nhị” của chư Phật thì e rằng khó quá. Giữa xã hội văn minh vật chất hôm nay, đa phần ai cũng chạy theo nhà to xe đẹp, mà biểu mình phải lội ngược dòng quả là thiên nan vạn nan. Tuy nhiên, dù thiên nan vạn nan thế mấy, những người con Phật chơn thuần quyết không chạy theo vật chất hiện sinh, không bị quan yếm thế, không bỏ bê thân tứ đại giả hợp, nhưng cũng không chạy theo ảo ảnh phù phiếm, không bỏ chơn tâm thật tánh. Mười phương ba đời chư Phật đều đã rớt ráo bằng con đường luôn tỉnh Phật trụ thế trong cuộc sống cuộc tu hằng ngày của các ngài. Chúng ta là những người đang hãy còn lăn trôi, muốn được như vậy, chúng ta không có con đường nào khác đâu quý vị ạ! Luôn tỉnh Phật trụ thế không có nghĩa là chán chê chi đời, ngược lại con người ấy luôn biết dung hòa giữa đời và đạo, biết sống hài hòa bằng tinh thần bất nhị mà không cố chấp một cách thái quá. Tỉnh Phật trụ thế là dám phát đại hùng, đại lực, đại từ bi, đại trí tuệ và đại dũng mãnh, đem cả thân tâm hành trì Phật pháp, không thối chuyển, không mỗi mệ. Từ vô thủy chúng ta đã lăn trôi tạo nghiệp vì không chịu tỉnh Phật trụ thế, mà ngược lại chỉ một bề buông lung cho lục căn mặc tình chạy theo lục trần, nên phải chịu khổ đau phiền não triền miên. Người chịu tỉnh Phật trụ thế là từ sáng sớm đến chiều tối, không một phút nào dám khinh thường chuyện gây tội tạo nghiệp, luôn lấy giới luật để diệt trừ tham ái dục vọng, luôn lấy thiền định để diệt trừ sân hận loạn động, và luôn lấy trí huệ để đoạn diệt si mê ngu muội. Người ấy luôn can đảm đoạn tuyệt với những tội lỗi, mắt không nhìn bậy, tai không nghe bậy, mũi không ngửi bậy, lưỡi không liếm bậy, miệng không ăn bậy, thân không làm bậy. Ngược lại, thân, khẩu, ý lúc nào cũng nâng cao đức Từ Bi của Phật Tổ để soi sáng cho mình, cho người và cho đời. Con người ấy lúc nào cũng ra sức nuôi dưỡng và duy

trì một thế giới Cực Lạc ngay trong cõi tam giới này. Phật đã thị hiện nơi đời nhằm giúp cho chúng sanh được ngộ nhập tri kiến Phật. Hễ nơi nào có Phật trụ thế thì nơi đó ma vương ác quỷ phải chào thua. Đạo Phật được coi là một nghệ thuật sống cao đẹp và bình đẳng tuyệt vời nếu chúng ta chịu hăng sống và hăng tu với giáo lý ấy, nghĩa là lúc nào chúng ta cũng phải tỉnh Phật trụ thế, phải lấy hạnh Phật làm hạnh mình, lấy nguyện Phật làm nguyện mình, để chẳng những tự độ, mà còn độ tha cứu đời nữa.

Những người con Phật chơn thuần luôn tâm nguyện tỉnh Phật trụ thế, luôn chuyển mê thành ngộ, chuyển ác thành thiện, chuyển khổ đau thành an lạc. Khi còn nhỏ trong gia đình thì luôn lắng nghe sự dạy dỗ của ông bà cha mẹ, lúc lớn lên phải cố gắng học hành cho thật giỏi giang để trở thành người hữu dụng cho gia đình, xã hội và làng nước, làm vợ chồng phải thuận hòa chung thủy, làm cha mẹ phải hết lòng lo lắng cho con cái lúc ra ngoài xã hội phải luôn tôn trọng tha nhân, tôn trọng lễ phải và đạo đức. Đồng ý ai trong chúng ta cũng đều có Phật tánh. Tuy nhiên, muốn trở về tìm lại cái Phật tánh ấy, chúng ta phải từng sát na tỉnh Phật trụ thế, nghĩa là chúng ta phải luôn tự cải hóa và tu dưỡng bản thân bản tâm, phải từ bỏ tham, sân, si, phải tự giải thoát mình ra khỏi lao tù lục đạo. Từ bấy lâu nay chúng ta đã để cho cái “Ta” hư ảo, cũng như những dục vọng mù quáng như tham lam, bôn sên, ngã mạn cống cao, cố chấp, hận thù, quyền cao chức trọng, công hầu khanh tướng, tài sản vật chất khổng lồ và bắt ta làm nô lệ cho chúng. Tất cả chỉ là những bám víu vô vọng, hễ chưa có thì mong cho có, có ít thì mong có nhiều, khi đã có nhiều rồi thì lại khổ tâm mệt xác bảo vệ những thứ hư ảo này. Thân xác ta cũng chỉ là tứ đại, thế mà lại đi thêm muốn các món ăn tứ đại, dù phải giết các mạng sống khác, sự “thèm muốn” vẫn thôi thúc và bắt ép chúng ta làm. Chỉ có tỉnh Phật trụ thế trong đời sống hằng ngày mới mong có cơ hội giải thoát chúng ta ra khỏi lao tù lục đạo. Chỉ có tỉnh Phật trụ thế chúng ta mới có khả năng cảm biết được thân tâm này không có tự ngã, nó ô trược, bất tịnh và luôn thay đổi; những cảm giác phân biệt chỉ là nguồn âm ỉ của khổ đau phiền não. Người con Phật chơn thuần nên luôn nhớ rằng mọi sự mọi việc trên đời này đều không có thực thể, không có gì để cho chúng ta bám víu. Chỉ có tỉnh Phật trụ thế chúng ta mới có cơ kinh qua một cuộc sống đáng sống, trong đó chúng ta luôn hành sử đúng tư cách của một con người siêu thoát, trong đó nhân phẩm và sự bình đẳng luôn được tôn trọng để những cánh sen cùng nhau vượt thoát và nở hoa hương ngát trong ao bùn nước đọng của phàm tình thế tục. Những người con Phật mà làm được như vậy thì không cầu giải thoát, chúng ta vẫn ngày ngày được cùng chư Phật thông dong dạo khắp cõi vô ưu và vô não. Mong lắm thay!!!

## *Chương Hai Mươi Sáu*

### *Biết Đường Vào Tòa Đa Bảo*

Đa Bảo là tên của một vị cổ Phật ở thế giới Đông Phương Bảo Tịnh, đã nhập Niết bàn, đã xuất hiện nghe Phật Thích Ca thuyết kinh Pháp Hoa (phẩm 11), do sự hiện diện của Phật Đa Bảo, chúng ta thấy Niết bàn không phải là sự hủy diệt. Phật Đa Bảo là một hình ảnh quan trọng trong Kinh Pháp Hoa: một tòa bảo tháp cổ nổi lên từ dưới đất (tòng địa đồng xuất), một vị cổ Phật từ đó bước ra. Biểu tượng này tượng trưng cho chân lý trường tồn, dù đôi khi chân lý ấy bị lu mờ hay chôn vùi; cũng có lúc nó sẽ được phát hiện sáng ngời. Theo Kinh Địa Tạng Bồ Tát, phẩm thứ chín, vô lượng vô số hằng hà sa kiếp về thuở quá khứ có đức Phật ra đời hiệu là Đa Bửu Như Lai. Như có người nam người nữ nào nghe đến danh hiệu của đức Phật này, sanh lòng cung kính, không bao lâu người ấy sẽ đặng quả A La Hán.

Trong hạn hẹp của bài viết này, đường vào tòa Đa Bảo theo nghĩa đen là con đường đi vào nơi có nhiều ngọc ngà châu báu, còn theo nghĩa bóng như lời dạy của Phật Tổ năm xưa là con đường bỏ ác lấy thiện, bỏ xấu lấy tốt, bỏ giả lấy chơn, bỏ chỗ tối tăm mà đi về chỗ sáng sủa, bỏ mê mà về với ngộ. Con đường ấy tưởng dễ mà khó, tưởng gần mà xa. Chính vì thế mà trong thời Phật còn tại thế, Ngài đã thấy rõ tâm tánh của con người chỉ hướng ngoại cầu hình chứ không chịu lắng lòng phản quang tự kỷ, không chịu quay trở lại với chính mình để khám phá rốt ráo những gì mình đang có, để thấy rằng tháp “Đa Bảo” không phải là cái tháp của hình tướng bên ngoài. Nếu tháp “Đa Bảo” là tháp của hình tướng bên ngoài thì Phật đã không lia bỏ cung vàng điện ngọc, cắt ái ly gia để làm thân du tăng khát sĩ “cô thân vạn lý du.”

Chính vì thấy rõ cái trục trặc của chúng sanh nên trước giờ nhập diệt, Phật đã căn dặn tứ chúng rằng: “Mỗi chúng sanh đều có riêng một tòa Đa Bảo. Tòa tháp ấy cũng uy nghi lộng lẫy y như của chư Phật. Tuy nhiên, muốn tìm được tòa Đa Bảo cho chính mình, chúng sanh nhất là con người, phải quay trở về với chính mình, phải luôn phản quang tự kỷ, phải tự mình đốt đuốc lên mà đi. Nếu không khéo thì không xa thời có Phật, chúng sanh không còn hiểu thế nào là chánh pháp để y giáo phụng hành đúng như tinh thần người đã khai sanh ra

giáo pháp thậm thâm vi diệu này. Nếu không khéo thì chẳng bao lâu nữa, dù chùa chiền và tịnh xá vẫn mọc lên như nấm, hoặc kinh điển vẫn tràn ngập khắp nơi, nhưng tất cả chỉ là bề ngoài không hơn không kém. Nếu không khéo thì màu vàng rực rỡ và tịnh mặc của chư vị tỳ kheo sẽ một sớm một chiều chuyển thành một thứ màu chói chan hoen ố, và màu lam thanh tịnh của những ưu bà tặc và ưu bà di sẽ không còn đủ sức lôi kéo chúng sanh về với đạo, hoặc thậm chí không còn đủ công năng giúp chúng sanh “hành thiện, không hành ác” nữa.

Ngày xưa con người thật đơn giản và chất phác. Phật nói thế nào thì họ làm y như thế ấy. Ngày đó Phật nói “người tu phải có đầy đủ lý, sự, tướng, tánh,” thì con người cũng y theo đó mà phụng hành. Ngày đó cả xuất gia và tại gia đều cùng nhau ôn tâm bố trí diệp. Tuy nhiên, kinh điển chỉ là những tấm gương giúp cho con người soi lại chính mình, chứ kinh điển không là cứu cánh giải thoát. Kinh điển chỉ là lý, phần quan trọng phải là tự mình hành trì, tự mình mở cửa và bước vào kho tàng chánh pháp để thâm nhập kinh tạng. Chúng ta có hay không có trí huệ sâu rộng là còn tùy ở mức độ thâm nhập kinh tạng hay mức độ hiểu lý hành sự của chúng ta. Cũng như vậy, “tướng” chẳng qua chỉ là uy nghi bên ngoài, dấu cần nhưng không như thiết bằng thấy “tánh” bên trong. Vì nếu không khéo thì dấu tướng ấy có uy nghi đĩnh đạc như tướng Phật, tánh ngộ vẫn là “tánh ma.” Lại cũng như vậy, nếu không khéo thì dấu chùa kia có sáng chói hơn tịnh xá Kỳ Hoàn tại vườn Cấp Cô Độc năm xưa, chùa kia vẫn là “chùa ma.” Nói như vậy không có ý chống đối hay khinh thị “lý, tướng,” mà nói để cùng nhau “tướng tức tướng nhập,” cùng nhau y giáo phụng hành.

Lúc Phật còn tại thế, mỗi khi du hành thuyết pháp Ngài đều nhắc đi nhắc lại 5 chữ: “Tâm tịnh quốc độ tịnh.” Nghĩa là tòa tháp “Đa Bảo” chỉ hiển lộ trong mỗi chúng ta khi tâm chúng ta tịnh. Không đợi đến Đức Phật phải nhắc nhở chúng ta về sự ngăn ngại của một kiếp người, ai trong chúng ta cũng đều thấy và đều biết như vậy, nhưng trong mọi sinh hoạt hằng ngày, hầu như chúng ta lại cố tình quên lãng đi cái chết đến không hẹn kỳ. Hãy tự thành thật với chính mình thì chúng ta sẽ thấy ngay rằng chúng ta không còn bao nhiêu thì giờ nữa để mà đọc kinh, trì chú, niệm Phật hay ngồi thiền, thế mà có mấy ai trong chúng ta tỏ vẻ kinh vì? Ngược lại, chúng ta còn dành hết những thì giờ mình đang có để rong ruổi đó đây đuổi hình bắt bóng. Thậm chí, còn có kẻ ngày đêm rong ruổi biện giải hý luận, tưởng mình là trung tâm vũ trụ,

rồi coi trời chẳng bằng cái vung. Thật là chúng sanh đa loại, đa bịnh. Ngày xưa Phật dạy: “Tri giả bất ngôn,” nghĩa là những bậc thức giả thường không nói, vì có gì đâu để mà nói. Ngược lại, chúng ta chẳng những nói nhiều, nói dai, nói càng, nói đại; chúng ta còn “y ngữ bất y nghĩa,” nghĩa là chúng ta không chịu bỏ qua bất cứ nét chấm phá nào trong văn tự. Chư Phật thường hành hạnh “xả bỏ,” trong mọi tình huống, nên các Ngài luôn đạt cả lý lẫn sự. Còn chúng ta, lúc nào chúng ta cũng tự nhốt mình trong vòng rào văn tự chữ nghĩa thì đạt được gì đây? Lời Phật dạy tuy đã trên 25 thế kỷ nay, vẫn là một chơn lý rạn ngời và không thể nghĩ bàn. Nếu chúng ta không chịu buông bỏ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng thì đừng luận bàn chi đến từ, bi, hỷ, xả. Nếu không bỏ được “ngã chấp” thì đừng toan tính đến việc cứu độ chúng sanh. Cũng như vậy, nếu giới cấm luật răn của Phật chưa giữ được, thì đừng nói chi đến việc tu hành giải thoát cho mất công. Cho dù chúng ta có cố gắng gượng ép cho oai nghi đỉnh đạc, thì đó cũng chỉ là những hình tướng bên ngoài của loài ma Ba Tuần không hơn không kém.

Tòa tháp “Đa Bảo” tưởng dễ vào nhưng khó đi khó đến vô cùng. Có những người đã một đời gượng ép uy nghi, không ngày nào thiếu vắng màu vàng sắc sỡ bên ngoài, nhưng kỳ thật bên trong chưa có lấy một ngày tu thiệt, chưa biết kho báu nhà Phật ở đâu. Con đường “độc đạo” để đi vào tòa “Đa Bảo” cũng thật rõ ràng và dễ hiểu, dễ nói, nhưng thật khó đi và khó đến vô cùng: “Tâm.” Nếu tâm ta thanh tịnh và sáng suốt giác ngộ thì ta chính là Phật đang ngự tòa “Đa Bảo.” Ngược lại, nếu tâm ta uế trước mê mờ, thì ta chính là chúng sanh, dạ xoa hay ma Ba Tuần đang rong ruổi phá hại tha nhân. Người con Phật chơn thuần phải thấy rõ đường vào “Đa Bảo” hầu chấm dứt ngay bây giờ những nhân đàm hý luận, hoặc rong ruổi cầu hình. Đường vào “Đa Bảo” phải là con đường thực tiễn mà ai trong chúng ta cũng đều có khả năng vào được nếu chúng ta thực tâm tinh tấn tu hành. Tuy nhiên, muốn vào tháp “Đa Bảo” trước nhất chúng ta phải trút bỏ tất cả những vướng mắc trần tục, phải nhận thức cho đúng bản chất đích thực của vạn sự vạn vật. Trút bỏ những vướng mắc trần tục ở đây không như thiết phải lánh xa hoặc chạy trốn cõi đời. Trút bỏ những vướng mắc là không nhận tham, sân, si làm mình; không ôm đồm mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng mà ngược lại tự thanh lọc thân khẩu ý; tự làm cho trời quang mây tạnh ngay trong lòng mình. Có người cho rằng muốn

thanh lọc thân khẩu ý chỉ cần “thiền” là xong, còn tất cả những thứ khác chỉ là thứ yếu. Người con Phật chơn thuần phải vô cùng cẩn trọng, vì nếu không khéo, chẳng những chúng ta không tu được gì, mà chúng ta còn trở thành những con ma phá đạo. Năm xưa Phật Tổ đã dạy quá rõ ràng về thứ tự của việc tu hành: GIỚI-ĐỊNH-HUỆ. Làm gì có định và huệ nếu chúng ta không chịu giữ giới? Phật đã khẳng định quá rõ ràng rồi không còn gì nữa để mà bàn với luận. Nếu còn mang cái nghĩa địa lưu động rày đây mai đó, thì ác nghiệp hãy còn đầy, đừng thiền chỉ cho vô ích, vì nếu có định và có huệ đi chẳng nữa, thì cái định và cái huệ ấy chẳng qua chỉ là thứ định huệ của loài ma. Những ai mang cái định huệ của loài ma mà đòi bước chân vào tòa “Đa Bảo” quả là chuyện không tưởng. Đồng ý mục tiêu tối hậu của đạo Phật là tu hành giải thoát, nhưng đạo Phật dạy chúng ta rất nhiều về thiện ác, nhân quả, thị phi, chân thật, hài hòa, khoan dung, quảng đại. Tòa “Đa Bảo” là chân đế cuối cùng của “Tứ Diệu Đế,” nơi đó không còn có khổ, không còn những nội kết gây ra đau khổ, cũng không còn gì nữa để mà diệt khổ. Tòa “Đa Bảo” trong đạo Phật là hiện thực chứ không phải là thứ bánh vẽ mờ mờ ảo ảo, cũng không phải là thứ triết lý không tưởng. Muốn bước chân vào tòa “Đa Bảo,” đồng ý là chúng ta phải thanh lọc tâm ý cho thật thanh sạch; tuy nhiên, trước khi thanh lọc tâm ý, chúng ta phải trải qua đoạn đường “hành thiện, không hành ác” cái đã; chúng ta phải thể hiện lòng từ bi mẫn chúng bằng cách trì trai, giữ giới, bố thí, nhẫn nhục, vân vân. Cho đến khi nào chúng ta có thể thực sự có giới hạnh thanh tịnh và thiền định tịnh mặc, thì chừng đó tòa “Đa Bảo” sẽ hiển lộ mà không cần phải tìm cầu.

Những người con Phật tại gia hãy còn phải ngày ngày đương đầu với sinh kế cho mình và gia đình, thật khó mà giữ cho tròn giới đức và đạo hạnh. Tuy nhiên, khó giữ tròn không có nghĩa là không giữ được. Nếu không chế ngự được những ham muốn của nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý thì khoan hãy nói đến thiền, vì dù có nói có ngồi được dăm ba cửu thiền cũng là vô ích mà thôi. Nói như vậy thì những ai không giữ tròn giới đức đạo hạnh sẽ không vào được tòa “Đa Bảo” hay sao? Đúng như vậy! Đức Thích Tôn Từ Phụ đã từng khẳng định như vậy, không thể nghĩ bàn. Người con Phật chơn thuần phải luôn nhớ rằng, đạo Phật mà Đức Từ Phụ đã khai sanh hơn 25 thế kỷ về trước, không phải là đạo của kinh điển, cũng không phải là đạo của lễ nghi cúng kiếng, cũng không phải là đạo của hình tướng bên ngoài, chứ đừng nói



chỉ đến những loài chùm gửi làm mọt nát ngôi nhà Phật pháp như “xin xâm, bói quẻ, hay cúng sao, giải hạn.” Chữ nghĩa vô tình, vô tri, vô giác; nghi lễ cúng kiếng cũng như hình tướng chỉ là hình thức bên ngoài, không ảnh hưởng gì đến nắng mưa giải thoát. Xâm đâu để mà xin, quẻ đâu mà bói, sao đâu mà cúng, cũng như hạn đâu mà giải??? Người con Phật chớ thuận phải vô cùng cẩn trọng cho cuộc tu hành của mình. Chữ nghĩa vô tình trong kinh điển không làm cho chúng ta giải thoát, chúng ta có thể không cần đọc sách, không cần cúng kiếng, không cần hình thức bên ngoài. Chúng ta có thể lạy lục cầu xin quý thầy nên dẹp bỏ tệ nạn xin xâm, bói quẻ, cúng sao giải hạn trong tinh thần “tương tức tương nhập.” Nếu làm như vậy chúng ta nhứt thời mất đi một số tín đồ dốt nát và thiếu hiểu biết, nhưng về lâu về dài sau này chúng ta sẽ có nhiều lắm những Phật tử và ngay cả những người không phải là Phật tử sẽ có cái nhìn rất đúng đắn về đạo Phật. Lúc Đức Phật còn tại thế, chính Ngài đã khẳng định: “Giúp một người thoát qua cơn bĩ cực đau khổ bằng cách đem chánh pháp gieo vào tâm họ, còn hơn xây chín đọt phù đồ. Ngược lại, làm cho một người u mê ám muội, không còn biết đâu là chánh pháp để mà theo, tội ấy nặng hơn tội đọa vào ngục vô gián.” Người Phật tử, dù tại gia hay xuất gia, phải vô cùng cẩn trọng!

Nên nhớ tòa “Đa Bảo” chỉ dành cho những ai chịu tu hành chân chính qua thân khẩu ý, vì chính sự tu hành này sẽ giúp chúng ta từng bước thanh lọc những uế trước nơi chính con người của chúng ta, để rồi từng bước, từng giai đoạn chúng ta trở thành con người tốt hơn và tốt hơn, cuối cùng con người thánh thiện trọn lành ấy mới có thể bước chân vào tòa “Đa Bảo.” Có người cho rằng nếu lục tổ Huệ Năng có khả năng “trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật,” thì tôi cũng được? Vâng Lục Tổ không phải một đời một kiếp mà có được cái khả năng này đâu, Ngài đã trải qua ba a tăng kỳ tu hành không ngừng nghỉ, nên đến kiếp hiện tiền, tâm trí Ngài không còn bị ức chế bởi vô minh, nhân tố chính gây ra khổ đau phiền não. Chính vì thế mà Ngài chỉ một mạch đi thẳng vào tòa “Đa Bảo.” Còn chúng ta, ngay lúc đang gọi là “tu hành,” có ai trong chúng ta dám bảo rằng mình đã hết mê muội? Có ai trong chúng ta dám tự xưng là mình đã liễu ngộ được vô thường và vô ngã? Hoặc có ai dám bảo rằng mình không còn bị ràng buộc vào bất cứ thứ gì trên đời này??? Nếu không dám khẳng định, thôi thì hãy lắng nghe lời chỉ dạy năm xưa của Phật Tổ, để đi từng bước vào tòa “Đa

Bảo.” Người con Phật chơn thuần hãy tự biết chỗ đứng của chính mình, hãy đi từ bậc thấp nhất là tránh làm điều ác, rồi đến bậc trung là năng làm những điều thiện, sau đó hẳn đến bậc thượng thừa là thanh lọc thân, khẩu, ý sao cho tâm mình vượt trên sự chế ngự của thiện và ác, chừng đó hẳn nói đến “thiền.”

Thiền giải thoát trong đạo Phật chỉ dành riêng cho những bậc tối thượng thừa như chư Phật và chư Tổ, còn thì đa phần chúng sanh, dù tu hành cẩn trọng thế mấy, vẫn chưa hoàn toàn vượt trên thiện ác, người làm ác có cái khổ của người ác, thì người làm thiện cũng có cái khổ riêng của họ. Con đường vào tòa “Đa Bảo” của chư Phật thật đơn giản và dễ nói vô cùng! Liễu ngộ thật tướng của chư pháp. Đúng vậy, cái gì của đạo Phật cũng dễ nói khó làm, dễ nói đến độ đứa bé lên bảy cũng nói được, nhưng khó làm đến độ cụ già bảy mươi làm vẫn chưa xong. Ngày xưa Đức Khổng Phu Tử, một bậc “Vạn Thế Sư Biểu,” thế mà ở tuổi bảy mươi Ngài vẫn còn phải buộc miệng than thở về những lỗi lầm của mình. Một bậc thánh nhân như Đức Khổng Tử mà còn như vậy, thế mà đời nay chúng ta vội mau quên, chỉ chạy theo đuổi hình bắt bóng, trau chuốt văn vẻ, làm cho người đời lầm tưởng là ta hay ta giỏi, nào ngờ đâu một phút vô thường chợt đến, thân này tan hoại và tâm này phải nương theo biệt nghiệp mà thay hình đổi dạng. Đời này mang hia đội mào, hoặc màu vàng màu lam tươm tất do phước báu đời trước còn đọng lại, nếu không khéo, biết đâu đời sau sẽ mang lông đội sừng, quý vị ơi! Người con Phật chơn thuần phải luôn biết kinh vì nhơn quả, phải liễu ngộ vô thường, mạng ta mong manh trong từng hơi thở, chứ không được tính bằng ngày bằng tháng như ta tưởng đâu. Một hơi thở vừa ra khỏi mũi, có biết nó sẽ trở lại hay đi luôn? Nói như vậy không có nghĩa là bi quan yếm thế, mà nói để cùng nhau cảnh tỉnh và tiến tu. Xin hãy đừng chờ đợi vì thời gian vô tình trôi mãi chứ có chờ đợi ai đâu? Hãy nhìn xem “mô hoang lắm kẻ tuổi còn xanh.” Ai trong chúng ta cũng nên thấy và biết như vậy để chấm dứt ngay những trò “giỡn chơi với địa ngục.” Thấy để từng bước tiến vào tòa “Đa Bảo” từ trì trai, giữ giới, làm công quả gieo ruộng phước điền, đến bố thí, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định. Con đường đi vào tòa “Đa Bảo” là con đường độc đạo, mười phương ba đời chư Phật cũng phải qua con đường này trước khi thành Phật. Qua những chuyện về tiền thân Đức Phật, chúng ta đã thấy quá rõ ràng qua nhiều tiền kiếp, Đức Từ Phụ đã trì trai, giữ giới, bố thí, và nhẫn nhục như thế nào, để rồi trong kiếp sau

cùng của Ngài, Ngài chỉ cần 6 năm khổ hạnh và 49 ngày đêm thiền định dưới cội Bồ Đề, Ngài đã đắc thành đạo quả Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác. Như vậy thì trước khi không còn gì nữa để giữ thì Đức Từ Phụ đã trải qua bao nhiêu a tăng kỳ trì trai giữ giới; trước khi vượt khỏi bức tường thiện ác, Ngài đã bao đời hành thiện không hành ác. Chúng ta, những chúng sanh đã bao đời lăn trôi tạo nghiệp, nay lại vì cái “ngã” mà thêm tội loạn ngôn vọng ngữ: “tôi tu theo hạnh của Lục Tổ, vượt trên trì trai giữ giới, vượt trên thiện ác, chỉ một bề ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm, chỉ một bề trực chỉ nhân tâm kiến tánh thành Phật.” Người con Phật chơn thuần nên luôn cẩn trọng, những vị Bồ Tát đã vào tòa “Đa Bảo” nay lập nguyện tái thế cứu độ chúng sanh mà vẫn còn kính vì, không dám loạn ngôn vọng ngữ, huống là chúng ta. Tòa “Đa Bảo” là nơi tận cùng tất yếu, là điểm đến, là Niết Bàn của người tu giải thoát. Dù chỉ một bề phát tâm Bồ Đề “thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh,” nhưng trong tiến trình vào tòa “Đa Bảo,” chúng sanh phải trọn lành với phước báo như thiên, phải nên cẩn trọng, đừng dụng tâm theo đường lối mê lầm, để rồi thay vì tiến tu thì chúng ta lại tiếp tục gây tội tạo nghiệp. Ngày xưa Đức Thích Tôn Từ Phụ ngay trong kiếp chót đắc thành đạo quả Vô Thượng, Ngài vẫn không ngừng thực hiện phước báo như thiên cho chúng sanh mọi loài, ngay cả việc xỏ kim làm phước Ngài cũng không từ nan. Phật mà còn dụng tâm thực hành phước báo như thiên như vậy, huống là chúng ta? Người con Phật chơn thuần hãy tự gãm lại mà xem, chúng ta vẫn có Phật tánh nào khác chi chư Phật, nhưng vì cái “ngã” quá lớn mà tòa “Đa Bảo” không chịu vào, chỉ một bề biện giải hý luận và vòng vo đi về trong cõi Ta Bà ngũ trước ác thế. Thế mà chúng ta nào biết kính vì, đi đâu đến đâu chúng ta cũng mang cái “ngã” ra mà hù dọa thiên hạ. Tội báo còn đầy mà đòi “không thiện không ác.” Tâm tánh hãy còn lăn xăn lích xích mà vỗ ngực ta đây một bề “ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm.” Đi đâu đến đâu cũng mang theo đủ đầy tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng mà đòi “trực chỉ nhân tâm, kiến tánh thành Phật.”

Người con Phật chơn thuần, thà chịu uống nước đồng sôi cho thân này tan rữa trong đời này, chứ quyết không lui bước thối chuyển tâm Bồ Đề, phải luôn phát tâm rộng lớn và lập nguyện bền chắc. Đường vào tòa “Đa Bảo” của chư Phật là con đường của “vô ngã,” là con đường của sự trống vắng tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo,

dâm, vọng. Đức Phật đã từng khuyên nhủ tứ chúng rằng: “Làm người đã khó, làm người thiện lành lại khó hơn; gặp đạo phát tâm lại càng khó hơn, hướng là phát tâm Bồ Đề rộng lớn để đi vào cùng ngục tòa Đa Bảo với chư Như Lai.” Muốn làm người thiện lành chúng ta không có con đường nào khác hơn là mở rộng tâm từ tỏa khắp chúng sanh. Đừng tưởng tượng muốn kiến tánh thành Phật trong một tích tắc là được. Lục Tổ Huệ Năng đã từng tu phước báo hơn thiên nhiều đời chứ không một đời mà được. Đừng tưởng sáng buông dao đồ tể là chiêu lại thành Phật. Đồng ý khi chịu buông dao đồ tể hay chịu chấm dứt mua gian bán lận, đong thiếu, đo hụt, cân non, hay bẻ bẩy làm mười, vân vân tức là chúng ta chịu tu hành thiện lành. Hãy lắng nghe những gì Lục Tổ đã dạy trong kinh Pháp Bảo Đàn: “Từ phát tâm xa lìa ác đạo để được làm một con người trọn lành cho đến khi phát tâm Bồ Đề và kiến tánh thành Phật kể có vô lượng kiếp.” Người con Phật chơn thuần phải luôn thấy như vậy để đừng bị những thứ “hý luận” của thường tình thế tục xô đẩy chúng ta tiếp tục lăn trôi. Đừng tưởng suốt đời làm việc bất nhân thất đức của mình có thể gột rửa trong một giây một khắc, hay trong dăm ba cử thiện. Luật nhân quả của nhà Phật áp dụng cho tất cả mọi chúng sanh, ngay cả những chúng sanh sắp sửa thành Phật. Đừng tưởng đem “hý luận” ra là có thể lấp mắt được những lần mua gian bán lận, đong thiếu, đo hụt, cân non mà mình đã tạo vay của những chúng sanh khác. Theo luật nhân quả, hễ có vay là phải trả, mà lắm khi vay một trả mười cũng không chừng. Người tu Phật phải vô cùng cẩn trọng, đừng vào tòa “Đa Bảo” nói dễ khó vào. Con đường ấy, với Phật Tổ chỉ qua 49 ngày đêm thiền định, với Lục Tổ Huệ Năng chỉ một đời “thấy tánh,” với Châu Lợi Bàn Đà Già chỉ một kiếp quán chiếu và thấu rõ vô thường, nhưng với những chúng sanh hãy còn lăn trôi như chúng ta, nhiều khi “thiền” một đời vẫn chỉ là giỡn chơi, chứ chưa thấy được bản mặt thật của sự vật, hướng là liễu ngộ vô thường, hay thấy tánh thành Phật. Người con Phật chơn thuần nên luôn lắng nghe lời Phật dạy: “Tất cả những gì hiện hữu trên đời này từ người đến cảnh, đều do duyên nghiệp mà hiện hữu và tan hoại. Chúng ta sẽ không có cách gì thay đổi những thứ ấy, và những thứ ấy cũng không cách gì ảnh hưởng sâu sắc đến đời sống của chúng ta nếu chúng ta không có dây mơ rễ má với chúng. Đa phần là do nơi những phản ứng của chúng ta sẽ làm cho chúng ta siêu thăng hay đọa lạc.” Phật đã khẳng định quá rõ ràng đường vào tòa “Đa Bảo” ở ngay trong mỗi người chúng ta, chứ

không do hưởng ngoại cầu hình mà được, cũng không nhàn đàm hý luận mà có. Đó là con đường phẩm hạnh toàn hảo, một sự kết hợp toàn vẹn của giới đức và đạo hạnh, trong đó con người chối bỏ hoàn toàn tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Theo giáo lý nhà Phật, phẩm hạnh không bao giờ là một sự ngẫu nhiên, phẩm hạnh là sự kết hợp và là kết quả của những chuỗi ngày cố gắng hành trì những lời Phật dạy về giới đức và đạo hạnh. Đường vào tòa “Đa Bảo” cũng không trực tiếp qua Tam Tạng kinh điển. Đồng ý Tam Tạng kinh điển chỉ bày rõ ràng về “chân như vạn hữu.” Tuy nhiên, Tam Tạng kinh điển chỉ là ngón tay chỉ trăng, muốn lên trăng, chúng ta không chỉ ngó theo ngón tay, mà còn phải dùng phương tiện nào thích hợp như như đáp phi thuyền hay hỏa tiễn. Người con Phật chơn thuần phải nên luôn nhớ như vậy để chấm dứt ngay từ bây giờ những cảnh vẹt nói tiếng người, nói oang oang, nói ong óng nhưng không hiểu người muốn gì hay mình đang nói những gì. Lại có những kẻ “thế trí biện thông” nghe và hiểu hết những gì đã được ghi lại trong Tam Tạng kinh điển, nhưng ngật nổi những kẻ này chỉ thích làm “thế trí biện thông,” hoặc chỉ thích “nhàn đàm hý luận” chơi cho vui, chứ không chịu y cứ theo những gì mình hiểu mà thực hành. Chính vì thế mà chúng ta thấy nhan nhản trong các chùa và các tự viện hôm nay, rất nhiều kẻ chỉ muốn làm “vẹt” hay “thế trí biện thông,” chứ ít ai chịu thâm thâm tiến tu như người biết sống một mình trong tiến trình “cô thân vạn lý du.” Đức Phật đã thấy và đã biết những gì sẽ xảy ra sau này nên trước khi nhập diệt, Ngài đã dặn dò tứ chúng trong lời di giáo cuối cùng: “Trong 49 năm hoằng hóa, ta chưa từng nói một điều gì.” Có người tưởng rằng Phật nói như vậy là nhằm khuyến cáo Phật tử không nên nói gì trong khi tu tập, nhưng ai trong chúng ta cũng biết Phật đã từng nói và nói thật nhiều về nhân nghĩa, về giới đức đạo hạnh. Nếu để ý một chút thì chúng ta sẽ thấy Phật chỉ mỉm cười với những ai tìm đến Ngài trong ý đồ “thế trí biện thông,” hay “nhàn đàm hý luận.” Đạo Phật là nguồn đạo thực tiễn, nên mỗi tiếng của Phật phát ra hay của những trưởng tử của Ngài về sau này phát ra đều là những tiếng pháp âm thực tiễn, phải được tuyên lưu biến hóa, phải được đem vào áp dụng trong cuộc sống cuộc tu hằng ngày sao cho quần sanh lợi lạc, chứ không thể bị phí phạm vào những cuộc “nhàn đàm hý luận” được. Người con Phật chơn thuần hãy lắng lòng suy gẫm và cố tìm hiểu những góc cạnh khúc mắc của khổ đau phiền não, thì cho dù chưa một ngày tụng kinh, chưa một

giờ nghiên cứu Tam Tạng kinh điển, kẻ đó vẫn được sự che chở của Tam Bảo, kẻ đó vẫn đang lần bước về tòa “Đa Bảo” nơi mười phương ba đời chư Phật đang ngự trị.

Người con Phật chơn thuần phải thấy cho được đường vào tòa “Đa Bảo” là ở nơi mỗi người chúng ta, chứ không ở đâu xa. Nghiên cứu Tam Tạng kinh điển để mà chơi trong các cuộc “nhàn đàm hý luận” đã tự làm tội với chính mình, huống là đem những gì mình thu thập được trong kinh điển ra để chứng tỏ mình là “thế trí biện thông,” hoặc vấn nan thầy tổ thì quả tình là tự mình đang xây ngục vô gián cho chính mình. Ngày trước Phật đã thấy được cái tâm bịnh hoạn của chúng sanh nên trước khi nhập diệt Ngài đã nhắn nhủ rằng: “Pháp mà ta liễu ngộ nhiều như lá cây trên rừng, nhưng pháp mà ta đã nói ra chỉ bằng nắm lá trong tay. Không phải ta ích kỷ với các ông mà không đem hết những gì ta biết ra chia xẻ, nhưng ta vì thương xót chúng sanh về thời xa Phật sau này, chỉ thích nhàn đàm hý luận hay chứng tỏ mình là thế trí biện thông, chứ không còn thiết tha chi đến việc tu hành giải thoát. Vì thế ta có nói nhiều cũng không ích gì. Thôi các ông hãy ráng mà y giáo phụng hành những gì ta khuyên nhủ thì không chóng cũng chầy các ông rồi cũng được cùng chư Phật ngự tòa Đa Bảo.” Thật đúng như vậy quý vị ơi! Chưa xa Phật là mấy mà nơi nơi đã tràn ngập những “thế trí biện thông” chỉ suốt ngày vùi đầu vào các cuộc “nhàn đàm hý luận” hay rong ruổi đó đây vấn thầy chấp bạn. Người con Phật chơn thuần hãy lắng lòng suy nghĩ cho dù chúng ta có quảng học thế mấy đi nữa, hoặc dù có lâu thông Tam Tạng kinh điển, cái kiến thức ấy nếu đem ra so với biển pháp mênh mông, nào có khác chi vài ba chiếc lá trên rừng. Nếu chịu khó suy gẫm một tí thì chúng ta phải tự nhận rằng chúng ta không tài giỏi đâu. Nếu có khả năng lâu thông một vài bộ kinh, cũng chỉ chẳng qua đời trước chúng ta khéo tu và kính tăng trọng pháp, nay không tiếp tục khéo tu, không kính tăng trọng pháp và y giáo phụng hành những lời chỉ dạy của thầy tổ, không khiêm cung từ tốn, không tự xét mình hãy còn đầy đầy tham, sân, si thì nghiệp chướng chẳng những không tiêu trừ, tòa “Đa Bảo” đâu không thấy, chỉ thấy đời này lang thang đây đó vấn nan thầy tổ, tự ăn bánh mình vẽ, tự chất chồng chướng nghiệp, để rồi đời sau phải mang lông đội sừng trả nghiệp. Người con Phật chơn thuần phải thấy như vậy để một lòng khiêm cung hành thiện không hành ác; từ đó giảm dần tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng; từ đó học được hạnh kham

nhấn của chư Phật, nhấn những cái đáng nhấn và nhấn cả những cái không đáng nhấn, để tự tạo cho mình những cơ duyên xa lìa ác đạo, tăng trưởng pháp lành. Phật tử chơn thuần đừng tiếp tục điên đảo mộng tưởng nữa, hãy quay ngay về tự xét lấy chính mình vì chư Phật chư Tổ đã dạy quá rõ ràng: “Từ trước đến nay không có ông Phật nào khác, chỉ có cái TÂM của chính mình.” Cũng như thế, tòa “Đa Bảo” không ở đâu xa, mà ở ngay trong lòng mỗi chúng ta, nếu ta mê muội thì không thể nào thấy được, ví bằng ta sáng suốt giác ngộ thì lập tức tòa “Đa Bảo” hiển lộ. Mong cho ai nấy đều phát tâm y giáo phụng hành, để một ngày không xa nào đó, mọi người đều được cùng chư Phật ngự tòa “Đa Bảo” nơi trống vắng khổ đau phiền trược của trần thế Ta Bà.





## *Chương Hai Mười Bảy*

### *Người Con Phật Luôn Biết Dem Đạo Phật Vào Đời Sống*

Hai ngàn sáu trăm năm trước đây chúng sanh chưa được sự dẫn dắt của đạo Phật, thế nên hết thế hệ này đến thế hệ khác, chúng sanh phải kinh qua và lặn ngụp trong những bể tắc của biển đời đau khổ, không có lối thoát. Chúng ta khổ vì ngũ uẩn cũng có, mà khổ vì thành bại, được thua, sang hèn, giàu nghèo, vinh nhục cũng có. Tuy nhiên, cái nguyên nhân lớn gây ra những nỗi khổ đau triền miên cho chúng ta vẫn là sự u mê ngu muội mà chúng ta luôn tự giam mình trong lao tù lục đạo. Vì si mê mà chúng ta cứ tưởng vạn pháp trường cửu, thân này thường hằng; trong khi vạn sự vạn vật biến đổi trong từng sát na. Vì u mê ngu muội mà chúng sanh, nhưt là con người cứ ôm giả làm chân, lấy mộng làm thực, lấy khổ làm vui. Vì vô minh mà chúng sanh cứ mãi loanh quanh lẩn quẩn trong cái vòng bị sanh, già, bệnh, chết không ngừng nghỉ.

Hai mươi sáu thế kỷ trước, Đức Thích Tôn Từ Phụ đã vì một đại sự nhưn duyên mà thị hiện: khai thị cho chúng sanh ngộ nhập tri kiến Phật. Trong kinh Hoa Nghiêm, Đức Phật đã khẳng định: “Các đức Như Lai trong mười phương thấy hết thấy chúng sanh trong pháp giới đều có đầy đủ trí huệ và đức tướng Như Lai, nhưng vì bị vô minh che lấp mà không tự biết. Nay Như Lai vì thương xót chúng sanh mà dẫn dắt chỉ dạy cho cách dứt sạch các món vọng tưởng chấp trước để từ đó vượt thoát những khổ đau phiền não của nhà lửa tam giới.” Như vậy nếu ai nấy cũng đều mang đạo Phật áp dụng vào cuộc sống hằng ngày thì một ngày không xa nào đó, cũng sẽ có được đầy đủ trí huệ và đức tướng của Như Lai, không thể nghĩ bàn. Tuy nhiên, ngay cả những người mang danh là Phật tử vẫn còn hiểu lầm về cốt tủy của đạo Phật, chứ đừng nói chi là ngoại đạo. Người ta cho rằng đạo Phật là đạo của mê tín, dị đoan, huyền hoặc hay bùa phép. Thậm chí một số người còn cho rằng đạo Phật là đạo thờ lạy cốt tượng. Quả là một sai lầm quá đáng! Đồng ý đa phần Phật tử hay đi chùa lễ Phật, nhưng đạo Phật chẳng phải là đạo của những kẻ thỉnh thoảng đi chùa, hoặc hằng ngày ở nhà thấp nhang lạy Phật. Phật đã không từng khẳng định trong các kinh điển của Ngài rằng: “Những ai tin ta một cách mù quáng, tin mà

không hiểu mình đang tin gì, ấy là phỉ báng ta.” Lúc Thế Tôn sắp nhập diệt, nhân nghe được các trưởng lão bàn nhau về chuyện tạc tượng Thế Tôn để sau này tôn kính lễ bái, nên Thế Tôn đã ân cần căn dặn dò tứ chúng rằng: “Đạo ta không phải là đạo của lễ lạy. Nếu đạo Phật là đạo của lễ lạy thì thà rằng ta cam tâm làm một tín đồ của Bà La Môn giáo còn hơn là phải nhọc công tìm đường giải thoát. Không ai cần được mấy ông tạc tượng; tuy nhiên, các vị tỳ kheo, tỳ kheo ni, các thiện nam tín nữ nào luôn làm tròn phận sự, luôn ăn ở theo chánh giáo, luôn noi theo chân lý, đó là những người biết tôn kính, thờ phụng và sùng bái Như Lai một cách cao thượng nhất.” Người con Phật chơn thuần phải lắng nghe và đem những lời Phật dạy áp dụng vào cuộc sống hằng ngày sao cho cuộc sống ngày càng thẳng hoa hướng thượng. Kỳ thật giáo lý nhà Phật thật vô cùng đơn giản và thực tiễn. Niết Bàn mà mười phương ba đời chư Phật thường nói đến là ở đây, ở ngay trong cõi Ta Bà ngũ trước ác thế nấy chứ không ở đâu xa. Niết Bàn ấy là một cuộc sống trong sạch, an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Niết Bàn ấy là nơi mà con người không còn sợ hãi những sanh già bệnh chết của thường tình thế tục nữa. Hãy nhìn cuộc sống cuộc tu của Phật Tổ năm xưa thì chúng ta sẽ thấy Đức Thế Tôn, một mặt Ngài chối bỏ cuộc sống chạy theo những dục vọng vật chất thấp hèn; mặt khác, qua kinh nghiệm 6 năm tu hành khổ hạnh ép xác, Ngài không đề cao cuộc sống kham khổ, đói nghèo. Với 6 năm kinh nghiệm tự thân, Ngài đã lên án gặt gao lối tu hành ép xác khổ hạnh, hành hạ thân xác, chỉ làm cho con người u mê bệnh hoạn thêm. Ngay từ lúc vừa đạt thành chánh quả đến lúc nhập diệt, Ngài đã không ngừng nghỉ vạch rõ cho chúng sanh con đường “Trung Đạo” mà Ngài đã đi và đã đến. Trên đường hoằng hóa, Ngài đã luôn khẳng định: “Trọn đời ta thuyết pháp, ta chỉ nói hai điều: sự khổ và sự diệt khổ.”

Đức Từ Phụ muốn nhắn nhủ gì với chúng ta hỏi những người con Phật? Phải chăng Ngài muốn tất cả chúng sanh gia nhập Tăng đoàn của Ngài? Phải chăng Ngài muốn mọi người hãy xuất gia cầu đạo giải thoát? Phải chăng Ngài muốn mọi loài chúng sanh nên từ bỏ đời để vào đạo??? Vâng! Ngài muốn lắm, Ngài muốn cả thế giới Ta Bà này biến thành một ao sen khổng lồ, nhưng chúng sanh đa loại, hữu tình đa tánh, nên ngay cả Phật cũng chỉ độ được những người hữu duyên, còn những kẻ vô duyên thì Phật cũng chỉ thương xót nhìn họ tiếp tục lăn trôi tạo nghiệp. Chính vì thương xót chúng sanh mà trước khi nhập diệt,

Ngài đã nhấn nhủ: “Trọn đời ta thuyết pháp, dù ta nói nhiều chuyện và thí dụ đủ thứ, nhưng chung qui chỉ có hai điều: sự khổ và sự diệt khổ.” Ai trong chúng ta cũng đều biết rằng giáo lý đạo Phật dù có thiên kinh vạn quyển cũng không ghi xuể, thế tại sao Đức Từ Phụ chỉ nhấn nhủ có vậy? Nếu chúng ta chịu hành trì những lời Phật dạy thì chúng ta sẽ thấy ngay ý của Thế Tôn. Theo Phật thì đời là biển khổ, khổ vì tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng; khổ vì những hạt giống tập khí đã được huân tập từ nhiều đời kiếp, nay lại được nuôi dưỡng nên càng ngày biển khổ càng lớn thêm. Muốn làm vơi hoặc cạn đi cái biển khổ này thì chúng sanh mọi loài chỉ có con đường duy nhất là tát cạn, tát vơi đi những đại dương tham sân si bằng cách đem từ bi hỉ xả áp dụng vào cuộc sống hằng ngày, và bằng cách thường hành chánh niệm không cho tham sân si lôi kéo được chúng ta trong từng phút từng giây. Như vậy lời nhấn cuối cùng của Đức Từ Phụ đã quá rõ rồi còn gì? Đạo Phật trong Đời Sống. Vâng, y như ý của Ngài nhấn nhủ. Trong thời Phật còn tại thế, Ngài đã biết rõ tâm ý của chúng sanh, ngay cả Thế Tôn mà lắm khi cũng chỉ mỉm cười thương xót chứ không làm gì khác hơn được. Thế nên Ngài đã nhấn nhủ rất rõ ràng: “Ngay cả Thế Tôn cũng không thể làm cho người khác và hoàn cảnh bên ngoài thay đổi. Chính vì thế mà Thế Tôn chế ra con đường TỰ CHUYỂN HÓA cho chúng sanh mọi loài y nương theo đó mà tu hành giải thoát.” Chính Thế Tôn cũng đã tự chuyển hóa để cho mọi người thấy rằng nếu ai trong chúng ta cũng chịu tự chuyển hóa thì thế giới mà chúng ta đang sống không còn là thế giới Ta Bà nữa. Trong suốt thời gian trải dài gần hai mươi sáu thế kỷ, Phật và chư Tổ đã khuyên mọi người nên cố gắng đem giáo lý thâm thâm của nhà Phật mà áp dụng vào cuộc sống hằng ngày vì đạo đức luôn luôn là gốc rễ của con người. Muốn tu làm Thánh làm Phật thì trước tiên phải hành sử cho trọn vẹn đạo đức của một con người. Chính Lục Tổ Huệ Năng đã một lần nữa khẳng định về sự quan yếu của người biết đem đạo Phật áp dụng vào đời sống hằng ngày bằng một câu hỏi thật đơn giản nhân khi thấy hai vị tỳ kheo bàn luận về gió động và phướn động, Lục Tổ đã thẳng thừng bày tỏ cho mọi người thấy được cái tâm viên ý mã của chúng sanh: “Gió động, phướn động, hay chính tâm này động?” Và câu trả lời của Lục Tổ vang vọng như một tiếng chuông ngân, nhưng tiếng chuông ấy vẫn còn vang vọng cho đến bây giờ: “không phải gió, chẳng phải phướn, mà chính tâm này động.” Người con Phật chơn thuần nên luôn thấy như vậy, hãy

đem đạo Phật áp dụng vào đời sống hằng ngày thì chúng ta sẽ thấy rõ ràng thế nào là khổ, vì đâu có khổ, làm sao diệt khổ để thăng hoa hưởng thượng. Những người con Phật hậu bối nếu biết đem đạo Phật áp dụng vào cuộc sống hằng ngày thì con người ấy sẽ luôn biết tu tâm sửa tánh trong mọi hoàn cảnh, mọi tình huống; con người ấy sẽ luôn tập làm theo những hạnh lành của chư Phật, để cả thân lẫn tâm đều được an tịnh thơi thới.

Những người con Phật hậu bối nếu biết đem đạo Phật vào cuộc sống hằng ngày thì con người ấy chẳng những tự mình cố gắng diệt trừ đau khổ, mà còn phát đại bi tâm đem hạnh phúc an vui đến với mọi loài. Còn người ấy luôn đi trên con đường chánh đạo, con đường của sự thật. Người có đạo Phật trong đời sống không cam tâm làm nô lệ cho vô minh, mà ngược lại luôn tìm tòi học hỏi Chơn Lý, luôn hướng về ánh Từ Quang của Phật Tổ mà hưởng thượng. Người có Đạo Phật trong Đời Sống sẽ luôn có đầy đủ đại hùng đại lực vượt qua mọi chông gai thử thách của thường tình thế tục. Chính vì thế mà con người ấy sẽ biết gượng dậy sau lỗi lầm vấp ngã. Nếu có tham thì dám can đảm trực diện với chính mình mà chấp nhận rằng mình hãy còn tham, và cố sửa làm sao cho tham lam bỗng sển thành bố thí lợi tha. Cũng như vậy, con người ấy luôn dám quay vào bảo với chính mình là mình đang “sân hận, si mê,” và dám can đảm từ bỏ sân hận si mê để bước lên nẻo nhu hòa nhẫn nhục. Có đạo Phật trong đời sống là có khả năng vượt qua mọi gian lao thử thách và có đủ đại hùng đại lực để mỉm cười trước mọi sự mọi việc, từ an tới nguy. Con người ấy luôn an nhiên tự tại trước thành bại, được thua, mất còn, vinh nhục, giàu nghèo, sang hèn. Người có đạo Phật trong đời sống, xuất gia thì luôn biết vâng giữ 250 giới tỳ kheo cũng như 348 giới tỳ kheo ni; tại gia thì luôn biết vâng Tam Quy, gìn Ngũ Giới, và hướng tới Thập Thiện. Như vậy người có đạo Phật trong đời sống, dù tại gia hay xuất gia, đều không hổ người là một người con Phật. Con người ấy luôn tôn trọng sự sống, dù là sự sống của những sinh vật nhỏ bé, chứ không vì muốn nuôi thân này mà giết hại mạng kia. Người ấy chẳng những không giết, không xúi ai giết, mà còn không bao giờ khởi tâm hoan hỷ khi thấy ai giết, cho dù kẻ bị giết là kẻ thù của mình đi nữa. Người có đạo Phật trong đời sống luôn phát tâm tôn trọng tài sản của người khác, không lấy, không xúi ai lấy, cũng như không khởi tâm hoan hỷ khi thấy ai lấy, cho dù tài sản ấy là của kẻ thù mình đi nữa. Con người ấy luôn tôn trọng hạnh phúc

của mọi người, nên không bao giờ làm điều tà hạnh với ai để gây đau khổ tan nát cho gia đình người khác. Người có đạo Phật trong đời sống thì nhứt cử nhứt động gì cũng trong chánh pháp, mà im lặng cũng trong chánh pháp. Nếu phải nói, chỉ nói những lời chân thật, ái ngôn ái ái ngữ, chứ không nói dối, không nói lười hai chiều, không nói lời độc ác, lại càng không nói lời phù phiếm vô bổ trong những lúc trà dư tửu hậu. Nói cũng như nín, tất cả chỉ vì lợi ích của chúng sanh, chứ không vì lợi ích của riêng mình. Người có đạo Phật trong đời sống quyết không biện giải hý luận theo tà sư ngoại đạo, nếu hã còn bị rượu chè bài bạc lôi cuốn, cứ thực tâm chấp nhận rồi từ từ sửa đổi, chứ đừng ngụy biện tà vạy rằng thì là ta phải vào sòng bạc mới độ được những người uống rượu, hoặc ta phải vào sòng bạc mới độ được kẻ đánh bài. Hã coi chừng!!! Minh độ kẻ uống rượu hay kẻ uống rượu độ mình? Để rồi phải một đời lang thang lẫn thẩn làm đệ tử lưu linh. Hã coi chừng!!! Minh độ kẻ đánh bài hay sòng bài kéo mình? Nếu không khéo, mình sẽ lên chức làm bác thẳng Bần hồi nào không biết. Người có đạo Phật trong đời sống luôn lấy hạnh Phật làm hạnh mình và nguyện Phật làm nguyện mình, để một ngày không xa nào đó, tâm mình cũng sẽ là tâm Phật. Con người ấy luôn theo chân Đấng Từ Phụ, dù ở trường, ở nhà, ở chợ hay ở sở, đều quyết một lòng cứu khổ ban vui. Con người ấy luôn nghĩ thiện, nói thiện và làm thiện, không vì muốn sanh vào một cõi xa nào, mà chỉ duy một mục đích cứu khổ ban vui cho chúng sanh mọi loài. Người con Phật tại gia vẫn phải vào đời, vẫn phải mưu cầu sự sống. Tuy nhiên, người có đạo Phật trong đời sống thì lúc nào cũng tuân thủ giới luật, nên vào đời vị tha, mưu cầu sự sống đúng theo chánh pháp, của cải vật chất làm ra do chính bàn tay cần cù, khối óc ngay thẳng và mồ hôi nước mắt của mình và bằng những phương cách thiện lành. Người có đạo Phật trong đời sống luôn hòa mình vào cuộc sống của gia đình và xã hội, con người ấy luôn biết “nhập gia tùy tục, nhập giang tùy khúc” nên đi đâu đến đâu cũng điều chỉnh và hội nhập dễ dàng. Thế giới này có bao nhiêu chúng sanh thì có bấy nhiêu cá tính khác nhau, thế nên rất hiếm có chuyện “Ca Diếp hiểu được ý nghĩa của cành hoa trên tay Phật” lắm. Chính Đức Từ Phụ cũng đã thừa nhận như thế và tục ngữ chúng ta cũng có câu “chín người mười ý.” Vậy thì hễ có việc gì không đồng ý, nên lấy lời lẽ ôn nhu hòa nhã mà giải thích cho mọi người cùng hiểu. Người có đạo Phật trong đời sống sẽ không bao giờ “mục hạ vô nhân,” không bao giờ chỉ biết có

mình, còn thì sống chết mặc ai. Mình giỏi thì người khác cũng giỏi vậy. Tài mình chỉ là một hạt cát nhỏ trong sa mạc bao la, hoặc giả chỉ là một giọt nước trong đại dương bao la vô tận. Văn minh Ai Cập cao thì văn minh Babylone, văn minh Hy Lạp, La Mã, Incas nào có thua chi? Người có đạo Phật trong đời sống luôn thấy được như vậy để luôn vào đời bằng thái độ khiêm cung từ tốn, luôn học cái hay của người và luôn chia sẻ với người những lợi lạc mà mình đã kinh qua.

Ngoài ra, trong những sinh hoạt hằng ngày, người có đạo Phật trong đời sống là người luôn suy tưởng và tán thán công đức của mười phương ba đời chư Phật, vì có suy tưởng và tán thán thì chúng ta mới biết quý trọng và làm theo những hạnh nguyện của các Ngài đúng như lời nhấn nhủ của một câu tục ngữ bình dân Việt Nam: “trọng thầy mới được làm thầy.” Khi suy tưởng đến Đức Thích Tôn Từ Phụ thì chúng ta luôn nhớ tới bốn nguyện độ sanh của Ngài: khai thị cho chúng sanh được ngộ nhập tri kiến Phật, để khắp ba nẻo sáu đường đều biết thế nào là từ bi hỉ xả, khiêm cung từ tốn, nhu hòa nhẫn nhục, vị tha bác ái. Khi nghĩ đến Đức Quán Thế Âm thì chúng ta luôn tán thán và quyết chí tu trì theo hạnh nguyện cứu khổ ban vui của Ngài, để rồi chúng ta cũng sẽ vào đời bằng hạnh nguyện từ bi của Ngài. Khi nghĩ đến Đức Phật A Di Đà thì chúng ta phải cương quyết sống tu theo ánh sáng trí tuệ của Ngài, quyết xả thân vì đạo, quyết đem cả thân tâm cúng dường lên chư Phật bằng cách hành trì thật rốt ráo những gì mà quý Ngài đã chỉ dạy. Người có đạo Phật trong đời sống luôn sống đời giản dị, lành mạnh, hưởng thượng, dù trong bất cứ tình huống nào. Bản tâm con người ấy luôn chói sáng giới đức, đạo hạnh và trí tuệ Bát Nhã. Chính Đức Từ Phụ đã từng khẳng định: “Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành.” Như vậy thì chúng sanh trong ba cõi sáu đường đều có thể sống và hưởng đến quả vị vô thượng miên là người ấy luôn có đạo Phật trong đời sống. Người có đạo Phật trong đời sống sẽ có cuộc sống an nhiên tự tại, nội tâm sẽ sáng suốt để luôn nhìn thấy sự vật như thực. Con người ấy luôn sống hài hòa với tự thân, gia đình, xã hội và thiên nhiên. Con người ấy luôn thấy rõ thật giả, chánh tà để tự dọn cho mình một hướng đi chân thật. Người có đạo Phật trong đời sống cho dù có theo hạnh nguyện nào, hưởng nội hay hưởng ngoại, đều chỉ với một mục đích duy nhất: thanh tịnh hóa, hoặc tự mình thanh tịnh, hoặc giúp người thanh tịnh. Tất cả đều tích cực vì mình, vì người và vì đời. Con người ấy luôn nói lời dễ nghe, luôn làm những điều lợi lạc cho mọi

người, luôn cho những cái khó cho, cho cả người thân lẫn kẻ sơ, cho cả bạn lẫn thù, cho mà không mong cầu bất cứ thứ gì đền trả lại. Người có đạo Phật trong đời sống luôn vào đời bằng từ bi hỉ xả, luôn bố thí cùng khắp, luôn giữ gìn giới hạnh như giữ gìn con người của đôi mắt, luôn nhẫn, nhẫn, nhẫn; nhẫn những cái dễ nhẫn cũng như những cái khó nhẫn, luôn đi vào đời bằng những triết lý sống thực của nhà Phật và luôn tinh chuyên hành trì thiền định. Ở con người ấy không còn cái ta nhỏ hẹp ích kỷ nữa, mà tất cả chỉ vì người và vì đời. Ở con người ấy lòng từ luôn lấn lướt sân hận, lòng bi luôn vượt thắng sự sát sanh hại vật, lòng hoan hỷ luôn vượt lên trên lòng ganh ghét đố kỵ, và lòng xả luôn cởi bỏ những oán ghét hận thù. Người có đạo Phật trong đời sống thì dù thức hay ngủ, dù đứng hay đi, dù ngồi hay nằm, dù làm việc hay nghỉ ngơi, dù nói hay nín, tất cả đều diễn ra trong chánh niệm, tất cả đều nhằm mục đích tạo cho mình và cho người một trạng thái an lạc và tự tại vô cùng tận. Con người ấy luôn biết đủ, mặc chỉ cốt ngăn ngừa nóng lạnh, gió máy, muỗi mòng, chứ không cốt đẹp, cốt sang. Ăn chỉ cốt nuôi thân mà tiến tu chứ không bồi bổ cho thân tứ đại tốt tươi trường cửu. Khi nói chỉ nói những điều đáng nói và nói năng từ tốn chứ không oang oác khó nghe. Khi nghe chỉ nghe những điều cần nghe cho cuộc sống tu trì, chứ không nghe tà pháp, hoặc những âm thanh kích động có hại cho huệ mạng. Khi nhìn chỉ nhìn những cái cần nhìn, khi làm chỉ làm những điều cần làm, chỉ học những điều cần học, vân vân. Con người ấy luôn sống đời thiếu dục tri túc, hoặc nếu có thể được sống một đời ly dục như năm xưa Đức Từ Phụ đã sống.

Người có đạo Phật trong đời sống là người luôn biết trân quý những lời Phật dạy, thế nên sau khi áp dụng những gì Phật dạy vào cuộc sống cuộc tu của chính mình mà thấy lợi lạc, bèn phát tâm chia xẻ cho mọi người để ai nấy đều cũng được lợi lạc như mình. Trong những lời di huấn sau cùng trước khi nhập diệt, Thế Tôn đã khẳng định rằng: “Về thời xa Phật, chúng sanh phước mỏng tội dày, đạo lý kém cõi, lòng người ly tán. Chính vì thế mà những ai đem một lời Phật dạy ra chia xẻ cho người khác để cuộc sống của họ cũng được an lạc và hạnh phúc, thì công đức ấy còn lớn hơn là cúng dường Tam Bảo, lớn hơn cả việc xây chùa dựng tháp, và lớn hơn cả thọ tam quy trì ngũ giới, hay nói cho cùng ra công đức này là thù thắng nhất đối với người tu Phật. Những ai dụng công làm cho người khác từ bỏ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng để quay về với từ bi hỉ xả, khiêm

cung từ tổn, nhu hòa nhẫn nhục kẻ đó là gì nếu không đang cùng nắm tay chư Phật để thanh tịnh hóa cõi Ta Bà ngũ trược ác thế này?” Người có đạo Phật trong đời sống luôn lấy từ bi hỉ xả để phá tan bức màn ngăn cách của phân ly hận thù hầu tạo nên sự gần gũi và cảm thông giữa người và người, cũng như giữa con người và chúng sanh mọi loài. Người có đạo Phật trong đời sống là người luôn có từ tâm với cả cây cỏ thú vật, thì làm sao con người ấy có thể khởi được ác tâm với con người? Con người ấy cho dù chưa dứt hẳn tham sân si, cũng đã biết thế nào là nhu hòa nhẫn nhục và thế nào là thiếu dục tri túc, nên hạnh phúc đến với họ ngay trong những giây phút hiện tại này. Người có đạo Phật trong đời sống luôn quán sát một cách sâu sắc đạo lý vô thường của vạn sự vạn vật, nên với họ thành trụ hoại không không hơn gì một cơn gió thoảng, đến rồi đi, đi rồi đến không hẹn kỳ. Người có đạo Phật trong đời sống là người luôn cố gắng từ bỏ các điều ác, luôn ra sức thành tựu các hạnh lành, và luôn giữ cho tâm ý mình thanh sạch. Thân con người ấy không sát, đạo, dâm, vọng; khẩu không nói láo, nói lưỡi hai chiều, nói lời đâm thọc, độc ác, phù phiếm; ý không tham dục, sân hận, tà kiến, ác kiến, biên kiến, thiên kiến. Con người ấy ít khi tụm năm tụm bảy để nhàn đàm hý luận về thuyết nhân quả thiện ác. Ngược lại, luôn thâm thâm tiến tu và sống thực với đạo đức thiện lành. Người có đạo Phật trong đời sống luôn nhìn sự vật bằng cái nhìn như thị, luôn quán chiếu thật sâu vào lòng sự vật, luôn có một thái độ sống tu thật an nhiên tự tại, chứ không hề thích thì muốn ôm vào, mà không thích thì lại đẩy ra. Người có đạo Phật trong đời sống luôn quán sát tự thân để thấy thân này bất tịnh, dù là đương tuổi hoa niên, hễ một ngày không tắm giặt rửa rái thì thân này hôi thúi đến dường nào! Cho dù có tắm rửa thường xuyên đi nữa thì đại tiểu tiện vẫn hôi vẫn thúi, đó là chưa kể mũi dãi ghèn đờm. Thấy sự bất tịnh ấy để không bỏ bê hay nhờm gớm thân này, ngược lại chỉ thấy để mà không chạy theo làm nô lệ cho sự trau tía quá đáng. Thấy để có khả năng hành sử như Phật đã hành sử năm xưa. Ngài đã nhàm chán ngôi báu, xa lánh yêu đương và rũ bỏ quyền uy như đôi dép bỏ. Ngài đã loại trừ tận cùng thú tánh để vươn mình lên quả vị cao tột: Phật. Ngài đã ngự trị được lòng tham ái dục vọng. Ngài không cho sáu căn duyên theo sáu trần để lãnh thọ cảnh đẹp cảnh xấu. Với Ngài không còn ôm đồm khi ưa, hoặc đùa hết cho người khi ghét. Thế nên Ngài giải thoát. Là con Phật, muốn giải thoát như Phật, chúng ta phải thấy cho rõ thân bất tịnh, tâm vô thường,



thọ thị khổ, vạn pháp vô ngã. Thấy được như vậy chúng ta mới có cơ tránh được tai ách của vui, buồn, thương, ghét và đảo điên chấp trước. Thấy được như vậy chúng ta mới không còn lòng nào lấy oán trả oán, hoặc ăn miếng trả miếng với đời nữa. Ngược lại, từ đầu đến chân ta chỉ là từ bi hỉ xả, vị tha bác ái mà thôi. Người có đạo Phật trong đời sống luôn hành sử bằng trí tuệ sáng ngời của Ngài Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát để phá tan những u mê lầm lạc. Người có đạo Phật trong đời sống luôn hiểu biết và quán sát sự vô thường của vạn vật trong từng sát na, luôn thấy nỗi khổ bất tận của con người là do bởi lòng tham dục ích kỷ mà ra. Con người ấy luôn thấy nguồn gốc của mọi tội lỗi trên đời này cũng như sự khổ đau phiền não đều gây ra bởi lòng tham vô cùng vô tận của con người. Con người ấy luôn biết rằng từ bấy lâu nay vì trây lười giải đãi mà chúng sanh cứ ôm thân làm khách viễn du, nay bến này mai bến nọ. Vì thấy quá rõ những hệ lụy này nên người có đạo Phật trong đời sống luôn dũng mãnh vượt thoát tất cả mọi ràng buộc bằng cách phát Bồ Đề Tâm thật kiên cố, nguyện chẳng những tự cứu mình, mà còn cứu người và chúng sanh mọi loài vượt qua biển khổ sông mê.

Người có đạo Phật trong đời sống là người luôn biết tự mình thúc liễm thân tâm, trì trai giữ giới, luôn ý thức rằng mọi khổ đau phiền não đều gây ra bởi tham ái, luôn cảnh tỉnh rằng vọng niệm là đầu dây mối nhợ của bao điều ác, chánh niệm là nơi trường dưỡng những hạnh lành. Với con người ấy, giới thể và thân tâm chỉ là một, luôn tu hành định tỉnh vào chơn như tự tánh cho đến khi lý trí đồng dung hiệp trong chỉ một tâm chơn như. Vì thế cho nên với người ấy, ngũ uẩn vẫn thanh suy mà không đến nỗi quá khổ đau phiền não, hoàn cảnh có cay nghiệt ngang trái mà không đến nỗi khổ sâu bi lụy; gió vô thường vẫn thổi, mưa vô thường vẫn rơi, nhưng con người ấy vẫn ung dung tự tại trước mọi thành trụ hoại không của cuộc đời. Người có đạo Phật trong đời sống luôn biết rằng quả khổ của chúng sanh hiện tại không phải là vô nhân hay ngẫu nhiên mà có. Quả khổ ấy là hậu quả tất yếu của một hay nhiều nhân bất thiện trong đời này hay đời trước của chúng ta. Quả khổ ấy cũng có thể hoặc do lòng tham lam luyến ái, hoặc do sự giận dữ nóng nảy, hoặc do sai lầm nông nổi, hoặc do ngã mạn cống cao, hoặc do nghi kỵ ngờ vực, hoặc do chấp thân chấp tướng trường tồn, hoặc do tà kiến, ác kiến, thường kiến, đoạn kiến; hoặc do suy nghĩ tà vạy không hợp chánh lý; hoặc tự cho mình là đúng rồi hủy báng

Phật pháp; hoặc do mê lầm theo tà sư ngoại đạo, vân vân. Người có đạo Phật trong đời sống luôn cảnh giác như vậy nên đời này quyết không gieo tạo bất cứ ác nghiệp nào nữa.

Ngoài ra, người có đạo Phật trong đời sống luôn kiến giải đúng sự thật, luôn suy nghĩ chân chánh, nói lời ôn hòa ngay thẳng và hợp lý, luôn hành động chân chánh, sinh hoạt chân chánh, luôn siêng năng làm theo lẽ phải của chánh đạo, luôn nghĩ nhớ suy tưởng đến những việc chân chánh. Chính vì thế mà thân con người ấy luôn Khang kiện và tâm luôn linh mãnh. Chính vì thế mà cho dù ở trong bất cứ hoàn cảnh nào con người ấy vẫn luôn an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Người có đạo Phật trong đời sống luôn tỉnh giác rằng vì vô minh mà thân tâm này hành động tà vạy để rồi tạo thêm ác nghiệp, đã vậy vô minh còn xô đẩy chúng sanh đến chỗ hiểu biết sai lầm, chấp trước năng sở, mình người vì thế mà chúng sanh cứ nhập hết thai này đến thai khác, rồi ra đời, rồi cảm thọ, rồi tham ái, rồi buồn, vui, thương, ghét cứ thế mà chúng sanh cứ tiếp tục tham ái đắm nhiễm những gì mình ưa thích, cứ tranh giành những gì mình ham muốn, giành không được thì sanh tâm oán hận oán phiền. Chính tâm oán hận oán phiền này là nhân cho quả khổ về sau, rồi cứ thế mà chúng sanh tùy theo nghiệp lực mà lại sanh, rồi cũng tùy theo nghiệp quả mà phải chịu khổ, chịu già, bệnh, chết, rồi lại sanh, già, bệnh, chết trong vòng luân hồi lẩn quẩn. Người có đạo Phật trong đời sống luôn thấy rõ cái vòng luân hồi sanh tử đã vùi dập, đã hành hạ chúng sanh từ vô thủy, nên con người ấy cương quyết đoạn trừ quả báo của hiện tại và tương lai. Tất cả thì giờ nào có được chỉ chuyên tâm trả tròn những quả báo của quá khứ. Người có đạo Phật trong đời sống, mắt chỉ nhìn những cái cần nhìn và đáng nhìn, chứ không tham hình đắm sắc; tai chỉ nghe những cái cần nghe và đáng nghe chứ không tham đắm những âm thanh du dương trầm bổng; mũi chỉ ngửi những cái cần ngửi và đáng ngửi chứ không tham đắm mùi hương ngào ngát; lưỡi chỉ nếm những cái cần nếm và đáng nếm chứ không tham đắm vị ngon chất ngọt; thân chỉ xúc chạm những cái cần và đáng xúc chạm, chứ không tham đắm lụa là gấm vóc hay cảm giác êm dịu. Với con người ấy, ai sinh lòng oán ghét, họ chỉ đối lại bằng sự hài hòa và từ bi hỉ xả. Người ấy luôn tỉnh thức trước những thịnh suy, tan hợp, lành dữ họa phúc đều do bởi tâm này nên luôn làm lành lánh dữ và luôn giữ cho thân tâm luôn tinh sạch. Người ấy luôn biết rằng sự độc ác phát sinh từ tâm và sẽ trở lại tự hại tâm mình như

rắn độc ngậm nọc, nọc ấy sẽ làm hại chính nó. Hoặc như sắt sinh ra chất rỉ sét, rồi thì chất rỉ sét ấy lại quay vào làm hại chất sắt vậy. Nhờ tính thức như vậy mà người có đạo Phật trong đời sống luôn bình tâm như như, nghĩa là luôn ôn nhu từ tốn trước mọi vấn đề, khi ai có lỗi lầm, người ấy chẳng những không chấp trách, mà còn đem lời từ ái ra nói cho người khác được an lòng. Khi nghe ai nói hoặc thấy ai làm điều thiện lành thì người ấy sanh tâm hoan hỷ như chính mình vừa làm được điều thiện lành vậy. Khi thấy ai làm điều hung ác xằng bậy, thì chẳng những người ấy không khinh chê, mà còn đem lời lẽ chân thật ra khuyên giải khuyến thiện. Dù trong bất cứ trạng huống nào, lời ăn tiếng nói của con người ấy luôn đượm tính ôn hòa nhã nhặn. Chính nhờ biết tiết giảm như vậy mà người có đạo Phật trong đời sống luôn nhìn, nghe và hiểu vạn sự vạn vật một cách sâu sắc và như thực chứ không thành kiến, không phán xét, cũng như không vội vã phản ứng trước mọi tình huống.

Người có đạo Phật trong đời sống vẫn luôn biết ai trí ai ngu, ai sang ai hèn, ai thiện ai ác, nhưng không vì thế mà sanh tâm ưa ghét. Không một ý nghĩ, lời nói hay hành động nào của người có đạo Phật trong đời sống là không thiện lành đức độ. Con người ấy dù luôn khiêm cung từ tốn nhưng từng lời nói ra đều hoạt bác mà nhã nhặn, mềm mỏng mà chắc thật khẩu nói ra thế nào thì tâm cũng nghĩ y như thế ấy không sai khác. Đi đâu đến đâu con người ấy cũng chỉ hướng về một mục đích cải thiện con người và đem đạo Phật áp dụng vào đời sống hằng ngày, mong sao cho tất cả chúng sanh đều có một đời sống tỉnh thức, an lạc và hạnh phúc.

Người có đạo Phật trong đời sống thà rằng mạng một chữ quyết không bao giờ sát hại một sinh vật nào, dù chỉ là một sinh vật nhỏ bé. Con người ấy thà chịu uống nước đồng sôi cho thân này tan nát, chứ quyết không phá giới, dù cái chết có cạnh kề cũng quyết không nói dối để được sống. Con người ấy luôn tâm niệm rằng giá trị con người không phải ở giàu sang với nhà cao cửa rộng, xe đẹp xe to, mà giá trị ấy ở chỗ con người biết tỉnh thức hướng về lẽ phải, lướt thảng mọi ham muốn dục vọng, biết hành thiện không hành ác và biết giữ cho tâm ý mình luôn thanh sạch. Nhà cao cửa rộng, giàu sang phú quý mà cuộc sống không đạo đức, không sợ nhơn quả tội báo, không một việc ác nào mà không dám làm thì đâu phải là lối sống của một con người. Ngược lại, nghèo mà thanh sạch và vui với đạo nghĩa, nghèo mà sống

có nhân cách đạo đức, nghèo mà tâm hồn cao thượng, nghèo mà từ bi bác ái, hỉ xả bao dung, nghèo mà lời nói dịu dàng hòa nhã, nghèo mà nhứt cử nhứt động đều lợi tha, cái nghèo ấy quả là không nghèo chút nào. Dù nghèo vật chất, nghèo tiền nghèo bạc, nhưng cái đẹp của tâm hồn ấy thật là vô giá mà chỉ có từ bi hỉ xả của nhà Phật mới có đủ công năng tôi luyện cho chúng ta thành một con người trọn vẹn. Còn hình ảnh nào đẹp hơn hình ảnh một con người lúc nào cũng tâm nguyện mang lại sự an vui cho người khác? Còn con người nào cao cả hơn con người lúc nào cũng muốn cứu giúp và làm vơi đi nỗi khổ đau của tha nhân? Chỉ có những con người hướng thượng, những người luôn có đạo Phật trong đời sống mới luôn vui vẻ tha thứ bao dung cho lỗi lầm của người, cũng như vui theo cái vui cái đẹp của người. Chỉ có con người ấy mới có đủ đảm lược thi ân bất cầu báo. Người có đạo Phật trong đời sống luôn thấy được sự vô thường và vô ngã của vạn pháp, trong đó đời sống của con người nào có khác chi là một giấc chiêm bao, trăm năm nào khác cuộc cờ đổi thay, huyễn hóa, có rồi không, không rồi có, nào khác chi những bọt nước bông bênh, hoặc như tia điện chớp, hay sương mai trên đầu cỏ. Như vậy thì tham lam, bôn sẻn, ác độc, tà vạy để cho ai và để làm gì? Một ngày từ khi thức giấc đến khi đi ngủ lại, chúng ta đã tạo không biết bao nhiêu là ác nghiệp, cứ thế mà tính ngược về vô lượng kiếp từ vô thủy, thì chúng ta sẽ thấy tội ác của chúng ta cho dù có đem chất đầy tam thiên đại thiên thế giới cũng không vừa. Có thấy không hỏi những người con Phật? Nếu đã thấy rồi thì xin hãy ráng làm những con người có đạo Phật trong đời sống hằng ngày, hãy cố gắng vâng giữ lời Phật dạy, hãy đem gươm trí tuệ của ngài Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát ra để đoạn trừ phiền não của trần lao. Hãy dụng công nhìn thật sâu vào lòng của vạn pháp, hãy sống tỉnh giác, biết ăn năn sám hối tội lỗi từ vô thủy, biết tập làm lành lánh dữ ngay từ bây giờ, biết chỉnh lý thân tâm cho được thanh sạch. Hãy bình tâm suy gẫm và hành trì những lời Phật dạy ngay từ bây giờ, ngay từ lúc thân hãy còn Khang kiện, mắt hãy còn sáng, tai hãy còn nghe rõ và tâm ý hãy còn linh mẫn mới mong có đủ khả năng và cơ hội chuyển họa thành phước, chuyển ác nghiệp thành thiện nghiệp, hoặc không còn nghiệp gì nữa. Hãy bình tâm suy gẫm lời Phật dạy, sung sướng tạm bỏ hôm nay để rồi đau khổ ngày mai, có gì đâu mà phải vướng mắc? Người có đạo Phật trong đời sống tuy ở nhà lá, uống nước lã, ăn cơm hẩm với rau dưa, mà được thanh thoi an lạc, không vướng mắc vào lợi

danh, tình ái, như vậy không là giải thoát chứ là gì ? Còn những kẻ danh vọng giàu sang, quyền uy thế phiệt, mà cứ loanh quanh lẫn lẩn trong lợi danh, tình ái, đua chen, hơn thiệt thì cả thân lẫn tâm phải làm nô lệ cho lũ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến hết đời nầy sang kiếp khác không hơn không kém. Người có đạo Phật trong đời sống cứ nhắm việc phải mà làm, cứ hướng về từ bi hỉ xả, bác ái vị tha, khiêm cung từ tốn, ôn nhu hòa nhã mà tiến bước. Con người ấy dù đang sống trên nhung lụa, quyền uy vẫn ngày ngày nghĩ đến cái vô thường của thành trụ hoại không. Chính vì vậy mà con người ấy không ôm đồm mọi thứ, nên không có đau khổ não phiền vì bị mất mát; không hy vọng nhiều nên không thất vọng lắm, Con người ấy thường hành lý đạo nên dù gặp cảnh khổ, hay được lúc đắc thời, vẫn sống một cách an nhiên tự tại, hướng về nội tâm. Với cá nhân thì con người ấy biết sống với chính mình, chứ không bị ngoại cảnh chi phối. Trong gia đình thì con người ấy biết sống cho vợ chồng, con cái, cha mẹ, anh em, bà con họ hàng. Còn với làng nước thì con người ấy biết sống bằng tình thân láng giềng, biết sống với đạo, đạo nhân, đạo trời, đạo dân tộc và đạo Phật, sống thật giản dị và chân thật. Con người ấy luôn mưu tìm hạnh phúc cho mình và gia đình mình, nhưng không nở làm khổ một ai. Con người ấy luôn sống tự tin, tự tin nơi chính mình, tự tin nơi giáo pháp của Phật có thể mang đến cho mình an lạc và hạnh phúc, nên cứ thắm thắm tiến tu, thắng không kiêu, bại không nản. Con người ấy luôn như như tự tại khi thành công cũng như lúc thất bại. Gặp nghịch cảnh, không bi quan yếm thế. Ngược lại, luôn tự trang bị cho mình đầy đủ đại hùng, đại lực và đại từ bi của nhà Phật mà dũng mãnh tiến lên vượt qua mọi chông gai thử thách, để rồi cuối cùng đau thương tuyệt vọng sẽ trở thành an lạc tươi sáng. Con người ấy luôn nhã nhặn, khiêm tốn, hòa nhã và luôn biết sống cho những giây phút hiện tại. Người có đạo Phật trong đời sống luôn biết thức liễm thân tâm, luôn chế ngự dục vọng bằng cách sống một đời “biết đủ,” chứ không kiêu xa, cầu kỳ, phách lối. Con người ấy luôn biết kính vì “nhơn quả.” Hễ gây nhơn ắt gặt quả, dù ác hay dù thiện. Nhân đã gieo, nếu không chịu trả kiếp nầy thì phải luân hồi sanh tử để gặt quả trong kiếp lai sanh. Vì biết kính vì nhân quả nên con người ấy ít gây nghiệp tạo tội, hay không gây nghiệp tạo tội; không oán thù ai, mà cũng không làm cho ai oán thù mình. Người có đạo Phật trong đời sống luôn tự đấu tranh với chính mình để tận diệt tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến. Mỗi khi lâm

lỗi gây ra sân hận thì tự lòng họ vô cùng ân hận và thành tâm sám hối với ông Phật tự thân là sẽ không còn nữa những chuỗi ngày đen tối này. Con người ấy luôn vun bồi thiện căn nơi chính mình cũng như tận lực làm lợi ích cho chúng sanh muôn loài tùy theo khả năng của mình. Họ luôn vui cái vui của người và khổ cái khổ của người. Lúc nào con người ấy cũng chỉ hướng về một hướng: hướng thượng để sửa soạn cho mình một cuộc sống mới tốt đẹp và thiện lành hơn. Con người ấy gặp việc thiện dù nhỏ thế mấy cũng quyết làm, gặp việc ác dù nhỏ thế mấy cũng quyết tránh. Vì biết rằng cả người giận và người bị giận đều đau khổ, người ghét cũng như người bị ghét đều sầu bi như nhau, người ganh ghét đố kỵ cũng như người bị ganh ghét đố kỵ đều khổ não như nhau, chính vì thế mà người có đạo Phật trong đời sống luôn làm mọi điều thật thiện lành cho mọi người, mong cho ai nấy đều không bị khổ, không thấy khổ, chí đến không nghe khổ.

Hành giả tu Phật quyết không theo đạo Phật chết; ngược lại, Phật tử thuần thành quyết đem đạo lành này đưa vào đời sống hằng ngày. Đạo Phật chết là đạo Phật qua những hình thức tổ chức rườm rà, nghi lễ cổ điển, cúng kiến, kinh kệ bằng những ngôn ngữ xa lạ làm cho giới trẻ hoang mang. Từ đó giới trẻ nhìn về những ngôi chùa như một viện dưỡng lão của ông già bà cả, cho những người thiếu tự tin, hoặc cho những thành phần mê tín dị đoan. Ngoài ra, đạo Phật chết có mặt khi giáo lý nhà Phật chỉ được nói suông chứ không được thực hành. Nói rằng tin Phật chưa đủ; nói rằng biết giáo lý nhà Phật chỉ để nói thì thà là đừng biết. Thời gian bay nhanh như tên bay và ngày tháng bay qua như thoi đưa. Sóng trước đùa sóng sau. Cuộc đời lại cũng qua đi nhanh như vậy. Vô thường chẳng chừa một ai, tuổi già theo liền bên tuổi trẻ trong từng lúc, và chẳng mấy chốc chúng ta rồi sẽ già và hoại diệt chẳng để lại dấu vết gì. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng nếu chỉ tin suông theo Phật mà không hành trì, cũng không hơn gì tin theo đạo Phật chết. Điều này cũng giống như chúng ta đi vào một nhà hàng để đọc thực đơn chơi cho vui chứ không kêu món để ăn, chẳng có lợi ích gì cho mình cả. Vì thế, chúng ta nên luôn nhớ rằng Đạo mà không được thực hành là Đạo chết hay Đạo cùng; đức mà không đạt được bởi tu trì chỉ là đức giả.

Người có đạo Phật trong đời sống chẳng những không chấp mà còn buông bỏ tất cả những sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp của thường tình thế tục. Với họ sự thấy chỉ là sự duyên hợp của mắt và cảnh vật bên

ngoài; sự nghe chỉ là duyên hợp của mắt và ngoại trần. Con người ấy luôn biết rằng tất cả những duyên hợp này đều chỉ là sự hình thành của điên đảo vọng tưởng, ngật vì chúng sanh không biết rằng những thấy, những nghe, những ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ đều là sanh diệt vô thường, nên lắm khi nhận lầm những trái tai gai mắt là mình, là của mình, là của người, để rồi phải suốt đời chịu khổ. Ngược lại, người có đạo Phật trong đời sống luôn biết quay lưng lại quán sát thật sâu, và luôn có khả năng xoay cả sắc trần, thanh trần, hương trần ra ngoài để tự mình quay về với bản tâm thanh tịnh của chính mình, thế nên con người ấy ít bị hoặc không bị lửa tham, sân, si hoành hành. Người ấy luôn biết rằng sự an lạc hay khổ đau đều do tự tâm của mình mà ra, hễ tâm chánh thì thành Phật, tâm tà là người của cõi trời, tâm tà là ma, tâm ác làm la sát. Tâm Phật và tâm chúng sanh từ vô thủy đều đồng một thể rỗng lặng và đầy đủ đức tánh của chơn thiện mỹ. Ngật vì lửa tham dục, ích kỷ cứ thay phiên nhau hành hạ chúng sanh nên chơn thiện mỹ chẳng những không phát triển được, mà còn bị ngăn che khuất lấp. Chỉ có cách duy nhất là mang đạo Phật vào cuộc sống hằng ngày, nghĩa là phải ngày ngày thực sự sống với đạo mới mong chuyển hướng cuộc đời, chỉ có phát Bồ Đề tâm: thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh mới mong tự cứu và cứu đời. Người có đạo Phật trong đời sống không ích kỷ lạc đạo một mình, mà người ấy luôn nguyện cúng dường thân tâm này để cho chúng sanh mọi loài đều được thâm nhập kinh tạng, và có được trí huệ như biển, từ đó mọi người mọi loài đều có khả năng sống ly dục và bỏ dử làm lành, dù thân tại gia hay xuất gia, tâm vẫn cầu xuất ly tam giới; dù chưa có khả năng lấp cạn biển ly dục tham ái, con người ấy cũng đã và đang với đi rất nhiều dục vọng của trần thế. Chính vì thế mà con người ấy không còn bị điều đứng bởi những cơn gió độc của phàm phu từ thành bại, hơn thua, được mất, vinh nhục. Tuy nhiên, những đứa con tại gia, dù cố gắng mang đạo vào đời thế mấy cũng không sao tránh khỏi những cảnh sanh ly tử biệt, oan gia tương ngộ, tre già khóc măng rụi, vợ khóc chồng, con khóc cha, vân vân. Thế nên cách duy nhất để ly khổ là phải ngày đêm trì niệm những đức tánh bi trí dũng của chư Phật, để một ngày không xa nào đó tự tâm mình cũng sẽ sử dụng được những đức tánh ấy vào mọi tình huống hằng ngày.

Đức Thích Tôn Từ Phụ đã từng nhấn nhủ với tứ chúng trong các kinh điển của Ngài rằng: “Ai tu nấy hưởng, ai tạo nghiệp thì tự mình

lãnh quả báo.” Vậy thì vì thương vợ, thương con, thương cha mẹ anh em mà tự mình gây tội tạo nghiệp thì chỉ có một mình mình lãnh quả. Mua gian bán lận, cân thiếu do hụt, nói láo nói khoét, dù là hành động cho một lý tưởng cao cả nào đi nữa, cũng là gây tội tạo nghiệp, thì quả ấy luôn sẵn chờ duy chỉ mình ta. Hãy thấy và hiểu cho rõ điểm “nhân quả” vô cùng quan trọng này hỡi những người con Phật! Thấy như vậy để sự hy sinh cho những mục đích cao cả được trọn vẹn hơn. Thấy như vậy để dù phải còn lo lắng cho gia đình, vẫn lo lắng được bằng những phương cách lương thiện. Thấy như vậy để ngay trong đời sống hằng ngày chúng ta vẫn mang được đạo vào, vẫn làm được những bậc đại trượng phu, dám viễn ly những điên đảo mộng tưởng của tiền tài, danh vọng, quyền uy, tham dục. Dẫu biết rằng sống trong trần lao mà phát tâm viễn ly trần lao là điều khó khăn vô cùng; sống trong tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến mà phải lợi ngược dòng và dứt bỏ tất cả để chỉ một mình “cô thân vạn lý du” là điều không tưởng. Tuy nhiên dù tưởng hay không tưởng, ai trong chúng ta rồi cũng phải một lần viễn ly tất cả những thứ ấy. Nếu không bây giờ thì còn đợi đến chừng nào nữa đây quý vị ơi! Biến đời sanh tử éo le quá, dù sang quý đến bậc nào, đến như Hốt Tất Liệt Thành Cát Tư Hãn một thời làm mưa làm gió cả Á lẫn Âu Phi, thế mà đến phút cuối đời phải chết trong uất ức nghẹn ngào, chết mà một gò cũng chẳng có. Mấy ai tránh được luật tự nhiên của thành trụ hoại không? Thế mà con người chúng ta cứ như trong mộng, cứ loanh quanh lẩn quẩn trong mạnh được yếu thua, giàu hiếp nghèo, sang hiếp hèn, nuôi mạng mình trên sinh mạng của người, tìm vui sướng hạnh phúc trên nỗi khổ đau của kẻ khác. Đã thế mà cứ mà cứ ngày một cột mình chặt thêm với những thứ huyễn giả. Người con Phật chơn thuần phải thấy cho được những đảo điên mộng tưởng này để cố mà mang đạo Phật vào cuộc sống hằng ngày và thoát ly cho bằng được những hệ lụy ràng buộc khó gỡ này. Người có đạo Phật trong đời sống thì thân không làm bậy, miệng không nói bậy và ý không nghĩ bậy. Ngược lại, thân luôn làm những điều lợi ích cho mình và cho người, miệng luôn nói lời ái ngôn ái ngữ, ý luôn nghĩ những điều thiện lành và hoan hỷ theo những điều thiện lành của người. Con người ấy luôn tâm niệm cứu khổ ban vui cho chúng sanh mọi loài, thế nên dù chúng sanh có tội lỗi với chính mình, mình cũng hoan hỷ tha thứ, luôn khuyến tấn Bồ Đề tâm nơi người để ai nấy đều cùng làm việc lợi lạc cho nhau, luôn đem đạo đức mà mình hiểu biết gieo rắc



vào lòng mọi người vì đạo đức luôn tối cần cho cá nhân, gia đình, xã hội và quốc gia. Những người con Phật phải cố làm cho được những điều lợi ích thiết thực này ngay từ bây giờ, ngay từ lúc mắt hãy còn thấy, tai hãy còn nghe, chân tay hãy còn mạnh khỏe, chứ đừng chờ đợi cho đến lúc răng long gỏi mối, mắt mờ tai điếc, lưng còm má hóp, tay chân run rẩy, thì e rằng lắm khi đã quá muộn. Hãy cố cởi mở tất cả những ràng buộc hệ lụy của cuộc đời ngay từ bây giờ. Hãy lắng lòng nghe lời Phật dạy “chánh pháp thượng xả hà huống phi pháp.” Chánh pháp mà có lúc còn phải buông bỏ, huống là những thứ ràng buộc hệ lụy của thường tình thế tục. Hãy nhìn thẳng vào Thế Tôn, Ngài đã không nói một lời dù cho lắm khi ngoại đạo có mắng nhiếc Ngài thậm tệ, Ngài vẫn như như bất động, không một chút tức giận. Trong đời Thế Tôn, Ngài chưa một lần khiển trách một ai, cho dù người đó có rầy rà và khiếm nhã với Ngài thế nào đi nữa.

Giáo pháp của Thế Tôn là như thế đó! Người có đạo Phật trong đời sống hằng ngày cũng ví như là người luôn tắm rửa mỗi ngày, thì thân phải thanh sạch. Cũng như vậy, hễ tu theo Phật pháp mỗi ngày thì ô trược trong tâm phải từ từ được gột rửa, không thể nghĩ bàn. Hễ được sự gột rửa của giáo pháp, thì cho dù phải hoàn tục năm lần bảy lượt như Citta, rồi cũng có một ngày phải nhớ lại giáo pháp cao thượng mà mình đã hơn một lần được nuôi dưỡng, để từ đó nhứt tâm rời bỏ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến mà về với đạo cả. Điều quan trọng ở đây là mình có chịu quay về với chính mình hay không mà thôi. Nói thì dễ lắm, nhưng làm có được hay không lại là chuyện khác. Ai trong chúng ta lại không biết muốn giải thoát thì trước nhứt phải thành tựu giới hạnh, phải thu thúc lục căn, phải chế ngự tham ái, phải tiết độ trong việc ăn uống, ngủ nghỉ, phải tri túc trong cái mặc và chi tiêu hằng ngày. Ai trong chúng ta lại không biết phải siêng năng học hỏi và tu trì, phải biết tự hổ thẹn khi làm điều xằng bậy, phải siêng năng làm lành lánh dữ, phải luôn thúc liễm cho tâm ý luôn thanh sạch, vân vân và vân vân. Nhưng từ sau Phật, đã có bao nhiêu Tổ Thầy làm được những điều này? Chẳng những chúng sanh hậu bối không làm được những điều trên, mà ngược lại, tà kiến, ác kiến, ngã kiến, thiên kiến ào ào nổi lên như những đợt sóng trào, thân này là thiệt, thân này là vĩnh cửu, rồi ngày ngày rong ruổi traui tria cho thân này được chắc thêm bền thêm, chứ nào hay biết ngôi nhà lửa Ta Bà đang cháy rục. Lửa dục nơi mắt đang cháy hừng hực trên bất cứ thứ gì chúng ta đang

nhìn. Thính giác đang bốc cháy vì những âm thanh kích động hoặc du dương trầm bổng. Khứu giác cũng đang cháy, rồi vị giác cũng cháy, xúc giác cũng cháy. Tất cả đều đang hực cháy. Thân chúng ta bốc lửa, tâm chúng ta cũng đang bốc lửa, từ lửa tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Chỉ có những người có đạo Phật trong đời sống hằng ngày mới có cơ không bị những thứ lửa trên thiêu đốt cháy rụi. Đức Thích Tôn Từ Phụ đã từng khẳng định: “lửa sẽ không đốt được những con người biết sống biết tu trong cuộc sống hằng ngày.” Tuy nhiên, muốn được như vậy, người con Phật phải thực hành phạm hạnh viên mãn trọn đời, phải từ bi hỉ xả, khiêm cung từ tốn, ôn nhu hòa nhã, công bình bác ái, và phải luôn đặt lợi ích của người khác lên trên lợi ích và sở thích của cá nhân mình, phải hủy diệt mọi dục vọng kiêu căng và mọi thói hư tật xấu, phải xa lìa những kẻ xấu ác và tìm mọi cách để được cạnh kề những bậc thánh nhân quân tử. Vì chỉ có gần bậc Thánh Trí ta mới có cơ học hỏi và hành trì chánh đạo để tự mình thăng hoa hưởng thượng.

Nếu đem so với không gian bao la và vũ trụ vô cùng vô tận, thì đời người có nghĩa lý gì đâu! Trăm năm còn thua ánh điện chớp, hay sương mai trên đầu cỏ. Thế mà đa phần chúng ta cứ mê ngủ, cứ buông lung phóng dật, tưởng đâu chúng ta sẽ sống mãi sống hoài để hưởng thụ, nhưng huyền giả cuộc đời vẫn là huyền giả, rốt rồi vì lầm mê mà chúng sanh cứ gây tội tạo nghiệp, để rồi phải tiếp tục chịu khổ đau phiền não triền miên. Đức Phật vì lòng từ bi muốn cứu khổ chúng sanh nên Ngài đã thị hiện để vạch ra cho mọi loài con đường đạo đức. Ngài chỉ là một đạo sư giác ngộ và phát đại nguyện đem đạo Phật vào đời sống cho những ai muốn an lạc và hạnh phúc, và cuộc tu giải thoát cho những ai đã biết nhàm chán sanh tử luân hồi. Những ai chịu nghe theo lời Thế Tôn, mang đạo Phật đem vào trong đời sống hằng ngày, thì hiện đời sẽ chuyển mê thành ngộ, chuyển ác thành thiện, chuyển tham lam bôn sẻn thành bố thí lợi tha, chuyển sân hận ganh ghét thành yêu thương tha thứ, chuyển khổ đau thành giải thoát, và chuyển phiền não thành Bồ Đề. Đạo Phật thực tiễn như vậy đó, kết quả của nó được thấy rõ hiện đời chứ không phải đợi đến một kiếp nào xa xôi, hoặc một nơi nào huyền hoặc. Đạo Phật được khai sáng là vì cuộc đời, vì thế cái gì tốt cho đạo đều là những chất liệu cần thiết làm đẹp đời. Hễ người nào có đạo Phật trong đời sống thì đi đâu đến đâu cũng sống với cuộc sống hài hòa, bình đẳng, từ bi và trí tuệ. Con người ấy lúc nào cũng tích cực

yêu thương và giúp đỡ đồng loại để mọi người cùng nhau tiến về một hướng: thánh thiện. Người ấy luôn biết rằng Phật luôn tại tâm của bất cứ ai có được đạo Phật trong đời sống. Thế nên con người ấy không hướng ngoại cầu hình, không chạy đông chạy tây cho thêm loạn động. Phật hay ma chỉ khác nhau ở cái tâm giác hay mê mà thôi. Người có đạo Phật trong đời sống luôn biết sống vượt thoát, luôn nhiếp tâm tháo gỡ mọi vướng mắc hệ lụy của danh lợi, quyền thế, vì thế mà cuộc sống của họ luôn an nhiên tự tại và thoải mái. Con người ấy luôn tự hướng về mình với tất cả trách nhiệm và bổn phận của một con người có nhân cách, chứ không trách trời hay oán người. Con người ấy luôn lấy đạo đức làm căn bản cho mọi sinh hoạt thường nhật. Nói như vậy không có nghĩa là những người con Phật không chủ trương phát huy tài trí. Người có đạo Phật trong đời sống luôn biết dung hòa giữa tài và đức. Có tài lẫn đức là toàn mỹ toàn thiện. Tuy nhiên, nếu phải lựa chọn một trong hai, thì với người con Phật, đạo đức luôn luôn là căn bản, đạo đức luôn luôn đứng hàng đầu, còn tài trí chỉ là ngọn ngành mà thôi. Người có đạo Phật trong đời sống luôn ý thức giác ngộ, giác ngộ từ ý nghĩ, đến lời nói và hành động. Dầu biết rằng đời chẳng khác chi cõi mộng du, nhưng chúng ta không thể nào chối bỏ hoàn toàn những sống chết, có không, thành hoại, được mất, hơn thua, có sắc không sắc, lời khen tiếng chê, vân vân. Ngược lại, chúng ta phải giác ngộ lý thật, nghĩa là có sống ắt có chết, có thành ắt có hoại, có được ắt có mất, có hơn ắt có thua, có lời khen ắt có tiếng chê. Lúc đó chúng ta vẫn đi thẳng vào đời với đời sống bình thường của một chúng sanh con người, nhưng lại có trái tim và trí giác mở rộng không khác chi trái tim của chư Bồ Tát. Lúc đó chúng ta có thể luôn mỉm cười trong mọi tình huống của khổ đau hay an lạc. Thấy và hiểu được như vậy thì cho dù sống một ngày rồi phải chết, chúng ta cũng có thừa khả năng tự nhủ “thế cũng đủ rồi!” Hoặc giả có sống đến trăm tuổi, trước khi ra đi, chúng ta cũng có khả năng an nhiên tự tại vượt chòm râu bạc mà tự nhủ lòng “thế cũng đủ rồi!” Mong cho ai nấy đều giác ngộ được như vậy thì còn gì hạnh phúc cho bằng?



## *Chương Hai Mười Tám*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Tìm Cách Đối Trị Phiền Nã*

Chúng ta đang sống trong một thế giới mà hằng ngày những bất an và phiền não đang vây bủa chúng ta dưới mọi hình thức. Tại sao lại như vậy? Sanh ra làm con người ai cũng muốn được an cư lạc nghiệp, ai cũng muốn được sung sướng và hạnh phúc; tuy nhiên, vì những bức bách của cuộc sống thường nhật mà con người sanh ra ham muốn, mong cầu, khao khát, bất mãn, đố kỵ và xung đột... Từ những dục vọng muốn nghe, muốn thấy, muốn ngủi, muốn nếm, muốn tranh cãi, muốn xúc chạm, mà con người ta đã biến thế giới này với đầy đủ những khổ đau phiền não. Từ những chấp nê mê đại trong cuộc sống, nên đi đâu đến đâu con người cũng chỉ gieo rắc phiền não và đau khổ không thôi. Phiền não và đau khổ là hai anh em song sanh, đã từ vô thủy hành hạ không biết bao nhiêu chúng sanh mà kể. Chúng sanh mãi miết trong dục lạc, trong hơn thua tranh chấp, trong oán thù không dứt, để rồi cứ mãi lăn trôi trong sáu đường sanh tử.

Phiền não là gì? Phiền não bao gồm những lo toan trần tục, nhục dục, đam mê, ước muốn xấu xa, khổ đau và đờn đau từ cái nhìn sai lầm về thế giới. Trong bốn đại nguyện, hành giả tu thiền nguyện triệt tiêu những đam mê làm trở ngại sự thành đạt đại giác. Phiền não cũng có nghĩa là nổi đau đờn, ưu phiền, khổ sở hay tai ách. Phiền não là con đường của cám dỗ và dục vọng sanh ra ác nghiệp (đây chính là khổ đau và ảo tưởng của cuộc sống), là nhân cho chúng sanh lăn trôi trong luân hồi sanh tử, cũng như ngăn trở giác ngộ. Thật tình mà nói, phiền não không là cái gì cả. Phiền não chỉ là sản phẩm tưởng tượng của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng mà thôi. Tâm lo buồn vọng động, thân lật đật bất an, ý rong ruổi vô định, là những báo hiệu của phiền não. Mặc dù chỉ là sản phẩm tưởng tượng của tham, sân, si..., phiền não có thể làm ta mê mờ và khiến thân, khẩu, ý của chúng ta hành động quấy ác để tạo nghiệp và lãnh quả khổ về sau này. Do mê lầm thân này có thật, tâm này là ta, ý này là ta, khẩu này là ta, nên ta cứ rong ruổi tạo nghiệp. Nghiệp thiện thì ít, mà ác nghiệp thì nhiều. Tâm lo buồn vọng động, mà lo buồn vọng động cái gì nhiều khi chúng ta cũng chẳng biết; tuy nhiên, chính cái vọng tâm này nó thôi

thức ta chạy theo ngũ dục, nó che mờ lương tri, và nó làm cho chúng ta không còn biết đâu là đường chánh nẻo tà. Chính vì tưởng rằng thân này là ta vĩnh hằng, nên ta ham muốn, mong cầu, khao khát và tìm đủ mọi cách để duy trì thân này, bất chấp những thủ đoạn tàn nhẫn, xấu xa và phi lý. Thân tâm đã như vậy thì thử hỏi làm sao mà không phiền não và đau khổ đây?

Chính vì đời sống có quá nhiều bất an, biến động và đau khổ, nên Đức Từ Phụ đã thị hiện để hướng dẫn chúng sanh vượt thoát ra khỏi những thứ ấy. Ngài đã hé mở cửa giải thoát cho chúng ta; vào hay không là còn tùy ở mỗi người chúng ta. Đức Từ Phụ đã hướng dẫn và chỉ dạy rất rõ ràng làm sao để đối trị não phiền, có chịu và muốn đối trị hay không là tùy ở chúng ta. Tuy nhiên, cuộc sống ta trôi qua nhanh như ánh điện chớp. Thoáng một cái mà tóc ta đã bạc, răng đã long, mắt đã mờ, tai đã điếc và chân tay đã run rẩy, không lẽ chúng ta cứ mãi sống trong lao tù của não phiền và đau khổ như thế này hay sao? Trong kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật, Đức Từ Phụ đã khuyên nhủ rằng chính phiền não là giặc nghịch làm hại chúng sanh. Muốn tránh khỏi sự hại của nó, con đường duy nhất là phải tu thanh tịnh nghiệp. Tâm trí chúng ta bị chi phối bởi muôn ngàn sự việc hằng ngày. Khi vui, khi buồn, khi thương, khi ghét. Tất cả những thứ này là gì nếu không là sản phẩm của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến?

Đạo Phật luôn nói đến từ, bi, hỷ, xả, trí tuệ và còn nhiều thứ thậm thâm khác; tuy nhiên, cái cơ bản nhất của đạo Phật vẫn là cách đối trị phiền não nơi chính mỗi người chúng ta. Muốn có từ bi trí tuệ, muốn thâm nhập kinh tạng, muốn rải lòng từ đến người khác, thì trước hết chúng ta phải không còn bị phiền não sai khiến nữa, trước hết chúng ta phải rải lòng từ đến cho chính mình cái đã. Trước hết phải tự thương xót mình bằng cách tự giải thoát mình ra khỏi những khổ đau phiền não. Làm sao chấm dứt được phiền não khi mình chỉ thấy có mình, khi mình lúc nào cũng là trung tâm vũ trụ, khi tánh tự ái, lòng tham dục cho mình hãy còn quá nhiều? Làm sao chấm dứt phiền não khi lòng ta vẫn còn ganh ghét, đố kỵ, hận thù? Phật tử ơi! Tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng có khả năng biến hóa ra bát vạn tứ thiên trần lao. Từ vô thủy chúng đã hành hạ chúng sanh từ thể xác đến tinh thần một cách liên tục. Từ tham bệnh, sân bệnh đến si bệnh, vân vân và vân vân. Trên đời này vốn dĩ đã có quá nhiều thứ vô duyên phiền não, từ nắng mưa, nóng lạnh, đói khát, ốm đau ... của thiên

nhiên và con người. Xin đừng gây thêm những "cố ý" phiền não để hành hạ lẫn nhau chi nữa. Tự mình không cảm thấy an lạc khi ai đó dùng lời lẽ ác độc để chửi rửa mình, thì xin đừng thốt ra chi những lời nguyên rửa độc ác, hoặc mạ nhục tội tệt cho người khác. Đừng phí thì giờ đào xới những triết lý thậm thâm về duy thức, hoặc về thiền, hoặc về những bộ kinh đại tạng chi cho hoài công uổng sức, hãy quay về đối trị những phiền não ngay chính nơi mình cái đã. Đạo Phật không khuyến khích Phật tử về nhà nghiên cứu kinh điển, để rồi đến sở làm vẫn còn mong cầu danh vọng, quyền uy, tiền tài và địa vị. Ngược lại, đạo Phật chỉ thẳng cho chúng sanh thấy rằng con đường duy nhất để có một cuộc sống hạnh phúc và cuộc tu giải thoát, là phải tự mình trực diện và đối trị cho dứt hoàn toàn những phiền não nơi mình. Tự mình đối trị, chứ không một quyền năng nào có thể đối trị giùm mình được.

Muốn đối trị phiền não, trước nhất chúng ta phải thấy phiền não từ đâu tới và ai làm cho chúng ta phiền não? Một tờ giấy trắng, nếu chúng ta không viết gì lên, thì muôn thuở tờ giấy vẫn trắng. Một ly nước, nếu chúng ta không khuấy lên những cặn cẩu, thì lúc nào ly nước ấy cũng trong ngần. Tương tự, nếu chúng ta không vì mê muội mà ham sắc, ham danh, ham tiếng, ham tiền tài vật chất, ham thích mùi thơm tho, ham ăn ngon mặc đẹp, ham muốn những xúc chạm êm ái ..., thì lấy gì chúng ta bị phiền não và đau khổ? Với đạo Phật, không gieo nhân, thì không gặt quả; không tạo nghiệp thì không chuốc lấy khổ đau phiền não. Thật là vô cùng rõ ràng và đơn giản. Sự đối trị phiền não và đau khổ của đạo Phật cũng rõ ràng và đơn giản như vậy thôi.

Người Phật tử thuần thành, không bao giờ than trời trách đất một cách thụ động. Trong đạo Phật, không có một thứ gì xảy ra một cách ngẫu nhiên cả. Hạnh phúc hay phiền não cũng vậy, không tự nhiên mà đến. Chúng chính là hậu quả của những nhơn, hoặc lành, hoặc không lành của chúng sanh. Phiền não chính là năng lượng làm quay bánh xe luân hồi. Vì vô minh, mê muội và chấp trước mà chúng sanh gây phiền chuốc não và tạo nghiệp, vì nghiệp mà chúng sanh luân hồi, rồi cứ thế mà luân luân chuyển chuyển trong tam đồ lục đạo. Cũng vì vô minh mê muội mà chúng sanh gây phiền chuốc não bằng những nói bậy, nghĩ sai, làm quấy, do đó mà thân tâm vốn dĩ đã vọng động, càng vọng động hơn. Phiền nào chính là bợn đạo tặc làm tổn hại huệ mạng và phá nát pháp thân của những bậc tu hành. Phiền nào lại chính là củi lửa đốt cháy tất cả công đức và trí huệ của chúng ta.

Đã thấy rõ phiền não và những tác hại của nó, con đường duy nhất của người con Phật là phải đối trị và giảm bớt phiền não. Đối trị bằng cách nào? Như trên đã nói, tờ giấy trắng, nếu ta không viết gì lên thì giấy vẫn trắng. Ly nước, nếu chúng ta không khuấy lên những cặn cáu, thì cặn cáu sẽ từ từ lắng xuống và nước sẽ trong. Tương tự, trong cuộc sống hằng ngày, nếu ta không gieo nhân, thì ta không gặt quả. Hoặc nếu ta không tạo nghiệp thì ta không chuốc lấy khổ đau phiền não. Nếu ta vĩnh viễn đoạn tuyệt với tham dục, sân si, ngã mạn, cống cao, nghi hoặc và tà kiến thì tất cả mọi nỗi phiền đều dứt tuyệt. Nói thì dễ, nhưng làm có dễ hay không? Xin thưa, làm không dễ, nhưng không vì thế thế mà người con Phật chùn bước.

Đoạn tuyệt tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến bằng cách nào? Tới chùa đọc kinh, lạy Phật, cúng dường chư tăng ư? Chỉ là hình thức bên ngoài, chứ chưa chắc đã thực sự giúp chúng ta đoạn tuyệt những thứ tàn độc ấy. Người con Phật phải quyết tâm quay về với chính mình mà tu cho được chữ "nhẫn" một cách rốt ráo, thì tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến sẽ không còn đất dụng võ, do đó mà sản phẩm của chúng là phiền não và đau khổ sẽ không sanh. Đối với nghịch cảnh như nắng mưa, nóng lạnh, đói khát, ốm đau, vân vân, chúng ta "nhẫn" chịu chứ không than trời trách đất. Đối với những lời sân hận, chưởi rửa ác độc của người, ta kham nhẫn chịu đựng, chứ không biện bạch tranh cãi, hoặc tranh luận hơn thua chi cho thêm thù thêm oán. Một khi "nhẫn" là phải nhẫn cả thân, khẩu, ý, chứ không được thân nhẫn mà khẩu và ý vẫn tham, sân, si là không thể được.

Tóm lại, phiền não chẳng những làm cho cuộc sống ta không an lạc, hạnh phúc, mà chúng còn thiêu đốt tất cả những gì quý báu trên cõi đời này. Chẳng hạn như vì một lời tranh cãi hơn thua, mà anh em, vợ con, và bằng hữu ly tán. Cũng vậy, hai lân quốc vì tranh chấp gây nỗi phiền cho nhau mà chiến tranh có thể bùng nổ và tiêu diệt tất cả. Đức Phật dạy trong tất cả những kinh điển của Ngài rằng chính phiền não làm cho con người mất hết nhân tính, làm cho gia đình ly tán, bằng hữu chia lìa, thầy trò đoạn tuyệt, xã hội phân ly, quốc gia chinh chiến. Với kẻ không biết gì về đạo giáo mà ôm lòng phiền não thì còn châm chước được. Tuy nhiên, với những người con Phật, dù tại gia hay xuất gia, đã thấm nhuần giáo lý nhà Phật, mà vẫn còn ôm lòng phiền não, thì cũng giống như trời quang mây tạnh mà sấm chớp lại ùng ùng nổi lên, là đều không chấp nhận được. Thế cho nên cách đối trị phiền não tuyệt vời nhất là "nhẫn" những cái đáng nhẫn và "nhẫn" luôn cả những cái không đáng nhẫn. Chuyện thật khó làm trong đời, nhưng người con Phật quyết lợi ngược dòng đời và làm cho bằng được!



## *Chương Hai Mươi Chín*

### *Luôn Biết Được Đây Là Khổ Kia Là Con Đường Thoát Khổ*

Theo đạo Phật, con đường thoát khổ là Đạo Đế. Đạo đế là chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Đức Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.” Bát Chánh Đạo dẫn đến sự đoạn diệt khổ đau và phiền não được định rõ trong Tứ Diệu Đế là sự trình bày của Đức Phật về cái khổ mà tất cả chúng sanh đều phải trải qua. Nó thường được phân tách làm 3 thành phần chủ yếu: giới, định và tuệ. Một phương cách tương tự khác cũng giống như con đường này nhưng bắt đầu bằng bố thí. Bố thí làm nền móng cho trì giới và kế tiếp có thể giúp hành giả tiến xa hơn tới những nguyện vọng cao cả. Giới, định, tuệ là cốt lõi của sự tu tập tâm linh trong đạo Phật và không thể tách rời chúng được. Chúng không chỉ thuần túy là những phần phụ trợ với nhau giống như những cuống hoa, nhưng được hòa trộn với nhau giống như “muối trong đại dương” dẫn đến sự so sánh nổi tiếng của Phật giáo.

Đạo Phật là con đường đưa con người đến một cuộc sống hạnh phúc, tỉnh thức và an lạc, một cuộc tu giác ngộ và giải thoát. Đạo Phật thực tiễn và đơn giản vô cùng, đơn giản như những nụ cười luôn chợt nở trên môi những nhà sư, đơn giản như hình ảnh khoan thai của các nhà sư trên bước đường cô thân vạn lý du. Trải qua vạn lý hành trình từ Ấn Độ sang Tàu, hoặc từ Ấn Độ sang Miến, Thái, Miên, rồi đến Việt Nam, đạo Phật đã mang quá nhiều sắc thái địa phương, hoặc đạo Phật đã bị hiểu lầm quá nhiều về nhân sinh quan. Đạo Phật cho tất cả mọi chúng sanh, từ yêu đời, chán đời, thương đời, ghét đời..., chứ không chỉ riêng cho những kẻ chán đời yếm thế, thất tình, thất nghiệp, thất chí như nhiều người vẫn tưởng. Đạo Phật thực tiễn ở chỗ nó khước từ tất cả những ý tưởng siêu hình, những hí luận không tưởng, những mong cầu tha lực vẩn vơ.

Ai cũng có thể là một tín đồ của đạo Phật, miễn là người ấy nhưт tâm hướng thượng. Với đạo Phật, hễ ai chán đời yếm thế, thì Phật chỉ cách cho họ yêu đời và phấn chấn hơn. Ai đã yêu đời thì Phật chỉ cách cho họ yêu đời hơn. Phật là vị Tôn Sư dẫn đường hướng đạo cho cả

những kẻ chán đời, lẫn những người yêu đời, để họ đạt được một cuộc sống hạnh phúc, an lạc và tỉnh thức; một cuộc tu giác ngộ và giải thoát. Phật dạy rõ ràng rằng sự thống khổ ở cùng khắp nơi nơi. Vì sao mà có thống khổ? Làm sao để diệt cho bằng được những thống khổ này? Đạo Phật khẳng định rõ ràng rằng ngay cả Đức Phật cũng không diệt khổ cho ai được, mà mỗi người chúng ta, nếu muốn dứt khổ, phải nhứt tâm phụng hành những gì mà Đức Từ Phụ đã chỉ dạy. Đạo Phật không chủ trương mạt sát con người bằng những ngôn từ thậm tệ như con người tội lỗi, con người yếu hèn... Đạo Phật lại càng không ru ngủ con người trong đau khổ chán chường, tuyệt vọng bằng những tín điều vô lý và không tưởng. Ngược lại, đạo Phật vạch rõ cho con người thấy rằng con người là nhân tố chính trong công cuộc vượt thoát khỏi những đau khổ triền miên này. Đức Từ Phụ đã chỉ rõ cho chúng sanh sự thống khổ ở cùng khắp nơi nơi. Sanh ra đã là khổ, bệnh hoạn là khổ, già nua với mắt mờ tai điếc và chân tay run rẩy là khổ, chết là khổ. Ngoài ra, trong cuộc sống hằng ngày hôm nay, có rất nhiều cái khổ luôn chực chờ vây quanh lấy ta. Xa lìa những người thân thương cũng khổ, tử biệt sanh ly khổ, mong muốn mà không được toại nguyện cũng khổ, cầu danh cầu lợi mà không thỏa chí cũng khổ, không ưa nhau mà cứ mãi phải gặp nhau cũng khổ, vân vân và vân vân. Đức Phật không phơi bày suông những nỗi thống khổ của con người, mà Ngài vạch rõ cho chúng ta thấy do đâu mà có khổ. Theo Ngài, nguyên nhân của mọi thống khổ trên đời này là do bởi tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng mà ra cả. Rồi cũng chính Đức Phật, vì thương xót chúng sanh mà chỉ dạy cho cách làm sao để tận diệt những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến để tự mình giải thoát khỏi những thống khổ của cuộc đời. Như vậy con đường thoát khổ Đức Từ Phụ đã xây, đi hay không đi còn tùy ở mỗi người chúng ta. Nhưng xin nhắc lại, dù muốn hay không muốn, tất cả chúng ta rồi cũng sẽ phải một lần lên đường. Tại sao chúng ta lại không sớm khởi hành ngay từ bây giờ hỡi quý bạn? Không lẽ chúng ta cứ mãi tự nhốt mình trong sanh, lão, bệnh, tử? Không lẽ chúng ta cứ mãi mong cầu bất toại để rồi khổ, thương thương xa lìa cho khổ, ghét ghét hội ngộ cho khổ, hoặc giả ôm giả làm chơn cho khổ? Không lẽ chúng ta cứ mãi trầm luân khổ hải như thế này sao? Hãy nhìn cho rõ con đường của Đức Từ Phụ mà đi. Hãy cương quyết đập tan mọi nguyên nhân sanh ra đau khổ, đập tắt mọi tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Tận diệt đau khổ có phải là đi tìm nguồn vui hay không? Chúng

sanh vì mê muội nên cứ đi tìm những thú vui tạm bợ ở vũ trường, xi nê, tiệm rượu, phòng trà..., nhưng sau những thứ đó là cái gì? Sau những thú vui tạm bợ ấy thì khổ vẫn hờn khổ, mà không chừng lại khổ hơn vì có bao nhiêu tiền của đã vung vãi trong những đêm trác táng, hoặc giả trong những canh bạc, giờ thì mang thân làm kẻ không nhà, sống ở đầu đường xó chợ. Đức Phật không chủ trương khổ hạnh, mà cũng không ca ngợi sự xa hoa nhung lụa. Con đường Ngài vạch ra là con đường trung đạo. Người con Phật luôn sống hài hòa, sống cho mình và cho người. Những người con Phật thăm thăm lên đường diệt khổ, để đi thẳng vào cõi an lạc và giải thoát. Người con Phật luôn thấy biết chơn chánh, hành động chơn chánh, cố gắng chơn chánh, nhớ nghĩ chơn chánh và định tâm chơn chánh. Ngoài ra, người con Phật luôn mạnh mẽ làm việc lành, lánh việc dữ... Chỉ có như vậy thì những tham, sân, si, kiêu căng, si mê lầm lạc của từ lâu đời lâu kiếp mới có cơ được tháo gỡ. Chỉ có như vậy chúng ta mới thấy rõ được đâu là khổ, kia là con đường thoát khổ.

Người Phật tử chân chánh nên luôn nhớ lời Phật dạy: "Những ai miệng thường đọc kinh Phật, nhưng không chịu đãi lọc tâm tánh; ba nghiệp thân, khẩu, ý thường buông lung; tham, sân, si không chữa bỏ, là những kẻ theo tà đạo." Những kẻ ấy, chẳng những theo tà đạo, mà còn tự mình chuốc lấy thêm khổ đau phiền muộn cho đời này và đời sau nữa. Đạo Phật chỉ cho chúng ta thấy đây là khổ, kia là con đường thoát khổ. Nhưng kỳ thật, đây và kia là đâu? Nếu chúng ta biết sống và tu theo Phật thì đây và kia không hề sai khác. Đây và kia không là cái gì ngoài chúng ta, chúng ta không phải mất công tìm kiếm đâu đâu. Mong cầu chi những thứ giả tạm, hãy quay về để nhìn thấy sự an lạc ngay trong đời sống có chánh niệm của những giây phút hiện tại. Hãy luôn chợt nở một nụ cười trên môi rồi sẽ thấy công dụng của nó. Một khi mà nụ cười chơn thật nở ra, thì mọi thứ tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến đều tháo lui. Nụ cười chẳng những mang lại an lạc cho ta, cho người, mà nụ cười còn giúp ta dẹp bỏ những suy nghĩ vô ích và thừa thãi. Với đạo Phật, đời sống cuồng loạn tranh đua là khổ. Ngược lại, thăm thăm mà sống mà tu với những giây phút hiện tại là thật sự biết sống, là thật sự an lạc. Trên đời này đã có quá nhiều tập khí của khổ đau phiền não rồi, đừng tìm chi thêm phiền não cho mình. Đừng tự đồng hóa mình với tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Hãy bước lên đường Thánh Đạo mà đi để thấy đời là tươi mát và hạnh phúc vô cùng.

Hãy buông bỏ tất cả mọi toan tính và hy vọng, vì toan tính và hy vọng để làm gì và để cho ai khi thân này còn không có thực? Hãy làm đi rồi sẽ thấy! Một khi ta buông bỏ sân hận, thì từ bi sẽ ngập tràn trong ta; buông bỏ tham lam bôn sển thì lòng ta chỉ còn lại sự quảng đại bao la. Đã thấy được đây là khổ, xin hãy lấy tâm Phật làm tâm mình, lấy nguyện Phật làm nguyện mình, và lấy hạnh Phật làm hạnh mình, thì tự nhiên con đường thoát khổ sẽ hiển lộ. Hãy tinh tấn dũng mãnh mà tiến lên dẹp bỏ tất cả những nghiệp chướng của mình. Hãy thẩn thẩn nhận sai và sửa sai. Hãy mỉm cười, dù thuận hay dù nghịch. Hãy kham nhẫn, dù đáng hay dù không, ấy là thoát khổ, ấy là hạnh phúc, ấy là giải thoát vậy. Những người con Phật hãy lắng lòng nghe lời chỉ dạy của Đấng Từ Phụ: "Ba cõi không an, như nhà lửa đang cháy." Thấy được biển khổ mênh mông như vậy để không còn lấy khổ làm vui nữa, để biết nhằm chán sanh tử luân hồi, để nhiếp tâm diệt trừ tận gốc ngay từ trong trứng nước những mầm mống khổ đau, ngay trong đời này kiếp này.

## *Chương Ba Mười*

### *Luôn Biết Tu Tập Trong Chướng Duyên Nghịch Cảnh*

Chư Phật vì thương xót chúng sanh đang lăn trôi trong biển đời đau khổ, nên đã thị hiện ra nơi đời để thuyết pháp độ sanh. Mục đích duy nhất của các Ngài là đưa chúng sanh ra khỏi sông mê biển khổ. Vậy thì ngày nay một khi chúng ta phát nguyện tu hành, cũng không ngoài cái mục đích ấy. Nếu đời này là một trường hạnh phúc, nơi mà tất cả mọi thứ đều là thuận duyên thuận cảnh, thì chắc cõi này không có đau khổ và chư Phật cũng đã chẳng phải thị hiện để làm gì. Ngược lại, hãy thử gẫm lại mà xem, từ sáng đến chiều tối mỗi ngày, chúng ta đã có mấy lần vui và bao lần khổ? Thật tình mà nói, vui đâu chả thấy, chỉ thấy toàn khổ, chỉ thấy toàn là tham lam, hung dữ, ngu si, kiêu ngạo, hoặc giả dối trá, ác độc, ái dục, lo âu và sợ hãi. Tất cả những thứ ấy, chúng là gì nếu không là những nhơn gây ra phiền não và đau khổ cho con người? Con người cứ mãi quay cuồng trong nghiệp chướng, trong phiền não, khổ đau và khổ báo, thế mà vẫn cứ võ tay tán trợ, không chút kính vì.

Dòng đời đã lắm bể dâu cũng như nghịch cảnh và nghịch duyên như vậy, thì nói chi đến dòng tu. Tu là lội ngược lại dòng đời, tức là đi ngược lại với tất cả mọi thứ của phàm phu trên đời này. Vậy thì khi tu, đừng đòi hỏi chỉ có thuận duyên thuận cảnh. Xin thưa, với người tu chân chánh, thuận duyên thuận cảnh thì ít, mà nghịch duyên nghịch cảnh thì nhiều. Lúc chưa tu, làm khổ người khác ta không thấy xốn xang hay khổ tâm cho lắm. Ngược lại, lúc tu rồi, cho dù có vô tình làm khổ bất cứ một chúng sanh nào, chứ đừng nói chi đến con người, lương tâm chúng ta sẽ bị cắn rứt vô cùng. Chẳng hạn như lúc chưa tu, lái xe trên một con lộ vắng, có lỡ đụng nhằm một con sóc hay con cheo, nếu biết điều lắm ta chỉ nói lời tội nghiệp. Tuy nhiên, lắm khi lại còn đổ thừa cho chúng ngu si đâm đầu ra cho xe cán. Ngược lại, lúc tu rồi, dù vô tình đụng phải bất cứ sinh vật nào, dù nhỏ bé thế mấy, chúng ta cũng biết rằng chúng ta đã gây tổn hại cho một chúng sanh, vì thế mà chúng ta sẽ cảm thấy vô cùng ân hận.

Tại sao cuộc đời này có lắm nghịch duyên nghịch cảnh? Thuở con người còn ăn lông ở lỗ, lòng người tuy còn man di mọi rợ, nhưng không

đến nổi bạc tình bạc nghĩa. Con người tuy chưa có ngôn ngữ thanh bai, nhưng không đến nổi luôn sống và làm việc trong hối hả vội vàng, trong tranh đua hơn thiệt, hoặc ghìm nhau từ lời ăn tiếng nói. Con người thời nào cũng đều phải sanh già bệnh chết ấy chứ; tuy nhiên, đối với con người của buổi sơ khai, họ bình tâm trước sanh già bệnh chết, chứ không cố cưỡng lại luật vô thường như con người của thời cận đại. Nghịch duyên nghịch cảnh duy nhất của con người thời ăn lông ở lỗ chỉ là thiên nhiên khắc nghiệt. Ngược lại, con người của thời cận đại, ngoài nghịch cảnh thiên nhiên ra, họ còn vướng phải vô vàn nghịch cảnh nghịch duyên khác bao lăm. Nào là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, đến địa vị cao thấp, quyền uy lớn nhỏ, giàu nghèo, sang hèn, vãn vãn. Tuy nhiên, nếu bình tâm mà suy nghĩ thì chúng ta sẽ thấy rằng những thứ mà ta cho là nghịch duyên nghịch cảnh này, thật sự chỉ là hậu quả của tánh chấp trước của chúng ta mà thôi. Nếu Phật pháp có bao nhiêu thì chúng sanh cũng có đủ bấy nhiêu pháp chấp ngược lại. Vì chấp trước mà thay vì quảng đại bao dung trước những lời chưởi rửa, chúng ta lại nắm chặt, rồi buồn, rồi phiền, rồi giận, rồi nã, rồi cho rằng đây là nghịch cảnh nghịch duyên. Hãy bình tâm mà suy nghĩ lại cho kỹ, chứ đừng vội chấp, rồi vướng, rồi lãnh thêm phiền nã, nghiệp chướng và khổ báo. Nếu chưa buông bỏ được thì khi gặp những nghịch duyên nghịch cảnh như vậy, tốt nhất là chúng ta nên tránh đi chỗ khác cũng được. Cổ nhân có câu: "Tránh voi không xấu mặt nào." Vậy thì trước những cái không ưa ý, ta nên xa lánh, mà tìm đến những cái ưa ý hơn. Trước những nghịch duyên nghịch cảnh mà chúng ta phản ứng mạnh thì chúng ta sẽ được gì, nếu không là tự chuốc lấy khổ đau phiền nã? Tương tự, nếu có lỡ gặp phải những ác tri thức mà chúng ta không đủ khả năng chịu đựng, tốt nhất là ta nên tránh đi mà tìm đến với những thiện hữu tri thức, những người có thể mang đến thuận duyên thuận cảnh cho cuộc sống và cuộc tu hằng ngày của ta. Nên nhớ rằng mục đích tối hậu của người tu Phật là giải thoát khỏi những khổ đau và phiền nã của cõi Ta Bà này. Nếu cõi Ta Bà này không có phiền nã khổ đau, thì thiết tưởng đâu có ai cần phải tu làm gì? Mà cũng chẳng cần phải có đạo để làm chi? Trên thực tế, cõi nước tạm bợ này, đi đâu đến đâu cũng chỉ thấy toàn là phiền nã, khổ đau, chướng duyên và nghịch cảnh không thôi. Người con Phật phải giảm lên đau khổ mà đi, giảm lên chướng duyên nghịch cảnh mà tiến tới. Nếu tự biết mình chưa có đủ đại hùng và đại lực để giảm đạp lên những thứ

ấy, thì hãy cố tránh qua một bên mà đi. Tuy nhiên, hãy nhìn cho kỹ lại mà xem coi nghịch duyên nghịch cảnh là ai? Có lắm khi chính chúng ta là nghịch duyên nghịch cảnh cũng không chừng. Có khi người làm sai, mà lắm khi mình cũng làm sai vậy. Có khi người khác gây đau khổ cho mình, nhưng lắm khi tự mình lại gây đau khổ cho mình, mà vẫn không hay biết, lại còn vỗ tay tán trợ nữa là khác.

Tóm lại, trên đời này làm gì có thuận duyên nghịch cảnh? Tất cả chỉ là do sự chấp trước mê đại của chúng sanh mà ra cả. Vì không có cái nhìn đúng đắn mà ta chấp có "ta" và cái "của ta," rồi hễ ai động đến cái "ta," hoặc cái "của ta" là ta nhảy đồng lên mà la rằng nghịch duyên nghịch cảnh. Vì dục vọng lấn áp mà ta mở cửa cho mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý tự do thấy, nghe, ngửi, nếm, tiếp xúc và suy tư để rồi cuối cùng phải ôm lấy khổ đau và phiền não. Cũng vì dục vọng mà ta ham ăn, ham uống, ham hưởng lạc, ham ngủ, ham nghỉ, ham quần là áo lụa. Quần áo để che thân, hoặc để phòng chống cái nóng cái lạnh của tiết trời. Ăn uống, ngủ nghỉ là để nuôi dưỡng cho cơ thể có đủ sức lực mà tiến tu, chiều chuộng chỉ dục vọng cho vương sầu chuốc khổ. Hơn nữa, vì thiếu nhẫn nại, không chịu suy xét, mà ta không chịu đựng được tiếng nặng tiếng nhẹ của người, rồi ta để cho ngọn lửa phiền não thiêu đốt cả thân lẫn tâm. Nếu chúng ta chịu bình tâm mà suy nghĩ để không bị chấp trước hoặc dục vọng lôi kéo, thì đâu đâu cũng là thuận duyên thuận cảnh cho ta tu. Lúc ấy chúng ta sẽ đạt được hạnh phúc trong hiện tại và mãi mãi trong tương lai.

Xin hãy lắng lòng nghe và hành trì theo mười điều Phật dạy trong "Luận Bảo Vương Tam Muội" thì chúng ta sẽ thấy rằng những cái mà bấy lâu nay chúng ta cho là nghịch duyên nghịch cảnh lại là tiên đơn diệu dược, là hương vị giải thoát, hoặc giả là bạn đạo của Đức Thích Tôn Từ Phụ:

- Lấy bệnh khổ làm thuốc thân.
- Lấy hoạn nạn làm giải thoát.
- Lấy khúc mắc làm thú vị.
- Lấy ma quân làm bạn đạo.
- Lấy khó khăn làm thích thú.
- Lấy kẻ tệ bạc làm người giúp đỡ.
- Lấy người chống đối làm nơi giao du.
- Coi thi ân như đôi dép bỏ.
- Lấy sự xả lợi làm vinh hoa.

Lấy oan ức làm cửa ngõ đạo hạnh.

Thấy như những lời Phật dạy thì còn chỗ nào được gọi là nghịch duyên nghịch cảnh nữa đâu ? Như vậy người con Phật hãy vâng giữ lời Phật dạy mà thẳng một đường tu, không sợ nghịch cảnh nghịch duyên. Ngược lại, người con Phật nên luôn e dè trước những thuận duyên thuận cảnh, vì lắm khi thuận duyên thuận cảnh lại chính là những trở ngại cho chúng ta trên bước đường tu hành. Chính Đức Thế Tôn đã ân cần khuyên nhủ rằng trên đời này nếu:

Không bệnh khổ thì dục vọng dễ sinh.

Không hoạn nạn thì kiêu xa nổi dậy.

Không khúc mắc thì sở học không thấu đáo.

Không bị ma chướng thì chí nguyện không kiên cường

Việc dễ thành thì lòng sanh kiêu ngạo.

Cầu lợi mình thì lắm khi mất đạo nghĩa.

Mọi việc đều thuận theo ý mình thì lòng tất kiêu căng.

Thi ân cầu đền đáp là thi ân có mưu đồ.

Nhúng vào lợi thì si mê phải động.

Oan ức mà còn biện bạch thì nhân ngã chưa xả.

Xin hãy nắm cho vững những gì Phật dạy để tiến tu trong mọi hoàn cảnh. Đừng chần chừ nữa hỡi những người con Phật! Đức Từ Phụ đã dạy rằng: "Sanh được làm người đã là khó, gặp được diệu đạo lại càng khó hơn." Chúng ta đã được sanh làm người, đã gặp được diệu đạo, không lẽ chúng ta cứ mãi ngồi đây mà ta thán nghịch duyên nghịch cảnh rồi chùn bước cho thời gian luống qua vô ích hay sao? Không lẽ chúng ta cứ mãi lăn trôi trong luân hồi sanh tử với chập chùng những sanh lão bệnh tử như thế này hay sao? Không đâu! Những người con Phật chúng ta quyết vâng giữ lời Phật dạy, quyết phen này gạt lọc châu báu từ trong đất đá ví như tu trong nghịch duyên nghịch cảnh vậy. Quyết nắm bắt Bồ đề ngay trong phiền não. Có được như vậy, cuộc sống ta quả là một cuộc sống vô cùng hạnh phúc với toàn là kỳ hoa dị thảo của đạo đức và thiện lành, và cuộc tu của ta sẽ là cuộc tu giải thoát rốt ráo không thể nghĩ bàn. Hãy cố gắng thêm lên hỡi những người con Phật!



## *Chương Ba Mười Một*

### *Luôn Sống Tu Với Cốt Lõi Đạo Phật*

Giáo lý nhà Phật nói ra thì nhiều, nhưng cốt lõi dành cho hành giả tu Phật, nhất là người tại gia, chỉ gom lại trong bốn câu ngắn ngủi sau đây: “Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành, thị chư Phật giáo.” Nghĩa là không làm những việc ác, chỉ làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch, đó lời chư Phật dạy. Hành giả tu Phật cũng nên luôn nhớ rằng biển pháp mênh mông cũng từ bốn câu kệ này mà ra. Đức Phật nhìn nhận khổ đau phiền não trong cuộc sống nhân loại vì sự luyến chấp mê muội vào vạn hữu. Nhưng thật là sai lầm khi cho rằng đạo Phật bi quan yếm thế. Điều này không đúng ngay với sự hiểu biết sơ lược về căn bản Phật giáo. Khi Đức Phật cho rằng cuộc đời đầy khổ đau phiền não, Ngài không ngụ ý đời đáng bi quan. Theo cách này, Đức Phật nhìn nhận sự hiện diện của khổ đau phiền não trong cuộc sống nhân loại, và cách phân tích Ngài đã nêu rõ cho chúng đệ tử của Ngài thấy được luyến ái mọi vật mà không có chánh kiến về thực chất của chúng là nguyên nhân của khổ đau phiền não. Tính vô thường và biến đổi vốn có sẵn trong bản chất của vạn hữu. Đây là bản chất thật của chúng và đây là chánh kiến. Ngài kết luận: “Chừng nào chúng ta vẫn chưa chấp nhận sự thật này, chừng đó chúng ta vẫn còn gặp phải những xung đột. Chúng ta không thể thay đổi hay chi phối bản chất thật của mọi vật và kết quả là ‘niềm hy vọng xa dần làm cho con tim đau đớn’. Vậy giải pháp duy nhất là ở chỗ điều chỉnh quan điểm của chính mình.” Thật vậy, lòng khát ái mọi vật gây nên khổ đau phiền não. Kỳ thật, chính lòng khát ái đã gây nên thương đau sâu muộn. Khi ta yêu thích người nào hay vật nào thì ta muốn họ thuộc về ta và ở bên ta mãi mãi. Chúng ta không bao giờ chịu suy nghĩ về bản chất thật của chúng, hay chúng ta từ chối nghĩ suy về bản chất thật này. Chúng ta ao ước những thứ này sẽ tồn tại mãi mãi, nhưng thời gian lại hủy hoại mọi vật. Tuổi xuân phải nhường chỗ cho tuổi già, và vẻ tươi mát của sương mai phải biến mất khi vầng hồng ló dạng. Trong Kinh Niết Bàn, khi Đại Đức A Nan và những đệ tử khác than khóc buồn thảm khi Đức Phật đang nằm trên giường bệnh chờ chết, Đức Phật dạy: “Này Ananda! Đừng buồn khổ, đừng than khóc, Như Lai chẳng từng bảo ông rằng sớm muộn gì thì chúng ta cũng phải xa lìa tất cả những thứ tốt đẹp

mà ta yêu thương quý báu đó sao? Chúng sẽ biến đổi và hoại diệt. Vậy làm sao Như Lai có thể sống mãi được? Sự ấy không thể nào xảy ra được!” Đây là nền tảng cho lời dạy về “Ba Dấu Ấn” (vô thường, khổ và vô ngã) trong đạo Phật về đời sống hay nhân sinh quan và vũ trụ quan Phật Giáo. Mọi giá trị của đạo Phật đều dựa trên giáo lý này. Đức Phật mong muốn các đệ tử của Ngài, tại gia cũng như xuất gia, thấy đều sống theo chánh hạnh và các tiêu chuẩn cao thượng trong cuộc sống về mọi mặt. Đối với Ngài, cuộc sống bình dị không có nghĩa là cuộc đời con người phải chịu suy tàn khổ ải. Đức Phật khuyên đệ tử của Ngài đi theo con đường “Trung Đạo” nghĩa là không luyến ái cũng không chối bỏ vạn hữu. Đức Phật không chủ trương chối bỏ “vẻ đẹp” của vạn hữu, tuy nhiên, nếu con người không thấu triệt được thực chất của những vật mang vẻ đẹp đó, thì chính cái vẻ đẹp kia có thể đưa đến khổ đau phiền não hay đau buồn và thất vọng cho chính mình. Trong “Thi Kệ Trưởng Lão”, Đức Phật có nêu ra một câu chuyện về tôn giả Pakka. Một hôm tôn giả vào làng khát thực, tôn giả ngồi dưới gốc cây. Rồi một con diều hâu gần đó chụp được một miếng thịt, vội vụt bay lên không. Những con khác thấy vậy liền tấn công con diều này, làm cho nó nhả miếng thịt xuống. Một con diều hâu khác bay tới đớp miếng thịt, nhưng cũng bị những con khác tấn công cướp mất đi miếng thịt. Tôn giả suy nghĩ: “Dục lạc chẳng khác chi miếng thịt kia, thật thông thường giữa thế gian đầy khổ đau và thù nghịch này.” Khi quan sát cảnh trên, tôn giả thấy rõ vạn hữu vô thường cũng như các sự việc xảy ra kia, nên tôn giả tiếp tục quán tưởng cho đến khi đạt được quả vị A La Hán. Đức Phật khuyên đệ tử không lảng tránh cái đẹp, không từ bỏ cái đẹp mà cũng không luyến ái cái đẹp. Chỉ cố làm sao cho cái đẹp không trở thành đối tượng yêu ghét của riêng mình, vì bất cứ vật gì khả lạc khả ố trong thế gian này thường làm cho chúng ta luyến chấp, rồi sinh lòng luyến ái hay ghét bỏ, chính vì thế mà chúng ta phải tiếp tục kinh qua những khổ đau phiền não. người Phật tử nhìn nhận cái đẹp ở nơi nào giác quan nhận thức được, nhưng cũng phải thấy luôn cả tính vô thường và biến hoại trong cái đẹp ấy. Và người Phật tử nên luôn nhớ lời Phật dạy về mọi pháp hữu hình như sau: “Chúng có sinh khởi, thì chúng phải chịu hoại diệt.” Như vậy, người Phật tử nhìn và chiêm ngưỡng vẻ đẹp mà không pha lẫn lòng tham muốn chiếm hữu.

## *Chương Ba Mười Hai*

### *Luôn Nhớ Biết Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tự Tịnh Kỳ Ý*

Theo Phật giáo, cái gì thuận lý là thiện, còn cái gì nghịch lý là ác. Thiện nghiệp tạo ra bởi thiện đạo như ngũ giới thập thiện, sẽ đưa chúng sanh đến chỗ an lạc hạnh phúc. Thiện nghiệp là những nghiệp đưa đến vãng sanh Tịnh Độ. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Thiện nghiệp sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm ác nghiệp sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Trong khi đó, điều bất thiện hay điều ác: Từ thời khởi thủy, tư tưởng Phật giáo đã tranh luận rằng những hành động vô luân là kết quả của vô minh, khiến cho chúng sanh tham dự vào các hành động dẫn đến những hậu quả xấu cho họ. Vì vậy điều ác trong Phật giáo chỉ là vấn đề thứ yếu, sẽ bị triệt tiêu khi khắc phục được vô minh. Vì vậy định nghĩa của tội lỗi và xấu ác theo giáo điển: những hành động xấu ác là những hành động đưa đến khổ đau và hậu quả được nhận biết như là nỗi đau đớn cho chúng sanh kinh qua.

Để chấm dứt khổ đau phiền não trong cuộc sống, Đức Phật khuyên tứ chúng nên: “Chư Ác Mạc Tác, Chúng Thiện Phụng Hành, Tự Tịnh Kỳ Ý”. Trong Kinh A Hàm, Phật dạy: “Không làm những việc ác, chỉ làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch, đó lời chư Phật dạy.” Biển pháp môn học cũng từ bốn câu kệ này mà ra. Những lời Phật dạy trong Kinh Pháp Cú: “Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (89).”

Tuy nhiên, những lời Phật dạy thường là sẽ nói khó làm. Vâng! “Chớ làm các điều ác, nên làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch.” Đó là lời chư Phật dạy. Lời Phật dạy dễ đến độ đưa trẻ lên ba cũng nói

được, nhưng khó đến độ cụ già 80 cũng không thực hành nổi. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Phẩm 18, Đức Phật dạy: “Pháp của ta là niệm mà không còn chủ thể niệm và đối tượng niệm; làm mà không còn chủ thể làm và đối tượng làm; nói mà không có chủ thể nói và đối tượng nói; tu mà không còn chủ thể tu và đối tượng tu. Người ngộ thì rất gần, kẻ mê thì rất xa. Dứt đường ngôn ngữ, không bị ràng buộc bất cứ cái gì. Sai đi một ly thì mất tức khắc.”

## ***Chương Ba Mười Ba***

### ***Luôn Ghi Nhớ Bức Thông Điệp Vô Giá Của Đức Phật***

Thông điệp vô giá của Đức Phật hay Tứ Diệu Đế là một trong những phần quan trọng nhất trong giáo pháp của Đức Phật. Đức Phật đã ban truyền thông điệp này nhằm hướng dẫn nhân loại đau khổ, cởi mở những trói buộc bất toại nguyện để đi đến hạnh phúc, tương đối và tuyệt đối (hạnh phúc tương đối hay hạnh phúc trần thế, hạnh phúc tuyệt đối hay Niết Bàn). Đức Phật nói: “Ta không phải là cái gọi một cách mù mờ ‘Thần linh’ ta cũng không phải là hiện thân của bất cứ cái gọi thần linh mù mờ nào. Ta chỉ là một con người khám phá ra những gì đã bị che lấp. Ta chỉ là một con người đạt được toàn giác bằng cách hoàn toàn thấu triệt hết thảy những chân lý.” Thật vậy, đối với chúng ta, Đức Phật là một con người đáng được kính mộ và tôn sùng, không phải chỉ như một vị thầy mà như một vị Thánh. Ngài là một con người, nhưng là một người siêu phàm, một chúng sanh duy nhất trong vũ trụ đạt đến tuyệt luân tuyệt hảo. Tất cả những gì mà Ngài thành đạt, tất cả những gì mà Ngài thấu triệt đều là thành quả của những cố gắng của chính Ngài, của một con người. Ngài thành tựu sự chứng ngộ tri thức và tâm linh cao siêu nhất, tiến đến tuyệt đỉnh của sự thanh tịnh và trạng thái toàn hảo trong những phẩm hạnh cao cả nhất của con người. Ngài là hiện thân của từ bi và trí tuệ, hai phẩm hạnh cao cả nhất trong Phật giáo. Đức Phật không bao giờ tự xưng mình là vị cứu thế và không tự hào là mình cứu rỗi những linh hồn theo lối thần linh mặc khải của những tôn giáo khác. Thông điệp của Ngài thật đơn giản nhưng vô giá đối với chúng ta: “Bên trong mỗi con người có ngủ ngầm một khả năng vô cùng vô tận mà con người phải nỗ lực tinh tấn trau dồi và phát triển những tiềm năng ấy. Nghĩa là trong mỗi con người đều có Phật tánh, nhưng giác ngộ và giải thoát nằm trọn vẹn trong tầm mức nỗ lực và cố gắng của chính con người.”

Bên cạnh đó, theo kinh Đại Bát Niết Bàn trong Trường Bộ Kinh, quyển 16, trước khi nhập diệt, Đức Phật đã ân cần dặn dò tứ chúng bằng cách nhắn gửi với ngài A Nan rằng: “Chính vì không thông hiểu Tứ Thánh Đế mà chúng ta phải lăn trôi bấy lâu nay trong vòng luân hồi sanh tử, cả ta và chư vị nữa!” Trong những ngày cuối cùng, Đức

Phật luôn khuyến giáo chư đệ tử nên luôn chú tâm, chánh niệm tỉnh giác tu tập giới định huệ “Giới là như vậy, định là như vậy, tuệ là như vậy.” Trong những lời đi giáo sau cùng, Đức Thế Tôn đã nhắc nhở A Nan Đa: “Như Lai không nghĩ rằng Ngài phải lãnh đạo giáo đoàn hay giáo đoàn phải lệ thuộc vào Ngài. Vì vậy, này A Nan Đa, hãy làm ngọn đèn cho chính mình. Hãy làm nơi nương tựa cho chính mình. Không đi tìm nơi nương tựa bên ngoài. Hãy giữ lấy chánh pháp làm ngọn đèn. Cố giữ lấy chánh pháp làm nơi nương tựa. Và này A Nan Đa, thế nào là vị Tỳ Kheo phải làm ngọn đèn cho chính mình, làm nơi nương tựa cho chính mình, không đi tìm nơi nương tựa bên ngoài, cố giữ lấy chánh pháp làm ngọn đèn? Ở đây, này A Nan Đa, vị Tỳ Kheo sống nhiệt tâm, tinh cần, chánh niệm, tỉnh giác, nhiếp phục tham ái ưu bi ở đời, quán sát thân, thọ, tâm, và pháp.” Tại thành Câu Thi Na, trước khi nhập diệt, Đức Phật đã khẳng định với Tu Bạt Đà La (Subhadda), vị đệ tử cuối cùng của Đức Phật: “Này Tu Bạt Đà La, trong bất cứ Pháp và Luật nào, đều không có Bát Thánh Đạo, cũng không thể nào tìm thấy vị Đệ Nhất Sa Môn, Đệ Nhị Sa Môn, Đệ Tam Sa Môn, Đệ Tứ Sa Môn. Giờ đây trong Pháp và Luật của Ta, này Tu Bạt Đà La, có Bát Thánh Đạo, lại có cả Đệ nhất, Đệ nhị, Đệ tam, và Đệ tứ Sa Môn nữa. Giáo pháp của các ngoại đạo sư không có các vị Sa Môn. Này Tu Bạt Đà La, nếu chư đệ tử sống đời chân chính, thế gian này sẽ không vắng bóng chư vị Thánh A La Hán. Quả thật giáo lý của các ngoại đạo sư đều vắng bóng chư vị A La Hán cả. Nhưng trong giáo pháp này, mong rằng chư Tỳ Kheo sống đời phạm hạnh thanh tịnh, để cõi đời không thiếu các bậc Thánh.” Đoạn Đức Thế Tôn quay sang tứ chúng để nói lời khích lệ sau cùng: “Này chư Tỳ Kheo, ta khuyến giáo chư vị, hãy quán sát kỹ, các pháp hữu vi đều vô thường biến hoại, chư vị hãy nỗ lực tinh tấn!”

## ***Chương Ba Mười Bốn***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Rõ Tiến Trình Của Nghiệp***

Nghiệp lực tồn tại qua hai cơ sở: trong dòng tâm thức tương tục và trong cái “tôi” hay cái “bản ngã” tương đối của một con người. Khi chúng ta hành động, dù thiện hay ác, thì chính chúng ta chứng kiến rõ ràng những hành động ấy. Hình ảnh của những hành động này sẽ tự động in vào tiềm thức của chúng ta. Hạt giống của hành động hay nghiệp đã được gieo trồng ở đấy. Những hạt giống này đợi đến khi có đủ duyên hay điều kiện là nảy mầm sanh cây trở quả. Cũng như vậy, khi người nhận lãnh lấy hành động của ta làm, thì hạt giống của yêu thương hay thù hận cũng sẽ được gieo trồng trong tiềm thức của họ, khi có đủ duyên hay điều kiện là hạt giống ấy nảy mầm sanh cây và trở quả tương ứng. Chính tiến trình nghiệp là hữu, thì gọi là nghiệp hữu. Nghiệp cần được hiểu là hữu vì nó đem lại hữu hay sự tái sanh. Trước hết, nghiệp hữu nói vắn tắt là hành và các pháp tham dục, vôn vôn, tương ưng với hành cũng được xem là nghiệp. Nghiệp hữu bao gồm phước hành, phi phước hành, bất động hành, ở bình diện nhỏ (hữu hạn) hay bình diện lớn (đại hành). Tất cả những nghiệp đưa đến sự tái sanh đều là nghiệp hữu.

Theo Duy Thức Học, ngoài những trở ngại của ngoại duyên, còn có ba nguyên nhân phát sanh chướng nghiệp cho người tu. Thứ nhất là sức Phản Ứng Của Chủng Tử Nghiệp. Trong tạng thức của ta có chứa lẫn lộn những nghiệp chủng lành dữ. Khi niệm Phật hay tham thiền, ta huân tập hạt giống công đức vô lậu vào, tất cả nghiệp chủng kia phải phát hiện. Ví như một khu rừng rậm nhiều thú, nếu có cư dân khai hoang, tất cả cây cối bị đốn, các loài thú đều ra. Cảnh tượng và phiền não chướng duyên do nghiệp chủng phát hiện cũng thế. Thứ nhì là tự Gây Chướng Nạn vì không am tường giáo pháp. Có những vị tu hành chẳng am tường giáo lý, không hiểu những tướng của nội tâm và ngoại cảnh đều như huyễn, chưa phát minh thế nào là chân và vọng, nên nhận định sai lầm. Do đó đối với cảnh duyên trong ngoài sanh niệm tham chấp, vui mừng, thương lo, sợ hãi, mà tự gây chướng nạn cho mình. Thứ ba là không Vững Lòng Bền Chí Nên Thối Lui. Lại ví như người theo họa đồ đi tìm mỏ vàng, đường xá phải trải qua non cao, vực

thảm, đồng vắng, rừng sâu, bước hành trình tất phải nhiều công phu và gian lao khổ nhọc. Nếu người ấy không vững lòng, không biết tùy sức tùy hoàn cảnh mà nhẫn nại uyển chuyển, tất phải thối lui. Hoặc có khi bỏ cuộc ghé vào một cảnh tạm nào đó, hay chết giữa đường. Lộ trình tu tập cũng thế, hành giả tuy y theo kinh giáo mà thực hành, song nếu không biết tùy sức tùy hoàn cảnh mà nhẫn nại uyển chuyển, sự lập chí không bền lâu, tất sẽ thất bại.

Đức Phật dạy nếu ai đó đem cho ta vật gì mà ta không lấy thì dĩ nhiên người đó phải mang về, có nghĩa là túi chúng ta không chứa đựng vật gì hết. Tương tự như vậy, nếu chúng ta hiểu rằng nghiệp là những gì chúng ta làm, phải cất chứa trong tiềm thức cho chúng ta mang qua kiếp khác, thì chúng ta từ chối không cất chứa nghiệp nữa. Khi túi tiềm thức trống rỗng không có gì, thì không có gì cho chúng ta mang vác. Như vậy làm gì có quả báo, làm gì có khổ đau phiền não. Như vậy thì cuộc sống cuộc tu của chúng ta là gì nếu không là đoạn tận luân hồi sanh tử và mục tiêu giải thoát rốt ráo được thành tựu. Một khi Ánh Quang Minh Phật Pháp chiếu sáng nơi mình thì tam chương đều được tiêu trừ. Mọi thứ ác nghiệp từ vô thủy đến nay, đều do tham, sân, si ở nơi thân khẩu ý mà sanh. Dù trải qua trăm ngàn kiếp, nghiệp đã tạo chẳng bao giờ tiêu mất, nhân duyên đầy đủ thời quả báo mình lại thọ. Bởi thế nên phải biết nghiệp mình tạo ra thì thế nào cũng có báo ứng; chỉ là vấn đề thời gian, sớm mau chậm muộn, nhân duyên đủ đầy hay chưa mà thôi. Phật tử chân thuần nên luôn tin rằng khi ánh quang minh Phật Pháp chiếu sáng nơi thân của mình thì tam chương (phiền não, báo chương và nghiệp chương) đều được tiêu trừ, giống như mây trôi trắng hiện, bản lai thanh tịnh của tâm mình lại bừng hiện vậy.



## ***Chương Ba Mười Lăm***

### ***Luôn Biết Rõ Ai Chịu Trách Nhiệm Cho Nghiệp Của Chính Mình?***

Có người cho rằng “Tôi không chịu trách nhiệm cho những gì tôi đang là, vì mọi sự gồm trí óc, bản tánh và thể chất của tôi đều mang bản chất của cha mẹ tôi.” Quả thật ông bà cha mẹ có một phần trách nhiệm, nhưng phần lớn những đặc tính khác là trách nhiệm của chúng ta, đến từ kết quả của nghiệp mà chúng ta đã tạo ra trong những đời quá khứ. Hơn nữa, cái “ngã” đang hiện hữu sau thời thơ ấu của một người là kết quả của nghiệp mà chính người ấy đã tạo ra trong đời này. Vì thế mà trách nhiệm của các bậc cha mẹ rất giới hạn. Ý niệm về nghiệp dạy chúng ta một cách rõ ràng rằng một người gặt lấy những quả mà mình đã gieo. Giả dụ hiện tại chúng ta không hạnh phúc, chúng ta có thể mất bình tĩnh và tỏ ra bực bội nếu chúng ta gán sự bất hạnh của chúng ta cho người khác. Nhưng nếu chúng ta xem nổi bất hạnh trong hiện tại của chúng ta là kết quả của các hành vi của chính chúng ta trong quá khứ thì chúng ta có thể chấp nhận nó và nhận trách nhiệm về mình. Ngoài sự chấp nhận ấy, hy vọng ở tương lai sẽ tràn ngập trong tim chúng ta: “Tôi càng tích tụ nhiều thiện nghiệp chừng nào thì trong tương lai tôi sẽ càng có nhiều quả báo tốt chừng ấy. Được rồi, tôi sẽ tích tụ nhiều hơn nữa những thiện nghiệp trong tương lai.” Chúng ta không nên chỉ giới hạn ý niệm này trong các vấn đề của kiếp sống con người trong thế giới này. Chúng ta cũng có thể cảm thấy hy vọng về những dấu vết cuộc đời chúng ta sau khi chết. Đối với những người không biết Phật pháp, không có gì kinh khủng bằng cái chết. Mọi người đều sợ nó. Nhưng nếu chúng ta thật sự hiểu biết ý nghĩa của nghiệp quả thì chúng ta có thể giữ bình tĩnh khi đối diện với cái chết vì chúng ta có thể có hy vọng ở cuộc đời sau. Khi chúng ta không chỉ nghĩ đến mình, mà nhận ra rằng nghiệp do những hành vi của chính mình tạo ra sẽ gây một ảnh hưởng đến con cháu chúng ta thì tự nhiên chúng ta sẽ nhận thấy có trách nhiệm về hành vi của chính mình. Chúng ta cũng sẽ nhận ra rằng chúng ta là các bậc cha mẹ, phải giữ một thái độ tốt trong đời sống hằng ngày để có một ảnh hưởng hay quả báo thuận lợi cho con cháu chúng ta. Chúng ta sẽ cảm thấy rõ ràng rằng chúng ta

phải nói năng đúng đắn với con cái và nuôi nấng các em một cách thích đáng trong tình yêu thương.

Tự tác giáo tha là tự mình làm, rồi xúi người khác cùng làm. Chúng ta phải biết rằng sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và uống những chất cay độc là những hành vi tạo nghiệp. Những tội này được phân làm bốn thứ: Nhân, duyên, pháp và nghiệp (nguyên nhân, điều kiện tiếp trợ, phương thức và việc làm). Sự sát sanh gồm có sát nhân, sát duyên, sát pháp và sát nghiệp. Trong bất cứ tiến trình nào của bốn thứ này, tội đều do tự mình làm hay xúi bảo người khác làm. Tự mình làm là chính mình làm chuyện bất chính. Trong khi xúi kẻ khác làm tức là cổ vũ người khác làm chuyện không đúng. Đó là phạm tội một cách gián tiếp. So sánh với tội trực tiếp thì tội gián tiếp này nặng hơn, bởi vì tự mình đã có tội rồi mà mình còn mang thêm tội xảo trá nữa. Cho nên tự mình làm đã là có tội, mà xúi người khác làm thì tội lại nặng hơn. Chúng ta tạo nghiệp bằng cách “Kiến Văn Tùy Hỷ”. Kiến văn tùy hỷ có nghĩa là thấy và nghe người khác làm bậy rồi vui theo. Nghĩa là mình biết kẻ khác phạm tội mà còn trợ giúp cho họ nữa. Tự mình làm là chính mình làm chuyện bất chính. Trong khi kiến văn tùy hỷ tức là nghe thấy và cổ vũ người khác làm chuyện không đúng. Tương tự như trên, đây là phạm tội một cách gián tiếp. So sánh với tội trực tiếp thì tội gián tiếp này nặng hơn, bởi vì tự mình đã có tội rồi mà mình còn mang thêm tội xảo trá nữa. Cho nên tự mình làm đã là có tội, mà xúi người khác làm thì tội lại nặng hơn. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng đức Phật, cha mẹ, chư Tăng Ni, kinh sách, bạn đạo, vạn vân... là tất cả những thứ mà chúng ta rất cần sự hỗ trợ trên bước đường tu tập giải thoát, bởi vì chúng ta phải học nhiều, phải giữ giới nghiêm minh, phải tìm một môi trường thích hợp để tu tập thiền định. Nhưng chỉ riêng một mình mình mới có thể nhìn vào tâm mình, và chỉ riêng mình mới có thể xóa đi tam độc tham, sân, si đã trói buộc chúng ta vào vòng luân hồi sanh tử từ vô thủy đến nay mà thôi. Đức Phật đã chỉ ra đường đi, nhưng chúng ta phải tự đi lấy con đường tu tập giải thoát của chính mình!

Giáo thuyết về Nghiệp trong Phật giáo là một chân lý không thể nghi bần. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng Nghiệp không thể bị triệt tiêu được bằng cách học hỏi từ sách vở, mà chỉ được bằng cách chấp nhận một thái độ đến với cuộc sống bằng tu hành giới hạnh. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng chúng ta phải cố gắng hết sức mình

diệt sạch nghiệp luân hồi sanh tử như lời đức Phật đã dạy trong kinh Pháp Cú. Điều này cực kỳ khó khăn cho tất cả chúng ta trong cuộc sống hằng ngày. Vấn đề chỉ là thời gian sớm hay chậm mà thôi, bạn sẽ gặt những gì bạn gieo. Vì đạo Phật là đạo thực tiễn, đạo của tu và hành thật sự nên giáo dục trong nhà Phật cũng là nên giáo dục hướng nội chứ không phải là hướng ngoại cầu hình cầu tướng. Như trên đã nói, nguyên nhân căn bản gây ra khổ đau phiền não là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng... và mục đích tối hậu của đạo Phật là nhằm giúp chúng sanh, nhất là những chúng sanh con người loại trừ những thứ ấy để nếu chưa thành Phật thì ít nhất chúng ta cũng trở thành một chân Phật tử có một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Vì vậy, chúng ta phải cố gắng hết sức mình nhằm triệt tiêu nghiệp chướng ngay trong đời này. Bên cạnh đó, tu hành triệt tiêu nghiệp chướng cũng sẽ giúp chúng ta phát triển những thói quen mới trong việc biết dừng lại đúng lúc đúng thời, thói quen biết ngừng lại, và không tiếp tục làm những hành động bất thiện nữa. Nếu chúng ta thực sự biết ai là người tạo nghiệp, sẽ có cơ hội cho chúng ta cố gắng tu tập triệt tiêu Nghiệp Chướng rồi chúng ta sẽ thấy rằng trải nghiệm được việc thoát ly khổ đau phiền não để có được sự yên bình, tỉnh thức, và hạnh phúc không có nghĩa là chúng ta phải đi vào một nơi không có tiếng ồn ào, không có sự rắc rối hay không có những công việc nặng nhọc. Kỳ thật, sự yên bình thật sự hiện diện giữa những thứ vừa kể trên mà chúng ta vẫn có sự yên tĩnh nơi nội tâm mình. Đối với người Phật tử thuần thành, một khi đã quyết định tu tập triệt tiêu Nghiệp Chướng phải kiên trì không thối chuyển; từng bước một, phải cố gắng hết sức mình để tu tập triệt tiêu nghiệp chướng mỗi ngày. Lâu dần, sự việc này sẽ giúp mình có những thói quen khiến cho cuộc sống của mình ngày càng tốt đẹp hơn. Mà thật vậy, một khi chúng ta đã có được những thói quen này, chúng sẽ trở thành những thói quen tự nhiên. Đức Như Lai đã giải thích rõ về sự triệt tiêu nghiệp chướng của Ngài để tiến tới quả vị Phật. Bây giờ là trách nhiệm của chính chúng ta là có tu tập hay không mà thôi. Cuộc hành trình triệt tiêu nghiệp chướng để đi từ người lên Phật đòi hỏi nhiều cố gắng và hiểu biết liên tục. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng triệt tiêu nghiệp chướng theo đúng nghĩa Phật dạy không hẳn là phải xuất gia vào chùa làm Tăng hay làm Ni, mà nó có nghĩa là bước vào việc tu tập nhằm thiết lập những mẫu mực sống hằng ngày của mình, làm cho đời sống của

chúng ta trở nên an lạc, tỉnh thức, và hạnh phúc hơn. Trong Kinh A Hàm, Phật dạy: “Không làm những việc ác, chỉ làm những việc lành, giữ tâm ý trong sạch, đó là lời chư Phật dạy.” Biện pháp minh mông cũng từ bốn câu kệ này mà ra. Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (89).

## *Chương Ba Mười Sáu*

### *Người Con Phật Luôn Biết Rõ Bạn Gặt Những Gì Bạn Gieo*

Bạn gặt những gì bạn gieo là luật nhân quả nghiệp báo trong nhà Phật. Nghiệp báo là quả báo sướng khổ tương ứng với thiện ác nghiệp. Tuy nhiên, theo tông Hoa Nghiêm, chư Bồ Tát vì thương xót chúng sanh mà hiện ra thân cảm thụ hay nghiệp báo thân, giống như thân của chúng sanh để cứu độ họ. Nghiệp là một trong các giáo lý căn bản của Phật giáo. Mọi việc khổ vui, ngọt bùi trong hiện tại của chúng ta đều do nghiệp của quá khứ và hiện tại chi phối. Hễ nghiệp lành thì được vui, nghiệp ác thì chịu khổ. Vậy nghiệp là gì? Nghiệp theo chữ Phạn là 'karma' có nghĩa là hành động và phản ứng, quá trình liên tục của nhân và quả. Luân lý hay hành động tốt xấu (tuy nhiên, từ 'nghiệp' luôn được hiểu theo nghĩa tất yếu của tâm hay là kết quả của hành động sai lầm trong quá khứ) xảy ra trong lúc sống, gây nên những quả báo tương ứng trong tương lai. Cuộc sống hiện tại của chúng ta là kết quả tạo nên bởi hành động và tư tưởng của chúng ta trong tiền kiếp. Đời sống và hoàn cảnh hiện tại của chúng ta là sản phẩm của ý nghĩ và hành động của chúng ta trong quá khứ, và cũng thế các hành vi của chúng ta đời nay, sẽ hình thành cách hiện hữu của chúng ta trong tương lai. Nghiệp có thể được gây tạo bởi thân, khẩu, hay ý; nghiệp có thể thiện, bất thiện, hay trung tính (không thiện không ác). Tất cả mọi loại nghiệp đều được chất chứa bởi A Lại Da và Mạt Na thức. Chúng sanh đã lên xuống tử sanh trong vô lượng kiếp nên nghiệp cũng vô biên vô lượng. Dù là loại nghiệp gì, không sớm thì muộn, đều sẽ có quả báo đi theo. Không một ai trên đời này có thể trốn chạy được quả báo. Sensei Pat Enkyo O'Hara viết trong quyển Làng Thiền: "Nếu bạn nói chuyện về nghiệp trong phạm vi Bát Thánh Đạo, nhóm thứ nhất là Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mệnh. Rất dễ để nghĩ ra nghiệp là hành động hoặc những gì xảy ra. Nhưng khi bạn xét đến Chánh Tư Duy, nghiệp trở nên rất tinh tế vì nó là nội tại: nghiệp bắt đầu với dự tưởng và đưa đến nghiệp quả ngay trong tâm chúng ta. Nếu bạn nói cái gì đó, rõ ràng là lời nói của bạn tác động đến những người chung quanh bạn. Mỗi tư tưởng mà bạn có sẽ tác động đến bạn, vì thế nghiệp là nội tại, nhưng rốt cuộc, nghiệp sẽ tác động đến những người khác vì đã tác

động đến bạn. Vì vậy, một Thiên sinh phải gánh chịu một phần nghiệp của Thầy mình, và cũng có thể nói như thế đối với Bồ Đề Đạt Ma hay ngay cả đức Phật. Nghiệp của các vị ấy là cái mà chúng ta đang sống. Trong trường hợp của Hitler cũng vậy. Như vậy nghiệp là gì? Đó không phải là những gì bạn giữ riêng trong cuộc sống của riêng bạn. Đó là những gì đã xảy ra trên toàn cõi đời này. Điều này có nghĩa là bạn có thể xem cuộc sống riêng của bạn là toàn bộ cõi đời, và như thế, bạn có thể cảm thấy bạn liên kết với toàn bộ vũ trụ." Trong khi đó, luật nhân quả là sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về "Nghiệp" của Phật giáo. Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về "Nghiệp" của Phật giáo. Nhân là nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ Mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Luật ấy dạy rằng người làm việc lành, dữ hoặc vô ký sẽ nhận lấy hậu quả tương đương. Người lành được phước, người dữ bị khổ. Nhưng thường thường người ta không hiểu chữ phước theo nghĩa tâm linh, mà hiểu theo nghĩa giàu có, địa vị xã hội, hoặc uy quyền chánh trị. Chẳng hạn như người ta bảo rằng được làm vua là do quả của mười nhân thiện đã gieo trước, còn người chết bất đắc kỳ tử là do trả quả xấu ở kiếp nào, dầu kiếp nầy người ấy không làm gì đáng trách.

Đúng vậy, vấn đề chỉ là thời gian sớm hay chậm mà thôi, bạn sẽ gặt những gì bạn gieo. Theo A Tỳ Đạt Ma Luận (Vi Diệu Pháp), có bốn loại nghiệp theo thời gian trở quả. **Thứ nhất là hiện nghiệp**, loại nghiệp mà quả của nó phải trở sanh trong kiếp hiện tại (nghiệp trở quả tức khắc); nếu không thì nó sẽ trở thành vô hiệu lực. Thứ nhất là Quả lành trở sanh trong kiếp hiện tại. Trong Truyện Cổ Phật Giáo có một câu chuyện về "Quả Lành Trở Sanh Ngay Trong Kiếp Hiện Tại" như sau. Vào thời Đức Phật còn tại thế, có hai vợ chồng người kia chỉ có một cái áo choàng che thân. Khi chồng có việc đi đâu, mặc áo, thì vợ phải ở nhà. Nếu vợ đi thì chồng ở nhà. Một ngày kia, chồng đi nghe Đức Phật thuyết pháp, lấy làm thỏa thích bèn nảy sinh ý định muốn dâng lên Phật cái áo duy nhất ấy, nhưng lòng luyến ái cố hữu của con người trỗi lên, và một cuộc tranh đấu với chính mình diễn ra trong lòng anh. Sau cùng tâm bố thí chế ngự được lòng luyến ái. Anh hết sức vui

mừng mà reo lên rằng: “Ta đã chiến thắng, ta đã chiến thắng” và hành động đúng y như sở nguyện, đem dâng cái áo duy nhất của hai vợ chồng lên Phật. Câu chuyện lọt đến tai vua. Đức vua bèn hoan hỷ truyền lệnh ban cho anh ta 32 bộ áo. Người chồng mộ đạo nẩy lựa ra một cái cho mình, một cái cho vợ, còn bao nhiêu đem dâng hết cho Đức Phật và Tăng đoàn. Thứ nhì là Quả dữ trở sanh trong kiếp hiện tại. Trong Truyện Cổ Phật Giáo có một câu chuyện về “Quả Dữ Trở Sanh Ngay Trong Kiếp Hiện Tại” như sau. Một người thợ săn dắt bầy chó vào rừng để săn thú, thấy bên đường có một vị Tỳ Kheo đang đi khát thực. Đi cả buổi không săn được gì, người thợ săn lấy làm bực tức cho rằng xui vì giữa đường gặp đạo sĩ. Lúc trở về lại cũng gặp vị đạo sĩ ấy, nên người thợ săn nổi cơn giận xua chó cắn vị sư. Mặc dầu vị sư hết lời năn nỉ van lơn, người thợ săn vẫn cương quyết không tha. Không còn cách nào khác, vị sư bèn trèo lên cây để tránh bầy chó dữ. Người thợ săn bèn chạy đến gốc cây giương cung bắn lên, trúng nhằm gót chân vị sư. Trong lúc quá đau đớn, vị sư đánh rơi cái y xuống đất, chụp lên đầu và bao trùm lên toàn thân tên thợ săn. Bầy chó tưởng lầm là vị sư đã té xuống, nên áp lại cắn xé chính chủ của mình. **Thứ nhì là Hậu nghiệp**, loại nghiệp mà quả của nó, nếu có, sẽ phải trở trong kiếp kế liền kiếp hiện tại; nếu không trở sanh được trong kiếp liền kế tiếp ấy thì hậu nghiệp sẽ trở nên vô hiệu lực. Một thí dụ về quả trở sanh trong kiếp kế liền sau kiếp hiện tại được kể như sau. Có người làm công cho nhà triệu phú nọ, một ngày rằm, sau khi làm việc cực nhọc ngoài đồng, chiều về cả nhà đều thọ bát quan trai giới trong ngày ấy. Mặc dầu chỉ còn có nửa ngày, anh liền xin thọ giới và nhịn đói buổi chiều hôm đó. Bất hạnh thay, sáng hôm sau anh qua đời. Nhờ tâm trong sạch nghiêm trì bát quan trai giới, anh sanh lên cõi trời. Một thí dụ khác là vua A Xà Thế, con vua Bình Sa Vương, liền sau khi chết, tái sanh vào cảnh khổ vì đã mang trọng tội giết cha. **Thứ ba là nghiệp vô hạn định**, loại nghiệp mà quả của nó có thể trở bất cứ lúc nào nó có dịp trở quả trong những kiếp tái sanh. Nghiệp vô hạn định không bao giờ bị vô hiệu lực. Không có bất cứ ai, kể cả Đức Phật hay một vị A La Hán, có thể tránh khỏi hậu quả của nghiệp này. Ngài Mục Kiền Liên đã là một vị A La Hán trong thời quá khứ xa xôi, đã nghe lời người vợ ác tâm, âm mưu ám hại cha mẹ. Do hành động sai lầm ấy, ngài đã trải qua một thời gian lâu dài trong cảnh khổ và, trong kiếp cuối cùng, ngài bị một bọn cướp giết chết. Đức Phật cũng bị nghi là đã

giết chết một nữ tu sĩ tu theo đạo lỏa thể. Theo Kinh Tiên Thân Đức Phật thì Ngài phải chịu tiếng oan như vậy là vì trong một tiền kiếp Ngài đã thiếu lễ độ với một vị độc giác Phật. Đề Bà Đạt Đa toan giết Đức Phật, ông đã lăn đá từ trên núi cao làm trầy chơn ngài, theo truyện Tiên Thân Đức Phật thì trong một tiền kiếp Đức Phật đã lỡ tay giết chết một người em khác mẹ để đoạt của trong một vụ tranh chấp tài sản. *Thứ tư là Nghiệp Vô Hiệu Lực*. Thuật ngữ “Ahosi” không chỉ một loại nghiệp riêng biệt, mà nó dùng để chỉ những nghiệp khi phải trở quả trong kiếp hiện tại hoặc kế tiếp, mà không gặp điều kiện để trở. Trong trường hợp của các vị A La Hán, tất cả nghiệp đã tích lũy trong quá khứ, đến hồi trở quả trong những kiếp vị lai thì bị vô hiệu hóa khi các vị ấy đắc quả vô sanh.



## *Chương Ba Mười Bảy*

### *Luôn Biết Tránh Làm Điều Bất Thiện Và Luôn Tu Tập Thiện Pháp*

Bất thiện pháp là điều ác hay điều bất thiện, hay điều không lành mạnh (là cội rễ bất thiện) theo sau bởi tham sân si và những hậu quả khổ đau về sau. Trên thế gian này có hai loại nhân: một là nhân thiện, hai là nhân ác. Khi mình trồng nhân thiện thì mình gặt quả thiện, khi mình trồng nhân ác thì đương nhiên mình phải gặt quả ác. Theo Thanh Tịnh Đạo, bất thiện nghiệp là những việc làm bất thiện và là con đường dẫn đến ác đạo. Tâm bất thiện tạo ra những tư tưởng bất thiện (hận, thù, tổn hại và tà kiến, vân vân), cũng như những hành động gây ra khổ đau loạn động. Tâm bất thiện sẽ hủy diệt sự an lạc và thanh tịnh bên trong. Theo Phật giáo, nếu chúng ta trồng nhân ác thì tương lai chúng ta sẽ gặt quả xấu. Những ai tạo ra oan nghiệt, phạm đủ thứ lỗi lầm thì tương lai sẽ thọ lãnh quả báo của địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Tóm lại, làm điều thiện thì được thăng hoa, còn làm điều ác sẽ bị đọa vào ác đạo. Mọi thứ đều do mình tự tạo, tự mình làm chủ lấy mình, chứ đừng ỷ lại vào ai khác. Theo Thanh Tịnh Đạo, bất thiện hạnh hay tà hạnh là làm những điều đáng lý không nên làm, và không làm cái nên làm, do tham sân si và sợ. Chúng được gọi là đường xấu vì đó là những con đường mà bậc Thánh không đi. Ác hạnh nơi ý, khẩu hay thân, đưa đến ác báo. Bất thiện ngôn hay lời nói độc ác hay miệng độc ác (gây phiền não cho người). Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Chớ nên nói lời bất thiện thô ác. Khi người dùng lời thô ác nói với người khác. Người khác cũng dùng lời thô ác nói với người, thương thay những lời nóng giận thô ác chỉ làm cho các người đau đớn khó chịu như đao gậy mà thôi (133). Nếu người mặc nhiên như cái đồng la bề trước những người đem lời thô ác cãi vã đến cho mình, tức là người đã tự tại đi trên đường Niết Bàn. Người kia chẳng làm sao tìm sự tranh cãi với người được nữa (134).” Bất thiện kiến hay ác kiến là kiến giải ác hay sự thấy hiểu xấu ác với những quan niệm sai lầm và cố chấp (sự suy lường điên đảo về tứ diệu đế làm ô nhiễm trí tuệ): thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, và giới cấm thủ.

Bất thiện là hành vi trái đạo lý (sẽ chuốc lấy khổ báo trong hiện tại và tương lai). Bất thiện pháp là điều độc ác, là tìm cách làm hại

người khác. Độc ác bao gồm việc rắp tâm trả đũa người đã làm điều sai trái đối với chúng ta, tìm cách làm cho người khác bị dày vò trong đau khổ hay làm cho người khác bị rơi vào tình cảnh thẹn thùa khó xử. Từ thời khởi thủy, tư tưởng Phật giáo đã tranh luận rằng những hành động vô luân là kết quả của vô minh, khiến cho chúng sanh tham dự vào các hành động dẫn đến những hậu quả xấu cho họ. Vì vậy điều ác trong Phật giáo chỉ là vấn đề thứ yếu, sẽ bị triệt tiêu khi khắc phục được vô minh. Vì vậy định nghĩa của tội lỗi và xấu ác theo giáo điển: những hành động xấu ác là những hành động đưa đến khổ đau và hậu quả được nhận biết như là nỗi đau đớn cho chúng sanh kinh qua. Bất thiện nghiệp hay ác nghiệp Tham, Sân, Si do Thân, Khẩu, Ý Gây. Bất thiện nghiệp là hành động của thân khẩu ý làm tổn hại cả mình lẫn người, sẽ đưa đến quả báo xấu. **Bất thiện nghiệp gồm có những nghiệp sau đây:** tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Theo Kinh Thi Ca La Việt, có bốn nguyên nhân gây nên bất thiện nghiệp: tham dục, sân hận, ngu si, và sợ hãi. Theo Kinh Thi Ca La Việt, Đức Phật dạy: “Này gia chủ tử, vì vị Thánh đệ tử không tham dục, không sân hận, không ngu si, không sợ hãi, nên vị ấy không làm ra bất thiện nghiệp theo bốn lý do kể trên.” Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Như sét do sắt sinh ra rồi trở lại ăn sắt, cũng như ác nghiệp do người ta gây ra rồi trở lại dắt người ta đi vào cõi ác (240).”

Bất thiện Đạo gồm có ba thứ, còn gọi là tam đồ ác đạo gồm địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh. Đây là ba đường của trạng thái tâm, thí dụ như khi chúng ta có tâm tưởng muốn giết hại ai, thì ngay trong giây phút đó, chúng ta đã sanh vào địa ngục vậy. Chúng sanh trong ác đạo chẳng gặp được Phật pháp, chẳng bao giờ tu tập thiện nghiệp, và luôn làm hại người khác. Thỉnh thoảng A-Tu-La cũng được xem như bất thiện đạo vì dù có phước đức cõi trời nhưng lại thiếu công đức và có quá nhiều sân hận. Có bốn thứ dục bất thiện căn bản. Bốn thứ này được xem là những phiền não căn bản bắt nguồn từ kiến giải cho rằng thực sự có một bản thể được gọi là ngã-linh hồn thường hằng. Thứ nhất là tin vào sự hiện hữu của một ngã thể. Thứ nhì là sự mê muội về cái ngã. Thứ ba là sự kiêu mạn về cái ngã. Thứ tư là sự tự yêu thương mình.

Tất cả nghiệp được kiểm soát bởi ba thứ thân, khẩu, ý. Có ba nghiệp nơi thân, bốn nghiệp nơi miệng, và ba nghiệp nơi ý. Theo Phật giáo, những hiện tượng xấu ác được dùng để chỉ những hiện tượng siêu

nhiên do kết quả của thiền tập, như thần thông, và những năng lực ảo thuật khác, cũng như những ảo giác. Chúng là những thứ làm cho hành giả mất tập trung, nên hành giả được dạy là nên càng phớt lờ chúng nhiều chừng nào càng tốt chừng ấy để chỉ lo tập trung vào thiền tập mà thôi. Thuật ngữ Bắc Phạn “akusala” được dùng để chỉ “khuynh hướng xấu ác.” Đây là những trở ngại cho việc tu tập thân và tâm. Vài bình luận gia Phật giáo cũng thêm vào khuynh hướng thứ 3, đó là “khẩu.” Người ta nói những khuynh hướng xấu ác này được gây nên bởi nghiệp chướng hay những hành hoạt trong quá khứ, và những dấu tích vi tế vẫn còn tồn đọng sau khi phiền não đã được đoạn tận. Một thí dụ thường được đưa ra là một vị A La Hán, người đã đoạn tận phiền não, thấy được tâm vương ý mã đang chạy nhảy và làm ồn áo như một con khỉ, nhưng sâu trong tâm thức, những dấu vết vi tế vẫn còn tồn đọng.

Theo Phật giáo, người bất thiện là người ác, là người chối bỏ luật Nhân quả (thà khởi lên ngã kiến như núi Tu Di, chứ đừng khởi lên ác thủ không, hay phủ nhận lý nhân quả, cho rằng cái này cái kia đều là không). Vì thế Đức Phật khuyên chúng ta không nên làm bạn với kẻ ác, mà chỉ thân thiện với bạn lành. Ngài nêu rõ rằng, nếu chúng ta muốn sống, chúng ta phải tránh ác như tránh thuốc độc, vì một bàn tay không thương tích có thể cầm thuốc độc mà không có hại gì. Pháp của bậc Thiện không mất, nhưng đi theo người làm lành đến chỗ các hạnh lành dẫn dắt đến. Các hạnh lành đón chào người làm lành khi đi về từ thế giới này qua thế giới khác, như bà con chào đón người thân yêu từ xa mới về. Như vậy, vấn đề đặt ra rất rõ ràng và dứt khoát. Ác và thiện đều do mình tạo ra. Ác đưa đến cãi nhau, gây hấn và chiến tranh. Còn thiện đưa đến hòa thuận, thân hữu và hòa bình. Cũng theo Phật giáo, kẻ bất thiện là kẻ phạm phải những tội lỗi ghê sợ và là những kẻ mà tâm trí dấy dấy tham, sân, si. Những kẻ phạm phải vọng ngữ, nhàn đàm hý luận, nói lời độc ác, nói lưỡi hai chiều. Những kẻ lợi dụng lòng tốt của kẻ khác; những kẻ vì lợi lạc riêng tư mà lường gạt kẻ khác; những kẻ sát sanh, trộm cắp, tà dâm, mưu kế thâm độc, luôn nghĩ tới quỷ kế.

Ấn Quang Đại Sư khuyên người chuyên nhất niệm Phật cho tâm mình không còn tham luyến chi đến việc trần lao bên ngoài. Đừng quên cái chết đang rình rập bên mình chẳng biết xảy ra lúc nào. Nếu như không chuyên nhất niệm Phật cầu sanh về Tây Phương, thì khi cái

chết đến thành linh, chắc chắn là phải bị đọa vào trong tam đồ ác đạo. Nơi đó phải chịu khổ có khi đến vô lượng chư Phật ra đời hết rồi mà vẫn còn bị xoay lăn trong ác đạo, không được thoát ly. Vì thế, hành giả lúc nào cũng phải nghĩ đến thân người mong manh, cái chết thành linh. Đời trước và đời này đã tạo ra vô lượng vô biên ác nghiệp, và luôn nghĩ đến sự khổ nơi tam đồ ác đạo đang đợi chúng ta, để luôn tỉnh ngộ mà tâm không còn tham luyến chi đến các cảnh ngũ dục, lục trần ở bên ngoài nữa. Nếu như bị đọa vào địa ngục thì bị cảnh non đao, rừng kiếm, lò lửa, vạc dầu; một ngày đêm sống chết đến vạn lần, sự đau khổ cùng cực không sao tả xiết. Nếu như bị đọa vào ngạ quỷ thì thân mình xấu xa hôi hám. Bụng lớn như cái trống, còn cổ họng thì nhỏ như cây kim; đói khát mà không ăn uống được. Khi thấy thức ăn nước uống thì các vật ấy đều hóa thành ra than lửa, chịu đói khát khổ sở, lăn lộn, khóc la trong muôn vạn kiếp. Nếu như bị đọa vào súc sanh thì bị nghiệp chở, kéo, nặng nề, bị người giết mà ăn thịt, hoặc bị cảnh loài mạnh ăn loài yếu, hân tâm kính sợ, khủng hoảng, không lúc nào yên.

***Có năm loại bất thiện hay ác loại ác trên thế gian này:*** Thứ nhất là tàn bạo. Mọi sinh vật, ngay cả các loài côn trùng, chiến đấu nhau. Mạnh hiếp yếu, yếu lừa mạnh; cứ thế mà đánh nhau và bạo tàn với nhau. Thứ nhì là lừa gạt và thiếu thành thật. Không còn lẫn mé (tôn ti trật tự) đúng đắn giữa cha con, anh em, chồng vợ, bà con lão ấu. Hễ có dịp là trục lợi và lừa gạt nhau, không còn ưu tư gì đến thành tín. Thứ ba là thái độ xấu ác dẫn đến bất công và xấu ác. Không còn lẫn mé về hạnh kiểm của nam nữ. Mọi người đều muốn có tư tưởng xấu ác của riêng mình, từ đó dẫn đến những tranh cãi, đánh nhau, bất công và xấu ác. Thứ tư là không tôn trọng quyền lợi của người khác. Người ta có khuynh hướng không tôn trọng quyền lợi của người khác, tự tăng bốc thổi phồng mình lên bằng công sức của người khác, làm gương xấu về hạnh kiểm, bất công trong lời nói, lừa gạt, phỉ báng và lợi dụng người khác. Thứ năm là xao lãng nhiệm vụ. Người ta có khuynh hướng xao lãng bổn phận của mình đối với người khác. Họ chỉ nghĩ đến sự thoải mái cho riêng mình, và quên mất đi những ân huệ mà họ đã nhận do đó gây ra sự khó chịu cho người khác cũng như đưa đến những bất công.

***Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có tám loại bất thiện:*** tà kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, và tà định. ***Có tám loại bất thiện giác hay ác giác:*** dục giác, sân giác, ngã

giác, thân lý giác (nhớ nhà), quốc độ giác (ái quốc hay nghĩ đến sự lợi ích của quốc gia), bất tử giác (không thích cái chết), tộc tính giác (vì cao vọng cho dòng họ), và khinh vụ giác (khi dễ hay thô lỗ với người khác). **Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có chín sự bất thiện hay xung đột khởi lên bởi tư tưởng bằng cách nghĩ rằng:** “Có lợi ích gì mà nghĩ rằng một người đã làm hại, đang làm hại, và sẽ làm hại mình, hại người mình thương, hoặc hại người mình ghét.” *Thứ nhất* là người ấy đã làm hại tôi. *Thứ nhì* là người ấy đang làm hại tôi. *Thứ ba* là người ấy sẽ làm hại tôi. *Thứ tư* là người ấy đã làm hại người tôi thương mến. *Thứ năm* là người ấy đang làm hại người tôi thương mến. *Thứ sáu* là người ấy sẽ làm hại người tôi thương mến. *Thứ bảy* là người ấy đã làm hại người tôi không thương không thích. *Thứ tám* là người ấy đang làm hại người tôi không thương không thích. *Thứ chín* là người ấy sẽ làm hại người tôi không thương mến. Cổ Đức dạy: “Làm việc bất thiện ‘thí như nhơn thóa thiên, hoàn tùng kỷ thân trụ.’” Nghĩa là làm ác như người phun nước miếng lên trời, nước miếng rơi trở xuống ngay nơi mặt chính họ. Hoặc là “Ngậm máu phun người nhơn miệng mình.” **Năm Đề Nghị của Đức Phật ích lợi thực tiễn cho hành giả nhằm tránh những tư tưởng bất thiện:** *Thứ nhất* là cố tạo những tư tưởng tốt, trái nghịch với loại tư tưởng trở ngại, như khi bị lòng sân hận làm trở ngại thì nên tạo tâm từ. *Thứ nhì* là suy niệm về những hậu quả xấu có thể xảy ra, như nghĩ rằng sân hận có thể đưa đến tội lỗi, sát nhân, vãn vãn. *Thứ ba* là không để ý, cố quên lãng những tư tưởng xấu xa ấy. *Thứ tư* là đi ngược dòng tư tưởng, phăng lên, tìm hiểu do đâu tư tưởng ô nhiễm ấy phát sanh, và như vậy, trong tiến trình ngược chiều ấy, hành giả quên dần điều xấu. *Thứ năm* là gián tiếp vận dụng năng lực vật chất.

**Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy:** “Hãy gấp rút làm lành, chế chỉ tâm tội ác. Hễ biếng nhác việc lành giờ phút nào thì tâm ưa chuyện ác giờ phút nấy (116). Nếu đã lỡ làm ác chớ nên thường làm hoài, chớ vui làm việc ác; hễ chứa ác như đinh thọt khổ (117). Khi nghiệp ác chưa thành thực, kẻ ác cho là vui, đến khi nghiệp ác thành thực kẻ ác mới hay là ác (119). Chớ khinh điều ác nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhỏ lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ ngu phu sở dĩ đầy tội ác bởi chứa dồn từng khi ít mà nên (121). Người đi buôn mang nhiều của báu mà thiếu bạn đồng hành, tránh xa con đường nguy hiểm làm sao, như kẻ tham sống tránh xa thuốc độc

thế nào, thì các người cũng phải tránh xa điều ác thế ấy (123). Với bàn tay không thương tích, có thể nắm thuốc độc mà không bị nhiễm độc, với người không làm ác thì không bao giờ bị ác (124). Đem ác ý xâm phạm đến người không tà vạy, thanh tịnh và vô nhiễm, tội ác sẽ trở lại kẻ làm ác như ngược gió tung bụi (125). Một số sinh ra từ bào thai, kẻ ác thì đọa vào địa ngục, người chính trực thì sinh lên chư thiên, nhưng cõi Niết bàn chỉ dành riêng cho những ai đã diệt sạch nghiệp sanh tử (126). Chẳng phải bay lên không trung, chẳng phải lặn xuống đáy bể, chẳng phải chui vào hang sâu núi thẳm, dù tìm khắp thế gian này, chẳng có nơi nào trốn khỏi ác nghiệp đã gây (127). Ác nghiệp chính do mình tạo, từ mình sinh ra. Ác nghiệp làm hại kẻ ngu phu dễ dàng như kim cang phá hoại bảo thạch (161). Việc hung ác thì dễ làm nhưng chẳng lợi gì cho ta, trái lại việc từ thiện có lợi cho ta thì lại rất khó làm (163). Những người ác tuệ ngu si, vì tâm tà kiến mà vu miệt giáo pháp A-la-hán, vu miệt người lành Chánh đạo và giáo pháp đức Như Lai để tự mang lấy bại hoại, như giống cỏ cách-tha hễ sinh hoa quả xong liền tiêu diệt (164). Làm dữ bởi ta mà nhiễm ô cũng bởi ta, làm lành bởi ta mà thanh tịnh cũng bởi ta. Tịnh hay bất tịnh đều bởi ta, chứ không ai có thể làm cho ai thanh tịnh được (165). Chớ nên phỉ báng, đừng làm náo hại, giữ giới luật tinh nghiêm, uống ăn có chừng mực, riêng ở chỗ tịch tịnh, siêng tu tập thiền định; ấy lời chư Phật dạy (185).

**Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy:** “Người ác nghe nói ai làm điều thiện thì đến để phá hoại. Khi gặp người như vậy, các ông phải tự chủ, đừng có tức giận trách móc. Bởi vì kẻ mang điều ác đến thì họ sẽ lãnh thọ điều ác đó (6). Có người nghe ta giữ đạo, thực hành tâm đại nhân từ, nên đến mắng ta; ta im lặng không phản ứng. Người kia mắng xong, ta liền hỏi: Ông đem lễ vật để biếu người khác, người kia không nhận thì lễ vật ấy trở về với ông không? Người kia đáp: “Về chứ.” Ta bảo: “Nay ông mắng ta, ta không nhận thì tự ông rước họa vào thân, giống như âm vang theo tiếng, bóng theo hình, rớt cuộc không thể tránh khỏi. Vậy hãy cẩn thận, đừng làm điều ác.” (7). Kẻ ác hại người hiền giống như ngược mặt lên trời mà nhỏ nước miếng, nhỏ không tới trời, nước miếng lại rơi xuống ngay mặt mình. Ngược gió tung bụi, bụi chẳng đến người khác, trở lại dơ thân mình, người hiền không thể hại được mà còn bị họa vào thân.” (8).

Điều Thiện là hành động cố ý phù hợp với Bát Thánh Đạo. Như vậy điều thiện không những chỉ phù hợp với chánh nghiệp, mà còn phù

hợp với chánh kiến, chánh tư duy, chánh chánh ngữ, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định nữa. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Điều Thiện sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm điều ác sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Như vậy, thiện nghiệp có công năng thanh lọc bốn tâm và mang lại hạnh phúc cho mình và tha nhân. Thiện là trái với ác, là những hành pháp hữu lậu và vô lậu thuận ích cho đời này và đời khác (trên thông với Bồ Tát và Phật, dưới thấu trời và người). Theo Phật giáo, thiện nghiệp là hành động cố ý phù hợp với Bát Thánh Đạo. Như vậy thiện nghiệp không những chỉ phù hợp với chánh nghiệp, mà còn phù hợp với chánh kiến, chánh tư duy, chánh chánh ngữ, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định nữa. Theo Kinh Pháp Cú, câu 183, Đức Phật dạy: “Chớ làm các điều ác, gắng làm các việc lành, giữ tâm ý trong sạch. Ấy lời chư Phật dạy.” Thiện nghiệp sẽ giúp con người chế ngự được những phiền não khởi lên trong tâm. Ngược lại, nếu con người làm ác nghiệp sẽ phải nhận chịu các hậu quả khổ đau trong đời này hay đời kế tiếp. Một người tốt, tin theo thuyết nhân quả của Phật Giáo và sống một đời thiện lành. Trên đời này có hai hạng người, hạng ưa tranh luận và gây sự và hạng ưa hòa thuận và hoan hỷ. Hạng người đầu có thể nói là hạng người độc ác ngu si và phóng đãng. Hạng thứ hai là loại hành thiện, có trí huệ và biết sống chế ngự điều phục. Đức Phật đã phân loại rõ ràng giữa thiện và ác và Ngài khuyên tất cả đệ tử của mình không nên làm ác, làm các hạnh lành và giữ cho tâm ý trong sạch. Ngài dạy rằng làm ác thì dễ, làm lành khó hơn, nhưng các đệ tử của Ngài phải biết lựa chọn giữa ác và thiện, vì kẻ ác phải đi xuống địa ngục và chịu rất nhiều khổ đau, còn bậc Thiện sẽ được lên cõi trời và hưởng thọ hạnh phúc.

Theo Phật giáo, thiện nghiệp có thể là đi chùa làm công quả, nhưng thiện nghiệp có thể là tất cả những gì mình làm cho người khác khiến họ được hạnh phúc hơn hay có được giới đức hơn để tiến gần đến giác ngộ và giải thoát. Hành giả tu thiền chân thuần nên luôn nhớ rằng trước khi bước vào tu tập thiền quán, chúng ta nên tu tập thật nhiều thiện nghiệp, vì mức độ tịnh lặng chẳng những tùy thuộc vào phương pháp thiền quán, mà còn tùy thuộc rất nhiều vào những thiện nghiệp đã được chúng ta hoàn thành. Nếu chưa được hoàn toàn giải

thoát thì sự an lạc trong thiền định cũng đồng nghĩa với hạnh phúc mà chúng ta làm được cho người khác. Như vậy, hành giả tu thiền phải là người cả đời luôn luôn đem lại hạnh phúc, an lạc, và tỉnh thức cho người khác. Nói cách khác, bên cạnh những nỗ lực tu tập thiền định, hành giả tu thiền phải cố gắng thực hành thật nhiều thiện nghiệp, vì những thiện nghiệp ấy sẽ hỗ trợ đắc lực cho kết quả của thiền định.

**Theo Tương Ưng Bộ Kinh, Phẩm Ambapali, có hai pháp cơ bản về các thiện pháp:** Thứ nhất là giới khéo thanh tịnh bao gồm y cứ trên giới và an trú trên giới. Theo Kinh Trường Bộ, Phúng Tụng Kinh, có ba thiện căn. Đối với chư Tăng Ni có vô tham, vô sân, vô si; bố thí, từ bi, trí huệ; thân lành, khẩu lành, ý lành. Tam thiện căn dùng để phát triển giới hạnh: vô tham thiện căn, vô sân thiện căn, và vô si thiện căn. Đối với Phật tử tại gia, có ba thứ thiện căn: bố thí thiện căn; bi Mẫn thiện căn; và trí huệ thiện căn. Lại có Tam Thiện Đạo hay ba con đường hay ba trạng thái đi lên. Thứ nhất là thiên đạo, do nghiệp lành bậc trên mà bước tới. Thứ nhì là nhơn đạo, do nghiệp lành bậc giữa mà bước tới. Thứ ba là a-tu-la đạo, do nghiệp lành bậc dưới mà bước. **Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có ba loại thiện giới:** Thứ nhất là ly dục giới. Thứ nhì là vô sân giới. Thứ ba là vô hại giới. **Theo Kinh Trường Bộ, Phúng Tụng Kinh, có ba thiện hạnh:** thân thiện hạnh, khẩu thiện hạnh, và ý thiện hạnh. Tam Thiện Nghiệp bao gồm không tham, không sân và không si. **Theo A Tỳ Đạt Ma Luận, có ba cửa thiện nghiệp thuộc về dục giới:** Thứ nhất là thân nghiệp thuộc nơi Cửa Thân: không sát sanh, không trộm cắp và không tà dâm. Thứ nhì là khẩu nghiệp thuộc nơi Cửa Khẩu: không nói dối, không nói lời đâm thọc, không nói lời thô lỗ, và không nói lời nhảm nhí. Thứ ba là ý nghiệp thuộc nơi cửa Ý: không tham ái, không sân hận, và không tà kiến. **Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có ba loại suy nghĩ thiện lành:** Thứ nhất là Ly dục tâm. Thứ nhì là Vô sân tâm. Thứ ba là Vô hại tâm. **Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có ba loại thiện tưởng:** Thứ nhất là Ly dục tưởng. Thứ nhì là Vô sân tưởng. Thứ ba là Vô hại tưởng.

Theo Đại Thừa, có bốn thứ thiện căn đưa đến những quả vị tốt đẹp: Thanh Văn, Duyên Giác, Bồ Tát, và Phật. **Theo Câu Xá Tông, có bốn thứ thiện căn đưa đến những quả vị tốt đẹp:** noãn pháp, đỉnh pháp, nhẫn pháp, và thế đệ nhất pháp. **Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, có bốn thứ thiện căn đưa đến những quả vị tốt đẹp:** Đức Phật đã nhắc ngài A Nan về tứ gia hạnh như sau: “Ông A Nan! Người



thiện nam đó, thả đều thanh tịnh, 41 tâm gần thành bốn thứ diệu viên gia hạnh.” *Thứ nhất là Noãn Địa*: Lấy Phật giác để dùng làm tâm mình, dường như hiểu rõ Phật giác mà kỳ thật chưa hiểu rõ. Ví dụ như khoang cây lấy lửa, lửa sắp cháy lên, mà chưa thật sự cháy. Đây gọi là noãn địa. *Thứ nhì là Đỉnh Địa*: Lại lấy tâm mình thành đường lối đi của Phật, dường như nương mà chẳng phải nương. Như lên núi cao, thân vào hư không, dưới chân còn chút ngại. Gọi là Đỉnh Địa. *Thứ ba là Nhẫn Địa*: Tâm và Phật đồng nhau, thì khéo được trung đạo. Như người nhẫn việc, chẳng phải mang sự oán, mà cũng chẳng phải vượt hẳn sự ấy. Đó gọi là nhẫn địa. *Thứ tư là Thế đệ nhất địa*: Số lượng tiêu diệt, trung đạo giữa mê và giác, đều không còn tên gọi. Đây gọi là thế đệ nhất địa. ***Theo Trường Bộ, Kinh Phúng Tụng, có tám loại Thiện***: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, và Chánh Định.

***Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy***: “Như thứ hoa tươi đẹp chỉ phô trương màu sắc mà chẳng có hương thơm, những người chỉ biết nói điều lành mà không làm điều lành chẳng đem lại ích lợi (51). Như thứ hoa tươi đẹp, vừa có màu sắc, lại có hương thơm, những người nói điều lành và làm được điều lành sẽ đưa lại kết quả tốt (52). Như từ đồng hoa có thể làm nên nhiều tràng hoa, từ nơi thân người có thể tạo nên nhiều việc thiện (53). Nếu đã làm việc lành hãy nên thường làm mãi, nên vui làm việc lành; hễ chứa lành như đinh thọ lạc (118). Khi nghiệp lành chưa thành thực, người lành cho là khổ, đến khi nghiệp lành thành thực, người lành mới biết là lành (120). Chớ nên khinh điều lành nhỏ, cho rằng “chẳng đưa lại quả báo cho ta.” Phải biết giọt nước nhiều lâu ngày cũng làm đầy bình. Kẻ trí sở dĩ toàn thiện bởi chứa dần từng khi ít mà nên (122).” Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, chương 14, Đức Phật dạy: “Có một vị Sa Môn hỏi Phật: “Điều gì là thiện? Điều gì là lớn nhất?” Đức Phật dạy: “Thực hành Chánh đạo, giữ sự chân thật là thiện. Chí nguyện hợp với Đạo là lớn nhất.”



## ***Chương Ba Mười Tám***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Áp Dụng Phật Pháp Trong Đời Sống***

Sự khai sanh Phật Pháp là đỉnh cao tuyệt về thành quả của Đức Phật. Về một khía cạnh nào đó, sự giác ngộ của Đức Phật chính là đỉnh cao tuyệt về thành quả của Ngài, nhưng thật ra chính là giáo pháp theo sau đó của Ngài đã đặt nền tảng vững chãi cho di sản muôn đời của Ngài. Tăng đoàn và Ni đoàn được thành lập để bảo đảm sự truyền bá giáo lý này đến các thế hệ mai sau, và vào thế kỷ thứ 3 trước Tây lịch, hoàng đế A Dục đã đóng một vai trò chính yếu trong việc truyền bá Phật giáo một cách rộng rãi tại Ấn Độ. Sau khi đạt được đại giác, Đức Phật đã lưu lại dưới gốc cây Bồ Đề thêm 49 ngày với niềm hỷ lạc vô biên. Trong khoảng thời gian này, Ngài nhận thức rằng những gì Ngài đã hiểu biết là một chân lý vi diệu và khó khăn mà những người khác còn những ham muốn trần tục khó lòng thấu hiểu. Theo Đức Phật, Phật Pháp chính là thế gian pháp mà trong đó người biết tu hành quay ngược lại. Nó là pháp mà người thế gian không muốn làm. Người thế gian đang lặn hụp trong thế gian pháp, ai cũng lăng xăng bận rộn không ngoài lòng ích kỷ riêng tư, chỉ lo bảo vệ thân mạng và của cải của chính mình. Trong khi Phật pháp thì chỉ có công ích chứ không có tư lợi. Người chân tu lúc nào cũng nghĩ đến lợi ích của người khác. Người chân tu lúc nào cũng xem nhẹ cái “Tôi”, lúc nào cũng quên mình vì người và không bao giờ làm cho người khác cảm thấy khó chịu hay phiền não. Tuy nhiên, phần lớn người ta không nhận thức được rõ ràng về Phật Pháp như chính Đức Phật đã một lần tuyên thuyết. Vì thế mà ngay chính trong nội bộ Phật giáo đã xảy ra đủ thứ tranh chấp, cãi vã, phiền não và thị phi. Những thứ này xem ra chẳng khác gì hơn chốn trần tục, nếu chúng ta không muốn nói là có khi chúng có phần tệ hại nữa là đằng khác. Đức Phật đã tiên đoán được tất cả những điều này, vì thế mà Ngài đã đi đến kết luận rằng chân lý này sẽ trở nên vô nghĩa khi Ngài cố tìm cách giảng dạy cho người khác về sự giác ngộ của Ngài, nhưng vị đại Phạm Thiên Sahampati hiện ra thỉnh cầu Ngài chia sẻ sự khám phá của Ngài cho nhân loại. Vị đại Phạm Thiên Sahampati hiện ra thỉnh cầu Ngài chia sẻ sự khám phá của Ngài cho nhân loại. Bị thúc đẩy bởi lòng bi mẫn vĩ đại của chính mình, Đức Phật

quyết định xem xét lại thế gian. Ngài thấy chúng sanh có nhiều hạng bậc khác nhau, giống như hoa sen trong hồ, một số nằm ngâm dưới làn nước, một số mọc tựa lên mặt nước, lại có một số khác vươn cao khỏi mặt nước và đứng thật vững chãi. Ngài hiểu rằng cũng giống như vậy, con người thì có người tốt, có người xấu, một số dễ dàng chỉ dạy và một số khác thì khó khăn. Do tính đa dạng này và vì lòng bi mẫn lớn lao của Ngài dành cho chúng sanh, Đức Phật thay đổi ý định của Ngài và quyết định dẫn dắt chúng sanh. Bài pháp đầu tiên của Ngài được giảng giải cho 5 đạo sĩ khổ hạnh, những người một thời đã từng là đồng đạo của Ngài trước khi Ngài giác ngộ. Ở vườn Lộc Uyển, gần thành Ba La Nại, Ngài giải thích cho họ về nội dung sự giác ngộ của mình ở hình thức “Tứ Diệu Đế,” 5 vị đạo sĩ vô cùng kinh ngạc bởi tuệ giác sâu sắc của Ngài và tính mới lạ của bức thông điệp đến nỗi một người trong nhóm của họ đã chứng ngay quả vị A La Hán, một quả vị cao quý, người đã đạt được an lạc tối thượng của Niết Bàn qua giáo pháp của Ngài. Bốn người còn lại cũng lần lượt chứng Thánh vào những ngày sau đó. Bài pháp kỳ vĩ đầu tiên của Ngài, đã trở thành một trong những lời giáo huấn mạch lạc nhất của Đức Phật và của Phật giáo nói chung, và được gọi là “Chuyển Pháp Luân.” Nó vẫn được mọi người tôn kính ở hầu hết các quốc gia theo Phật giáo nguyên thủy ở trong lễ hội được gọi là “Asalha Puja,” diễn ra vào ngày rằm tháng 7.

Đức Phật đã truyền dạy giáo pháp của Ngài trong 45 năm liền sau đó, cho đến lúc Ngài nhập Niết Bàn. Số tín đồ của Ngài ngày càng tăng và cộng đồng Tăng bắt đầu thành hình. Chính Đức Phật vẫn tiếp tục chu du thuyết giảng và khát thực. Ngài truyền dạy pháp của mình không phân biệt, Ngài nói chuyện với hàng vua chúa cũng như thứ dân đều giống nhau, và chỉ dừng chân trong ba tháng mùa mưa. Đức Phật không chỉ định người kế vị. Khi những vị đệ tử của Ngài hỏi Ngài ai sẽ là người dẫn dắt giáo hội sau khi Ngài nhập diệt, Ngài đáp rằng họ phải tự bản thân tiếp tục và tuân theo Pháp mà Ngài đã truyền dạy cho họ. Bốn phạm của Tăng đoàn là duy trì giáo pháp khi Ngài không còn ở thế gian này nữa. Khi Ngài sắp nhập diệt, Đức Phật yêu cầu chư Tăng họp lại nếu họ có vấn đề nào cần muốn hỏi. Tất cả mọi người đều im lặng. Những lời dạy cuối cùng của Đức Phật ban bố cho chư Tăng: “Tất cả vạn vật đều đi đến hoại diệt. Bây giờ các con hãy nỗ lực tinh tấn.” Sau đó Ngài nằm nghiêng về phía bên phải giữa hai cây Song Thọ, Ngài bắt đầu nhập sâu vào các tầng thiền rồi cuối cùng nhập vào

Niết Bàn, sau đó không bao giờ còn tái sinh trở lại nữa. Nhục thân của Ngài được hỏa táng, theo ước nguyện của Ngài xá lợi được chia cho loài người và chư Thiên. Người ta dựng các bảo tháp thẳng đứng trên các xá lợi. Ngày nay chúng ta có thể nhìn thấy các bảo tháp ở các địa điểm thánh tích như ở Sanchi và Amaravati ở Ấn Độ, Anuradhapura ở Sri Lanka và Borobudur ở Nam Dương. Đối với hành giả tại gia, biết đem Phật pháp vào đời sống là biết lắng nghe Pháp và tu tập theo những gì mà Phật pháp đã vạch ra. Nói cách khác, người tại gia lúc nào cũng phải biết cách tỉnh Phật chuyển Pháp. Chúng ta là những người phước mỏng nghiệp dày nên không có cơ duyên gặp được đức Phật để mà tỉnh Ngài chuyển Pháp. Vậy thì cách tốt nhất là tỉnh các đệ tử chân chính của Ngài chuyển Pháp.



## *Chương Ba Mười Chín*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Tứ Diệu Đế*

Tứ Diệu Đế hay bốn chân lý nhiệm mầu trong giáo lý nhà Phật, nói rõ vì đâu có khổ và con đường giải thoát. Người ta nói Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng bài pháp đầu tiên về “Tứ Diệu Đế” trong vườn Lộc Uyển, sau khi Ngài giác ngộ thành Phật. Trong đó Đức Phật đã trình bày: “Cuộc sống chứa đầy đau khổ, những khổ đau đó đều có nguyên nhân, nguyên nhân của những khổ đau này có thể bị hủy diệt bằng con đường diệt khổ.” Tứ Diệu Đế là bốn trong những giáo lý căn bản nhất của giáo lý nhà Phật. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” đối với đạo Phật, việc thức tỉnh từ Vô Minh đến Giác Ngộ luôn luôn hàm ý sự thấu triệt Tứ Thánh Đế. Bậc Giác Ngộ được gọi là Phật, chỉ vì Ngài đã thấu triệt Tứ Đế. Toàn bộ bài pháp đầu tiên của Đức Phật dành trọn vẹn để trình bày về Tứ Thánh Đế này; vì đó là cốt tủy của đạo Phật. Ví như dấu chân của các loài đi trên đất, có thể được chứa đựng trong dấu chân voi, được xem là lớn nhất về tầm cỡ, giáo lý Tứ Thánh Đế này cũng vậy, bao quát hết thảy mọi thiện pháp. Trong kinh điển Pali, đặc biệt là trong tạng kinh (Suttas), Tứ Đế này được diễn giải chi tiết bằng nhiều cách khác nhau. Không có một nhận thức rõ ràng về Tứ Đế, người ta khó có thể hiểu được Đức Phật đã dạy những gì trong suốt 45 năm hoằng hóa. Đối với Đức Phật thì toàn bộ lời dạy của Ngài chỉ nhằm để hiểu về Khổ, tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, và hiểu về con đường thoát khỏi tình trạng bất toại nguyện này. Toàn bộ lời dạy của Đức Phật không gì khác hơn là sự ứng dụng một nguyên tắc này. Như vậy chúng ta thấy rõ Đức Phật đã khám phá ra Tứ Đế, phần còn lại chỉ là sự khai triển có hệ thống và chi tiết hơn về Tứ Thánh Đế này. Có thể xem đây là giáo lý tiêu biểu của ba đời chư Phật. Tính chất ưu việt của Tứ Thánh Đế trong lời dạy của Đức Phật, được thể hiện rõ nét qua bức thông điệp của Ngài trong rừng Simsapa, cũng như từ bức thông điệp trong vườn Lộc Uyển. Thời Đức Phật còn tại thế, Ngài luôn nhấn mạnh rằng không thông hiểu và thực hành Tứ Diệu Đế sẽ khiến chúng ta phải lăn trôi mãi trong vòng luân hồi sanh tử. Hành giả tu tập thiền

quán nên luôn nhớ rằng ‘Tứ Diệu Đế’ được thấy rõ khi chánh niệm và trí tuệ có mặt.

Không có từ ngữ dịch tương đương trong Anh ngữ cho từ “Dukkha” trong tiếng Pali (Nam Phạn) hay tiếng Sanskrit (Bắc Phạn), nên người ta thường dịch chữ “Dukkha” dịch sang Anh ngữ là “Suffering”. Tuy nhiên chữ “Suffering” thỉnh thoảng gây ra hiểu lầm bởi vì nó chỉ sự khốn khổ hay đau đớn cực kỳ. Cần nên hiểu rằng khi Đức Phật bảo cuộc sống của chúng ta là khổ, ý Ngài muốn nói đến mọi trạng thái không thỏa mãn của chúng ta với một phạm vi rất rộng, từ những bức dọc nho nhỏ đến những vấn đề khó khăn trong đời sống, từ những nỗi khổ đau nát lòng chí đến những tang thương của kiếp sống. Vì vậy chữ “Dukkha” nên được dùng để diễn tả những việc không hoàn hảo xảy ra trong đời sống của chúng ta và chúng ta có thể cải hóa chúng cho tốt hơn. Nói tóm lại, mọi hiện hữu đều có bản chất khổ chứ không mang lại toại nguyện (sự khổ vô biên vô hạn, sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, thương yêu mà phải xa lìa khổ, oán ghét mà cứ gặp nhau là khổ, cầu bất đắc khổ, vân vân. Khổ đeo theo ngũ uẩn như sắc thân, sự cảm thọ, tưởng tượng, hình ảnh, hành động, tri thức). Qua thiền định, hành giả tu thiền có thể thấy trực tiếp là các hiện tượng danh và sắc, hay thân và tâm, đều đau khổ. Tập Đế là sự thật rõ ràng về nguồn gốc của những nỗi khổ. Theo giáo lý nhà Phật, tham ái là nguyên nhân của đau khổ. Những dục vọng xấu xa nảy nở từ những việc vụn vặt trong gia đình, lan ra ngoài xã hội, và nổ lớn thành chiến tranh giữa các chủng tộc, giữa các quốc gia, hay giữa những phe nhóm của các quốc gia trên thế giới. Ngu si là nguyên nhân của mọi cái khổ (sự ham sống làm cho chúng sanh cứ mãi chết đi sống lại, hễ ham sống tất ham vui sướng, ham quyền thế, ham tài sản, càng được càng ham). Cứu cánh diệt khổ là Niết bàn tịnh tịch (nếu chịu hạ lòng tham xuống rồi bỏ nó đi, hay trục nó ra khỏi mình thì gọi là diệt). Qua thiền quán, chánh niệm và trí tuệ có mặt, hành giả thấy rõ sự chấm dứt khổ đau một khi si mê và các phiền não khác đều biến mất. Chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Đức Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.”



## ***Chương Bốn Mười***

### ***Tài Sản Của Người Con Phật Là Bát Thánh Đạo***

Bát Thánh Đạo chính là diệu đế thứ tư trong tứ diệu đế có thể giúp cho chúng ta ngăn ngừa những trở ngại trong cuộc sống hằng ngày. Đây là con đường đưa đến chấm dứt khổ đau phiền não. Nếu chúng ta đi theo Bát Thánh Đạo thì cuộc sống của chúng ta sẽ ít khổ đau và nhiều hạnh phúc hơn. Tám con đường đúng đắn dẫn tới sự chấm dứt đau khổ, mục đích của diệu đế thứ ba trong tứ diệu đế (Đạo đế). Bát Chánh Đạo là tám nẻo trong 37 nẻo bồ đề. Tu tập Bát Chánh Đạo sẽ đưa đến những lợi ích thực sự như tự cải tạo tự thân, vì tu bát chánh đạo là sửa đổi mọi bất chính, sửa đổi mọi tội lỗi trong đời sống hiện tại, đồng thời còn tạo cho thân mình có một đời sống chân chánh, lợi ích và thiện mỹ; cải tạo hoàn cảnh vì nếu ai cũng tu bát chánh đạo thì cảnh thế gian sẽ an lành tịnh lạc, không còn cảnh khổ đau bất hạnh gây nên bởi hận thù, tranh chấp hay chiến tranh giữa người với người, giữa nước này với nước kia, hay chủng tộc này với chủng tộc khác, ngược lại lúc đó thanh bình sẽ vĩnh viễn ngự trị trên quả đất này. Ngoài ra, tu tập bát chánh đạo còn là tu tập thiền định căn bản đầu tiên cho sự giác ngộ, là nền tảng chánh giác, là căn bản giải thoát, ngày nay tu bát chánh đạo là gieo trồng cho mình những hạt giống Bồ Đề để ngày sau gặt hái quả Niết Bàn Vô Thượng.

***Thứ nhất***, người tu tập tỉnh thức không nên nói những gì sai với sự thật. Chánh ngữ là không nói những gì sai với sự thật, hoặc những lời chia rẽ và căm thù, mà chỉ nói những lời chân thật và có giá trị xây dựng sự hiểu biết và hòa giải. Chánh ngữ là nói lời thành thật và sáng suốt, nói hợp lý, nói không thiên vị, nói thẳng chứ không nói xéo hay xuyên tạc, nói lời thận trọng và hòa nhã; nói lời không tổn hại và có lợi ích chung. Nói đúng là không nói dối, không ba hoa, tán gẫu hay dèm pha. Chánh ngữ là một trong những phương cách có khả năng giúp chúng ta sống hòa ái giữa chúng ta và người khác và thế giới. Chánh Ngữ là một trong ba phần của Giới Học (hai phần khác là Chánh Nghiệp và Chánh Mạng). Lời nói có thể làm ảnh hưởng đến hàng triệu người. Người ta nói rằng một lời nói thô bạo có thể làm tổn thương hơn vũ khí, trong khi một lời nói nhẹ nhàng có thể thay đổi cả

trái tim và tâm hồn của một phạm nhân bướng bỉnh nhất. Vì vậy chánh ngữ trong Phật giáo bao hàm sự tôn trọng chân lý và phúc lợi của người khác. Chánh Ngữ bắt đầu với việc tránh xa bốn loại lời nói gây tổn hại: nói dối, nói lời ly gián, nói lời thô ác và nói chuyện phù phiếm. Chẳng những vậy, Phật tử thuần thành nên luôn cố gắng dùng lời nói như thế nào cho người khác được vui vẻ. Thay vì trút đi sự giận dữ và bức dọc lên người khác, Phật tử thuần thành nên nghĩ đến những cách hữu hiệu để truyền đạt những nhu cầu và cảm xúc của chúng ta. Ngoài ra, Chánh Ngữ còn là nói lời khen ngợi những thành tựu của người khác một cách chân tình, hay an ủi người đang buồn khổ, hay giảng Pháp cho người. Lời nói là một công cụ có công năng ảnh hưởng mạnh mẽ lên người khác, nếu chúng ta biết dùng lời nói một cách khôn ngoan thì sẽ có rất nhiều người được lợi lạc. Lời nói có thể làm ảnh hưởng đến hàng triệu người. Người ta nói rằng một lời nói thô bạo có thể làm tổn thương hơn vũ khí, trong khi một lời nói nhẹ nhàng có thể thay đổi cả trái tim và tâm hồn của một phạm nhân bướng bỉnh nhất. Vì vậy chánh ngữ trong Phật giáo bao hàm sự tôn trọng chân lý và phúc lợi của người khác, nghĩa là tránh nói dối, tránh nói xấu hay vu khống, tránh nói lời hung dữ, và tránh nói chuyện vô ích.

*Thứ nhì*, người tu tập tỉnh thức nên chọn cách sống chân chánh cho chính mình. Chánh nghiệp là chọn cách sống chân chánh cho chính mình, không sát sanh hại vật, không làm cho người khác khổ đau phiền não, không trộm cắp, không lấy những gì không phải là của mình, không tà dâm, cũng không vì những ham muốn của mình mà làm khổ đau người khác. Chánh nghiệp là hành động chân chánh, đúng với lẽ phải, có ích lợi chung. Luôn luôn hành động trong sự tôn trọng hạnh phúc chung; tôn trọng lương tâm nghề nghiệp của mình; không làm tổn hại đến quyền lợi, nghề nghiệp, địa vị, danh dự, và tính mạng của người khác; giữ gìn thân khẩu ý bằng cách luôn tu tập mười nghiệp lành và nhổ dứt mười nghiệp dữ. Không ai trong chúng ta tránh được nghiệp quả; tuy nhiên, chúng ta có quyền lựa chọn cách phản ứng, vì nó hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta. Nói cách khác, lựa chọn cách sống chân chánh hay không chân chánh cho chính mình là tùy ở mình. Nói như vậy để thấy rằng những gì chúng ta đã gieo trong quá khứ thì nay chúng ta phải gặt, không có ngoại lệ; tuy nhiên, chúng ta có quyền cố gắng tu tập trong đời này để ít nhất cuộc sống của mình trong hiện tại được an lạc hơn. Chánh Nghiệp là một trong ba pháp tu học cao

thượng về Giới Học (hai pháp khác là Chánh Ngữ và Chánh Mạng). Như vậy chánh nghiệp bao hàm tôn trọng đời sống, tôn trọng tài sản và tôn trọng quan hệ cá nhân. Tôn trọng đời sống là không giết hại và không bảo người khác giết hại, tôn trọng tài sản là không trộm cắp và không bảo người khác trộm cắp, tôn trọng những quan hệ cá nhân là tránh tà dâm. Chánh Nghiệp là hành động chân chánh khiến cho chúng ta có thể tránh được ba việc làm tổn hại về thân (sát sanh, trộm cắp và tà dâm). Chánh Nghiệp dạy cho chúng ta ý thức được những tai hại mà chúng ta gây ra cho người khác. Thay vì làm những điều mà trước mắt chúng ta cảm thấy ưa thích thì chúng ta lại quan tâm đến tha nhân. Một khi có Chánh Nghiệp thì dĩ nhiên tự động các mối quan hệ của chúng ta với mọi người sẽ được tốt đẹp hơn và mọi người sẽ cảm thấy hạnh phúc hơn khi cùng sống với chúng ta. Chánh Nghiệp cũng bao gồm việc ra tay giúp đỡ người khác như phụ giúp người già cả, cứu trợ thiên tai bão lụt, hay cứu giúp người đang lâm nạn, vân vân.

**Thứ ba**, người tu tập tỉnh thức nên chọn cho mình một nghề để sống chân chánh. Chánh mạng là chọn cho mình một nghề để sống chân chánh, không làm tổn hại đến người khác; nghề nghiệp nào không liên quan đến sự sát hại, trộm cắp hay không lương thiện. Chánh nghiệp là hành động chân chánh, đúng với lẽ phải, có ích lợi chung. Luôn luôn hành động trong sự tôn trọng hạnh phúc chung; tôn trọng lương tâm nghề nghiệp của mình; không làm tổn hại đến quyền lợi, nghề nghiệp, địa vị, danh dự, và tính mạng của người khác; giữ gìn thân khẩu ý bằng cách luôn tu tập mười nghiệp lành và nhỏ dứt mười nghiệp dữ. Chánh nghiệp còn có nghĩa là tránh những hành động tà vạy, sống thanh khiết, không làm gì tổn hại đến tha nhân, không trộm cắp, không tà dâm. Chánh mạng là sự mở rộng về luật của chánh nghiệp đối với sinh kế của Phật tử trong xã hội. Chánh mạng còn có nghĩa là tạo ra của cải tài sản bằng những phương cách thích đáng. Phật tử thuần thành không nên nhúng tay tham gia vào loại hành động hay lời nói tổn hại để mưu sinh, hoặc giả xúi giục khiến người khác làm và nói như vậy. Trí tuệ và hiểu biết của đạo Phật phải được thể hiện vào đời sống của chúng ta, thì đạo đó mới được gọi là đạo Phật sống. Không ai trong chúng ta tránh được nghiệp quả; tuy nhiên, chúng ta có quyền lựa chọn cách phản ứng, vì nó hoàn toàn tùy thuộc vào chúng ta. Nói cách khác, chọn cho mình một nghề để sống chân chánh là tùy ở mình. Nói như vậy để thấy rằng những gì chúng ta đã gieo

trong quá khứ thì nay chúng ta phải gặt, không có ngoại lệ; tuy nhiên, chúng ta có quyền cố gắng tu tập trong đời này để ít nhất cuộc sống của mình trong hiện tại được an lạc hơn. Chánh Mạng là một trong ba pháp tu học cao thượng về Giới Học (hai pháp khác là Chánh Ngữ và Chánh Nghiệp). Chánh mạng là làm việc hay có nghề nghiệp chân chánh khiến cho chúng ta có thể tránh được ba việc làm tổn hại về thân (sát sanh, trộm cắp và tà dâm). Chánh mạng còn dạy cho chúng ta ý thức được những tai hại mà chúng ta gây ra cho người khác. Thay vì làm những điều mà trước mắt chúng ta cảm thấy ưa thích thì chúng ta lại quan tâm đến tha nhân. Đức Phật dạy: “Có năm loại sinh kế mà người Phật tử không nên làm là buôn bán súc vật để làm thịt, buôn bán nô lệ, buôn bán vũ khí, độc dược, và các chất say như ma túy và rượu. Năm loại nghề nghiệp này người Phật tử không nên làm vì chúng góp phần làm cho xã hội băng hoại và vi phạm nguyên tắc tôn trọng sự sống và phúc lợi của người khác.” Ngược lại, người Phật tử nên sống bằng những nghề nghiệp lương thiện, không làm hại mình hại người. Theo Kinh Hoa Nghiêm, chánh mạng là khí giới của Bồ Tát, vì xa rời tất cả tà mạng. Thiền giả an định nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh.

*Thứ tư*, người tu tập tỉnh thức nên cố gắng thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Chánh kiến là nhận thấy một cách khách quan ngay thẳng; thấy thế nào thì ghi đúng thế ấy, không bị thành kiến hoặc tình cảm ảnh hưởng mà làm cho sự nhận xét bị sai lệch; biết phân biệt cái thật cái giả; nhận thức đạo lý chân chánh để tiến tới tu hành giải thoát. Chánh kiến có nghĩa là thấy được những luật thiên nhiên đang chi phối đời sống của mình. Một trong những luật quan trọng là luật ‘Nhơn Quả’, mỗi hành động đều sẽ mang đến một kết quả nào đó, không có bất cứ ngoại lệ nào. Không có chuyện ‘không thiện không ác’ trong Phật giáo. Như vậy, thiền giả nên luôn nhớ rằng mỗi khi chúng ta hành động vì tham-sân-si, ắt khổ đau sẽ đến với mình. Ngược lại, khi chúng ta làm vì lòng từ bi hay trí tuệ, kết quả sẽ là hạnh phúc và an lạc. Phật tử chơn thuần nên luôn có tâm tỉnh thức để khôn khéo biết phối hợp luật nhân quả vào cuộc sống hằng ngày của mình. Chánh kiến cũng có nghĩa là thấy và hiểu được cái tánh chân thật hay cái chân như của mình. Trong Phật Giáo, chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con

đường dẫn đến sự diệt khổ. Chánh Kiến là một trong hai phần học của Trí Tuệ (phần học khác là Chánh Tư Duy). Chánh kiến là thấy đúng bản chất, hiểu biết chân lý thật sự của mọi sự, không phải nhìn thấy chúng có vẻ như thế. Theo quan điểm Phật giáo, chánh kiến có nghĩa là tuệ giác, là sự hiểu biết thâm sâu, hay nhìn thấy được mặt dưới của sự việc qua lăng kính của Tứ Diệu Đế, lý nhân duyên, vô thường, vô ngã, vân vân. Chúng ta có thể tự mình đạt được chánh kiến hay hiểu biết chân lý do người khác chỉ bày. Tiến trình đạt được chánh kiến phải theo thứ tự, trước nhất là quan sát khác quan những việc quanh ta, kế thứ xem xét ý nghĩa của chúng. Nghĩa là nghiên cứu, xem xét, và kiểm tra, và cuối cùng là đạt được chánh kiến qua thiền định. Vào thời điểm này thì hai loại hiểu biết, tự mình hay thông qua người khác, trở nên không thể phân biệt được. Nói tóm lại, tiến trình đạt được chánh kiến như sau: quan sát và nghiên cứu, khảo sát một cách có trí tuệ những điều mình đã quan sát và nghiên cứu, và cuối cùng là tập trung tư tưởng để tư duy về cái mà mình đã khảo sát. Nói tóm lại, chánh kiến có nghĩa là sự hiểu biết về tứ diệu đế: khổ đế và tập đế hay những nguyên nhân khiến kéo dài dòng luân hồi sanh tử, diệt đế và đạo đế hay con đường đưa đến chấm dứt khổ đau và giải thoát hoàn toàn. Người tu theo Phật nên phát triển chánh kiến bằng cách nhìn mọi vật dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã sẽ chấm dứt được luyến ái và mê lầm. Không luyến ái không có nghĩa là ghét bỏ. Ghét bỏ thứ gì mà chúng ta đã có và ưa thích trước đây chỉ là sự ghét bỏ tạm thời, vì sự luyến ái lại sẽ trở về với chúng ta. Mục đích của hành giả không phải là đi tìm sự khoái lạc, mà là đi tìm sự bình an. Bình an nằm ngay trong mỗi chúng ta, sự bình an được tìm thấy cùng chỗ giao động với khổ đau. Không thể nào tìm thấy sự bình an trong rừng sâu núi thẳm. Bình an cũng không thể được ban phát bởi người khác. Hành giả tu thiền định là để theo dõi đau khổ, thấy nguyên nhân của nó và chấm dứt nó ngay bây giờ hơn là đương đầu với kết quả của nó về sau này. Chánh kiến là trí tuệ như thật bản chất của thế gian. Muốn được vậy, chúng ta cần phải có sự thấu thị rõ ràng về Tứ Thánh Đế. Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đối với người có chánh kiến, khó có thể có cái nhìn mê mờ về mọi hiện tượng (chư pháp), vì người ấy đã vô nhiễm với mọi bất tịnh và đã đạt đến bất động tâm giải thoát (Akuppa ceto vimutti). Chánh kiến có nghĩa là hiểu biết các pháp như chúng thật sự là chứ không như chúng dường như là. Điều quan trọng

là phải nhận thức được rằng chánh kiến trong đạo Phật có một ý nghĩa đặc biệt khác hẳn với những gì thường được mọi người gán cho. Trong Phật giáo, Chánh kiến là soi chiếu tuệ giác trên năm thủ uẩn và hiểu được bản chất thật của nó, điều này có nghĩa là phải hiểu được chính thân tâm con người. Đó là trực nghiệm, tự quan sát thân tâm của chính mình. Chánh kiến là sự hiểu biết về khổ hay tính chất bất toại nguyện của mọi hiện hữu duyên sanh, hiểu biết về nhân sanh khổ, về sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ. Chánh kiến rất quan trọng trong Bát Chánh Đạo, vì bảy phần còn lại đều do chánh kiến hướng dẫn. Chánh kiến đoan chắc rằng các tư duy chân chánh đã được duy trì và nhiệm vụ của nó là sắp xếp lại các ý niệm; khi những tư duy và ý niệm này đã trở nên trong sáng và thiện lành thì lời nói và hành động của chúng ta cũng sẽ chân chánh như vậy. Lại nữa, chính nhờ có chánh kiến mà người ta từ bỏ được những tinh tấn có hại hay bất lợi, đồng thời tu tập chánh tinh tấn hỗ trợ cho sự phát triển chánh niệm. Chánh tinh tấn và chánh niệm có chánh kiến hướng dẫn sẽ đem lại chánh định. Như vậy chánh kiến được xem là động lực chính trong Phật giáo, thúc đẩy các phần khác trong Bát Chánh Đạo vận hành trong mọi sự tương quan hoàn chỉnh. Có hai điều kiện cần thiết để đưa tới chánh kiến; do nghe người khác, nghĩa là nghe chánh pháp (saddhamma) từ nơi người khác; và do như lý tác ý. Điều kiện thứ nhất thuộc về bên ngoài, nghĩa là những gì chúng ta thu thập được từ bên ngoài; trong khi điều kiện thứ hai nằm ở bên trong, đó là những gì chúng ta tu tập, hay những gì ở trong tâm của chúng ta. Những gì chúng ta nghe tạo thành thức ăn cho tư duy và hướng dẫn chúng ta trong việc thành hình những quan điểm riêng của mình. Do vậy, nghe là điều rất cần thiết, nhưng chỉ đối với những gì liên quan đến chánh kiến, và nên tránh tất cả những lời nói bất thiện của người khác, vì nó làm cản trở tư duy chân chính. Điều kiện thứ hai là tác lý như ý, khó tu tập hơn, vì nó đòi hỏi phải có sự tỉnh giác thường xuyên trên những đối tượng chúng ta gặp trong cuộc sống hằng ngày. Tác lý như ý thường được dùng trong các bài pháp có ý nghĩa rất quan trọng, vì nó có thể làm cho chúng ta thấy được các pháp một cách sâu xa hơn. Từ “Yoniso” có nghĩa là bằng đường ruột, thay vì chỉ trên bề mặt nông cạn. Do đó, diễn đạt theo lối ẩn dụ, thì đó là sự chú ý triệt để hay sự chú ý hợp lý. Hai điều kiện nghe và tác ý như lý phối hợp với nhau sẽ giúp cho việc phát triển chánh kiến. Người tầm cầu chân lý sẽ không thỏa mãn với kiến thức

bề mặt, với cái giả tưởng hời hợt bên ngoài của chư pháp, mà muốn tìm tòi sâu hơn để thấy những gì nằm ngoài tầm thấy của mắt thường. Đó là loại nghiên cứu được Đức Phật khuyến khích, vì nó dẫn đến chánh kiến. Người có đầu óc phân tích tuyên bố một điều gì sau khi đã phân tích chúng thành những tính chất khác nhau, được sắp đặt lại theo hệ thống, làm cho mọi việc trở nên rõ ràng dễ hiểu, người ấy không bao giờ tuyên bố một điều gì khi chúng còn nguyên thể, mà sẽ phân tích chúng theo những nét đặc thù sao cho sự thật chế định và sự thật tuyệt đối có thể được hiểu rõ ràng không bị lẫn lộn. Đức Phật là một bậc toàn giác, một nhà phân tích đã đạt đến trình độ tuyệt luân. Cũng như một nhà khoa học phân tích con người thành các mô và các mô thành các tế bào. Đức Phật cũng phân tích các pháp hữu vi thành những yếu tố cơ bản, cho đến khi đã phân tích thành những pháp cùng tột, không còn có thể phân tích được nữa. Đức Phật bác bỏ lối phân tích nông cạn, không tác ý như lý, có khuynh hướng làm cho con người trở nên đần độn và ngăn trở việc nghiên cứu tìm tòi vào bản chất thật sự của chư pháp. Nhờ chánh kiến mà người ta thấy được tác động nhân quả, sự sanh và sự diệt của các pháp hữu vi. Thật tánh của chư pháp chỉ có thể nắm bắt theo cách đó, chớ không phải do niềm tin mù quáng, tà kiến, sự suy diễn hay ngay cả bằng triết lý trừu tượng mà chúng ta có thể hiểu được sự thật của chư pháp. Theo Kinh Tăng Chi Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp này dành cho người có trí chứ không phải cho người vô trí.” Trong các kinh điển, Đức Phật luôn giải thích các pháp hành và các phương tiện để đạt đến trí tuệ và tránh những tà kiến hư vọng. Chánh kiến thấm nhuần toàn bộ giáo pháp, lan tỏa đến mọi phương diện của giáo pháp, và tác động như yếu tố chánh của Phật giáo. Do thiếu chánh kiến mà phạm phu bị trói buộc vào bản chất thật của cuộc đời, và không thấy được sự thật phổ quát của cuộc sống là khổ, thậm chí họ còn không muốn hiểu những sự thật này, thế nhưng lại vội kết án giáo pháp nhà Phật về Tứ Diệu Đế là bi quan yếm thế. Có lẽ đây cũng là điều tự nhiên, vì đối với những người còn mãi mê trong những lạc thú trần gian, những người lúc nào cũng muốn thỏa mãn các giác quan và chán ghét khổ, thì ngay cả ý niệm về khổ này cũng đã làm cho họ bực bội và xoay lưng lại với nó. Tuy nhiên, họ không nhận ra rằng cho dù họ có lên án cái ý niệm về khổ này, và cho dù họ có trung thành với chủ nghĩa lợi ích cá nhân, và lạc quan về các

pháp, họ vẫn bị đè bẹp bởi tính chất bất toại nguyện cố hữu của cuộc đời.

*Thứ năm*, người tu tập tỉnh thức không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tàn độc. Chánh tư duy là những tư tưởng không bị chi phối bởi những cảm giác tham lam, sân hận và tàn độc. Tư tưởng không bị chi phối bởi những ác tâm có nghĩa là chúng ta không bị cai quả bởi sự giận dữ, vì giận dữ có khả năng thiêu đốt chúng ta và những người chung quanh nếu chúng ta không cẩn thận. Tư duy chân chánh là những tư duy có liên quan đến sự xuất ly (Nekkhamma-samkappa), tư duy vô sân hay từ ái (Avyapada-samkappa). Những tư duy này cần được tu tập và mở rộng đến muôn loài chúng sanh bất kể chủng tộc, giai cấp, dòng dõi hay tín ngưỡng, vì chúng bao trùm mọi loài có hơi thở, không có những giới hạn quy định. Chánh tư duy là suy nghĩ đúng với lẽ phải, có lợi cho mình, và có lợi cho người khác. Suy nghĩ những hành vi lầm lỗi, những tâm niệm xấu xa cần phải cải sửa. Suy nghĩ giới định tuệ để tu tập giải thoát. Suy xét vô minh là nguyên nhân của mọi sự đau khổ, là nguồn gốc của mọi tội ác; suy nghĩ tìm phương pháp đúng để tu hành giải thoát cho mình và cho người. Nghĩ đúng là ý nghĩ từ bỏ mọi dục vọng tham sân si. Nghĩ đúng là luôn nghĩ về lòng khoan dung và nhân từ với mọi loài. Nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ ác tâm, khi đó tâm ta sẽ trở nên nhẹ nhàng và thoải mái, bản chất thương yêu của tâm sẽ tự nhiên hiển lộ. Cũng nhờ thiền quán mà ta có khả thể nhận diện và buông bỏ tâm tánh tàn bạo, khi đó chúng ta sẽ có tâm thương xót những ai bị đau khổ và muốn cứu giúp họ. Chánh Tư Duy là một trong hai phần học của trí tuệ (phần khác là Chánh Kiến). Chánh tư duy có nghĩa là tránh luyến ái và sân hận. Theo Phật giáo, nguồn gốc của khổ đau và phiền não là vô minh, luyến ái và sân hận. Trong khi chánh kiến loại bỏ vô minh thì chánh tư duy loại bỏ luyến ái và sân hận; vì vậy chánh kiến và chánh tư duy cùng nhau loại bỏ nguyên nhân của khổ đau và phiền não. Để loại bỏ luyến ái và tham lam, chúng ta phải trau dồi buông bỏ, trong khi muốn loại bỏ sân hận và giận dữ chúng ta phải trau dồi lòng yêu thương và bi mẫn. Buông bỏ phát triển bằng cách suy gẫm về bản chất bất toại nguyện của đời sống, đặc biệt là bản chất bất toại của lạc thú giác quan. Lạc thú giác quan cũng giống như nước mặn, càng uống càng khát. Do hiểu biết bản chất bất toại của cuộc sống, và công nhận những hậu quả không được ưa thích của



lạc thú giác quan, chúng ta có thể trau dồi sự buông bỏ và không luyến chấp một cách dễ dàng. Chúng ta có thể phát triển lòng yêu thương và bi mẫn do công nhận sự bình đẳng thiết yếu ở chúng sanh mọi loài. Giống như con người, tất cả chúng sanh đều sợ chết và run rẩy trước hình phạt. Hiểu thấu điều này chúng ta không nên giết hại hay làm cho chúng sanh khác bị giết hại. Cũng giống như con người, tất cả chúng sanh đều muốn sống và hạnh phúc. Hiểu thấu điều này, chúng ta không nên tự cho mình cao hơn người khác hay đánh giá mình khác với cách mà chúng ta đánh giá người khác. Chánh Tư Duy có nghĩa là những tư duy không cố chấp, từ ái và bất tổn hại. Ở mức độ cao hơn, Chánh Tư Duy chỉ cho loại tâm thức có khả năng giúp chúng ta phân tích không tính một cách vi tế, để nhận biết được tính không một cách trực tiếp.

**Thứ sáu,** người tu tập tỉnh thức nên chuyên cần siêng năng làm lợi mình và lợi người. Chánh tinh tấn có nghĩa là chuyên cần siêng năng làm lợi mình và lợi người; không làm những việc bất chính như sát hại, gian xảo, đàng điếm, cờ bạc, ác độc và bỉ ổi, vân vân; ngược lại phải chú tâm làm những việc lành, tạo phước nghiệp. Chánh tin tấn còn có nghĩa là nỗ lực đúng có nghĩa là cố gắng không cho phát khởi những điều tà vạy, cố gắng vượt qua những tà vạy đang mắc phải, cố gắng làm nấy nở những điều thiện lành chưa nẩy nở, cố gắng phát huy những điều thiện lành đã phát khởi. Chánh tinh tấn còn có nghĩa là vun bồi thiện nghiệp cùng lúc nhổ bỏ ác nghiệp. Khi tu tập chánh tinh tấn chúng ta cần phải thực hành với những tư duy của chúng ta. Nếu suy xét chúng ta sẽ thấy rằng những tư duy này không phải lúc nào cũng là thiện lành trong sáng. Đôi khi chúng chỉ là những tư duy bất thiện và ngu xuẩn, mặc dù không phải lúc nào chúng ta cũng bộc lộ chúng thành lời nói hay hành động. Như vậy, nếu chúng ta cứ để cho những tư duy này khởi lên, đó là một dấu hiệu không tốt, vì khi một tư duy không thiện lành được phép tái diễn nhiều lần, nó sẽ thành thói quen. Vì thế, điều thiết yếu là phải nỗ lực không để cho những tư duy bất thiện này tới gần, vì cho đến khi nào chúng ta thành công trong việc chế ngự chúng, những tư duy bất thiện này vẫn sẽ xâm chiếm tâm chúng ta. Không phải chỉ trong những giờ hành thiền chúng ta mới để ý đến tính chất vô cùng quan trọng của chánh tinh tấn. Chánh tinh tấn cần phải được thường xuyên tu tập bất cứ khi nào và bất cứ ở đâu có thể được. Trong mọi lời nói của chúng ta, mọi hành động của chúng ta

và cách cư xử của chúng ta trong đời sống hằng ngày, chúng ta cần chánh tinh tấn để thực hiện những bốn phần của chúng ta một cách toàn hảo. Nếu chúng ta thiếu chánh tinh tấn hay đức tính nhiệt tâm tinh cần này, chúng ta có thể bị những trạng thái hôn trầm và lười biếng khuất phục, thì chắc chắn không thể nào chúng ta có thể tiến triển việc tu tập được. Chánh Tinh Tấn là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Niệm và Chánh Định). Theo Phật giáo, chánh tinh tấn là trau dồi một thái độ tự tin của tâm, chú ý và tỉnh thức: Chánh tinh tấn là sự nỗ lực trau dồi thái độ tự tin đối với công việc hay đảm nhận và theo đuổi nhiệm vụ bằng nghị lực và ý chí thi hành nhiệm vụ ấy cho đến cùng. Để tiến bộ trên con đường đạo, chúng ta cần phải nỗ lực trong việc tu tập theo Chánh Pháp. Nhờ nhiệt tâm tinh cần chúng ta có thể làm cho những hành động quấy ác ô nhiễm mà mình đã làm trước đây trở nên thanh tịnh, đồng thời ngăn ngừa những hành động này phát sinh trong tương lai. Lại nữa, tinh cần rất cần thiết để duy trì đức hạnh mà chúng ta đã tu tập, cũng như xây dựng những đức hạnh mới trong tương lai. Nhiệm vụ của chánh tinh tấn là để cảnh giác và chặn đứng những tư duy không lành mạnh, đồng thời tu tập, thúc đẩy, duy trì những tư duy thiện và trong sáng đang sanh trong tâm hành giả.

**Thứ bảy,** người tu tập tỉnh thức nên chú tâm đúng và nên tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Chánh niệm là nhớ đúng, nghĩ đúng là giai đoạn thứ bảy trong Bát Thánh đạo. Nhìn vào hay quán vào thân tâm để luôn tỉnh thức. Chánh niệm có nghĩa là lìa mọi phân biệt mà niệm thực tính của chư pháp. Chánh niệm là nhớ đến những điều hay lẽ phải, những điều lợi lạc cho mình và cho người. Theo Bát Chánh Đạo, chánh niệm là “Nhất Tâm” và Thiền sẽ giúp hành giả có được Chánh Niệm. Nhờ Thiền mà chúng ta luôn tỉnh thức. Thật vậy, trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta nên luôn tỉnh thức về những điều chúng ta suy nghĩ, nói năng và hành động. Chúng ta phải tập trung tư tưởng vào mọi việc trước khi chúng ta có thể làm tốt được. Tỷ như, nếu chúng ta tập trung tư tưởng trong lớp học, chúng ta sẽ không bỏ sót những lời dạy của thầy cô. Chánh niệm còn có nghĩa là ức niệm hay nghĩ nhớ tới cảnh quá khứ, nhớ đến lỗi lầm cũ để sửa đổi, nhớ ân cha mẹ thầy bạn để báo đáp, nhớ ân tổ quốc để phụng sự bảo vệ; nhớ ân chúng sanh để giúp đỡ trả đền; nhớ ân Phật Pháp Tăng để tinh tấn tu hành. Chánh niệm còn có nghĩa là quán niệm hay quán sát cảnh hiện

tại và tưởng tượng cảnh tương lai. Chúng ta nên quán tưởng đến cảnh đời đau khổ, bệnh tật, mê mờ của chúng sanh mà khuyến tu; tưởng niệm làm những điều lợi ích chung, không thối lui, không e ngại khó khăn nhọc nhằn. Chánh niệm còn có nghĩa là chú tâm đúng là tưởng đến sự thật và chối bỏ tà vạy. Lúc nào cũng tỉnh táo dẹp bỏ tham lam và buồn khổ của thế tục. Chánh niệm còn có nghĩa là lúc nào cũng tỉnh giác về thân thể, cảm xúc, tư tưởng cũng như những đối tác bên ngoài. Chánh niệm có nghĩa là ý thức được những gì đang xảy ra trong giờ phút hiện tại. Có nghĩa là phải biết được sự biến chuyển của mọi hiện tượng; khi đi thì mình ý thức được những cử động của thân thể; khi quán hơi thở, mình ý thức được cảm giác ra-vào nơi mũi hay lên-xuống nơi bụng; phải ý thức sự có mặt của tư tưởng hay cảm giác khi chúng khởi lên hay khi chúng biến mất. Chánh niệm sẽ đem lại cho tâm chúng ta sự thẳng bằng và an tĩnh. Chánh niệm còn có khả năng giữ cho tâm được linh hoạt, để chúng ta có thể ngồi lại quan sát, theo dõi những hiện tượng đang xảy ra như một vở tuồng chung quanh chúng ta. Chánh Niệm là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần học khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Định). Chánh Niệm là ý thức, hay sự chú ý, như vậy chánh niệm là tránh sự xao lãng hay tình trạng tâm trí vẩn đục. Trong việc tu tập Phật pháp, chánh niệm giữ vai trò một sợi dây cương kiểm soát tâm của chúng ta vì tâm chúng ta không bao giờ tập trung hay đứng yên một chỗ. Đức Phật dạy: “Tu tập chánh niệm là tu tập chú tâm vào thân, chú tâm vào cảm nghĩ, chú tâm vào thức, và chú tâm vào đối tượng của tâm.” Nói tóm lại, chánh niệm là kiểm soát thân và tâm và biết chúng ta đang làm gì vào mọi lúc. Chánh Niệm là một yếu tố tâm thức quan trọng có chức năng làm cho chúng ta nhớ tới những gì có lợi lạc. Chánh niệm giữ một vai trò quan trọng trong thiền định, thí dụ Chánh Niệm có thể giúp chúng ta làm tan đi những tư tưởng rộn rịp xông xáo trong tâm thức, và cuối cùng giúp chúng ta có đủ năng lực đạt được sự nhất tâm trên hơi thở. Chánh niệm là phát khởi niệm hay gán sự chú tâm vào: nơi thân tỉnh thức bằng cách thực tập tập trung vào hơi thở; nơi cảm thọ tỉnh thức bằng cách quán sát sự đến đi trong ta của tất cả mọi hình thức của cảm thọ, vui, buồn, trung tính; nơi những hoạt động của tâm tỉnh thức bằng cách xem coi tâm ta có chứa chấp dục vọng, sân hận, lừa dối, xao lãng, hay tập trung; nơi vạn pháp tỉnh thức bằng cách quán sát bản chất vô thường của chúng từ sanh trụ dị diệt để tận diệt chấp trước và luyến ái.

**Thứ tám là Chánh Định:** Chánh định là tập trung tư tưởng đúng là tập trung vào việc từ bỏ những điều bất thiện và tập trung tinh thần được hoàn tất trong bốn giai đoạn thiền định. Chánh định còn có nghĩa là tập trung tư tưởng vào một vấn đề gì để thấy cho rõ ràng, đúng với chân lý, có lợi ích cho mình và cho người. Chánh định có nghĩa là chúng ta phải giữ cho tâm mình định tĩnh để thấy rõ bản chất thật của vạn hữu. Thực tập chánh định có thể làm cho chúng trở thành một con người hiểu biết và hạnh phúc hơn. Chánh định đòi hỏi hành giả phải tu tập những bước vừa kể trên. Trừ phi nào mình có chánh định, để tâm có thể an trụ nhất điểm mà không bị lôi cuốn hay làm cho lo ra bởi sự buông thả hay kích thích, chừng đó mình mới có thể đi vào thiền định đòi hỏi sự tập trung mãnh liệt. Tu tập Định trong Thiền hay tập chú tâm trong Thiền định. Trong khi hành thiền chúng ta thường nghĩ rằng sự ồn ào, tiếng xe chạy, tiếng người nói, hình ảnh bên ngoài là những chướng ngại đến quấy nhiễu chúng ta khiến chúng ta phóng tâm, trong khi chúng ta đang cần sự yên tĩnh. Kỳ thật, ai quấy nhiễu ai? Có lẽ chính chúng ta là người quấy nhiễu chúng. Xe cộ, âm thanh vẫn hoạt động theo đường lối tự nhiên của chúng. Chúng ta quấy nhiễu chúng bằng những ý tưởng sai lầm của chúng ta, cho rằng chúng ở ngoài chúng ta. Chúng ta cũng bị dính chặt vào ý tưởng muốn duy trì sự yên lặng, muốn không bị quấy nhiễu. Phải học để thấy rằng chẳng có cái gì quấy nhiễu chúng ta cả, mà chính chúng ta đã ra ngoài để quấy nhiễu chúng. Hãy nhìn cuộc đời như một tấm gương phản chiếu chúng ta. Khi tập được cách này thì chúng ta tiến bộ trong từng thời khắc, và mỗi kinh nghiệm của chúng ta đều làm hiển lộ chân lý và mang lại sự hiểu biết. Một cái tâm thiếu huấn luyện thường chứa đầy lo âu phiền muộn. Bởi thế chỉ một chút yên tĩnh do thiền đem lại cũng dễ khiến cho chúng ta dính mắc vào đó. Đó là sự hiểu biết sai lầm về sự an tịnh trong thiền. Có đôi lúc chúng ta nghĩ rằng mình đã tận diệt được tham sân si, nhưng sau đó chúng ta lại thấy bị chúng tràn ngập. Thật vậy, tham đắm vào sự an tịnh còn tệ hơn là dính mắc vào sự dao động. Bởi vì khi dao động, ít ra chúng ta còn muốn thoát ra khỏi chúng; trong khi đó chúng ta rất hài lòng lưu giữ sự an tịnh và mong muốn được ở mãi trong đó. Đó chính là lý do khiến chúng ta không thể tiến xa hơn trong hành thiền. Vì vậy, khi đạt được hỷ lạc, bạn hãy tự nhiên, đừng dính mắc vào chúng. Dù hương vị của sự an tịnh có ngọt ngào đi nữa, chúng ta cũng phải nhìn chúng dưới ánh sáng của vô thường, khổ và vô ngã.

hành thiền nhưng đừng mong cầu phải đạt được tâm định hay bất cứ mức độ tiến bộ nào. Chỉ cần biết tâm có an tịnh hay không an tịnh, và nếu có an tịnh thì mức độ của nó nhiều hay ít mà thôi. Làm được như vậy thì tâm của chúng ta sẽ tự động phát triển. Phải có sự chú tâm kiên cố thì trí tuệ mới phát sanh. Chú tâm như bật đèn và trí tuệ là ánh sáng phát sanh do sự bật đèn đó. Nếu không bật đèn thì đèn sẽ không sáng, nhưng không nên phí thì giờ với cái bật đèn. Cũng vậy định tâm chỉ là cái chén trống không, trí tuệ là thực phẩm đựng trong cái chén ấy. Đừng dính mắc vào đối tượng như dính mắc vào một loại chú thuật. Phải hiểu mục tiêu của nó. nếu chúng ta thấy niệm Phật khiến chúng ta dễ chú tâm thì niệm Phật, nhưng đừng nghĩ sai lầm rằng niệm Phật là cứu cánh trong việc tu hành. Chánh định là sự an định vững chắc của tâm có thể so sánh với ngọn đèn cháy sáng không dao động ở nơi kín gió. Chính sự tập trung đã làm cho tâm an trú và khiến cho nó không bị dao động, xáo trộn. Việc thực hành định tâm (samadhi) đúng đắn sẽ duy trì tâm và các tâm sở ở trạng thái quân bình. Hành giả có thể phải đương đầu với rất nhiều chướng ngại của tinh thần, nhưng với sự hỗ trợ của chánh tinh tấn và chánh niệm, tâm định vững vàng có khả năng đẩy lùi những chướng ngại, những tham dục đang khuấy động tâm của vị hành giả. Tâm định vững chắc không bị các pháp trần làm cho xao lãng, vì nó đã chế ngự được năm triền cái. Chánh Định là một trong ba phần học của Thiền Định (hai phần khác là Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm). Chánh định là tập trung tâm vào một đối tượng. Chánh định tiến bộ từ từ đến trạng thái tâm an trú nhờ vào Chánh Tinh Tấn và Chánh Niệm. Chánh định còn có thể giúp chúng ta tiến sâu vào sự nhất tâm cao hơn, hay những tầng thiền (sắc giới và vô sắc giới).



## ***Chương Bốn Mười Một***

### ***Người Con Phật Luôn Biết Rõ Sự Vận Hành Của Thập Nhị Nhân Duyên***

Nhân duyên nghĩa là nguyên nhân hay nguyên nhân tính hay tính nhân duyên. Duyên và duyên thực ra đồng nghĩa với nhau. Tuy nhiên, duyên được xem là một nhân tố thâm sâu và hiệu quả hơn nhân. Luật tổng quát về nhân duyên, nhân duyên hoạt động như một căn nhân, không có sự phân biệt nào giữa căn nhân và trợ duyên, thí dụ nước và gió tạo ra sóng. Vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Người con Phật muốn có một cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc phải luôn biết rõ sự vận hành của mười hai nhân duyên. Mười hai nhân duyên là chuỗi xích được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Thập nhị nhân duyên là một trong những giáo pháp căn bản của Phật giáo; mười hai móc nhân quả giải thích trạng thái luân hồi sanh tử của chúng sanh. Mười hai nhân duyên gồm có: vô minh, hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, hữu, sanh, và lão tử. Vì vô minh mà tâm này vọng động. Vọng động là mắc xích thứ hai. Nếu tâm vọng động, mọi thứ vọng động từ từ sinh khởi là Hành. Do Hành mà có Tâm Thức, mắc xích thứ ba. Do Thức mà có Cảnh, là mắc xích thứ tư. Do cảnh mà khởi lên mắc xích thứ năm là Danh Sắc. Danh sắc hợp nhau lại để thành lập mọi thứ khác và dĩ nhiên trong thân chúng sanh khởi lên sáu căn. Khi sáu căn này tiếp xúc với nội và ngoại trần thì mắc xích thứ sáu là Xúc khởi dậy. Sau Xúc là mắc xích thứ bảy Cảm Thọ. Khi những vui, buồn, thương, giận, ganh ghét, vân vân đã được cảm thọ thì mắc xích thứ tám là Ái sẽ khởi sinh. Khi luyến ái chúng ta có khuynh

hướng giữ hay Thủ những thứ mình có, mắc xích thứ chín đang trôi dạt. Chúng ta luôn luôn nắm giữ sở hữu chứ không chịu buông bỏ, mắc xích thứ mười đang cột chặt chúng ta vào luân hồi sanh tử. Do Hữu mà có Sanh (mắc xích thứ mười một), Lão, Bệnh, Tử (là mắc xích thứ mười hai).

Mọi vật trong thế giới hiện hữu đều do sự phối hợp của nhiều nhân duyên khác nhau (12 nhân duyên). Theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Tùy thuộc vào dầu và tim đèn mà ngọn lửa của đèn bùng cháy; nó không phải sinh ra từ trong cái này cũng không phải từ trong cái khác, và cũng không có một nguyên động lực nào trong chính nó; hiện tượng giới cũng vậy, nó không hề có cái gì thường tại trong chính nó. Tất cả hiện hữu là không thực có; chúng là giả danh; chỉ có Niết Bàn là chân lý tuyệt đối.” Nghĩa chính của Lý Nhân Duyên là mọi hiện tượng đều được sinh ra và biến dịch do bởi luật nhân quả. Từ này chỉ rằng: một sự vật sinh khởi hay được sinh sản từ tác dụng của một điều kiện hay duyên. Một vật không thành hình nếu không có một duyên thích hợp. Chân lý này áp dụng vào vạn hữu và mọi hiện tượng trong vũ trụ. Đức Phật đã trực nhận điều này một cách thâm sâu đến nỗi ngay cả khoa học hiện đại cũng không thể nghiên cứu xa hơn được. Khi chúng ta nhìn kỹ các sự vật quanh ta, chúng ta nhận thấy nước, đá, và ngay cả con người, mỗi thứ đều được sản sanh bởi một mẫu mực nào đó với đặc tính riêng của nó. Nhờ vào năng lực hay chiều hướng nào mà các duyên phát khởi nhằm tạo ra những sự vật khác nhau trong một trật tự hoàn hảo từ một năng lượng bất định hay cái không như thế? Khi xét đến quy củ và trật tự này, chúng ta không thể không chấp nhận rằng có một quy luật nào đó. Đó là quy luật khiến cho mọi vật hiện hữu. Đây chính là giáo pháp mà Đức Phật đã tuyên thuyết. Chúng ta không hiện hữu một cách ngẫu nhiên, mà hiện hữu và sống nhờ pháp này. Ngay khi chúng ta hiểu được sự việc này, chúng ta ý thức được cái nền tảng vững chắc của chúng ta và khiến cho tâm mình thoải mái. Chẳng chút bốc đồng nào, nền tảng này dựa trên giáo pháp vững chãi vô song. Sự bảo đảm này là cội nguồn của một sự bình an vĩ đại của một cái thân không bị dao động vì bất cứ điều gì. Đây là giáo pháp truyền sức sống cho hết thảy chúng ta. Pháp không phải là cái gì lạnh lùng nhưng tràn đầy sức sống và sinh động.

Vô minh có nghĩa là ngu dốt, hay hiểu sai lầm, không sáng, mê muội, không đúng như thật, mờ ám. Ngoài ra, vô minh còn có nghĩa là



hoặc, mê tối, mù quáng tối tăm. Vô minh còn có nghĩa là không hiểu được tứ diệu đế, không hiểu được thực chất và nguyên nhân khổ đau cuộc đời, không biết được diệt khổ, không biết được con đường diệt khổ. Từ vô minh sanh ra hành. Vô minh là sự ngu dốt lầm nhận những hiện tượng huyễn hóa trên đời này mà cho rằng chúng là có thật. Khi có vô minh thì có hành động, tức là có sự biểu hiện, hay hiện bày. Khi có chỗ hiển bày thì có thức. Hành có nghĩa là hành vi, hoạt động do vô minh phiền não nổi lên làm cho thân, khẩu, ý tạo tác các nghiệp lành dữ, tức là sẽ tự thất vào vòng luân hồi sanh tử, hay tiến dần đến giải thoát. Từ hành sanh ra thức. Thức nghĩa là sự phân biệt. Hành là pháp hữu vi. Khi có pháp hữu vi thì tâm phân biệt liền sanh khởi. Mà có tâm phân biệt là có chuyện rắc rối khởi sanh. Thần thức là phần tinh thần. Nếu chưa được giải thoát thì sau khi chết, thân xác tiêu tan, nhưng do thân khẩu ý tạo những nghiệp lành dữ, ý thức ấy sẽ đi theo tiến trình luân hồi mà đi vào bụng mẹ. Chỉ khi nào tam nghiệp đồng thanh tịnh thì người ấy được giải thoát. Từ ý thức ấy sanh ra một cái tên hay danh sắc. Sau khi sanh ra, nhờ vào ý thức mà chúng sanh ấy biết rằng nó có tên và thân thể, từ đó có ý thức về giác quan. Danh sắc chính là sự rắc rối trên đời này. Danh thì có rắc rối của danh, còn sắc lại có rắc rối của sắc. Trên cõi đời này, hễ có danh sắc là có rắc rối, mà hễ có rắc rối cũng do bởi tại danh sắc. Sáu căn là sáu cơ quan bao gồm ngũ quan và tâm, nơi tiếp xúc với đối tượng bên ngoài. Sáu căn sanh ra là vì muốn hiểu biết. Do đó mới gọi là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Vì sao sanh khởi lục nhập? Vì muốn hiểu biết mà sanh khởi lục nhập. Tuy nhiên, có mấy ai ngờ rằng càng hiểu biết thì người ta càng mê muội, mà càng mê muội thì càng không hiểu biết. Sự tiếp xúc với thế giới bên ngoài, từ đó sanh ra cảm giác. Xúc nghĩa là xúc chạm, tiếp xúc. Khi không hiểu biết thì chúng ta cứ xúc chạm đủ phía giống như con ruồi cứ bay va chạm vào bức tường thành vậy. Vì sao chúng ta lại muốn xúc chạm? Vì chúng ta muốn hiểu biết. Những cảm giác vui, buồn, sướng khổ. Qua cảm giác đưa tới sự han muốn. Sau khi tiếp xúc thì chúng ta có cảm giác, đó là “Thọ”. Khi không chạm phải việc khó khăn thì cảm giác của chúng ta rất thoải mái. Một khi chạm phải việc khó khăn chúng ta mới có cảm giác khó chịu. Khi không có người nào chê mình dở thì mình cảm thấy sung sướng, tới lúc bị chê mới thấy không vui. Đây chính là Cảm Thọ hay Cảm Giác. Ham muốn vui sướng kéo dài. Từ ham muốn đưa đến trói buộc. Khi có cảm thọ thì

yêu thích và chấp trước khởi sanh. Tại sao chúng ta có cảm giác bất an? Vì chúng ta có ái. Có ái có yêu thì có ghét bỏ hay không thích. Đối với thuận cảnh thì sanh lòng yêu thích; với nghịch cảnh thì ghét bỏ. Tại sao mình vui? Vì sao mình không vui, vân vân, tất cả đều do ái ố mà ra. Ố nghĩa là không yêu thích hay ghét bỏ. Chính vì có ái ố mà sự việc ngày càng thêm rắc rối. Chấp thủ vào những thứ mà mình ham thích. Khi mình yêu thích thứ gì thì mình sanh tâm muốn nắm giữ nó, tức là thủ. Thủ là gì? Thủ là chấp trước, muốn chiếm hữu hay nắm giữ. Bởi vì có ái nên mới có lòng muốn chiếm đoạt. Khi đã chiếm hữu rồi, dục vọng liền được thỏa mãn. Vì sao mình lại muốn thỏa mãn dục vọng? Tại vì mình muốn sở hữu nó. Do đó mới nói “Hữu” tức là “Có”. Từ những tham dục mà chấp hữu, cố gắng làm chủ những gì mình muốn như tiền bạc, nhà cửa, danh vọng, vân vân. Qua chấp hữu mà “sanh” theo liền. Vì có cái hữu, nghĩa là “Có” hay “sự hiện hữu,” nên cứ muốn vật gì đó thuộc về mình. Khi đã thuộc về mình, thì liền có “Sanh”. Như vậy, thủ và hữu làm thành những nguyên nhân hiện tiền đưa đến “Sanh”. Mà qua sanh là dị diệt, khổ đau và chết chóc. Hễ có sanh ra là có già và có chết. Trong cuộc sống mới này, rồi con người sẽ phải đi đến lão và tử như mọi chúng sanh khác vậy thôi.

## *Chương Bốn Mười Hai*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Ba Mười Bảy Phẩm Trợ Đạo*

Ba mươi bảy phẩm trợ đạo là những phẩm giúp cho hành giả tu Phật tu tập tự chuyển hóa phiền não nghiệp chướng để tiến dần đến nẻo Bồ Đề, nghĩa là giác ngộ và giải thoát. Ba mươi bảy phẩm trợ đạo bao gồm những phần dưới đây. **Bốn Niệm Xứ:** Tứ Niệm Xứ là bốn đối tượng thiền quán để trụ tâm hay bốn cách Thiền theo Phật giáo để diệt trừ ảo tưởng và đạt thành giác ngộ. Phật giáo Tiểu thừa gọi những phương pháp này là “nghiệp xứ” (kammattana), là một trong những phương pháp tư duy phân biệt. Có lối bốn mươi pháp Thiền như vậy được liệt kê trong Thanh Tịnh Đạo Luận (Visuddhi-Magga) bao gồm Tứ Vô Lượng Tâm, Mười Bất Tịnh, Bốn Vô Sắc, Mười Biến Xứ, Mười Niệm, Một Tưởng và Một Tưởng. *Thứ nhất là Thân Niệm Xứ* (Quán Thân Bất Tịnh). Quán và toàn chứng được thân này bất tịnh. Vì điên đảo mộng tưởng mà đa số chúng ta đều cho rằng thân này quý báu hơn hết. Nên thân này cần phải được ăn ngon mặc đẹp. Chính vì vậy mà chúng ta vật lộn với cuộc sống hằng ngày. Đời sống hằng ngày không còn là nơi an ổn nữa, mà trở thành đấu trường của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, tỵ hiềm, ganh ghét và vô minh. Từ đó ác nghiệp được từ từ kết tạo. Người tu chân thuần phải quán thân từ mắt, tai, mũi, lưỡi, miệng, hậu môn, vân vân đều là bất tịnh. Khi ngồi chúng ta nên quán tưởng thân này là bất tịnh, được bao phủ bởi một cái túi da nhơ nhớp, bên trong như thịt, mỡ, xương, máu, đàm, và những chất thừa thải mà không một ai dám đụng tới. Thân này, nếu không được tắm rửa bằng nước thơm dầu thơm và xà bông thơm, thì chắc chắn không ai dám tới gần. Hơn nữa, thân này đang hoại diệt từng phút từng giây. Khi ta ngừng thở thì thân này là cái gì nếu không phải là cái thấy ma? Ngày đầu thì thấy ma bắt đầu đổi màu. Vài ngày sau đó thấy thấy ra mùi hôi thúi khó chịu. Lúc này, dù là thầy của một nữ tú hay nam thanh lúc còn sanh thời, cũng không ai dám đến gần. Người tu Phật nên quán thân bất tịnh để đối trị với tham ái, ích kỷ, và kiêu ngạo, vân vân. Một khi ai trong chúng ta cũng đều hiểu rằng thân này đều giống nhau cho mọi loài thì chúng ta sẽ dễ thông hiểu, kham nhẫn và từ bi hơn với mình và với người. Sự phân biệt giữa người già, người

phế tật, và các chủng tộc khác sẽ không còn nữa. Như trên ta thấy khi quán thân thì thân này là bất tịnh. Nó bị coi như là một cái túi da đựng đầy những rác rưởi dơ bẩn, và chẳng bao lâu thì nó cũng bị tan rã. Vì vậy chúng ta không nên luyến chấp vào thân này. Bản chất của thân tâm chúng ta là bất tịnh, chứ không đẹp mà cũng chẳng Thánh thiện. Theo quan điểm tâm sinh lý thì thân thể con người là bất tịnh. Điều này không có nghĩa tiêu cực hay bị quan. Khách quan mà nói về thân thể con người, nếu chúng ta xem xét cho kỹ thì sẽ thấy rằng sự kết thành của thân này từ tóc, máu, mủ, phân, nước tiểu, ruột, gan, bao tử, vân vân, là hang ổ của vi khuẩn, là những nơi mà bệnh tật chờ phát triển. Thật vậy, thân chúng ta bất tịnh và bị hoại diệt từng phút từng giây. Quán thân cấu uế bất tịnh, phủ nhận ý nghĩ về “tịnh.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thân trên thân, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. *Thứ nhì là “Thọ Niệm Xứ”* (Quán thọ thị khổ). Quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Quán rằng cảm thọ là đau khổ. Có ba loại cảm thọ là vui sướng, khổ đau và trung tính; tuy nhiên, Phật dạy mọi cảm thọ đều đau khổ vì chúng vô thường, ngắn ngủi, không nắm bắt được, và do đó chúng là không thật, ảo tưởng. Hơn nữa, khi chúng ta nhận của ai cái gì thì lẽ đương nhiên là chúng ta phải làm cái gì đó để đền trả lại. Rất có thể chúng ta phải trả giá cao hơn cho những gì mà chúng ta đã nhận. Tuy nhiên, sự nhận về phần vật chất vẫn còn dễ nhận ra để đề phòng hơn là sự cảm thọ tinh thần, vì cảm thọ là một hình thức thọ nhận mà phần đông chúng ta đều vướng bẫy. Nó rất vi tế, nhưng hậu quả tàn phá của nó thật là khốc liệt. Thường thì chúng ta cảm thọ qua sáu căn. Thí dụ như khi nghe ai nói xấu mình điều gì thì mình lập tức nổi trận lôi đình. Thấy cái gì có lợi thì mình bèn ham muốn. Tham sân là hai thứ thống trị những sinh hoạt hằng ngày của chúng ta mà chúng ta không tài nào kiểm soát chúng được nếu chúng ta không có tu. Quán thọ thị khổ dần dần giúp chúng ta kiểm soát được những cảm thọ cũng như thanh tịnh tâm của chúng ta, kết quả sẽ làm cho chúng ta có được an lạc và tự tại. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẻ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì

được yên vui, ví bằng có sự trực trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Theo Kinh Niệm Xứ, quán thọ quán pháp niệm thọ có nghĩa là tỉnh thức vào những cảm thọ: vui sướng, khổ đau và không vui không khổ. Khi kinh qua một cảm giác vui, chúng ta biết đây là cảm giác vui bởi chính mình theo dõi quan sát và hay biết những cảm thọ của mình. Cùng thế ấy chúng ta cố gắng chứng nghiệm những cảm giác khác theo đúng thực tế của từng cảm giác. Thông thường chúng ta cảm thấy buồn chán khi kinh qua một cảm giác khổ đau và phấn chấn khi kinh qua một cảm giác vui sướng. Quán pháp niệm thọ sẽ giúp chúng ta chứng nghiệm tất cả những cảm thọ một cách khách quan, với tâm xả và tránh cho chúng ta khỏi bị lệ thuộc vào cảm giác của mình. Nhờ quán pháp niệm thọ mà chúng ta thấy rằng chỉ có thọ, một cảm giác, và chính cái thọ ấy cũng phù du tạm bợ, đến rồi đi, sanh rồi diệt, và không có thực thể đơn thuần nguyên vẹn hay một tự ngã nào cảm thọ cả. Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Nầy các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ? Nầy các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ Kheo khi cảm giác lạc thọ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc.” Mỗi khi có một cảm thọ đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ đau khổ.” Mỗi khi có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ khoái lạc vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc vật chất.” Khi có một cảm thọ khoái lạc tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khoái lạc tinh thần.” Khi có một cảm thọ khổ đau vật chất, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau vật chất.” Khi có một cảm thọ khổ đau tinh thần, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ khổ đau tinh thần.” Khi có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ vật chất không khoái lạc cũng không đau khổ.” Khi có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau, vị ấy ý thức rằng: “Ta đang có một cảm thọ tinh thần không khoái lạc cũng không khổ đau.” Như vậy vị ấy sống quán niệm cảm thọ trên các nội thọ; hay sống quán niệm cảm thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán cảm thọ thể trên cả nội thọ lẫn ngoại thọ. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên các thọ; hay sống

quán niệm tánh diệt tận trên các thọ. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên các thọ. “Có thọ đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm cảm thọ trên các cảm thọ.” Tu Tập Thọ Niệm Xứ là quán và toàn chứng được những cảm thọ là xấu xa, dù là cảm thọ khổ đau, vui sướng hay trung tính. Chúng ta kinh qua những cảm thọ tốt và xấu từ ngũ quan. Nhưng cảm thọ tốt chẳng bao lâu chúng sẽ tan biến. Chỉ còn lại những cảm thọ xấu làm cho chúng ta khổ đau phiền não. Không có thứ gì trên cõi đời này hiện hữu riêng lẻ, độc lập hay trường cửu. Vạn hữu kể cả thân thể con người chỉ là sự kết hợp của tứ đại đất, nước, lửa, gió. Khi bốn thứ này liên hợp chặt chẽ thì được yên vui, ví bằng có sự trục trặc là khổ. Quán thọ thị khổ để phủ nhận ý nghĩ về “lạc.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán thọ trên các cảm thọ; thọ thị khổ, từ đó tỉnh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. *Thứ ba là Tâm Niệm Xứ* (Quán Tâm Vô Thường). Quán và toàn chứng được tâm là vô thường. Quán thấy tâm ngẩn ngủ vô thường. Nhiều người cho rằng tâm họ không thay đổi vì thế cho nên họ luôn chấp vào những gì họ nghĩ và tin rằng đó là chân lý. Rất có thể một số cũng thấy tâm mình luôn thay đổi, nhưng họ không chấp nhận mà cứ lờ đi. Người tu Phật nên quán sát tâm thiện, tâm ác của ta đều là tướng sanh diệt vô thường không có thực thể. Tất cả các loại tâm sở tướng nó chợt có chợt không, chợt còn chợt mất thì làm gì có thật mà chấp là tâm mình. Trong khi ngồi thiền định, người ta sẽ có cơ hội nhận ra rằng tâm này cứ tiếp tục nhảy nhót còn nhanh hơn cả những hình ảnh trên màn ảnh xi nê. Cũng chính vì vậy mà thân không an vì phải luôn phản ứng theo những nhịp đập của dòng suy tưởng. Cũng chính vì vậy mà con người ta ít khi được tĩnh lặng và chiêm nghiệm được hạnh phúc thật sự. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tâm không phải là một thực thể của chính nó. Nó thay đổi từng giây. Chính vì thế mà Phật đã dạy rằng tâm của phàm phu như con vượn chuyền cây, như gió, như điển chớp hay như giọt sương mai trên đầu cỏ. Pháp quán này giúp cho hành giả thấy được mọi sự mọi vật đều thay đổi từ đó có khả năng dứt trừ được bệnh chấp tâm sở là thật của ta. Vô thường là bản chất chính yếu của vạn hữu. Vạn hữu kể cả thân tâm con người vô thường, từng giây từng phút biến đổi. Tất cả đều phải trải qua tiến trình sinh trụ dị diệt. Quán tâm vô thường, phủ nhận

ý nghĩ về “thường.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán tâm trên tâm, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Tuy nhiên, chúng ta phải *quán Cái Tâm Nào?* Hành giả tu tập đi tìm tâm mình. Nhưng tìm cái tâm nào? Có phải tìm tâm tham, tâm giận hay tâm si mê? Hay tìm tâm quá khứ, vị lai hay hiện tại? Tâm quá khứ không còn hiện hữu, tâm tương lai thì chưa đến, còn tâm hiện tại cũng không ổn. Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Này Ca Diếp, tâm không thể nắm bắt từ bên trong hay bên ngoài, hoặc ở giữa. Tâm vô tướng, vô niệm, không có chỗ sở y, không có nơi quy túc. Chư Phật không thấy tâm trong quá khứ, hiện tại và vị lai. Cái mà chư Phật không thấy thì làm sao mà quán niệm cho được? Nếu có quán niệm chẳng qua chỉ là quán niệm về vọng tưởng sinh diệt của các đối tượng tâm ý mà thôi.” Tâm như một ảo thuật, vì vọng tưởng điên đảo cho nên có sinh diệt muôn trùng. Tâm như nước trong dòng sông, không bao giờ dừng lại, vừa sinh đã diệt. Tâm như ngọn lửa đèn, do nhân duyên mà có. Tâm như chớp giật, lóe lên rồi tắt. Tâm như không gian, nơi muôn vật đi qua. Tâm như bọ xấu, tạo tác nhiều lầm lỗi. Tâm như lưỡi câu, đẹp nhưng nguy hiểm. Tâm như ruồi xanh, ngó tưởng đẹp nhưng lại rất xấu. Tâm như kẻ thù, tạo tác nhiều nguy biến. Tâm như yêu ma, tìm nơi hiểm yếu để hút sinh khí của người. Tâm như kẻ trộm hết các căn lành. Tâm ưa thích hình dáng như con mắt thiêu thân, ưa thích âm thanh như trống trận, ưa thích mùi hương như heo thích rác, ưa thích vị ngon như người thích ăn những thức ăn thừa, ưa thích xúc giác như ruồi sa đĩa mật. Tìm tâm hoài mà không thấy tâm đâu. Đã tìm không thấy thì không thể phân biệt được. Những gì không phân biệt được thì không có quá khứ, hiện tại và vị lai. Những gì không có quá khứ, hiện tại và vị lai thì không có mà cũng không không. Hành giả tìm tâm bên trong cũng như bên ngoài không thấy. Không thấy tâm nơi ngũ uẩn, nơi tứ đại, nơi lục nhập. Hành giả không thấy tâm nên tìm dấu của tâm và quán niệm: “Tâm do đâu mà có?” Và thấy rằng: “Hễ khi nào có vật là có tâm.” Vậy vật và tâm có phải là hai thứ khác biệt không? Không, cái gì là vật, cái đó cũng là tâm. Nếu vật và tâm là hai thứ hóa ra có đến hai tầng. Cho nên vật chính là tâm. Vậy thì tâm có thể quán tâm hay không? Không, tâm không thể quán tâm. Lưỡi gươm không thể tự cắt đứt lấy mình, ngón tay không thể tự sờ mình, cũng như vậy, tâm không thể tự quán mình. Bị dẫn ép tứ phía, tâm phát sinh, không có khả năng an trú, như con vượn chuyền cành, như hơi gió

thoảng qua. Tâm không có tự thân, chuyển biến rất nhanh, bị cảm giác làm dao động, lấy lục nhập làm môi trường, duyên thứ này, tiếp thứ khác. Làm cho tâm ổn định, bất động, tập trung, an tĩnh, không loạn động, đó gọi là quán tâm vậy. Tóm lại, quán Tâm nói lên cho chúng ta biết tầm quan trọng của việc theo dõi, khảo sát và tìm hiểu tâm mình và của sự hay biết những tư tưởng phát sanh đến với mình, bao gồm những tư tưởng tham, sân, và si, là nguồn gốc phát khởi tất cả những hành động sai trái. Qua pháp niệm tâm, chúng ta cố gắng thấu đạt cả hai, những trạng thái bất thiện và thiện. Chúng ta quán chiếu, nhìn thấy cả hai mà không dính mắc, luyến ái, hay bất mãn khó chịu. Điều này sẽ giúp chúng ta thấu đạt được cơ năng thật sự của tâm. Chính vì thế mà những ai thường xuyên quán tâm sẽ có khả năng học được phương cách kiểm soát tâm mình. Pháp quán tâm cũng giúp chúng ta nhận thức rằng cái gọi là “tâm” cũng chỉ là một tiến trình luôn biến đổi, gồm những trạng thái tâm cũng luôn luôn biến đổi, và trong đó không có cái gì như một thực thể nguyên vẹn, đơn thuần gọi là “bản ngã” hay “ta.” Theo Kinh Tứ Niệm Xứ trong Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Nầy các Tỳ Kheo, như thế nào là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức nơi tâm thức? Nầy các Tỳ Kheo, mọi khi nơi tâm thức có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có tham dục. Mỗi khi tâm thức không có tham dục, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình không có tham dục. Mỗi khi trong tâm thức mình có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có sân hận. Mỗi khi tâm thức của mình không có sân hận, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có sân hận. Mỗi khi tâm thức mình có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang si mê. Mỗi khi tâm thức của mình không có si mê, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có si mê. Mỗi khi tâm thức mình có thu nhiếp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang có thu nhiếp. Mỗi khi tâm thức mình tán loạn, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang tán loạn. Mỗi khi tâm thức mình trở thành khoáng đạt, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở thành khoáng đạt. Mỗi khi tâm thức mình trở nên hạn hẹp, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang trở nên hạn hẹp. Mỗi khi tâm thức mình đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang đạt đến trạng thái cao nhất. Mỗi khi tâm thức mình không đạt đến trạng thái cao nhất, vị ấy ý thức rằng tâm thức mình không đạt đến trạng thái cao nhất. Mỗi khi tâm thức mình có định, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang



có định. Mỗi khi tâm thức mình không có định, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có định. Mỗi khi tâm thức mình giải thoát, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang giải thoát. Mỗi khi tâm thức mình không có giải thoát, vị ấy ý thức rằng tâm thức của mình đang không có giải thoát. Như vậy vị ấy sống quán niệm tâm thức trên nội tâm; hay sống quán niệm tâm thức trên cả nội tâm lẫn ngoại tâm. Hay vị ấy sống quán niệm tánh sanh khởi trên tâm thức; hay sống quán niệm tánh diệt tận trên tâm thức. Hay sống quán niệm tánh sanh diệt trên tâm thức. “Có tâm đây, vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hưởng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỳ Kheo, như vậy là Tỳ Kheo sống quán niệm tâm thức trên các tâm thức.” *Thứ tư là Pháp Niệm Xứ* (Quán pháp vô ngã). Quán và toàn chứng vạn pháp vô ngã. Quán Pháp có nghĩa là tỉnh thức trên tất cả các pháp. Quán Pháp không phải là suy tư hay lý luận suông mà cùng đi chung với tâm tỉnh giác khi các pháp khởi diệt. Thí dụ như khi có tham dục khởi lên thì ta liền biết có tham dục đang khởi lên; khi có tham dục đang hiện hữu, ta liền biết có tham dục đang hiện hữu, và khi tham dục đang diệt, chúng ta liền biết tham dục đang diệt. Nói cách khác, khi có tham dục hay khi không có tham dục, chúng ta đều biết hay tỉnh thức là có hay không có tham dục trong chúng ta. Chúng ta nên luôn tỉnh thức cùng thể ấy với các triền cái (chướng ngại) khác, cũng như ngũ uẩn thủ (chấp vào ngũ uẩn). Chúng ta cũng nên tỉnh thức với lục căn bên trong và lục cảnh bên ngoài. Qua quán pháp trên lục căn và lục cảnh, chúng ta biết đây là mắt, hình thể và những trói buộc phát sanh do bởi mắt và trần cảnh ấy; rồi tai, âm thanh và những trói buộc; rồi mũi, mùi và những trói buộc của chúng; lưỡi, vị và những trói buộc liên hệ; thân, sự xúc chạm và những trói buộc; ý, đối tượng của tâm và những trói buộc do chúng gây nên. Chúng ta luôn tỉnh thức những trói buộc do lục căn và lục trần làm khởi lên cũng như lúc chúng hoại diệt. Tương tự như vậy, chúng ta tỉnh thức trên thất bồ đề phần hay thất giác chi, và Tứ Diệu Đế, vân vân. Nhờ vậy mà chúng ta luôn tỉnh thức quán chiếu và thấu hiểu các pháp, đối tượng của tâm, chúng ta sống giải thoát, không bám víu vào bất luận thứ gì trên thế gian. Cuộc sống của chúng ta như vậy là cuộc sống hoàn toàn thoát khỏi mọi trói buộc. Hành giả tu thiền phải quán sát để thấy rằng chư pháp vô ngã và không có thực tướng. Mọi vật trên đời, vật chất hay tinh thần, đều tùy thuộc lẫn nhau để hoạt động hay

sinh tồn. Chúng không tự hoạt động. Chúng không có tự tánh. Chúng không thể tự tồn tại được. Thân thể con người gồm hàng tỷ tế bào nương tựa vào nhau, một tế bào chết sẽ ảnh hưởng đến nhiều tế bào khác. Cũng như vậy, nhà cửa, xe cộ, đường xá, núi non, sông ngòi đều được kết hợp bởi nhiều thứ chứ không tự tồn. Do vậy, mọi vật trên đời này đều là sự kết hợp của nhiều vật khác. Chẳng hạn như nếu không có chất bổ dưỡng, nước, và không khí thì thân thể này chắc chắn sẽ ốm o gầy mòn và cuối cùng sẽ bị hoại diệt. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy rằng vạn pháp vô ngã, không, và vô thường. Hành giả nào thường quán pháp vô ngã thì những vị ấy sẽ trở nên khiêm nhường và đáng mến hơn. Thật vậy, vạn pháp không có thực tướng, chúng chỉ là sự kết hợp của tứ đại, và mỗi đại không có tự tánh, không thể đứng riêng lẻ, nên vạn pháp vô ngã. Quán pháp vô ngã, chúng chỉ nương tựa vào nhau để thành lập, từ đó phủ nhận ý nghĩ về “Ngã.” Ở đây vị Tỳ Kheo quán pháp trên các pháp, tinh cần, tỉnh giác, chánh niệm để nhiếp phục tham sân trên đời. Theo Kinh Trung Bộ và Trường Bộ, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo! Bất cứ ai tu tập bốn niệm xứ này trong bảy năm, vị ấy có thể đạt được một trong hai quả này: A La Hán trong hiện tại, hoặc quả Bất Hoàn trong vị lai. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì bảy năm, nếu vị nào tu tập bốn niệm xứ này trong 6 năm, 5 năm, 4 năm, 3 năm, 2 năm hay một năm thì cũng có thể đạt được một trong hai quả vừa nói trên. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì một năm, vị nào tu tập được tứ niệm xứ này trong 7 tháng, 6 tháng... hoặc nửa tháng, lại cũng có thể đạt được một trong hai quả vừa kể trên. Này các Tỳ Kheo! Không kể gì nửa tháng. Nếu vị nào tu tập bốn niệm xứ này trong một tuần, cũng có thể mong đạt được một trong hai quả vừa kể trên. Đây là con đường độc nhất, này các Tỳ Kheo, để thanh tịnh hóa chúng sanh, để nhiếp phục sâu bi, để đoạn tận khổ ưu, để thành đạt chánh đạo, để chứng đắc Niết Bàn, đó là tu tập Tứ Niệm Xứ.”

**Bốn Thứ Chánh Cần:** Bốn thứ Chánh Cần là bốn phép siêng năng diệt trừ tội ác và phát triển điều thiện. Thứ nhất là tinh tấn phát triển những điều thiện lành chưa phát sanh. Điều thiện chưa sanh, phải tinh cần làm cho sanh. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các thiện pháp từ trước chưa sanh nay cho sanh khởi. Thứ nhì là tinh tấn tiếp tục phát triển những điều thiện lành đã phát sanh. Điều thiện đã sanh, phải tinh cần khiến cho ngày càng phát triển. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý

muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các thiện pháp đã sanh có thể được tăng trưởng, được quảng đại viên mãn. Thứ ba là tinh tấn ngăn ngừa những điều ác chưa phát sanh. Điều dữ chưa sanh, phải tinh cần làm cho đừng sanh. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các ác pháp từ trước chưa sanh không cho sanh. Thứ tư là tinh tấn dứt trừ những điều ác đã phát sanh. Điều dữ đã sanh, phải tinh cần dứt trừ đi. Ở đây vị Tỳ Kheo khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tâm, trì tâm với mục đích khiến cho các ác pháp đã sanh được diệt trừ.

**Bốn Thứ Như Ý Túc:** Tứ Như Ý Túc hay Tứ Thần Túc, hay bốn điều nên biết đủ mà Đức Phật đã dạy chúng đệ tử nhằm trang bị họ những thứ cần thiết để đi đến thành công viên mãn trên đường tu tập. Đức Phật gọi là ‘Tứ Như Ý Túc’ vì đó là những con đường dẫn chúng ta đi tới. Đây là bốn phẩm hạnh đặc thù trong cá tính của chúng ta, mà mỗi phẩm hạnh phản ảnh một sức mạnh đặc biệt. Hành giả tu thiền nên biết phẩm hạnh nào là ưu điểm của mình, từ đó mình có thể dựa trên sức mạnh sẵn có đó mà phát triển thêm những gì cần phải tu tập. Một trong những thách thức lớn nhất của hành giả tu Thiền là thực hiện được mục đích giải thoát, và làm sao mang những đức tính giải thoát ấy hòa quyện vào từng phút giây hiện tại của đời sống của chúng ta. Con đường của sự tỉnh thức của chúng ta phải liên tục trong từng giây từng phút hiện tại và ngay tại nơi này, ngay trong kiếp này! *Thứ nhất là Dục Như Ý Thần Túc:* Mong muốn phát triển thân thông như ý. Nuôi dưỡng ý chí tu tập thiền định trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Một khi chúng ta có được phẩm hạnh này, chúng ta sẽ có cảm giác là không có bất cứ thứ gì có thể ngăn trở được ý chí tu hành của mình nữa. Hơn nữa, khi có được ‘Dục Như Ý Túc’, chúng ta sẽ không bao giờ cảm thấy toại nguyện nếu chưa đạt được mục tiêu mà mình muốn. Đây là một hoài bão tu tập hay nhiệt tâm mãnh liệt đưa ta đến thành công. Ở đây, vị Tỳ Kheo tu tập dục thần túc, câu hữu với tinh tấn thực hiện Dục Thiền Định. *Thứ nhì là Niệm Như Ý Thần Túc:* Mong muốn ghi nhớ phải thực hành chánh pháp, hay là tâm nguyện tu tập theo chánh pháp. Sự yêu thích chân lý này sẽ giữ cho tâm chúng ta lúc nào cũng hướng về tu tập. Niệm Như Ý Túc bao gồm một tâm thức thanh tịnh và sự nhiệt tâm vô tận. Niệm Như Ý Túc sẽ trở thành con đường dẫn đến tuệ giác khi nó tràn ngập tâm ta. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập tâm thần túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tâm Thiền Định. Một

khi có Niệm Như Ý Túc, lúc nào chúng ta cũng tưởng nhớ đến đạo pháp và thực hành theo, trên đời này không có thứ gì quan trọng hơn sự tu tập nữa. *Thứ ba là Tinh Tấn Như Ý Thần Túc:* Đây là phẩm hạnh của nghị lực. Hành giả tu thiền có ‘Tinh Tấn Như Ý Túc’ chẳng những không sờn lòng trước những khó khăn mà còn cảm thấy hứng khởi vì những thách đố đó. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập cần thân túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tinh Tấn Thiền Định. Mà thật vậy, Đức Phật là một thí dụ điển hình cho phẩm hạnh này. Tinh tấn là năng lực kiên trì, liên tục hướng tâm vào tu tập. Ngay cả phàm nhân, một khi chăm chỉ và chịu khó sẽ có khả năng làm được những việc kỳ diệu. Hành giả tu thiền sẽ dũng cảm tinh tấn dấn bước vào những khó khăn trên bước đường tu tập với tinh thần vô úy. Đặc tính của tinh tấn là sự kiên trì chịu đựng khi đương đầu với khổ đau phiền não. Tinh tấn là khả năng để thấy kết quả không ngại gian nguy, không sợ khó khăn. Phật tử thuần cần phải luôn dũng cảm tinh tấn, sẵn sàng đương đầu với mọi khó khăn. Nếu chúng ta gia tăng tinh tấn, tâm chúng ta sẽ có đủ sức mạnh để chịu đựng với mọi thử thách. Ngoài ra, tinh tấn còn có khả năng làm cho tâm luôn tươi mát và mạnh mẽ dầu phải đương đầu với bất cứ khó khăn nào. Có hai cách để gia tăng tinh tấn: Tự mình tinh tấn, hoặc nhờ thiện hữu tri thức khích lệ. Trước khi thành đạo, khi Ngài vẫn còn trên đường tu tập tìm chơn lý, Ngài đã cương quyết rằng: “Nếu mục tiêu có thể đạt được bằng sự cố gắng của con người, ta sẽ không bao giờ ngừng nghỉ hay thoái chuyển cho đến ngày thành đạt. Cho dầu chỉ còn lại da bọc xương, cho dầu thịt máu có khô cạn, ta nhất định sẽ không thối lui sự tinh tấn của mình, cho đến ngày nào ta đạt được những gì có thể đạt được bằng khả năng, bằng sự cố gắng và kiên trì của con người”. *Thứ tư là Tư Duy Như Ý Thần Túc:* Tư Duy Như Ý Túc là mong muốn nhiếp tâm vào một đề mục. Có một số người rất hứng thú với việc hiểu thấu những khía cạnh sâu xa và uyên thâm của giáo pháp. Học không mãn nguyện với những hiểu biết bề ngoài. Ở đây vị Tỳ Kheo tu tập quán thân túc câu hữu với tinh tấn thực hiện Tư Duy Thiền Định, vì loại tâm này quán chiếu được sự bao la của cõi ta bà, của vòng luân hồi sanh tử, của các cõi sanh linh, cũng như những liên lụy trong cuộc sống của chúng ta trong thế giới này. Hành giả tu tập tuệ tư duy để nhận biết rõ ràng về sự hoại diệt của các hiện tượng, từ đó chúng ta sẽ có trực giác về vô thường, khổ và vô ngã.

**Năm Căn:** Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có năm căn. Đây năm yếu tố chính làm phát khởi lên những thiện căn. Ngũ căn có thể là những cửa ngõ đi vào địa ngục, đồng thời chúng cũng là những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác, vì từ đó mà chúng ta gây tội tạo nghiệp, nhưng cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hành trì chánh đạo.

*Thứ nhất là Tín Căn.* Tin tưởng vững chắc nơi Tam Bảo và Tứ Diệu Đế. Tín căn còn có nghĩa là cái tâm tín thành. Niềm tin trong tôn giáo, không giống như việc học hỏi kiến thức, không thể khiến con người có khả năng cứu độ kẻ khác cũng như chính mình nếu người ấy chỉ hiểu tôn giáo về lý thuyết suông. Khi người ấy tin tự đáy lòng thì đức tin ấy sẽ tạo ra năng lực. Sự tín thành của một người không thể gọi là chân thật nếu người ấy chưa đạt được một trạng thái tâm thức như thế. *Thứ nhì là Tấn Căn.* Tinh tấn tu tập thiện pháp. Tấn căn có nghĩa là cái tinh thần tinh tấn đơn thuần và liên tục. Chỉ riêng lòng tín thành thì không đủ. Đời sống tôn giáo của chúng ta không thể là chân thực nếu chúng ta chưa duy trì lòng tín thành một cách đơn thuần và không ngừng nghỉ nỗ lực để tinh thần tôn giáo của chúng ta không bị yếu đi hay bị mất năng lực. *Thứ ba là Niệm Căn.* Nhớ tới chánh niệm. Niệm căn chỉ cái tâm luôn luôn hội tụ vào Đức Phật. Nói một cách thực tiễn, dĩ nhiên, chúng ta không thể hoàn toàn quên Đức Phật dù chỉ trong giây lát. Khi một học sinh chuyên chú học tập hay khi một người lớn miệt mài trong công việc, họ phải tập trung vào một đối tượng. Thực hành Phật pháp cũng như thế. Trong khi chuyên chú vào đối tượng riêng biệt, chúng ta suy nghĩ: “Ta được Đức Phật Thích Ca cho sống.” Khi chúng ta hoàn thành một công việc khó khăn và cảm thấy thanh thản, chúng ta cảm ơn Đức Phật, “Con thật quá may mắn, con được Đức Phật hộ trì.” Khi một ý nghĩ xấu lóe lên trong đầu hay khi bỗng dưng chúng ta cảm thấy nóng giận, chúng ta liền tự xét mình mà nghĩ: “Đây có phải là con đường đưa đến Phật quả chăng?” Cái tâm mọi lúc đều giữ lấy Đức Phật bên trong là “niệm căn.” *Thứ tư là Định Căn.* Định tâm lại một chỗ hay chuyên chú tâm vào một chỗ. Định căn là một cái tâm xác định. Một khi ta có lòng tin tôn giáo, chúng ta không bao giờ bị xao động vì bất cứ điều gì, dù thế nào đi nữa. Ta kiên nhẫn chịu đựng mọi sự ngược đãi và dụ dỗ, và ta vẫn mãi tin vào chỉ một tôn giáo mà thôi. Ta phải duy trì mãi sự quả quyết vững chắc như thế mà không bao giờ nản chí. Nếu chúng ta không có một thái độ tâm thức như thế thì chúng ta không thể được gọi là những con người với niềm tin tôn giáo. *Thứ*

*năm là Huệ Căn.* Trí tuệ sáng suốt không vọng tưởng hay sự hiểu biết hay suy nghĩ chân lý. Tuệ căn nghĩa là trí tuệ mà người có tôn giáo phải duy trì. Đây không phải là cái trí tuệ tự kỷ mà là cái trí tuệ thực sự mà chúng ta đạt được khi chúng ta hoàn toàn thoát khỏi cái ngã và ảo tưởng. Hễ chừng nào chúng ta có trí tuệ này thì chúng ta sẽ không đi lạc đường. Chúng ta cũng có thể nói như thế về niềm tin của chúng ta đối với chính tôn giáo, không kể đến cuộc sống hằng ngày. Nếu chúng ta bị ràng buộc vào một ham muốn ích kỷ, nhỏ nhặt, chúng ta có thể đi lạc vào một tôn giáo sai lầm. Tuy rằng chúng ta có thể tin sâu vào tôn giáo ấy, hết lòng tu tập theo tôn giáo ấy, giữ gìn nó trong tâm và tận tụy đối với nó, chúng ta cũng không được cứu độ vì giáo lý của nó căn bản là sai, và chúng ta càng lúc càng bị chìm sâu hơn vào thế giới của ảo tưởng. Quanh chúng ta có nhiều trường hợp về những người đi vào con đường như thế. Dù “tuệ căn” được nêu lên cuối cùng trong năm quan năng đưa đến thiện hạnh, nó cũng nên được kể là thứ tự đầu tiên khi ta bước vào cuộc sống tôn giáo.

**Năm Lực:** Ngũ lực là năm sức mạnh hay khả năng tâm linh được phát triển bằng cách củng cố ngũ căn. Như vậy trong Phật giáo, lực là khả năng sử dụng các căn để nhận thức rõ về chân lý, chứ không phải là sở kiến phàm phu. Trong Phật giáo Đại Thừa, lực là Ba La Mật thứ tám trong mười Ba La Mật mà một vị Bồ Tát phải tu tập trên đường đi đến Phật quả. Lực Ba La Mật được phát triển ở địa thứ tám của Bồ Tát Địa. Ngoài ra, có mười lực mà người ta nói là duy nhất để giác ngộ thành Phật: 1) biết cái gì có thể và cái gì không thể, hoặc cái gì đúng, cái gì sai; 2) lực biết báo chướng trong tam thế (quá khứ, hiện tại, và vị lai); 3) lực biết tất cả định lực, giải thoát và thành tựu; 4) lực biết tất cả căn tánh của chúng sanh; 5) lực biết được sự hiểu biết của chúng sanh; 6) lực biết hết các cảnh giới của chúng sanh; 7) lực biết hết phần hành hữu lậu của lực đạo và biết luôn cả niết bàn; 8) lực biết tất cả các trụ xứ của các đời quá khứ; 9) lực biết sanh tử; 10) lực biết các lậu hoặc đã bị đoạn tận. Ngũ lực bao gồm tín lực hay là sức mạnh của lòng tin có khả năng loại bỏ mọi tà tín; tấn lực hay sức mạnh của nghị lực giúp chúng ta vượt thắng mọi trở lực; niệm lực hay sức mạnh của sự cảnh giác hay là sự chú tâm đạt được nhờ thiên định; định lực hay sức mạnh của Tam Ma địa nhằm loại bỏ đam mê dục vọng; và tuệ lực hay sức mạnh của trí năng, dựa vào chân lý Tứ Diệu Đế dẫn đến nhận thức đúng và giải thoát.

**Bảy Phần Bồ Đề:** Đức Phật luôn nhắc nhở chúng đệ tử của Ngài như vậy: “Thất Bồ Đề Phần là bảy yếu tố giác ngộ hay thất giác chi đều đem lại lợi ích kỳ diệu. Một khi các yếu tố này được phát triển đầy đủ sẽ có năng lực chấm dứt khổ đau phiền não.” Điều này có nghĩa là vòng luân hồi sanh tử tạo bởi danh sắc sẽ hoàn toàn dừng nghỉ khi các yếu tố giác ngộ được phát triển đầy đủ. Ngoài ra, bảy yếu tố giác ngộ cũng có công năng tiêu diệt những đạo binh ma. Bao lâu những đạo binh ma này còn hiện diện thì chúng ta vẫn còn bị lẩn quẩn trong vòng đau khổ tái sanh. Đức Phật và những vị giác ngộ đã phát triển đầy đủ thất giác chi, đã thoát khỏi khổ đau trong vòng tam giới (dục giới, sắc giới và vô sắc giới). Bảy yếu tố giác ngộ được phát triển tròn đầy sẽ giúp đưa hành giả đến sự an lạc của Niết Bàn. Vì vậy mà bảy yếu tố này luôn được xem như những linh dược, chúng tạo nên sức mạnh cho tâm chịu đựng được mọi thăng trầm vinh nhục của cuộc sống. Thêm vào đó, bảy yếu tố giác ngộ này cũng thường chữa trị được thân và tâm bệnh. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy giác chi hay thất bồ đề phần. Phật tử tu hành thất giác chi đạt được những kết quả sau đây: Tất cả ác pháp đều được tiêu trừ; tất cả pháp lành càng ngày càng tăng trưởng; vì tu thiện bỏ ác nên luôn luôn được an lạc, không bị đau khổ; sẽ chứng quả thành Phật. Hành giả không thể nào nhìn trời nhìn đất mà đạt được giác ngộ. Hành giả cũng không thể nào chỉ đọc sách hay nghiên cứu kinh điển mà đắc đạo, cũng không phải do suy tư hay mong ước mà thành Phật. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy giác chi hay thất bồ đề phần. Đây là những điều kiện cần thiết để đưa đến giác ngộ. Phật tử tu hành thất giác chi đạt được những kết quả sau đây: Tất cả ác pháp đều được tiêu trừ; tất cả pháp lành càng ngày càng tăng trưởng; vì tu thiện bỏ ác nên luôn luôn được an lạc, không bị đau khổ; sẽ chứng quả thành Phật. Chữ “Bojjhanga” xuất phát từ hai chữ “Bodhi” và “anga.” Chữ “Bodhi” có nghĩa là giác ngộ hay người giác ngộ, và chữ “anga” có nghĩa là nguyên nhân đưa đến sự giác ngộ. Một nghĩa khác của chữ “Bojjhanga” căn cứ trên một trong hai nghĩa gốc của từ Pali trên. Như vậy nghĩa khác của “Bojjhanga” là sự hiểu biết hay thấy được bốn chân lý và Bát Chánh Đạo. Thỉnh thoảng, bảy yếu tố giác ngộ còn được gọi là ‘sambojjhanga’. Tiếp đầu ngữ ‘sam’ có nghĩa là tròn đầy hay hoàn hảo; tuy nhiên, tiếp đầu ngữ này không làm khác nghĩa của bảy yếu tố giác ngộ. Tất cả hành giả đều hiểu Tứ Diệu Đế ở một mức

độ nào đó, nhưng theo Phật giáo, hiểu biết chân chính về bốn chân lý ấy đòi hỏi một thời điểm chuyển biến đặc biệt của tâm thức, gọi là đạo tâm. Đó là một trong những tuệ cao nhất mà hành giả đạt được trong tu tập tập thiền quán vì nó bao gồm luôn cả kinh nghiệm về Niết Bàn. Một khi hành giả đã chứng nghiệm được điều này, tức là người ấy đã hiểu biết sâu xa về Tứ Diệu Đế, và như thế có nghĩa là hành giả đã có được các “Bồ Đề phần” bên trong mình. Một người như vậy được gọi là một bậc cao thượng. Như vậy “Bồ Đề Phần” hay những yếu tố của sự giác ngộ cũng là những phẩm chất của một bậc cao quý. Bảy yếu tố giác ngộ gồm: Trạch Pháp Giác Chi, Tinh Tấn Giác Chi, Hỷ Giác Chi (hỷ lạc), Khinh An Giác Chi, Niệm Giác Chi, Định Giác Chi, và Xả Giác Chi. Người tu thiền theo Phật giáo có thể tìm thấy trong tất cả những yếu tố này trong tiến trình tu tập thiền định của mình. Người tu tập Thiền định nên luôn nhớ lời Phật dạy: “Nếu Thiền Tứ Niệm Xứ được thực hành với nỗ lực, tinh tấn và chuyên cần thì bảy yếu tố giác ngộ sẽ tự động phát triển trọn vẹn.” Như vậy, chính Đức Phật đã nhấn mạnh rất rõ ràng về sự liên hệ giữa Thiền và Thất Bồ Đề Phần. Tuy nhiên, hành giả không nhờ nhìn trời nhìn đất mà được giác ngộ. Hành giả cũng không nhờ đọc sách hay học kinh điển mà được giác ngộ, cũng không phải nhờ suy nghĩ, không phải do mong ước mà sự giác ngộ sẽ bừng sáng trong tâm của hành giả. Có những điều kiện cần thiết để đưa hành giả đến giác ngộ. Làm thế nào để phát triển những yếu tố này? Muốn phát triển những yếu tố này phải tu tập giới, định, tuệ. Thứ nhất là *Trạch Pháp Giác Chi*. Trạch pháp hay nhiệt thành khảo sát giáo pháp hay hiện tượng. Trạch pháp là kiến thức sâu sắc và có tính cách phân tách đến chi tiết để thấu đạt trọn vẹn thực chất của tất cả các pháp hữu vi, vô tri vô giác hay hữu giác hữu tri, người hay chư Thiên. Đó là thấy đúng thực tướng của sự vật, thấy sự vật đúng trong bối cảnh của nó. Chỉ có xuyên qua thiền định chúng ta mới có khả năng thấy được tất cả các pháp hữu vi một cách rõ ràng và cùng tột những nguyên tố căn bản. Nhờ nhiệt thành thiền định và khảo sát như vậy mà ta có thể nhận thức rằng tất cả các pháp hữu vi đều trải qua những giai đoạn sanh, trụ, dị, diệt một cách nhanh chóng, đến độ khó có thể thấy được; toàn thể vũ trụ đều liên tục biến đổi, không hề tồn tại giống hệt trong hai khoảnh khắc kế tiếp nhau; mọi sự vật đều phải chịu sự chi phối của duyên, nhân, và quả; những gì vô thường, bất ổn định đều đưa đến quả khổ; không có cái gọi là “thực ngã,” hay một



linh hồn trường tồn bất biến; thực tướng của ba đặc tính vô thường, khổ và vô ngã. *Thứ nhì là Tinh Tấn Giác Chi*. Tinh tấn là một tâm sở, mà cũng là chi thứ sáu của Bát Chánh Đạo, được gọi là “chánh tinh tấn.” Tinh tấn là năng lực kiên trì, liên tục thiền định, liên tục hướng tâm vào đối tượng quan sát. Người tu thiền nên dũng cảm và tinh tấn trong khi tu tập thiền định. Đức Phật không tự xưng là một đấng cứu thế có khả năng và sẵn sàng lãnh chịu tội lỗi của chúng sanh. Ngài chỉ là người vạch ra con đường, chứ Ngài không đi thế dùm ai được. Chính vì thế mà Ngài khuyên rằng mỗi người phải thành thật, nhiệt tâm, và nhất quyết thành đạt mục tiêu mà mình muốn đến. Ngài cũng đã khuyên tứ chúng rằng: “Hãy tự lấy con làm hải đảo cho con, hãy lấy chính con làm nơi nương tựa cho con.” Như thế ấy, Đức Bốn Sư kêu gọi tứ chúng không nên ỷ lại vào ai khác ngoài mình. Bất luận ở vào trường hợp nào, người tu theo Phật không nên đánh mất niềm hy vọng và tinh tấn. Hãy nhìn tấm gương rạng ngời của Phật, Ngài không bao giờ thối chí, Ngài luôn dũng mãnh và tinh tấn, ngay từ thời Ngài còn là vị Bồ Tát. Người tu tập thiền định phải kiên nhẫn chấp nhận những khó khăn và thử thách trong lúc hành thiền, phải bỏ hết mọi lạc thú hay sở thích hàng ngày, phải cố gắng dụng công tu tập thiền định một cách liên tục. Một trong những điều khó khăn nhất cho hành giả tu thiền là cái tâm dong ruổi, không bao giờ chịu ở yên trên đề mục mà cả ngày chỉ muốn đi lang bạt khắp mọi nơi. Còn nơi thân, mỗi khi chúng ta ngồi trên chân hành thiền, chúng ta đều cảm thấy toàn thân căng thẳng, hay khó chịu vì những cơn đau hoành hành. Có lúc chúng ta nhất tâm cố gắng ngồi trên cho được một tiếng đồng hồ, nhưng chỉ sau mười phút là chân tê, cổ cứng, vân vân và vân vân. Người tu thiền cần phải có sự quyết tâm tinh tấn để sẵn sàng đương đầu với mọi khó khăn thử thách. Một khi chúng ta phát triển tinh tấn trong thiền định, tâm của chúng ta sẽ có đủ sức mạnh để chịu đựng những cơn đau nhức, khó chịu và mệt mỏi một cách kiên nhẫn và can đảm. Tinh tấn có khả năng làm cho tâm tỉnh táo và mạnh mẽ cho dầu trong bất cứ hoàn cảnh khó khăn nào. Người tu tập thiền định phải luôn tinh tấn tu tập bốn thứ sau đây: điều lành chưa sanh, phải tinh cần làm cho sanh; điều thiện đã sanh, phải tinh cần khiến cho ngày càng thêm lớn; điều ác chưa sanh, phải tinh cần cho chúng đừng sanh; điều ác đã sanh, phải tinh cần dứt trừ đi. Đức Phật đã dạy trong Kinh Pháp Cú, câu 280: “Người sống tiêu cực, uể oải, đã dưng, không tinh tấn chuyên cần, dầu

còn trẻ tuổi và khỏe mạnh vẫn lười biếng, suy nhược và thiếu quyết tâm, con người lười biếng ấy không bao giờ tìm ra được con đường dẫn đến trí tuệ và giác ngộ, giải thoát.” *Thứ ba là Hỷ Giác Chi (hỷ lạc)*. Hỷ Lạc Giác Chi có nghĩa là vui thích, nhưng một đặc tánh đặc biệt của Hỷ Lạc Giác Chi là nó có thể khiến các tâm sở khác có cảm giác nhẹ nhàng, vui thích và thỏa mãn. Hỷ giác chi là một tâm sở, và là một đức tánh có ảnh hưởng sâu rộng đến thân và tâm. Người thiếu đức “hỷ lạc” không thể tiến bước trên đường giác ngộ, vì trong người ấy lúc nào cũng mang máng một trạng thái lãnh đạm lạnh lùng trước thiện pháp, một thái độ bất mãn với thiền tập, một sự biểu lộ bất toại nguyện. Hành giả tu thiền nên luôn nhớ rằng Hỷ Giác Chi chỉ phát sanh khi tâm của chúng ta tương đối rữ sạch các phiền não. Để rữ bỏ phiền não, chúng ta không có sự lựa chọn nào khác hơn là phải tinh tấn chánh niệm trong từng phút giây để định tâm được phát sinh và phiền não bị tận diệt. Như vậy, chúng ta phải luôn hướng tâm vào việc phát triển Hỷ Giác Chi qua chánh niệm liên tục, dù lúc chúng ta đang đi, đứng, nằm, ngồi hay đang làm các công việc khác. Muốn tu tập đức “hỷ lạc,” hay tâm phỉ, hành giả cần luôn nhớ rằng hạnh phúc không tìm được từ vật chất bên ngoài, mặc dù chuyện lớn chuyện nhỏ bên ngoài luôn có ảnh hưởng đến tâm mình. Hạnh phúc chỉ có được nơi những người biết tri túc. Hành giả tu theo Phật nên luôn nhớ rằng có sự khác biệt lớn lao giữa thỏa thích và hạnh phúc. Cảm giác thích thú là cái gì tạm bợ nhất thời, chỉ thoáng qua rồi mất. Thỏa thích có thể là một dấu hiệu báo trước khổ đau phiền não, vì những gì mà ta ôm ấp tăng tiu trong khoảnh khắc này, có thể là nguồn đau khổ trong khoảnh khắc kế tiếp. Khi thấy một hình sắc, nghe một âm thanh, ngửi một mùi, nếm một vị, hay nhận thức một ý nghĩ, chúng ta thường bị các đối tượng của giác quan và trần cảnh kích thích, cũng như cảm thấy ít nhiều thỏa thích. Tuy nhiên, chúng chỉ là những hiện tượng phù du tạm bợ, vừa phát sanh đã hoại diệt. Hạnh phúc thật sự không đến với chúng ta bằng cách bám víu hay nắm chắc lấy những vật vô tri hay hữu tri, mà chỉ đạt được bằng hạnh buông bỏ. Đức Phật đã từ bỏ cung vàng điện ngọc, vợ đẹp con ngoan, uy quyền tột đỉnh, để cuối cùng Ngài đạt được giác ngộ và giải thoát, chúng ta há có con đường nào khác? *Thứ tư là Khinh An Giác Chi*. Khinh an có nghĩa là an hay vắng lặng an tĩnh. Có nhiều người tâm luôn ở trạng thái dao động, luôn chạy lung tung hết nơi này đến nơi khác không ngừng nghỉ. Khi tâm bị tán loạn thì chúng ta không

thể nào kiểm soát được hành động của chính mình. Ngược lại, chúng ta bắt đầu hành động theo sự ngông cuồng và tưởng tượng, chẳng ý thức được sự tốt xấu của việc mình đang làm. Có hai loại khinh an: thân an có nghĩa sự an tịnh của toàn thể các tâm sở, chớ không riêng phần thân thể vật chất. Nói cách khác, đây là trạng thái an tĩnh vắng lặng của sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, và hành uẩn; tâm an, hay trạng thái an tĩnh vắng lặng của thức uẩn. Người đã trau dồi tâm khinh an vắng lặng sẽ không còn phiền lụy, bối rối hay cảm kích khi phải đương đầu với tám pháp thăng trầm của thế gian, vì người ấy nhận thức được trạng thái phát sanh và hoại diệt, cũng như tánh cách mong manh nhất thời của vạn hữu. Tâm khinh an vắng lặng là việc rất khó thực hiện vì tâm luôn có khuynh hướng không bao giờ ở yên một chỗ. Rất khó cột và kéo tâm trở lại. Kinh Pháp Cú, từ câu 33 đến 36, Đức Phật đã dạy: “Tâm ở trong trạng thái giống như con cá mới bị bắt ra khỏi nước và bị vớt lên đất khô. Nó luôn phóng nhảy bất định.” Sự bình tĩnh và trầm lặng không phải là một thái độ hèn yếu. Chỉ có những con người có văn hóa mới làm được chuyện này. Bình tĩnh trầm lặng trước thuận cảnh không phải là điều khó, điều khó ở đây là người Phật tử phải luôn giữ tâm an tĩnh vắng lặng trước mọi nghịch cảnh. Làm được như vậy mới mong thành đạt được giác ngộ và giải thoát. *Thứ năm là Niệm Giác Chi.* Niệm Giác chi hay trạng thái chánh niệm tỉnh thức qua quán chiếu. Đây là phương tiện hữu hiệu nhất để làm chủ lấy mình. Ngoài ra, Niệm Giác Chi còn có nghĩa là ‘sức mạnh của sự quán sát’, và chức năng của chánh niệm là giữ cho đối tượng luôn nằm trong tầm quán sát của mình, không quên nó, mà cũng không cho nó biến khỏi tầm quán sát của mình. Một khi chánh niệm có mặt thì đối tượng sẽ được ghi nhận không bị quên lãng. Niệm giác chi bao gồm thân niệm xứ hay quán thân bất tịnh. Thọ niệm xứ hay quán thọ thị khổ; tâm niệm xứ hay quán tâm vô thường; pháp niệm xứ hay quán pháp vô ngã. Con người không thể có chánh niệm nếu không kiểm soát những tác động của thân, khẩu và ý của mình. Nói cách khác, nếu không tinh chuyên hành trì giới luật thì không bao giờ có thể nói đến tỉnh thức được. Trong Kinh Trường A Hàm, lời di huấn tối hậu của Đức Phật trước khi Ngài nhập Niết Bàn là: “Tất cả các pháp hữu vi đều vô thường. Hãy kiên trì chánh niệm để thành đạt giải thoát. Ngài Xá Lợi Phất trước khi nhập diệt cũng đã khuyên nhủ tứ chúng: “Hãy kiên trì chánh niệm để thành đạt giải thoát.” Trong Kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật đã dạy:

“Này chư Tỳ Kheo, Như Lai không thấy một pháp nào mà có nhiều năng lực như sự chuyên cần chú niệm, để làm phát sinh những tư tưởng thiện chưa phát sanh, và làm tan biến những tư tưởng bất thiện đã phát sanh. Với người hằng có chánh niệm, những tư tưởng thiện, nếu chưa sanh sẽ phát sanh, và những tư tưởng bất thiện, nếu đã phát sanh sẽ tan biến.” *Thứ sáu là Định Giác Chi*. Định Giác Chi là khả năng giữ tâm tập trung không tán loạn. Định chính là tâm sở nằm trên đối tượng quán sát. Định cũng ghìm tâm vào đối tượng, xuyên thấu và nằm trong đối tượng đó. Bản chất của định là không tách rời, không tán loạn, không phân tán. Tâm định là tâm dán chặt vào đối tượng, chìm trong đối tượng và duy trì sự tĩnh lặng ngay trong đối tượng. Khi tu tập thiền quán, hành giả dán chặt tâm mình vào đối tượng hay quán sát trực tiếp các hiện tượng để thấy rõ bản chất thật của chúng mà không dựa vào sự suy nghĩ hay phân tích nào cả. Mặc dầu thời điểm định chỉ là tạm thời, nhưng định có thể khởi sinh từ thời điểm này qua thời điểm khác không gián đoạn nếu chúng ta chịu khó tu tập liên tục. Bên cạnh đó, định còn có khả năng gom tụ các tâm sở khác lại với nhau, không cho chúng phân tán hay tách rời nhau. Nhờ vậy mà tâm an trụ vững chãi trong đối tượng. Tâm an trụ và tập trung vào đề mục hành thiền. Một khi tâm yên tịnh và tĩnh lặng thì trí tuệ phát sinh và từ đó chúng ta có thể nhìn thấy sự vật đúng theo chân tướng của nó. Do đó, định giác chi là nguyên nhân gần nhất của sự phát sanh ra trí tuệ. Tâm an trụ có khả năng chế ngự được năm pháp triền cái (tham dục, Sân hận, hôn trầm thụy miên, trạo cử hối quá, và nghi hoặc triền cái), vì từng bước từng bước, trí tuệ sẽ ngang càng xuyên thấu vào chân lý. Chừng đó, hành giả sẽ trực nhận được bản chất vô thường, khổ và vô ngã của vạn hữu, và từ đó không có triền cái nào còn có thể chế ngự được mình nữa. Người hành thiền hay người có nguyện vọng thành tựu giác ngộ, phải đương đầu với rất nhiều chướng ngại, đặc biệt là năm pháp gây trở ngại mạnh mẽ trong việc định tâm, và chặn ngang con đường giải thoát. Định là trạng thái tâm ổn định vững chắc, có thể ví như ngọn đèn vững ngọn, không dao động, ở một nơi không có gió. Định có khả năng giữ các tâm sở trong trạng thái quân bình. Định giữ cho tâm ngay thẳng, không lay chuyển; tiêu trừ khát vọng chẳng những giúp tâm không vọng động, mà còn giúp mang lại sự thanh tịnh nơi tâm. Người quyết tâm trau dồi “định” phải nghiêm trì giới luật, vì chính giới đức đạo hạnh nuôi dưỡng đời sống tâm linh và làm cho tâm an trụ vắng

lặng. *Thứ bảy là Xả Giác Chi*. Xả Giác Chi là hoàn toàn xả bỏ, nghĩa là tâm không còn bị quấy nhiễu bởi nội chướng hay ngoại trần. Thuật ngữ Bắc Phạn ‘Upekṣa’ có nghĩa là bình thản, trầm tĩnh, vô tư, không thành kiến, không lệch lạc, không thiên vị. Trong thiền định, tâm xả là tâm luôn giữ một thái độ không thành kiến và trầm tĩnh trước những khó khăn và thử thách. Tâm xả là cái tâm giữ được quân bình về năng lực, và có thể đạt được qua công phu tu tập hằng ngày. Theo Vi Diệu Pháp, “xả” có nghĩa là trung lập, không thiên vị bên nào. Đó là trạng thái tâm quân bình chứ không phải tâm lãnh đạm thờ ơ, hay thản nhiên đứng đưng. Đây là kết quả của tâm định an tĩnh vắng lặng. Theo Đức Phật, phương cách hay nhất khiến cho tâm xả nảy phát sanh là có sự chú tâm sáng suốt và chánh niệm liên tục. Một khi tâm xả được phát triển thì tâm xả trước sẽ tạo ra tâm xả kế tiếp và cứ như vậy mà tiếp diễn liên tục. Trong xã hội loạn động hôm nay, con người khó mà tránh khỏi những chao động khi phải va chạm thường xuyên với những thăng trầm của cuộc sống; tuy nhiên, người đã tu tập được “xả giác chi” này không còn nghe phiền lụy bức mình nữa. Giữa những phong ba bão táp của cuộc đời như lợi lộc, lỗ lỗ, danh thơm, tiếng xấu, tán tụng, chê trách, hạnh phúc và khổ đau, người có tâm xả không bao giờ bị lay động. Hành giả tu tập thiền định có khả năng xả bỏ để hiểu rằng trên đời này không có ai làm chủ được bất cứ thứ gì cả. Trong Kinh Pháp Cú, câu 83, Đức Phật đã từng dạy: “Người tốt buông xả tất cả. Bậc Thánh nhân không nghĩ đến ái dục. Dầu hạnh phúc hay đau khổ bậc thiện trí không bồng bột cũng không để tinh thần suy sụp.” Người đã tu tập và trau dồi được tâm xả, luôn bình thản và tránh được bốn con đường sai lạc: tham ái, sân hận, yếu hèn và si mê. Người tu tập và trau dồi được tâm xả luôn nhìn chúng sanh mọi loài một cách bình đẳng, không thiên vị.

***Tám Con Đường Thánh: (Xem Chương 40).***



## *Chương Bốn Mười Ba*

### *Người Con Phật Luôn Hành Trì Ngũ Giới*

Giới hạnh là căn bản cho việc tiến bộ trên con đường phát triển nhân cách cao hơn. Giới cũng là nền tảng của tất cả các đức tánh và phẩm hạnh. Ngoài ra, giới còn là nền móng quan trọng nhất trong việc chuẩn bị hành giả trong việc tu tập Bát Thánh Đạo. Đường lối để thực hành giới luật theo Phật giáo bao gồm ba phần trong Bát Thánh Đạo: Chánh ngữ, Chánh nghiệp và Chánh mạng. Ngũ giới là năm giới cấm của Phật tử tại gia và xuất gia, tuy nhiên, Đức Phật chế ngũ giới đặc biệt cho những Phật tử tại gia. Người trì giữ năm giới sẽ được tái sanh trở lại vào kiếp người (giới có nghĩa là ngăn ngừa, nó có thể chặn đứng các hành động, ý nghĩ, lời nói ác, hay đình chỉ các nghiệp báo ác trong khi phát khởi. Năm giới là điều kiện căn bản làm người, ai giữ tròn các điều kiện cơ bản này mới xứng đáng làm người. Trái lại thì đời này chỉ sống bằng thân người, mà phi nhân cách, thì sau chết do nghiệp cảm thuần thực, khó giữ được thân người, mà phải tái sanh lưu chuyển trong các đường ác thú. Do đó người học Phật, thọ tam quy (Saranagamana), phải cố gắng trì ngũ giới (Panca-veramana). Khi chúng ta tôn trọng giữ gìn năm giới, chúng ta chẳng những đem lại an lạc và hạnh phúc cho chính mình, mà còn cho gia đình và xã hội nữa. Mọi người sẽ thấy an toàn và thoải mái khi họ gần gũi với chúng ta. Ngoài ra, trì giữ năm giới căn bản sẽ khiến chúng ta khoan dung và tử tế hơn với người khác, đồng thời nó cũng khiến chúng ta biết quan tâm và chia sẻ với tha nhân những gì mà chúng ta có thể chia sẻ được. Ngũ giới còn giúp chúng ta những điều sau đây: khiến cho đời sống chúng ta có phẩm chất hơn, khiến cho chúng ta được mọi người kính trọng, khiến cho chúng ta trở thành một thành viên tốt trong gia đình, một người cha hiền, mẹ tốt, con ngoan, khiến chúng ta trở thành công dân tốt của xã hội. Trong cả hai trường phái Nguyên Thủy và Đại Thừa, Đức Phật dạy các đệ tử của Ngài, nhất là Phật tử tại gia giữ gìn ngũ giới. Dù Kinh Phật không đi vào chi tiết, nhưng các đạo sư cả hai trường phái đã giải thích rất rõ ràng về năm giới này theo thứ tự như sau: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, và không uống những chất cay độc.

**Thứ nhất là Không Sát Sanh:** Không Sát Sanh là giới thứ nhất trong Ngũ Giới. Chúng ta đang sống trong một thế giới bất toàn, mạnh hiếp yếu, lớn hiếp nhỏ, giết chóc tràn lan khắp nơi. Ngay trong thế giới loài vật, chúng ta cũng thấy cọp ăn nai, rắn ăn nhái, nhái ăn những côn trùng nhỏ, hoặc cá lớn nuốt cá bé, vân vân. Và hãy nhìn về thế giới loài người của chúng ta, chúng ta giết thú, thậm chí có khi vì quyền lợi mà chúng ta còn giết hại lẫn nhau nữa. Chính vì thế mà Đức Phật đặt ra giới luật thứ nhất cho chúng đệ tử của Ngài: “không sát sanh.” Không sát sanh là giới thứ nhất trong thập giới. Không sát sanh là không giết hại vì lòng từ bi mẫn chúng. Đây là giới luật đầu tiên dành cho cả xuất gia lẫn tại gia, không sát sanh bao gồm không giết, không bảo người giết, không hoan hỷ khi thấy giết, không nghĩ đến giết hại bất cứ lúc nào, không tự vận, không tán thán sự giết hay sự chết bằng cách nói: “Ông/bà thà chết đi còn sướng hơn sống.” Không sát sanh cũng bao gồm không giết hại thú vật. Không sát sanh cũng bao gồm không giết thú làm thịt, vì làm như vậy, chúng ta chẳng những cắt ngắn đời sống mà còn gây đau đớn và khổ sở cho chúng nữa (ba lý do trọng yếu để ngăn chặn sát sanh: a) Nghiệp báo như quả: sát nghiệp bị sát báo, tức là giết người sẽ bị người giết lại. Đức Phật dạy: “Tất cả các loài hữu tình chúng sanh loài nào cũng quý trọng thân mạng, đều tham sống sợ chết. Tất cả già trẻ đều lo tiếc giữ thân mạng, thậm chí đến lúc già gần chết đến nơi vẫn còn sợ chết. Vì quý trọng sự sống, nên khi bị gia hại là họ căm thù trọn kiếp. Lúc gần chết lại oán ghét nhau, lấy oán để trả oán, oán không bao giờ chấm dứt.” b) Sát sanh cùng với tâm cứu hộ trái nhau. c) Bồi dưỡng thân tâm: Phật giáo cấm Phật tử đích thân giết hại, cố ý giết hại, như giết, duyên giết; không cho phép Phật tử chế tạo và bán các dụng cụ sát sanh như cung tên, đao gươm, súng đạn, vân vân).

Phật tử chân thuần nên luôn nhớ lời Phật dạy, chẳng những không sát sanh, chẳng những tôn trọng sự sống, mà còn trân quý sự sống. Không sát sanh đồng thời mở lòng từ đến tất cả chúng sanh không đưa ra một giới hạn nào cả. Tất cả chúng sanh trong đạo Phật, hàm ý tất cả mọi loài sinh vật, mọi loài có hơi thở. Một điều ai trong chúng ta cũng phải thừa nhận rằng mọi loài đều có sự sống, dù là người hay vật, đều tham sống sợ chết. Vì sự sống quý giá đối với muôn loài như vậy, mục đích của chúng ta là không để nó bị hại và tìm cách kéo dài sự sống. Điều này áp dụng đến cả những sinh vật nhỏ nhoi nhất có ý thức về sự



sống. Theo Kinh Pháp Cú (131), Đức Phật dạy: “Ai mưu cầu hạnh phúc, bằng cách hại chúng sanh, các loài thích an lành, đời sau chẳng hạnh phúc.” Hạnh phúc của mọi loài sinh vật tùy thuộc vào sự sống của chúng. Vì vậy tước đoạt đi cái được xem là vô cùng quý giá đối với chúng là cực kỳ độc ác và vô lương tâm. Vì vậy, không làm hại và giết chóc kẻ khác là một trong những đạo đức quan trọng nhất của người con Phật. Những ai muốn dưỡng thói quen đối xử độc ác với loài vật cũng hoàn toàn có khả năng ngược đãi con người khi có cơ hội. Khi một ý nghĩ độc ác dần dần phát triển thành nỗi ám ảnh, nó có thể dẫn đến tính tàn bạo. Những người sát sanh phải chịu đau khổ trong kiếp hiện tại. Sau kiếp sống này, ác nghiệp sẽ đẩy họ vào khổ cảnh lâu dài. Ngược lại, người có lòng thương tưởng đến những chúng sanh khác và tránh xa việc sát sanh sẽ được tái sanh vào những cõi an vui và nếu có sanh lại làm người cũng sẽ được đầy đủ sức khỏe, sắc đẹp, giàu sang, có ảnh hưởng, và thông minh, vân vân.

Không sát sanh hay tàn hại sinh mạng của loài hữu tình. Trong giới luật thì giới này đứng đầu. Không sát sanh còn có nghĩa là không cố tâm giết hại sinh mạng, dù cho sanh mạng ấy là sinh mạng của loài vật, vì loài vật cũng biết đau khổ như chúng ta. Trái lại, phải luôn tôn trọng và cứu sống sinh mạng của muôn loài. Đức Phật đã dạy “Tội ác lớn không gì bằng giết hại sinh mạng; công đức lớn không gì bằng cứu sống sinh mạng. Đời sống thật quý báu đối với chúng sanh mọi loài.” Thật vậy, tất cả chúng sanh đều tham sống sợ chết, chúng ta nên tôn trọng đời sống và không nên sát hại bất cứ sinh vật nào. Giới này không những cấm chúng ta sát hại con người, mà còn cấm chúng ta sát hại bất cứ sinh vật nào để kiếm tiền hay xem sát hại như một môn thể thao (săn bắn). Chúng ta có một thái độ bi mẫn đến muôn loài, và mong cho họ có đời sống hạnh phúc và giải thoát. Chăm sóc cho trái đất mà chúng ta đang ở, không làm ô nhiễm sông ngòi và không khí, không phá hủy rừng rậm cũng được bao gồm trong giới này.

Giết hại chúng sanh, một trong bốn trọng tội trong Phật giáo. Sát sanh là cố ý giết hại mạng sống của chúng sanh, kể cả thú vật. Lời khuyên không sát sanh thách thức chúng ta phải sáng tạo ra những phương cách khác hơn bạo động nhằm giải quyết những xung đột. Không sát sanh hay tàn hại sinh mạng của loài hữu tình. Trong giới luật thì giới này đứng đầu. Không sát sanh còn có nghĩa là không cố tâm giết hại sinh mạng, dù cho sanh mạng ấy là sinh mạng của loài

vật, vì loài vật cũng biết đau khổ như chúng ta. Trái lại, phải luôn tôn trọng và cứu sống sinh mạng của muôn loài. Đức Phật đã dạy “tội ác lớn không gì bằng giết hại sinh mạng; công đức lớn không gì bằng cứu sống sinh mạng.” Theo giáo thuyết nhà Phật thì giết người là phạm trọng giới, giết bất cứ loài sinh vật nào cũng đều phạm khinh giới. Tự vẫn hay tự giết mình cũng đưa đến những hình phạt nặng nề trong kiếp lai sanh. Theo Hòa Thượng Dhammananda trong Những Hạt Ngọc Trí Tuệ Phật Giáo, sự cấm lấy đi mạng sống không những chỉ cho loài người mà cho tất cả các sinh vật thuộc mọi loài, cả lớn lẫn bé, từ con sâu con kiến. Mỗi ngày, một số lớn súc vật bị giết để làm thực phẩm, người ăn thịt nhiều, trong khi người ăn chay lại ít. Trong lãnh vực khoa học, nhiều con vật được dùng trong nhiều cuộc khảo cứu và thử nghiệm. Trong lãnh vực hành pháp, vũ khí được sử dụng để diệt tội phạm. Những cơ quan bảo vệ luật pháp trừng trị kẻ phạm pháp. Những kẻ hiếu chiến sử dụng vũ khí để giết hại lẫn nhau. Những hành động kể ra trên đây là những thí dụ không bị coi là bất hợp pháp hay đi ngược lại lẽ lối sinh hoạt hằng ngày trên thế giới. Thật ra, người ta còn có thể cho là sai khi cấm làm những hành động đó. Ngày nay nhiều động vật bị cắn những vi trùng, và nhờ những vi trùng, những mầm bệnh, và nhiều loại vi trùng đã được khám phá. Hầu hết mọi thứ đều chứa vi trùng, ngay cả đến nước uống. Tuy có một phần lớn những bất tịnh được ngăn lại bởi máy lọc, vi trùng vẫn qua được. Cho nên vô số vi trùng vào trong cuống họng ta với mỗi ngụm nước. Cũng giống như vậy với thuốc men, bất cứ lúc nào thuốc men được dùng đến, vô số vi trùng bị giết. Những vi trùng có được coi như là chúng sinh hay không phải là chúng sinh? Nếu như vậy, không ai có thể hoàn toàn tuân theo giới này được. Ngoài ra có một số người quan niệm là người không giết mạng sống con vật cũng nên không ăn thịt, vì ăn thịt là khuyến khích người khác sát sanh, tội cũng không kém gì người giết.

Sát sanh là một trong mười ác nghiệp, giết hại mạng sống của loài hữu tình. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, sát sanh là cố ý giết chết một chúng sanh. Trong Phạn ngữ, “Panatipata,” pana có nghĩa là đời sống tâm vật lý của một chúng sanh. Xem thường đời sống, tiêu diệt, cắt đứt, ngăn chặn sức tiến của năng lực một đời sống, không cho nó tiếp tục trôi chảy là panatipata. Pana còn có nghĩa là cái gì có hơi thở. Do đó tất cả những động vật, kể cả loài thú, đều được xem là sanh vật. Tuy nhiên, cây cỏ không được xem là “sinh vật”

vì chúng không có phần tinh thần. Tuy nhiên, chư Tăng Ni cũng không được phép hủy hoại đời sống của cây cỏ. Giới này không áp dụng cho những cư sĩ tại gia. Có năm điều kiện cần thiết để thành lập một nghiệp sát sanh: có một chúng sanh, biết rằng đó là một chúng sanh, ý muốn giết, cố gắng để giết, và giết chết chúng sanh đó. Nghiệp dữ gây ra do hành động sát sanh nặng hay nhẹ tùy sự quan trọng của chúng sanh bị giết. Nếu giết một bậc vĩ nhân hiền đức hay một con thú to lớn tạo nghiệp nặng hơn là giết một tên sát nhân hung dữ hay một sinh vật bé nhỏ, vì sự cố gắng để thực hiện hành động sát sanh và tai hại gây ra quan trọng hơn. Quả dữ của nghiệp sát sanh bao gồm yếu mạng, bệnh hoạn, buồn rầu khổ nạn vì chia ly, và luôn luôn lo sợ.

“Không sát sanh” là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Nếu chúng ta thực sự tin rằng tất cả chúng sanh sẽ là Phật trong tương lai, chúng ta sẽ không bao giờ nghĩ đến sát hại chúng sanh bằng bất cứ giá nào. Mà ngược lại chúng ta sẽ cảm thương chúng sanh với lòng từ bi không có ngoại lệ. Người Phật tử không sát sanh vì lòng thương xót đối với chúng sanh khác. Bên cạnh đó, không sát sanh giúp cho chúng ta trở nên rộng lượng và giàu lòng từ mẫn. Phật tử chơn thuần chẳng những không sát sanh mà phải phóng sanh. Phóng sanh có nghĩa là không giết hại mà ngược lại bảo vệ và thả cho được tự do (phóng thích) sanh vật. Một người có tâm đại bi không bao giờ sát hại chúng sanh. Ngược lại, người ấy luôn cố gắng thực hành hạnh phóng sanh. Phật tử thuần thành nên luôn duy trì lòng từ và tu tập hạnh phóng sanh. Đức Phật dạy: “Phật tử thuần thành nên luôn nhớ như vậy ‘Tất cả người nam đã từng là cha ta và tất cả người nữ đã từng là mẹ ta. Không có một sinh vật nào chưa từng sanh ra ta trong một trong những tiền kiếp, vì vậy tất cả họ đều là cha mẹ ta. Vì vậy, hễ một người giết và ăn thịt một sinh vật, tức là người ấy giết và ăn thịt cha mẹ ta.” Theo giáo thuyết nhà Phật, một nguyên nhân duy nhất gây ra chiến tranh trên thế giới là cộng nghiệp của con người quá nặng. Nếu trong kiếp này tôi giết anh, thì trong kiếp tới anh sẽ giết tôi; và trong kiếp kế tới nữa tôi sẽ trở lại giết anh. Vòng giết chóc này cứ tiếp tục mãi mãi. Con người giết thú và trong kiếp tới họ có thể trở thành thú. Có thể những con thú một lần bị con người giết bây giờ trở lại thành người để trả thù. Cái vòng lẩn quẩn này tiếp diễn không ngừng. Đó là lý do tại sao cái vòng giết chóc đẫm máu này hiện hữu. Công

đức tích tụ từ hạnh phóng sanh thật là vô biên. Vì công đức này có thể giúp cho các sinh vật được sống hết nguyên kiếp tự nhiên của họ. Để giảm thiểu hay triệt tiêu công nghiệp sát sanh, chúng ta phải thực hành hạnh phóng sanh. Chúng ta càng phóng sanh thì công nghiệp sát sanh của thế giới này càng nhẹ đi.

Nếu các chúng sanh trong các thế giới ở lục đạo, mà tâm chẳng sát sanh, thì không bị sinh tử nối tiếp. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Sáu, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về giới “Đoạn sát,” một trong bốn giới quan trọng cho chư Tăng Ni trong Phật giáo: “A Nan! Nếu các chúng sanh trong các thế giới ở lục đạo, mà tâm chẳng sát, thì không bị sanh tử nối tiếp. A Nan! Ông tu tam muội, gốc để vượt khỏi trần lao, nếu sát tâm chẳng trừ, thì không thể ra khỏi được. A Nan! Dù có đa trí, thiên định hiện tiền, nhưng chẳng đoạn nghiệp sát, thì quyết lạc về thần đạo. Thượng phẩm là đại lực quý, trung phẩm làm phi hành dạ xoa, các quý soái, hạ phẩm là địa hành la sát. Các quý thần ấy cũng có đồ chúng, đều tự tôn mình thành vô thượng đạo. Sau khi ta diệt độ, trong đời mạt pháp, nhiều quý thần ấy xí thịnh trong đời, tự nói: “Ăn thịt cũng chứng được Bồ Đề.” A Nan! Tôi khiến các Tỳ Kheo ăn ngũ tịnh nhục, thịt đó đều do tôi thần lực hóa sinh, vẫn không mạng căn, vì rằng về đất Bà La Môn, phần nhiều ẩm thấp, lại thêm nhiều đá, nên cây cỏ và rau không sinh. Tôi dùng thần lực đại bi giúp, nhân đức từ bi lớn, giả nói là thịt. Ông được ăn các món đó. Thế sau khi Như Lai diệt độ rồi, các Thích tử lại ăn thịt chúng sanh? Các ông nên biết: người ăn thịt đó, dù được tâm khai ngộ giống như tam ma địa, cũng đều bị quả báo đại la sát. Sau khi chết quyết bị chìm đắm biển khổ sinh tử, chẳng phải là đệ tử Phật. Những người như vậy giết nhau, ăn nhau, cái nợ ăn nhau vương chưa xong thì làm sao ra khỏi được tam giới? A Nan! Ông dạy người đời tu tam ma địa, phải đoạn nghiệp sát sanh. Ấy gọi là lời dạy rõ ràng, thanh tịnh và quyết định thứ hai của Như Lai. Vì cơ đó, nếu chẳng đoạn sát mà tu thiên định, ví như người bị tai nói to, muốn cho người đừng nghe. Như thế gọi là muốn dấu lại càng lộ. Các Tỳ Kheo thanh tịnh cùng các Bồ Tát lúc đi đường chẳng dẫm lên cỏ tươi, hướng chi lấy tay nhỏ. Thế nào là đại bi khi lấy chúng sanh huyết nhục để làm món ăn. Nếu các Tỳ Kheo chẳng mặc các đồ tơ lụa của đông phương, và những giày dép, áo, lông, sữa, phó mát, bơ của cõi này. Vị đó mới thật là thoát khỏi thế gian. Trả lại cái nợ trước hết rồi, chẳng còn đi trong ba cõi nữa. Tại sao? Dùng một phần thân loài vật, đều là

trợ duyên sát nghiệp. Như người ăn trăm thứ lúa thóc trong đất, chân đi chẳng dẫm đất. Quyết khiến thân tâm không nỡ ăn thịt hay dùng một phần thân thể của chúng sanh, tôi nói người đó thật là giải thoát. Tôi nói như vậy, gọi là Phật nói. Nói không đúng thế, tức là ma Ba Tuần thuyết.

Trong kinh Trung Bộ, Đức Phật khuyên con người, nhất là Phật tử không nên sát sanh vì chúng hữu tình ai cũng sợ đánh đập giết chóc, và sanh mạng là đáng trân quý. Đức Phật luôn tôn trọng sự sống, ngay cả sự sống của loài côn trùng và cỏ cây. Ngài tự mình thực hành không đồ thức ăn thừa của mình trên đám cỏ xanh, hay nhận chìm trong nước có các loại côn trùng nhỏ. Đức Phật khuyên các đệ tử của Ngài chớ nên sát sanh. Ngài trình bày rõ ràng rằng sát sanh đưa đến tái sanh trong địa ngục, ngạ quỷ hay súc sanh, và hậu quả nhẹ nhàng nhất cho sát sanh là trở lại làm người với tuổi thọ ngắn. Lại nữa, sát hại chúng sanh đem đến sự lo âu sợ hãi và hận thù trong hiện tại và tương lai và làm sanh khởi tâm khổ tâm ưu. Ngài dạy: “Này gia chủ, sát sanh, do duyên sát sanh tạo ra sợ hãi hận thù ngay trong hiện tại, sợ hãi hận thù trong tương lai, khiến tâm cảm thọ khổ ưu. Từ bỏ sát sanh, không tạo ra sợ hãi hận thù trong hiện tại, không sợ hãi hận thù trong tương lai, không khiến tâm cảm thọ khổ ưu. Người từ bỏ sát sanh làm lắng dịu sợ hãi hận thù này.” Ngài lại dạy các đệ tử xuất gia như sau: “Ở đây, này các Tỷ kheo, Thánh đệ tử đoạn tận sát sanh, từ bỏ sát sanh. Này các Tỷ kheo, Thánh đệ tử từ bỏ sát sanh, đem sự không sợ hãi cho vô lượng chúng sanh, đem sự không hận thù cho vô lượng chúng sanh, đem sự bất tổn hại cho vô lượng chúng sanh. Sau khi cho vô lượng chúng sanh không sợ hãi, không hận thù và bất tổn hại, vị ấy sẽ được san sẻ vô lượng không sợ hãi, không hận thù và bất tổn hại. Này các Tỷ kheo, đây là bố thí thứ nhất, là đại bố thí, được biết là tối sơ, được biết là lâu ngày, không bị những Sa môn, Bà la môn có trí khinh thường.” Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng sợ sự chết; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (129). Ai ai cũng sợ gươm đao, ai ai cũng thích được sống còn; vậy nên lấy lòng mình suy lòng người, chớ giết chớ bảo giết (130). Nếu lấy đao gây hại người toàn thiện toàn nhân, lập tức kẻ kia phải thọ lấy đau khổ trong mười điều (137). Thống khổ về tiền tài bị tiêu mất, thân thể bị bại hoại, hoặc bị trọng bệnh bức bách (138). Hoặc bị tán tâm loạn ý, hoặc bị vua quan áp bách, hoặc bị vu trọng tội, hoặc bị quyền thuộc ly

tán (139). Hoặc bị tài sản tan nát, hoặc phòng ốc nhà cửa bị giặc thiêu đốt, và sau khi chết bị đọa vào địa ngục (140).”

**Thứ nhì là Không Trộm Cấp:** Không trộm cấp hay không lừa đảo, hay không lấy bất cứ thứ gì với ý định không lương thiện. Không trộm cấp đồng thời sống lương thiện, chỉ lấy những gì được cho theo đúng phép. Lấy những gì thuộc về người khác tuy không nghiêm trọng như tước đoạt mạng sống của họ, nhưng nó vẫn được xem là trọng tội bởi vì đã lấy đi của họ một niềm vui nào đó. Vì không ai muốn bị trộm cấp, cho nên không có gì khó hiểu khi thấy rằng lấy những gì không phải là của riêng mình là một lỗi lầm. Ý nghĩ thúc đẩy một người trộm cấp không bao giờ là thiện ý hay hảo ý được. Vì thế trộm cấp dẫn đến bạo hành, thậm chí cả sát nhân nữa. Những người buôn bán rất dễ phạm phải giới ‘không trộm cấp’. Một người có thể dùng ngòi viết và miệng lưỡi của mình với ý đồ trộm cấp. Không thể có an lạc và hạnh phúc trong một xã hội mà người ta lúc nào cũng phải đề phòng trộm cấp. Trộm cấp có thể có nhiều hình thức, như một công nhân làm việc chênh mảng hay vụng về nhưng vẫn được trả lương đầy đủ, người ấy thật sự là một tên trộm, vì họ nhận đồng tiền mà họ không đáng nhận. Và điều này cũng áp dụng đối với người chủ, nếu họ không trả lương đầy đủ cho công nhân.

Tất cả chúng ta đều có quyền sở hữu như nhau, chúng ta có quyền cho theo như ý nguyện. Tuy nhiên, chúng ta không nên lấy bất cứ thứ gì không thuộc về mình bằng cách trộm cấp hay lừa đảo. Thay vào đó, chúng ta nên học cách cho để giúp đỡ người khác, và luôn bảo trì những gì chúng ta đang sử dụng, dù vật ấy thuộc về ta hay của công cộng. Theo nghĩa rộng, giới cấm này bao gồm cả phần trách nhiệm. Nếu chúng ta trây lười và lơ là bổn phận học hỏi và làm việc, người ta nói chúng ta “đang ăn cắp thì giờ” của chính mình. Giới này cũng khuyến khích chúng ta nên có lòng quảng đại bao dung. Người Phật tử nên luôn giúp đỡ người nghèo khổ bệnh hoạn và cúng dường lên chư Tăng Ni đang tu tập. Người Phật tử cũng nên luôn quảng đại với cha mẹ, thầy bạn để tỏ lòng biết ơn với những lời khuyên lớn dạy dỗ tốt lành của họ. Người Phật tử cũng nên luôn tỏ lòng thông cảm và khuyến tấn những người đang khổ đau phiền não. Giúp đỡ họ bằng lời Pháp Nhủ cũng được coi như là cách bố thí cao thượng nhất.

Không trộm cấp vì chúng ta không được quyền lấy những gì mà người ta không cho. Không trộm cấp làm cho chúng ta trở nên liêm

khuyết. Không trộm cắp là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Lấy bất cứ thứ gì mà không được cho bởi chủ nhân hay trộm cắp cũng sai ngay cả về mặt pháp lý. Không trộm cắp có nghĩa là không trực tiếp hay gián tiếp phỉnh gạt để lấy của người. Trái lại còn phải cố gắng bố thí cho muôn loài. Đức Phật đã từng dạy “họa lớn không gì bằng tham lam; phước lớn không gì bằng bố thí”. Chúng ta không có quyền lấy bất cứ thứ gì mà người ta không cho. Không trộm cắp giúp cho chúng ta trở nên lương thiện hơn (bất cứ vật gì của người không cho mà mình cố ý lấy, thì gọi là thâu đạo hay trộm cắp. Ý nghĩa ngăn cản trộm cắp là để diệt trừ nghiệp báo, như quả ở ngoài, chủ yếu là trừ tâm niệm tham và diệt hẳn ngã chấp, ái dục mạnh thì khởi tâm tham cầu, tham cầu không được thì sanh ra trộm cắp. Một khi chấp ngã, nghĩa là chấp có ta, thì có của mình mà không có của người, chỉ nghĩ đến sở hữu của ta, không nghĩ đến sở hữu của người. Ngăn ngừa trộm cướp tức là chặn đứng lòng tham và chấp ngã). Có năm điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp trộm cắp: có sở hữu của người khác, biết như vậy (biết đó là sở hữu của người khác), có ý định đoạt vật ấy làm sở hữu cho mình, cố gắng trộm cắp, và chính hành động trộm cắp. Người Phật tử chơn thuần không nên trộm cắp vì không trộm cắp sẽ giúp chúng ta tăng lòng quảng đại, tăng lòng thành tín nơi người, tăng lòng thành thật, không khốn khổ, và không thất vọng.

Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Sáu, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về giới “Đoạn Đạo,” một trong bốn giới quan trọng cho chư Tăng Ni trong Phật giáo: “A Nan! Nếu các chúng sanh trong các thế giới ở lục đạo, mà tâm chẳng thâu đạo, thì chẳng theo nghiệp ấy bị sanh tử tương tục. A Nan! Ông tu tam muội, cốt để thoát khỏi trần lao, nếu cái “thâu tâm” chẳng trừ thì quyết không thể ra khỏi được. A Nan! Dù có đa trí, thiên định hiện tiền, như chẳng đoạn đạo nghiệp, quyết lạc về tà đạo. Thượng phẩm làm loài tinh linh, trung phẩm làm loài yêu mị, hạ phẩm làm người tà, bị mắc cái yêu mị. Các loại tà ấy cũng có đồ chúng, đều tự tôn mình thành vô thượng đạo. Sau khi tôi diệt độ, trong đời mạt pháp, nhiều loài tà mị ấy xí thịnh trong đời, dấu điểm sự gian trá, xưng là thiện tri thức. Họ tự tôn mình được pháp của bậc thượng nhân, dối gạt những kẻ không biết, khùng bố khiến người kia mất cái tâm, đi đến đâu làm nhà cửa của người bị hao tổn. Tôi dạy các

Tỳ Kheo đi các nơi khất thực, khiến bỏ cái tham, thành đạo Bồ Đề. Các ông Tỳ Kheo chẳng tự nấu chín mà ăn, tạm ở đời cho qua cái sống thừa, ở trọ tạm ba cõi, chỉ một mặt đi qua, rồi không trở lại (nhất lai). Thế nào cái người giặc, mượn y phục của tôi, buôn bán pháp của Phật để nuôi mình, tạo các nghiệp, đều nói là Phật pháp. rở lại chê người xuất gia, giữ giới cụ túc là đạo tiểu thừa. Bởi vậy làm nghi lầm vô lượng chúng sanh, kẻ đó sẽ bị đọa vào địa ngục vô gián. Nếu sau khi tôi diệt độ, có ông Tỳ Kheo phát tâm quyết định tu tam ma đề, có thể đối trước hình tượng Phật, nơi thân phần, làm một cái đèn, hoặc đốt một ngón tay, và trên thân đốt một nén hương. Tôi nói người ấy một lúc đã trả xong các nợ trước từ vô thủy, từ giả luân thế gian, thoát khỏi các hoặc lậu. Dù chưa liền nhận rõ đường vô thượng giác, người ấy đã quyết định tâm với pháp. Nếu chẳng làm chút nhân nhỏ mọn bỏ thân như vậy, dù thành đạo vô vi, quyết phải trở lại sinh trong cõi người, để trả nợ trước. Như tôi ăn lúa của ngựa ăn không khác. A Nan! Ông dạy người đời tu tam ma địa, sau sự đoạn dâm, đoạn sát, phải đoạn thù đạo. Ấy gọi là lời dạy rõ ràng, thanh tịnh, quyết định thứ ba của Như Lai. A Nan! Bởi vậy nếu chẳng đoạn thù đạo mà tu thiền định, ví như người đổ nước vào chén vỡ, muốn cho đầy chén, dù trải qua nhiều kiếp, không bao giờ đầy. Nếu các Tỳ Kheo, ngoài y bát ra, một phân một tấc cũng chẳng nên chứa để. Đồ ăn xin được, ăn thừa, ban lại cho chúng sanh đói. Giữa chúng nhóm họp, chấp tay lễ bái, có người đánh và mắng, xem như là khen ngợi. Quyết định thân tâm, hai món đều dứt bỏ. Thân thịt cốt huyết, cho chúng sanh dùng. Chẳng đem quyền nghĩa của Phật nói, xoay làm kiến giải của mình, để làm kẻ sơ học. Phật ấn chứng cho người ấy được.

**Thứ ba là Không Tà Dâm:** Không tà dâm có nghĩa là không lang chạ với vợ hay chồng người, hoặc với người không phải là vợ hay chồng của mình. Gian dâm là sai. Người Phật tử tại gia nên có trách nhiệm trong vấn đề tình dục. Nếu chưa xuất gia được để tu hành giải thoát, thì hai vợ chồng nên gìn giữ mối quan hệ đứng đắn, ân cần, yêu thương và trung thành với nhau, thì gia đình sẽ hạnh phúc, và xã hội sẽ tốt đẹp hơn. Người phạm tội gian dâm không còn được kính nể và không được ai tin cậy. Tà dâm dính líu tới những người mà mối liên hệ vợ chồng phải tránh theo tập tục, hay với những người cấm bởi pháp luật, hay bởi Pháp, là sai. Cho nên ép buộc bằng phương tiện vũ lực hay tiền bạc một người đã có gia đình hay người chưa có gia đình ứng



thuận là tà dâm. Mục đích của giới thứ ba là gìn giữ sự kính trọng gia đình và mỗi người liên hệ để bảo vệ tính cách thiêng liêng bất khả xâm phạm (Giới này chia làm hai loại, tại gia và xuất gia. Không tà dâm chỉ dành cho người tại gia thọ trì năm giới cấm, nghĩa là vợ chồng không chính thức cưới hỏi, phi thời, phi xứ, đều thuộc tà dâm. Giới cấm này chẳng những giúp ta tránh được quả báo, mà còn đặc biệt gìn giữ và trưởng dưỡng thân tâm không cho chạy theo tình dục phi thời phi pháp. Về phần Tăng chúng xuất gia, với ý chí cầu phạm hạnh, giới này đòi hỏi Tăng chúng đoạn tuyệt với tất cả mọi hành vi dâm dục, cho đến khởi tâm động niệm đều là phạm giới).

Theo Thanh Tịnh Đạo, tà hạnh là làm những điều đáng lý không nên làm, và không làm cái nên làm, do tham sân si và sợ. Chúng được gọi là đường xấu vì đó là những con đường mà bậc Thánh không đi. Tà dâm được nói trong giáo lý nhà Phật như là một trong những hình thức tương tự với sự Gian Dâm. Với Tăng Ni dù chỉ suy nghĩ hay ao ước đến chuyện làm tình với một người khác, chứ đừng nói đến chuyện làm tình, là đã có tội và phạm giới luật nhà Phật, phải bị khai trừ khỏi Giáo đoàn. Riêng với Phật tử tại gia, nếu suy nghĩ hay ao ước, hoặc làm tình với người không phải là vợ chồng của mình đều bị cấm đoán. Tránh tà dâm là tôn trọng con người và những quan hệ cá nhân. Nhiều bất hạnh xảy đến với những con người tà hạnh và có lối sống thiếu trách nhiệm. Kết quả của sự tà hạnh là nhiều gia đình tan vỡ, nhiều trẻ em trở thành nạn nhân của sự lạm dụng tình dục. Đối với tất cả Phật tử tại gia, hạnh phúc của chính mình cũng là hạnh phúc của người khác, vì thế vấn đề tình dục phải được thực thi bằng sự lo lắng yêu thương, chứ không bằng sự ham muốn đòi hỏi của xác thịt. Khi thọ trì giới này, Phật tử tại gia nên tự kiểm vấn đề tình dục, và vợ chồng nên trung thành với nhau. Vấn đề này cũng giúp tạo nên sự an lạc trong gia đình. Trong một gia đình hạnh phúc, người chồng và người vợ phải tương kính và thương yêu nhau. Có được gia đình hạnh phúc, thế giới sẽ trở thành một nơi tốt hơn cho đời sống. Những người Phật tử trẻ nên luôn nhớ có thân thể tinh khiết mới phát sanh được những việc thiện lành trong cuộc sống hằng ngày.

Người Phật tử chơn thuần không nên tà hạnh vì thứ nhất chúng ta không muốn làm người xấu trong xã hội; thứ hai là không tà hạnh giúp chúng ta trở nên trong sạch và đàng hoàng hơn. Không tà hạnh là giới cấm thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về

sắc dục hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đọa, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Đây là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Có bốn điều kiện cần thiết để tạo nghiệp tà dâm: ý nghĩ muốn thỏa mãn nhục dục, cố gắng thỏa mãn nhục dục, tìm phương tiện để đạt được mục tiêu, và sự thỏa mãn hay hành động tà dâm. Riêng đối với người xuất gia, vị Tỳ Kheo nào chủ ý dâm dục mà nói với người nữ hoặc người nam nên có quan hệ tình dục với mình, vị ấy phạm giới Tăng thân giải cứu. Vị Tỳ Kheo Ni nào có chủ ý dâm dục, với người nam hay người nữ, là phạm một trong tám giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tỳ Kheo Ni và không thể tham dự vào những sinh hoạt của giáo đoàn nữa. Dùng lời nói hay cử chỉ có tác dụng kích động dâm tính, là phạm giới Rơi Rụng thứ bảy. Bảo rằng mình sẵn sàng trao hiến tình dục cho người kia, là phạm giới Rơi Rụng thứ tám. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, đây là những quả báo không tránh khỏi của tà dâm: có nhiều kẻ thù, đời sống vợ chồng không hạnh phúc, và sanh ra làm đàn bà hay làm người bán nam bán nữ.

Nếu các chúng sanh trong các thế giới ở lục đạo, mà tâm chẳng dâm, thì không bị sinh tử nối tiếp. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Sáu, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về giới “Đoạn dâm,” một trong bốn giới quan trọng cho chư Tăng Ni trong Phật giáo: “A Nan! Ông tu tam muội, gốc để ra khỏi trần lao, nếu tâm dâm chẳng trừ, thì không thể ra được. Dù có đa trí, thiền định hiện tiền, nhưng chẳng đoạn dâm, thì quyết bị lạc về ma đạo. Thượng phẩm là ma vương, trung phẩm là ma dân, hạ phẩm là ma nữ. Các ma kia cũng có đồ chúng, đều tự xưng mình thành vô thượng đạo. Sau khi tôi diệt độ, trong đời mạt pháp, phần nhiều các ma dân ấy xí thịnh trong đời, hay làm việc tham dâm, làm bậc thiện tri thức, khiến các chúng sanh lạc vào hầm ái kiến, sai mất đường Bồ Đề. A Nan! Ông dạy người đời tu tam ma địa, trước hết phải đoạn dâm. Ấy gọi là lời dạy rõ ràng thanh tịnh, quyết định thứ nhất của Như Lai. Vì cơ đó nếu chẳng đoạn dâm mà tu thiền định, ví như nấu cát muốn thành cơm, trải qua trăm nghìn kiếp chỉ thấy cát nóng mà thôi. Tại sao? Bởi vì cát không phải là bản

nhân của cơm. A Nan! Nếu ông đem cái thân dâm mà cầu diệu quả của Phật, dù được diệu ngộ, cũng đều là dâm căn, căn bản thành dâm, luân chuyển trong ba đường, quyết chẳng ra khỏi. Do đường lối nào tu chứng Niết Bàn của Như Lai? Quyết khiến thân tâm đều đoạn cơ quan dâm dục, đoạn tính cũng không còn, mới có thể trông mong tới Bồ Đề của Phật. Như thế tôi nói, gọi là Phật thuyết. Nói chẳng đúng thế, tức là ma Ba Tuần thuyết. Theo Tăng Chi Bộ Kinh, Đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo, Như Lai không thấy một sắc nào khác, do sắc đó tâm của một người đàn ông bị hấp dẫn, xâm chiếm và ngự trị như sắc của một người đàn bà. Này các Tỳ Kheo, sắc của một người đàn bà xâm chiếm và ngự trị tâm của người đàn ông. Này các Tỳ Kheo, Như Lai không thấy một âm thanh nào khác, do âm thanh đó tâm của một người đàn ông bị hấp dẫn, xâm chiếm và ngự trị như âm thanh của một người đàn bà. Này các Tỳ Kheo, âm thanh của một người đàn bà xâm chiếm và ngự trị tâm của người đàn ông. Lại cũng như vậy đối với hương, vị, xúc...” Sự hấp dẫn về giới tính được Đức Phật mô tả như là một xung lực mạnh mẽ nhất trong con người. Nếu trở thành một kẻ nô lệ cho xung lực này thì dù có là người mạnh nhất cũng biến thành yếu ớt, dù là bậc hiền nhân cũng có thể từ bậc cao rơi xuống bậc thấp như thường. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Buông lung theo tà dục, sẽ chịu bốn việc bất an: mắc tội vô phước, ngủ không yên, bị chê là vô luân, đọa địa ngục (309). Vô phước đọa ác thú bị khủng bố, ít vui, quốc vương kết trọng tội: đó là kết quả của tà dâm. Vậy chớ nên phạm đến (310).” Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy: “Có người lo lắng vì lòng dâm dục không dứt nên muốn đoạn âm. Đoạn âm không bằng đoạn tâm. Tâm như người hướng dẫn, một khi người hướng dẫn ngừng thì những kẻ tùng sự đều phải ngừng. Tâm tà không ngừng thì đoạn âm có ích gì? Đức Phật Ca Diếp có dạy rằng: ‘Dục sinh từ nơi ý. Ý do tư tưởng sinh, hai tâm đều tịch lặng, không mê sắc cũng không hành dâm’.”

**Thứ tư là Không Vọng Ngữ:** Vọng ngữ là lời nói giả dối để phỉ báng, khoe khoang hay lừa dối người khác. Vọng ngữ là không nói đúng sự thật (nói dối). Vọng ngữ cũng còn có nghĩa là nói lời dâm thọc, nói lười hai chiều hay nói lời hủy báng. Vọng ngữ còn có nghĩa là nói lời thô lỗ cộc cằn, hay nói lời nhảm nhí vô ích. Hủy báng kinh điển Phật giáo cũng được xem như một thứ vọng ngữ nghiêm trọng. Hủy báng kinh điển Phật giáo có nghĩa là chế nhạo những lời Phật dạy

được viết lại trong kinh điển, như cho rằng những nguyên tắc ấy là giả, rằng những lời Phật dạy trong kinh điển Phật giáo hay trong Đại Thừa Phật giáo là do ma vương nói ra, vân vân. Loại phạm tội này không thể sám hối được. Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có bốn điều kiện cần thiết để tạo nên nghiệp nói dối: có sự giả dối không chân thật, ý muốn người khác hiểu sai lạc sự thật, thốt ra lời giả dối, và tạo sự hiểu biết sai lạc cho người khác. Theo Phật giáo, vọng ngữ là lối biện bạch chính cho những tội lỗi khác. Phật tử chân thuần phải nên để ý những trường hợp sau đây: vì tranh đua nên chúng ta nói dối; vì tham lam nên chúng ta nói dối; vì muốn cầu cạnh nên chúng ta nói dối; vì ích kỷ nên chúng ta nói dối; vì tự lợi nên nói dối. Chúng ta nói dối để lừa gạt người khác. Chúng ta phạm lỗi mà không dám tự nhận nên nói dối, tìm lời biện bạch cho mình, vân vân và vân vân. Cũng theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có những hậu quả không tránh khỏi của sự nói dối: bị mắng chửi nhục mạ, tánh tình đê tiện, không ai tín nhiệm, và miệng mồm hôi thúi.

Đức Phật muốn chúng đệ tử của Ngài hết sức ngay thẳng nên Ngài đã khuyến cáo chúng ta không nên nói dối, mà nói thật, sự thật hoàn toàn. Không nói dối bao gồm không nói lời độc ác, không nói lời thù ghét, không nói lời hai chiều, không nói lời gian trá, như có nói không, không nói có. Trái lại, phải nói lời chân thật ngay thẳng hiền hòa, lợi mình lợi người. Tuy nhiên, trong những trường hợp đặc biệt, đôi khi người ta không thể nói được sự thật, chẳng hạn họ phải nói dối để khỏi bị hại, và bác sĩ nói dối để giúp đỡ tinh thần bệnh nhân. Nói dối vào những trường hợp như vậy có thể trái ngược với giới luật, nhưng không hẳn là trái ngược với lòng từ bi hay mục đích. Cấm nói dối mục đích là đem lại lợi ích hỗ tương bằng cách gắn vào sự thật và tránh sự xúc phạm bằng lời nói. Giống như vậy, lời phát biểu làm hại hạnh phúc người khác, chẳng hạn như lời nói hiểm độc, sỉ nhục, phỉ báng nhằm nhạo báng người khác và khoe khoang mình là người đáng tin, có thể là sự thật, nhưng những lời như vậy bị coi là sai vì chúng trái với giới luật. Phật tử chơn thuần nên luôn tôn trọng nhau và không nên vọng ngữ hay tự khoác lác. Tránh vọng ngữ có thể đưa đến ít tranh cãi và hiểu lầm hơn, và thế giới sẽ là một nơi an lành hơn. Cách hành trì giới thứ tư là chúng ta nên luôn nói sự thật.

*Có bốn sự biểu hiện vọng ngữ: Thứ nhất là nói dối: Nói dối có nghĩa là nói thành lời hay nói bằng cách gật đầu hay nhún vai để diễn*

đạt một điều gì mà chúng ta biết là không đúng sự thật. Tuy nhiên, khi nói thật cũng phải nói thật một cách sáng suốt kết hợp với tâm từ ái. Thật là thiếu lòng từ bi và u mê khi thật thà nói cho kẻ sát nhân biết về chỗ ở của nạn nhân mà hắn muốn tìm, vì nói thật như thế có thể đưa đến cái chết cho nạn nhân. Chúng ta không nên nói dối vì nếu chúng ta nói dối thì sẽ không ai tin chúng ta. Hơn nữa, không nói dối giúp ta trở nên chân thật và đáng tin cậy hơn. Theo Kinh Pháp Cú, câu 306, Đức Phật dạy “Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục. *Thứ nhì là nói đâm thọc (nói lưỡi hai chiều) hay nói lời hủy báng*: Nói lời đâm thọc là có nói không, không nói có để gây chia rẽ; hoặc nói ly gián hay nói lưỡi hai chiều. Theo thuật ngữ Pali, Pisunavaca có nghĩa là phá vỡ tình bạn. Vu khống người khác là một điều độc ác nhất vì nó đòi hỏi phải đưa ra một lời tuyên bố đối trá với ý định làm hại thanh danh của người khác. Người nói lời ly gián thường phạm vào hai tội ác một lúc, vì lời vu cáo không đúng sự thật nên người ấy phạm tội nói dối, và sau đó còn phạm tội đâm thọc sau lưng người khác. Trong thi kệ Sanskrit, người đâm thọc sau lưng người khác được so sánh với con muỗi, tuy nhỏ nhưng rất độc. Nó bay đến với tiếng hát vo ve, đậu lên người của bạn, hút máu, và có thể truyền bệnh sốt rét vào bạn. Lại nữa, lời lẽ của người đâm thọc có thể ngọt ngào như mật ong, nhưng tâm địa của họ đầy nọc độc. Như vậy chúng ta phải tránh lời nói đâm thọc, hay lời nói ly gián phá hủy tình thân hữu. Thay vì gây chia rẽ, chúng ta hãy nói những lời đem lại sự an vui và hòa giải. Thay vì gieo hạt giống phân ly, chúng ta hãy mang an lạc và tình bạn đến những ai đang sống trong bất hòa và thù nghịch. *Thứ ba là “Nói lời thô lỗ cộc cằn”*: Lời thô ác bao gồm nhục mạ, mắng chửi, nhạo báng và biếm nhẽ, vân vân. Có lúc chúng ta nói những lời đó với nụ cười trên môi mà chúng ta lại giả bộ cho rằng lời chúng ta đang thốt ra không có gì tổn hại đến ai. Phật tử thuần thành đừng bao giờ dùng lời thô ác vì những lời đó làm tổn hại đến người. Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có ba điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp nói lời thô lỗ: có một người khác để cho ta nói lời thô lỗ, tư tưởng sân hận, và thốt ra lời thô lỗ. Những hậu quả không tránh khỏi của sự nói lời thô lỗ cộc cằn: đầu không làm gì hại ai cũng bị họ ghét bỏ, tiếng nói khàn khàn chứ không trong trẻo. Vào thời Đức Phật còn tại thế, một ngày nọ, có một người giận dữ với sắc mặt hung tợn đến gặp Đức Phật. Người ấy

nói những lời nói cộc cằn thô lỗ với Phật. Đức Phật lắng nghe một cách thản nhiên, và không nói một lời nào. Cuối cùng khi người ấy ngưng nói, Đức Phật bèn hỏi: “Nếu có ai đó đem một vật gì đến cho ông mà ông không nhận, thì vật ấy thuộc về ai?” Người ấy trả lời: “Dĩ nhiên là vật ấy vẫn thuộc về người hồi đầu muốn cho.” Đức Phật bèn nói tiếp: “Cũng như vậy với những lời mà ông vừa nói ban nãy, ta không muốn nhận, vậy chúng vẫn thuộc về ông. Ông phải tự giữ lấy chúng. Ta e rằng cuối cùng rồi ông sẽ gánh lấy khổ đau phiền não, vì kẻ ác thóa mạ người hiền chỉ mang lấy khổ đau cho chính mình mà thôi. Cũng như một người muốn làm ô nhiễm bầu trời bằng cách phung nước miếng lên trời. Nước miếng của người ấy chẳng bao giờ có thể làm ô nhiễm được bầu trời, mà ngược lại nó sẽ rơi xuống ngay trên mặt của chính người đó vậy.” Nghe lời Phật nói xong, người đó cảm thấy xấu hổ, bèn xin Phật tha thứ và nhận làm đệ tử. Đức Phật nói: “Chỉ có ái ngữ và sự lý luận hợp lý mới có thể làm ảnh hưởng và chuyển hóa được người khác mà thôi.” Phật tử chân thuần nên cố tránh nói lời thô lỗ. *Thứ tư là “Nói lời nhằm nhí vô ích”*: Theo Hòa Thượng Narada trong Đức Phật và Phật Pháp, có hai điều kiện cần thiết để thành lập nghiệp nói lời nhằm nhí vô ích: ý muốn nói chuyện nhằm nhí, và thốt ra lời nói nhằm nhí vô ích. Những hậu quả không tránh khỏi của việc nói lời nhằm nhí: các bộ phận trong cơ thể bị khuyết tật, và lời nói không minh bạch rõ ràng (làm cho người ta nghi ngờ). Theo Kinh Pháp Cú, câu 306, Đức Phật dạy: “Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục.”

***Thứ năm là Không Uống Rượu và Những Chất Cay Độc***: Rượu là thứ làm rối loạn tinh thần, làm mất trí tuệ. Trong hiện tại, rượu là nguyên nhân sanh ra nhiều tật bệnh; trong vị lai thì rượu chính là nguyên nhân của ngu si mê muội. Kinh Phật thường ví rượu hại hơn thuốc độc. Muốn tu tập hay phát huy trí tuệ phải tuyệt đối không uống rượu. Ngoài ra, cũng không được dùng các thứ thuốc kích thích thần kinh như thuốc phiện. Rượu đã từng được xem như là một trong những nguyên nhân chính của sự sa đọa và tinh thần con người. Hiện nay các loại ma túy được xem là độc hại và nguy hiểm hơn cả ngàn lần. Vấn đề này đã và đang trở thành vấn nạn trên khắp thế giới. Trộm cắp, cướp bóc, bạo dâm và lừa đảo ở tầm mức lớn lao đã xảy ra do ảnh hưởng độc hại của ma túy.

Giới “Không Uống Rượu” dựa vào sự tôn trọng chính mình và không làm mất đi sự kiểm soát thân, khẩu, ý của chính mình. Nhiều thứ có thể trở nên những chất liệu làm cho chúng ta ghiền. Chúng bao gồm cả rượu, thuốc, hút thuốc và những sách vở không lành mạnh. Xử dụng bất cứ thứ nào trong những thứ vừa kể trên sẽ đưa đến sự tổn hại cho bản thân và gia đình. Một ngày nọ, Đức Phật đang thuyết Pháp cho hội chúng thì có một người trẻ say rượu đi khệnh khạng vào trong phòng. Người ấy vấp lên một vài chư Tăng đang ngồi trên sàn và bắt đầu to tiếng chưởi rủa. Hơi thở của người ấy nồng nặc mùi rượu. Rồi người ấy vừa nói lấp bắp, vừa đi khệnh khạng ra khỏi phòng. Mọi người đều sững sờ trước thái độ thô lỗ của người say ấy, nhưng Đức Phật vẫn bình thản nói với tứ chúng: “Này tứ chúng! Hãy nhìn con người say ấy! Ta dám chắc về số phận của một người say. Hắn sẽ mất sức khỏe, mất tiếng tăm. Thân thể người ấy sẽ yếu đuối và bệnh hoạn. Ngày và đêm, người ấy sẽ cãi cọ với gia đình và bạn hữu cho tới khi nào bị mọi người xa lánh. Điều tệ hại hơn hết là người ấy sẽ mất đi trí tuệ và trở nên mê muội.” Giữ được giới này chúng ta sẽ có một thân thể tráng kiện và tinh thần linh mẫn.

*Lý do tại sao chúng ta không nên uống những chất cay độc:* không uống rượu vì nó làm ta mất sự tỉnh giác và tự chủ các căn, không uống rượu giúp ta tỉnh giác với các căn trong sáng. Giới “Không Uống Rượu” là một trong tám giới đầu trong Thập Giới mà Đức Phật chế ra cho Phật tử tại gia cứ mỗi nửa tháng là phải giữ tám giới này trong 24 giờ. Không uống rượu là giới thứ năm trong thập giới. Không uống rượu vì uống rượu sẽ làm cho tánh người cuồng loạn, rượu là cội gốc của buồng lung (Rượu làm cho thân tâm sanh nhiều thứ bệnh, người uống rượu thường ưa đấu tranh, mất dần trí huệ, vì uống rượu mà dẫn đến tội ác. Khi uống rượu say rồi, người ấy có thể phạm các giới khác và làm các việc ác khác rất là dễ dàng. Đức Phật cấm không cho Phật tử uống rượu là vì muốn cho họ giữ gìn thân tâm thanh tịnh, và tăng trưởng đạo niệm). Đức Phật bảo chúng ta không nên dùng chất say. Có rất nhiều lý do tại sao phải giữ giới này. Một thi sĩ đã viết về người say như sau:

“Người say chối bỏ lẽ phải  
Mất trí nhớ  
Biến thể khối óc  
Suy yếu sức lực

Làm viêm mạch máu  
Gây nên các vết nội và ngoại thương bất trị  
Là mụn phù thủy của cơ thể  
Là con quỷ của trí óc  
Là kẻ trộm túi tiền  
Là kẻ ăn xin ghê tởm  
Là tai ương của người vợ  
Là đau buồn của con cái  
Là hình ảnh một con vật  
Là kẻ tự giết mình  
Uống sức khỏe của người khác  
Và cướp đoạt sức khỏe của chính mình.”



## ***Chương Bốn Mười Bốn***

### ***Người Con Phật Luôn Thọ Trì Bát Quan Trai Giới***

Giữ giới có hai loại: Thứ nhất là chỉ trì, tránh làm các việc ác. Thứ nhì là tác trì, làm các việc thiện. Trì giới còn là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta xa lìa thế giới nhiễm trước, và cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hướng dẫn những chúng sanh hay buông lung phá giới. Bên cạnh đó, còn có mười lợi ích cho những ai trì giới: luôn trở thành vị chuyển luân vương; không mất tâm chuyên cần; luôn trở thành chư thiên cõi trời Đệ Thích mà không mất tâm chuyên cần; luôn tâm cầu Phật đạo; luôn giữ vững Bồ Tát đạo; không mất khả năng biện tài vô ngại; luôn thành tựu gieo trồng căn lành; luôn được chư Như Lai, chư Bồ Tát và chư Thánh chúng tán thán; nhanh chóng đạt được mọi loại trí tuệ. Đối với Phật tử tại gia, ngoài ngũ giới ra, cũng có thể thọ bát quan trai giới trong vòng 24 giờ mỗi tháng. Nhiều người thích thọ bát quan trai vào ngày rằm hay vào những ngày lễ hội Phật giáo, mặc dầu họ có thể thọ bát quan trai trong bất cứ ngày nào.

***Bát Quan Trai Giới bao gồm:*** Năm giới đầu của bát quan trai giới cũng giống như năm giới tại gia, với một ngoại lệ là giới không tà dâm trở thành giới không dâm dục, vì những giới điều này chỉ được giữ trong thời gian một ngày mà thôi. *Giới thứ sáu* là tránh dùng nước hoa, đồ trang sức hay trang điểm, đồng thời cũng tránh việc ca hát, nhảy múa và chơi âm nhạc. Giới này giúp cho người tại gia tránh việc xao lãng trong tu tập. Không làm đẹp cho thân thể sẽ khuyến tấn chúng ta tu dưỡng cái đẹp của tình thương, lòng bi mẫn và trí tuệ bên trong tâm hồn. Nếu chúng ta ca hát và ngâm nga thì lúc ngồi thiền, những âm điệu ấy sẽ tiếp tục chạy nhảy trong tâm của chúng ta. *Giới thứ bảy* là không được ngồi trên giường hay trên bệ cao hay đấc tiền, vì làm như vậy sẽ khiến chúng ta cảm thấy kiêu hãnh, xem bản thân mình là cao trọng hơn thân người. *Giới thứ tám* là không ăn đoàn thực (những thức ăn cứng) sau giờ Ngọ và chỉ được ăn chay mà thôi. Khi truyền giới bát quan trai, một số thầy cho phép giới tử ăn một bữa Ngọ mà thôi, trong khi một số thầy khác lại cho phép ăn bữa sáng và bữa trưa. Một số thầy chỉ cho phép uống nước sau giờ Ngọ, số khác cho phép uống trà với sữa, hay nước ép trái cây. Mục đích của của giới thứ tám nhằm

giúp làm giảm thiểu tâm vướng mắc vào thức ăn. Nó cũng giúp cho chúng ta tu tập thiền định tốt hơn vào buổi tối vì nếu chúng ta ăn no vào buổi tối chúng ta sẽ cảm thấy nặng nề và buồn ngủ. Giữ giới không những chỉ có lợi cho mình, mà còn khiến chúng ta ý thức hơn nữa những hành động, lời nói và tâm thái của chúng ta. Giới điều giúp chúng ta hiểu rõ bản thân mình hơn vì chúng ta sẽ trở nên ý thức về những hành vi đã trở thành thói quen của mình; giới điều cũng giúp chúng ta quyết định trước việc gì nên tránh, và tránh được hoàn cảnh bị cám dỗ làm một điều gì đó mà chúng ta phải hối tiếc về sau này. Bát Quan Trai Giới cho người Phật tử tại gia tu trì trong một ngày một đêm gồm tám giới như sau: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu hay những chất cay độc, không son phấn, không ca hát múa nhảy hoặc nghe nhạc và không nằm giường cao, cuối cùng là không ăn sái giờ Ngọ, mà chỉ ăn trong khoảng từ 11 giờ sáng đến 1 giờ chiều.

## *Chương Bốn Mười Lăm*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Tinh Tấn Tu Tập*

Sự tu tập có nghĩa là sự vun bồi, trau dồi, hay tu dưỡng. Hành giả nên luôn nhớ rằng muôn sự trên đời này, khó nhất là lúc ban đầu, nhưng chuyển đi ngàn dặm cũng chỉ bắt đầu với một bước đi ngắn đầu tiên. Phật tử thường có truyền thống tôn Phật kính Tăng, và bày tỏ lòng tôn kính với xá lợi Phật, những biểu tượng tôn giáo như hình ảnh, tịnh xá hay tự viện. Tuy nhiên, người Phật tử phải cố gắng tự tu tự chứng và chẳng bao giờ thờ ngẫu tượng. Tu hành trong Phật giáo có nghĩa là thực hành những giáo pháp của Đức Phật trên căn bản liên tục và đều đặn. Tu tập trong Phật giáo cũng có nghĩa là trưởng dưỡng Bồ Đề bằng cách tu tập giới, định, tuệ. Như vậy tu tập trong Phật giáo không chỉ thuần là ngồi thiền, tụng kinh, trì chú hay niệm Phật, mà nó bao gồm cả việc tu tập từ bi hỷ xả, lục ba la mật, thập ba la mật, hay ba mươi bảy phẩm trợ đạo, vân vân.

**Tụng Kinh:** Tụng kinh là tụng đọc và suy tưởng đến nghĩa lý của kinh, chứ không phải tụng để mà tụng. Một số kinh sách nói đến đức hạnh của đức Phật. Nếu chúng ta có đầy đủ đức tin thì việc tụng đọc hay suy tưởng đến nghĩa lý của kinh sẽ giúp đem lại cho mình nhiều hỷ lạc và hạnh phúc. Nếu chúng ta không chịu cố gắng thực hành những gì Phật dạy trong kinh, thì việc học thuộc lòng kinh cũng chỉ là vô bổ. Thay vì đọc những bộ kinh cao siêu khó thực nghiệm thì mình có thể đọc tụng những bộ kinh ngắn và thực tiễn hơn, như kinh Tứ Niệm Xứ, trong đó nói về những lợi ích mà mình có thể gặt hái được trong khi tu tập Pháp bảo. Ngoài ra, chúng ta có thể tụng đọc những kinh khác bao gồm những mẫu chuyện có ý nghĩa, những gương sáng của chư tăng, đoàn thể của những người đang đi trên con đường thánh thiện. Khi tụng đọc những kinh này sẽ giúp đưa chúng ta lên bước trên con đường thanh tịnh. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Dù tụng nhiều kinh mà buông lung không chịu thực hành theo, thì chẳng hưởng được phần ích lợi của Sa-môn, khác nào kẻ chăn bò, chỉ lo đếm bò cho người khác (để lấy công, chứ sữa thịt của bò thì không hưởng được) (19). Tuy tụng ít kinh mà thường y giáo hành trì, hiểu biết chân chánh, diệt trừ tham sân si, tâm hiền lành thanh tịnh, giải thoát và xả bỏ thế

tục, thì dù ở cõi này hay cõi khác, người kia vẫn hưởng phần ích lợi của Sa-môn (20). Tụng đến ngàn câu vô nghĩa, chẳng bằng một câu có nghĩa lý, nghe xong tâm liền thanh tịnh (100). Tụng đến ngàn câu kệ vô nghĩa, chẳng bằng một câu kệ có nghĩa lý, nghe xong tâm liền thanh tịnh (101). Tụng đến trăm câu kệ vô nghĩa, chẳng bằng một pháp cú, nghe xong tâm liền thanh tịnh (102).”

**Trì Chú:** Tổng Trì hay Đà La Ni hay chú ngữ bí giáo thọ trì, do ngài Kim Cang Thủ Bồ Tát (Vajrapani Bodhisattva) thọ trì và truyền bá. Tuy nhiên, khi trì chú trước tiên phải chánh tâm thành ý. Nếu không chánh tâm thành ý thì dù có trì loại chú gì đi nữa cũng là tà vạy. Nói chung, Phật tử thuần thành phải nên luôn nhớ rằng dù tu pháp môn nào đi nữa, lúc nào tâm cũng phải chánh và ý cũng phải thành, nghĩa là lúc nào chúng ta cũng phải chuyên tâm không xao lãng, không cầu thả hay tắc trách. Mặc dù ma quỷ luôn muốn hãm hại chúng sanh, người tu chân chính thì không như vậy, chúng ta không bao giờ làm hại ai trong bất cứ tình huống nào. Ngược lại, chúng ta luôn muốn mang lại lợi lạc cho người khác. Người Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng trì chú là để phát triển lòng từ bi, để không nuôi dưỡng tư tưởng làm tổn hại người khác, chứ không phải để hàng phục ma quỷ hay để quyết đấu với một ai. Đặc biệt Chú Đà La Ni được nhấn mạnh bởi trường phái Chân Ngôn. Đà La Ni là tiếng Phạn “Dharani”, dịch là trì giữ, tổng trì hay bảo tồn huệ lực và trí lực, không để cho thiện pháp bị tán loạn, ngăn che không cho các ác pháp tăng trưởng. “Tổng” còn có nghĩa là bao nhiếp tất cả các pháp, “trì” nghĩa là giữ gìn vô lượng ý nghĩa. Tất cả các pháp đều được tổng nhiếp vào chú này, tất cả các pháp đều khởi nguyên từ chú này. Đà la ni cũng đồng nghĩa với “Mantra”. Đà la ni là một thuật ngữ Bắc Phạn, được giải thích với nghĩa ‘tổng trì’. Đà la ni có khi được gọi là ‘chú’, tổng trì chư pháp vô lượng nghĩa. Đà la ni là pháp chính của chư pháp. Chân ngôn là những kinh ngắn chứa đựng những công thức ma thuật gồm những âm tiết có nội dung tượng trưng (mantra). Mật chú là những phương ngữ bí mật được dùng trong Phật giáo Mật tông. Trong Lạt Ma Giáo, chú gồm những chữ Tây Tạng viết chung với Phạn ngữ. Tổng Trì Đà La Ni là niệmlực có thể tổng nhiếp và trì giữ hết thảy các pháp (thiện ác) mà không thể mất. Trì giữ, tổng trì hay bảo tồn huệ lực và trí lực, không để cho thiện pháp bị tán loạn, ngăn che không cho các ác pháp tăng trưởng. Đà La Ni, đặc biệt Chú Đà La Ni được nhấn mạnh bởi trường

phái Chân Ngôn. Trì chú là những phương thức nguyện cầu bí mật, thường bằng Phạn ngữ, tìm thấy sớm nhất ở Trung Quốc vào thế kỷ thứ ba sau Tây Lịch; chúng là một phần của Đà La Ni Tạng của Du Già hay Mật Giáo.

Mật Chú Kim Cang thừa “Án” (Om). Từ Bắc Phạn thường thấy khi bắt đầu trong những bài chú. Từ này được lấy từ bên Ấn Độ giáo, và có nhiều nghĩa khác nhau. Một khái niệm thông thường trong Phật giáo Đại Thừa là nó tiêu biểu cho thật tánh hay không tánh. Từ này cũng được dùng để xác nhận sự uy nghi tôn kính. Thỉnh thoảng được dịch là “Vâng.” Đây là một biểu tượng rộng và cao nhất trong Kim Cang thừa. Om vừa tượng trưng cho hình thức và âm thanh. Đây không phải là một từ ma thuật, nó không được coi như một từ, mà như một biểu tượng tâm linh, một tượng trưng phổ biến khắp phương Đông. Tiếng “Om” được dùng để chỉ sự khẳng định một cách nghiêm trang và tôn kính, giống như tiếng “a men” bên Cơ Đốc Giáo. Trước kia là mật ngữ của Ấn Độ giáo, được thừa nhận bởi các nhà Phật giáo Mật tông, đặc biệt là trường phái trì mật chú, dùng “Om” như mật chú và đối tượng thiền định. Chữ “Om” thường dùng để hình thành âm đầu tiên trong các câu chú tổng hợp như trong câu “Úm Ma Ni Bát Di Hồng” là công thức chú nguyện của Lạt Ma Giáo Tây Tạng. Người ta nói câu “Úm Ma Ni Bát Di Hồng” còn là câu thần chú để cầu nguyện Đức Quán Thế Âm, mỗi chữ trong câu đều có thần lực cứu độ khỏi tam ác đạo. Mật chú “Án ma ni bát di hồng”. Án ma ni bát di hồng, một nghi thức trì niệm của trường phái Lạt Ma. Mỗi chữ trong sáu chữ có uy lực cứu rỗi những chúng sanh trong các đường dữ. Đại Bi Chú, chú của ngài Quán Thế Âm Bồ Tát, vị Bồ Tát mà Đại Thừa cho là hiện thân của từ bi. Người ta thường thấy chú này được trì trong Phật giáo Tây Tạng, có lẽ ngài Quán Thế Âm được rộng rãi quần chúng xem như gần gũi với Tây Tạng và lịch sử của nó. Vài dòng truyền thừa nổi bật nhất của những vị Lạt Ma tái sanh, kể cả Đức Đạt Lai Lạt Ma và dòng Gyelma Karmapa cũng được tin là hiện thân của ngài Quán Thế Âm. Nghĩa của câu chú này vẫn còn trong vòng bàn cãi của các học giả đương thời. Vài vị đọc “Padme” nghĩa là “Hoa Sen” như là một Phạn ngữ chỉ định sở cách, trong trường hợp này thì phải dịch là “Om” hay “Bảo Châu” trong Hoa Sen. Những học giả khác lại cho rằng “Padme” là định sở cách Nữ, và như vậy phiên dịch câu chú này như là “Om-Bảo Châu hay Lotus-Hoa Sen.” Tuy nhiên cả hai đều bị trở ngại, trong sự giải thích thứ nhất thì

câu chú không thông về văn phạm, điều này ít thấy trong chú Phạn ngữ trong Phật giáo; và trong lời giải thích thứ nhì thì vấn đề là tại sao một vị Phật nam lại được dùng để chỉ sở định cách của một người nữ. Đây là câu chú xưa nhất trong các trường phái Mật tông Tây Tạng. Sáu âm tiết trong câu chú này thể hiện thái độ đồng cảm căn bản, mà khi niệm lên nó thể hiện ước muốn giải thoát Niết bàn. Phật tử chân thuần nên nhớ rằng tin tưởng vào “chú” của Phật giáo không phải là tin vào bùa chú của thường tình thế tục. Tại Việt Nam có nhiều địa phương vẫn còn tin tưởng vào bùa chú, giờ tốt giờ xấu, và đồng bóng, vãn vãn. Trong Kinh Phạm Võng, chúng ta có thể thấy rõ ràng những thứ này hoàn toàn phản lại với giáo lý nhà Phật. Chúng là ảnh hưởng còn sót lại của các nhóm bái vật, đa thần giáo, cũng như các tà giáo khác. Mật chú trong Phật giáo xét về bề mặt thì giống với mật chú của Ấn giáo ở mức độ đáng kể, nhưng trên thực tế lại có rất ít sự giống nhau giữa hai loại mật chú này, về cả phương diện chủ đề, chủ thuyết triết học, hay các nguyên tắc tôn giáo. Điều này không có gì đáng ngạc nhiên bởi vì mục tiêu và đối tượng của những người Phật giáo khác xa với mục tiêu, đối tượng của người Ấn Độ giáo. Sự khác biệt chính là Mật tông của Phật giáo không phải là chủ nghĩa thờ thần Sakti. Khái niệm Sakti, khái niệm về quyền năng thiêng liêng, về khả năng tạo tác thuộc nữ tính của vị thần cao nhất, thần Siva, hoặc các hiện thân của thần này, không có vai trò gì trong Phật giáo, còn trong mật chú Ấn Độ giáo thì khái niệm về quyền năng Sakti là tiêu điểm của sự chú ý. Ý tưởng trung tâm của Phật giáo Mật tông là kiến thức hay tuệ giác. Đối với người Phật tử, Sakti là ảo ảnh, thứ quyền năng tạo nên ảo tưởng mà người ta thì chỉ có thể thoát ra nhờ trí tuệ mà thôi. Do đó mục tiêu của người Phật tử không phải là đạt được quyền năng, hay liên kết với quyền năng của vũ trụ để trở thành một công cụ của các quyền năng ấy hoặc để làm chủ các quyền năng ấy, mà trái lại, người Phật tử phải cố tách mình ra khỏi các quyền năng này, những quyền năng mà từ bao lâu nay đã giam hãm người ta trong luân hồi sanh tử. Người Phật tử cố gắng nhận ra những quyền năng vốn đã khiến mình đắm chìm trong vòng sinh tử, để thoát ra khỏi sự chế ngự của chúng. Tuy nhiên, người Phật tử không tìm cách phủ nhận các quyền năng này hay hủy diệt chúng mà là biến đổi chúng trở thành sức mạnh giác ngộ, và sức mạnh này thay vì tạo thêm ra sự phân hóa, lại thổi theo chiều nghịch lại để tạo nên sự thống nhất toàn vẹn. Thái

độ của người Ấn Độ giáo thì khác hẳn, nếu không nói là trái ngược lại. “Hợp nhất với Sakti để có đầy đủ quyền năng,” mật chú Kulacudamani đã dạy như thế. “Thế giới được tạo ra từ sự hợp nhất giữa thần Siva và thần Sakti.” Người Phật giáo thì trái lại, không chấp nhận sự tạo thành và hiển lộ của thế giới, mà lại muốn trở về với trạng thái “vô sinh, vô tướng” của sự trống không (sunyata), tình trạng từ đó mọi vật được sinh ra, hoặc tình trạng đã có trước hoặc là cao hơn mọi sự thành tạo (nếu có thể dùng ngôn ngữ của loài người để nói về cái không diễn tả được).

**Niệm Phật:** Niệm Phật là niệm hồng danh Phật ra tiếng hay không ra tiếng (gọi tên Phật bằng lời), hay quán tưởng về tướng tốt của Phật. Nhờ sức gia trì (Adhisthana-skt) của Phật: Nghĩa là nhờ vào Đức Phật A Di Đà, người đã dùng sức của chính mình để gia hộ và trì giữ cho chúng sanh yếu mềm đang tu hành; gia trì còn có nghĩa là cầu đảo, vì mong cầu Phật lực hộ trì cho tìn giả. Nói chung gia trì có nghĩa là “hộ trì”. Rồi sau đó nhờ Phật lực gia trì mà được vãng sanh Cực Lạc. Chúng sanh được vãng sanh Tịnh Độ nhờ sự trợ giúp của hai vị Phật: 1) Sự chỉ dẫn của Đức Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, 2) Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật, 3) Chư Phật mười phương hộ niệm. Như có người nào sắp mạng chung, hàng thân quyến trong nhà nhấn đến một người vì người bệnh sắp chết đó mà niệm lớn tiếng danh hiệu của một đức Phật, thời người chết đó, trừ năm tội lớn vô gián, các nghiệp báo khác đều tiêu sạch cả. Năm tội lớn vô gián kia đầu rất nặng nề đáng lẽ trải qua ức kiếp hẳn không ra khỏi đặng quả khổ, nhưng bởi lúc lâm chung, nhờ người khác vì đó mà xưng niệm danh hiệu của Phật nên những tội nặng đó cũng lần lần tiêu sạch. Huống là chúng sanh tự mình xưng danh hiệu của chư Phật, người này đặng vô lượng phước lành, trừ diệt vô lượng khổ. Niệm Phật có nghĩa là niệm hồng danh Phật ra tiếng hay không ra tiếng (gọi tên Phật bằng lời), hay quán tưởng về tướng tốt của Phật. Nghĩa là nhờ vào Đức Phật A Di Đà, người đã dùng sức của chính mình để gia hộ và trì giữ cho chúng sanh yếu mềm đang tu hành; gia trì còn có nghĩa là cầu đảo, vì mong cầu Phật lực hộ trì cho tìn giả. Nói chung gia trì có nghĩa là “hộ trì”. Rồi sau đó nhờ Phật lực gia trì mà được vãng sanh Cực Lạc. Chúng sanh được vãng sanh Tịnh Độ nhờ sự trợ giúp của hai vị Phật; đó là sự chỉ dẫn của Đức Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, và Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật. Ấn Quang Đại Sư khuyên người chuyên nhất niệm Phật cho tâm mình không còn tham

luyện chi đến việc trần lao bên ngoài. Đừng quên cái chết đang rình rập bên mình chẳng biết xảy ra lúc nào. Nếu như không chuyên nhất niệm Phật cầu sanh về Tây Phương, thì khi cái chết đến thành linh, chắc chắn là phải bị đọa vào trong tam đồ ác đạo. Nơi đó phải chịu khổ có khi đến vô lượng chư Phật ra đời hết rồi mà vẫn còn bị xoay lăn trong ác đạo, không được thoát ly. Vì thế, hành giả lúc nào cũng phải nghĩ đến thân người mong manh, cái chết thành linh. Đời trước và đời này đã tạo ra vô lượng vô biên ác nghiệp, và luôn nghĩ đến sự khổ nơi tam đồ ác đạo đang đợi chúng ta, để luôn tỉnh ngộ mà tâm không còn tham luyện chi đến các cảnh ngũ dục, lục trần ở bên ngoài nữa. Theo thuyết Chuyên Tu Vô Giá của Trung Quốc Tịnh Độ Liên Tông Nhị Tổ là ngài Thiên Đạo Đại Sư, Nhứt Tâm Niệm Phật cần phải hội đủ các điều kiện sau đây: thân chuyên lễ Phật A Di Đà, chớ không lễ tạp nhạp; miệng chuyên xưng danh hiệu Phật A Di Đà, chớ không xưng tạp hiệu; và ý chuyên tưởng Phật A Di Đà, chớ không tưởng tạp niệm. Có nhiều phương cách niệm Phật như niệm hồng danh Phật A Di Đà; quán tưởng những tướng hảo của Phật A Di Đà và những vị Bồ Tát nơi Tịnh Độ; tu tập Phổ Hiền Hạnh Nguyện, vân vân. Kỳ thật, niệm Phật là một trong những công án quan trọng cho hành giả tu Phật. Công án niệm Phật được dùng khi chúng ta coi niệm Phật A Di Đà như là một công án. Ngay trong phút giây hồng danh Phật được niệm ra, nó là điểm tập trung then chốt mà mọi nghi hoặc ảo tưởng phải được để qua một bên. Đồng thời tự hỏi coi ai là người đang niệm Phật? Khi dựa vào công án, mọi mê mờ vọng tưởng đều bị bức vỡ giống như những gút chỉ bị cắt đứt. Khi mà không còn gì nữa để cho những thứ này tái xuất hiện, cũng là lúc ánh nhật quang phổ chiếu khắp trời. Khi ảo tưởng không khởi và mê mờ biến mất, lúc đó tâm ta tĩnh lặng và trong suốt. Mục đích trước mắt của việc niệm Phật là đạt được nhất tâm, từ nhất tâm người ta có thể từ từ thấy tánh để rồi đạt được mục đích tối hậu là Phật quả. Trong Kinh Vô Lượng Thọ, Đức Thích Tôn có lời huyền ký như sau: “Đời tương lai, kinh đạo diệt hết, ta dùng lòng từ bi thương xót, riêng lưu trụ kinh Vô Lượng Thọ trong khoảng một trăm năm. Nếu chúng sanh nào gặp kinh này, tùy ý sở nguyện, đều được đắc độ.” Trong Kinh Đại Tập, Đức Thế Tôn đã bảo: “Trong thời mạt pháp, ức ức người tu hành, ít có kẻ nào đắc đạo, chỉ nương theo Pháp môn Niệm Phật mà thoát luân hồi.” Ngài Thiên Như Thiền Sư, sau khi đắc đạo, cũng đã khuyên dạy: “Mạt pháp về sau, các kinh diệt hết, chỉ còn lưu



bốn chữ A Di Đà Phật để cứu độ chúng sanh. Nếu kẻ nào không tin, tất sẽ bị đọa địa ngục.” Bởi đời mạt pháp về sau, khi các kinh đều diệt hết, chúng sanh căn cơ đã yếu kém, ngoài câu niệm Phật, lại không biết pháp môn nào khác để tu trì. Nếu không tin câu niệm Phật mà tu hành, tất phải bị luân hồi. Và trong nẻo luân hồi, việc lành khó tạo, điều ác dễ làm, nên sớm muộn gì cũng sẽ bị đọa địa ngục. Theo Ấn Quang pháp sư, một bậc cao Tăng thời cận đại ở Trung Hoa, cũng đã bảo: “Sự cao siêu nhiệm mầu của pháp môn niệm Phật, chỉ có Phật với Phật mới hiểu biết hết được. Những kẻ khinh chê pháp môn niệm Phật, không phải chỉ khinh chê hạng ông già bà cả tu Tịnh Độ, mà chính là khinh chê luôn cả chư Phật và các bậc đại Bồ Tát như Văn Thù, Phổ Hiền, Mã Minh, và Long Thọ. Thời mạt pháp đời nay, chúng sanh nghiệp nặng tâm tạp. Nếu ngoài môn Niệm Phật mà tu các môn khác, nơi phần gieo trí huệ phước đức căn lành thì có, nơi phần liễu sanh thoát tử trong hiện thế thì không. Tuy có một vài vị cao đức hiện những kỳ tích phi thường, song đó đều là những bậc Bồ Tát nương theo bản nguyện để dạy dỗ chúng sanh đời mạt pháp, như trong Kinh Lăng Nghiêm đã nói. Nhưng các vị ấy cũng chỉ vừa theo trình độ của chúng sanh mà thị hiện ngộ đạo chứ không phải chứng đạo. Chỉ riêng pháp môn Tịnh Độ, tuy ít người tu chứng được niệm Phật tam muội như khi xưa, nhưng có thể nương theo nguyện lực của mình và bản nguyện của Phật A Di Đà, mà đối nghiệp vãng sanh về cõi Tây Phương Cực Lạc. Khi về cõi ấy rồi thì không còn luân hồi, không bị thối chuyển, lần lần tu tập cho đến lúc chứng quả vô sanh.”

**Thiền Quán:** Nhiều người tin rằng rằng họ thiền quán để thành Phật. Vâng, họ đúng. Mục tiêu cuối cùng của bất cứ người con Phật nào cũng là thành Phật; tuy nhiên thiền tự nó không làm cho bất cứ chúng sanh nào thành Phật. Truyền thống tư duy của Phật giáo không đơn giản như vậy. Truyền thống tư duy của Phật giáo khác với truyền thống tư duy của các tôn giáo khác vì Phật giáo coi thiền định không thôi tự nó chưa đủ. Chúng ta có thể nói, với Phật giáo, thiền định tựa như mình mài một con dao. Chúng ta mài dao với mục đích để cắt vật gì đó một cách dễ dàng. Cũng như vậy, qua thiền định chúng ta mài dũa tâm mình cho một mục đích nhất định, trong trường hợp tu theo Phật, mục đích này là trí tuệ. Trí tuệ có thể xóa tan vô minh và cắt đứt khổ đau phiền não. Trong Phật giáo, thiền làm công việc của một ngọn đuốc đem lại ánh sáng cho một cái tâm u tối. Giả như chúng ta đang ở

trong một căn phòng tối tăm với một ngọn đuốc trong tay. Nếu ngọn đuốc quá mờ, hay nếu ngọn đuốc bị gió lay, hay nếu tay chúng ta không nắm vững ngọn đuốc, chúng ta sẽ không thấy được cái gì rõ ràng cả. Tương tự như vậy, nếu chúng ta không thiền đúng cách, chúng ta sẽ không bao giờ có thể đạt được trí tuệ có thể xuyên thấu được sự tăm tối của vô minh để nhìn thấy bản chất thật sự của cuộc sống và cuối cùng đi đến chỗ đoạn tận được khổ đau và phiền não. Vì vậy, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng thiền chỉ là một phương tiện, một trong những phương tiện hay nhất để đạt được trí huệ trong đạo Phật. Hơn nữa, nhờ đạt được trí tuệ mà người ta có thể thấy được đúng sai và có thể tránh được ham mê cực độ những dục lạc giác quan hoặc hành hạ thân xác đến độ thái quá. Thiền không phải là cái mà chúng ta chỉ làm trong vài tháng hoặc vài năm để cho thuần thục rồi thôi vì trong khi tu tập chúng ta vẫn cần phải có một đời sống tự nhiên. Chính vì thế mà thiền là lối tu tập mà chúng ta sẽ phải thực hành mãi cho đến suốt cuộc đời còn lại của mình. Thiền là một phương thức sống, là đời sống, chứ không phải là ngồi trên gối thiền vài ba tiếng đồng hồ trong một ngày vì chính công phu tu tập này giúp cho chúng ta càng tiếp xúc nhiều hơn với thực chất của đời sống, khiến cho chúng ta có lòng bi mẫn đến tha nhân, và cuối cùng thay đổi cuộc sống hằng ngày của chính chúng ta. Cả cuộc sống của chúng ta là công phu thiền tập, là tu tập, là thực hành, hai mươi bốn giờ một ngày, và cứ thế cho đến hết cuộc đời còn lại của chúng ta. Đối với người tu tập tỉnh thức thì cuộc sống này chính là thiền, nhưng có người cho rằng cuộc sống là khổ đau. Như vậy hai loại kiến giải này khác nhau thế nào? Nếu bạn tạo nên cuộc sống của bạn là cuộc sống thiền, thì cuộc sống đó là cuộc sống thiền. Nếu ai đó tự tạo cho mình cuộc sống khổ đau, thì cuộc sống của người đó phải là khổ đau. Như vậy, tất cả đều tùy vào cách bạn giữ cho tâm mình ngay bây giờ, ngay trong lúc này. Tâm hiện tiền này nối tiếp và sẽ trở thành cuộc sống của chính bạn, như một điểm liên tục để nối kết thành một đường thẳng. Nếu chúng ta thích thiền, vì đó mà cuộc sống của chúng ta trở nên cuộc sống thiền. Nếu chúng ta nghĩ rằng thế giới này tuyệt diệu, tâm chúng ta sẽ tuyệt diệu và cả vũ trụ cũng trở nên tuyệt diệu! Trong thời Đức Phật còn tại thế, Ngài đã nói rất nhiều về những ứng dụng của Thiền trong cuộc sống hằng ngày. Một số người cho rằng muốn có được nội tâm thanh tịnh thì chúng ta phải ngoảnh mặt xoay lưng lại với cuộc sống loạn động này. Một số

người khác cho rằng muốn đạt được một cái tâm thanh tịnh, chúng ta cần phải cố gắng thực hành thật nhiều thiện nghiệp, vân vân và vân vân. Tuy nhiên, nếu chỉ ngoảnh mặt với cuộc sống hay thực hành nhiều thiện nghiệp không thôi là chúng ta chưa làm đúng lời Phật dạy. Người Phật tử chơn thuần phải luôn biết tự tịnh kỳ ý vì Đức Phật đã từng nhắc nhở chúng đệ tử rằng thiền định là đỉnh cao trong tu tập Phật giáo. Nhờ thiền mà thân tâm chúng ta được thanh tịnh, nhờ thiền mà giới đức của chúng ta cũng được thanh tịnh. Mà tâm ý và giới đức là hai yếu tố quan trọng nhất trong thiền định. Giới đức bao gồm cả lòng từ bi, đức khiêm cung, nhẫn nhục, chịu đựng, can đảm, và lòng biết ơn với chúng sanh mọi loài. Như vậy, muốn ứng dụng được thiền định vào cuộc sống hằng ngày, hành giả tu thiền phải là người có giới hạnh tinh nghiêm. Nên nhớ rằng thước đo của thiền định là cách cư xử của hành giả với những người chung quanh. Vì vậy, hành giả tu thiền lúc nào cũng nên nhớ rằng nếu chúng ta tạo ra khó khăn thì thiền khó khăn. Nếu chúng ta tạo ra dễ dàng thì thiền cũng dễ dàng. Nhưng nếu chúng ta không suy nghĩ hay khởi tưởng, chân lý chỉ là như thị. Vì vậy, hành giả tu thiền lúc nào cũng sống hòa ái và khoan dung với mọi người, chứ không phải lui vào rừng sâu núi thẳm xa lánh mọi người. Hành giả tu thiền vẫn sống và sinh hoạt bình thường như mọi người, chỉ có điều là tâm của người ấy trong sáng giống như trăng tròn trên bầu trời. Thỉnh thoảng mây đến che nó, nhưng trăng luôn ở trên mây. Mây bay qua, trăng lại chiếu sáng. Vì thế đừng lo về tâm trong sáng, nó luôn hiện hữu. Khi vọng tưởng đến chỉ là lớp che phủ của tâm trong sáng. Vọng tưởng đến và đi. Chúng ta không phải vướng mắc về sự đến hoặc đi. Nên nhớ tâm trong sáng của hành giả tu thiền trong đời sống hằng ngày là tâm trước khi suy nghĩ, giống như trên biển. Khi gió đến, sóng nổi lên. Khi gió dịu đi thì sóng yếu dần. Khi gió ngừng hẳn thì mặt nước trở thành tấm gương phẳng, trong đó phản ảnh mọi thứ, từ núi, cây, mây trời... Tâm của chúng ta lại cũng như vậy. Sau khi suy nghĩ, chúng ta sẽ có nhiều tham muốn và ý tưởng, thì có nhiều sóng. Nhưng sau khi chúng ta tọa thiền được một lúc, những ham muốn và ý tưởng tan biến. Sóng trở nên nhỏ dần. Rồi sau đó tâm chúng ta như một tấm kính, mọi thứ chúng ta thấy, nghe, ngửi, nếm, chạm và nghĩ tưởng đều là chân lý. Phật tử, nhất là những người tại gia, hãy cố gắng đừng làm cho việc tu thiền của mình thêm phức tạp. Hãy cố làm cho việc thực hành càng đơn giản chừng nào càng tốt chừng nấy. Hãy nhớ rằng

chỉ cần rút tâm ra khỏi những phiền toái của cuộc sống là điều tiên quyết nhằm giữ cho tâm được thanh sạch. Có người chủ trương phải tọa thiền và chỉ có tọa thiền mới làm cho tâm bình lặng được. Tuy nhiên, nếu chúng ta chờ ngồi mới tu tập thiền được trong một hai giờ, rồi chuyện gì xảy ra trong những giờ phút còn lại trong ngày? Vì vậy, khi chúng chỉ tập trung vào việc tọa thiền, thiệt tình chúng ta hủy hoại đi khái chân thật của thiền. Nếu chúng ta biết tu tập thiền, chúng ta sẽ tu tập trong bất cứ sinh hoạt nào trong đời sống hằng ngày. Để làm được điều này, chúng ta phải chúng ta phải tận lực thiền trong lúc hoàn thành những công việc hằng ngày của mình. Nói như vậy không có nghĩa là chúng ta không nên thực tập tọa thiền. Chẳng những chúng ta nên tu tập tọa thiền hằng ngày nếu chúng ta có thì giờ, mà bất cứ khi nào có dịp, chúng ta nên cố gắng ra khỏi thành phố, tìm một nơi xa vắng nào đó để thiền quán. Chúng ta nên cố gắng tập quan sát sự yên lặng, vì sự yên lặng sẽ mang lại nhiều lợi lạc chúng chúng ta. Ngạn ngữ Việt Nam có câu: “Yên lặng là vàng”. Thật vậy, hành giả tu thiền chỉ nên nói khi cần phải nói. Hành giả nên luôn nhớ rằng ngay đến Đức Phật cũng không trả lời những câu hỏi về tự tồn, không tự tồn, thế giới vĩnh cửu, vân vân. Theo Đức Phật, người giữ im lặng là người khôn ngoan vì tránh được hao hơi tổn tướng cũng như những lời nói tiêu cực vô bổ. Đức Phật luôn khuyến cáo các người hỏi nếu là đệ tử của Ngài thì đừng nên phí mất thời gian về những vấn đề quá sâu xa ngoài tầm lãnh hội của một người thường, có thể sau thời gian dài tu tập theo nhà Phật thì tự nhiên sẽ thấu hiểu. Theo đức Phật, chính trong sự im lặng mà những năng lực lớn nhất được un đúc rèn luyện. Giữ yên lặng cực kỳ quan trọng cho người Phật tử, nhất là hành giả tu thiền. Giữ yên lặng trong bất cứ hoàn cảnh nào cũng có nghĩa là thiền trong hoàn cảnh đó. Đức Phật dạy: “Này chư Tỳ Kheo, khi các con tụ họp lại với nhau, có hai việc nên làm: hoặc thảo luận về giáo pháp, hoặc giữ sự yên lặng cao quý.” Hành giả tu thiền nên luôn lặng lẽ tiến bước giữa cảnh ồn ào náo nhiệt và nhớ rằng có trạng thái an lạc trong sự yên lặng vì yên lặng là một trong những hình thức an lạc nhất của kiếp sống. Chúng ta chỉ có thể đạt đến chánh định khi chúng ta có sự yên lặng, hoặc khi chúng ta làm cuộc hành trình đi vào nội tâm của chính mình. Khi chúng ta rút vào im lặng, chúng ta sẽ hoàn toàn đơn độc để nhìn thấy được thực chất của chính mình, chừng đó chúng ta có

thể tìm được phương cách vượt qua những khuyết điểm và giới hạn của chính mình trong cuộc sống thường nhật.

Ngoài ra, hành giả tu Phật còn phải tinh tấn tu hành các pháp khác mà đức Phật đã chỉ dạy. Tinh tấn trong Phật giáo hàm ý sức mạnh tinh thần hay nghị lực chứ không phải là sức mạnh thể chất. Thế nào là tinh tấn ngăn ngừa? Tinh tấn ngăn ngừa là tinh tấn khiến cho các pháp từ trước chưa sanh khởi, không được khởi lên. Khi hành giả thấy một sắc, nghe một tiếng, ngửi một mùi, nếm một vị, xúc chạm một vật, hay nhận thức một pháp trần, không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng. Nghĩa là hành giả không bị tác động bởi những nét chung hay bởi những chi tiết của chúng. Từ đó, nhãn căn được ngăn ngừa, khiến tham ái, ưu bi và các bất thiện pháp khác không khởi lên. Hành giả phải tự mình chế ngự như vậy, hành giả phòng hộ các căn, chế ngự các căn. Tinh tấn tiếp tục phát triển những điều thiện lành đã phát sanh. Điều thiện đã sanh, phải tinh cần khiến cho ngày càng phát triển. Điều thiện chưa sanh, phải tinh cần làm cho sanh. Hành giả tu tập thất giác chi, y cứ viễn ly, y cứ ly tham, y cứ đoạn diệt đưa đến giải thoát, đó là Niệm giác chi, Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi, Hỷ giác chi, Khinh an giác chi, Định giác chi, và Xả giác chi. Trong tu tập theo Phật giáo, tinh tấn tu tập không chỉ đơn thuần là thiền quán, ngồi cho đúng, kiểm soát hơi thở, đọc tụng kinh điển, hoặc chúng ta không lười biếng cho thời gian trôi qua vô ích, mà còn là biết tri túc thiếu dục để cuối cùng chấm dứt tham dục hoàn toàn. Tinh tấn tu học còn có nghĩa là chúng ta phải dùng hết thì giờ vào việc quán chiếu tứ diệu đế, vô thường, khổ, vô ngã và bất tịnh. Tinh tấn tu học cũng là quán sâu vào chân nghĩa của Tứ niệm xứ để thấy rằng vạn hữu cũng như thân này luôn thay đổi, từ sanh, rồi đến trụ, dị, và diệt. Tinh tấn tu học còn có nghĩa là chúng ta phải tu tập cho được chánh kiến và chánh định để tận diệt thiểu kiến. Trong nhân sinh, thiểu kiến là cội rễ sâu nhất. Vì thế mà khi thiểu kiến bị nhổ thì tham dục, sân, si, mạn, nghi đều bị nhổ tận gốc.



## *Chương Bốn Mươi Sáu*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Vâng Giữ Tứ Y Pháp*

Trong Phật giáo, ngữ ngôn văn tự bao gồm giáo lý, sự tụng đọc và chuyện kể, vân vân. Trong Kinh Lăng Già, Đức Phật dạy: “Chính do con người không biết rõ cái bản tánh của các ngôn từ, nên người ta xem ngôn từ là đồng nhất với ý nghĩa.” Đức Phật nhấn mạnh vào sự đạt tự nội cái chân lý mà hết thấy các Đức Như Lai trong quá khứ, hiện tại và vị lai thể chứng, chứ không phải là ngữ ngôn văn tự. Cảnh giới của Như Lai tạng vốn là A Lại Da Thức thì thuộc về sự tu hành theo đuổi chân lý chứ không thuộc các triết gia chấp vào văn tự, học hành và suy diễn suông. Muốn đạt thành đạo quả Bồ Đề, hành giả phải y cứ vào giáo pháp, y kinh liễu nghĩa, y nghĩa và y trí mà tu hành. ***Chính vì thế mà Đức Phật luôn nhắc nhở tứ chúng nên nương theo bốn phép để hiểu thấu Phật Pháp và tu hành: Thứ nhất*** là y pháp bất y nhân, có nghĩa là nương vào pháp chứ không nương vào người (không y cứ vào con người mà y cứ vào giáo pháp). ***Thứ nhì*** là y liễu nghĩa kinh, bất y bất liễu nghĩa kinh. Y theo kinh liễu nghĩa, chẳng y theo kinh bất liễu nghĩa, nghĩa là không y cứ ý nghĩa để diễn giải, mà y cứ vào chân lý tuyệt đối để diễn giải. Nương vào kinh rõ nghĩa (viên giáo) chứ không nương vào kinh không rõ nghĩa (phần giáo). ***Thứ ba*** là y nghĩa bất y ngữ. Dựa theo nghĩa, chứ không dựa theo ngôn ngữ (không y cứ vào từ ngữ, mà y cứ vào ý nghĩa, vì ngôn ngữ chỉ là công cụ để chuyên chở ý nghĩa mà thôi, không nên câu chấp). ***Thứ tư*** là y trí bất y thức. Về chân lý tuyệt đối, Y Thánh Trí Bất Y Phạm Trí, nghĩa là không y cứ vào sự nhận hiểu của ý thức thông thường, mà y cứ vào sự hiểu biết của trí tuệ siêu việt. Nghĩa là nương vào trí tuệ trực giác chứ không nương vào tri thức phạm phu (vì lúc nào tâm vọng tưởng cũng được khởi lên bởi lục trần).

Theo kinh Đại Bát Niết Bàn trong Trường Bộ Kinh, quyển 16, trước khi nhập diệt, Đức Phật đã ân cần dặn dò tứ chúng bằng cách nhắn gửi với ngài A Nan rằng: “Chính vì không thông hiểu Tứ Thánh Đế mà chúng ta phải lăn trôi bấy lâu nay trong vòng luân hồi sanh tử, cả ta và chư vị nữa!” Trong những ngày cuối cùng, Đức Phật luôn khuyến giáo chư đệ tử nên luôn chú tâm, chánh niệm tỉnh giác tu tập

giới định huệ “Giới là như vậy, định là như vậy, tuệ là như vậy.” Trong những lời di giáo sau cùng, Đức Thế Tôn đã nhắc nhở A Nan Đa: “Như Lai không nghĩ rằng Ngài phải lãnh đạo giáo đoàn hay giáo đoàn phải lệ thuộc vào Ngài. Vì vậy, này A Nan Đa, hãy làm ngọn đèn cho chính mình. Hãy làm nơi nương tựa cho chính mình. Không đi tìm nơi nương tựa bên ngoài. Hãy giữ lấy chánh pháp làm ngọn đèn. Cố giữ lấy chánh pháp làm nơi nương tựa. Và này A Nan Đa, thế nào là vị Tỳ Kheo phải làm ngọn đèn cho chính mình, làm nơi nương tựa cho chính mình, không đi tìm nơi nương tựa bên ngoài, cố giữ lấy chánh pháp làm ngọn đèn? Ở đây, này A Nan Đa, vị Tỳ Kheo sống nhiệt tâm, tinh cần, chánh niệm, tỉnh giác, nhiếp phục tham ái ưu bi ở đời, quán sát thân, thọ, tâm, và pháp.” Tại thành Câu Thi Na, trước khi nhập diệt, Đức Phật đã khẳng định với Tu Bạt Đà La (Subhadda), vị đệ tử cuối cùng của Đức Phật: “Này Tu Bạt Đà La, trong bất cứ Pháp và Luật nào, đều không có Bát Thánh Đạo, cũng không thể nào tìm thấy vị Đệ Nhất Sa Môn, Đệ Nhị Sa Môn, Đệ Tam Sa Môn, Đệ Tứ Sa Môn. Giờ đây trong Pháp và Luật của Ta, này Tu Bạt Đà La, có Bát Thánh Đạo, lại có cả Đệ nhất, Đệ nhị, Đệ tam, và Đệ tứ Sa Môn nữa. Giáo pháp của các ngoại đạo sư không có các vị Sa Môn. Này Tu Bạt Đà La, nếu chư đệ tử sống đời chân chính, thế gian này sẽ không vắng bóng chư vị Thánh A La Hán. Quả thật giáo lý của các ngoại đạo sư đều vắng bóng chư vị A La Hán cả. Nhưng trong giáo pháp này, mong rằng chư Tỳ Kheo sống đời phạm hạnh thanh tịnh, để cõi đời không thiếu các bậc Thánh.” Đoạn Đức Thế Tôn quay sang tứ chúng để nói lời khích lệ sau cùng: “Này chư Tỳ Kheo, ta khuyến giáo chư vị, hãy quán sát kỹ, các pháp hữu vi đều vô thường biến hoại, chư vị hãy nỗ lực tinh tấn!”



## ***Chương Bốn Mười Bảy***

### ***Người Con Phật Luôn Cố Gắng Y Theo Pháp Mà Tu Hành***

Sự khai sanh Phật Pháp là đỉnh cao tuyệt về thành quả của Đức Phật. Về một khía cạnh nào đó, sự giác ngộ của Đức Phật chính là đỉnh cao tuyệt về thành quả của Ngài, nhưng thật ra chính là giáo pháp theo sau đó của Ngài đã đặt nền tảng vững chãi cho di sản muôn đời của Ngài. Tăng đoàn và Ni đoàn được thành lập để bảo đảm sự truyền bá giáo lý này đến các thế hệ mai sau, và vào thế kỷ thứ 3 trước Tây lịch, hoàng đế A Dục đã đóng một vai trò chính yếu trong việc truyền bá Phật giáo một cách rộng rãi tại Ấn Độ. Sau khi đạt được đại giác, Đức Phật đã lưu lại dưới gốc cây Bồ Đề thêm 49 ngày với niềm hỷ lạc vô biên. Trong khoảng thời gian này, Ngài nhận thức rằng những gì Ngài đã hiểu biết là một chân lý vi diệu và khó khăn mà những người khác còn những ham muốn trần tục khó lòng thấu hiểu. Theo Đức Phật, Phật Pháp chính là thế gian pháp mà trong đó người biết tu hành quay ngược lại. Nó là pháp mà người thế gian không muốn làm. Người thế gian đang lặn hụp trong thế gian pháp, ai cũng lăng xăng bận rộn không ngoài lòng ích kỷ riêng tư, chỉ lo bảo vệ thân mạng và của cải của chính mình. Trong khi Phật pháp thì chỉ có công ích chứ không có tư lợi. Người chân tu lúc nào cũng nghĩ đến lợi ích của người khác. Người chân tu lúc nào cũng xem nhẹ cái “Tôi”, lúc nào cũng quên mình vì người và không bao giờ làm cho người khác cảm thấy khó chịu hay phiền não. Tuy nhiên, phần lớn người ta không nhận thức được rõ ràng về Phật Pháp như chính Đức Phật đã một lần tuyên thuyết. Vì thế mà ngay chính trong nội bộ Phật giáo đã xảy ra đủ thứ tranh chấp, cãi vã, phiền não và thị phi. Những thứ này xem ra chẳng khác gì hơn chốn trần tục, nếu chúng ta không muốn nói là có khi chúng có phần tệ hại nữa là đằng khác. Đức Phật đã tiên đoán được tất cả những điều này, vì thế mà Ngài đã đi đến kết luận rằng chân lý này sẽ trở nên vô nghĩa khi Ngài cố tìm cách giảng dạy cho người khác về sự giác ngộ của Ngài, nhưng vị đại Phạm Thiên Sahampati hiện ra thỉnh cầu Ngài chia sẻ sự khám phá của Ngài cho nhân loại.

Vị đại Phạm Thiên Sahampati hiện ra thỉnh cầu Ngài chia sẻ sự khám phá của Ngài cho nhân loại. Bị thúc đẩy bởi lòng bi mẫn vĩ đại

của chính mình, Đức Phật quyết định xem xét lại thế gian. Ngài thấy chúng sanh có nhiều hạng bậc khác nhau, giống như hoa sen trong hồ, một số nằm ngâm dưới làn nước, một số mọc tựa lên mặt nước, lại có một số khác vươn cao khỏi mặt nước và đứng thật vững chãi. Ngài hiểu rằng cũng giống như vậy, con người thì có người tốt, có người xấu, một số dễ dàng chỉ dạy và một số khác thì khó khăn. Do tính đa dạng này và vì lòng bi mẫn lớn lao của Ngài dành cho chúng sanh, Đức Phật thay đổi ý định của Ngài và quyết định dẫn dắt chúng sanh. Bài pháp đầu tiên của Ngài được giảng giải cho 5 đạo sĩ khổ hạnh, những người một thời đã từng là đồng đạo của Ngài trước khi Ngài giác ngộ. Ở vườn Lộc Uyển, gần thành Ba La Nại, Ngài giải thích cho họ về nội dung sự giác ngộ của mình ở hình thức “Tứ Diệu Đế,” 5 vị đạo sĩ vô cùng kinh ngạc bởi tuệ giác sâu sắc của Ngài và tính mới lạ của bức thông điệp đến nỗi một người trong nhóm của họ đã chứng ngay quả vị A La Hán, một quả vị cao quý, người đã đạt được an lạc tối thượng của Niết Bàn qua giáo pháp của Ngài. Bốn người còn lại cũng lần lượt chứng Thánh vào những ngày sau đó. Bài pháp kỳ vĩ đầu tiên của Ngài, đã trở thành một trong những lời giáo huấn mạch lạc nhất của Đức Phật và của Phật giáo nói chung, và được gọi là “Chuyển Pháp Luân.” Nó vẫn được mọi người tôn kính ở hầu hết các quốc gia theo Phật giáo nguyên thủy ở trong lễ hội được gọi là “Asalha Puja,” diễn ra vào ngày rằm tháng 7.

Đức Phật đã truyền dạy giáo pháp của Ngài trong 45 năm liền sau đó, cho đến lúc Ngài nhập Niết Bàn. Số tín đồ của Ngài ngày càng tăng và cộng đồng Tăng bắt đầu thành hình. Chính Đức Phật vẫn tiếp tục chu du thuyết giảng và khất thực. Ngài truyền dạy pháp của mình không phân biệt, Ngài nói chuyện với hàng vua chúa cũng như thứ dân đều giống nhau, và chỉ dừng chân trong ba tháng mùa mưa. Đức Phật không chỉ định người kế vị. Khi những vị đệ tử của Ngài hỏi Ngài ai sẽ là người dẫn dắt giáo hội sau khi Ngài nhập diệt, Ngài đáp rằng họ phải tự bản thân tiếp tục và tuân theo Pháp mà Ngài đã truyền dạy cho họ. Bốn phạm của Tăng đoàn là duy trì giáo pháp khi Ngài không còn ở thế gian này nữa. Khi Ngài sắp nhập diệt, Đức Phật yêu cầu chư Tăng họp lại nếu họ có vấn đề nào cần muốn hỏi. Tất cả mọi người đều im lặng. Những lời dạy cuối cùng của Đức Phật ban bố cho chư Tăng: “Tất cả vạn vật đều đi đến hoại diệt. Bây giờ các con hãy nỗ lực tinh tấn.” Sau đó Ngài nằm nghiêng về phía bên phải giữa hai cây Song

Thọ, Ngài bắt đầu nhập sâu vào các tầng thiền rồi cuối cùng nhập vào Niết Bàn, sau đó không bao giờ còn tái sinh trở lại nữa. Nhục thân của Ngài được hỏa táng, theo ước nguyện của Ngài xá lợi được chia cho loài người và chư Thiên. Người ta dựng các bảo tháp thẳng đứng trên các xá lợi. Ngày nay chúng ta có thể nhìn thấy các bảo tháp ở các địa điểm thánh tích như ở Sanchi và Amaravati ở Ấn Độ, Anuradhapura ở Sri Lanka và Borobudur ở Nam Dương.

Nói chung, giáo pháp nhà Phật đều nhằm vào việc giải thoát con người khỏi những khổ đau phiền não ngay trong kiếp này. Các lời dạy này đều có cùng một chức năng giúp đỡ cá nhân hiểu rõ phương cách khơi dậy thiện tâm và từ bỏ ác tâm. Thí dụ như dùng bi tâm để giải thoát sân hận, dùng vô tham để giải thoát lòng tham, dùng trí tuệ để giải thoát si mê, dùng vô thường, tưởng và khổ để giải thoát sự ngã mạn cống cao. Đối với người tại gia còn có bốn phạm đối với tự thân, gia đình, tôn giáo và xứ sở, Đức Phật đã khuyên nên từng bước tu tập các nghiệp không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, không làm những hành động do chấp trước hay tham sân si và sợ hãi tác động, không tiêu phí tài sản bằng những cách uống rượu, la cà đường phố, tham dự các tổ chức đình đám không có ý nghĩa, không đánh bạc, không làm bạn với người xấu và không nhàn cư (vì cổ đức có dạy ‘nhàn cư vi bất thiện.’). Ngoài ra, người tại gia nên luôn giữ gìn tốt sáu mối quan hệ gia đình và xã hội: liên hệ giữa cha mẹ và con cái, giữa vợ chồng, giữa thầy trò, giữa bà con thân thuộc, giữa láng giềng, giữa người tại gia và người xuất gia, giữa chủ và thợ, vân vân. Các mối quan hệ này phải được xây dựng trên cơ sở tình người, sự thủy chung, sự biết ơn, biết chấp nhận và cảm thông với nhau, biết tương kính lẫn nhau vì chúng liên hệ mật thiết với hạnh phúc cá nhân trong những giây phút hiện tại. Chính vì thế mà Phật Pháp được gọi là Pháp Giải Thoát.

Pháp Hành là pháp được thành lập bởi nhân duyên hay điều kiện. Tất cả các hiện tượng bị ảnh hưởng bởi quy luật sanh, trụ, dị và diệt. Chư pháp hành vô thường. Hành pháp vô thường, tức là pháp diệt mất. Đây là một trong bốn âm thanh quảng đại của Đức Như Lai, “Đại chúng nên biết tất cả hành pháp tràn đầy những khổ như hòn sắt nóng, hành pháp vô thường, là pháp diệt mất. Niết Bàn tịch tịnh vô vi an lạc lìa xa khổn khổ, tiêu sạch nhiệt não.” Chúng sanh nghe xong siêng tu pháp lành, nơi Thanh Văn thừa được tùy thuận âm thanh nhẫn. Chư

pháp hành đều là khổ. Đây là một trong bốn loại âm thanh quảng đại của Đức Như Lai, “Đại chúng nên biết tất cả hành pháp đều là khổ. Những là địa ngục khổ, súc sanh khổ, ngạ quỷ khổ, không phước đức là khổ, chấp ngã và ngã sở là khổ (chấp cái tôi và cái của tôi), tạo những ác hạnh là khổ. Muốn sanh lên cõi trời hay nhơn gian phải gieo căn lành, sanh trong nhơn thiên rời khỏi các chỗ nạn.” Chúng sanh nghe xong bỏ lìa điên đảo tu những hạnh lành, rời khỏi những chỗ nạn mà sanh lên cõi nhơn thiên. Chư pháp hành vô ngã có nghĩa là thân vô ngã; tâm vô ngã; và cảnh cũng vô ngã. Khi Đức Phật đưa ra khái niệm về “Vô ngã,” Ngài đã làm đảo lộn không biết bao nhiêu quan niệm về vũ trụ và nhân sinh. Đức Phật đã giáng một đòn lớn trên ý niệm phổ biến và kiên cố nhất của loài người thời đó: ý niệm về sự tồn tại của cái “ngã” thường còn. Những ai thấu hiểu được vô ngã đều biết rằng nó được đưa ra để đánh đổ ý niệm về “ngã” chứ không phải là một đồ án mới của thực tại. Khái niệm “Vô ngã” là phương tiện, chứ không phải là cứu cánh. Nếu nó trở thành một ý niệm thì nó cũng cần được phá vỡ như bao nhiêu ý niệm khác. Chừng nào mà chúng ta còn chấp vào cái “Ta”, chừng ấy chúng ta còn phải bảo vệ mình, bảo vệ của cải, tài sản, uy tín, lập trường và ngay cả đến lời nói của mình. Nhưng một khi vất bỏ được lòng tin vào cái “Ta” độc lập và thường còn, chúng ta có thể sống với mọi người một cách thoải mái và an bình. Đức Phật dạy: “Hiểu được vô ngã là chìa khóa đi vào đại giác, vì tin vào cái “Ta” là đồng nghĩa với vô minh, và vô minh là một trong ba loại phiền não chính (tham, sân, si). Một khi nhận biết, hình dung hay quan niệm rằng chúng ta là một thực thể, ngay lập tức chúng ta tạo ra sự ly gián, phân chia giữa mình và người cũng như sự vật quanh mình. Một khi có ý niệm về cái ta, chúng ta sẽ phản ứng với người và sự vật quanh mình bằng cảm tình hay ác cảm. Đó là sự nguy hiểm thật sự của sự tin tưởng vào một cái ta có thật. Chính vì vậy mà sự chối bỏ cái ‘Ta’ chẳng những là chìa khóa chấm dứt khổ đau phiền não, mà nó còn là chìa khóa đi vào cửa đại giác.”

Pháp nhẫn là chấp nhận sự khẳng định rằng tất cả các sự vật là đúng như chính chúng, không phải chịu luật sinh diệt là luật chỉ được thù thắng trong thế giới hiện tượng tạo ra do phân biệt sai lầm. Pháp Nhẫn là sự nhẫn nại đạt được qua tu tập Phật pháp có khả năng giúp ta vượt thoát ảo vọng. Cũng là khả năng kham nhẫn những khó khăn bên ngoài. Pháp Môn Nhẫn Nhục là một trong sáu pháp Ba La Mật, nhẫn

nhục vô cùng quan trọng. Nếu chúng ta tu tập toàn thiện pháp môn nhẫn nhục, chúng ta sẽ chắc chắn hoàn thành đạo quả. Thực tập pháp môn nhẫn nhục, chúng ta chẳng những không nóng tánh mà còn kham nhẫn mọi việc.

*Có hai điều cực đoan mà người Phật tử thuần thành nên tránh: Một bên là sự chạy theo dục lạc (kamesu) vốn thấp hèn, thô bỉ, phàm tục và vô ích, còn một bên là sự gò bó trong lối tu khổ hạnh, gây ra đau khổ, không xứng đáng và cũng vô ích. Đức Phật dạy: “Hỡi các Tỳ Kheo! Bây giờ đây là chân lý cao siêu (diệu đế) về sự khổ: sinh là khổ, lão là khổ, bệnh là khổ và tử là khổ. Tiếp xúc với những thứ khó chịu là khổ, xa cách những thứ mình yêu thích là khổ và không đạt được điều mình mong muốn là khổ, tóm lại, năm thứ uẩn là những cái khổ. Hỡi các Tỳ Kheo, bây giờ là diệu đế về nguyên cái khổ: chính là sự tham ái, nguyên nhân của tái sinh, kết hợp với dục lạc, tìm cầu hỷ lạc ở mọi nơi, tức là dục ái, hữu ái và vô hữu ái. Hỡi các Tỳ Kheo, bây giờ là diệu đế về sự chấm dứt khổ đau: đó là sự đoạn diệt không có sót lại của tham ái, là sự khước từ, chối bỏ, giải thoát, không còn chấp thủ. Hỡi các Tỳ Kheo, giờ đây là diệu đế về con đường dẫn đến sự diệt khổ: đó là Bát Chánh Đạo, gồm có Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm, và Chánh Định.”*

Từ vô lượng kiếp đến nay, chúng ta cứ sanh ra rồi chết đi, chết đi rồi lại sanh ra. Trải qua không biết bao nhiêu a tăng kỳ kiếp, chúng ta chưa từng gặp được Phật Pháp, chính vì thế mà các thói hư tật xấu của chúng ta chẳng giảm bớt chút nào, trong khi vô minh phiền não thì mỗi ngày một gia tăng. Nay gặp được Phật Pháp, có thể nói nhờ những thiện căn mà chúng ta đã gieo trồng trong vô lượng kiếp về trước đã chín muồi cho nên chúng ta mới gặp được Phật Pháp trong kiếp này. Nếu không có thiện căn, không có đức hạnh, thì chẳng thể nào có cơ hội gặp được Phật Pháp. Do đó, chúng ta phải biết quý trọng thời giờ quý báu, đừng để đời này luống qua vô ích! Trong Kinh Alaguddùpama, Đức Phật so sánh giáo pháp của Ngài như là con thuyền được để lại sau khi sang sông; có nghĩa là không nên nắm giữ nó như những giáo điều tuyệt đối. Trong Phật giáo, Pháp chỉ tất cả mọi phương cách tu hành được dạy bởi Đức Phật mà cuối cùng đưa đến cứu cánh giác ngộ. Chư pháp là phương tiện đưa đến cứu cánh, chứ tự chúng không phải là cứu cánh. Giáo pháp của Đức Phật cũng giống

như chiếc bè, được dùng để đi qua bên kia bờ. Tất cả chúng ta đều phải lệ thuộc vào chiếc bè Phật pháp này để vượt thoát dòng sông sanh tử. Chúng ta gắng sức bằng tay chân, bằng trí tuệ để đạt đến bỉ ngạn. Khi cứu cánh bỉ ngạn đã đến, thì bè cũng phải bỏ lại sau lưng. Giáo pháp không phải là cứu cánh mà chỉ là phương tiện thôi. Theo Kinh Ấn độ Con Rắn, Đức Phật dạy: “Giáo pháp của ta như chiếc bè để vượt qua chứ không phải để nắm giữ.” Cũng theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp mà ta giảng dạy chỉ là chiếc bè. Ngay cả Pháp ấy còn phải xả bỏ, huống là phi pháp. Chiếc bè Pháp ấy chỉ nên được dùng để đá bỏ bỉ ngạn, chứ không nên giữ lại.”

## *Chương Bốn Mười Tám*

### *Người Con Phật Luôn Biết Rõ Lợi Ích Của Việc Ăn Chay*

Trong giới luật cấm sát sanh của Phật giáo, người ta mong đợi Phật tử phải theo luật ăn chay. Tuy nhiên, theo kinh tạng Pali, kinh tạng được các trường phái Theravada buổi sơ khai sưu tập, và được trường phái Theravada duy nhất còn tồn tại tin tưởng, có nhiều chỗ đề tài này đã được nêu lên, và trong tất cả các trường hợp ấy rõ ràng Đức Phật từ chối đòi hỏi các vị Tăng phải kiêng thịt. Họ cho rằng là các nhà sư khát sĩ chỉ nhờ vào đồ khát thực, và Luật tạng nói đi nói lại nhiều lần là họ phải ăn những gì mà người ta cho, coi đó như là phương tiện duy nhất để sống. Từ chối thực phẩm cúng dường là chối bỏ cơ hội cho đàn na tín thí làm việc phước đức, và điều này cũng đưa tới việc những người bị từ chối cúng dường có những cảm nghĩ tiêu cực về Tăng Đoàn. Tuy nhiên, có những giới hạn nào đó, một vài loại thịt bị cấm, bao gồm thịt người, cũng như thịt chó, thịt rắn, thịt voi, và thịt các loài ăn thịt sống. Trong Luật Tạng quyển IV. 237 nói rằng chư Tăng chỉ có thể ăn các loại “tam tịnh nhục,” có nghĩa là họ không thấy giết, không nghe giết và không nghi ngờ rằng con vật bị giết để làm thức ăn cho mình. Luật Tạng giải thích rằng nếu một vị Tăng nghi ngờ về nguồn gốc của thịt, vị ấy nên hỏi coi thịt ấy lấy từ đâu. Những lý do nghi ngờ bao gồm bằng chứng về săn bắn, hay là không có hàng bán thịt ở gần đó, hay là tính chất không tốt của người thí chủ. Tuy nhiên, nếu hội đủ những điều kiện ấy thì không ai có thể trách được vị Tăng về việc ăn thịt. Nếu thí chủ giết con vật, hay bảo ai giết con vật để cúng dường chư Tăng, thì kết quả của ác nghiệp là của thí chủ. Kinh tạng Pali cũng báo cáo rằng người em họ của Đức Phật là Đề Bà Đạt Đa đặc biệt yêu cầu Đức Phật bắt buộc việc ăn chay, nhưng Đức Phật đã từ chối, chỉ cho phép việc này như là sự lựa chọn trong thực hành khổ hạnh. Những thí dụ trên cho thấy Đức Phật và các đệ tử của Ngài cũng đã thường ăn thịt trong các buổi khát thực. Tuy nhiên, việc này không có nghĩa là giết hại sinh vật là có thể tha thứ được. Những ngành nghề liên hệ đến sát sanh như giết và bán thịt đều bị lên án như là những thí dụ của “tà mạng,” và ngày nay trong các xứ theo Phật giáo những công việc này thường được làm bởi những người không phải là Phật tử. Những người

làm những công việc này thường được xem như là những kẻ nặng nghiệp. Về việc tiêu thụ thịt như thực phẩm, chính các Phật tử cũng chia thành hai phái. Một phái cho rằng ăn thịt không kém phần tội lỗi như hành động của người giết. Họ cho rằng nếu thịt không được dùng làm thực phẩm thì không có nguyên nhân phải giết chóc súc vật, cho nên tiêu thụ thịt chịu trách nhiệm trực tiếp về việc giết, vì vậy ăn thịt là sai. Nhóm khác cho rằng việc ăn thịt được Đức Phật cho phép. Họ cho rằng giới luật hay kỹ luật cho phép các thầy tu ăn thịt trong nhiều trường hợp gọi là “Tam Tịnh Nhục,” “Ngũ Tịnh Nhục,” hay “Cửu Tịnh Nhục.” Dù nói thế nào đi nữa, ăn thịt vẫn là ăn thịt. Người tu, nhất là chư Tăng Ni, phải tỏ tấm lòng từ bi đối với chúng sanh muôn loài. Chư Tăng Ni phải cố gắng hết mình chảng những không giết, mà còn không là nguyên nhân của sự giết qua hình thức cúng dường cái gọi là tịnh nhục.

Trong các xứ theo Phật giáo Theravada, người ăn chay được mọi người kính trọng, nhưng ít được thực hành. Hầu hết Phật tử tại gia đều ăn thịt, nhưng cũng có một vài ngày nhiều người cửu thịt. Trong các xứ ấy, người ta thường nghĩ nên ăn những con vật ít thông minh hơn, như cá, và ăn những con vật nhỏ hơn là những con vật to. Tuy nhiên, tại Tây Tạng triết lý ưu thế thì ngược lại: người Tây Tạng thường tin rằng nên ăn những con vật lớn hơn, vì chỉ một con vật lớn bị giết có thể nuôi ăn được nhiều người, nên họ không cần phải giết nhiều con vật nhỏ. Tuy nhiên, một số các giáo điển Đại Thừa thì tranh luận chống lại việc ăn thịt, nhấn mạnh rằng việc này không thích hợp với tu tập Bồ Tát là phát lòng bi mẫn đến chúng sanh mọi loài và coi họ như những cha mẹ đời trước của mình. Thí dụ như kinh Đại Bát Niết Bàn, nói rằng vì việc ăn thịt làm triệt tiêu chủng tử từ bi nên Đức Phật đã bảo các đệ tử của Ngài nên ăn chay. Kinh Lăng Già cũng có một chương trong đó Đức Phật có kể ra tám lý do tại sao một người Phật tử, đặc biệt là một Tăng hay một vị Ni không nên ăn thịt. Ngài nói trong buổi sơ khai của đạo Phật, trình độ hiểu biết Phật pháp thậm thâm của Phật tử hãy còn quá giới hạn nên Ngài không muốn bắt buộc họ phải theo những giới luật khắt khe ngay lập tức. Nhưng đến lúc này Đức Phật phải nhắc lại cho Phật tử nhớ rằng nếu họ còn tin nơi luật nhân quả thì họ nên giảm thiểu tới mức thấp nhất mức độ ăn thịt của họ, vì hễ có nhân, không cần biết ấy là loại nhân gì, chắc chắn sẽ có “quả” không có ngoại lệ. Đức Phật nhắc tiếp, “Phật tử nên luôn nhớ rằng tất cả chúng sanh trong



đời quá khứ đều đã ít nhất một lần là cha, là mẹ, là thân bằng quyến thuộc.” Hơn nữa, cái mùi của người ăn thịt có thể làm kinh động chúng sanh và đưa đến tiếng xấu, ăn thịt còn gây trở ngại cho việc thiền tập, đưa đến những cơn ác mộng và lo lắng, và đưa đến tái sanh vào ác đạo, và ngay cả việc ăn thịt của những con vật mà mình biết chắc là không phải giết cho mình ăn, người ăn thịt ấy vẫn đang tham dự vào tiến trình sát sinh và làm tăng nỗi khổ đau của chúng sanh. Kinh Đại Bát Niết Bàn, Lăng Già và những kinh văn Đại Thừa khác rất phổ biến ở các xứ Đông Á và điều này cho thấy tại sao hầu hết các tự viện ở những vùng như Trung Hoa, Đại Hàn và Việt Nam đều ăn chay. Tại Nhật Bản, người Phật tử kính trọng việc ăn chay và chính thức được thực hành trong các Thiền viện. Những người ăn chay cũng tuân thủ theo giới luật được biết tới trong Kinh Phạm Võng, kinh có ảnh hưởng rộng rãi tại các xứ Đông Á. Một thí dụ của vùng Đông Á buổi ban sơ về thái độ này là luật cấm ăn thịt và săn bắn của vua Vũ Đế năm 511. Ăn chay luôn được các Phật tử tại gia thuần thành của các xứ vùng Đông Á tuân thủ cũng là kết quả của luật cấm sát sanh. Tuy nhiên, Phật giáo Mông Cổ và Tây Tạng ít khi áp dụng luật ăn chay. Đức Đạt Lai Lạt Ma khuyến khích người Tây Tạng nên ít ăn thịt hơn, và nếu ăn thì nên ăn những động vật lớn để giảm thiểu số lượng súc sanh bị sát hại, nhưng chính Đức Đạt Lai Lạt Ma không phải là người ăn chay. Trong môi trường khắc nghiệt của Tây Tạng thì việc ăn chay khó thực hiện được vì đất đai và khí hậu không thuận tiện cho ngành trồng trọt, nên chỉ có một vài vị Lạt Ma ăn chay khi lưu vong. Vấn đề là làm sao nói rõ được giáo pháp nhà Phật để cho Phật tử thấy được rằng, theo luật nhân quả hay nghiệp lực, thì tất cả chúng sanh đều một thời trong quá khứ đã là cha, là mẹ, là thân bằng quyến thuộc. Tuy nhiên, các vị Lạt Ma thường tránh né các chủ đề và thường khuyên các đệ tử nên trì chú nhằm giúp các sinh vật ấy được sanh vào cõi tốt hơn. Vẫn còn có sự khó chịu đáng kể về vấn đề này trong số các vị thầy trong Phật giáo Tây Tạng, mà đa phần các vị ấy rõ ràng là tránh né vấn đề này. Như trên đã thấy không có sự đồng nhất trong số Phật tử về việc ăn thịt, và có những khác biệt lớn lao về ý kiến trong các văn kinh Phật giáo về việc này.

Giáo thuyết nhà Phật luôn nhấn mạnh đến tứ vô lượng tâm, đại từ, đại bi, đại hỷ và đại xả. Người Phật tử coi thân mạng là thiêng liêng nên không sát hại bất cứ chúng sanh nào. Và chính vì thế mà đa phần

Phật tử tu theo Đại thừa đều phát nguyện ăn chay. Phật tử không nên giết hại chúng sanh để ăn thịt. Sát sanh là giới cấm đầu tiên trong ngũ giới. Sát sanh để lấy thịt chúng sanh làm thực phẩm là tội nặng nhất trong Phật giáo. Theo Mật giáo, trong kinh Đức Phật có nói với ngài A Nan: “Này A Nan, nếu không có hình tướng thì cũng không có pháp. Nếu không có thức ăn, thì cũng không có pháp. Nếu không có y phục thì cũng không có pháp. Hãy giữ gìn cơ thể để ông phục vụ pháp. Trong truyền thống Mật giáo có sự liên hệ giữa các hình tướng vô cùng quan trọng. Nhưng không phải vì vậy mà chúng ta biến nó thành một cuộc phiêu lưu trên hình tướng. Chúng ta có thể trở thành người ăn chay trường và chế diễu người ăn thịt. Chúng ta có thể chỉ mặt toàn đồ bằng vải và không dùng da thú. Hay chúng ta có thể quyết định đi đến một nơi không có các ô nhiễm môi trường để sinh sống. Nhưng bất cứ một lối sống nào mà chúng ta chọn cũng đều có thể trở thành thái quá. Nếu một người trường trai sẽ thôi không dùng thịt nữa, nhưng anh ta vẫn có thể thấy khoan khoái khi lột một trái chuối bằng một cái tâm khát máu, hay cắn vào trái đào bằng cái tâm tham muốn và nấu trái cà tím để tìm trong đó hương vị của miếng thịt mỡ béo, Những bước dò giẫm của chúng ta trên con đường của hiện tượng vô cùng gian nan và phức tạp. Nói thế chúng ta không nhằm cổ võ cho việc ăn thịt. Chúng ta chỉ muốn nêu ra điểm là đừng nên nghĩ rằng thế giới hiện tượng này và ngay cả thân thể chúng ta nó đang hiện hành như chúng ta tưởng. Chúng ta luôn tìm một phương cách nhằm làm cho cuộc sống nhẹ nhàng hơn. Khi chúng ta không hạnh phúc hay không thoải mái, chúng ta thường muốn đi đến một nơi khác, lên hay xuống, hay bất cứ nơi nào. Có người kêu nó là địa ngục, có người kêu nó là thiên đàng, nhưng là cái gì đi nữa cũng không quan trọng, chúng ta chỉ muốn có một chỗ để dưỡng thần mà thôi.

Đức Phật đã không cho rằng việc đề ra cách ăn chay cho các đệ tử tu sĩ của mình là điều thích đáng, điều mà Ngài đã làm là khuyên họ tránh ăn thịt thú vật, vì cho dù là loại thịt gì đi nữa thì ăn thịt vẫn là tiếp tay cho sát sanh, và thú vật chỉ bị sát hại để làm thực phẩm cho người ta mà thôi. Chính vì thế mà trước khi nhập diệt, Ngài khuyên tứ chúng nên ăn chay. Tuy nhiên, có lẽ Đức Phật không đòi hỏi các đệ tử tại gia của Ngài phải trường chay. Người Phật tử nên ăn chay có phương pháp và từ từ. Không nên bỏ ăn mặn ngay tức thời để chuyển qua ăn chay, vì làm như vậy có thể gây sự xáo trộn và bệnh hoạn cho

cơ thể vì không thể ăn những món chay có đủ chất dinh dưỡng; phải từ từ giảm số lượng cá thịt, rồi sau đó có thể bắt đầu mỗi tháng hai ngày, rồi bốn ngày, sáu ngày, mười ngày, và từ từ nhiều hơn. Phật tử nên ăn chay để nuôi dưỡng lòng từ bi và tinh thần bình đẳng, mà còn tránh được nhiều bệnh tật. Ngoài ra, thức ăn chay cũng có nhiều sinh tố bổ dưỡng, thanh khiết và dễ tiêu hóa. Chúng ta không nên phán xét ai thanh tịnh hay bất tịnh qua chay mặn, thanh tịnh hay bất tịnh là do tư tưởng và hành động thiện ác của người ấy. Tuy nhiên, dù sao thì những người ăn trường chay được thì thật là đáng tán thán. Còn những người ăn mặn cũng phải cẩn trọng, vì dù biện luận thế nào đi nữa, thì bạn vẫn là những người ăn thịt chúng sanh. Bạn có thể nói “tôi không nghe,” hay “tôi không thấy” con vật bị giết, nhưng bạn có chắc rằng những con vật ấy không bị giết vì mục đích để lấy thịt làm thực phẩm cho bạn hay không? Cẩn trọng!!!



## *Chương Bốn Mười Chín*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Không Thối Chuyển*

Chữ “Không Thối Chuyển”, “A Bệ Bạt Trí,” theo tiếng Bắc Phạn là Avaivartika, có nghĩa là chẳng lùi xuống. Theo Phật giáo, bậc Bất Thối Chuyển: Vị chẳng bao giờ rơi rớt lại những đường thấp hơn. Bậc đã đạt được tánh không hay vô sanh pháp nhẫn sẽ không bao giờ bị thối chuyển ra khỏi Bồ Tát hay Phật đạo. Khi một bậc đã tiến tới chỗ không còn rơi ngược trở lại (luân hồi sanh tử) hay bất thối chuyển là cách nói khác của “nhất sinh thành Phật” hay thành Phật trong kiếp này. Bồ Tát Bất Thối Chuyển, trải qua quá trình tu hành dài một đại a tăng kỳ kiếp mà thành tựu quả vị Phật, chưa hề thối chuyển. Bất thối có nghĩa là không chịu thua hay không mỗi một với vị trí hiện tại, hay không tháo lui, đặc biệt khi nói về sự tu tập Phật đạo. Theo các giáo điển Đại Thừa thì bất thối chuyển nằm trong địa thứ bảy trong mười địa, nhưng Du Già Sư Địa Luận nói rằng bất thối chuyển là sơ địa trong thập địa Bồ Tát, trong khi Phật Tính Luận lại cho rằng bất thối chuyển là yếu tố đầu tiên trong thập hồi hướng công đức. Theo Pháp Tướng Tông thì có năm điều bất thối.

Người “Bất Thối” là người không bao giờ thối lùi; một vị Bồ Tát trên đường tiến đến Phật quả, không bao giờ đi lùi về một cảnh giới thấp hơn cảnh giới mà vị ấy đã đạt được. Theo Kinh A Di Đà thì dù cho người vãng sanh vào địa vị thấp nhất trong cõi Tịnh Độ, dù phải mang theo nghiệp còn sót lại, nhưng vẫn không còn thoái chuyển nữa. Không lùi mà đi thẳng vào Niết bàn, người đã đạt tới thực chứng tánh không, sẽ không bao giờ đi lùi trên đường đi đến Bồ Tát hay Phật quả. Đôi khi người ta định nghĩa “Bất Thối Chuyển” đơn thuần là các bậc tu hành đã tiến đến giai đoạn cao không bao giờ còn thối chuyển trở lại nữa. Cũng theo Kinh A Di Đà, chúng sanh phước mỏng nghiệp dày tích tụ từ vô thủy, khó lòng tự tu tự độ về cõi Niết Bàn trong một đời kiếp, mà ngược lại rất dễ dàng bị thối chuyển trong luân hồi sanh tử, nên Đức Phật khuyên Phật tử về sau này nên nhất tâm niệm Phật để được sanh về cõi Cực Lạc, hầu tiếp tục tu tập để đạt thành Phật quả, vì một khi chúng sanh được sanh về Cực Lạc, thì bạn lành toàn là các bậc Bồ Tát thượng thiện, tuyệt tất cả các chương nạn, ác duyên, lại không có

ngoại đạo tà ma, nên tâm thường an tịnh. Đây là một trong năm lý do tại sao người vãng sanh Tịnh Độ không còn bị thối chuyển nữa.

Bất thối là những mức độ mà vị Bồ Tát không còn bị thối chuyển nữa, thường dùng để chỉ từ địa thứ tám đến địa thứ 10 trong thập địa Bồ Tát. Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Liên Tông Thập Tam Tổ, sao gọi là Bất Thối Tâm? Phải nên biết rằng tuy đã có sám nguyện và tu hành rồi, nhưng hành giả vẫn còn vướng nhiều chướng ngại sau đây: nghiệp hoặc, phiền não, cùng các thứ ma chướng khác không dễ gì dứt trừ được; tu lục độ, vạn hạnh của Bồ Tát cũng không dễ gì thành tựu được; con đường đi đến quả vị vô thượng Bồ Đề lại rất dài xa, không dễ gì chứng đắc được. Hơn nữa, hành giả phải phát lời thề nguyện kiên cố, bất thối chuyển, dù cho thân này có bị vô lượng nhục nhằn, khổ nhọc, hay bị thiêu đốt nát tan, quyết không vì thế mà phạm vào điều ác; quyết không vì thế mà thối thất trên bước đường tu; và quyết luôn dùng tâm “Bất Thối Chuyển” như vậy mà hành đạo.

**Có ba thứ “Bất Thối” hay Tam Bất Thối Chuyển:** Thứ nhất là “Vị bất thối”, tức là không thối chuyển từ chỗ đã đạt. Một khi đã dự vào địa vị Tứ Thánh rồi, chẳng còn bị xuống địa vị Lục Phàm nữa. Thứ nhì là “Hạnh bất thối”, tức là không thối chuyển từ những hành động thiện lành đang theo đuổi. Một khi đã tu hạnh Bồ Tát thường hóa độ chúng sanh, chẳng còn sa đọa xuống hàng nhị thừa nữa. Thứ ba là “Niệm bất thối”, tức là không thối chuyển trong thiền định. Giờ phút nào tâm niệm cũng như dòng nước chảy vào biển “Nhất Thiết Trí”. Bên cạnh đó, theo Pháp Tướng Tông còn có nhiều thứ bất thối khác như không thối chuyển từ nơi thanh tịnh đã đạt được; tín bất thối; vị bất thối; chứng bất thối; hạnh bất thối; và luật nghi bất thối. Tuy nhiên, cổ đức luôn nhắc nhở về **ba thí dụ về sự ngộ đạo mà vẫn còn bị thối thất:** *Thí dụ thứ nhất*, như dùng tảng đá đè lên cỏ dại, cỏ tuy không mọc được nhưng củ của nó chưa hư thối; nếu gặp duyên khác tảng đá bị lật lên, cỏ vẫn mọc lại như cũ. *Thí dụ thứ hai*, như nước lỏng trong chum, bùn tuy lắng xuống nằm yên tận đáy, nhưng khi chưa gạn lọc ra được, gặp duyên khuấy động, bùn lại nổi lên. *Thí dụ thứ ba*, như đồ gốm tuy nắn thành hình, nhưng chưa trải qua một phen nung lại cho chắc, gặp mưa xuống tất phải bị tan rã. Trạng huống ngộ đạo khi chuyển sanh dễ bị thối thất, cũng lại như thế.

Kinh Vô Lượng Thọ dạy rằng những kẻ vãng sanh Tịnh Độ đều trụ nơi chánh định, và đều là các bậc A Bệ Bạt Trí, tức là bậc Bất Thối

Chuyển. Cổ Đức đã dạy: “Không nguyện vãng sanh Tịnh Độ thì khó lòng vãng sanh; tuy nhiên, một khi đã thực nguyện thì tất cả đều được vãng sanh. Không sanh Tịnh Độ thì khó thành tựu Bất Thối Chuyển; tuy nhiên, khi đã vãng sanh Tịnh Độ thì tất cả đều được bất thối chuyển.” *Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Tịnh Độ Thập Nghi Hoặc Vấn Luận, có năm nhân duyên khiến cho người vãng sanh Tịnh Độ không còn bị thối chuyển nữa: Thứ nhất* do nguyện lực đại bi của Phật nhiếp trì. *Thứ hai*, ánh sáng hay trí huệ Phật thường soi đến thân, nên lòng Bồ Đề của chư thiện nhân luôn luôn tăng tiến. *Thứ ba*, nơi cõi Tây Phương Tịnh Độ, chim, nước, rừng cây, gió, âm nhạc thường phát ra tiếng pháp ‘khổ, không, vô thường và vô ngã;’ hành giả nghe rồi sanh lòng niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng. *Thứ tư*, chúng sanh được sanh về Cực Lạc, thì bạn lành toàn là các bậc Bồ Tát thượng thiện, tuyệt tất cả các chương nạn, ác duyên, lại không có ngoại đạo tà ma, nên tâm thường an tịnh. *Thứ năm*, đã được sanh về Tịnh Độ thì thọ lượng vô cùng, đồng với chư Phật và chư Bồ Tát, an nhiên tu tập trải qua vô biên a tăng kỳ kiếp.





## *Chương Năm Mười*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Thiểu Dục Tri Túc*

**Thiểu Dục:** Thiểu dục là có ít dục lạc; tri túc là biết đủ. Thiểu dục tri túc là ít ham muốn mà thường hay biết đủ. Tri túc là bằng lòng với những điều kiện sinh hoạt vật chất tạm đủ để sống mạnh khỏe tiến tu. Tri túc là một phương pháp hữu hiệu nhất để phá lưới tham dục, để đạt được sự thanh thoi của thân tâm và hoàn thành mục tiêu tối hậu của sự nghiệp tu tập. Thiểu dục là có ít dục lạc hay ít ham muốn. Ở đây “ham muốn” không chỉ gồm ham muốn tiền bạc và vật chất, mà còn mong ước địa vị và danh vọng. Ham muốn cũng chỉ về sự mong muốn được những người khác thương yêu và phục vụ. Trong đạo Phật, một người đã đạt đến mức độ tâm thức thâm sâu thì sẽ có rất ít các ham muốn mà có khi còn thờ ơ với chúng nữa là khác. Chúng ta cũng nên chú ý rằng một người như thế thờ ơ với những ham muốn thế tục, nhưng người ấy lại rất khao khát với chân lý, tức là người ấy có sự ham muốn lớn lao đối với chân lý, vì theo đạo Phật, thờ ơ với chân lý là biếng nhác trong đời sống. Thiểu dục cũng còn có nghĩa là thỏa mãn với những thứ vật chất ít ỏi, tức là không cảm thấy buồn bực với số phận của mình và không lo lắng nhiều đến việc đời. Tuy nhiên, đây không có nghĩa là không quan tâm đến sự tự cải tiến của mình, mà là cố gắng tối đa với một thái độ không chán nản. Một người như thế chắc chắn sẽ được người chung quanh biết tới. Mà dù cho những người chung quanh có không biết tới đi nữa, thì người ấy cũng cảm thấy hoàn toàn hạnh phúc và theo quan điểm tâm linh thì người ấy đang sống như một vị vua vậy.

*Có hai thứ cần phải thiểu dục: Thứ nhất là thức ăn, thứ hai là sắc đẹp; một cái gọi là thực dục, một cái gọi là sắc dục. Hai thứ này giúp đỡ cho vô minh làm đủ thứ chuyện xấu, nên Đức Khổng Phu Tử có dạy: “Thực, sắc tánh dã.”* Nghĩa là háo ăn, háo sắc đều là bản tánh của chúng sanh. Người tu Phật phải biết tại sao vô minh chẳng phá được? Tại sao phiền não cũng không đoạn được? Tại sao trí huệ chẳng hiển lộ? Chỉ do bởi mình không biết thiểu dục đó thôi. Phật tử chân thuần nên nhớ rằng ăn uống thì trợ giúp cho dục vọng, dục vọng lại làm tăng trưởng vô minh. Một khi đã có lòng tham ăn rồi thì sau đó sẽ là tham sắc. Con trai thì ham muốn nữ sắc, con gái thì ham muốn nam sắc, cứ

thế mà quyền luyện không rời và không thể nào nhìn sự vật thấu suốt được. Ăn uống bao nhiêu thứ thành chất bổ dưỡng, hễ chất bổ dưỡng sung mãn thì sanh lòng ham mê sắc dục. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đồ ăn càng ít ngon chừng nào càng tốt chừng ấy. Không nên coi quá trọng vấn đề ăn uống. Ăn là để duy trì mạng sống mà tu tập, vì thế nên tiết độ trong ăn uống; không cần phải ăn đồ ăn ngon, mà cũng không ăn những đồ đã bị hư hoại, vì cả hai đều có hại cho sức khỏe của mình.

**Tri Túc:** Tri túc là biết đủ và thỏa mãn với những gì mình có ngay trong lúc này. Tri túc là đặc điểm của hạnh phúc cá nhân. Phàm phu thường nghĩ rằng tri túc rất khó trau dồi và phát triển. Tuy nhiên, nếu chúng ta kiên trì dững mãnh, và quyết tâm kiểm soát những tư tưởng bất thiện cũng như hậu quả gây ra do bởi không biết tri túc, thì chúng ta sẽ cảm thấy luôn hạnh phúc với những gì mình đang có. Đối với những người có trí tuệ, biết quyền biến, tháo vát, khéo an nhần với cảnh đời, biết suy cùng nghĩ cạn, thì trong cảnh ngộ nào cũng vẫn an nhiên bình thản. Với hoàn cảnh giàu sang thì biết đủ theo cảnh giàu sang, với cảnh nghèo hèn thì biết đủ theo nghèo hèn. Thật vậy, trong đời sống hằng ngày, chúng ta làm đủ cả mọi việc, suy tính đủ mọi phương cách, chước mầu, thậm chí đến việc không từ nan bất cứ thủ đoạn nào, miễn sao cho mình được lợi thì thôi, còn thì tổn hại cho ai cũng không cần nghĩ đến. Thử hỏi chúng ta làm như vậy để chi? Chẳng qua là để có cuộc sống tốt đẹp hơn, ăn mặc, nhà cửa, cất chứa tiền bạc nhiều hơn. Nhưng suy nghĩ kỹ chúng ta sẽ thấy mặt trời mọc, đứng bóng, rồi lặn và biến mất về đêm; trăng đầy rồi khuyết, rồi mất hẳn ánh sáng; gò cao đổi thành vực thẳm, biển cả hóa nương dâu, vân vân. Cuộc đời xưa nay thịnh suy, đắc thất, vinh nhục, bổng trầm, còn mất, hợp tan, chỉ là lẽ thường chớ đâu có gì được tồn tại mãi, tất cả rồi cũng về với hư không. Thế nên người trí phải luôn biết tri túc với hoàn cảnh hiện tại. Đức Phật tán dương cuộc sống đơn giản, cuộc sống đơn giản dẫn đến việc mở mang tâm trí con người. Chính vì thế mà Đức Phật luôn thuyết giảng sự lợi ích cho các thầy Tỷ Kheo về tri túc trên những món như sau: Y áo mà các thầy nhận được, dù thô hay dù mịn; đồ cúng dường hay thực phẩm các thầy nhận được, dù ngon hay không ngon; nơi ở mà các thầy nhận được, dù đơn sơ hay sang trọng. Ai mà mãn ý với ba điều trên đây có thể giảm được lòng ham muốn và đồng thời in sâu vào tâm khảm những thói quen của một cuộc sống đơn giản.

Biết đủ và thỏa mãn với những gì mình có ngay trong lúc này. Tri túc là đặc điểm của hạnh phúc cá nhân. Phạm phu thường nghĩ rằng tri túc rất khó trau dồi và phát triển. Tuy nhiên, nếu chúng ta kiên trì dưỡng mãnh, và quyết tâm kiểm soát những tư tưởng bất thiện cũng như hậu quả gây ra do bởi không biết tri túc, thì chúng ta sẽ cảm thấy luôn hạnh phúc với những gì mình đang có. Đối với những người có trí tuệ, biết quyền biến, tháo vát, khéo an nhản với cảnh đời, biết suy cùng nghĩ cạn, thì trong cảnh ngộ nào cũng vẫn an nhiên bình thản. Với hoàn cảnh giàu sang thì biết đủ theo cảnh giàu sang, với cảnh nghèo hèn thì biết đủ theo nghèo hèn. Thật vậy, trong đời sống hằng ngày, chúng ta làm đủ cả mọi việc, suy tính đủ mọi phương cách, chước mầu, thậm chí đến việc không từ nan bất cứ thủ đoạn nào, miễn sao cho mình được lợi thì thôi, còn thì tổn hại cho ai cũng không cần nghĩ đến. Thử hỏi chúng ta làm như vậy để chi? Chẳng qua là để có cuộc sống tốt đẹp hơn, ăn mặc, nhà cửa, cất chứa tiền bạc nhiều hơn. Nhưng suy nghĩ kỹ chúng ta sẽ thấy mặt trời mọc, đứng bóng, rồi lặn và biến mất về đêm; trăng đầy rồi khuyết, rồi mất hẳn ánh sáng; gò cao đổi thành vực thẳm, biển cả hóa nương dâu, vân vân. Cuộc đời xưa nay thịnh suy, đắc thất, vinh nhục, bổng trầm, còn mất, hợp tan, chỉ là lẽ thường chớ đâu có gì được tồn tại mãi, tất cả rồi cũng về với hư không. Thế nên người trí phải luôn biết tri túc với hoàn cảnh hiện tại. Đức Phật tán dương cuộc sống đơn giản, cuộc sống đơn giản dẫn đến việc mở mang tâm trí con người. Chính vì thế mà Đức Phật luôn thuyết giảng sự lợi ích cho các thầy Tỳ Kheo về tri túc trên những món như sau: Y áo mà các thầy nhận được, dù thô hay dù mịn; đồ cúng dường hay thực phẩm các thầy nhận được, dù ngon hay không ngon; nơi ở mà các thầy nhận được, dù đơn sơ hay sang trọng. Ai mà mãn ý với ba điều trên đây có thể giảm được lòng ham muốn và đồng thời in sâu vào tâm khảm những thói quen của một cuộc sống đơn giản.

Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đối với đạo Phật, dục lạc ngũ trần thật là phù du và hư ảo, chợt đến rồi chợt đi. Phải chăng đó là hạnh phúc thật sự khi mình cứ mãi săn đuổi một cái gì mong manh, mau tàn và luôn thay đổi? Hãy nhìn xem biết bao nhiêu điều phiền toái khó khăn mà chúng ta gặp phải khi chúng ta cứ mãi đi tìm những cảm giác mà chúng ta cho là hạnh phúc. Nhiều người vì quá ham muốn hưởng thụ lạc thú nên họ đã có những hành vi phạm pháp, gây ra những tội ác tày trời khiến cho người khác phải khổ đau phiền não. Họ

chỉ nghĩ đến lạc thú tạm bợ của giác quan mà quên đi sự khổ đau của người khác. Họ không hiểu được hậu quả tai hại, những kết quả thảm khốc họ phải gặt lấy sau này do những tội lỗi mà họ đã gây ra. Ngay cả hạng phàm phu tục tử vẫn có thể biết được những phút giây hạnh phúc ngắn ngủi và những khổ đau mà họ phải gánh lấy là không cân xứng, không đáng để họ đeo đuổi theo dục lạc trần thế. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đau khổ đi liền theo ham muốn. Mọi vấn đề trên thế gian có gốc rễ từ những ham muốn dục lạc ngũ trần. Vì con người muốn tiếp tục hưởng thụ dục lạc ngũ trần mà có những bất hòa trong gia đình. Cũng vì nhu cầu hưởng thụ dục lạc mà bạn bè hàng xóm đôi khi không thể cư xử tốt đẹp với nhau. Cũng vì dục lạc ngũ trần mà người này chống lại người kia, nước này chống lại nước kia. Cũng chính vì dục lạc ngũ trần mà biết bao nhiêu điều khổ đau, phiền não, và mọi thứ phiền toái đã xảy ra trên khắp thế giới. Cũng chính do dục lạc ngũ trần mà con người trở nên dã man, độc ác, tàn bạo và mất hẳn nhân tánh.

## *Chương Năm Mười Một*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Thấy Được Tai Hại Của Dục Lạc*

Ham muốn dục lạc còn được diễn dịch như là bị nhiễm ô và trôi buộc vào thú vui dục lạc. Khi ham muốn dục lạc nằm trong tâm ý của chúng ta thì không người nào khác thấy được vì nó vô hình vô tướng. Nhưng tâm ham muốn dục lạc này lại có thể khiến chúng ta làm những việc bất thiện để đạt được những điều mà chúng ta mong muốn. Ham muốn dục lạc là căn bất thiện đầu tiên che đậy lòng tham tự kỷ, sự ao ước, luyến ái và chấp trước. Tánh của nó là bám víu hay đắm nhiễm vào những dục lạc mà nó ưa thích. Nghiệp dụng của nó là sự bám chặt, như thịt bám chặt vào chảo. Nó hiện lên áp chế khi chúng ta không chịu buông bỏ. Nguyên nhân gần đưa đến ham muốn dục lạc là vì chúng ta chỉ thấy sự hưởng thụ. Lòng ham muốn đắm mê dục lạc không bao giờ biết ngừng, không bao giờ được thỏa mãn cả, như chiếc thùng không đáy. Để thỏa mãn dục vọng mà con người sanh ra vị kỷ, độc ác, làm hại, làm khổ người khác để mình được vui, được sung sướng.

Đối với đạo Phật, dục lạc ngũ trần thật là phù du và hư ảo, chợt đến rồi chợt đi. Phải chăng đó là hạnh phúc thật sự khi mình cứ mãi săn đuổi một cái gì mong manh, mau tàn và luôn thay đổi? Hãy nhìn xem biết bao nhiêu điều phiền toái khó khăn mà chúng ta gặp phải khi chúng ta cứ mãi đi tìm những cảm giác mà chúng ta cho là hạnh phúc. Nhiều người vì quá ham muốn hưởng thụ lạc thú nên họ đã có những hành vi phạm pháp, gây ra những tội ác tày trời khiến cho người khác phải khổ đau phiền não. Họ chỉ nghĩ đến lạc thú tạm bợ của giác quan mà quên đi sự khổ đau của người khác. Họ không hiểu được hậu quả tai hại, những kết quả thảm khốc họ phải gặt lấy sau này do những tội lỗi mà họ đã gây ra. Ngay cả hạng phàm phu tục tử vẫn có thể biết được những phút giây hạnh phúc ngắn ngủi và những khổ đau mà họ phải gánh lấy là không cân xứng, không đáng để họ đeo đuổi theo dục lạc trần thế. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đau khổ đi liền theo ham muốn. Mọi vấn đề trên thế gian có gốc rễ từ những ham muốn dục lạc ngũ trần. Vì con người muốn tiếp tục hưởng thụ dục lạc ngũ trần mà có những bất hòa trong gia đình. Cũng vì nhu cầu hưởng thụ

dục lạc mà bạn bè hàng xóm đôi khi không thể cư xử tốt đẹp với nhau. Cũng vì dục lạc ngũ trần mà người này chống lại người kia, nước này chống lại nước kia. Cũng chính vì dục lạc ngũ trần mà biết bao nhiêu điều khổ đau, phiền não, và mọi thứ phiền toái đã xảy ra trên khắp thế giới. Cũng chính do dục lạc ngũ trần mà con người trở nên dã man, độ ác, tàn bạo và mất hẳn nhân tính.

## *Chương Năm Mười Hai*

### *Người Con Phật Luôn Nhớ Không Có Gì Để Mà Tâm Cầu*

Bản chất của con người là lúc nào cũng tìm cầu, hết cái này tới cái kia, tìm mãi không ngưng nghỉ vì tuí tham của con người không đáy. Người bố thí thì cầu báo thí hay bố thí với ý mong cầu được báo đáp về sau này. Người tại gia thì cầu danh cầu lợi, người mới vào chùa tu thì cầu được sớm thành thượng tọa hay hòa thượng; trong khi có người thì cầu được Niết Bàn hay cầu thành Phật, vân vân và vân vân. Thế rồi những mong cầu này không được toại nguyện thì con người ta trở nên phiền não và đau khổ. Chúng ta có nhiều ước muốn trong đời sống và rất muốn được thỏa nguyện; tuy nhiên, đời sống không dễ dàng như ta tưởng. Chúng ta luôn không thể hoàn thành những ước nguyện này. Vì thế mà chúng ta luôn khổ đau phiền não mỗi khi chúng ta không được thỏa nguyện. Chính vì vậy mà chư tôn thiên đức đã dạy rằng người Phật tử tu tập mà không có cái tâm cầu danh cầu lợi, đã diệt trừ được năm gốc rễ của địa ngục, tức là tiền tài, sắc dục, danh tiếng, ăn và ngủ, không có tâm luyến ái vào những thứ ấy trong mọi hoàn cảnh, trong mọi lúc, ấy đích thực là hành giả tu theo Phật. Chúng ta phải cố gắng tu tập bằng công phu của chính mình. Chớ ham danh tiếng, lợi lộc, vân vân. Phải tu tập theo tinh thần của chư Bồ Tát Văn Thù, Phổ Hiền, Quán Âm, Địa Tạng, cùng các Bồ Tát khác vì các vị Bồ Tát thường lấy sự thành tựu của chúng sanh làm sự thành tựu của chính mình. Các ngài không phân biệt người với ta. Bồ Tát thường nghe thấy rồi tùy hỷ tán thán công đức của mọi người.

Theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, vị tổ thứ 28 dòng Thiên Ấn Độ và cũng là vị sơ tổ của dòng Thiên Trung Hoa, “Vô Sở Cầu” là một trong bốn hạnh của Thiên giả. Người đời mãi mãi đắm mê, việc gì cũng tham trước, thế gọi là cầu. Bậc trí ngộ lẽ chân, chuyển ngược thế tục, nên an tâm trụ nơi vô vi, thân hình tùy nghi mà vận chuyển. Muôn vật đều là không, có gì vui mà cầu được. Hễ có công đức thì liền có hắc ám đuổi theo. Ở lâu trong ba cõi khác nào như trong nhà lửa. Có thân có khổ, được gì mà vui? Thông suốt được vậy ắt buông hết sự vật, dứt tưởng, chẳng cầu. Kinh nói: ‘Còn cầu còn khổ. Hết cầu mới được vui. Xét biết không cầu mới thực là đạo hạnh nên nói là hạnh không cầu mong.

Sau cuộc nói chuyện với vua Hán Vũ Đế về tu hành tịnh hạnh vô cầu, Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã dạy về “Tam Vô Sở Cầu” như sau: Không, vô tướng giải thoát hay đoạn trừ mọi hình tướng bên ngoài là giải thoát, và vô nguyện, hay đoạn trừ tất cả mọi mong cầu cho đến khi nào không còn một mảy may ham muốn hay cố gắng để đạt được bất cứ thứ gì là giải thoát, một trong ba loại giải thoát. Thật vậy, chư pháp hữu vi như ảo như mộng, sanh diệt, diệt sanh. Có cái gì thường hằng cho chúng ta theo đuổi? Hơn nữa, thế giới hiện tượng chỉ là tương đối, trong tai họa đôi khi có phước báo, trong phước báo có khi là tai họa. Thế nên người tu Phật nên luôn giữ tâm mình bình thản và không khuấy động trong mọi tình huống, lên xuống hay họa phước. Giả dụ như một vị Tăng tu tập hăm hiu nơi sơn lâm cùng cốc, ít người thăm viếng hoàn cảnh sống thật là khổ sở cô độc, nhưng cuộc tu giải thoát thật là tinh chuyên. Thế rồi ít lâu sau đó có vài người tới thăm cúng dường vì nghe tiếng phạm hạnh của người, túp lều năm xưa chẳng bao lâu biến thành một ngôi chùa đồ sộ, Tăng chúng đông đảo, chừng đó phước thịnh duyên hảo, nhưng thử hỏi có mấy vị còn có đủ thì giờ để tinh chuyên tu hành như thuở hàn vi? Lúc ấy cuộc tu chẳng những rõ ràng đi xuống, mà lắm lúc còn gây tội tạo nghiệp vì những lời cuốn bên ngoài. Thế nên người tu Phật nên luôn ghi tâm pháp “Tam vô sở cầu này.” Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, “Có vị sa Môn hỏi Phật, ‘Bởi lý do gì mà biết được đời trước, mà hội nhập được đạo chí thượng?’ Đức Phật dạy: ‘Tâm thanh tịnh, chí vững bền thì hội nhập đạo chí thượng, cũng như khi lau kính hết dơ thì trong sáng hiển lộ; đoạn tận ái dục và tâm vô sở cầu thì sẽ biết đời trước.’”



## **Chương Năm Mười Ba**

### **Người Con Phật Luôn Cố Gắng Cầu Pháp**

Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Pháp có nhiều nghĩa. Theo Phạn ngữ, chữ “Pháp” phát xuất từ căn ngữ “Dhri” có nghĩa là cầm nắm, mang, hiện hữu, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Ý nghĩa thông thường và quan trọng nhất của “Pháp” trong Phật giáo là chân lý. Thứ hai, pháp được dùng với nghĩa “hiện hữu,” hay “hữu thể,” “đối tượng,” hay “sự vật.” Thứ ba, pháp đồng nghĩa với “đức hạnh,” “công chánh,” “chuẩn tắc,” về cả đạo đức và tri thức. Thứ tư, có khi pháp được dùng theo cách bao hàm nhất, gồm tất cả những nghĩa lý vừa kể, nên chúng ta không thể dịch ra được. Trong trường hợp này cách tốt nhất là cứ để nguyên gốc chữ không dịch ra ngoại ngữ. Pháp còn có nghĩa là luật vũ trụ hay trật tự mà thế giới chúng ta phải phục tùng. Theo đạo Phật, đây là luật “Luân Hồi Nhân Quả”. Pháp là mọi hiện tượng, sự vật và biểu hiện của hiện thực. Mọi hiện tượng đều chịu chung luật nhân quả, bao gồm cả cốt tủy giáo pháp Phật giáo. Pháp là con đường hiểu biết và yêu thương mà Đức Phật đã dạy. Phật dạy: “Những ai thấy được pháp là thấy được Phật.” Vạn vật được chia làm hai loại: vật chất và tinh thần; chất liệu là vật chất, không phải vật chất là tinh thần, là tâm. Trong Phật giáo, pháp là toàn bộ giáo thuyết Phật giáo, các quy tắc đạo đức bao gồm kinh, luật, giới.

**Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, chữ Dharma có năm nghĩa như sau:** *Thứ nhất*, Pháp là cái được nắm giữ hay lý tưởng nếu chúng ta giới hạn ý nghĩa của nó trong những tác vụ tâm lý mà thôi. Trình độ của lý tưởng này sẽ sai biệt tùy theo sự tiếp nhận của mỗi cá thể khác nhau. Ở Đức Phật, nó là sự toàn giác hay viên mãn trí (Bodhi). *Thứ nhì*, pháp là lý tưởng diễn tả trong ngôn từ sẽ là giáo thuyết, giáo lý, hay giáo pháp của Ngài. *Thứ ba*, lý tưởng đề ra cho các đệ tử của Ngài là luật nghi, giới cấm, giới điều, đức lý. *Thứ tư*, lý tưởng là để chứng ngộ sẽ là nguyên lý, thuyết lý, chân lý, lý tính, bản tính, luật tắc, điều kiện. *Thứ năm*, lý tưởng thể hiện trong một ý nghĩa tổng quát sẽ là thực tại, sự kiện, sự thể, yếu tố (bị tạo hay không bị tạo), tâm và vật, ý thể và hiện tượng, những phản

ánh của các hiện tượng vào tâm con người, nội dung tâm thần, ý tưởng, những nhân tố tồn tại mà trường phái Tiểu thừa cho đó là nền tảng của nhân cách kinh nghiệm. Theo phái Trung Quán, chữ Pháp trong Phật Giáo có nhiều ý nghĩa. Nghĩa rộng nhất thì nó là năng lực tinh thần, phi nhân cách bên trong và đằng sau tất cả mọi sự vật. Trong đạo Phật và triết học Phật giáo, chữ Pháp gồm có bốn nghĩa: Pháp có nghĩa là thực tại tối hậu. Nó vừa siêu việt vừa ở bên trong thế giới, và cũng là luật chi phối thế giới. Pháp theo ý nghĩa kinh điển, giáo nghĩa, tôn giáo pháp, như Phật Pháp. Pháp có nghĩa là sự ngay thẳng, đức hạnh, lòng thành khẩn. Pháp cũng có nghĩa là thành tố của sự sinh tồn. Khi dùng theo nghĩa này thì thường được dùng cho số nhiều.

Theo Kinh Duy Ma Cật, lúc ngài Xá Lợi Phất tháp tùng ngài Văn Thù Sư Lợi đến thăm bệnh cư sĩ Duy Ma Cật. Lúc bấy giờ ngài Xá Lợi Phất thấy trong nhà ông Duy Ma Cật không có giường ngồi chi hết, mới nghĩ rằng: “Các Bồ Tát và hàng đệ tử đây sẽ ngồi nơi đâu?” Trưởng giả Duy Ma Cật biết được ý đó, liền nói với ngài Xá Lợi Phất rằng: “Thế nào, nhân giả vì pháp mà đến hay vì giường ngồi mà đến?” Xá Lợi Phất đáp: “Tôi vì Pháp mà đến, chớ không phải vì giường ngồi.” Ông Duy Ma Cật nói: “Ngài Xá Lợi Phất! Vả chẳng người cầu Pháp, thân mạng còn không tham tiếc, huống chi là giường ngồi. Vả người cầu Pháp không phải có sắc, thọ, tưởng, hành, thức mà cầu; không phải có giới (18 giới), nhập (12 nhập) mà cầu; không phải có dục giới, sắc giới, vô sắc giới (tam giới) mà cầu. Ngài Xá Lợi Phất! Vả chẳng người cầu Pháp không đấm trước nơi Phật mà cầu, không đấm trước nơi Pháp mà cầu, không đấm trước nơi chúng Tăng mà cầu. Vả người cầu Pháp không thấy khổ mà cầu, không đoạn tập mà cầu, không đến chứng diệt, tu đạo mà cầu. Vì sao? Vì pháp không hý luận. Nếu nói ‘ta phải thấy khổ, đoạn tập, chứng diệt, tu đạo, đó là hý luận chứ không phải cầu pháp.’ Ngài Xá Lợi Phất! Pháp là tịch diệt, nếu thực hành pháp sanh diệt là cầu pháp sanh diệt, chứ không phải cầu pháp. Pháp là không nhiễm, nếu nhiễm nơi pháp cho đến Niết Bàn, đó là đấm nhiễm, chứ không phải cầu pháp. Pháp không chỗ làm, nếu làm nơi pháp, đó là chỗ làm chứ không phải cầu pháp. Pháp không thủ xả, nếu thủ xả pháp, đó là thủ xả, chứ không phải cầu pháp. Pháp không xứ sở, nếu chấp trước xứ sở, đó là chấp trước nơi xứ sở chứ không phải cầu pháp. Pháp không có tướng, nếu nhân tướng mà biết, đó là cầu tướng chứ không phải cầu pháp. Pháp không thể trụ, nếu trụ nơi pháp,

đó là trụ nơi pháp chứ không phải cầu pháp. Pháp không thể thấy, nghe, hay, biết, nếu làm theo thấy, nghe, hay, biết, đó là thấy nghe hay biết chứ không phải cầu pháp. Pháp là vô vi, nếu làm hữu vi là cầu hữu vi chứ không phải cầu pháp. Vì thế, ngài Xá Lợi Phất! Nếu người cầu pháp, đối với tất cả pháp, không có cầu đến.

Tuy nhiên, người Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng trong Phật giáo, Pháp chỉ tất cả mọi phương cách tu hành được dạy bởi Đức Phật mà cuối cùng đưa đến cứu cánh giác ngộ. Chư pháp là phương tiện đưa đến cứu cánh, chứ tự chúng không phải là cứu cánh. Giáo pháp của Đức Phật cũng giống như chiếc bè, được dùng để đi qua bên kia bờ. Tất cả chúng ta đều phải lệ thuộc vào chiếc bè Phật pháp này để vượt thoát dòng sông sanh tử. Chúng ta gắng sức bằng tay chân, bằng trí tuệ để đạt đến bờ ngạn. Khi cứu cánh bờ ngạn đã đến, thì bè cũng phải bỏ lại sau lưng. Giáo pháp không phải là cứu cánh mà chỉ là phương tiện thôi. Theo Kinh Ấn độ Con Rắn, Đức Phật dạy: “Giáo pháp của ta như chiếc bè để vượt qua chứ không phải để nắm giữ.” Cũng theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Pháp mà ta giảng dạy chỉ là chiếc bè. Ngay cả Pháp ấy còn phải xả bỏ, huống là phi pháp. Chiếc bè Pháp ấy chỉ nên được dùng để đèo bả ngạn, chứ không nên giữ lại.”



## *Chương Năm Mười Bốn*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Nhớ Rõ Lý Nhân Duyên*

Theo Phật giáo, nhân là nguyên nhân chánh, còn duyên là nguyên nhân phụ. Nhân căn bản tạo ra nghiệp quả và sự tái sanh. Hễ gây nhân ắt gặt quả. Luật tổng quát về nhân duyên, nhân duyên hoạt động như một căn nhân, không có sự phân biệt nào giữa căn nhân và trợ duyên, thí dụ nước và gió tạo ra sóng. Mọi vật trong thế giới hiện hữu đều do sự phối hợp của nhiều nhân duyên khác nhau. Nói cách khác, mọi vật trong thế giới hiện tượng đều do duyên khởi duyên sanh, đều là sự phối hợp của những nguyên nhân và điều kiện khác nhau. Mọi hiện tượng đều hiện hữu tương đối và không có thực thể. Đức Phật thường bày tỏ rằng Ngài giác ngộ bằng một trong hai cách, hoặc hiểu rõ Tứ Diệu Đế, hay am tường Lý Nhân Duyên. Nói tóm lại Ngài nhấn mạnh muốn đạt được giác ngộ người ta phải hiểu rõ những chân lý ấy. Mọi hiện tượng đều được sinh ra và biến dịch do bởi luật nhân quả. Từ này chỉ rằng: một sự vật sinh khởi hay được sinh sản từ tác dụng của một điều kiện hay duyên. Một vật không thành hình nếu không có một duyên thích hợp. Chân lý này áp dụng vào vạn hữu và mọi hiện tượng trong vũ trụ. Đức Phật đã trực nhận điều này một cách thâm sâu đến nỗi ngay cả khoa học hiện đại cũng không thể nghiên cứu xa hơn được. Khi chúng ta nhìn kỹ các sự vật quanh ta, chúng ta nhận thấy nước, đá, và ngay cả con người, mỗi thứ đều được sản sanh bởi một mẫu mực nào đó với đặc tính riêng của nó. Nhờ vào năng lực hay chiều hướng nào mà các duyên phát khởi nhằm tạo ra những sự vật khác nhau trong một trật tự hoàn hảo từ một năng lượng bất định hay cái không như thế? Khi xét đến quy củ và trật tự này, chúng ta không thể không chấp nhận rằng có một quy luật nào đó. Đó là quy luật khiến cho mọi vật hiện hữu. Đây chính là giáo pháp mà Đức Phật đã tuyên thuyết. Chúng ta không hiện hữu một cách ngẫu nhiên, mà hiện hữu và sống nhờ pháp này. Ngay khi chúng ta hiểu được sự việc này, chúng ta ý thức được cái nền tảng vững chắc của chúng ta và khiến cho tâm mình thoải mái. Chẳng chút bốc đồng nào, nền tảng này dựa trên giáo pháp vững chắc vô song. Sự bảo đảm này là cội nguồn của một sự bình an vĩ đại của một cái thân không bị dao động vì bất cứ điều gì. Đây là giáo

pháp truyền sức sống cho hết thảy chúng ta. Pháp không phải là cái gì lạnh lùng nhưng tràn đầy sức sống và sinh động.

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, *duyên khởi có những ý nghĩa sau đây*: sự vật chờ duyên mà nảy sinh, đối lại với tánh giác hay chân như; vạn sự vạn vật hay các pháp hữu vi đều từ duyên mà khởi lên, chứ không có tự tánh. Phật giáo không coi trọng ý niệm về nguyên lý căn nhân hay nguyên nhân đệ nhất như ta thường thấy trong các hệ thống triết học khác; và cũng không bàn đến ý niệm về vũ trụ luận. Tất nhiên, triết học về Thần học không thể nào phát triển trong Phật giáo. Đừng ai mong có cuộc thảo luận về Thần học nơi một triết gia Phật giáo. Đối với vấn đề sáng thế, đạo Phật có thể chấp nhận bất cứ học thuyết nào mà khoa học có thể tiến hành, vì đạo Phật không thừa nhận có một xung đột nào giữa tôn giáo và khoa học. Theo đạo Phật, nhân loại và các loài hữu tình đều tự tạo, hoặc chủ động hoặc thụ động. Vũ trụ không phải là quy tâm độc nhất; nó là môi trường cộng sinh của vạn hữu. Phật giáo không tin rằng vạn hữu đến từ một nguyên nhân độc nhất, nhưng cho rằng mọi vật nhất định phải được tạo thành ít nhất là hai nguyên nhân. Những sáng hóa hay biến thành của các nguyên nhân đi trước nối tiếp trong liên tục thời gian, quá khứ, hiện tại và vị lai, như một chuỗi dây xích. Chuỗi xích này được chia thành 12 bộ phận, gọi là 12 khoen nhân duyên vì mỗi bộ phận liên quan nhau với công thức như sau “Cái này có nên cái kia có; cái này sinh nên cái kia sinh. Cái này không nên cái kia không; cái này diệt nên cái kia diệt.” Như vậy, từ “Duyên Khởi” chỉ rằng: một sự vật sinh khởi hay được sinh sản từ tác dụng của một điều kiện hay duyên. Một vật không thành hình nếu không có một duyên thích hợp. Chân lý này áp dụng vào vạn hữu và mọi hiện tượng trong vũ trụ. Đức Phật đã trực nhận điều này một cách thâm sâu đến nỗi ngay cả khoa học hiện đại cũng không thể nghiên cứu xa hơn được. Khi chúng ta nhìn kỹ các sự vật quanh ta, chúng ta nhận thấy nước, đá, và ngay cả con người, mỗi thứ đều được sản sanh bởi một mẫu mực nào đó với đặc tính riêng của nó. Nhờ vào năng lực hay chiều hướng nào mà các duyên phát khởi nhằm tạo ra những sự vật khác nhau trong một trật tự hoàn hảo từ một năng lượng bất định hay cái không như thế? Khi xét đến quy củ và trật tự này, chúng ta không thể không chấp nhận rằng có một quy luật nào đó. Đó là quy luật khiến cho mọi vật hiện hữu. Đây chính là giáo pháp mà Đức Phật đã tuyên thuyết.

Hãy xem hàng tỷ năm trôi qua, trái đất chúng ta không có sự sống, núi lửa tuôn tràn những dòng thác dung nham, hơi nước, và khí đầy cả bầu trời. Tuy nhiên, khi trái đất nguội mát trong khoảng hai tỷ năm, các vi sinh vật đơn bào được tạo ra. Hẳn nhiên chúng được tạo ra nhờ sự vận hành của pháp. Chúng được sinh ra khi năng lượng “Không” tạo nên nền tảng của dung nham, khí và hơi nước gặp những điều kiện thích hợp hay duyên. Chính Pháp đã tạo ra những điều kiện cho sự phát sinh đời sống. Do đó chúng ta nhận ra rằng Pháp không lạnh lùng, không phải là một nguyên tắc trừu tượng mà đây sinh động khiến cho mọi vật hiện hữu và sống. Ngược lại, mọi sự vật có năng lực muốn hiện hữu và muốn sống. Trong khoảng thời gian hai tỷ năm đầu của sự thành hình trái đất, ngay cả dung nham, khí và hơi nước cũng có sự sống thôi thúc. Đó là lý do khiến các sinh vật đơn bào được sinh ra từ các thứ ấy khi các điều kiện đã hội đủ. Những sinh vật vô cùng nhỏ này đã trải qua mọi thử thách như sự nóng và lạnh cực độ, những cơn hồng thủy, và những cơn mưa như thác đổ trong khoảng thời gian hai tỷ năm, và vẫn tiếp tục sống. Hơn nữa, chúng dần dần tiến hóa thành những hình hài phức tạp hơn và tới đỉnh của sự phát triển này là con người. Sự tiến hóa này do bởi sự thôi thúc sống của những vi sinh vật đầu tiên này. Sự sống có ý thức và qua đó nó muốn sống, và ý thức này đã có trước khi có sự sống trên trái đất. Cái ý muốn như thế có trong mọi sự vật trong vũ trụ. Cái ý muốn như vậy có trong con người ngày nay. Theo quan điểm khoa học, con người được thành hình bởi một sự tập hợp của các hạt cơ bản, và nếu chúng ta phân tích điều này một cách sâu sắc hơn, chúng ta sẽ thấy rằng con người là một sự tích tập của năng lượng. Do đó cái ý muốn sống chắc chắn phải có trong con người.

Ai trong chúng ta cũng đều biết nhân là gì và duyên là gì. Tuy nhiên, theo Đức Phật, lý Nhân Duyên rất thâm sâu. Nhiều người tin rằng lý nhân duyên là một trong những chủ đề khó nhất trong Phật giáo. Thật vậy, có lần ngài A Nan cho rằng mặc dầu lý nhân duyên có vẻ khó khăn, nhưng giáo thuyết này thật ra đơn giản; và Đức Phật đã quở A Nan rằng giáo lý nhân duyên rất thâm sâu chứ không đơn giản đâu. Tuy nhiên, giáo lý nhân duyên trong đạo Phật rất rõ ràng và dễ hiểu. Nhân đó Đức Phật đã đưa ra hai thí dụ cho đại chúng. Trước hết là thí dụ về ngọn đèn, Ngài nói ngọn lửa của ngọn đèn dầu cháy được là do dầu và tim đèn. Nghĩa là khi có dầu và tim đèn thì ngọn lửa của

đèn cháy. Nếu không có hai thứ đó thì đèn tắt. Bên cạnh đó, yếu tố gió cũng quan trọng, nếu gió lớn quá thì ngọn đèn dầu không thể tiếp tục cháy được. Thí dụ thứ hai về một cái mầm cây. Mầm cây nảy nở không chỉ tùy theo hạt giống, mà còn tùy thuộc vào đất, nước, không khí và ánh sáng mặt trời nữa. Như vậy, không một hiện tượng nào lại không tác dụng đến lý nhân duyên. Tất cả mọi hiện tượng không thể phát sanh nếu không có một nhân và một hoặc nhiều duyên. Mọi vật trong thế giới hiện tượng, duyên khởi duyên sanh, là sự phối hợp của những nguyên nhân và điều kiện khác nhau (bởi Thập Nhị nhân duyên). Chúng hiện hữu tương đối và không có thực thể. Đức Phật thường bày tỏ rằng Ngài giác ngộ bằng một trong hai cách, hoặc hiểu rõ Tứ Diệu Đế, hay am tường Lý Nhân Duyên. Người tu tập thiền quán, muốn đạt được giác ngộ, phải hiểu rõ những chân lý ấy.

Theo Đức Phật, nhân là nhân mà bạn đã gieo, thì từ đó bạn phải gặt lấy kết quả tương ứng, không có ngoại lệ. Nếu bạn gieo nhân tốt, ắt gặt quả tốt. Và nếu bạn gieo nhân xấu, ắt nhận lấy quả xấu. Vì vậy mà nếu bạn gieo một nhân nào đó với những duyên khác đi kèm, một quả báo hay hậu quả nào đó sẽ đến, không có ngoại lệ. Đức Phật dạy: “Do sự nối kết của các chuỗi nhân duyên mà có sự sinh, có sự diệt.” Nhân quả trong đạo Phật không phải là chuyện tin hay không tin. Cho dù bạn không tin nhân quả thì nhân quả vẫn vận hành đúng theo chiều hướng mà nó phải vận hành. Nhân chính là chủng tử (hạt). Cái góp phần cho sự lớn mạnh của nó là duyên (hay điều kiện). Trồng một cái hạt xuống đất là gieo nhân. Những điều kiện là những yếu tố phụ vào góp phần làm cho cái hạt nảy mầm và lớn lên như đất đai, nước, ánh nắng mặt trời, phân bón và người làm vườn, vân vân. Mọi vật trong thế giới hiện hữu đều do sự phối hợp của nhiều nhân duyên khác nhau (12 nhân duyên). Theo Kinh Trung Bộ, Đức Phật dạy: “Tùy thuộc vào dầu và tim đèn mà ngọn lửa của đèn bùng cháy; nó không phải sinh ra từ trong cái này cũng không phải từ trong cái khác, và cũng không có một nguyên động lực nào trong chính nó; hiện tượng giới cũng vậy, nó không hề có cái gì thường tại trong chính nó. Chúng ta cũng vậy, chúng ta không hiện hữu một cách ngẫu nhiên, mà hiện hữu và sống nhờ pháp này. Ngay khi chúng ta hiểu được sự việc này, chúng ta ý thức được cái nền tảng vững chắc của chúng ta và khiến cho tâm mình thoải mái. Chẳng chút bốc đồng nào, nền tảng này dựa trên giáo pháp vững chắc vô song. Sự bảo đảm này là cội nguồn của một sự bình an vĩ đại



của một cái thân không bị dao động vì bất cứ điều gì. Đây là giáo pháp truyền sức sống cho hết thủy chúng ta. Pháp không phải là cái gì lạnh lùng nhưng tràn đầy sức sống và sinh động. Tất cả hiện hữu là không thực có; chúng là giả danh; chỉ có Niết Bàn là chân lý tuyệt đối.”

Theo đạo Phật, ai hiểu được bản chất phụ thuộc lẫn nhau hay duyên khởi, tức là đã hiểu được Pháp, mà ai hiểu được Pháp, tức là đã thấy Phật vậy. Bản chất phụ thuộc vào nhau trong giáo lý nhà Phật có nghĩa là mọi vật, mọi hiện tượng, hay mọi biến cố trong vũ trụ này đều phụ thuộc vào nhau với những nhân duyên khác nhau để sanh khởi. Đạo Phật không chấp nhận một tranh luận về sự vật hình thành một cách hoàn toàn tự nhiên, không hề có nguyên nhân và điều kiện; đạo Phật cũng không chấp nhận sự tranh luận khác về việc sự vật thành hình từ một đấng sáng tạo đầy quyền năng. Theo Phật giáo, mọi đối tượng vật chất đều do các thành phần hợp lại để làm thành một thực thể trọn vẹn, và cũng như vậy một thực thể trọn vẹn phụ thuộc vào sự tồn tại của các thành phần. Nói cách khác, mọi sự vật, mọi hiện tượng chỉ hiện hữu như là kết quả của sự kết hợp đồng thời của tất cả những yếu tố tạo thành. Như vậy không có một sự vật nào có tự tính độc lập hay riêng lẻ trong vũ trụ này. Tuy nhiên, nói như vậy không có nghĩa là sự vật không hiện hữu; sự vật có hiện hữu nhưng chúng không có tính độc lập hay tự tồn của chính chúng. Khi chúng ta hiểu được lý nhân duyên hay thấu suốt nền tảng về bản chất của thực tại, chúng ta sẽ thấy rằng mọi thứ cảm nhận và thể nghiệm đều khởi lên như là kết quả của sự tương tác và kết hợp của các tác nhân và các điều kiện. Nói cách khác, khi thông hiểu lý nhân duyên có nghĩa là chúng ta cũng đồng thời cũng thông hiểu luôn luật nhân quả.

Pháp Duyên Khởi là hệ quả tất yếu đối với Thánh đế thứ hai và thứ ba trong Tứ Thánh Đế, và không thể, như một số người có khuynh hướng cho rằng đây là một sự thêm thắt sau này vào lời dạy của Đức Phật. Giáo lý duyên khởi này luôn luôn được giải thích bằng những từ ngữ hết sức thực tiễn, nhưng nó không phải là lời dạy chỉ có tính giáo điều, mặc dù thoạt nhìn có vẻ như vậy, do tính chất ngắn gọn của các lời giải thích. Những ai từng quen thuộc với Tam Tạng Kinh Điển đều hiểu rằng Giáo Lý Duyên Khởi này được thiết lập trên cơ sở làm rõ nét những nguyên tắc căn bản của trí tuệ. Trong lời dạy về tánh duyên khởi của vạn hữu trong thế gian, người ta có thể nhận ra quan điểm của Đức Phật về cuộc đời. Tính duyên khởi này diễn tiến liên tục,

không bị gián đoạn và không bị kiểm soát bởi bất cứ loại tự tác hay tha tác nào cả. Tuy nhiên, cũng không thể gán cho giáo lý Duyên Khởi này là quyết định thuyết hay định mệnh thuyết, bởi vì trong giáo lý này cả hai môi trường vật lý và quan hệ nhân quả của cá nhân vận hành cùng nhau. Thế giới vật lý ảnh hưởng đến tâm của con người, và tâm của con người ngược lại cũng ảnh hưởng đến thế giới vật lý, hiển nhiên ở mức độ cao hơn, vì theo Kinh Tương Ứng Bộ, như Đức Phật nói: “Thế gian bị dẫn dắt bởi tâm.” Nếu chúng ta không hiểu ý nghĩa chính xác của Pháp Duyên Khởi và sự ứng dụng của nó trong cuộc sống, chúng ta sẽ lầm lẫn cho đó là một quy luật nhân quả có tính máy móc hoặc thậm chí nghĩ rằng đó chỉ là một sự khởi sinh đồng thời, một nguyên nhân đầu tiên của các pháp hữu tình cũng như vô tình. Vì hoàn toàn không có một sự khởi nguồn nào từ không mà có trong lời dạy của Đức Phật. Pháp Duyên Khởi cho thấy tính không thể có được của nguyên nhân đầu tiên này. Nguồn gốc đầu tiên của sự sống, dòng đời của các chúng sanh là điều không thể quan niệm được, và như Đức Phật nói trong Kinh Tương Ứng Bộ: “Những suy đoán và ý niệm liên quan đến thế gian có thể đưa đến sự rối loạn về tâm trí. Vô thì, này các Tỷ Kheo, là sự luân hồi. Điểm bắt đầu cũng không thể nêu rõ đối với chúng sanh bị vô minh che đậy, bị khát ái trói buộc, phải lưu chuyển luân hồi.” Thật vậy, rất khó có thể hình dung được về một điểm khởi đầu, không ai có thể phăng ra cùng tột nguồn gốc của bất cứ điều gì, ngay một hạt cát, huống là con người. Truy tìm khởi điểm đầu tiên trong một quá khứ vô thì thật là một việc làm vô ích và vô nghĩa. Đời sống không phải là một cái gì đồng nhất, nó là một sự trở thành. Đó là một dòng biến dịch của các hiện tượng tâm-sinh lý.

Hai mươi lăm thế kỷ về trước Đức Phật đã nói rằng: “Chúng sanh và thế giới là do nhân duyên kết hợp mà thành.” Câu nói ấy đã phủ nhận cái gọi là “Đấng Tạo Hóa” hay “Thượng Đế” sáng tạo ra muôn vật. Câu nói ấy đặt ra một cái nhìn khoa học và khách quan về thế giới thực tại hay “Duyên Khởi Luận.” Duyên khởi nghĩa là sự nương tựa hỗ tương lẫn nhau mà sinh thành và tồn tại. Không có cái gì có thể tự mình sinh ra mình và tự tồn tại độc lập với những sự vật khác. Tất cả mọi sự mọi vật trên thế giới này đều phải tuân theo định luật “Duyên Khởi” mà Thành, Trụ, Hoại và Không. Con người là một tiểu vũ trụ cũng không phải tự nhiên mà có, mà là do nghiệp lực kết hợp các duyên mà thành, và cũng nằm trong định luật “Thành Trụ Hoại

Không.” Mười hai nhân duyên này nghĩa lý rất thâm diệu. Đây là những cửa ngõ quan trọng để cho chúng sanh bước vào Thánh quả, thoát khỏi sanh tử, trôi buộc, và khổ não trong ba cõi sáu đường, để chứng thành quả vị Duyên Giác Thừa.

Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, pháp giới duyên khởi là cực điểm của tất cả những thuyết nhân quả; thực sự đó là kết luận của thuyết duyên khởi bởi vì nó là lý tắc nhân quả phổ biến và đã nằm trong lý bản hữu, thông huyền của vũ trụ, hay nói thế nào cũng được. Lý tắc duyên khởi được giải thích trước tiên bằng nghiệp cảm duyên khởi, nhưng vì nghiệp phát khởi trong tạng thức, nên thứ đến chúng ta có A Lại Da duyên khởi. Vì A Lại Da, hay tạng thức, là kho tàng của chủng tử, sanh khởi từ một cái khác nên chúng ta có Như Lai Tạng duyên khởi, hay chân như. Từ ngữ kỳ lạ này chỉ cho cái làm khuấy lấp Phật tánh. Do sự che khuấy này mà có phần bất tịnh, nhưng vì có Phật tánh nên có cả phần tịnh nữa. Nó đồng nghĩa với Chân Như (Tathata—Không phải như thế này hay như thế kia) mà theo nghĩa rộng nhất thì có đủ cả bản chất tịnh và bất tịnh. Do công năng của những căn nhân tịnh và bất tịnh, nó biểu lộ sai biệt tướng của hữu tình như sống và chết, thiện và ác. Chân như bảo trì vạn hữu, hay nói đúng hơn, tất cả vạn hữu đều ở trong Chân như. Nơi đây, giai đoạn thứ tư, Pháp giới Duyên khởi được nêu lên. Đó là lý tắc tự khởi và tự tạo của hữu tình và vũ trụ, hoặc giả chúng ta có thể gọi nó là duyên khởi nghiệp cảm chung của tất cả mọi loài. Nói hẹp thì vũ trụ sẽ là một sự biểu hiện của Chân như hay Như Lai Tạng. Nhưng nói rộng thì đó là duyên khởi của vũ trụ do chính vũ trụ, chứ không gì khác.

Phật giáo không đồng ý có cái gọi là tồn thể, cũng không có cái gọi là đấng sáng tạo. Nhưng điều này không có nghĩa là tất cả sinh vật và sự vật không hiện hữu. Chúng không thể hiện hữu với một bản thể hay một tinh thể thường hằng như người ta thường nghĩ, mà chúng hiện hữu do những tương quan hay những tập hợp của nhân quả. Mọi sự hiện hữu, hoặc cá nhân hoặc vạn hữu, đều bắt nguồn từ nguyên lý nhân quả, và hiện hữu trong sự phối hợp của nhân quả. Tâm điểm của hoạt động nhân quả là tác nghiệp riêng của mọi cá thể, và tác nghiệp sẽ để lại năng lực tiềm ẩn của nó quyết định sự hiện hữu kế tiếp. Theo đó, quá khứ hình thành hiện tại, và hiện tại hình thành tương lai của chúng ta. Trong thế giới này, chúng ta tạo tác và biến dịch như là một toàn thể mà chúng ta cứ tiến hành mãi trong cuộc sống. Theo Triết

Học Trung Quán, thuyết Duyên Khởi là một học thuyết vô cùng trọng yếu trong Phật Giáo. Nó là luật nhân quả của vũ trụ và mỗi một sinh mạng của cá nhân. Nó quan trọng vì hai điểm. Thứ nhất, nó đưa ra một khái niệm rất rõ ràng về bản chất vô thường và hữu hạn của mọi hiện tượng. Thứ hai, nó cho thấy sanh, lão, bệnh, tử và tất cả những thống khổ của hiện tượng sinh tồn tùy thuộc vào những điều kiện như thế nào và tất cả những thống khổ này sẽ chấm dứt như thế nào khi vắng mặt các điều kiện đó. Trung Quán lấy sự sanh và diệt của các thành tố của sự tồn tại để giải thích duyên khởi là điều kiện không chính xác. Theo Trung Quán, duyên khởi không có nghĩa là nguyên lý của một tiến trình ngăn ngừa, mà là nguyên lý về sự lệ thuộc vào nhau một cách thiết yếu của các sự vật. Nói gọn, duyên khởi là nguyên lý của tương đối tánh. Tương đối tánh là một khám phá vô cùng quan trọng của khoa học hiện đại. Những gì mà ngày nay khoa học khám phá thì Đức Phật đã phát hiện từ hơn hai ngàn năm trăm năm về trước. Khi giải thích duyên khởi như là sự lệ thuộc lẫn nhau một cách thiết yếu hoặc là tánh tương đối của mọi sự vật, phái Trung Quán đã bác bỏ một tín điều khác của Phật giáo Nguyên Thủy. Phật giáo Nguyên Thủy đã phân tích mọi hiện tượng thành những thành tố, và cho rằng những thành tố này đều có một thực tại riêng biệt. Trung Quán cho rằng chính thuyết Duyên Khởi đã tuyên bố rõ là tất cả các pháp đều tương đối, chúng không có cái gọi là ‘thực tánh’ riêng biệt của chính mình. Vô tự tánh hay tương đối tánh đồng nghĩa với ‘Không Tánh,’ nghĩa là không có sự tồn tại đích thực và độc lập. Các hiện tượng không có thực tại độc lập. Sự quan trọng hàng đầu của Duyên Khởi là vạch ra rằng sự tồn tại của tất cả mọi hiện tượng và của tất cả thực thể trên thế gian này đều hữu hạn, chúng không có sự tồn tại đích thực độc lập. Tất cả đều tùy thuộc vào tác động hỗ tương của vô số duyên hay điều kiện hạn định. Ngài Long Thọ đã sơ lược về Duyên Khởi như sau: “Bởi vì không có yếu tố nào của sự sinh tồn được thể hiện mà không có các điều kiện, cho nên không có pháp nào là chẳng ‘Không,’ nghĩa là không có sự tồn tại độc lập đích thực.”

## *Chương Năm Mười Lăm*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Nhớ Về Con Đường Diệt Khổ*

Từ khổ đau phiền não khởi lên, từ phiền não nghiệp khởi lên, từ nghiệp khởi lên đau khổ, cứ thế chuyển vần trong vòng xấu xa (từ nơi ảo tưởng mà khởi lên nghiệp, từ nghiệp có khổ, từ khổ lại khởi sanh ảo tưởng, đây là vòng tròn ác nghiệp của chúng sanh). Mọi hiện hữu đều có bản chất khổ chứ không mang lại toại nguyện (sự khổ vô biên vô hạn, sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, thương yêu mà phải xa lìa khổ, oán ghét mà cứ gặp nhau là khổ, cầu bất đắc khổ, vân vân. Khổ đeo theo ngũ uẩn như sắc thân, sự cảm thọ, tưởng tượng, hình ảnh, hành động, tri thức). Chính vì vậy mà đức Phật dạy rằng Đạo Đế là chân lý về con đường diệt khổ, ấy là thực hành Bát Thánh đạo. Bát Chánh Đạo dẫn đến sự đoạn diệt khổ đau và phiền não được định rõ trong Tứ Diệu Đế là sự trình bày của Đức Phật về cái khổ mà tất cả chúng sanh đều phải trải qua. Nó thường được phân tách làm 3 thành phần chủ yếu: giới, định và tuệ. Một phương cách tương tự khác cũng giống như con đường này nhưng bắt đầu bằng bố thí. Bố thí làm nền móng cho trì giới và kế tiếp có thể giúp hành giả tiến xa hơn tới những nguyện vọng cao cả. Giới, định, tuệ là cốt lõi của sự tu tập tâm linh trong đạo Phật và không thể tách rời chúng được. Chúng không chỉ thuần túy là những phần phụ trợ với nhau giống như những cuống hoa, nhưng được hòa trộn với nhau giống như “muối trong đại dương” dẫn đến sự so sánh nổi tiếng của Phật giáo.

Như trên đã nói, chân lý về con đường diệt khổ là thực hành Bát Thánh đạo. Đức Phật đã dạy rằng: “Bất cứ ai chấp nhận Tứ Diệu Đế và chịu hành trì Bát Chánh Đạo, người ấy sẽ hết khổ và chấm dứt luân hồi sanh tử.” Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Hảo huyền mà tưởng là chơn thật, chơn thật lại thấy là phi chơn, cứ tư duy một cách tà vạy, người như thế không thể nào đạt đến chơn thật (11). Chơn thật nghĩ là chơn thật, phi chơn biết là phi chơn, cứ tư duy một cách đúng đắn, người như thế mới thật chứng được chơn thật (12).” Hai loại chân lý là tục đế và chân đế. Tục đế bao gồm chân lý có tánh ước lệ hay tương đối. Chân đế là chân lý tối hậu hay tuyệt đối. Qua nhận biết về thế giới hằng ngày trong kinh nghiệm sống, chúng ta nhận biết được

thế giới thực tại ước lệ, vận hành theo luật nhân quả, đây là cái mà chúng ta gọi là tục đế. Nếu chúng ta chấp nhận thực tại của thế giới này là ước lệ hay tương đối thì chúng ta có thể chấp nhận bản chất “Không” của thế giới mà nhà Phật gọi là chân lý tối hậu. Chơn lý là lẽ tự nhiên, không chối cãi được. Chơn lý chính là nguyên nhân diệt trừ khổ đau. Chơn lý là Phật pháp, là đệ nhất nghĩa đế. Chơn lý là giáo pháp giác ngộ tối thượng của Phật hay cái thực không hư vọng vốn có, đối lại với thế đế (tục đế) của phàm phu, hạng chỉ biết hình tướng bên ngoài chứ không phải là chân lý. Trong giáo lý nhà Phật, bốn chân lý nhiệm mầu nói rõ vì đâu có khổ và con đường giải thoát. Người ta nói Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã giảng bài pháp đầu tiên về “Tứ Diệu Đế” trong vườn Lộc Uyển, sau khi Ngài giác ngộ thành Phật. Trong đó Đức Phật đã trình bày: “Cuộc sống chứa đầy đau khổ, những khổ đau đó đều có nguyên nhân, nguyên nhân của những khổ đau này có thể bị hủy diệt bằng con đường diệt khổ.”

Những bước cơ bản của con đường diệt khổ hướng đến Niết Bàn đã được Đức Phật chỉ rõ. Đó là con đường tu tập cẩn trọng nội tâm thế nào để tạo được sự an lạc thanh khiết và sự yên nghỉ tối thượng khỏi những xáo trộn của cuộc đời. Đạo lộ này quả thật rất khó, nhưng nếu chúng ta với sự chánh niệm và hoàn toàn tỉnh thức, bước lên trên đó thận trọng từng bước, chúng ta cũng có ngày đến đích. Người ta thường đi mà không thấy không biết con đường mình đang đi. Tôn giáo chú trọng trên thực hành, tức là đi như thế nào, nhưng lại sao lãng việc giáo hóa những hoạt động trí thức để xác định con đường tu tập chân chính, tức là thấy như thế nào. Trong Phật giáo Đại Thừa, đây là con đường trên đó người ta đã trực tiếp chứng nghiệm “tánh không.” Con đường này đồng thời với sơ địa Bồ Tát, trên đó hành giả dẹp bỏ được những nhận thức giả tạo về một cái ngã trường tồn. Đức Phật đã nhấn mạnh trong giáo lý của Ngài là tiến trình thử nghiệm trong tu tập theo giáo lý nhà Phật là một chuỗi những quan sát khách quan trước khi thực hành. Qua quan sát khách quan chúng ta nhận chân ra bộ mặt thật của khổ đau phiền não. Từ đó chúng ta mới có cơ hội tu tập để tận diệt hoàn toàn khổ đau và phiền não. Chính vì thế mà ở vào bất cứ thời điểm nào trong tiến trình tu tập, quan sát khách quan lúc nào cũng giữ vai trò chính yếu trong tiến trình thử nghiệm trong tu tập theo Phật giáo. **Thứ nhất là vượt Qua Sự Sân Hận:** Theo thuyết nhà Phật, muốn vượt qua sân hận chúng ta phải quán rằng một con người hay con thú

làm cho mình giận hôm nay có thể đã từng là bạn hay là người thân, hay có thể là cha là mẹ của ta trong một kiếp nào đó trong quá khứ.

**Thứ nhì là vượt Qua Luyến Ái:** Muốn qua luyến ái chúng ta nên tu tập thiền định và quán tưởng rằng một người bạn hôm nay có thể trở thành kẻ thù ngày mai, do đó không có gì cho chúng ta luyến ái.

**Thứ ba là hàng Phục Ma Chướng:** Hàng phục ma quân như Đức Phật đã làm khi Ngài vừa thành Chánh Giác (Khi Đức Phật sắp sửa thành chánh giác, Ngài ngồi ở Bồ Đề Đạo Tràng, thì có vị trời thứ sáu ở cõi dục giới hiện tướng ác ma đến thử thách Ngài bằng đủ thứ nguy hại, hoặc dùng lời ngon ngọt dụ dỗ, hoặc dùng uy lực bức hại. Tuy nhiên, đức Phật đều hàng phục được tất cả).

**Thứ tư là khắc phục hoài nghi:** Học kinh, đọc truyện nói về những người giác ngộ, cũng như Thiên quán là những phương cách giúp chúng ta nhận biết chân lý và khắc phục hoài nghi.

**Thứ năm là xả bỏ tiền tài và sắc dục:** Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 22, Đức Phật dạy: “Tiền tài và sắc đẹp đối với con người rất khó buông xả, giống như chút mật trên lưỡi dao, không đủ cho bữa ăn ngon, thế mà đứa trẻ liếm vào thì bị nạn đứt lưỡi.”

**Thứ sáu là loại bỏ vọng niệm:** Một trong những phương cách tốt nhất để loại trừ vọng niệm là hoặc ngồi thiền, hoặc giữ một phương pháp nào đó chẳng hạn như niệm hồng danh Phật A Di Đà.

**Thứ bảy là chẳng hủy báng Phật pháp:** Đây là một trong mười luật nghi của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được luật nghi đại trí vô thượng.

**Thứ tám là không tìm Lỗi Người:** Trong cuộc sống hằng ngày, chúng ta thường nhìn lên, nhìn xuống, nhìn đông, nhìn tây, nhìn bắc, nhìn nam, cố tìm lỗi người. Phật dạy rằng chúng ta nên nhìn lại chúng ta, chúng ta nên phản quang tự kỷ để tự giác ngộ lấy chính mình. Đức Phật dạy: “Khi nào chúng ta không còn thấy lỗi người hay chỉ thấy cái hay của chính mình, chừng đó chúng ta sẽ được các bậc trưởng lão nể vì và hậu bối kính ngưỡng. Theo Kinh Pháp Cú, câu 50, Đức Phật dạy: “Chớ nên dòm ngó lỗi người, chớ nên dòm coi họ đã làm gì hay không làm gì, chỉ nên ngó lại hành động của mình, thử đã làm được gì và chưa làm được gì”.

**Thứ chín là hãy tự xem xét lấy mình:** Chúng ta, những Phật tử thuần thành, phải tự quán sát lấy mình để từ đó chúng ta có khả năng hiểu mình là ai. Hiểu thân và tâm mình bằng sự quan sát theo dõi. Trong lúc ngồi thiền, trong khi ăn uống, ngủ nghỉ, chúng ta đều biết phải làm như thế nào để giới hạn và điều hòa. Hãy xử dụng trí tuệ của chúng ta. Hành thiền không nhằm mục đích đạt được, hay

để hoàn thành một cái gì cả. Chỉ cần chú tâm tỉnh thức. Toàn thể việc hành thiền của chúng ta là nhìn thẳng vào tâm mình. Khi nhìn thẳng vào tâm mình chúng ta sẽ thấy được sự khổ, nguyên nhân của khổ, và chấm dứt sự khổ. **Thứ mười là kiểm soát tình cảm:** Theo đạo Phật, kiểm soát tình cảm không có nghĩa là đè nén hay đàn áp cảm xúc, mà là ý thức rõ ràng những tình cảm tiêu cực có hại. Nếu chúng ta không ý thức được sự tai hại của chúng thì chúng ta có khuynh hướng để cho chúng tự do bộc phát. Ngược lại, nếu chúng ta nhận rõ sự tàn hại của chúng, chúng ta sẽ xa lánh chúng một cách dễ dàng. **Thứ mười một là loại trừ các dục vọng:** Hành giả tu Phật nên tha thiết điều phục các dục vọng và khát vọng điều phục các dục vọng trong tương lai. **Thứ mười hai là loại trừ vô minh:** Khổ đau có thể được loại bỏ bởi vì tự khổ đau không phải là bản chất cố hữu của tâm thức chúng ta. Vì khổ đau khởi lên từ vô minh hay những quan niệm sai lầm, một khi chúng ta nhận chân được tánh không hay thực tướng của vạn hữu thì vô minh hay quan niệm sai lầm không còn ảnh hưởng chúng ta nữa. Giống như khi chúng ta bật đèn lên trong một căn phòng tối; một khi đèn được bật sáng lên, thì bóng tối biến mất. Tương tự, nhờ vào trí tuệ chúng ta có thể tẩy sạch vô minh và những trạng thái nhiễu loạn trong dòng chảy tâm thức của chúng ta. Hơn nữa, trí tuệ còn giúp chúng ta tẩy sạch mọi dấu vết nghiệp lực đã và đang hiện hữu trong tâm thức chúng ta, khiến cho sức mạnh của những dấu vết này không còn có thể tác dụng và tạo quả báo cho chúng ta nữa. Sau khi nhận chân ra bộ mặt thật của đời sống, Đức Phật tự nhủ: “Ta phải thoát ly sự áp chế của bệnh hoạn, già nua và chết chóc.” **Thứ mười ba là loại Trừ Mê Hoặc:** Mê hoặc hay hư vọng là bị lừa dối hoàn toàn. Mê hoặc còn ám chỉ một niềm tin vào một điều gì đó trái với thực tại. Mặt khác, mê hoặc gợi ý rằng điều được thấy có thực tại khách quan nhưng bị giải thích lầm hay thấy sai. Theo Phật Giáo, mê hoặc là vô minh, là không biết chân tánh của vạn hữu hay ý nghĩa thật sự của sự hiện hữu. Chúng ta bị các giác quan của mình (kể cả lý trí và tư tưởng phân biệt) làm cho lầm lạc đến khi nào chúng ta còn khiến chúng ta chấp nhận thế giới hiện tượng như là toàn thể thực tại, trong khi thật ra nó chỉ là một khía cạnh giới hạn và phù du của thực tại, và tác động tựa hồ như là ở bên ngoài đối với chúng ta, trong khi nó chính là phản ảnh của chính chúng ta. Điều này không có nghĩa là thế giới tương đối không có thực thể gì cả. Khi các vị thầy nói rằng tất cả mọi hiện tượng đều là hư vọng, các thầy muốn nói rằng



so với tâm, thì thế giới do giác quan nhận biết chỉ là một khía cạnh giới hạn và phiến diện của chân lý, cũng giống như là mộng ảo mà thôi. Khi chúng ta không thấy được thực chất của sự vật thì cái thấy của chúng ta luôn bị che lấp trong đám mây mù mê hoặc. Bởi những ưa thích và ghét bỏ của mình làm cho mình không thấy rõ các căn và trần (những đối tượng của các căn) một cách khách quan trong bối cảnh thật sự của nó. rồi từ đó chạy theo rượt bắt những ảo cảnh, ảo tưởng, ảo giác và những gì giả tạo phỉnh lừa ta. Giác quan của chúng ta bị lầm lạc và dẫn chúng ta đi sai nẻo. Chúng ta không thấy sự vật trong ánh sáng của thực tế, vì thế phương cách mà chúng ta nhìn sự vật bị sai lạc. Tâm mê hoặc lầm tưởng cái không thật là thật, thấy cái bóng bay qua ta ngỡ đó là cái gì có thực chất và trường tồn vĩnh cửu, kết quả là tâm thần của chúng ta bị bắn loạn mù mờ, xung đột, bất hòa, và triền miên đau khổ. Khi chúng ta bị kẹt trong tình trạng mê hoặc thì từ nhận thức, suy tư và hiểu biết của chúng ta đều không đúng. Chúng ta luôn thấy trường tồn vĩnh cửu trong những sự vật vô thường tạm bợ, thấy hạnh phúc trong đau khổ, thấy có bản ngã trong cái vô ngã, thấy đẹp đẽ trong cái đúng ra phải dứt bỏ khước từ. Chúng ta cũng suy tư và hiểu biết lầm lạc như thế ấy. Chúng ta bị mê hoặc bởi bốn lý do: chính giác quan của chúng ta, lối suy tư không khôn ngoan, sự chú ý không có hệ thống, và không nhìn thấy rõ bản chất thật sự của thế gian này. Đức Phật đề nghị chúng ta nên dùng chánh kiến để loại trừ những mê hoặc và giúp chúng ta nhận chân ra bản chất thật sự của vạn hữu. Một khi chúng ta thật sự hiểu biết rằng vạn sự vạn vật đều phải biến đổi trên thế giới và vũ trụ này, chắc chắn chúng ta sẽ không bao giờ muốn lệ thuộc vào bất cứ thứ gì nữa. **Thứ mười bốn là loại trừ chướng ngại và phiền não:** Với sự diệt trừ các lậu hoặc, sau khi tự mình chứng tri với thượng trí, vị ấy chứng đạt và an trú ngay trong hiện tại, tâm giải thoát, tuệ giải thoát không có lậu hoặc. **Thứ mười lăm là loại trừ tham, sân, si và sợ hãi:** Loại trừ tham, sân, si và sợ hãi, vì biết điều phục tự tâm. Đây là một trong mười hạnh tu của chư Đại Bồ Tát. Chư Đại Bồ Tát an trú trong những pháp này thời đạt được hạnh bất lai bất khứ bất lai của chư Phật. **Thứ mười sáu là loại trừ vọng niệm:** Một trong những phương cách tốt nhất để loại trừ vọng niệm là hoặc ngồi thiền, hoặc giữ một phương pháp nào đó chẳng hạn như niệm hồng danh Phật A Di Đà. **Thứ mười bảy là buông xả:** Thông tay hay buông bỏ. Giáo pháp căn bản của nhà Phật là phải trấn tĩnh kèm cột tâm viên

ý mã. Khi buồn ngủ thì tìm chỗ yên tĩnh, tắt đèn và nằm xuống nghỉ ngơi cả thân lẫn tâm. Trong đạo Phật, chúng ta thường nghe nói về buông xả và không bám víu vào thứ gì. Như vậy Đức Phật muốn dạy gì về buông xả? Ngài muốn nói trong cuộc sống hằng ngày không cách chi mà chúng ta buông mọi vật mọi việc. Chúng ta phải nắm giữ sự việc, tuy nhiên đừng cố bám víu vào chúng. Thí dụ như chúng ta phải làm ra tiền cho chi tiêu trong đời sống, nhưng không bám víu vào việc làm ra thật nhiều tiền mà bất chấp đến việc làm ra tiền bằng cách nào. Hành giả làm bất cứ việc gì cũng nên làm với cái tâm xả bỏ. Đừng nên kỳ vọng sự đền đáp hay tán dương. Nếu chúng ta xả bỏ một ít, chúng ta sẽ có một ít bình an. Nếu chúng ta xả bỏ được nhiều, chúng ta sẽ có nhiều bình an. Nếu chúng ta xả bỏ hoàn toàn, chúng ta sẽ được bình an hoàn toàn.

## *Chương Năm Mười Sáu*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Những Trọng Giới Trong Tu Tập Bồ Tát Đạo*

**Mười Trọng Giới Của Người Xuất Gia Tu Tập Bồ Tát Đạo:** Đức Phật đã dạy chúng đệ tử rằng: “có Mười giới trọng cho Bồ Tát. Nếu ai thọ giới mà không giữ, người đó không phải là Bồ tát, người đó cũng không có chủng tử Phật. Ngay cả Phật mà còn Phải trì tụng những giới này. Tất cả chúng Bồ tát đã học giới trong quá khứ, sẽ học trong tương lai, hay đang học trong lúc này. Ta đã giải thích những điểm chánh của Bồ Tát giới. Máy ông phải học và hành Bồ tát giới trong chính tâm mình.” *Thứ nhất là Giới Sát Sanh:* Là Phật tử, không tự mình giết, không xúi người giết, không phương tiện hay khen tặng ai giết, không thấy giết mà tùy hỷ, không dùng bùa chú giết, không nhơn, duyên, hay cách thức mà giết, không nghiệp giết. Phàm tất cả loài hữu tình có mạng sống đều không được cố ý giết. Là Phật tử, phải luôn phát đại bi tâm và lòng hiếu thuận, lập thế cứu giúp tất cả chúng sanh, mà trái lại tự phóng tâm nở lòng sát sanh, Phật tử này phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ nhì là Giới Trộm Cướp:* Là Phật tử, không tự mình trộm cướp, không bảo người trộm cướp, không phương tiện trộm cướp, nhấn đến không dùng bùa chú mà trộm cướp; không nhơn trộm cướp, duyên trộm cướp, cách thức trộm cướp hay nghiệp trộm cướp. Tất cả tài vật, dù là của quý thần, từ cây kim ngọn cỏ đều có chủ, không đặng trộm cướp. Là Phật tử, phải luôn có lòng từ bi hiếu thuận thường giúp cho mọi người được phước đức an vui. Trái lại, lại sanh tâm trộm cướp tài vật của người, Phật tử này phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ ba là Giới Dâm Dục:* Là Phật tử, không tự mình dâm dục, không bảo người dâm dục, với tất cả phụ nữ, các loài cái, loài mái, cho đến thiên nữ, quỷ nữ, thần nữ cùng phi đạo mà hành dâm; không nhơn dâm dục, duyên dâm dục, cách thức dâm dục, hay nghiệp dâm dục. Là Phật tử, đối với tất cả không được dâm dục, mà phải có lòng hiếu thuận cứu độ tất cả, phải đem pháp thanh tịnh mà khuyên dạy người. Dâm giới cũng là một trong ngũ giới cho Phật tử tại gia (một trong năm điều giới của hàng Phật tử tại gia là phải diệt trừ tà dâm. Một trong mười giới trọng của hàng xuất gia là phải hoàn toàn cắt đứt dâm dục). Trái lại nếu không có tâm từ, làm cho mọi người sanh việc dâm dục, không lựa súc

sanh, cho đến hành dâm với mẹ, con, chị, em trong lục thân, Phật tử nầy phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ tư là Giới Vọng Ngũ:* Là Phật tử, không vọng ngữ, không bảo người vọng ngữ, không phương tiện vọng ngữ, không nhơn vọng ngữ, duyên vọng ngữ, cách thức vọng ngữ, nghiệp vọng ngữ. Nhãn đến không thấy nói thấy, thấy nói không thấy, hoặc thân vọng ngữ, tâm vọng ngữ. Là Phật tử, phải luôn luôn chánh ngữ chánh kiến, và cũng làm cho tất cả chúng sanh có chánh ngữ chánh kiến, mà trái lại làm cho mọi người tà ngữ, tà kiến, tà nghiệp, Phật tử nầy phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ năm là Giới Uống Rượu và Bán Rượu:* Là Phật tử, không tự mình uống hay bán rượu, không bảo người uống hay bán, không duyên uống hay bán, không cách thức uống hay bán, không nghiệp uống hay bán rượu. Tất cả rượu đều không được uống hay bán vì rượu là nhơn duyên sanh tội lỗi. Là Phật tử phải làm cho tất cả chúng sanh có trí huệ sáng suốt, mà trái lại đem sự mê say điên đảo cho tất cả chúng sanh, Phật tử nầy phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ sáu là Giới Rao Lỗi của Tù Chúng:* Là Phật tử, không tự mình rao lỗi của Bồ tát xuất gia, Bồ tát tại gia, Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, không bảo người rao lỗi; không nhơn rao lỗi, duyên rao lỗi, cách thức rao lỗi, nghiệp rao lỗi. Là Phật tử, khi nghe kẻ ác, kẻ ngoại đạo, cùng kẻ nhị thừa nói những điều phi pháp trái luật, phải luôn có lòng từ bi giáo hóa những kẻ ấy, khiến cho họ sanh lòng lành với Đại thừa, mà trái lại Phật tử tự mình rao nói những lỗi trong Phật pháp, Phật tử nầy phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ bảy là Giới Tự Khen Mình và Chê Người:* Là Phật tử, không tự khen mình chê người, không bảo ai khen mình chê người; không nhơn chê người, không duyên chê người, không cách thức chê người, không nghiệp chê người. Là Phật tử, nên sẵn sàng nhận lấy những khinh chê cho tất cả chúng sanh và nhường tất cả việc tốt cho người, chứ không bao giờ tự phô trương tài đức của mình mà đim điều hay tốt của người, nếu không Phật tử nầy phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ tám là Giới Bỏn Xẻn và Lợi Dụng Người Khác:* Là Phật tử, không tự mình bỏn xẻn hay lợi dụng người khác, không xúi người bỏn xẻn, không nhơn bỏn xẻn, duyên bỏn xẻn, cách thức bỏn xẻn, nghiệp bỏn xẻn. Là một Phật tử đã thọ Bồ Tát giới, khi thấy người bần cùng đến cầu xin, phải bằng mọi cách giúp đỡ theo nhu cầu của họ, chứ không đem lòng giận ghét không cho một mảy may; hoặc có người đến cầu học giáo pháp, đã chẳng nói một kệ một câu mà còn mắng đuổi, là phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ chín là*

*Giới Giận Hờn Không Ngươi:* Là Phật tử, không tự mình hờn giận, không bảo người hờn giận; không nhờn giận, duyên giận, cách thức giận, nghiệp giận. Ngược lại, phải luôn có lòng từ bi hiếu thuận, khiến giúp cho chúng sanh, cho đến loài phi chúng sanh luôn được lợi lạc. Nếu đối với tất cả các loài chúng sanh, cho đến trong loài phi chúng sanh mà đem lời ác mạ nhục, còn thêm dùng tay chân, dao gậy để đánh đập mà vẫn chưa hả dạ, cho đến nạn nhân kia lấy lời nhỏ nhẹ xin lỗi, cầu sám hối tạ tội, nhưng vẫn không hết giận, Phật tử này phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.” *Thứ mười là Giới Hủy Báng Tam Bảo:* Là Phật tử, không bao giờ tự mình hủy báng Tam Bảo, không xúi ai hủy báng; không nhờn hủy báng, duyên hủy báng, cách thức hủy báng, nghiệp hủy báng. Là Phật tử thuần thành, một khi nghe ngoại đạo hay kẻ ác hủy báng Tam Bảo dù chỉ một lời, thì đau đớn chẳng khác chi trăm ngàn đao kiếm đâm vào tâm, huống là tự mình hủy báng? Là Phật tử chẳng những luôn đem lòng tôn kính Tam Bảo, mà còn khiến cho người người đều đem lòng tôn kính. Ngược lại, không có đức tin và lòng hiếu thuận đối với Tam Bảo, lại còn giúp sức cho những kẻ ác, kẻ tà kiến hủy báng nữa, Phật tử này phạm “Bồ Tát Ba La Di Tội.”

*Sáu Trọng Giới Của Người Tại Gia Tu Tập Bồ Tát Đạo:* Tại gia Bồ Tát là những Phật tử thuần thành, đã quy y Tam Bảo, và đang tu tập Bồ Tát Thừa, trong đó dạy tu hành theo Lục độ Ba la mật để tự giác và giác tha (nhị lợi: tự lợi lợi tha). Mục đích chính là cứu độ chúng sanh và thành Phật quả. Vì mục đích của Bồ Tát thừa là đạt tới Phật tánh tối thượng, nên Bồ Tát Thừa cũng còn được gọi là Phật Thừa hay Như Lai Thừa. Dầu hễ còn là Bồ Tát tại gia cũng nên có sự hiểu biết thâm sâu; nên có được trí tuệ biết tứ đế là nhất đế, và dùng nhất đế để hiểu thực tại. Trí tuệ Bồ Tát luôn bén nhạy nên họ luôn có được bi tâm quảng đại. Bồ Tát Hạnh theo truyền thống Phật Giáo Đại Thừa (một vị Bồ Tát muốn thực hành Bồ Tát Hạnh phải trước hết phát tâm Bồ Đề, đối với chúng hữu tình phải có đầy đủ tâm từ bi hỷ xả không ngăn mé. Ngoài ra, Bồ Tát phải luôn thực hành hành nguyện độ tha với lục Ba La Mật. Cuối cùng vị ấy phải lấy Tứ Nhiếp Pháp trong công việc hoằng hóa của mình). Ngoài ra, một vị Bồ Tát tại gia cũng phải học theo hạnh của một vị Bồ Tát là cần phải có bốn thứ không sợ hãi. Thứ nhất là tổng trì bất vong hay thuyết pháp vô úy. Bồ Tát có khả năng nghe hiểu giáo pháp và ghi nhớ các nghĩa mà chẳng quên, nên thuyết pháp không hề e sợ trước đại chúng. Thứ nhì là tận tri pháp được cập chúng sanh căn dục tâm tính thuyết pháp vô úy. Bồ Tát biết cả thế gian và xuất thế gian pháp, cũng như căn dục của chúng sanh nên Bồ Tát

chẳng sợ khi thuyết pháp ở giữa đại chúng. Thứ ba là thiện năng vấn đáp thuyết pháp vô úy. Bồ Tát khéo biết hỏi đáp thuyết pháp chẳng sợ. Thứ tư là năng đoạn vật nghi thuyết pháp vô úy. Bồ Tát có khả năng dứt mối nghi ngờ cho chúng sanh nên thuyết pháp chẳng e sợ. Ngoài việc thọ trì năm giới căn bản, những tại gia Bồ Tát còn thọ trì thêm sáu giới trọng và hai mươi tám giới khinh. Sáu giới trọng là sáu giới rất quan trọng của tại gia Bồ Tát vì nhờ trì giữ những giới này có thể giúp họ chứng được những Thánh quả. *Thứ nhất là giới giết hại:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, ngay đến loài trùng kiến, cũng không được giết hại. Nếu phạm giới giết hại, hoặc bảo người giết, hoặc tự mình giết, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ nhì là giới trộm cắp:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, ngay đến một đồng xu, cũng không được trộm cắp. Nếu phạm giới trộm cắp, hoặc bảo người trộm cắp, hoặc tự mình trộm cắp, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ ba là giới vọng ngữ:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không được vọng ngữ: “Tôi đã chứng được pháp quán bất tịnh,” hoặc “Tôi đã chứng được thánh quả A Na Hàm,” vân vân... Nếu phạm giới vọng ngữ, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A Na Hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ tư là giới tà dâm:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không được tà dâm. Nếu phạm giới tà dâm, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A Na Hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ năm là giới rao nói tội lỗi của tứ chúng:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không rao nói tội lỗi của tứ chúng: tỳ kheo, tỳ kheo ni, ưu bà tắc và ưu bà di. Nếu phạm giới rao nói tội lỗi của tứ chúng sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ sáu là giới bán rượu:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không được bán rượu. Nếu phạm giới bán rượu, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, và A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược.

## *Chương Năm Mười Bảy*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Những Giới Nhẹ Trong Tu Tập Bồ Tát Đạo*

*Bốn Mười Tám Giới Nhẹ (Giới Khinh) Cho Người Xuất Gia Trong Tu Tập Bồ Tát Đạo:* Hành giả tu Phật nên luôn nhớ rằng trì giới là cửa ngõ đi vào hào quang chư pháp, vì nhờ đó mà chúng ta xa lìa thế giới nhiễm trược, và cũng nhờ đó mà chúng ta có thể hướng dẫn những chúng sanh hay buông lung phá giới. Theo Phật giáo, có mười lợi ích cho những ai trì giới: luôn trở thành vị chuyển luân vương; không mất tâm chuyên cần; luôn trở thành chư thiên cõi trời Đệ Thích mà không mất tâm chuyên cần; luôn tầm cầu Phật đạo; luôn giữ vững Bồ Tát đạo; không mất khả năng biện tài vô ngại; luôn thành tựu gieo trồng căn lành; luôn được chư Như Lai, chư Bồ Tát và chư Thánh chúng tán thán; nhanh chóng đạt được mọi loại trí tuệ. Như vậy, rõ ràng trì giới là tài sản rất lớn đối với người tu Phật. Theo Kinh Phạm Võng Bồ Tát Giới, có bốn mươi tám giới khinh dành cho người xuất gia trong tu tập Bồ Tát đạo. *Thứ nhất là Giới Không Kính Thầy Bạn:* Nếu Phật tử lúc sắp lãnh ngôi Quốc Vương, ngôi Chuyển Luân Vương, hay sắp lãnh chức quan, trước nên thọ giới Bồ Tát. Như thế tất cả quý thân cứu hộ thân vua và thân các quan. Chư Phật đều hoan hỷ. Đã đắc giới rồi, Phật tử nên có lòng hiếu thuận và cung kính. Nếu thấy có bức Thượng Tọa, Hòa Thượng, A Xà Lê, những bức Đại Đức, đồng học, đồng kiến, đồng hạnh đến nhà, phải đứng dậy tiếp rước lạy chào, thăm hỏi. Mỗi sự đều đúng như Pháp mà cúng dường, hoặc tự bản thân cho đến quốc-thành con cái, cùng bảo bảy báu trăm vật để cung cấp các bức ấy. Nếu Phật tử lại sanh lòng kiêu mạn, sân hận, ngu si, không chịu tiếp rước lạy chào, cho đến không chịu y theo pháp mà cúng dường, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ nhì là Giới Uống Rượu:* Nếu Phật tử cố uống rượu, mà rượu là thứ làm cho người uống hay sanh ra vô lượng tội lỗi. Nếu tự tay trao chén rượu cho người uống, sẽ mang ác báo năm trăm đời không tay, huống là tự uống. Cũng chẳng được bảo người và tất cả chúng sanh uống rượu, huống là tự mình uống! Tất cả các thứ rượu, Phật tử không được uống. Nếu mình cố uống và bảo người uống, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba là Giới Ăn Thịt:* Nếu là Phật tử cố ăn thịt. Tất cả thịt của mọi loài chúng sanh đều không được

ăn. Luận về người ăn thịt thời mất lòng đại từ bi, dứt giống Phật tánh; tất cả chúng sanh thấy đều tránh xa người này. Người ăn thịt mắc vô lượng tội lỗi. Vì thế nên tất cả Phật tử không được ăn thịt của tất cả mọi loài chúng sanh. Nếu cố ăn thịt, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ tư là Giới Ăn Ngũ Tân:* Phật tử chẳng được ăn loại “ngũ tân” loại hành, hẹ, tỏi, nén và hưng cừ. Loại ngũ tân này thêm vào trong tất cả các thứ thực phẩm đều không được ăn. Nếu cố ăn, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ năm là Giới Không Dạy Người Sám Hối:* Nếu là Phật tử khi thấy người khác phạm ngũ giới, bát giới, thập giới, phá giới, hay phạm thất nghịch, bát nạn tất cả tội phạm giới, vân vân, phải khuyên bảo người ấy sám hối. Nếu Phật tử chẳng khuyên bảo người phạm tội sám hối, lại cùng ở chung, đồng sống chung, đồng chúng bố tát, đồng thuyết giới, mà không cữ tội người ấy, không nhắc người ấy sám hối, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ sáu là Giới Không Cúng Dường Thỉnh Pháp:* Nếu là Phật tử, thấy có vị Pháp Sư đại thừa, hay những bậc đồng học, đồng kiến, đồng hạnh đại thừa, từ trăm dặm nghìn dặm đến nơi Tăng phước, nhà cửa, thành ấp, thời liền đứng dậy rước vào, đưa đi, lễ bái, cúng dường. Mỗi ngày ba cúng dường, trăm thức uống ăn, giường ghế, thuốc men, tất cả đồ cần dùng giá đáng ba lượng vàng đều phải cấp hộ cho Pháp Sư. Mỗi ngày sáng, trưa, chiều, thường thỉnh Pháp Sư thuyết pháp và đánh lễ. Không hề có lòng sân hận buồn rầu. Luôn thỉnh pháp không mỗi nhàm, chỉ trọng pháp chớ không kể thân. Nếu Phật tử không như thế thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bảy là Giới Không Đi Nghe Pháp:* Nếu là Phật tử, hàng tân học Bồ Tát, phạm nơi chốn nào có giảng kinh, luật, phải mang kinh luật đến chỗ Pháp Sư để nghe giảng và thưa hỏi. Hoặc nơi núi rừng, trong vườn cây, chùa, nhà, vân vân, tất cả chỗ thuyết pháp đều đến nghe học. Nếu Phật tử không đến nơi ấy để nghe pháp cùng thưa hỏi, thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ tám là Giới Trái Bỏ Đại Thừa:* Nếu là Phật tử, có quan niệm trái bỏ kinh luật Đại Thừa thường trụ, cho rằng không phải của Phật nói mà đi thọ trì kinh luật tà kiến và tất cả cấm giới của hàng Thanh Văn nhị thừa cùng ngoại đạo ác kiến, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ chín là Giới Không Chăm Sóc Người Bệnh:* Nếu là Phật tử, thấy tất cả người tật bệnh phải tận tâm cúng dường như cúng dường Phật. Trong tám phước điền, chăm sóc cho người bệnh là “phước điền thứ nhất.” Nếu như cha mẹ, Sư Tăng cùng đệ tử có bệnh, có tật, trăm thứ bệnh đau khổ, đều nên săn sóc cho



được lành mạnh, Phật tử lại vì lòng hờn giận mà không chăm sóc, nhẫn đến thấy trong Tăng phường, thành ấp, nơi núi rừng, đồng nội, đường sá có người tật bệnh mà không lo cứu tế, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười là Giới Chứa Khí Cự Sát Sanh:* Nếu là Phật tử, không đựng cất chứa những binh khí như dao, gậy, cung, tên, bùa, giáo, vân vân, cùng những đồ sát sanh như chài, lưới, rập, bẫy, vân vân. Là Phật tử, dầu cho đến cha mẹ bị người giết, còn không báo thù, hướng lại đi giết chúng sanh! Không được cất chứa những khí cụ sát sanh! Nếu cố cất chứa, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười một là Giới Đi Sứ:* Nếu là Phật tử, chẳng được vì quyền lợi và ác tâm mà đi thông sứ mạng cho hai nước hiệp hội quân trận, đem binh đánh nhau làm cho vô lượng chúng sanh bị giết hại. Là Phật tử không được vào, cùng qua lại trong quân trận, hướng lại cố làm môi giới chiến tranh. Nếu cố làm, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười hai là Giới Buôn Bán Phi Pháp:* Nếu Phật tử cố bán người lành, tôi trai, tở gái, lục súc, buôn bán quan tài, ván cây, đồ đựng thầy chết, còn không được tự mình buôn bán các thứ ấy, hướng lại bảo người. Nếu cố tự buôn bán hay bảo người buôn bán các thứ ấy, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười ba là Giới Hủy Báng:* Nếu Phật tử, vì ác tâm, nói người tốt, người lành, Pháp Sư, Sư Tăng, hoặc Quốc Vương và hàng quý nhơn, vốn vô sự mà hủy báng là phạm bảy tội nghịch, mười giới trọng. Với cha mẹ, anh, em, lục thân phải có lòng từ bi hiếu thuận, mà trở lại vu khống cho là phạm tội nghịch, đọa nơi ác đạo, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười bốn là Giới Phóng Hỏa:* Nếu Phật tử, vì ác tâm, phóng hỏa đốt núi, rừng, đồng nội. Từ tháng tư đến tháng chín phóng hỏa. Hoặc cháy lan đến nhà cửa, thành ấp, Tăng phường, ruộng cây của người và cung điện tài vật của quý thân. Tất cả chỗ có sanh vật không được cố ý thiêu đốt. Nếu cố thiêu đốt, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười lăm là Giới Dạy Giáo Lý Ngoài Đại Thừa:* Nếu Phật tử, từ Phật đệ tử, lục thân, tất cả thiện tri thức, đến ngoại đạo ác nhơn, đều phải khuyên bảo thọ trì kinh luật Đại thừa. Nên giảng cho hiểu nghĩa lý khiến phát Bồ Đề Tâm, Thập Phát Thú tâm, Thập Trưởng Dưỡng tâm, Thập Kim Cang tâm. Trong ba mươi tâm ấy, giảng cho họ hiểu pháp dụng tuần thứ của mỗi món. Nếu Phật tử vì ác tâm, sân tâm mà đem kinh luật của Thanh Văn Nhị thừa cùng các bộ luận của ngoại đạo tà kiến để dạy cho người, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười sáu là Giới Vì Lợi Mà Giảng Pháp Lộn Lạo:* Nếu Phật

tử, phải tận tâm học kinh luật oai nghi Đại thừa, thông hiểu nghĩa lý, khi thấy có hàng tân học Bồ Tát từ xa trăm dặm nghìn dặm đến cầu học kinh luật Đại thừa, nên đứng như pháp giảng giải tất cả khổ hạnh, hoặc đốt thân, đốt cánh tay, đốt ngón tay. Nếu không đốt thân hay cánh tay, ngón tay cúng dường chư Phật thời không phải là hàng Bồ Tát xuất gia. Nhẫn đến xả thịt nơi thân mình cùng tay chân mà bố thí cho tất cả những cọp, sói, sư tử đói, cùng tất cả loài quỷ đói. Rồi sau mới tuân tự theo căn cơ của mỗi người mà giảng chánh pháp cho hàng tân học ấy được mở thông tâm ý. Nếu Phật tử vì quyền lợi, đáng dạy mà không dạy, lại giảng kinh luật một cách điên đảo, văn tự lộn xộn không có thứ lớp trước sau, thuyết pháp có tính cách hủy báng Tam Bảo, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười bảy là Giới Cây Thế Lực Quyền Góp Tiền Của:* Nếu Phật tử, tự mình vì việc ăn uống tiền của, lợi dưỡng, danh dự mà thân cận quốc vương, hoàng tử cùng các quan, nương quyền cậy thế bức người để lấy tiền của, lại bảo người khác cũng cầu lợi như vậy. Tất cả sự cầu lợi ấy gọi là ác cầu, đa cầu, đều không có lòng từ bi, lòng hiếu thuận. Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười tám là Giới Không Thông Hiểu Mà Làm Thầy Truyền Giới:* Nếu Phật tử, phải học mười hai phần kinh, thường tụng giới. Mỗi ngày sáu thời, nghiêm trì Bồ Tát giới, hiểu rõ nghĩa lý tánh, Phật tánh của giới. Nếu Phật tử không hiểu một kệ một câu cùng nhưn duyên của giới luật, mà dối rằng thông hiểu, đó chính là dối gạt mình và cũng là dối gạt người khác. Không hiểu một pháp, không biết một luật mà lại đi làm Thầy Truyền Giới cho người, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ mười chín là Giới Lương Thiệt:* Nếu Phật tử, vì ác tâm, thấy Thầy Tỷ Kheo trì giới tay bưng lư hương, tu hạnh Bồ Tát, tự đi đâm thọc hai đầu, cho sanh sự bất hòa, khinh khi người hiền, tạo nhiều tội ác. Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ hai mươi là Giới Không Phóng Sanh:* Nếu là Phật tử, phải vì tâm từ bi mà làm việc phóng sanh. Người ấy phải luôn quán tưởng: “Tất cả nam tử là cha ta, tất cả nữ nhơn là mẹ ta. Từ nhiều đời ta đều thác sanh nơi đó.” Nếu giết chúng để ăn thịt, thì chính là giết cha mẹ ta, mà cũng là giết thân cũ của ta. Tất cả chất tứ đại đều là bản thân bản thể của ta, cho nên phải thường làm việc phóng sanh, và khuyên bảo người làm. Nếu lúc thấy người đời sát sanh, nên tìm cách cứu hộ cho chúng được thoát khỏi nạn khổ! Thường đem giới Bồ Tát giảng dạy để cứu độ chúng sanh. Nếu ngày cha mẹ hay anh em chết, nên thỉnh Pháp sư giảng kinh

luật Bồ tát giới. Người chết nhờ phước đức ấy, hoặc được vãng sanh Tịnh Độ ra mắt chư Phật, hay thác sanh trong cõi trời người. Nếu không làm các điều trên đây, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ hai mươi mốt là Giới đem Sân Báo Sân, đem Đánh Trả Đánh:* Nếu Phật tử, không được đem giận trả giận, đem đánh trả đánh. Nếu cha mẹ anh em hay lục thân bị người giết cũng chẳng được báo thù, hoặc quốc chủ bị người thí chết cũng chẳng được báo thù. Giết sanh mạng để báo thù sanh mạng, đó là việc không thuận với hiếu đạo. Hãy còn không được chứa nuôi tôi tớ, rồi đánh đập mắng nhiếc chúng, mỗi ngày tam nghiệp tạo vô lượng tội, như là khẩu nghiệp. Hướng lại cố đi làm tội thất nghịch. Nếu xuất gia Bồ Tát không có lòng từ bi cố báo thù, nhẩn đến cố báo thù cho trong hàng lục thân, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ hai mươi hai là Giới Không Kiêu Mạn Không Thỉnh Pháp:* Nếu Phật tử, mới xuất gia chưa thông hiểu kinh luật, mà tự ý mình là trí thức thông minh, hoặc ý mình là cao quý, lớn tuổi, hoặc ý mình là giòng sang, con nhà quyền quý, hoặc ý mình học rộng, phước to, giàu lớn, vân vân, rồi sanh lòng kiêu mạn mà không chịu học hỏi kinh luật với các vị Pháp sư học đạo trước mình. Vị Pháp sư ấy hoặc giòng hèn, con nhà hạ tiện, tuổi trẻ, nghèo nàn, hèn hạ, hay có tật nguyền, nhưng lại thực có đức hạnh cùng thông hiểu nhiều kinh luật. Hàng tân học Bồ Tát không được nhìn vào dòng giống vị pháp sư mà không chịu đến học đạo lý Đại thừa với vị ấy. Phật tử nếu như vậy thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ hai mươi ba là Giới Khinh Ngạo Không Tận Tâm Dạy:* Nếu Phật tử, sau khi Phật nhập diệt, lúc có tâm tốt muốn thọ giới Bồ tát, thời đối trước tượng Phật, cùng tượng Bồ Tát mà tự nguyện thọ giới. Nên ở trước tượng Phật cùng tượng Bồ Tát sám hối trong bảy ngày, hễ được thấy hảo tướng là đắc giới. Như chưa thấy hảo tướng thời phải sám hối mười bốn ngày, hăm một ngày, hay đến cả năm, cầu thấy được hảo tướng. Khi được thấy hảo tướng rồi, thời được đối trước tượng Phật hay tượng Bồ Tát mà thọ giới. Như chưa thấy hảo tướng thời dầu có đối trước tượng Phật thọ giới, vẫn không gọi là đắc giới. Tuy nhiên, nếu đối trước vị Pháp sư mà thọ giới Bồ Tát, thời không cần thấy hảo tướng. Tại sao vậy? Vì vị Pháp sư ấy là chư sư truyền giới cho nhau, nên không cần hảo tướng. Hễ đối trước vị Pháp sư ấy mà thọ giới liền đắc giới, do vì hết lòng kính trọng nên đắc giới. Nếu ở trong nghìn dặm, mà không tìm được vị Pháp sư truyền giới, thời Phật tử được phép đối trước tượng Phật và Bồ Tát mà tự nguyện thọ giới Bồ

Tát, nhưng cần phải thấy hảo tướng. Nếu các vị pháp sư ý mình thông kinh luật cùng giới pháp Đại thừa, kết giao với các nhà quyền quý, khi có hàng tân học Bồ tát đến cầu học nghĩa kinh luật, lại giận ghét, hay khinh ngạo, không chịu tận tâm chỉ bảo, vị này phạm “Khinh Cấu Tội.”

*Thứ hai mươi bốn là Giới Không Tập Học Đại Thừa:* Nếu Phật tử, có kinh luật Đại thừa pháp, chánh kiến, chánh tánh, chánh pháp thân, mà không chịu siêng học siêng tu, lại bỏ bầy của báu, trở lại học những sách luận tà kiến của nhị thừa, ngoại đạo, thế tục, đó là làm mất giống Phật, là nhưn duyên chướng đạo, chẳng phải thực hành đạo Bồ Tát. Nếu cố làm như vậy, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.”

*Thứ hai mươi lăm là Giới Tri Chúng Vụng Về:* Nếu Phật tử, sau khi Phật nhập diệt, làm Pháp sư, Giảng Sư, Luật Sư, Thiên Sư, Thủ Tọa, Tri Sự, Tri Khách, phải có lòng từ bi khéo hòa giải trong chúng, khéo giữ gìn tài vật của Tam Bảo, chớ dùng vô độ như của riêng mình, mà trở lại khuấy chúng gây gỗ, kinh chống, lung lộng xài của Tam Bảo, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.”

*Thứ hai mươi sáu là Giới Riêng Thọ Lợi Dưỡng:* Nếu Phật tử, ở trước trong Tăng phường, lúc sau thấy có khách Bồ Tát Tỳ Kheo đến, hoặc nơi thành ấp nhà cửa của Tăng hay của Vua, nhân đến chỗ kiết hạ an cư cùng trong đại hội... Chư Tăng ở trước phải rước đến đưa đi, cung cấp cho những đồ uống ăn, đồ nằm, thuốc men, nhà, phòng, giường, ghế, vãn vãn. Nếu tự mình không có, thì phải bán thân, bán con cái, lóc thịt thân mình mà bán, để sắm đồ cung cấp cho những khách Tăng ấy. Nếu có thí chủ đến thỉnh chúng Tăng thọ trai, khách Tăng có dự phần, vị tri sự phải theo thứ tự phái khách Tăng đi thọ trai. Nếu chư Tăng ở trước riêng đi thọ trai mà không phái khách Tăng đi, thời vị tri sự mắc vô lượng tội, không đáng là hàng Sa Môn, không phải dòng Thích Tử, nào khác loài súc sanh. Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.”

*Thứ hai mươi bảy là Giới Thọ Biệt Thỉnh:* Nếu Phật tử, tất cả chẳng được nhận của cúng dường dành riêng về mình. Của cúng dường này thuộc thập phương Tăng, nếu nhận riêng thời là lấy của thập phương Tăng đem về phần mình. Và của vật trong tám phước điền: chư Phật, Thánh nhưn, chư Tăng, cha, mẹ, và người bệnh, mà tự mình riêng nhận dùng. Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.”

*Thứ hai mươi tám là Giới Biệt Thỉnh Tăng:* Nếu Phật tử, có những hàng Bồ Tát xuất gia, Bồ Tát tại gia và tất cả đàn việt lúc muốn thỉnh Tăng để cúng dường cầu nguyện, nên vào Tăng phường thưa với vị Tri Sự. Vị Tri Sự bảo theo thứ tự mà thỉnh thời được thập phương

Hiền Thánh Tăng. Mà người đời thỉnh riêng năm trăm vị A La hán Bồ Tát Tăng vẫn không bằng theo thứ tự thỉnh một phạm phu Tăng. Trong giáo pháp của bảy Đức Phật đều không có pháp thỉnh Tăng riêng. Nếu thỉnh Tăng riêng đó là pháp của ngoại đạo, là không thuận với hiếu đạo. Nếu Phật tử cố thỉnh riêng thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ hai mươi chín là Giới Tà Mạng Nuôi Sống:* Nếu Phật tử dùng ác tâm vì lợi dưỡng buôn bán nam sắc, nữ sắc, tự tay làm đồ ăn, tự xay, tự giã xem tướng, bần mộng, đoán sẽ sanh trai hay gái, bùa chú, pháp thuật, nghề nghiệp, phương pháp nuôi ó và chó săn, hòa hiệp trăm thứ thuốc độc, nghìn thứ thuốc độc, độc rắn, độc sanh kim, sanh ngân, độc sâu cỏ, đều không có lòng từ bi, lòng hiếu thuận. Nếu cố làm các điều như thế, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi là Giới Quản Lý Cho Hàng Bạch Y:* Nếu Phật tử vì ác tâm, tự mình hủy báng tam Bảo, giả tuồng kính mến, miệng thì nói không, mà hành vi lại có, làm quản lý cho hàng bạch y, vì hàng bạch y làm mai làm mối cho nam cho nữ giao hội dâm sắc, gây thành các nghiệp kiết phược; những ngày lục trai trong mỗi tháng, ba tháng trưởng trai trong mỗi năm, làm việc sát sanh, trộm cướp, phá trai, phạm giới. Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi một là Giới Không Mua hay Chuộc lại hình tượng Phật:* Phật tử, sau khi Phật nhập diệt ở trong đời ác, thấy hàng ngoại đạo, bọn giặc cướp cùng tất cả người ác đem bán hình tượng Phật, Bồ Tát, cha mẹ, đem bán kinh luật, đem bán Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, cùng người hành đạo Bồ Tát, kẻ phát tâm Bồ Đề, để làm tay sai cho các quan hay làm tôi tớ cho mọi người. Phật tử thấy những sự như thế, nên có lòng từ bi tìm cách cứu vớt. Nếu không đủ sức, Phật tử phải đi quyên tiền các nơi để chuộc hình tượng Phật, Bồ Tát và tất cả kinh luật, chuộc Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, người tu hạnh Bồ tát, kẻ phát tâm Bồ Đề. Nếu không chuộc, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi hai là Giới Tổn Hại Chúng Sanh:* Phật tử không được buôn bán dao, gậy, cung, tên, những khí giới sát sanh. Không được chứa càn non thước thiếu. Không được nương thế lực quan quyền mà lấy tài vật của người. Không được ác tâm trói buộc người, và phá hoại việc thành công của người. Không được nuôi mèo, chồn, heo, chó. Nếu cố làm các điều trên, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi ba là Giới Tà Nghiệp Giác Quán:* Phật tử không được vì ác tâm đi xem tất cả nam nữ đánh nhau, hay quân trận binh tướng, giặc cướp, vân vân, đấu chiến với nhau. Cũng chẳng được đi xem hát, nghe nhạc, chơi cờ, đánh bạc,

đá cầu, đá bóng, vân vân, cho đến bói xử. Chẳng được làm tay sai cho kẻ trộm cướp. Nếu cố làm các điều trên, Phật tử phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi bốn là Giới Tam Bồ Đề Tâm:* Nếu Phật tử, ngày đêm sáu thời đọc tụng giới Bồ Tát này. Nên giữ gìn giới luật trong tất cả khi đi đứng nằm ngồi, vững chắc như kim cương, như đeo trái nổi để qua biển lớn, như Tỳ Kheo bị cột bằng dây cỏ. Thường có tín tâm lành đối với Đại thừa. Tự biết rằng mình là Phật chưa thành, còn chư Phật là Phật đã thành, rồi phát Bồ Đề Tâm và giữ vững không thối chuyển. Nếu có một tâm niệm xu hướng theo Nhị thừa hay ngoại đạo, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi lăm là Giới Không Phát Nguyện:* Nếu Phật tử, nên phát những điều nguyện lớn: nguyện ăn ở hiếu thuận với cha mẹ, sư trưởng; nguyện được gặp Thầy tốt bạn hiền, để thường được học hỏi các kinh luật Đại thừa, được dạy về Thập Phát Thụ, Thập Trưởng Dưỡng, Thập Kim Cang, Thập Địa; nguyện hiểu rõ để tu hành đúng chánh pháp; nguyện giữ vững giới luật nhà Phật: thà chết chứ không chịu phai lòng. Nếu tất cả Phật tử không phát những điều nguyện trên đây thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ ba mươi sáu là Giới Không Phát Thệ:* Nếu Phật tử, khi đã phát đại nguyện trên đây rồi, phải giữ gìn giới cấm của Phật. Phải tự thệ rằng: “Thà nhảy vào đồng lửa, hố sâu, núi đao, quyết không cùng với tất cả người nữ làm điều bất tịnh để phạm điều cấm trong kinh luật của Tam Thế chư Phật. Lại thệ rằng thà lấy lưỡi sắt quán thân mình cả ngàn lớp, quyết không để thân này phá giới mà thọ những đồ phục của tín tâm đàn việt. Thà chịu nuốt hòn sắt cháy đỏ và uống nước đồng sôi mãi đến trăm nghìn kiếp, quyết không để miệng này phá giới mà ăn các thứ thực phẩm của tín tâm đàn việt. Thà nằm trên đồng lửa lớn, trên tấm sắt nóng, quyết không để thân này phá giới mà nhận lấy các thứ giường ghế của tín tâm đàn việt. Thà trong một hai kiếp cho cả trăm gương giáo đâm vào mình, quyết không để thân này phá giới mà thọ các thứ thuốc men của tín tâm đàn việt. Thà nhảy vào vạc dầu sôi trong trăm nghìn kiếp, quyết không để thân này phá giới mà lãnh những phòng nhà, ruộng vườn, đất đai của tín tâm đàn việt.” Lại phát thệ rằng: “Thà dùng chày sắt đập thân này từ đầu tới chân cho nát như tro bụi, quyết không để thân này phá giới mà thọ sự cung kính lễ bái của tín tâm đàn việt. Thà lấy trăm nghìn lưỡi gương giáo khoét đôi mắt mình, quyết không đem tâm phá giới này mà nhìn xem sắc đẹp của người. Thà lấy trăm nghìn dùi sắt, đâm thủng lỗ tai mình trải trong một hai kiếp, quyết không

đem tâm phá giới này mà nghe tiếng tốt giọng hay. Thà lấy trăm nghìn lưỡi dao cắt bỏ lỗ mũi mình, quyết không đem tâm phá giới này mà ngửi các mùi thơm. Thà lấy trăm nghìn lưỡi dao cắt đứt lưỡi mình, quyết không đem tâm phá giới này mà ăn các thức tịnh thực của người. Thà lấy búa bén chặt chém thân thể mình, quyết không đem tâm phá giới này mà tham mặc đồ tốt.” Lại phát nguyện: nguyện cho tất cả chúng sanh đều trọn thành Phật quả. Nếu Phật tử không phát những điều thệ nguyện này, thời phạm “*Khinh Cấu Tội.*” *Thứ ba mươi bảy là Giới Vào Chỗ Hiểm Nạn:* Nếu Phật tử mỗi năm phải hai kỳ hành đầu đà, mùa đông mùa hạ thời ngồi thiền và an cư kiết hạ. Thường dùng nhang dương, nước tro, ba y, bát, bình, tọa cụ, tích trượng, hộp lư hương, đũa lọc nước, khăn tay, con dao, đá lửa, cái nhíp, giường dây, kinh, luật, tượng Phật, tượng Bồ Tát. Khi Phật tử hành đầu đà cùng lúc du phương đi lại trăm dặm ngàn dặm, mười tám món này luôn mang bên mình. Đây là hai kỳ hành đầu đà trong mỗi năm: từ rằm tháng giêng đến rằm tháng ba, và từ rằm tháng tám đến rằm tháng mười. Trong hai kỳ hành đầu đà, luôn mang theo mình 18 món ấy như chim mang hai cánh. Mỗi tháng hai lần, hàng tân học Phật tử, phải luôn tụng giới Bồ Tát, tụng mười giới trọng và bốn mươi tám giới khinh. Lúc tụng giới, nên ở trước tượng Phật và Bồ Tát mà tụng. Nếu chỉ có một người bố tát thời một người tụng. Nếu có hai người, ba người, nhần đến trăm nghìn người, cũng chỉ một người tụng, còn bao nhiêu thời lắng nghe. Người tụng ngồi cao, người nghe ngồi thấp. Mỗi người đều đắp y hoại sắc cửu điều, thất điều và ngũ điều (chín, bảy hay năm mảnh). Trong lúc kiết hạ an cư mỗi mỗi đều phải đúng theo phép tắc. Lúc hành đầu đà chớ đi đến chỗ có tai nạn, cõi nước hiểm ác, nhà vua hung bạo, đất đai gập ghềnh, cỏ cây rậm rạp, chỗ có giống sư tử, cọp, sói, cùng nơi bị bão lụt, nạn cháy, giặc cướp, đường sá có rắn rít, vân vân. Tất cả những nơi hiểm nạn ấy đều không được đến. Chẳng những lúc hành đầu đà, mà lúc kiết hạ an cư cũng không được vào những chỗ hiểm nạn ấy. Nếu cố vào những nơi ấy, Phật tử này phạm “*Khinh Cấu Tội.*” *Thứ ba mươi tám là Giới Trái Thứ Tự Tôn Ty:* Nếu Phật tử, phải theo thứ tự đúng pháp mà ngồi: người thọ giới trước thời ngồi trước, người thọ giới sau thời ngồi sau. Không luận già trẻ, Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, người sang như Quốc Vương, Hoàng Tử, nhần đến kẻ hèn như huỳnh môn, tôi tớ, vân vân, tất cả đều nên theo thứ tự mà ngồi (người thọ giới trước ngồi trước, người thọ giới sau ngồi sau). Không

được như hàng ngoại đạo, si mê, hoặc già, hoặc trẻ, ngồi trước sau lộn xộn không có thứ tự, không khác cách ngồi của bọn binh nô. Trong Phật pháp, hễ người thọ giới trước thời ngồi trước, còn người thọ giới sau thời ngồi sau. Nếu Phật tử không theo thứ tự đúng pháp mà ngồi, thời phạm “*Khinh Cấu Tội.*” *Thứ ba mươi chín là Giới Không Tu Phước Huệ:* Nếu Phật tử, thường phải khuyến hóa tất cả mọi người kiến tạo Tăng phường nơi núi rừng vườn ruộng, xây dựng Phật tháp, chỗ an cư, ngồi thiền trong mùa đông mùa hạ, tất cả những cơ sở hành đạo đều nên kiến lập. Người Phật tử phải giảng thuyết kinh luật Đại thừa cho tất cả chúng sanh. Lúc tật bệnh, nước có nạn có giặc, ngày cha mẹ, anh em, Hòa Thượng, A Xà Lê khuất tịch, và mỗi tuần thất, nhần đến bảy tuần thất, cũng nên giảng thuyết kinh luật Đại thừa. Tất cả những trai hội cầu nguyện, những lúc đi làm ăn, những khi có tai nạn bão lụt, hỏa hoạn, ghe thuyền trôi giạt nơi sông to biển lớn, gặp quỷ la sát, vân vân, đều cũng đọc tụng kinh luật Đại thừa. Nhần đến tất cả tội báo, tam ác, bát nạn, thất nghịch, gông cùm xiềng xích trói buộc tay chân, hoặc người nhiều dâm, nhiều sân, nhiều ngu si, nhiều tật bệnh, đều nên giảng kinh luật Đại thừa. Nếu hàng tân học Phật tử không thực hành như trên đây, thời phạm “*Khinh Cấu Tội.*” *Thứ bốn mươi là Giới Không Bình Đẳng Truyền Giới:* Nếu Phật tử, lúc cho người thọ giới không được lựa chọn. Tất cả hàng Quốc vương, Hoàng tử, các quan, Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, Thiện nam, Tín nữ, Dâm nam, Dâm nữ, Phạm Thiên trong 18 cõi sắc, Thiên tử trong sáu cõi dục, người thiếu căn, hai căn, huỳnh môn, tội tử và tất cả quỷ thần đều được thọ giới. Tất cả y phục ngoại cụ nên bảo phải hòa màu: xanh, vàng, đỏ, đen, tím nhuộm thành hoại sắc cho hợp với đạo. Trong tất cả các quốc độ, nên theo y phục của người trong nước ấy mặc, y phục của Thầy Tỳ Kheo đều phải khác với y phục của người thế tục. Khi ai muốn thọ giới Bồ Tát, vị sư phải hỏi rằng: trong đời này người có phạm tội thất nghịch chăng? Bồ Tát Pháp Sư không được cho người phạm tội thất nghịch thọ giới trong đời này. Đây là tội thất nghịch: Ác tâm làm thân Phật chảy máu; hại bậc Thánh nhân; giết cha; giết mẹ; giết Hòa Thượng; giết A Xà Lê; phá Yết Ma Tăng hay Chuyển Luân Tăng. Nếu phạm tội thất nghịch, thời hiện đời không đắc giới. Ngoài ra tất cả mọi người đều được thọ giới. Theo pháp của người xuất gia, không lạy quốc vương, cha mẹ, lục thân và quỷ thần. Phạm hễ ai nhận hiểu lời nói của Pháp Sư đều được thọ giới. Mà có người từ trăm dặm nghìn dặm đến cầu pháp, nếu Bồ



Tát Pháp Sư vì ác tâm, sân tâm, mà không mau mắn truyền giới Bồ Tát cho người ấy, thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi một là Giới Vì Lợi Làm Thầy*: Nếu Phật tử, giáo hóa người sanh lòng tin tưởng pháp Đại thừa, Bồ Tát làm pháp sư giáo giới cho người. Lúc thấy có người muốn thọ giới Bồ Tát, nên bảo người ấy thỉnh hai đại sư: Hòa Thượng và A Xà Lê. Phải hỏi người ấy có phạm tội thất nghịch không? Nếu người ấy hiện đời có phạm tội thất nghịch, thời Pháp Sư không được cho người ấy thọ giới. Như không phạm tội thất nghịch, thời cho thọ giới. Nếu có phạm trong mười giới trọng, phải bảo người ấy sám hối trước tượng Phật và Bồ Tát. Ngày đêm sáu thời tụng giới Bồ Tát tha thiết đánh lễ Tam Thế Chư Phật, cho được thấy hảo tướng. Sám hối như thế trong bảy ngày, mười bốn ngày, hăm một ngày, nhấn đến trọn năm, mãi đến chừng nào thấy được hảo tướng. Đây là hảo tướng: thấy Phật đến xoa đầu mình, hấy quang minh, thấy hoa báu, vân vân, các thứ cảnh tượng lạ. Thấy được những hảo tướng ấy là triệu chứng tội đã tiêu diệt. Nếu không được thấy hảo tướng, dầu có sám hối vẫn vô ích. Người này hiện đời cũng không đắc giới, nhưng đặng tăng-ích thọ giới. Nếu là người phạm trong bốn mươi tám điều giới khinh, “đối thứ sám hối,” thời đặng tiêu diệt, không phải như tội thất nghịch. Vị Pháp Sư giáo giới ở trong những pháp này phải hiểu rõ. Nếu không hiểu kinh luật Đại thừa, những giới khinh, giới trọng, hành tướng phải, chẳng phải; không hiểu đệ nhất nghĩa đế, thập chủng tánh, trường dưỡng tánh, tánh chủng tánh bất khả hoại tánh, đạo chủng tánh, chánh pháp tánh. Những quán hạnh đa thiếu, xuất nhập trong các pháp đó, cùng mười chi thiền, tất cả pháp hạnh, mỗi mỗi đều thông hiểu. Phật tử vì tài lợi, vì danh tiếng, cầu quấy, cầu nhiều, tham đệ tử đông nên giả tuồng là mình hiểu biết tất cả kinh luật, để được cúng dường, đó là tự dối mình mà cũng khi dối người khác. Nếu cố làm Giới Sư truyền giới cho người, Phật tử này phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi hai là Giới Vì Người Ác Giảng Giới*: Nếu Phật tử không được vì tài lợi mà đem đại giới của chư Phật nói với người chưa thọ giới Bồ Tát, hoặc với hàng ngoại đạo, những kẻ tà kiến, vân vân. Trừ Quốc vương, ngoài ra không được nói với tất cả hạng người ấy. Những hạng người chẳng thọ giới của Phật, gọi là súc sanh, đời đời sanh ra không gặp được Tam Bảo, như cây đá, không có tâm thức; gọi là ngoại đạo, bọn tà kiến, nào khác cây cối. Với những hạng người tà ác ấy, nếu Phật tử giảng nói giới pháp của chư Phật, thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi ba*

*là Giới Cố Mống Tâm Phạm Giới:* Nếu Phật tử, do đức tin mà xuất gia, thọ chánh giới của Phật, lại cố mống tâm hủy phạm giới pháp, thời không được thọ lãnh đồ cúng dường của tất cả đàn việt, cũng không được đi trên đất của quốc dân. Năm nghìn đại quỷ luôn đứng án trước mặt người đó mà gọi là “Gã bọm giặc.” Nếu khi đi vào trong phòng nhà, thành ấp, các quỷ thường theo chà quét dấu chân của người ấy. Tất cả mọi người đều mắng kẻ ấy là kẻ giặc trong Phật pháp. Hết thấy chúng sanh đều không muốn nhìn ngó người ấy. Người phạm giới, khác nào loài súc sanh, cây cỏ. Nếu cố phá hủy giới pháp của Phật, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi bốn là Giới Không Cúng Dường Kinh Luật:* Nếu Phật tử, phải thường nhất tâm thọ trì đọc tụng kinh luật đại thừa, dùng giấy, vải, hàng, lụa, thẻ tre, vỏ cây, cho đến lột da làm giấy, chích máu làm mực, lấy tủy làm nước, chẻ xương làm viết, để biên chép kinh luật, dùng vàng bạc cùng hương hoa vô giá và tất cả châu báu làm hộp, rương, đựng những quyển kinh luật. Nếu không y theo pháp mà cúng dường kinh luật, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi lăm là Giới Không Giáo Hóa Chúng Sanh:* Nếu Phật tử, nên có lòng đại bi, khi vào trong tất cả nhà cửa thành ấp, thấy những loài chúng sanh, phải xưng lên rằng: “Các người đều nên thọ tam quy và thập giới.” Nếu gặp trâu bò, chó, ngựa, heo, dê, vượn vượn, nên tâm nghĩ miệng nói: “Các người là súc sanh phát Bồ Đề tâm.” Khi Phật tử đi đến núi, rừng, sông, nội cùng tất cả chỗ, đều làm cho hết thấy chúng sanh phát Bồ Đề tâm. Nếu Phật tử không phát tâm giáo hóa chúng sanh, thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi sáu là Giới Thuyết Pháp Không Đúng Pháp:* Nếu Phật tử, thường nên có lòng đại bi phát tâm giáo hóa. Lúc vào nhà đàn việt sang giàu, cùng trong tất cả chúng hội, không được đứng thuyết pháp cho hàng bạch-y. Phải ngồi trên tòa cao trước chúng bạch-y. Vị Tỳ Kheo Pháp Sư không được đứng dưới đất thuyết pháp cho tứ chúng. Khi thuyết pháp, vị pháp sư ngồi tòa cao, dùng hương hoa cúng dường, còn tứ chúng, hàng thính giả, thời ngồi dưới. Đối với Pháp sư phải như là hiếu thuận mẹ cha, kính thuận Sư trưởng như Bà La Môn thờ lửa. Nếu Phật tử thuyết pháp mà không đúng như pháp thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi bảy là Giới Chế Hạng Phi Pháp:* Nếu Phật tử, đều đã có lòng tin thọ giới của Phật, hoặc Quốc vương, Hoàng tử, các quan, bốn bộ đệ tử tự ý thế lực cao quý, phá diệt giới luật Phật pháp, lập ra điều luật chế, hạn chế bốn bộ đệ tử của Phật, không cho xuất gia hành đạo, cũng không

cho tạo lập hình tượng Phật và Bồ Tát, cùng Tháp và Kinh Luật. Lại đặt ra chức quan đồng lý nhằm hạn chế tứ chúng, và lập sổ bộ ghi số Tăng. Tỳ Kheo Bồ Tát đứng dưới đất còn bạch y ngồi tòa cao, làm nhiều việc phi pháp như binh nô thờ chủ. Hàng Bồ Tát nầy chính nên được mọi người cúng dường, mà trở lại bắt làm tay sai của các quan chức, thế là phi pháp phi luật. Nếu quốc vương và các quan có lòng tốt thọ giới của Phật, chớ làm tội phá Tam Bảo ấy. Nếu cố làm thời phạm “Khinh Cấu Tội.” *Thứ bốn mươi tám là Giới Phá Diệt Phật Pháp:* Nếu Phật tử do lòng tốt mà xuất gia, lại vì danh tiếng cùng tài lợi, giảng thuyết giới của Phật cho Quốc vương và các quan, làm những sự công trời các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, người thọ giới Bồ Tát như cách của ngục tù và binh nô. Như trùng trong thân sư tử tự ăn thịt sư tử, chớ chẳng phải trùng ở ngoài đến ăn. Cũng thế, các Phật tử tự hủy phá Phật pháp, không phải ngoại đạo hay Thiên Ma phá được. Người đã thọ giới của Phật, nên hộ trì giới luật của Phật như ấp yêu con ruột, như kính thờ cha mẹ, không được hủy phá. Người Phật tử khi nghe ngoại đạo, người ác dùng lời xấu hủy báng giới pháp của Phật, thời đau đớn không khác nào cả ba trăm cây giáo nhọn đâm vào tim mình, hay cả nghìn lưỡi dao, cả vạn cây gậy đánh bổ vào thân mình. Thà tự cam vào ở địa ngục đến trăm kiếp, chớ không muốn nghe lời hủy báng giới pháp của Phật do bọn người ác. Huống là không lòng hiếu thuận, tự mình hủy phá giới pháp của Phật, hay làm nhưn duyên bảo người khác hủy phá. Nếu cố phá giới pháp, Phật tử nầy phạm “Khinh Cấu Tội.”

***Hai Mươi Tám Giới Nhẹ (Giới Khinh) Cho Người Tại Gia Trong Tu Tập Bồ Tát Đạo:*** Như đã nói trong chương trước, tại gia Bồ Tát là những Phật tử tại gia thuần thành, đã quy y Tam Bảo. Ngoài việc thọ trì năm giới căn bản và sáu giới trọng, những tại gia Bồ Tát còn thọ trì thêm hai mươi tám giới nhẹ (giới khinh). Hai mươi tám giới khinh là những giới giúp cho chư Bồ Tát Tại Gia vun bồi giới hạnh trong cuộc tu hành hằng ngày. *Thứ nhất là giới không cúng dường cha mẹ và sư trưởng:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, không cúng dường cha mẹ và sư trưởng, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ nhì là giới uống rượu:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, ham mê uống rượu, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó

là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ ba là giới không chăm sóc người bệnh:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, gặp người bệnh khổ, sinh khởi ác tâm, bỏ phế không chăm sóc, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ tư là giới không bố thí cho người đến xin:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, thấy người đến xin, không tùy sức mình mà bố thí ít nhiều, để cho người đến xin ra về tay không, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ năm là giới không chào hỏi lễ lạy các bậc tôn trưởng:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, gặp các vị tỷ kheo, tỷ kheo ni, hoặc các vị Bồ Tát tại gia thọ giới trước, không đứng dậy tiếp đón lễ lạy, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ sáu là giới khinh mạn người phá giới:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, thấy tỷ kheo, tỷ kheo ni, ưu bà tắc hay ưu bà di phạm giới, bèn sinh tâm kiêu mạn, cho rằng mình hơn họ, họ không bằng mình, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ bảy là giới không thọ sáu ngày bát quan trai giới mỗi tháng:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, không thọ sáu ngày bát quan trai giới mỗi tháng, không cúng dường Tam Bảo, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ tám là giới không đi nghe Pháp:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, trong vòng 12 cây số có chỗ giảng kinh thuyết pháp mà không đến nghe, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ chín là giới thọ dụng đồ dùng của chư Tăng Ni:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, thọ dụng đồ dùng của chư Tăng như ngọa cụ, giường, ghế, v.v., thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười là giới uống nước có trùng:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nghi nước có trùng mà vẫn cố ý uống, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười một là giới đi một mình trong chỗ nguy hiểm:* Chư

Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, đi một mình trong chỗ nguy hiểm, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười hai là giới một mình ngủ đêm tại chùa của chư Tăng Ni:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, một mình ngủ đêm tại chùa của chư Tăng Ni, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười ba là giới vì của đánh người:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, vì tiền của mà đánh đập hay chửi rủa tôi tớ, hoặc người ngoài, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười bốn là giới bố thí thức ăn thừa cho tứ chúng:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, đem thức ăn thừa bố thí cho tứ chúng, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười lăm là giới nuôi mèo và chôn:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nuôi mèo và chôn, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười sáu là giới nuôi súc vật:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nuôi dưỡng voi, ngựa, trâu, dê, lạc đà, hoặc cá loại súc vật khác, không chịu tịnh thí cho người chưa thọ giới, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười bảy là giới không chứa sẵn ba y, bình bát, và tích trượng:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, không chứa sẵn ba y, bình bát, và tích trượng để cúng dường chúng Tăng, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười tám là giới không lựa chỗ nước sạch, đất cao ráo để trồng trọt:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, làm nghề canh tác sinh sống, nếu không lựa chỗ nước sạch, đất cao ráo để trồng trọt, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười chín là giới buôn bán không chân chánh:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, làm nghề mua bán: lúc bán hàng, một khi đã đồng ý giá cả, không được lật lọng, đem bán cho kẻ trả giá cao hơn; lúc mua hàng, nếu thấy người bán cân lường gian

lận, phải nói lỗi họ, để họ sửa đổi. Nếu không làm như thế, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi là giới hành dâm không đúng thời đúng chỗ:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, hành dâm không đúng thời đúng chỗ, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi một là giới gian lận thuế:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, làm nghề thương mại, công nghiệp, v.v., không chịu nộp thuế, hoặc khai thuế gian lận, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi hai là giới vi phạm luật pháp quốc gia:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, vi phạm luật pháp quốc gia, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi ba là giới được thực phẩm mới mà không dâng cúng Tam Bảo trước:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, lúc lúa, trái cây, rau cải được mùa, không dâng cúng Tam Bảo trước, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi bốn là giới không được phép của Tăng già mà thuyết pháp:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, Tăng già không cho thuyết pháp mà vẫn cứ thuyết, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi lăm là giới đi trước năm chúng xuất gia:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, ra đường đi trước các tỳ kheo, tỳ kheo ni, sa di và sa di ni, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi sáu là giới phân phối thức ăn cho chư Tăng không đồng đều:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, trong lúc phân phối thức ăn cho chư Tăng, sinh tâm thiên vị, lựa những món ngon, nhiều hơn phần của người khác, để cúng dường thầy mình, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi bảy là giới nuôi tằm:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nuôi tằm lấy tơ, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi tám là giới đi đường gặp người bệnh không chăm sóc:* Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, đi đường gặp người bệnh, không tìm phương tiện chăm sóc, hoặc gửi gắm cho người khác chăm sóc, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi.

## *Chương Năm Mười Tám*

### *Biết Thế Nào Là Tu Tại Gia*

Cộng đồng Phật giáo bao gồm hai nhóm, Tăng già và Phật tử tại gia. Từ “Tăng già” có nghĩa là “Cộng đồng thân hữu”. Từ này thường được dùng để chỉ chư Tăng Ni. Họ sống trong các tự viện. Phật tử tại gia bao gồm cả người nam lẫn người nữ, những người Phật tử nhưng không trở thành Tăng Ni. Họ thường sống tại gia với gia đình. Phật tử tại gia có nghĩa là các cư sĩ tại gia, chứ không phải tu sĩ xuất gia. Tất cả Phật tử thuần thành đều hướng đến chỉ một mục đích hoàn toàn giống nhau, đó là diệt trừ tận gốc sự chấp ngã, từ bỏ quan niệm về một bản ngã riêng biệt của cá nhân. Nói chung, sự hành trì của họ đều hướng đến sự vun bồi cho các đức tánh tâm linh rất dễ dàng nhận thấy như là sự điềm tĩnh, sự thanh khiết, tánh vô chấp (buông xả), sự quan tâm và từ ái với người khác. Phật tử tại gia còn được gọi là cận Trụ giới, một trong tám loại biệt giải thoát giới cho tám chúng. Cũng được gọi là “Ngoại chúng,” tức Ngoại Tục Chúng tại gia để phân biệt với chúng xuất gia hay nội chúng Tăng Ni. Cũng được gọi là “Bạch Y,” tức hàng áo trắng (nói về Phạm thiên và những người thuộc giai cấp cao), nhưng bây giờ danh từ này là dành cho người thường, đặc biệt là những người Phật tử tại gia. Đây là vị Phật tử tại gia nam hay nữ, vẫn ở nhà mà giữ 8 giới. Phật giáo không đòi hỏi người cư sĩ tại gia tất cả những điều mà một thành viên của Tăng đoàn phải có trách nhiệm gìn giữ. Nhưng dù là vị sư hay cư sĩ, chánh hạnh cũng là nền tảng cơ bản cho con đường hướng thượng. Một người trở thành Phật tử bằng cách thọ Tam Quy, ít nhất họ cũng phải gìn giữ năm giới căn bản, được coi là khởi điểm của đạo lộ giải thoát. Ngũ giới này không hạn cuộc trong một ngày đặc biệt hay nơi đặc biệt nào, mà cần phải được thực hành suốt đời dù ở đâu và bất cứ lúc nào. Dĩ nhiên, ngoại trừ các bậc đã chứng Thánh Quả, còn lại tất cả mọi người đều có thể phạm vào những học giới này. Tuy nhiên, lầm lỗi theo đạo Phật không được xem như là một cái tội, vì Đức Phật không phải là một quan tòa đứng ra trừng phạt những hành động tội lỗi và ban thưởng cho những hành động thiện lành của con người. Người Phật tử tại gia nên luôn nhớ rằng người tạo nghiệp phải có trách nhiệm đối với những điều mình làm; người ấy phải thọ lãnh những quả khổ vui của nó, do đó, làm thiện hay

làm một kẻ phạm giới phải là mối quan tâm của chính mình, chứ không xin xỏ tha tội từ ai hết.

Tín đồ Phật giáo tại gia tin nhận Phật giáo, tu học và thọ trì những giới luật Phật pháp căn bản. Muốn trở thành một Phật tử phải thọ Tam Quy, hành ngũ giới và biết rõ cứu cánh của đạo Phật. Người tại gia phải quy-y Tam Bảo, hành trì Ngũ Giới, và Biết cứu cánh chính của Đạo Phật: “Chư ác mạc tác; chúng thiện phụng hành; tự tịnh kỳ ý; và thật hiểu con đường đưa đến cứu cánh này. Người Phật tử tại gia phải luôn nhớ những điều sau đây: “Có lỗi phải biết sám hối, có tội phải biết dứt trừ. Tất cả tội lỗi đã tạo bởi ba nghiệp thân, khẩu, ý, đối với Tam Bảo, cha mẹ, các bậc tôn trưởng và hết thảy chúng sanh khác; tất cả những lỗi lầm thúc đẩy bởi vô minh đều phải chân thành sám hối. Người Phật tử phải luôn dụng công ưu tiên tẩy thanh tịnh tam nghiệp thân khẩu ý trước mọi việc khác. Phải bỏ sự dong ruổi nơi tình trần. Phải quay tâm về hướng giác. Phải y theo lời Phật dạy mà tu hành.” Người Phật tử tại gia phải luôn không Thấy Lỗi Người. Phật dạy: “Khi nào chúng ta không còn thấy lỗi người hay chỉ thấy cái hay của chính mình, chừng đó chúng ta sẽ được các bậc trưởng lão nể vì và hậu bối kính ngưỡng. Theo Kinh Pháp Cú, câu 50, Đức Phật dạy: “Chớ nên dòm ngó lỗi người, chớ nên dòm coi họ đã làm gì hay không làm gì, chỉ nên ngó lại hành động của mình, thử đã làm được gì và chưa làm được gì.” Người Phật tử phải luôn “Thiểu Dục Tri Túc.” Thiểu dục là có ít dục lạc; tri túc là biết đủ. Thiểu dục tri túc là ít ham muốn mà thường hay biết đủ. Tri túc là bằng lòng với những điều kiện sinh hoạt vật chất tạm đủ để sống mạnh khỏe tiến tu. Tri túc là một phương pháp hữu hiệu nhất để phá lưới tham dục, để đạt được sự thanh thoi của thân tâm và hoàn thành mục tiêu tối hậu của sự nghiệp tu tập. Dầu biết rằng với Phật tử tại gia, cuộc sống hã còn ràng buộc với thế tục; tuy nhiên, một Phật tử thuần thành luôn sống theo lời Phật dạy. Bước đầu tiên để trở thành thành viên của cộng đồng tại gia là quy-y Tam Bảo (Phật, Pháp, Tăng). Sau đó thọ trì ngũ giới trong cuộc sống hằng ngày. Những người tại gia giữ một vai trò quan trọng trong Phật giáo, vì họ hộ trì Tăng già. Họ xây dựng tự viện. Họ cúng dường thực phẩm, quần áo, nơi ngủ nghỉ và thuốc men cho chư Tăng Ni. Đổi lại, chư Tăng Ni gánh vác Phật sự và thuyết giáo Phật pháp cho cộng đồng tại gia. Bằng cách này cả chư Tăng Ni và Phật tử tại gia đều làm lợi ích cho nhau, họ cùng nhau duy trì Phật pháp. Dù là thành viên của Tăng già



hay tại gia, tất cả đều là Phật tử và họ nên cố gắng hết sức mình sống một đời sống phạm hạnh cao cả, nêu gương từ bi tốt đến chúng sanh muôn loài. Dù đang làm việc hay đang thiền định, mục đích là làm lợi lạc cho tha nhân và cho chính mình.

Nhằm giúp cho người tại gia vượt qua những tâm thái nhiễu loạn và chấm dứt phạm phải những hành vi tổn hại, Đức Phật đã ban hành năm giới. Trong một nghi thức ngắn, một vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni có thể cử hành nghi thức truyền giới, người tại gia có thể quy-y Tam Bảo và trở thành cận sự nam hay cận sự nữ. Trong khi cử hành nghi lễ, vài vị thầy chỉ nói đến giới thứ nhất là không sát sanh, và để cho Phật tử tại gia tự quyết định thọ hay không thọ bất cứ giới nào trong bốn giới còn lại. Vài vị thầy khác có thể cho thọ cùng một lúc năm giới trong buổi lễ quy-y. Phật tử tại gia có thể thọ bát quan trai giới trong vòng 24 giờ mỗi tháng. Nhiều người thích thọ bát quan trai trong ngày đầu tháng, ngày trăng tròn (rằm), ngày 30, hay trong những ngày lễ hội Phật giáo, dù rằng họ có thể thọ bát quan trai trong bất cứ ngày nào. Năm giới đầu tiên của tám giới giống như ngũ giới, trừ giới không tà dâm biến thành giới không dâm dục, vì tám giới này được giữ chỉ trong một ngày mà thôi. Tại Thái Lan và Cam Bốt có tục lệ là hầu hết những thanh niên đều trở thành những nhà sư thọ giới Sa Di trong vòng ba tháng, ít nhất là một lần trong đời. Thường thì họ làm như vậy khi họ sắp sửa bước vào đời. Việc này tạo cho họ một nền tảng đạo đức nghiêm trang và cũng là điều kiết tường (điều tốt) cho gia đình. Vào ngày cuối của ba tháng xuất gia, những vị này sẽ hoàn trả lại giới điều và trở về đời sống thế tục của gia đình.

Theo kinh Pháp Bảo Đàn, phẩm thứ ba, Lục Tổ dạy: “Nầy thiện tri thức! Nếu muốn tu hành, tại gia cũng được, không cần ở chùa, người ở tại gia mà hay hành như người ở phương Đông mà tâm được thiện, còn người ở chùa mà không tu cũng như người ở phương Tây mà tâm ác vậy. Chỉ tâm thanh tịnh tức là tự tánh Tây phương.” Thứ sử Vi Cừ lại hỏi rằng: “Người tại gia làm sao tu hành? Cúi xin Hòa Thượng từ bi chỉ dạy.” Tổ bảo: “Tôi vì đại chúng làm một bài tụng Vô Tướng, chỉ y đây mà tu, thường cùng tôi đồng ở không khác, nếu không tu như thế này dù có cạo tóc xuất gia đối với đạo cũng không có ích gì. Tụng rằng:

Tâm bình không nhọc giữ giới,  
Hạnh thẳng không cần tu thiền,  
Ân thì nuôi dưỡng cha mẹ,

Nghĩa thì trên dưới thương nhau,  
 Nhường thì trên dưới hòa mục,  
 Nhẫn thì các ác không ổn,  
 Nếu hay dùi cây ra lửa,  
 Trong bùn quyết mọc sen hồng,  
 Đắng miệng tức là thuốc hay,  
 Nghịch tai là lời ngay thẳng,  
 Sửa lỗi ắt sanh trí huệ,  
 Giữ quấy trong tâm không hiền,  
 Mỗi ngày thường làm lợi ích,  
 Thành đạo không do thí tiền,  
 Bồ Đề chí hướng tâm tìm,  
 Đâu nhọc hưởng ngoại cầu huyền,  
 Nghe nói y đây tu hành,  
 Cực lạc chỉ ngay trước mắt.

Tổ lại bảo: “Nầy thiện tri thức! Thấy phải y kệ đây mà tu hành, nhận lấy tự tánh, thẳng đó thành đạo. Pháp không đợi nhau, mọi người hãy giải tán, tôi trở về Tào Khê, chúng nếu có nghi, lại đến hỏi nhau.”

## *Chương Năm Mười Chín*

### *Biết Ý Nghĩa Của Việc Lễ Lạy*

Lễ lạy với ý nghĩa Tôn Trọng, hay tôn quý và kính trọng. Trong đạo Phật, đánh lễ là hành động tỏ lòng tôn kính đối với một vị trưởng lão, một vị thầy, một vị Tỳ Kheo Ni, Tỳ Kheo, Bồ Tát, hay một vị Phật. Tuy nhiên, cách tốt nhất để tôn quý và kính trọng Phật là làm theo lời Phật dạy: “Không làm các điều ác, làm các điều lành, và giữ cho tâm ý thanh sạch.” Ngoài ra, lễ bái hay kính điền là một trong những cách tu hành thù thắng. Lễ bái Phật, Pháp, Tăng. Ngôi ruộng cung kính, nghĩa là lễ kính và hộ trì Tam Bảo, Phật, Pháp, Tăng thì sẽ được tăng thêm phước đức. Khi nhận đồ cúng dường của ai, vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni nên xá một cách “Tôn quý và kính trọng”, trong tư thế hai tay chắp lại thành một nụ sen búp. Về mặt sự mà nói, lễ lạy rất quan trọng, đó là hình thức biểu hiện bên ngoài một phần việc thực tập thiền định của chúng ta. Hình thức lễ lạy phải được thực hiện một cách đúng đắn. Đầu phải sát xuống sàn, cùi chỏ phải để gần đầu gối và hai đầu gối phải cách nhau một gang tay. Lễ lạy dùng hình thức bên ngoài để tự huấn luyện mình, làm cho cơ thể và tâm hồn trở nên điều hòa. Đừng để rơi vào khuyết điểm là xem người khác lễ lạy như thế nào. Phán đoán người khác chỉ làm gia tăng tính tự kiêu, ngã mạn của chúng ta mà thôi. Thay vì phán đoán người khác hãy xem xét chính mình, lễ lạy thường xuyên sẽ giúp chúng ta dần dần loại bỏ được tính ngã mạn cống cao. Về mặt lý mà nói, cổ đức có dạy: “Tác lễ vô trụ hóa vãng sanh.” Lạy chậm chậm và chánh niệm trong thân thể của chúng ta. Đó là cách chữa bệnh kiêu ngạo, ngã mạn. Chúng ta phải lễ lạy thường xuyên. Khi lạy ba lạy, chúng ta có thể giữ trong mình ba đặc tính quý báu: Phật, Pháp, Tăng; đó là đức tính của tâm trong sạch sáng suốt và bình an. Chúng ta phải “Hành sở vô sự,” nghĩa là làm mà như chẳng làm. Khi lễ lạy rồi chúng ta đừng nên chấp trước rằng mình được công đức này nọ, thì đó mới chính là chân lễ bái.

***Có nhiều loại lễ bái:*** Thứ nhất là *chấp chưởng*: Chấp chưởng có nghĩa là chấp hay tay chào (hai bàn tay chấp vào nhau). Chấp mười ngón tay hay hai bàn tay vào nhau, đây là “mẹ” của tất cả các dấu ấn. Hai bàn tay để bên nhau trong tư thế khất thực, nâng từ từ lên trán như một dấu hiệu khấn khoản và tôn kính. “Anajali” là thuật ngữ Bắc Phạn

có nghĩa là chắp mười ngón tay hay hai bàn tay vào nhau. Trong “Hợp Chưởng”, chúng ta hợp hai lòng bàn tay lại với nhau nhằm diễn tả sự về nương, đầy lòng biết ơn và sự hợp nhất với Đức Phật. Bàn tay phải tượng trưng cho Đức Phật và bàn tay trái tượng trưng cho chúng sanh. Khi hai bàn tay hợp lại với nhau, chúng ta có cảm giác như Đức Phật đang hiện hữu trong chúng ta và chúng ta trong Đức Phật. “Hợp Chưởng” là biểu tượng của sự hợp nhất toàn hảo giữa con người và Đức Phật. Bên cạnh đó, hai bàn tay để bên nhau trong tư thế khất thực, nâng từ từ lên trán còn là một dấu hiệu khẩn khoản và tôn kính. *Thứ nhì là Lễ Bái Trì Danh*: Đây là phương thức vừa lạy vừa niệm Phật. Hoặc niệm một câu, lạy một lạy, hoặc một mặt niệm, một mặt lạy, không luận câu Phật nhiều hay ít. Cách lễ Phật lại phải hết sức nhẹ nhàng chậm rãi, lễ niệm song hành, thân miệng hợp nhất. Nếu thêm vào đó ý thành khẩn tha thiết, thì thành ra ba nghiệp đều tập trung, ngoài câu Phật hiệu, không còn một tơ hào vọng niệm. Phương pháp này có sở năng phá trừ hôn trầm, công đức và hiệu lực rất to lớn, vì hành giả vận dụng cả ba nghiệp để trì niệm. Cư sĩ Vương Nhật Hưu khi xưa từng áp dụng cách trên đây, mỗi ngày đêm ông lễ niệm trung bình là một ngàn lạy. Nhưng dường như đây là lối niệm đặc biệt của hạng người tâm lực tinh tấn, thiếu khả năng tất khó vững bền, bởi lạy lâu thân thể mỗi mệt dễ sanh chán nản. Cho nên thông thường, cách thức này chỉ hợp kiêm dụng, khó bề chuyên dụng. *Thứ ba là Chuyển Cách Lan*: Theo truyền thống Kim Cang Thừa, Chuyển Cách Lan là lối đánh lễ bằng cách đi vòng tam bộ nhứt bái quanh Chùa Trung Tâm Lhasa, để cầu nguyện tiêu tai cát tường. *Thứ tư là Tiếp Túc Tác Lễ*: Tiếp Túc Tác Lễ có nghĩa là ôm chân, như ôm chân Phật để tỏ lòng tôn kính. Theo truyền thống Phật giáo từ thời Đức Phật còn tại thế, khi đánh lễ Đức Phật, hai tay người Phật tử chạm chân vị Thế Tôn hay ôm chân Phật để tỏ lòng tôn kính, rồi giữa hai tay nâng chân Phật như tiếp nhận lấy (theo Trí Độ Luận, trên cơ thể người ta chỗ quý nhất là cái đầu, vì nó ở trên hết, và có năm tính bày tỏ; trong khi chân là bộ phận hạ tiện nhất, vì nó ở dưới cùng và luôn dẫm lên những chỗ bất tịnh. Vì thế để tỏ lòng tôn quý, ta nên lấy cái cao quý nhất của mình để lễ lạy cái hạ tiện nhất của người). *Thứ năm là đi nhiều vòng quanh*: “Pradaksina” là thuật ngữ Bắc Phạn dùng để chỉ “Đi nhiều vòng quanh.” Đi nhiều vòng tròn về hướng phải của bậc tôn kính. Đây là một trong những sinh hoạt về việc làm phước đức khắp thế giới Phật giáo, phổ cập cả trong sinh

hoạt tự viện lẫn ngoài đời sống tại gia. Lối đi nhiều để đánh lễ có nhiều hình thức khác nhau, nhưng sự thực hành chính yếu vẫn là đi bộ vòng quanh một thánh địa theo chiều kim đồng hồ. Một ngoại lệ với người Tây Tạng không phải là Phật tử, mà theo truyền thống cổ Tây tạng (Bon-Po), thì họ đi ngược chiều kim đồng hồ. Lý do có lẽ do họ tin vòng theo chiều kim đồng hồ đối với lễ là bất tịnh. Ngoài ra, ở Ấn Độ còn có chín loại chào kính khác. Theo Ngài Huyền Trang, có chín phương cách tỏ vẻ tôn kính của Ấn Độ. Đó là phát ngôn úy vấn (tỏ lời chào hỏi (hỏi thăm sức khỏe và ăn nói nhỏ nhẹ), phủ thủ thị kính (cúi đầu kính chào), cử thủ cao ấp (đưa tay lên cao để chào), hợp chưởng bình cung (chấp tay cúi đầu chào), khuất tất (nhún cong đầu gối chào), trường quỳ (quỳ gối để chào), thủ tất cứ địa (chào bằng cách để hai bàn tay và hai đầu gối xuống đất), ngũ luân câu khất (chào bằng cách cho hai cùi chỏ và hai đầu gối xuống đất), và ngũ thể đầu địa (chào bằng cách phủ phục cả thân người sát đất).

**Theo Phật giáo, khi đánh lễ là phải đánh lễ cả Thân-Khẩu-Ý:**  
*Thứ nhất là “Đánh lễ thân”:* Đánh lễ thân chủ yếu là hành động để tỏ lòng tôn kính bằng thân. Có nhiều hình thức đánh lễ khác nhau. Phật tử có một cách đánh lễ đặc biệt là chấp tay như hình một đóa sen búp. Ngoài ra, cúi đầu chào cũng là một hành động của sự tôn kính bằng thân. *Thứ nhì là “Đánh lễ bằng khẩu”:* Có nhiều cách đánh lễ bằng khẩu. Trì chú là một trong những cách này; niệm Phật là một cách khác. Khi nhìn thấy tượng Phật mà phát lộ “Quy Y” với vị Phật đó cũng là một hình thức đánh lễ bằng khẩu. *Thứ ba là “Ý đánh lễ”:* Ý đánh lễ rất quan trọng. Bạn có thể không quỳ lạy hay dùng ngôn ngữ để diễn tả lòng tôn kính, nhưng lòng tôn kính trong thâm tâm nó mãnh liệt không thể nào nói lên được. **Theo Truyền Thống Tây Tạng, người ta đánh lễ Đức Bổn Sư với nhiều ý nghĩa:** *Thứ nhất,* chúng con đánh lễ dưới gót chân sen của người, hỡi đấng Bổn Sư Kim Cang Trì. Sắc thân châu báu của người tỏa ánh từ bi. Ban cho chúng con Giác Ngộ tối thượng tức thời nhập vào Tam Thân, an trụ trong Đại Hỷ Lạc. *Thứ nhì,* chúng con đánh lễ dưới chân người hỡi đấng Thánh Trí Quy-Y Hộ Pháp của muôn loài. Người là Kim Cang Giác Ngộ Bồ Đề của vô lượng Phật. Hóa thân Tỳ kheo mang áo cà sa vàng. Như là phương tiện thiện xảo để khế hợp cứu độ chúng đệ tử. *Thứ ba,* chúng con đánh lễ dưới chân người, hỡi đấng Bổn Sư tôn kính. Mãi mãi là nguồn phúc lợi và hỷ lạc duy nhất không ngoại lệ. Người giải trừ căn gốc mọi sai lầm

và bản ngã. Là kho tàng muôn ngàn đức hạnh như châu báu. *Thứ tư*, chúng con đánh lễ dưới chân người hỡi đấng Bốn Sư nhân từ rộng lượng. Người là thực thể của chư Phật, là đấng Thiên Nhân Sư của muôn loài. Là nguồn suối của tám vạn bốn ngàn pháp môn thanh tịnh. Người siêu việt trên tất cả chư tôn Thánh Trí. *Thứ năm*, với tín tâm, tự tin và cả một biển lời tán thán, hóa thành muôn vạn thân, nhiều như các nguyên tử trong vũ trụ. Chúng con đánh lễ người, đấng Bốn Sư của ba đời và của mười phương. Và đánh lễ Tam Bảo Vô Thượng cùng các chư tôn Bồ Tát.

Ngoài ra, Phật tử thuần thành nên luôn lễ bái Đức Thế Tôn. Hạnh lễ bái cúng dường chư Phật trong tất cả cõi Phật, đây là một trong mười hạnh của chư Đại Bồ Tát. Chư Đại Bồ Tát an trú trong hạnh này thời thành tựu hạnh phi khứ phi lai của chư Phật. Chư Bồ tát dùng pháp cúng dường chư Phật làm y-chỉ, vì nhờ đó mà tín tâm thanh tịnh. Đây là một trong mười y chỉ của chư Đại Bồ Tát. Theo Kinh Hoa Nghiêm, phẩm Ly Thế Gian, Bồ Tát Phổ Hiền bảo Phổ Huệ rằng chư Bồ Tát có mười chỗ y-chỉ giúp chư Bồ Tát đạt được chỗ sở-y đại trí vô thượng của Như Lai. Phật tử thuần thành phải noi theo gương hạnh của chư Đại Bồ Tát, rốt ráo cung kính cúng dường tất cả Như Lai. Lễ bái Đức Thế Tôn là quỳ lạy đức Phật là một biểu hiện khiêm cung để tỏ lòng kính trọng và biết ơn đối với Ngài, vị Đạo sư đã thông suốt vũ trụ và bản tánh của chúng sanh. Với lòng từ bi cứu độ chúng sanh vượt thoát khỏi khổ đau, Đức Phật là một tấm gương mẫu mực cho nhân loại. Chính vì thế mà khi quỳ lạy Đức Phật, chúng ta cũng tự nhắc mình về ông Phật nơi chính mình. Chúng ta khiêm tốn quán xét tâm mình và nhắc lại hạnh nguyện gột rửa mọi cấu chướng làm ngăn trở chúng ta đi đến giác ngộ thành Phật bằng cách thể hiện lòng từ bi mà Đức Bốn Sư đã chỉ dạy để làm lợi ích cho sanh chúng muôn loài. Khi lạy Phật chúng ta phải chuyên tâm thành ý, vì lạy Phật là một pháp tu có thể giúp tiêu trừ tội chướng như lời dạy trong các kinh điển: “Phật tiền đánh lễ, tội diệt hà sa”, nghĩa là đánh lễ trước mặt Phật tiêu tội nghiệp nhiều như số cát sông Hằng, vì nếu tội mà có hình tướng thì nó sẽ nhiều không khác gì cát trên sông Hằng đâu. Đây là hạnh nguyện đầu tiên trong Phổ Hiền Thập Hạnh Nguyện. Lễ kính chư Phật là luôn tín tâm tin và hiểu chư Phật in như các Ngài đang hiện diện trước mắt ta, là tam nghiệp thân, khẩu, ý hăng thanh tịnh. Hư không vô tận thì lễ kính cũng vô cùng; chúng sanh vô lượng, phiền não vô tận thì lễ kính

cũng vô cùng vô tận không dứt. Lễ lạy rất quan trọng, đó là hình thức biểu hiện bên ngoài một phần việc thực tập thiền định của chúng ta. Hình thức lễ lạy phải được thực hiện một cách đúng đắn. Đầu phải sát xuống sàn, cùi chỏ phải để gần đầu gối và hai đầu gối phải cách nhau một gang tay. Lạy chậm chậm và chánh niệm trong thân thể của chúng ta. Đó là cách chữa bệnh kiêu ngạo, ngã mạn. Chúng ta phải lễ lạy thường xuyên. Khi lạy ba lạy, chúng ta có thể giữ trong mình ba đặc tính quý báu: Phật, Pháp, Tăng; đó là đức tính của tâm trong sạch sáng suốt và bình an. Lễ lạy dùng hình thức bên ngoài để tự huấn luyện mình, làm cho cơ thể và tâm hồn trở nên điều hòa. Đừng để rơi vào khuyết điểm là xem người khác lễ lạy như thế nào. Phán đoán người khác chỉ làm gia tăng tính tự kiêu, ngã mạn của chúng ta mà thôi. Thay vì phán đoán người khác hãy xem xét chính mình, lễ lạy thường xuyên sẽ giúp chúng ta dần dần loại bỏ được tính ngã mạn cống cao. Lễ Bái còn là một trong mười pháp trì danh. Phương thức này là vừa lạy vừa niệm Phật. Hoặc niệm một câu, lạy một lạy, hoặc một mặt niệm, một mặt lạy, không luận câu Phật nhiều hay ít. Cách lễ Phật lại phải hết sức nhẹ nhàng chậm rãi, lễ niệm song hành, thân miệng hợp nhất. Nếu thêm vào đó ý thành khẩn tha thiết, thì thành ra ba nghiệp đều tập trung, ngoài câu Phật hiệu, không còn một tư hào vọng niệm. Phương pháp này có sở năng phá trừ hôn trầm, công đức và hiệu lực rất to lớn, vì hành giả vận dụng cả ba nghiệp để trì niệm. Cư sĩ Vương Nhật Hữu khi xưa từng áp dụng cách trên đây, mỗi ngày đêm ông lễ niệm trung bình là một ngàn lạy. Nhưng dường như đây là lối niệm đặc biệt của hạng người tâm lực tinh tấn, thiếu khả năng tất khó vững bền, bởi lạy lâu thân thể mỗi một dễ sanh chán nản. Cho nên thông thường, cách thức này chỉ hợp kiêm dụng, khó bề chuyên dụng.





## *Chương Sáu Mười*

### *Biết Ý Nghĩa Của Việc Thờ Cúng*

Theo cổ tục, Phật tử chúng ta thờ cúng tổ tiên là để tỏ lòng biết ơn. Theo đạo Phật thì thờ cúng tổ tiên, không phải là một phong tục xấu, với hy vọng mong cho họ được nhẹ nghiệp. Người Phật tử nên luôn nhớ rằng tu hành tinh tấn là cách đền đáp tổ tiên xứng đáng nhất. Tuy nhiên, một số Phật tử vì hiểu lầm Phật giáo nên xem chuyện thờ cúng là tối quan trọng trong đạo Phật. Theo tín ngưỡng của quần chúng, khi trong gia đình có người chết, người ta thường làm lễ thất 49 ngày vì người ta tin rằng ngày thứ 49 là ngày cuối của thời kỳ “Thân Trung Âm”. Việc thờ cúng tổ tiên của Dân tộc Việt Nam đã có từ lâu. Dân Việt Nam tin tưởng có linh hồn hay thần thức sau khi qua đời. Người ta luôn nghĩ rằng tổ tiên phù hộ con cháu còn sống. Chính vì thế mà con cháu luôn thờ phượng tổ tiên với lòng kính trọng tối thượng. Người Việt Nam không những tổ chức ngày kỵ giỗ cho cha mẹ quá vãng, mà họ còn làm lễ kỵ giỗ cho ông bà nội, ngoại, ông bà cố, hay cố tổ nữa. Họ có thể làm lễ kỵ giỗ như một bữa tiệc hay một nghi thức thờ cúng đơn giản nhất là đốt nhang và lạy trước bàn thờ hay hình ảnh của tổ tiên họ. Trong vài gia đình, ngoài việc dâng cúng thức ăn thức uống trước bàn thờ tổ tiên, họ còn có tục đốt giấy tiền cho người chết. Hơn nữa, trong vài vùng ở miền Trung nước Việt, hãy còn những ngôi nhà thờ họ, nơi thờ cúng những tổ tiên trong cùng dòng tộc. Chẳng nghi ngờ gì cả, tập tục thờ cúng tổ tiên đã giúp cho dân ta duy trì được sự đoàn kết và nối dòng nối dõi. Theo cổ tục, Phật tử chúng ta thờ cúng tổ tiên là để tỏ lòng biết ơn. Theo đạo Phật thì thờ cúng tổ tiên, không phải là một phong tục xấu, với hy vọng mong cho họ được nhẹ nghiệp. Người Phật tử nên luôn nhớ rằng tu hành tinh tấn là cách đền đáp tổ tiên xứng đáng nhất. Tuy nhiên, một số Phật tử vì hiểu lầm Phật giáo nên xem chuyện thờ cúng là tối quan trọng trong đạo Phật. Phật giáo không bao giờ khuyến khích Phật tử thờ cúng tổ tiên của họ một cách mù quáng. Ngược lại, Phật giáo luôn khuyến khích việc thờ cúng tổ tiên một cách hợp lý bằng cách tụng kinh cầu siêu cho người quá vãng, với hy vọng làm nhẹ đi nghiệp chướng cho họ sớm được siêu thoát. Ngoài ra, thường vào ngày rằm tháng ba Âm lịch, ngày lễ “Thanh Minh” được cử hành nhằm cúng bái tổ tiên và những vong linh. Các dân tộc

Đông Á như Tàu, Nhật, Đại Hàn và Việt Nam, thường cử hành lễ này bằng cách đi đến các nghĩa trang để vãi cỏ và làm sạch mộ tổ tiên, cũng như dâng cúng thực phẩm và hoa quả.

Theo các truyền thống Phật giáo, Phật tử còn có tục Thờ Phật. Tại Ấn Độ, sau khi Đức Phật nhập diệt, các tín đồ dành cho Đức Phật tất cả những tôn vinh của một vị thần hiện thân trong Ấn Độ giáo. Họ chuyển qua thờ cúng tượng Phật, bởi những lý do giống như tín đồ Ấn Độ giáo, đó là để kích thích cảm nghĩ và thiền định. Ngày nay ai cũng biết sự thờ cúng thần tượng trong Ấn Độ giáo đã có từ khoảng từ năm 500 đến 450 trước Tây Lịch. Ngày nay ở các nước Tích Lan, Miến Điện, Trung Hoa, Việt Nam, và các nước Phật giáo khác, người ta cũng thờ tượng Đức Phật theo kiểu người Ấn Độ giáo thờ thần, bằng cách dâng cúng hoa quả, thức ăn, vải vóc, nhang đèn và sự cầu khẩn. Thậm chí, họ còn điếm nhãn bức tượng mới làm ra. Đây là một nghi thức thần bí của Ấn Độ. Họ tin tưởng rằng làm như vậy thì bức tượng sẽ trở nên linh thiêng hơn. Tuy nhiên, Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng Đức Phật chẳng bao giờ chấp nhận việc dựng tượng Ngài để thờ cúng trong tháp như vậy. Phật tử chân thuần chẳng những không xem các hình tượng như biểu hiện của đấng thần linh vô hình khi lễ bái, mà cũng không tin rằng trong bản chất của hình tượng đó có hàm chứa bất cứ thần tính nào. Người Phật tử nên kính thờ tượng Phật và các pháp bảo liên hệ khác như những hình ảnh tượng niệm một đấng cao siêu, trí tuệ và từ bi nhất trong thế giới này vì đối với chúng ta, Đức Phật đáng được tôn sùng và kính mến hơn bất cứ vĩ nhân nào khác. Người Phật tử chân thuần cũng nên luôn nhớ rằng, ngay từ lúc đầu Đức Phật đã chỉ trích sự ham chuộng nghi lễ và các hành động hưởng ngoại khác có thể làm tăng trưởng đức tin mù quáng và mê tín của chúng ta. Phật tử cúng dường hương hoa là bên ngoài tỏ lòng kính trọng Phật. Khi cúng dường hoa, chúng ta nên nghĩ rằng hoa này rồi sẽ tàn phai héo úa và hoại diệt đi, chúng ta cũng sẽ hoại diệt như vậy, không có một thứ gì trên đời này đáng cho ta bám víu. Tuy nhiên, khi cúng Phật người Phật tử lấy năm thứ hương để ví với ngũ phần pháp thân của Đức Như Lai: giới hương, định hương, huệ hương, giải thoát hương, và giải thoát tri kiến hương.

## *Chương Sáu Mười Một*

### *Cố Gắng Làm Được Một Phật Tử Thuần Thành*

Phật tử là người tin vào Phật, Pháp, Tăng. Người chấp nhận đạo Phật là tôn giáo cho mình, sống theo nghi thức Phật giáo. Tuy nhiên, Phật tử, nhất là nam nữ Phật tử tại gia nên giữ ngũ giới (không sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ, và uống rượu). Bước đầu tiên để trở thành một Phật tử là quy-y Tam Bảo để xác quyết niềm tin trong nghịch cảnh. Điều này cũng đưa chúng ta đến với một cuộc sống đúng đắn và có ý nghĩa hơn. Phật tử tại gia thuần thành bao gồm hai chúng: cận sự nam và cận sự nữ. Các môn đồ tại gia của đạo Phật, trong cả hai trường phái Nguyên Thủy và Đại Thừa, đều tuyên thệ gia nhập Phật giáo bằng việc tuyên thệ trì giữ Tam qui ngũ giới, bát quan trai giới, cũng như luôn tuân thủ Bát Chánh Đạo. Họ là những người hộ trì Tam bảo bằng cách dâng cúng những phương tiện của cải vật chất như thức ăn, áo quần, v.v. Lễ thọ trì Tam qui Ngũ giới tại các nước theo truyền thống Phật giáo rất quan trọng vì đây chính là điểm tựa tinh thần cho người tại gia tuân giữ và sống đời đạo đức trong cuộc sống hằng ngày.

Để trở thành một Phật tử thuần thành, ngoài việc giữ ngũ giới hay thập thiện, tu học và thọ trì những giới luật Phật pháp căn bản, chúng ta cần phải có những tiêu chuẩn Phật dạy. Trước tiên, người Phật tử đó phải giữ tròn năm đạo làm người (Ngũ Thường). Thứ nhất là lòng nhân hay lòng thương người thương vật. Đức hạnh thứ nhất là “Nhân,” liên hệ tới thái độ mà người quân tử mong muốn hòa thuận với người khác. Người quân tử biết không thể nào làm tròn vai trò của mình trong đời sống hằng ngày trừ phi người ấy sẵn lòng cộng tác và giúp đỡ tha nhân. Lòng nhân chính đáng biểu lộ qua hạnh kiểm. Ai cũng có mầm nhân như vậy trong bản thân mình, nhưng nó phải được giúp phát triển. Đôi khi thái độ đức hạnh này được coi là phép tự chủ bên trong. Thứ nhì là nghĩa hay cách cư xử phải với mọi người. Người quân tử phát triển dũng khí luân lý cần thiết để trung thành với chính mình và đem lòng nhân ái tới láng giềng. Thứ ba là “Lễ” hay biết kẻ lớn người nhỏ. Lễ là một đức tánh quan trọng trong ngũ thường. Người quân tử phải biết lễ nghi. Người ấy phải biết cách học hỏi và áp dụng tất cả những lễ nghi trong mọi tình huống mà người ấy phải đương đầu.

Người ấy biết tất cả phép tắc xã giao trong mỗi hoàn cảnh xã hội nhân bản. Người ấy biết tất cả những nghi lễ và nghi thức tập trung vào việc thờ phụng tổ tiên. Người cách biết cách ngồi, cách đứng, cách đi, cách nói chuyện, và cách biểu lộ diện mạo sắc thái của mình trong mọi trường hợp. Tuy nhiên, những nghi thức và thủ tục này sẽ không có giá trị nếu con người ấy không có một thái độ thích đáng. “Người không có lòng nhân ái trong tâm thì làm được gì với những nghi lễ cứng nhắc này?” Thứ tư là Trí hay biết phương kế mưu lược lương thiện. Người quân tử là một người hiểu biết, vì con người phải được giáo dục nhằm ứng phó với mọi tình huống một cách đứng đắn. Mục tiêu của người theo Khổng Giáo là phát triển dần dần những phép tắc thành thói quen. Khi Đức Khổng Tử nhấn mạnh đến tầm quan trọng của giáo dục, Ngài không đề xuất cái gì mới mẻ mà chỉ nhắc lại và nhấn mạnh những điều tổ tiên đã nói. Trật tự xã hội tùy thuộc vào luân lý căn bản, luân lý trong lời nói và hành động đứng đắn. Cũng giống như người xưa, Đức Khổng Phu Tử tin tưởng luân lý phải được áp dụng vào bình diện cuộc sống, đồng thời nó cũng rất có ý nghĩa trên bình diện chính quyền. Vì người cầm quyền là thầy của tất cả. Những vị thầy này dạy luân lý một cách rất hiệu quả khi họ là những tấm gương tốt về luân lý và khi họ cai trị dân một cách nhân từ. Thứ năm là “Tín” hay biết giữ sự tin cậy. Người quân tử bao giờ cũng giữ chữ tín cho mình, nói sao làm vậy, nghe sao nói vậy. Một khi đã hứa, cho dù cái gì xảy ra đi nữa, người ấy cũng cố công thực hành cho kỳ được lời hứa của mình. Ngoài ra, người quân tử lúc nào cũng biết bổn phận của mình và bao giờ cũng tìm cách thực hành những bổn phận ấy. Vì người quân tử đã phát triển hạt giống đức hạnh trong bản tính của mình cho nên người ấy luôn sống hòa hợp với mọi thứ trong vũ trụ.

Để trở thành Phật tử tại gia thuần thành, lẽ dĩ nhiên, người Phật tử đó phải thọ tam quy trì ngũ giới hay bất cứ giới luật nào dành cho Phật tử tại gia. Quy-y Phật, vị Đạo Sư Tối Thượng; quy-y Pháp, giáo pháp cao thượng của Đức Thế Tôn; quy-y Tăng, những vị đã cắt ái ly gia để tinh chuyên hành trì Phật Pháp. Trì Ngũ Giới bao gồm không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không vọng ngữ, và không uống những chất cay độc. Ngoài ra, người Phật tử thuần thành luôn tín tâm nghe chánh pháp; luôn biết cứu cánh chính của Đạo Phật; luôn làm những việc lành; luôn tránh làm những việc ác; và luôn thanh tịnh tâm ý. Người Phật tử thuần thành luôn tôn kính người già; luôn thương mến

người trẻ; và luôn an ủi vỗ về người lâm hoạn nạn. Người Phật tử thuần thành luôn thật hiểu con đường đưa đến cứu cánh này và luôn cố gắng thực hành đúng đắn những lời dạy của Đức Phật. Mỗi khi có lỗi phải biết sám hối, có tội phải biết dứt trừ; phải bỏ sự dong ruổi nơi tình trần; phải quay tâm về hướng giác; và phải y theo lời Phật dạy mà tu hành. Bên cạnh đó, có bốn trọng ân mà Phật tử tại gia nên luôn ghi nhớ. Thứ nhất là “Ân Tam Bảo”. Nhờ Phật mở đạo mà ta rõ thấu được Kinh, Luật, Luận và dễ bề tu học. Nhờ Pháp của Phật mà ta có thể tu trì giới định huệ và chứng ngộ. Nhờ chư Tăng tiếp nối hoằng đạo, soi sáng cái đạo lý chân thật của Đức Từ Phụ mà ta mới có cơ hội biết đến đạo lý. Thứ nhì là “Ân cha mẹ Thầy tổ”. Nhờ cha mẹ sanh ta ra và nuôi nấng dạy dỗ nên người; nhờ thầy tổ chỉ dạy giáo lý cho ta đi vào chánh đạo. Bốn phận ta chẳng những phải cung kính, phụng sự những bậc này, mà còn cố công tu hành cầu cho các vị ấy sớm được giải thoát. Thứ ba là “Ân thiện hữu tri thức”. Nhờ thiện hữu tri thức mà ta có nơi nương tựa trên bước đường tu tập đầy chông gai khó khăn. Thứ tư là “Ân chúng sanh”. Ta thọ ơn chúng sanh rất lớn. Không có người thợ mộc ta không có nhà để ở hay bàn ghế thường dùng; không có bác ông phu ta lấy gạo đâu mà ăn để sống; không có người thợ dệt, ta lấy quần áo đâu để che thân, vân vân. Ta phải luôn siêng năng làm việc và học đạo, mong cầu cho nhứt thiết chúng sanh đều được giải thoát. Người Phật tử thuần thành nên cố gắng tu luyện theo những tấm gương mà chư Phật, giáo pháp, và chư Tăng đã thiết lập. Nếu chúng ta đặt những tính hạnh ấy làm mẫu mực cho chính mình thì cuối cùng chúng ta cũng sẽ đạt được những mẫu mực ấy. Người Phật tử thuần thành nên tránh buông thả và chạy theo mọi đối tượng của ham muốn mà chúng ta từng gặp gỡ. Lại nữa, chúng ta không nên ham muốn tiền bạc và địa vị, vì ham muốn tiền bạc và địa vị đưa chúng ta đến tình trạng bị ám ảnh và thường xuyên cảm thấy không thỏa mãn. Chúng ta sẽ cảm thấy hạnh phúc hơn nhiều khi chúng ta hưởng thụ những niềm vui giác quan một cách điều độ. Người Phật tử thuần thành nên tránh cao ngạo chỉ trích những điều mà chúng ta không thích. Chúng ta thường có khuynh hướng thấy rõ lỗi người và quên mất lỗi của mình. Điều này không làm cho mình và người sung sướng hạnh phúc hơn. Vì vậy, Phật tử thuần thành nên tự sửa lỗi mình, chứ đừng vạch ra lỗi của người khác. Người Phật tử thuần thành nên cố gắng hết mình tránh làm mười điều tổn hại, đồng thời cố làm mười thiện nghiệp. Đức Phật khuyên chúng

ta nên tránh làm mười điều tổn hại. Quyết định tránh khỏi mười hành động tổn hại cũng có nghĩa là chúng ta tham dự vào mười điều thiện lành. Thí dụ quyết định không nói dối chủ về khoảng thời gian mình đã dùng để thực hiện một đồ án nào đó chính là hành động tích cực và có lợi, vì trong tương lai chủ sẽ tin vào lời nói của mình, chúng ta lại được sống theo những quy tắc đạo đức, và chúng ta cũng tạo ra nhân lành để có hạnh phúc trong hiện tại và những chứng ngộ tâm linh về sau này.

Theo theo Cổ Hòa Thượng Tuyên Hóa trong Pháp Thoại, Quyển II, trước hết, người Phật tử thuần thành không nên tranh hơn thua. Nếu không tranh sẽ không dẫn đến sát sanh. Sát sanh là do tâm tranh hiện lên tác quái. Khi tranh thì chỉ muốn mình thắng, đối phương thua, dù có chết chóc vô số đi nữa cũng mặc. Phật tử thuần thành nên cố gắng dứt trừ lòng tranh hơn nguy hiểm này. Thứ nhì, người Phật tử thuần thành không tham. Không tham thì sẽ không trộm cắp. Tại sao lại đi ăn cắp đồ của người khác? Do bởi mình có tâm tham. Nếu mình không có tâm tham lam, thì dù có kẻ tặng hiến, chưa chắc gì mình muốn lấy, huống là đi ăn cắp. Phật tử thuần thành nên cố gắng dứt trừ lòng tham. Thứ ba, người Phật tử thuần thành không truy cầu vật dục. Không truy cầu thì sẽ không khởi ý niệm dâm dục. Dâm dục là do mình mong cầu. Con gái mong con trai, con trai mong con gái. Nếu không có sở cầu thì làm sao có ý niệm tà dâm? Thứ tư, người Phật tử thuần thành không ích kỷ. Không ích kỷ sẽ giúp mình không nói láo. Mình nói dối vì sợ mất đi lợi ích riêng của mình, nên tâm ích kỷ mới tác quái được. Từ đó mình cam tâm đi lừa dối người khác, nói lời dối trá, muốn người khác không biết được bộ mặt thật của mình. Thứ năm, người Phật tử thuần thành không truy cầu tư lợi. Không truy cầu tư lợi sẽ giúp mình có cơ hội phát triển lòng vị tha nhiều hơn. Thứ sáu, người Phật tử thuần thành không uống những chất cay độc. Không uống những chất cay độc là không phạm tửu giới. Con người vì sao uống rượu? Vì muốn hưởng thụ, muốn thân thể mình sung sướng. Nhưng về lâu về dài thì sự sung sướng tạm thời ấy sẽ làm tâm mình mê loạn, khủng hoảng. Khi đã say rượu thì lại chửi rủa người khác, muốn làm gì thì làm, tăng trưởng thêm lòng dâm dục.

Trong thời Đức Phật còn tại thế, Ngài đã đề nghị năm điều ích lợi thực tiễn cho hành giả tại gia. Thứ nhất là cố tạo những tư tưởng tốt, trái nghịch với loại tư tưởng trở ngại, như khi bị lòng sân hận làm trở ngại thì nên tạo tâm từ. Thứ nhì là suy niệm về những hậu quả xấu có thể xảy ra, như nghĩ rằng sân hận có thể đưa đến tội lỗi, sát nhân, vân

vân...Thứ ba là không để ý, cố quên lãng những tư tưởng xấu xa ấy. Thứ tư là đi ngược dòng tư tưởng, phăng lên, tìm hiểu do đâu tư tưởng ô nhiễm ấy phát sanh, và như vậy, trong tiến trình ngược chiều ấy, hành giả quên dần điều xấu. Thứ năm là gián tiếp vận dụng năng lực vật chất. Ngoài ra, Đức Phật cũng dạy: “Thi ân bất cầu báo, còn cầu báo là thi ân có mưu đồ và sự thi ân như vậy sẽ đưa tới ham muốn danh lợi.” Tuy nhiên, trong bất cứ xã hội nào, biết ơn là một đức tính quý báu, và người Phật tử nên luôn ghi nhớ lòng tốt và sự giúp đỡ của người khác. Dù Đức Phật bảo người bố thí đừng mong cầu được báo đáp, nhưng Ngài luôn xem sự biết ơn là một đại phúc, một phẩm hạnh cao tột mà Phật tử cần nên phát triển. Ngoài ra, người Phật tử thuần thành nên tu tập cả thân lẫn tâm. Thân tu tâm chẳng tu nghĩa là có một số người muốn có hình tướng tu hành bằng cách cạo tóc nhuộm áo để trở thành Tăng hay Ni, nhưng tâm không tìm cầu giác ngộ, mà chỉ cầu danh, cầu lợi, cầu tài, vân vân như thường tình thế tục. Tu hành theo kiểu này là hoàn toàn trái ngược với những lời giáo huấn của Đức Phật, và tốt hơn hết là nên tiếp tục sống đời cư sĩ tại gia. Người Phật tử thuần thành phải luôn hiếu kính mẹ cha không chỉ có nghĩa là không làm cho các người khổ đau phiền não, mà còn phải cố gắng làm cho các người được sung sướng hạnh phúc. Vì thế hiếu kính cha mẹ là phải tỏ lòng từ bi với các người, không nhứt thiết là phải vâng lời trong mọi trường hợp. Hiếu kính cha mẹ cũng còn có nghĩa là cố gắng hướng dẫn cha mẹ đi trên con đường đạo đức. Đức Phật dạy khi mình hiếu kính mẹ cha cũng có nghĩa là mình hiếu kính với chúng sanh vạn loài, vì trong vòng sanh tử không gián đoạn, tất cả chúng sanh đã từng một thời là mẹ là cha của mình. Vì thế Đức Phật dạy: “Trước khi gia nhập Giáo đoàn, chư Tăng Ni nên quỳ lạy cha mẹ để tỏ lòng biết ơn một lần chót, rồi sau đó không bao giờ lạy các người nữa.” Làm một Phật tử thuần thành, bạn phải có hạnh kiểm thích hợp của một người con Phật chơn thuần. Bạn phải luôn hành xử theo những lời Phật dạy. Làm được như vậy chẳng những bạn trở thành một con người cao thượng, đạt được hạnh phúc ngay trong đời này, mà còn có thể bạn sẽ rời khỏi cõi này không chút sợ sệt vì bạn không phạm phải lỗi lầm nào.

Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng chư Phật và chư Bồ Tát luôn gia hộ cho chúng ta trên bước đường tu tập. Chư Phật và chư Bồ Tát khuyến hạnh những tín đồ, giúp họ xa lìa tham, sân, si, bảo vệ họ chống lại những ma quỷ và những người có thể quấy nhiễu những sự tu

tập về tâm linh. Chư Phật và chư Bồ Tát ban cho những lợi lộc vật chất. Chư Phật và chư Bồ Tát vì lòng từ bi vô lượng, dĩ nhiên, và một cách nào đó, chắc chắn sẽ quan tâm đến những lời cầu xin của tín đồ mình, bảo vệ số phận trần gian của họ, ngăn ngừa những tai ương. Quán Thế Âm chẳng hạn, bảo vệ thương nhân khỏi nạn trộm cướp, thủy thủ khỏi đắm thuyền, những kẻ phạm tội khỏi bị hành hình. Nhờ Ngài mà những thiếu phụ có những đứa con mà họ mong ước. Người ta chỉ cần nghĩ tới Ngài Quán Thế Âm, lửa sẽ tắt, gươm giáo sẽ gãy vụn, quân thù sẽ trở nên nhân ái, xiềng xích sẽ tan biến, những lời nguyện rửa sẽ trở về lại nơi xuất phát, ác thú tìm đường trốn tránh, rắn rết hết nọc độc. Khía cạnh này của đạo Phật thường được dùng để trấn an những kẻ sơ cơ gặp cơn hoạn nạn mà thôi. Chư Phật và chư Bồ Tát cung cấp những điều kiện thuận lợi cho chúng sanh đạt tới giác ngộ và giải thoát cho chư Phật tử. Cuối cùng, Phật tử thuần thành luôn xem chư Phật và chư Bồ Tát là những đối tượng của ước vọng yêu thương cho các tín đồ.

Trong Kinh Tăng Nhứt A Hàm, Đức Phật đã giảng về bốn loại hạnh phúc của người cư sĩ. Thứ nhất là hạnh phúc có được vật sở hữu. Hạnh phúc của người có vật sở hữu nhờ sự nỗ lực cố gắng, nhờ sức lực của chân tay và mồ hôi, sở hữu một cách hợp pháp. Khi nghĩ như vậy, người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc có được vật sở hữu. Thứ nhì là hạnh phúc được có tài sản. Người kia tạo nên tài sản do nơi cố gắng nỗ lực. Bây giờ chính mình thọ hưởng tài sản ấy, hoặc dùng nó để gieo duyên tạo phước. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc có được tài sản. Thứ ba là hạnh phúc không nợ nần. Người kia không thiếu ai món nợ lớn nhỏ nào. Khi nghĩ như vậy người kia cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc không mang nợ. Thứ tư là hạnh phúc không bị khiển trách. Bậc Thánh nhân không bị khiển trách về thân khẩu ý. Khi nghĩ như vậy, người ấy cảm thấy thỏa thích và mãn nguyện. Đó là hạnh phúc không bị khiển trách. Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 37, Đức Phật dạy: “Đệ tử ta tuy xa ta nghìn dặm, mà luôn nghĩ đến và thực hành giới pháp của ta thì chắc chắn sẽ chứng được đạo quả. Ngược lại, kẻ ở gần bên ta, tuy thường gặp mà không thực hành theo giới pháp của ta, cuối cùng vẫn không chứng được đạo.” Cũng theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Chương 27, Đức Phật dạy: “Người thực hành theo đạo như khúc gỗ nổi và trôi theo dòng nước. Nếu không bị người ta vớt, không bị quỷ thần ngăn trở, không bị nước xoáy làm cho dừng lại, và không bị hư nát, ta đảm bảo rằng khúc cây ấy sẽ ra đến biển. Người học đạo nếu không bị tình dục mê hoặc, không bị tà kiến làm rối loạn, tinh tấn tu tập đạo giải thoát, ta bảo đảm người ấy sẽ đắc Đạo.”



## *Chương Sáu Mười Hai*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Biết Đời Sống Giới Luật Và Sự Tu Hành Của Một Vị Bồ Tát Tại Gia*

Đạo Phật không bao giờ tự tách mình ra khỏi đời sống thế tục. Ngược lại, Đức Phật luôn nhắc nhở tứ chúng, Tỳ Kheo, Tỳ Kheo Ni, ưu bà tắc và ưu bà di, luôn sống đời cao đẹp đúng nghĩa nhất, luôn thụ hưởng những phần lợi lạc nhất trong đời. Tuy nhiên, những phần lợi lạc trong đời sống theo đạo Phật không nên được hiểu là khoái lạc vật chất, mà là hạnh phúc thanh thản và an vui trong tinh thần. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng quả thật chúng ta phải nghiên cứu giáo lý nhà Phật, nhưng việc chính yếu ở đây là chúng ta phải hằng sống với những giáo lý ấy trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Làm được như vậy, chúng ta đang thực sự là đệ tử của đạo Phật sống, ví bằng ngược lại, chúng ta chỉ ôm cái xác của đạo Phật chết mà thôi. Theo Kinh Hoa Nghiêm, có hai sắc thái của đời sống Phật tử.

Mọi người đều hy vọng rằng một ngày nào đó những ước nguyện của họ sẽ được thành tựu. Hy vọng tự nó không có gì sai trái vì hy vọng giúp con người cố gắng vươn lên tới những hoàn cảnh tốt đẹp hơn. Tuy nhiên, khi con người bắt đầu mong muốn mọi việc đều được như ý mình, họ sẽ gặp phiền muộn khi sự việc không xảy ra đúng như ý họ muốn. Chính vì vậy mà Đức Phật dạy: “Cầu bất đắc khổ,” tức là những mong cầu không toại nguyện gây nên đau khổ, đây là một trong bát khổ. Và cũng chính vì vậy mà Đức Phật khuyên mọi người nên thiếu dục tri túc. Thiếu dục là có ít dục lạc; tri túc là biết đủ. Thiếu dục tri túc là ít ham muốn mà thường hay biết đủ. Tri túc là bằng lòng với những điều kiện sinh hoạt vật chất tạm đủ để sống mạnh khỏe tiến tu. Tri túc là một phương pháp hữu hiệu nhất để phá lưới tham dục, để đạt được sự thanh thoi của thân tâm và hoàn thành mục tiêu tối hậu của sự nghiệp tu tập.

Có một số người nhìn đời bằng bi quan thống khổ thì họ lại bỏ qua những cảm giác bất toại với cuộc đời, nhưng khi họ bắt đầu bỏ qua cuộc sống vô vọng này để thử tìm lối thoát cho mình bằng cách ép xác khổ hạnh, thì họ lại đáng kinh tởm hơn. Nhiều người cho rằng đạo Phật bi quan yếm thế vì quan điểm đặc sắc của nó cho rằng thế gian này không có gì ngoài sự đau khổ, cho đến hạnh phúc rồi cũng phải kết

cuộc trong đau khổ. Thật là sai lầm khi nghĩ như vậy. Đạo Phật cho rằng cuộc sống hiện tại vừa có hạnh phúc vừa có khổ đau, vì nếu ai nghĩ rằng cuộc đời chỉ toàn là hạnh phúc thì kẻ đó sẽ phải khổ đau một khi cái gọi là hạnh phúc chấm dứt. Đức Phật cho rằng Hạnh phúc và khổ đau lồng nhau trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta. Nếu ai không biết rằng hạnh phúc là mầm của đau khổ, kẻ đó sẽ vô cùng chán nản khi đau khổ hiện đến. Vì thế mà Đức Phật dạy rằng chúng ta nên nhận thức đau khổ là đau khổ, chấp nhận nó như thực kiến và tìm cách chống lại nó. Từ đó mà Ngài nhấn mạnh đến chuyên cần, tinh tấn và nhẫn nhục, mà nhẫn nhục là một trong lục độ Ba La Mật. Nói tóm lại, theo quan điểm Phật giáo, đời có khổ có vui, nhưng ta không được chán nản bi quan khi đau khổ ập đến, cũng như không được trụy lạc khi hạnh phúc đến tay. Cả hai thứ khổ vui đều phải được chúng ta đón nhận trong dè dặt vì hiểu rằng đau khổ nằm ngay trong hạnh phúc. Từ sự hiểu biết này, người con Phật chơn thuần quyết tinh tấn tu tập để biến khổ vui trần thế thành một niềm an lạc siêu việt và miên viễn, nghĩa là lúc nào chúng ta cũng thoát khỏi mọi hệ lụy của vui và khổ. Chúng đến rồi đi một cách tự nhiên. Chúng ta lúc nào cũng sống một cuộc sống không lo, không phiền, không nã, vì chúng ta biết chắc rằng mọi việc rồi sẽ qua đi. Quan điểm của Phật giáo đối với bi quan và lạc quan rất sáng tỏ: Phật giáo không bi quan mà cũng chẳng lạc quan về cuộc sống con người. Hai thái cực lạc quan và bi quan đều bị chặn đứng bởi học thuyết trung đạo của Phật giáo.

Tại các xứ theo Theravada, “Pirit” là một từ thông dụng trong ngôn ngữ Nam Phạn dùng để chỉ sự hộ trì của Phật tử tại gia, trong đó xem việc trì tụng kinh văn Phật giáo như là một cách phát khởi công đức. Thường thường người tại gia hay cúng dường chư Tăng nào trì tụng kinh điển, tin tưởng rằng sinh hoạt này có phước đức cho cả hai bằng cách hộ trì chư Tăng và làm cho kinh điển được trì tụng. Người ta tin rằng sinh hoạt này giúp những ai muốn tích lũy công đức góp phần cho việc tái sinh vào một cõi tốt hơn, và người ta cũng nghĩ rằng việc này sẽ mang lại lợi lạc cho ngay kiếp sống hiện tại. Hình thức thông dụng nhất của việc hộ trì là một nhóm chư Tăng cùng trì tụng công phu khuya, rồi hồi hướng công đức ấy đến tất cả chúng sanh mọi loài. Một cuộc sống xứng đáng, theo quan điểm của Phật giáo Đại Thừa, không phải là chỉ trải qua một cuộc sống bình an, tĩnh lặng mà chính là sự sáng tạo một cái gì tốt đẹp. Khi một người nỗ lực trở thành một người

tốt hơn do tu tập thì sự tận lực này là sự sáng tạo về điều tốt. Khi người ấy làm điều gì lợi ích của người khác thì đây là sự sáng tạo một tiêu chuẩn cao hơn của sự thiện lành. Các nghệ thuật là sự sáng tạo về cái đẹp, và tất cả các nghiệp vụ lương thiện đều là sự sáng tạo nhiều loại năng lực có ích lợi cho xã hội. Sự sáng tạo chắc chắn cũng mang theo với nó sự đau khổ, khó khăn. Tuy nhiên, người ta nhận thấy cuộc đời đáng sống khi người ta nỗ lực vì điều gì thiện lành. Một người nỗ lực để trở nên một người tốt hơn một chút và làm lợi ích cho người khác nhiều hơn một chút, nhờ sự nỗ lực tích cực như thế chúng ta có thể cảm thấy niềm vui sâu xa trong đời người.

Phật giáo có một quan điểm hết sức đặc biệt về “hình tướng bên ngoài hay thế giới nội tâm”. Để có thể có được sự hiểu biết về thế giới bên trong, có lẽ kiến thức khoa học sẽ không giúp ích gì được cho chúng ta. Sự thật cùng tột này không thể nào tìm thấy được trong lãnh vực khoa học. Đối với các nhà khoa học thì tri thức là điều gì đó ngày càng trói chặt họ vào kiếp sinh tồn này. Do vậy tri thức đó không phải là tri kiến giải thoát. Ngược lại, đối với người nhìn cuộc đời và tất cả những gì liên quan đến cuộc đời này đúng theo thực chất của chúng, mối quan tâm chính của họ về cuộc sống này không phải là suy diễn mộng lung hay chu du vào những vùng hoang ảo của trí tưởng tượng vô ích, mà làm sao để đạt đến chân hạnh phúc và giải thoát khỏi những khổ đau hay bất toại nguyện. Đối với họ chân tri kiến tùy thuộc vào câu hỏi “sự học này có hợp với thực tế hay không? Nó có hữu ích cho chúng ta trong cuộc chinh phục chân an lạc và tĩnh lặng nội tâm hay không? Nó có đạt đến chân hạnh phúc hay không?” Để hiểu được thế gian bên trong này chúng ta cần phải có sự hướng dẫn, sự chỉ dẫn của một bậc toàn tri có đầy đủ khả năng và chân thật, một bậc mà trí và minh của họ đã thể nhập được vào những phần sâu kín nhất của cuộc đời và nhận ra bản chất thật sự nằm trong mọi hiện tượng. Vị ấy phải đích thực là một triết gia, một khoa học gia chân chính có thể nắm bắt trọn vẹn ý nghĩa của những đổi thay vô thường và đã biến sự hiểu biết này thành sự chứng đắc những sự thật thâm sâu nhất mà con người không thể dò được, những sự thật của tam tướng (Tilakkhana): Vô thường, khổ và Vô Ngã. Những khổn khổ của cuộc sống không còn làm cho vị ấy bối rối hoặc những điều phù du không còn làm cho vị ấy xúc động nữa. Đối với vị ấy, một quan niệm mơ hồ về mọi hiện tượng là điều không thể có, vì vị ấy đã vượt qua mọi khả năng có thể gây ra

lầm lỗi nhờ vào sự vô nhiễm hoàn toàn, sự vô nhiễm mà chỉ có thể phát sanh từ trí tuệ nội quán (Vipassananana). Người tu Đạo phải bỏ lại sau lưng mọi thứ, phải y theo chánh tri chánh kiến, coi đó là mẫu mực để tinh tấn thực tập. Lúc tu là lúc “liạ tướng ngôn thuyết”, bởi không còn gì để nói ra nữa; cũng là lúc “liạ tướng tâm duyên” vì không còn duyên nào để tâm theo đuổi cả; “liạ tướng văn tự” vì không còn chữ nghĩa gì để diễn tả ra. Nếu đã không nói được ra, thì có thứ gì để ghi nhớ, còn thứ gì để chúng ta không buông bỏ được, hay còn gì nữa để chúng ta quan tâm? Phật tử chơn thuần hãy dụng công thâm sâu như vậy, thay vì chỉ tu hời hợt bề ngoài chẳng có lợi ích gì.

Tại gia Bồ Tát là những Phật tử thuần thành, đã quy y Tam Bảo. Ngoài việc thọ trì năm giới căn bản, những tại gia Bồ Tát còn thọ trì thêm sáu giới trọng và hai mươi tám giới khinh. Sáu giới trọng là sáu giới rất quan trọng của tại gia Bồ Tát vì nhờ trì giữ những giới này có thể giúp họ chứng được những Thánh quả. **Sáu Giới Trọng: Thứ nhất là giới giết hại:** Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, ngay đến loài trùng kiến, cũng không được giết hại. Nếu phạm giới giết hại, hoặc bảo người giết, hoặc tự mình giết, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú uế, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. **Thứ nhì là giới trộm cắp:** Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, ngay đến một đồng xu, cũng không được trộm cắp. Nếu phạm giới trộm cắp, hoặc bảo người trộm cắp, hoặc tự mình trộm cắp, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú uế, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. **Thứ ba là giới vọng ngữ:** Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không được vọng ngữ: “Tôi đã chứng được pháp quán bất tịnh,” hoặc “Tôi đã chứng được thánh quả A na hàm,” vân vân... Nếu phạm giới vọng ngữ, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hưởng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú uế, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. **Thứ tư là giới tà dâm:** Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không được tà dâm. Nếu phạm giới tà dâm, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong

hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hướng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ năm là giới rao nói tội lỗi của tứ chúng:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không rao nói tội lỗi của tứ chúng: tỳ kheo, tỳ kheo ni, ưu bà tắc và ưu bà di. Nếu phạm giới rao nói lỗi của tứ chúng sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hướng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược. *Thứ sáu là giới bán rượu:* Chư Phật tử! Sau khi thọ Bồ Tát tại gia, dù cho mất thân mạng, cũng không được bán rượu. Nếu phạm giới bán rượu, sẽ lập tức mất giới Bồ Tát; trong hiện đời, không thể chứng được noãn pháp, hướng hồ là Thánh quả Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm. Kẻ đó là Bồ Tát phá giới, Bồ Tát xú ố, Bồ Tát cấu ô, Bồ Tát Chiên Đà La, Bồ Tát bị triền phược.

***Bên cạnh sáu giới trong còn có hai mươi tám giới khinh:*** Những giới này giúp cho chư Bồ Tát Tại Gia vun bồi giới hạnh trong cuộc tu hành hằng ngày. *Thứ nhất* là giới không cúng dường cha mẹ và sư trưởng. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, không cúng dường cha mẹ và sư trưởng, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ nhì* là giới uống rượu. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, ham mê uống rượu, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ ba* là giới không chăm sóc người bệnh. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, gặp người bệnh khổ, sinh khởi ác tâm, bỏ phế không chăm sóc, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ tư* là giới không bố thí cho người đến xin. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, thấy người đến xin, không tùy sức mình mà bố thí ít nhiều, để cho người đến xin ra về tay không, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ năm* là giới không chào hỏi lễ lạy các bậc tôn trưởng. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, gặp các vị tỳ kheo, tỳ kheo ni, hoặc các vị Bồ Tát tại gia thọ giới trước, không đứng dậy tiếp đón lễ lạy, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu

không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ sáu* là giới khinh mạn người phá giới. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, thấy tỳ kheo, tỳ kheo ni, ưu bà tắc hay ưu bà di phạm giới, bèn sinh tâm kiêu mạn, cho rằng mình hơn họ, họ không bằng mình, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ bảy* là giới không thọ sáu ngày bát quan trai giới mỗi tháng. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, không thọ sáu ngày bát quan trai giới mỗi tháng, không cúng dường Tam Bảo, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ tám* là giới không đi nghe Pháp. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, trong vòng 12 cây số có chỗ giảng kinh thuyết pháp mà không đến nghe, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ chín* là giới thọ dụng đồ dùng của chư Tăng. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, thọ dụng đồ dùng của chư Tăng như ngọa cụ, giường, ghế, v.v., thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười* là giới uống nước có trùng. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nghi nước có trùng mà vẫn cố ý uống, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười một* là giới đi một mình trong chỗ nguy hiểm. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, đi một mình trong chỗ nguy hiểm, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười hai* là giới một mình ngủ đêm tại chùa của chư Tăng Ni. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, một mình ngủ đêm tại chùa của chư Tăng Ni, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười ba* là giới vì cửa đánh người. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, vì tiền của mà đánh đập hay chửi rủa tôi tớ, hoặc người ngoài, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười bốn* là giới bố thí thức ăn thừa cho tứ chúng. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ

giới, đem thức ăn thừa bố thí cho tứ chúng, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười lăm* là giới nuôi mèo và chồn. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nuôi mèo và chồn, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười sáu* là giới nuôi súc vật. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nuôi dưỡng voi, ngựa, trâu, dê, lạc đà, hoặc cá loại súc vật khác, không chịu tịnh thí cho người chưa thọ giới, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười bảy* là giới không chứa sẵn ba y, bình bát, và tích trữ. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, không chứa sẵn ba y, bình bát, và tích trữ để cúng dường chúng Tăng, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười tám* là giới không lựa chỗ nước sạch, đất cao ráo để trồng trọt. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, làm nghề canh tác sinh sống, nếu không lựa chỗ nước sạch, đất cao ráo để trồng trọt, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ mười chín* là giới buôn bán không chân chánh. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, làm nghề mua bán: lúc bán hàng, một khi đã đồng ý giá cả, không được lật lọng, đem bán cho kẻ trả giá cao hơn; lúc mua hàng, nếu thấy người bán cân lường gian lận, phải nói lỗi họ, để họ sửa đổi. Nếu không làm như thế, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi* là giới hành dâm không đúng thời đúng chỗ. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, hành dâm không đúng thời đúng chỗ, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi một* là giới gian lận thuế. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, làm nghề thương mại, công nghiệp, v.v., không chịu nộp thuế, hoặc khai thuế gian lận, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi hai* là giới vi phạm luật pháp quốc gia. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, vi phạm luật pháp

quốc gia, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi ba* là giới được thực phẩm mới mà không dâng cúng Tam Bảo trước. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, lúc lúa, trái cây, rau cải được mùa, không dâng cúng Tam Bảo trước, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi bốn* là giới không được phép của Tăng già mà thuyết pháp. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, Tăng già không cho thuyết pháp mà vẫn cứ thuyết, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi lăm* là giới đi trước năm chúng xuất gia. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, ra đường đi trước các tỳ kheo, tỳ kheo ni, sa di và sa di ni, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi sáu* là giới phân phối thức ăn cho chư Tăng không đồng đều. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, trong lúc phân phối thức ăn cho chư Tăng, sinh tâm thiên vị, lựa những món ngon, nhiều hơn phần của người khác, để cúng dường thầy mình, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi bảy* là giới nuôi tằm. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, nuôi tằm lấy tơ, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi. *Thứ hai mươi tám* là giới đi đường gặp người bệnh không chăm sóc. Chư Phật tử! Đức Phật đã dạy: Nếu Bồ Tát tại gia, sau khi thọ giới, đi đường gặp người bệnh, không tìm phương tiện chăm sóc, hoặc gửi gắm cho người khác chăm sóc, thì phạm vào tội sơ ý. Nếu không khởi tâm sám hối, sẽ bị đọa lạc. Đó là kẻ nhiễm ô, tạo nghiệp sinh tử luân hồi.

Nhằm giúp cho người tại gia vượt qua những tâm thái nhiễu loạn và chấm dứt phạm phải những hành vi tổn hại, Đức Phật đã ban hành năm giới. Trong một nghi thức ngắn, một vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni có thể cử hành nghi thức truyền giới, người tại gia có thể quy-y Tam Bảo và trở thành cận sự nam hay cận sự nữ. Trong khi cử hành nghi lễ, vài vị thầy chỉ nói đến giới thứ nhất là không sát sanh, và để cho Phật tử tại gia tự quyết định thọ hay không thọ bất cứ giới nào trong bốn



giới còn lại. Vài vị thầy khác có thể cho thọ cùng một lúc năm giới trong buổi lễ quy-y. Phật tử tại gia có thể thọ bát quan trai giới trong vòng 24 giờ mỗi tháng. Nhiều người thích thọ bát quan trai trong ngày đầu tháng, ngày trăng tròn (rằm), ngày 30, hay trong những ngày lễ hội Phật giáo, dù rằng họ có thể thọ bát quan trai trong bất cứ ngày nào. Năm giới đầu tiên của tám giới giống như ngũ giới, trừ giới không tà dâm biến thành giới không dâm dục, vì tám giới này được giữ chỉ trong một ngày mà thôi. Tại Thái Lan và Cam Bốt có tục lệ là hầu hết những thanh niên đều trở thành những nhà sư thọ giới Sa Di trong vòng ba tháng, ít nhất là một lần trong đời. Thường thì họ làm như vậy khi họ sắp sửa bước vào đời. Việc này tạo cho họ một nền tảng đạo đức nghiêm trang và cũng là điều kiết tường (điều tốt) cho gia đình. Vào ngày cuối của ba tháng xuất gia, những vị này sẽ hoàn trả lại giới điều và trở về đời sống thế tục của gia đình.

Nói về tư tưởng của người tại gia trên bước đường tu tập, theo Kinh Satipatthana, Đức Phật đã trình bày sự tỉnh thức về con đường giác ngộ. Nơi đây đối tượng tinh thần được chú tâm thẩm tra và quan sát khi chúng phát sinh trong tâm. Nhiệm vụ ở đây là tỉnh thức về những tư tưởng sinh diệt trong tâm. Bạn sẽ từ từ hiểu rõ bản chất của những tư tưởng. Bạn phải biết cách làm sao sử dụng những tư tưởng thiện và tránh cái nguy hiểm của những tư tưởng có hại. Muốn thanh tịnh tâm thì tư tưởng của bạn lúc nào cũng cần được kiểm soát. Về phương cách tỉnh thức về những tư tưởng, Đức Phật dạy: “Ngồi một mình tập trung tâm vào những tư tưởng. Quan sát những tư tưởng thiện và ảnh hưởng tinh thần của chúng. Quan sát những tư tưởng có hại và thấy chúng làm tinh thần xáo trộn thế nào. Đừng cố ý cưỡng lại những tư tưởng, vì càng cưỡng lại bạn càng phải chạy theo. Hãy quan sát những tư tưởng một cách vô tư và tạo cơ hội để vượt qua chúng. Sự chuyển động vượt qua tư tưởng và kiến thức mang lại an lạc, hòa hợp và hạnh phúc. Chỉ quan sát những tư tưởng, từ từ bạn sẽ hiểu được cách kiểm soát những tư tưởng tội lỗi và khuyến khích các tư tưởng thiện. Trong sinh hoạt hằng ngày, cố gắng quan sát tiến trình suy nghĩ của bạn. Chỉ quan sát chứ đừng đồng nhất với tiến trình.” Làm được những điều này, các bạn sẽ trải nghiệm một niềm hạnh phúc và an lạc triền miên nơi nội tâm các bạn dù các bạn đang sống trong một xã hội đầy bất trắc với vô vàn khổ đau phiền não. Chuyển hóa tâm thức là một trong các phương pháp tu tập có thể giúp người tại gia đạt được an lạc, tỉnh thức, và giải

thoát hay giác ngộ ngay trong đời này kiếp này. Đây là cách giúp chúng ta sống từng giây từng phút một cách viên mãn, thí dụ như khi chúng ta rửa chén đĩa hay giặt quần áo, chúng ta có thể tâm niệm ‘Ta nguyện giúp cho mọi người có được tâm thức thanh tịnh, không còn những tâm thái nhiễu loạn u mê.’

Theo Sư Đại Ấn, một danh Tăng Ấn Độ: “Ý như con ngựa, hãy để cho nó đi tự do như chim bồ câu được thả ra từ một chiếc tàu ở giữa đại dương vô tận. Vì cũng giống như con chim không tìm thấy ra nơi nào để đậu trừ phi nó trở lại chiếc tàu, ý cũng không có nơi nào để đi khác hơn là trở về với nguồn gốc của chúng.” Chính vì thế mà Ngài đã viết bài kệ về Ý như sau:

Mây trôi trên bầu trời không có gốc rễ.  
 Chúng không có nơi cư trú.  
 Những ý nghĩ trôi nổi trong trí cũng vậy  
 Khi chúng ta thấy bản chất của tâm,  
 Mọi sự phân biệt đều chấm dứt.

Tu hành trong Phật giáo là thực hành những giáo pháp của Đức Phật trên căn bản liên tục và đều đặn. Tu tập trong Phật giáo cũng có nghĩa là trưởng dưỡng Bồ Đề bằng cách tu tập giới, định, tuệ. Như vậy tu tập trong Phật giáo không chỉ thuần là ngồi thiền hay niệm Phật, mà nó bao gồm cả việc tu tập lục ba la mật, thập ba la mật, hay ba mươi bảy phẩm trợ đạo, vân vân. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng thời gian rất ư là quý báu. Một tắc thời gian là một tắc mạng sống, chớ nên để cho thời gian trôi qua một cách lãng phí. Có người nghĩ rằng: “Hôm nay khoan hẳn tu, chờ đến ngày mai rồi hãy tu.” Nhưng khi ngày mai đến thì họ lại hẹn lần hẹn lượt đến ngày mai nữa, rồi ngày mai nữa, hẹn mãi cho đến lúc đầu bạc, răng long, mắt mờ, tai điếc. Lúc đó đâu có muốn tu đi nữa thì thân thể cũng đã rã rời, chẳng còn linh hoạt, thân nào còn có nghe mình nữa đâu. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng chúng ta sống trên đời này nào khác chi cá nằm trong vũng nước nhỏ, chẳng bao lâu sau, nước sẽ cạn, rồi mình sẽ ra sao? Bởi thế cổ đức có dạy: “Một ngày trôi qua, mạng ta giảm dần. Như cá trong nước, thử hỏi có gì mà vui sướng? Hãy siêng năng tinh tấn tu hành, như lửa đốt đầu. Chỉ nhớ vô thường, đừng có buông lung.” Từ vô lượng kiếp, chúng ta không có cơ may gặp được Phật Pháp nên không biết làm sao tu hành, nên hết sanh rồi lại tử, hết tử rồi lại sanh. Thật đáng thương làm sao! Hôm nay chúng ta có duyên may, gặp được Phật Pháp, thế mà chúng

ta vẫn còn chần chờ chẳng chịu tu. Quý vị ơi! Thời gian không chờ đợi ai, thoáng một cái là thân ta đã già, mạng ta rồi sẽ kết thúc.

Pháp môn tu Đạo thì có đến tám mươi bốn ngàn thứ. Nói về hiểu biết thì thứ nào chúng ta cũng nên hiểu biết, chớ đừng tự hạn hẹp mình trong một thứ mà thôi. Tuy nhiên, nói về tu tập thì chúng ta nên tập trung vào pháp môn nào thích hợp với chúng ta nhất. Tu có nghĩa là tu tập hay thực tập những lời giáo huấn của Đức Phật, bằng cách tụng kinh sáng chiều, bằng ăn chay học kinh và giữ giới; tuy nhiên những yếu tố quan trọng nhất trong “thực tu” là sửa tánh, là loại trừ những thói hư tật xấu, là từ bi hỷ xả, là xây dựng đạo hạnh. Trong khi tụng kinh ta phải hiểu lý kinh. Hơn thế nữa, chúng ta nên thực tập thiền quán mỗi ngày để có được tuệ giác Phật. Với Phật tử tại gia, tu là sửa đổi tâm tánh, làm lành lánh dữ. Theo Tổ Bồ Đề Đạt Ma, đây là một trong bốn hạnh của Thiền giả. Người tu hành khi gặp cảnh khổ nên tự nghĩ như vậy: “Ta từ bao kiếp trước buông lung không chịu tu hành, nặng lòng thương ghét, gây tổn hại không cùng. Đời nay tuy ta không phạm lỗi, nhưng nghiệp dữ đã gieo từ trước nay kết trái chín, điều ấy nào phải do trời hoặc người tạo ra đâu, vậy ta đành nhẫn nhục chịu khổ, đừng nên oán trách chi ai. Như kinh đã nói ‘gặp khổ không buồn.’ Vì sao vậy? Vì đã thấu suốt luật nhân quả vậy. Đây gọi là hạnh trả oán để tiến bước trên đường tu tập.”

Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Chuyên làm những việc không đáng làm, nhác tu những điều cần tu, bỏ việc lành mà chạy theo dục lạc, người như thế dù có hăm mộ kẻ khác đã cố gắng thành công, cũng chỉ là hăm mộ suông (209).” Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, có một vị sa Môn ban đêm tụng kinh Di Giáo của Đức Phật Ca Diếp, tiếng ông buồn bã như tiếc nuối muốn thối lui. Đức Phật liền hỏi: “Xưa kia khi ở nhà ông thường làm nghề gì?” Ông đáp: “Bạch Thế Tôn, con thích chơi đàn cầm.” Đức Phật hỏi tiếp: “Khi dây đàn chùng thì ông làm sao?” Ông bèn trả lời: “Bạch Thế Tôn, khi dây đàn chùng thì đàn không kêu được.” Phật hỏi lại: “Khi dây đàn căng quá thì ông làm sao?” Ông đáp: “Bạch Thế Tôn, khi đàn căng quá thì mất tiếng.” Phật lại hỏi: “Không căng không chùng thì sao?” Ông đáp: “Bạch Thế Tôn, khi dây không căng không chùng thì tiếng kêu tốt với âm thanh đầy đủ.” Đức Phật bèn dạy: “Người Sa Môn học đạo lại cũng như vậy, tâm lý được quân bình thì mới đắc đạo. Đối với sự **Tu Hành** mà căng thẳng quá, làm cho thân mệt mỏi, khi thân mệt mỏi thì tâm ý sanh phiền não.

Tâm ý đã sanh phiền não thì công hạnh sẽ thối lui. Khi công hạnh đã thối lui thì tội lỗi tăng trưởng. Chỉ có sự thanh tịnh và an lạc, đạo mới không mất được.”

Chúng ta có thể tu tập bi điền”. Thương xót những người nghèo hay cùng khổ, đây là cơ hội cho bố thí. Chúng ta cũng có thể tu tập kính điền. Kính trọng Phật và Hiền Thánh Tăng. Hoặc học nhân điền, hay tu tập phước bằng cách cúng dường những người hãy còn đang tu học. Hoặc vô học nhân điền, hay tu tập phước bằng cách cúng dường cho những người đã hoàn thành tu tập. Theo Thập Trụ Tỳ Bà Sa Luận, có hai lối tu hành. Thứ nhất là “Nan Hành Đạo”. Nan hành đạo là chúng sanh ở cõi đời ngũ trước ác thế này đã trải qua vô lượng đời chư Phật, cầu ngôi A Bệ Bạt Trí, thật là rất khó được. Nỗ lực này nhiều vô số như cát bụi, nói không thể xiết; tuy nhiên, đại loại có năm điều: ngoại đạo đầy đầy làm loạn Bồ Tát pháp; bị người ác hay kẻ vô lại phá hư thắng đức của mình; dễ bị phước báo thế gian làm điên đảo, có thể khiến hoại mất phạm hạnh; dễ bị lạc vào lối tự lợi của Thanh Văn, làm chướng ngại lòng đại từ đại bi; và bởi duy có tự lực, không tha lực hộ trì, nên sự tu hành rất khó khăn; ví như người què yếu đi bộ một mình rất ư là khó nhọc, một ngày chẳng qua được vài dặm đường. Thứ nhì là “Dị Hành Đạo”. Dị hành đạo là chúng sanh ở cõi này nếu tin lời Phật, tu môn niệm Phật nguyện về Tịnh Độ, tất sẽ nhờ nguyện lực của Phật nhiếp trì, quyết định được vãng sanh không còn nghi. Ví như người nương nhờ sức thuyền xuôi theo dòng nước, tuy đường xa ngàn dặm cũng đến nơi không mấy chốc. Lại ví như người tầm thường nương theo luân bảo của Thánh Vương có thể trong một ngày một đêm du hành khắp năm châu thiên hạ; đây không phải do sức mình, mà chính nhờ thế lực của Chuyển Luân Vương. Có kẻ suy theo lý mà cho rằng hạng phàm phu hữu lậu không thể sanh về Tịnh Độ và không thể thấy thân Phật. Nhưng công đức niệm Phật thuộc về vô lậu thiện căn, hạng phàm phu hữu lậu do phát tâm Bồ Đề cầu sanh Tịnh Độ và thường niệm Phật, nên có thể phục diệt phiền não, được vãng sanh, và tùy phần thấy được thô tướng của Phật. Còn bậc Bồ Tát thì cố nhiên được vãng sanh, lại thấy tướng vi diệu của Phật, điều ấy không còn nghi ngờ chi nữa. Cho nên Kinh Hoa Nghiêm nói: “Tất cả các cõi Phật đều bình đẳng nghiêm tịnh, vì chúng sanh hạnh nghiệp khác nhau nên chỗ thấy chẳng đồng nhau.”

## *Chương Sáu Mười Ba*

### *Biết Tu Tập Theo Kinh Thi Ca La Việt*

Tôi nghe như vậy, một thuở nọ Thế Tôn sống trong thành Vương Xá, trong vườn Trúc Lâm. Lúc bấy giờ Thi Ca La Việt, con của một gia chủ dậy sớm, ra khỏi thành Vương Xá, với áo thấm nước, với tóc thấm nước, chấp tay đánh lễ các phương hướng, hướng Đông, hướng Nam, hướng Tây, hướng Bắc, hướng Hạ, và hướng Thượng. Rồi buổi sáng Thế Tôn đắp y, cầm y bát vào thành Vương Xá khát thực. Thế Tôn thấy Thi Ca La Việt, con của gia chủ, dậy sớm, ra khỏi thành Vương Xá, với áo thấm nước, với tóc thấm nước, chấp tay đánh lễ các phương hướng.

Thấy vậy Đức Thế Tôn bèn nói với con của gia chủ Thi Ca La Việt: “Này vị con của gia chủ, vì sao người dậy sớm, ra khỏi thành Vương Xá, với áo thấm ướt, với tóc thấm ướt, chấp tay đánh lễ các phương hướng?”

Thi Ca La Việt đáp: “Bạch Thế Tôn, thân phụ con khi gần chết có dặn con: ‘Này con thân yêu, hãy đánh lễ các phương hướng. Bạch Thế Tôn, con kính tín, cung kính, tôn trọng, đánh lễ lời nói của thân phụ con, buổi sáng dậy sớm, ra khỏi thành Vương Xá, với áo thấm ướt, với tóc thấm ướt, chấp tay đánh lễ các phương hướng. Bạch Thế Tôn, thân phụ con khi gần chết có dặn con: ‘Này con thân yêu, hãy đánh lễ các phương hướng.’ Bạch Thế Tôn, con kính tín, cung kính, tôn trọng, đánh lễ lời nói của thân phụ con, buổi sáng dậy sớm, ra khỏi thành Vương Xá, với áo thấm ướt, với tóc thấm ướt, chấp tay đánh lễ các phương hướng.’”

Đức Phật hỏi: “Này Thi Ca La Việt, con của gia chủ, trong luật pháp của các bậc Thánh, lễ bái sáu phương không phải như vậy.”

Thi Ca La Việt cung kính trả lời Phật: “Bạch Thế Tôn, trong luật pháp của các bậc Thánh, thế nào là lễ bái sáu phương? Lành thay! Xin Ngài hãy giảng dạy pháp ấy cho con.”

Đức Phật nói: “Này gia chủ tử! Hãy nghe và suy nghiệm cho kỹ, ta sẽ giảng.”

Thi Ca La Việt bạch: “Thưa vâng, bạch Thế Tôn.”

Đức Phật nói: “Này gia chủ tử, đối với vị Thánh đệ tử, bốn nghiệp phiền não được diệt trừ, không làm ác nghiệp theo bốn lý do, không

theo sáu nguyên nhân để phung phí tài sản. Vị này từ bỏ mười bốn ác pháp, trở thành vị che chở sáu phương, vị này đã thực hành để chiến thắng hai đời, vị này đã chiến thắng đời này và đời sau. Sau khi thân hoại mạng chung, vị này sanh ở thiện thú, Thiên giới. Thế nào là bốn nghiệp phiền não đã được diệt trừ? Đó là sát sanh, trộm cắp, tà dâm, và nói láo. Đó là bốn nghiệp phiền não đã được diệt trừ. Sát sanh, trộm cắp, nói láo, lấy vợ người; kể trí không tán thán. Những hạnh nghiệp như vậy. Thế nào là không làm ác nghiệp theo bốn lý do? Ác nghiệp làm do tham dục, ác nghiệp làm do sân hận, ác nghiệp làm do ngu si, ác nghiệp làm do sợ hãi. Nay gia chủ tử, vì vị Thánh đệ tử không tham dục, không sân hận, không ngu si, không sợ hãi, nên vị ấy không làm ác nghiệp theo bốn lý do.”

Thiện Thệ thuyết giảng xong, Ngài lại giảng thêm: “Ai phản lại Chánh Pháp, vì tham, sân, bố, si, thanh danh bị sút mẻ, như mặt trăng đêm khuyết. Ai không phản Chánh Pháp, vì tham, sân, bố, si, thanh danh được tròn đủ, như mặt trăng đêm đầy.”

Đức Thế Tôn dạy tiếp: “Thế nào là không theo sáu nguyên nhân phung phí tài sản? Nay gia chủ tử, đây là sáu nguyên nhân phung phí tài sản: đam mê các loại rượu; du hành đường phố phi thời; la cà đình đám hý viện; đam mê cờ bạc; giao du ác hữu; quen thói lười biếng. Nay gia chủ tử, đam mê các loại rượu có sáu nguy hiểm: tài sản hiện tại bị tổn thất; tăng trưởng sự gây gỗ; bệnh tật dễ xâm nhập; thương tổn danh dự; để lộ âm tàng; trí lực tổn hại. Nay gia chủ tử, du hành đường phố phi thời có sáu nguy hiểm: tự mình không được che chở hộ trì; vợ con không được che chở hộ trì; tài sản không được che chở hộ trì; bị tình nghi là tác nhân của ác sự; nạn nhân của các tin đồn thất thiệt; tự rước vào thân nhiều khổ não. Nay gia chủ tử, la cà đình đám hý viện có sáu nguy hiểm: luôn luôn tìm xem chỗ nào có múa; chỗ nào có ca; chỗ nào có nhạc; chỗ nào có tán tụng; chỗ nào có nhạc tay; chỗ nào có trống. Nay gia chủ tử, đam mê cờ bạc có sáu nguy hiểm: kẻ thắng thì sanh thù oán, người bại thì sanh tâm sầu muộn, tài sản hiện tại bị tổn thất, tại hội trường hay trong đại chúng, lời nói không hiệu lực, bằng hữu đồng liêu khinh miệt, vấn đề cưới gả không được tín nhiệm. Vì thế, người đam mê cờ bạc không thể quán xuyên lo lắng được vợ con.

Nay gia chủ tử, thân cận ác hữu có sáu mối nguy hiểm: nguy hiểm của những kẻ cờ bạc, nguy hiểm của những kẻ loạn hành, nguy hiểm

của những kẻ nghiện rượu, nguy hiểm của những kẻ trá ngụy, nguy hiểm của những kẻ lường gạt, và nguy hiểm của những kẻ bạo động. Này gia chủ tử, quen thói lười biếng có sáu nguy hiểm: vì nghĩ rằng trời quá lạnh, nên người ta không chịu làm việc; vì nghĩ rằng trời quá nóng, nên người ta không chịu làm việc; vì nghĩ rằng hãy còn quá sớm nên người ta không chịu làm việc; vì nghĩ rằng đã quá trễ để làm việc; vì nghĩ rằng tôi quá đói nên không thể làm việc; và vì nghĩ rằng quá no để làm việc.

Đấng Thiện Thệ giảng xong, Ngài lại tiếp theo: “Có bạn gọi bạn rượu, có loại bạn chỉ bằng mờ. Bạn gặp lúc thật hữu sự, mới xứng danh bạn bè. Ngủ ngày, thông vợ người, ưa đấu tranh, làm hại. Thân ác hữu, xan tham, sáu sự não hại người. Ác hữu, ác bạn lữ, ác hành, hành ác xứ. Đời này và đời sau, hai đời, người bị hại. Cờ bạc và đàn bà, rượu chè, múa và hát, ngủ ngày, đi phi thời, thân ác hữu, xan tham, sáu sự não hại người. Chơi xúc xắc, uống rượu, theo đuổi đàn bà người, lẽ sống của người khác, thân cận kẻ hạ tiện, không thân cận bậc trí. Người ấy tự héo mòn, như trăng trong mùa khuyết. Rượu chè không tiền của, khao khát, tìm tửu điểm, bị chìm trong nợ nần, như chìm trong bồn nước, mau chóng tự hại mình, như kẻ mất gia đình. Ai quen thói ngủ ngày, thức trọn suốt đêm trường, luôn luôn say sướt mướt, không thể sống gia đình. Ở đây ai hay than: ôi quá lạnh, quá nóng, quá chiều, quá trễ giờ, sẽ bỏ bê công việc, lợi ích điều tốt lành, bị trôi giạt một bên. Ai xem lạnh và nóng, nhẹ nhàng hơn cỏ lau, làm mọi công chuyện mình, hạnh phúc không từ bỏ.”

Này gia chủ tử, có bốn hạng người phải xem không phải bạn, dầu họ tự cho là bạn mình. Người mà vật gì cũng lấy phải được xem không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp người vật gì cũng lấy phải được xem như không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Thứ nhất là loại người gặp bất cứ vật gì cũng lấy. Thứ nhì là loại người cho ít mà xin nhiều. Thứ ba là loại người vì sợ mà làm. Thứ tư là loại người làm vì mưu lợi cho mình. Người chỉ biết nói giỏi phải được xem không phải là bạn, dầu họ tự xem là bạn mình. Này gia chủ tử, có bốn trường hợp người chỉ biết nói giỏi phải được xem như không phải là bạn. Thứ nhất là loại người tỏ lộ thân tình việc đã qua. Thứ nhì là loại người tỏ lộ thân tình việc chưa đến. Thứ ba là loại người mua chuộc cảm tình bằng sáo ngữ. Thứ tư là loại người khi có công việc, tự tỏ sự bất lực của mình.

Người khéo nịnh hót phải được xem không phải là bạn, đầu họ tự xem là bạn mình. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp kẻ nịnh hót phải được xem như không phải là bạn: đồng ý các việc ác, không đồng ý các việc thiện, trước mặt tán thán, sau lưng chỉ trích. Người tiêu pha xa xỉ phải được xem không phải là bạn, đầu họ tự xem là bạn mình. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp người tiêu pha xa xỉ phải được xem như không phải là bạn, đầu họ tự cho là bạn của mình. Thứ nhất là bạn khi mình đam mê các loại rượu. Thứ nhì là bạn khi mình du hành đường phố phi thời. Thứ ba là bạn khi mình la cà đình đám hý viện. Thứ tư là bạn khi mình đam mê cờ bạc. Thiệu Thệ thuyết xong, Ngài dạy tiếp: “Người bạn gì cũng lầy, người bạn chỉ nói giỏi, người nói lời nịnh hót, người tiêu pha xa xỉ. Cả bốn, không phải bạn, biết vậy, người trí tránh, như đường đầy sợ hãi.

Nay gia chủ tử, bốn loại bạn này phải được xem là bạn chân thật. Thứ nhất là người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp, người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật: che chở cho bạn khi bạn vô ý phóng dật, che chở của cải cho bạn khi bạn vô ý phóng dật, là chỗ nương tựa cho bạn khi bạn sợ hãi, và khi bạn có công việc sẽ giúp đỡ của cải cho bạn gấp hai lần những gì bạn thiếu. Thứ nhì là người bạn chung thủy trong khổ cũng như vui phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp người bạn chung thủy trong khổ cũng như trong vui phải được xem là người bạn chân thật: nói cho bạn biết điều bí mật của mình, giữ gìn kín điều bí mật của bạn, không bỏ bạn khi bạn gặp khó khăn, và dám hy sinh thân mạng vì bạn. Thứ ba là người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp, người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là bạn: ngăn chặn bạn không cho làm điều ác, khuyến khích bạn làm điều thiện, cho bạn nghe điều bạn chưa nghe, và cho bạn biết con đường lên cõi chư Thiên. Thứ tư là người bạn có lòng thương tưởng phải được xem là bạn chân thật. Nay gia chủ tử, có bốn trường hợp, người bạn thương tưởng phải được xem là người bạn chân thật: không hoan hỷ khi bạn gặp hoạn nạn, hoan hỷ khi bạn gặp may mắn, ngăn chặn những ai nói xấu bạn, và khuyến khích những ai tán thán bạn.

Đấng Thiệu Thệ thuyết giảng xong, Ngài dạy tiếp: “Bạn sẵn sàng giúp đỡ, chung thủy khổ vui, khuyến khích lợi ích, và có lòng thương tưởng. Biết rõ bốn bạn này, người trí phục vụ họ, như mẹ đối con ruột.



Người trí giữ giới luật, sáng như lửa đôi cao. Người tích trữ tài sản, như củ chỉ con ong. Tài sản được chồng chất, như ụ mối đùn cao. Người cư xử như vậy, chất chứa các tài sản, vừa đủ để lợi ích cho chính gia đình mình. Tài sản cần chia bốn, để kết hợp bạn bè: một phần mình an hưởng, hai phần dành công việc, phần tư, mình để dành, phòng khó khăn hoạn nạn.”

Này gia chủ tử, Thánh đệ tử hộ trì sáu phương như thế nào? Này gia chủ tử, sáu phương này cần được hiểu như sau. Thứ nhất, phương Đông cần được hiểu là cha mẹ. Này gia chủ tử, có năm trường hợp, người con phải phụng dưỡng cha mẹ như phương Đông: được nuôi dưỡng, tôi sẽ nuôi dưỡng lại cha mẹ; tôi sẽ làm bốn phận đối với cha mẹ; tôi sẽ gìn giữ gia đình và truyền thống; tôi bảo vệ tài sản thừa tự; và tôi sẽ làm tang lễ khi cha mẹ qua đời. Này gia chủ tử, được con phụng dưỡng như vậy, cha mẹ có lòng thương tưởng đến con theo năm cách: ngăn chặn con làm điều ác, khuyến khích con làm điều thiện, dạy con nghề nghiệp, cưới vợ xứng đáng cho con, và đúng thời trao của thừa tự cho con. Này gia chủ tử, được con phụng dưỡng như phương Đông theo năm cách như vậy, cha mẹ có lòng thương tưởng đến con theo năm cách. Như vậy phương Đông được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

Phương Nam cần được hiểu là sư trưởng. Này gia chủ tử, có năm cách, đệ tử phụng dưỡng các bậc sư trưởng như phương Nam: đứng dậy để chào, hầu hạ thầy, hăng hái học tập, tự phục vụ thầy, và chú tâm học hỏi nghề nghiệp. Này gia chủ tử, được đệ tử phụng dưỡng như phương Nam theo năm cách như vậy, các bậc sư trưởng có lòng thương tưởng đến các đệ tử theo năm cách: huấn luyện đệ tử những gì mình đã được khéo huấn luyện, dạy cho bảo trì những gì mình được khéo bảo trì, dạy cho thuần thực các nghề nghiệp, khen đệ tử với các bạn bè quen thuộc, và bảo đảm nghề nghiệp cho đệ tử về mọi mặt. Này gia chủ tử, như vậy là bậc sư trưởng được đệ tử phụng dưỡng như phương Nam theo năm cách và sư trưởng có lòng thương tưởng đến đệ tử theo năm cách. Như vậy phương Nam được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

Phương Tây cần được hiểu là vợ con. Này gia chủ tử, có năm cách, người chồng phải đối xử với vợ như phương Tây: kính trọng vợ, không bất kính đối với vợ, trung thành với vợ, giao quyền hành cho vợ, và sắm đồ nữ trang cho vợ. Này gia chủ tử, được chồng đối xử như phương

Tây theo năm cách như vậy, người vợ có lòng thương tưởng chồng theo năm cách: thi hành tốt đẹp bổn phận của mình, khéo tiếp đón bà con, trung thành với chồng, khéo gìn giữ tài sản của chồng, và khéo léo và nhanh nhẹn làm mọi công việc. Đây gia chủ tử, người vợ được người chồng đối xử như phương Tây theo năm cách và người vợ có lòng thương tưởng chồng theo năm cách. Như vậy phương Tây được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

Phương Bắc cần được hiểu là bạn bè. Đây gia chủ tử, có năm cách vị thiện nam tử đối xử với bạn bè như phương Bắc: bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự, và không lường gạt. Đây gia chủ tử, được vị thiện nam tử đối xử như phương Bắc theo năm cách như vậy, bạn bè cũng có lòng thương kính vị thiện nam tử theo năm cách: che chở nếu vị thiện nam tử phóng túng, bảo trì tài sản của vị thiện nam tử nếu vị này phóng túng, trở thành chỗ nương tựa khi vị thiện nam tử gặp nguy hiểm, không tránh xa khi vị thiện nam tử gặp khó khăn, và kính trọng gia đình của vị thiện nam tử. Như vậy các bạn bè được vị thiện nam tử đối xử như phương Bắc theo năm cách, và bạn bè cũng có lòng thương tưởng vị thiện nam tử theo năm cách. Như vậy phương Bắc được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

Phương Dưới cần được hiểu là tôi tớ, lao công. Đây gia chủ tử, có năm cách một vị Thánh chủ nhân đối xử với hạng nô bộc như phương Dưới: giao công việc đúng theo sức của họ, lo cho họ ăn uống và tiền lương, điều trị cho họ khi bệnh hoạn, chia xẻ các mỹ vị đặc biệt cho họ, và thỉnh thoảng cho họ nghỉ phép. Đây gia chủ tử, các hàng nô bộc được Thánh chủ nhân đối xử như phương Dưới với năm cách kia, có lòng thương đối với vị chủ nhân theo năm cách như sau: dậy trước khi chủ thức dậy, đi ngủ sau khi chủ đi ngủ, tự bằng lòng với các vật đã cho, khéo làm các công việc, và đem lại danh tiếng tốt đẹp cho chủ. Đây gia chủ tử, các hàng nô bộc được các vị Thánh chủ nhân đối xử như phương Dưới với năm cách, họ cũng có lòng thương đối với Thánh chủ nhân theo năm cách. Như vậy phương Dưới được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

Phương Trên cần được hiểu là Sa Môn, Bà La Môn. Đây gia chủ tử, có năm cách vị thiện nam tử đối xử với các vị Sa Môn, Bà La Môn như phương Trên: có lòng từ trong hành động về thân, có lòng từ trong hành động về khẩu, có lòng từ trong hành động về ý, mở rộng cửa để đón các vị ấy, và cúng dường các vị ấy các vật dụng cần thiết. Đây gia

chủ tử, các vị Sa Môn, Bà La Môn được vị thiện nam tử đối xử như phượng Trên theo năm cách như vậy, cũng có lòng thương vị thiện nam tử theo năm cách sau đây: ngăn không cho họ làm điều ác, khuyến khích họ làm điều thiện, thương xót họ với tâm từ bi, dạy họ những điều chưa nghe, làm cho thanh tịnh điều đã được nghe, và chỉ bày con đường đưa đến cõi Trời. Nay gia chủ tử, các vị Sa Môn, Bà La Môn được thiện nam tử đối xử như phượng Trên với năm cách, cũng có lòng thương thiện nam tử theo năm cách. Như vậy phượng Trên được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

Đấng Thiện Thệ thuyết giảng xong, Ngài dạy tiếp: “Cha mẹ là phượng Đông, sư trưởng là phượng Nam, vợ chồng là phượng Tây, bạn bè là phượng Bắc, nô bộc là phượng dưới, Sa Môn, Bà La Môn là phượng Trên. Cư sĩ vì gia đình, đánh lễ phượng hướng ấy. Kẻ trí giữ Giới, Luật, từ tốn và biện tài, khiêm nhường và nhu thuận. Nhờ vậy được danh xưng. Dậy sớm không biếng nhác, bất động giữa hiểm nguy, người hiền, không phạm giới. Nhờ vậy được danh xưng. Nhiếp chúng, tạo nên bạn, từ ái, tâm bao dung, dẫn đạo, khuyến hóa đạo. Nhờ vậy được danh xưng. Bố thí và ái ngữ, lợi hành bất cứ ai, đồng sự trong mọi việc. Theo trường hợp xử sự. Chính những nhiếp sự này, khiến thế giới xoay quanh, như bánh xe quay lăn, vòng theo trục xe chính. Nhiếp sự này vắng mặt, không có mẹ hưởng thọ, hay không cha hưởng thọ, sự hiếu kính của con. Do vậy bậc có trí, đối với nhiếp pháp này, như quán sát chấp trì. Nhờ vậy thành vĩ đại, được tán thán, danh xưng.

Khi nghe như vậy, Sigalaka, gia chủ tử liền bạch Thế Tôn: “Thật vi diệu thay, bạch Thế Tôn! Thật vi diệu thay, bạch Thế Tôn! Như người dựng đứng lại những gì bị quăng xuống, phơi bày ra những gì bị che kín, chỉ đường cho người bị lạc hướng, đem đèn sáng vào trong bóng tối để những ai có mắt có thể thấy sắc. Cũng vậy, Chánh Pháp đã được Thế Tôn dùng nhiều phượng tiện trình bày, giải thích. Bạch Thế Tôn, nay con xin quy-y Thế Tôn, quy-y pháp và chúng Tỳ Kheo. Mong Thế Tôn nhận con làm đệ tử, từ này trở đi cho đến mạng chung, con trọn đời quy ngưỡng.



## *Chương Sáu Mười Bốn*

### *Tài Sản Lớn Nhất Là Tam Bảo*

Nền móng trong Phật Giáo là Tam Bảo. Không tin, không tôn kính Tam Bảo thì không thể nào có được nếp sống Phật giáo. Người ta định nghĩa Tam Bảo theo nhiều cách khác nhau. Thứ nhất là Nhất Thể Tam Bảo: “Phật Tỳ Lô Giá Na là sự biểu thị sự thể hiện của thế giới Tánh Không, của Phật tánh, của tánh Bình Đẳng Vô Ngại. Pháp từ vô thỉ vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Sự hòa hợp giữa Phật Tỳ Lô Giá Na và Pháp (hai yếu tố trên) tạo thành toàn bộ thực tại như những bậc giác ngộ kinh nghiệm.” Một người không nhận ra Nhất Thể Tam Bảo thì không thể nào hiểu sâu ý nghĩa sự giác ngộ của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, không thể đánh giá sự quý báu vô cùng của những lời Ngài dạy, cũng như không thể áp dụng hình ảnh chư Phật như những thực thể sinh động. Lại nữa, Nhất Thể Tam Bảo sẽ không được biết đến nếu nó không được Phật Thích Ca Mâu Ni thể hiện nơi thân tâm Ngài và con đường thể hiện do Ngài triển khai cũng vậy. Cuối cùng, không có những người giác ngộ theo con đường của Phật trong thời đại chúng ta khích lệ và dẫn dắt người khác theo con đường Tự Ngộ này thì Nhất Thể Tam Bảo chỉ là một lý tưởng xa xôi. Câu chuyện lịch sử cuộc đời Đức Phật Thích Ca sẽ là câu chuyện lịch sử khô héo về những lời Phật dạy, hoặc sẽ là những chuyện trừu tượng vô hồn. Hơn nữa, khi mỗi chúng ta thể hiện Nhất Thể Tam Bảo, thì nền móng của Tam Bảo không gì khác hơn chính tự tánh của mình.

Thứ nhì là Hiện Tiền Tam Bảo: “Phật là Đức Phật Lịch Sử Thích Ca Mâu Ni, người đã thể hiện nơi chính mình sự thật của Nhất Thể Tam Bảo qua sự thành tựu viên mãn của Ngài. Pháp bao gồm những lời dạy và những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni trong ấy đã giải rõ ý nghĩa của Nhất Thể Tam Bảo và con đường đi đến thể hiện được nó. Tăng là những môn đệ trực tiếp của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, bao gồm luôn cả những đệ tử trong thời Ngài còn tại thế, đã nghe, tin, và thực hiện nơi bản thân họ Nhất Thể Tam Bảo mà Ngài đã chỉ dạy. Một chúng phải có ít nhất là ba vị Tăng Từ Bắc Phạn dùng để chỉ cho “Cộng đồng Phật tử.” Theo nghĩa hẹp, từ này có thể được dùng cho chư Tăng Ni; tuy nhiên, theo nghĩa rộng, theo nghĩa rộng, Sangha ám chỉ cả tứ chúng (Tăng, Ni, Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di). Phật tử tại gia

gồm những Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di, những người đã thọ ngũ giới. Tất cả tứ chúng này đều đòi hỏi phải chính thức thọ giới luật; giới luật tự viện giới hạn giữa 250 và 348 giới; tuy nhiên, con số giới luật thay đổi giữa luật lệ khác nhau của các truyền thống. Một điều bắt buộc tiên khởi cho cả tứ chúng là lễ quán đảnh hay quy-y Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng.” Thọ trì Phật Bảo bao gồm sự thờ cúng hình tượng chư Phật như đã được truyền đến chúng ta. Thọ trì Pháp bảo bao gồm những bài giảng, bài thuyết pháp của chư Phật (tức là những đấng giác ngộ viên mãn) như đã thấy trong các kinh điển và bản văn Phật giáo khác vẫn được phát triển. Thọ trì Tăng bảo bao gồm các môn đệ đương thời tu tập và thể hiện chân lý cứu độ của Nhất Thể Tam Bảo đầu tiên được Phật Thích Ca Mâu Ni khai thị.

**Thứ nhất là Phật Bảo:** Phật là Đấng đã đạt được toàn giác dẫn đến sự giải thoát hoàn toàn khỏi luân hồi sanh tử. Danh từ Phật không phải là danh từ riêng mà là một tên gọi “Đấng Giác Ngộ” hay “Đấng Tỉnh Thức.” Thái tử Sĩ Đạt Đa không phải sanh ra để được gọi là Phật. Ngài không sanh ra là tự nhiên giác ngộ. Ngài cũng không nhờ ân điển của bất cứ một đấng siêu nhiên nào; tuy nhiên sau nhiều cố gắng liên tục, Ngài đã giác ngộ. Hiển nhiên đối với Phật tử, những người tin tưởng vào luân hồi sanh tử, thì Đức Phật không phải đến với cõi Ta Bà này lần thứ nhất. Như bất cứ chúng sanh nào khác, Ngài đã trải qua nhiều kiếp, đã từng luân hồi trong thế gian như một con vật, một con người, hay một vị thần trong nhiều kiếp tái sanh. Ngài đã chia xẻ số phận chung của tất cả chúng sanh. Sự viên mãn tâm linh của Đức Phật không phải và không thể là kết quả của chỉ một đời, mà phải được tu luyện qua nhiều đời nhiều kiếp. Nó phải trải qua một cuộc hành trình dài đằng đẵng. Tuy nhiên, sau khi thành Phật, Ngài đã khẳng định bất cứ chúng sanh nào thành tâm cũng có thể vượt thoát khỏi những vướng mắc để thành Phật. Tất cả Phật tử nên luôn nhớ rằng Phật không phải là thần thánh hay siêu nhiên. Ngài cũng không phải là một đấng cứu thế cứu người bằng cách tự mình gánh lấy gánh nặng tội lỗi của chúng sanh. Như chúng ta, Phật cũng sanh ra là một con người. Sự khác biệt giữa Phật và phàm nhân là Phật đã hoàn toàn giác ngộ, còn phàm nhân vẫn mê mờ tăm tối. Tuy nhiên, Phật tánh vẫn luôn đồng đẳng trong chúng sanh mọi loài. Trong Tam Bảo, Phật là đệ nhất bảo, pháp là đệ nhị bảo và Tăng là đệ tam bảo. Theo Đạo Xước (562-645), một trong những tín đồ lỗi lạc của Tịnh Độ Tông, trong An Lạc Tập, một

trong những nguồn tài liệu chính của giáo pháp Tịnh Độ, chư Phật cứu độ chúng sanh bằng bốn phương pháp. Thứ nhất là bằng khẩu thuyết như được ký tải trong Nhị Thập Bộ Kinh; thứ nhì là bằng tướng hảo quang minh; thứ ba là bằng vô lượng đức dụng thần thông đạo lực, đủ các thứ biến hóa; và thứ tư là bằng các danh hiệu của các Ngài, mà, một khi chúng sanh thốt lên, sẽ trừ khử những chướng ngại và chắc chắn sẽ vãng sanh Phật tiền.

**Thứ nhì là Pháp Bảo:** Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Thứ nhất, theo Phạn ngữ, chữ “Pháp” phát xuất từ căn ngữ “Dhri” có nghĩa là cầm nắm, mang, hiện hữu, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Ý nghĩa thông thường và quan trọng nhất của “Pháp” trong Phật giáo là chân lý. Thứ hai, pháp được dùng với nghĩa “hiện hữu,” hay “hữu thể,” “đối tượng,” hay “sự vật.” Thứ ba, pháp đồng nghĩa với “đức hạnh,” “công chánh,” “chuẩn tắc,” về cả đạo đức và tri thức. Thứ tư, có khi pháp được dùng theo cách bao hàm nhất, gồm tất cả những nghĩa lý vừa kể, nên chúng ta không thể dịch ra được. Trong trường hợp này cách tốt nhất là cứ để nguyên gốc chữ không dịch ra ngoại ngữ. Ngoài ra, Pháp còn là luật vũ trụ hay trật tự mà thế giới chúng ta phải phục tùng. Theo đạo Phật, đây là luật “Luân Hồi Nhân Quả”. Pháp còn là mọi hiện tượng, sự vật và biểu hiện của hiện thực. Mọi hiện tượng đều chịu chung luật nhân quả, bao gồm cả cốt tủy giáo pháp Phật giáo. Trong Phật giáo, Pháp là giáo pháp của Phật hay những lời Phật dạy. Con đường hiểu và thương mà Đức Phật đã dạy. Phật dạy: “Những ai thấy được pháp là thấy được Phật.” Vạn vật được chia làm hai loại: vật chất và tinh thần; chất liệu là vật chất, không phải vật chất là tinh thần, là tâm. Toàn bộ giáo thuyết Phật giáo, các quy tắc đạo đức bao gồm kinh, luật, giới. Theo Giáo Sư Junjiro Takakusu trong Cương Yếu Triết Học Phật Giáo, chữ Dharma có năm nghĩa. Thứ nhất, Dharma là cái được nắm giữ hay lý tưởng nếu chúng ta giới hạn ý nghĩa của nó trong những tác vụ tâm lý mà thôi. Trình độ của lý tưởng này sẽ sai biệt tùy theo sự tiếp nhận của mỗi cá thể khác nhau. Ở Đức Phật, nó là sự toàn giác hay viên mãn trí (Bodhi). Thứ nhì, Dharma là lý tưởng diễn tả trong ngôn từ sẽ là giáo thuyết, giáo lý, hay giáo pháp của Ngài. Thứ ba, lý tưởng đề ra cho các đệ tử của Ngài là luật nghi, giới cấm, giới điều, đức lý. Thứ tư, lý tưởng là để

chứng ngộ sẽ là nguyên lý, thuyết lý, chân lý, lý tính, bản tính, luật tắc, điều kiện. Thứ năm, lý tưởng thể hiện trong một ý nghĩa tổng quát sẽ là thực tại, sự kiện, sự thể, yếu tố (bị tạo hay không bị tạo), tâm và vật, ý thể và hiện tượng. Theo phái Trung Quán, chữ Pháp trong Phật Giáo có nhiều ý nghĩa. Nghĩa rộng nhất thì nó là năng lực tinh thần, phi nhân cách bên trong và đằng sau tất cả mọi sự vật. Trong đạo Phật và triết học Phật giáo, chữ Pháp gồm có bốn nghĩa. Thứ nhất, Pháp có nghĩa là thực tại tối hậu. Nó vừa siêu việt vừa ở bên trong thế giới, và cũng là luật chi phối thế giới. Thứ nhì, Pháp theo ý nghĩa kinh điển, giáo nghĩa, tôn giáo pháp, như Phật Pháp. Thứ ba, Pháp có nghĩa là sự ngay thẳng, đức hạnh, lòng thành khẩn. Thứ tư, Pháp có nghĩa là thành tố của sự sinh tồn. Khi dùng theo nghĩa này thì thường được dùng cho số nhiều. Theo nghĩa của Phạm ngữ, Pháp là một danh từ rắc rối, khó xử dụng cho đúng nghĩa; tuy vậy, pháp là một trong những thuật ngữ quan trọng và thiết yếu nhất trong Phật Giáo. Pháp có nhiều nghĩa. Do gốc chữ Phạm “dhr” có nghĩa là “nắm giữ” hay “mang vác”, hình như luôn luôn có một cái gì đó thuộc ý tưởng “tồn tại” đi kèm với nó. Nguyên thủy nó có nghĩa là luật vũ trụ, trật tự lớn mà chúng ta phải theo, chủ yếu là nghiệp lực và tái sinh. Học thuyết của Phật, người đầu tiên hiểu được và nêu những luật này lên. Kỳ thật, những giáo pháp chân thật đã có trước thời Phật lịch sử, bản thân Phật chỉ là một biểu hiện. Hiện nay từ “dharma” thường được dùng để chỉ giáo pháp và sự thực hành của đạo Phật. Pháp còn là một trong “tam bảo” theo đó người Phật tử đạt thành sự giải thoát, hai “bảo” khác là Phật bảo và Tăng bảo. Ngoài ra, chữ Pháp còn có nghĩa là những lời dạy của Đức Phật chuyên chở chân lý. Phương cách hiểu và yêu thương được Đức Phật dạy trong giáo pháp của Ngài. Đức Phật dạy giáo pháp của Ngài nhằm giúp chúng ta thoát khỏi khổ đau phiền não do nguyên nhân cuộc sống hằng ngày và để cho chúng ta khỏi bị mất nhân phẩm, cũng như không bị sa vào ác đạo như địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vân vân. Pháp như chiếc bè cho chúng ta cái gì đó để bám víu khi chúng ta triệt tiêu những vướng mắc gây cho chúng ta khổ đau phiền não và lăn trôi bên bờ sanh tử. Phật pháp chỉ những phương cách rọi sáng nội tâm, nhằm giúp cho chúng ta vượt thoát biển đời đau khổ để đáo được bỉ ngạn Niết Bàn. Một khi đã đáo được bỉ ngạn, thì ngay cả Phật pháp cũng phải xả bỏ. Pháp không phải là một luật lệ phi thường tạo ra hay ban bố bởi người nào đó. Theo Đức Phật, thân thể của chúng ta là



Pháp, tâm ta là Pháp, toàn bộ vũ trụ là Pháp. Hiểu được thân, tâm và những điều kiện trần thế là hiểu được Pháp. Pháp từ vô thỉ vô chung mà tất cả mọi hiện tượng theo nhân duyên tùy thuộc vào đó. Pháp bao gồm những lời dạy và những bài thuyết pháp của Phật Thích Ca Mâu Ni trong ấy đã giải rõ ý nghĩa của Nhất Thể Tam Bảo và con đường đi đến thể hiện được nó. Pháp bảo, bao gồm những bài giảng, bài thuyết pháp của chư Phật (tức là những đấng giác ngộ viên mãn) như đã thấy trong các kinh điển và bản văn Phật giáo khác vẫn được phát triển. Theo Kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, bản chất của chư pháp đều không sanh, không diệt, không nơ, không sạch, không tăng, không giảm. Đức Phật dạy: “Những ai thấy được Pháp là thấy Ta.”

**Thứ ba là Tăng Bảo:** Từ Bắc Phạn “Sangha” được dùng để chỉ cho “Cộng đồng Phật tử.” Theo nghĩa hẹp, từ này có thể được dùng cho chư Tăng Ni; tuy nhiên, theo nghĩa rộng, theo nghĩa rộng, Sangha ám chỉ cả tứ chúng (Tăng, Ni, Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di). Phật tử tại gia gồm những Ưu Bà Tắc và Ưu Bà Di, những người đã thọ ngũ giới. Tất cả tứ chúng này đều đòi hỏi phải chính thức thọ giới luật; giới luật tự viện giới hạn giữa 250 và 348 giới; tuy nhiên, con số giới luật thay đổi giữa luật lệ khác nhau của các truyền thống. Một điều bắt buộc tiên khởi cho cả tứ chúng là lễ quán đảnh hay quy-y Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng. Tăng bảo, bao gồm các môn đệ đương thời tu tập và thể hiện chân lý cứu độ của Nhất Thể Tam Bảo đầu tiên được Phật Thích Ca Mâu Ni khai thị. Sangha, nguyên là tiếng Phạn nghĩa là đoàn thể Tăng Ni, dịch ra chữ Hán là hòa hợp chúng. Lý hòa là cùng chứng được lý vô vi giải thoát. Thân hòa cùng ở, khẩu hòa vô tranh, kiến hòa đồng giải, lợi hòa đồng quân, và giới hòa đồng tu. Tăng Ni là các vị đã rời bỏ nếp sống gia đình để tu tập Phật Pháp. Thường thường họ chỉ giữ lại vài món cần dùng như y áo, bát khất thực, và lưỡi lam cạo râu tóc. Họ hướng đến việc từ bỏ những nhu cầu tư hữu vật chất. Họ tập trung tư tưởng vào việc phát triển nội tâm để đạt đến sự thông hiểu bản chất của vạn hữu bằng cách sống thanh tịnh và đơn giản. Cộng đồng Tăng Ni và Phật tử cùng nhau tu hành chánh đạo. Tăng già còn có nghĩa là một hội đồng, một tập hợp, hội chúng Tăng với ít nhất từ ba đến bốn vị Tăng, dưới một vị Tăng chủ. Tăng già hay cộng đồng Phật giáo. Tuy nhiên, theo nghĩa hẹp Sangha ám chỉ cộng đồng tu sĩ; tuy nhiên, theo nghĩa rộng, Sangha ám chỉ cả tứ chúng (tăng, ni, ưu bà tắc và ưu bà di). Thông thường, chúng gồm ba hay bốn vị Tỳ Kheo họp lại với nhau,

dưới sự chủ trì của một vị Tăng cao hạ, để cùng nhau phát lộ sám hối, tìm ra giải pháp thỏa đáng, hay thọ giới.

## *Chương Sáu Mười Lăm*

### *Tài Sản Lớn Nhất Là Biết Quy Y Tam Bảo*

Quy Y Tam Bảo là tin vào Phật giáo và về nương nơi ba ngôi Tam Bảo. Quy Y Tam Bảo là ba trong những cửa ngõ quan trọng đi vào đại giác. Người Phật tử mà không quy y Tam Bảo sẽ có nhiều vấn đề trở ngại cho sự tiến bộ trong tu tập. Nếu không có dịp thân cận chư Tăng (Tăng Bảo) để được chỉ dạy dẫn dắt. Kinh Phật thường dạy, “không quy y Tăng dễ đọa súc sanh.” Không quy-y Tăng chúng ta không có gương hạnh lành để bắt chước, cũng như không có ai đưa đường chỉ lối cho ta làm lành lánh ác, nên si mê phát khởi, mà si mê là một trong những nhân chính đưa ta tái sanh vào cõi súc sanh. Nếu không có dịp thân cận Pháp để tìm hiểu và phân biệt chánh tà chân ngụy. Do đó tham dục dấy lên, mà tham dục là một trong những nhân chính để tái sanh vào cõi ngã quỷ. Vì thế mà kinh Phật luôn dạy, “không quy y pháp dễ đọa ngã quỷ”. Không được dịp thân cận với chư Phật chẳng những không cảm được hồng ân của quý ngài, mà không có dịp bắt chước đức từ bi của các Ngài. Do đó sân hận ngày một tăng, mà sân hận là một trong những nguyên nhân chính của địa ngục. Vì thế mà kinh Phật luôn dạy, “không quy y Phật dễ bị đọa địa ngục”. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Vì sợ hãi bất an mà đến quy-y thần núi, quy-y rừng cây, quy-y miếu thờ thọ thần (188). Nhưng đó chẳng phải là chỗ nương dựa yên ổn, là chỗ quy-y tối thượng, ai quy-y như thế khổ não vẫn còn nguyên (189). Trái lại, quy-y Phật, Pháp, Tăng, phát trí huệ chơn chánh (190). Hiểu thấu bốn lẽ mâu: biết khổ, biết khổ nhân, biết khổ diệt và biết tám chi Thánh đạo, diệt trừ hết khổ não (191). Đó là chỗ quy-y an ổn, là chỗ quy-y tối thượng. Ai quy-y được như vậy mới giải thoát khổ đau (192).”

Đức Phật đã nói, “Ta là Phật đã thành, các người là Phật sẽ thành.” Ý nói trong chính chúng ta tiềm ẩn Phật tánh chưa được xuất hiện, nên khi ta đã quy-y Tam Bảo bên ngoài, chúng ta cũng phải quy-y Tam Bảo trong tâm của chúng ta, vì vậy chúng ta phải nguyện: “Đệ tử nguyện xin tự quy-y Phật (nghĩa là Phật trong tâm). Muốn quy y Tam Bảo, trước hết người Phật tử nên tìm đến một vị thầy tu hành giới đức trang nghiêm để xin làm lễ quy y thọ giới trước điện Phật. Được nhận làm đệ tử tại gia sau nghi thức sám hối và lập lại những lời một

vị Tăng về quy y. Quy y Phật vị đạo sư vô thượng. Tự quy y Phật, đương nguyện chúng sanh, thể giải đại đạo, phát vô thượng tâm (1 lạy). Quy y Pháp thân y lương dược. Tự quy y Pháp, đương nguyện chúng sanh, thâm nhập kinh tạng, trí huệ như hải (1 lạy). Quy y Tăng đệ tử tuyệt vời của Phật. Tự quy y Tăng, đương nguyện chúng sanh, thống lý đại chúng, như thiết vô ngại. Trong lúc lắng nghe ba pháp quy-y thì lòng mình phải nhất tâm hướng về Tam Bảo và tha thiết phát nguyện giữ ba pháp ấy trọn đời, dù gặp hoàn cảnh nào cũng không biến đổi.

Về nương với Phật, Pháp, Tăng. Người thành tâm quy y Tam Bảo sẽ không còn sa vào các đường dữ nữa. Hết kiếp người sẽ được sanh vào các cõi trời. Đã là Phật tử thì phải quy-y ba ngôi Tam Bảo Phật Pháp Tăng, nghĩa là cung kính nương về với Phật, tu theo giáo pháp của Ngài, cũng như tôn kính Tăng Già. Phật tử thệ nguyện không quy y thiên thần quỷ vật, không thờ tà giáo, không theo tổn hữu, ác đảng. Quy y là trở về nương tựa. Có nhiều loại nương tựa. Khi con người cảm thấy bất hạnh, họ tìm đến bạn bè; khi âu lo kinh sợ họ tìm về nương nơi những niềm hy vọng ảo huyền, những niềm tin vô căn cứ; khi lâm chung họ tìm nương tựa trong sự tin tưởng vào cảnh trời vĩnh cửu. Đức Phật dạy, không chỗ nào trong những nơi ấy là những nơi nương tựa thật sự cung ứng cho ta trạng thái thoải mái và châu toàn thật sự. Đối với người Phật tử thì chuyện quy-y Tam Bảo là chuyện cần thiết. Lễ quy-y tuy là một hình thức tổ chức đơn giản, nhưng rất quan trọng đối với Phật tử, vì đây chính là bước đầu tiên trên đường tu học để tiến về hướng giải thoát và giác ngộ. Đây cũng là cơ hội đầu tiên cho Phật tử nguyện tinh tấn giữ ngũ giới, ăn chay, tụng kinh niệm Phật, tu tâm, dưỡng tánh, quyết tâm theo dấu chân Phật để tự giúp mình ra khỏi sanh tử luân hồi.

Quy-y là nguyện Về Nương Phật Pháp Tăng. Ngữ căn “Sr” trong tiếng Bắc Phạn (Sanskrit) hoặc “Sara” trong tiếng Nam Phạn (Pali) có nghĩa là đi chuyển hay đi tới, như vậy “Saranam” diễn tả sự chuyển động, hoặc người ấy đi đến trước hay cùng đi đến với người khác. Như vậy câu “Gachchami Buddham Saranam” có nghĩa là “Tôi đi đến với Đức Phật như bậc hướng dẫn cho tôi.” Về nương nơi ba ngôi Tam Bảo hay ba ngôi cao quý. Trong Phật giáo, một nơi để về nương là nơi mà người ta có thể tựa vào đó để có sự hỗ trợ và dẫn dắt, chứ không phải là chạy vào đó để trốn hay ẩn náu. Trong hầu hết các truyền thống

Phật giáo, “về nương” hay “tam quy y” hay “Tam Bảo”: Phật, Pháp, Tăng được xem như là một hành động chủ yếu để trở thành Phật tử. Quy y là công nhận rằng mình cần sự trợ giúp và hướng dẫn, và quyết định đi theo con đường của Phật giáo. Đức Phật là vị đã sáng lập một cách thành công con đường đi đến giải thoát, và Ngài đã dạy cho người khác về giáo pháp của Ngài. Tăng già là cộng đồng Tăng lữ sống trong tự viện, gồm những người đã cống hiến đời mình để tu tập và hoằng hóa, và cũng là nguồn giáo huấn và mẫu mực cho người tại gia. Lời nguyện tiêu chuẩn của Tam Quy-Y là:

“Con nguyện quy-y Phật  
 Con nguyện quy-y Pháp  
 Con nguyện quy-y Tăng.”

Ba câu này có nghĩa là “Con nguyện quy-y Phật, Pháp, Tăng như những người diệt trừ các điều sợ hãi của tôi, trước hết bằng lời dạy của Đức Phật, kế thứ bằng chân lý rõ ràng của giáo pháp, và cuối cùng bằng sự gương mẫu và giới đức của chư Tăng.

*Có năm giai đoạn Quy y:* quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng, quy y bát giới, quy y Thập giới. **Đây là năm cách tin tưởng vào Tam Bảo, được những bậc sau đây trì giữ:** Thứ nhất là bậc Phiền tà, tức những người tránh xa nẻo tà. Thứ nhì là bậc trì ngũ giới. Thứ ba là bậc trì bát giới. Thứ tư là bậc trì Thập giới. Thứ năm là bậc trì cụ túc giới. Lễ quy y Tam Bảo và thọ giới nên cử hành một cách trang nghiêm trước điện Phật. Nghi thức quy-y nên tổ chức đơn giản, tùy theo hoàn cảnh mỗi nơi. Tuy nhiên, khung cảnh lễ cần phải trang nghiêm, trên là điện Phật, dưới có Thầy chứng tri, chung quanh có sự hộ niệm của chư Tăng ni, các Phật tử khác, và thân bằng quyến thuộc. Về phần bản thân của vị Phật tử quy-y cần phải trong sạch, quần áo chỉnh tề mà giản dị. Đến giờ quy-y, theo sự hướng dẫn của Thầy truyền trao quy-giới, phát nguyện tâm thành, ba lần sám hối cho ba nghiệp được thanh tịnh: “Đệ tử xin suốt đời quy-y Phật, nguyện không quy-y Thiên thần, quỷ vật. Đệ tử xin suốt đời quy-y Pháp, nguyện không quy-y ngoại đạo tà giáo. Đệ tử xin quy-y Tăng, nguyện không quy-y tổn hữu ác đảng.”

Đạo Phật đã ban cho các dân tộc mà nó đi qua những đức hạnh cao cả nhất của con người. Nếp sống hòa nhã, lịch sự và chánh trực của người Phật tử trên khắp thế giới cho thấy rằng đạo Phật thực sự đã chứng minh là chân thật. Chính đạo Phật đã ban cho các dân tộc mà nó đi qua những đức hạnh cao cả nhất của con người. Nếu hạnh phúc là

hậu quả của tư tưởng, ngôn ngữ và hành động tốt đẹp thì quả thật những Phật tử thuần thành đã tìm ra bí quyết của cuộc sống chân chánh. Mà thật vậy, có bao giờ chúng ta thấy hạnh phúc thật sự phát sanh từ những hành động sai lầm hay có bao giờ chúng ta gieo nhân xấu mà hái được quả tươi đẹp đâu. Đi xa hơn chút nữa, có ai trong chúng ta có thể thoát khỏi định luật vô thường hay chạy ra ngoài vòng khổ đau phiền não đâu. Theo Phật giáo, quy-y sai lạc là không quy-y vào Phật, Pháp, Tăng. Thuật ngữ Phật giáo dùng tiếng “Quy-Y” để công bố niềm tin của mình nơi Phật, Pháp và Tăng. Từ vô thủy, chúng ta đã quy-y sai lạc với những lạc thú tạm bợ nhất thời với hy vọng tìm thỏa mãn trong những lạc thú này. Ta xem những thứ ấy như một lối thoát ra khỏi những chán chường buồn bã của mình, nên chạy theo chúng để rồi kết quả cuối cùng cũng vẫn là khổ đau phiền não. Khi Đức Phật nói đến quy-y, Ngài khuyên dạy chúng ta nên đoạn tuyệt với cái lối đi tìm thỏa mãn một cách vô vọng như vậy. Quy-Y chân thật là một sự thay đổi thái độ, do thấy những chuyện phù phiếm mà ta thường bám víu, rốt rồi chẳng có ích lợi gì. Một khi chúng ta thấy rõ được bản chất bất toại của sự vật mà chúng ta hằng theo đuổi, chúng ta nên quyết tâm về nương nơi Tam Bảo. Lợi Ích của sự quy y chân thật. Phật tử chân thuần, nhất là những Phật tử tại gia nên cố gắng am tường Tứ Diệu Đế, vì nếu sự hiểu biết về tứ diệu đế càng nhiều và càng rõ thì chúng ta sẽ có được sự kính ngưỡng vô biên đến với Phật, với Pháp, và với những Thánh đệ tử của Ngài. Đương nhiên ai trong chúng ta cũng kính ngưỡng Đức Phật, nhưng chúng ta cũng phải có được sự kính ngưỡng sâu xa đối với chánh pháp vì chánh pháp là đối tượng chân thật của sự quy y. Sau thời không có Phật, thì chính Giáo Pháp của Ngài là ngọn hải đăng giúp chúng ta tu tập giải thoát. Sự quy-y không chỉ diễn ra trong cái ngày mà chúng ta làm lễ quy-y, hay chỉ diễn ra trong vòng vài ba ngày, hay vài ba năm, nó chẳng những là một tiến trình của cả một đời này, mà còn cho nhiều đời nhiều kiếp về sau nữa. Ngoài ra, còn những lợi lạc khác khi chúng ta trở thành Phật tử và quy-y Tam Bảo bao gồm thứ nhất chúng ta trở thành một người có thọ giới; thứ nhì, chúng ta có thể tiêu trừ tất cả chướng ngại do nhiều nghiệp tích lũy từ trước; thứ ba, chúng ta sẽ dễ dàng tích lũy một số công đức có lợi trong việc tu tập; thứ tư, chúng ta ít bị phiền nhiễu vì những hành vi tác hại của người khác; thứ năm, chúng ta sẽ không rơi vào đọa xứ; thứ sáu, chúng ta sẽ không khó khăn thành tựu những mục

tiêu tu tập của mình; và cuối cùng, con đường giác ngộ sẽ đến với chúng ta, vấn đề chỉ còn là thời gian và mức độ tu tập mà thôi.

Quy-Y Tam Bảo cho trường phái Mật tông, theo Ngài Ban Thiên Lạt Ma đời thứ nhất biên soạn: “Trong niềm đại hỷ lạc, đệ tử biến thành Đức Phật Bốn Sư. Từ thân con trong suốt, vô lượng ánh hào quang tỏa rạng mười phương. Chú nguyện hộ trì chốn này cùng mọi chúng sanh nơi đây. Tất cả biến thành toàn hảo và chỉ mang những phẩm hạnh cực kỳ thanh tịnh. Từ trạng thái của tâm thức siêu việt và đức hạnh. Đệ tử cùng vô lượng chúng sanh đã từng là mẹ của đệ tử. Từ bây giờ cho đến khi Giác Ngộ. Chúng con nguyện xin quy-y Đức Bốn Sư và Tam Bảo. Đệ tử xin đánh lễ Đức Bốn Sư. Đệ tử xin đánh lễ Đức Phật. Đệ tử xin đánh lễ Pháp. Đệ tử xin đánh lễ Tăng Già (ba lần). Vì tất cả chúng sanh mẹ. Đệ tử xin hóa thành Đức Phật Bốn Sư. Và xin nguyện dẫn dắt mọi chúng sanh đạt đến Giác Ngộ tối thượng của Đức Phật Bốn Sư (ba lần). Vì tất cả các chúng sanh mẹ, đệ tử xin nguyện nhanh chóng đạt đến Giác Ngộ tối thượng của Đức Phật Bốn Sư ngay trong kiếp này (ba lần). Đệ tử xin nguyện giải thoát mọi chúng sanh mẹ khỏi khổ đau và dẫn dắt họ đến cõi Cực Lạc của Phật quốc (ba lần). Vì mục đích này, đệ tử xin nguyện tu tập pháp môn thâm diệu Du Già Đức Phật Bốn Sư (ba lần). Om-Ah-Hum (ba lần). Mây thanh tịnh cúng dường bên ngoài, bên trong và bí mật. Duyên hợp chúng con lại với Đức Bốn Sư, quán tưởng cúng dường tràn ngập tận cùng hư không, đất và trời, trải rộng khắp cùng, tốt cùng bất khả tư nghĩ. Tinh túy chính là Kim Cang Bồ Đề Giác Ngộ, hiển bày bằng sự cúng dường bên trong và các phẩm vật cúng dường cốt để phát sinh tối thượng Kim Cang Bồ Đề Giác Ngộ của Tánh không và Hỷ lạc. Đó cũng là niềm hỷ lạc mà lục căn an trụ.

Ngoài ra, Phật giáo Mật tông còn quy-y Tam Bảo và Bách Thiên Chư Phật tại Cực Lạc Quốc theo ngài Tống Lạt Ba: “Đệ tử xin quy-y Tam Bảo và xin nguyện giải thoát mọi chúng sanh hữu tình. Đệ tử xin phát nguyện hành trì đạt Giác Ngộ (ba lần). Xin cho toàn cõi mười phương trên trái đất này thành thanh tịnh, không có cả một hạt sạn. Trơn tru như lòng bàn tay trẻ thơ. Sáng bóng tự nhiên như phiến đá đã mài nhẵn. Xin cho mọi nơi đều tràn ngập phẩm vật cúng dường của chư nhân thiên, trước mặt đệ tử và trong niềm quán tưởng như đám mây tuyết trần cúng dường Đức Phổ Hiền Bồ Tát. Từ trái tim của Đức Hộ Pháp Bách Thiên Chư Phật tại Cực Lạc Quốc bay ra đám mây như

khối sữa đặc trắng, tươi mát. Bạc Toàn Trí Tổng Lạt Ba, vị Pháp Vương, cùng các chư tôn đệ tử, con cầu xin người thị hiện ra ngay nơi đây. Hỡi Đức Bổn Sư Tôn Kính đang mỉm cười từ bi an lạc. Tọa trên ngai sư tử, nguyệt luân và nhật luân trong không gian trước mặt đệ tử. Con cầu xin ngài thương trụ lại vô lượng a tăng kỳ kiếp để hoằng hóa đạo pháp. Và là Tối Thượng Phước Điền trong lòng tín tâm sùng kính của con. Tâm thức của ngài mang trí huệ Toàn Giác Toàn Trí thấu hiểu mọi sự vật và tất cả mọi pháp. Khẩu ngữ của Ngài truyền đạt giáo pháp, hóa thành đôi hoa tai của những bậc phú quý. Thân ngài đẹp tỏa rạng hào quang lừng lẫy. Đệ tử xin đánh lễ nơi ngài, chiêm ngưỡng, lắng nghe và tưởng nhớ đến ngài, người đã mang lại thật nhiều lợi lạc. Nước cúng dường, hoa đủ loại cúng dường hoan hỷ chư Phật. Hương trầm, đèn và nước thơm và vân vân. Một biển phẩm vật hiện hữu và quán tưởng như mây cúng dường. Đệ tử xin dâng lên ngài, bậc Tối Thượng Phước Điền. Tất cả mọi nghiệp ác từ thân khẩu ý mà con đã tích tụ từ vô thủy vô lượng kiếp, và nhất là những tội vi phạm ba giới, đệ tử xin sám hối nhiều nữa với lòng thiết tha từ tận đáy lòng. Từ thâm sâu trong lòng con, con hoan hỷ, hỡi đáng Hộ Pháp, trong vô tận đức hạnh của người, bậc tinh tấn tu học và hành trì trong thời mạt pháp này, và mang lại cho kiếp sống ý nghĩa khi từ bỏ tám ngọn gió tư lợi. Hỡi bậc Bổn Sư Thánh Trí tôn kính, từ đám mây từ bi hình thành trên bầu trời trí huệ của Pháp Thân Ngài, xin rải đám mưa đạo Pháp rộng lớn và thâm diệu, khế hợp kỳ diệu với căn cơ của đệ tử. Đệ tử xin hồi hướng mọi công đức đã tích lũy cho sự lợi ích hoằng Pháp đến mọi chúng sanh hữu tình, và nhất là cho giáo Pháp tinh túy của Tổ Tổng Lạt Ba tôn quý thương trụ tỏa rạng. Xin dâng Mạn Đà La này lên cõi chư Phật trên Bảo Đàn lộng lẫy huy hoàng đầy hoa, nước nghệ thơm để trang hoàng núi Tu Di, bốn Đại Châu cùng Nhật Nguyệt. Xin nguyện mọi chúng sanh được tiếp dẫn về cõi Cực Lạc. Đệ tử xin dâng mạn đà la châu báu này lên các ngài, Đức Bổn Sư tôn quý. Nhờ nguyện lực với lòng thiết tha cầu xin như thế. Cột ánh sáng trắng tỏa từ tâm, từ đáng Từ Phụ tôn kính và từ hai đệ tử, cuối cùng nhập một và đi vào đỉnh đầu của con. Từ nước Cam Lộ trắng, mầu như sữa đề hồ, chảy dọc theo cột ánh sáng trắng dẫn đường, giúp con tẩy sạch mọi bệnh tật, phiền não, ác nghiệp, chướng ngại và các huân tập không sót chút nào. Thân con trở thành thanh tịnh và trong suốt như pha lê. Ngài là hiện thân của Đức Quán Thế Âm, nguồn từ bi trân quý lớn, không



nhằm mục đích hiện hữu đích thực. Và hiện thân Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi, bậc đại trí toàn mỹ. Cũng là đấng Kim Cang Thủ, tiêu diệt đám ma vương không ngoại lệ. Hỡi Tổ Tổng Lạt Ba, vị vua của mọi hiền giả trên Xứ Tuyết. Đệ tử xin quỳ đánh lễ Tổ, Pháp danh người là Lozang-Drigpa (ba lần). Xin đấng Bồ Sư tôn quý và rực rỡ đến ngự trên tòa sen và nguyệt luân ngự trị trên đỉnh đầu của con. Giữ gìn hộ trì con trong ánh đại từ đại bi của người. Cúi xin người ban phép lành cho con để con đạt đến thân khẩu ý giác ngộ của người. Xin đấng Bồ Sư tôn quý và rực rỡ đến ngự trên tòa sen và nguyệt luân ngự trị trong trái tim con. Giữ gìn hộ trì con trong ánh đại từ đại bi của người. Xin người thường trụ ở thế gian hoằng pháp cho đến khi chúng con Giác Ngộ Bồ Đề. Nguyện xin công đức này giúp cho đệ tử mau chóng đạt đến tâm giác ngộ của Đức Bồ Sư và xin nguyện dẫn dắt vô lượng chúng sanh không trừ ai đạt đến tâm giác ngộ của Đức Phật Bồ Sư.



## *Chương Sáu Mười Sáu*

### *Luôn Cố Gắng Tu Thiệt Tình*

Đạo Phật là con đường sống hạnh phúc và đường tu giải thoát. Tuy nhiên, giáo lý của Đấng Từ Phụ chỉ là nguồn suối từ bi hỉ xả và giác ngộ giải thoát cho những ai chịu đón nhận, chỉ là tiếng chuông cảnh tỉnh cho những ai chịu nghe, chỉ là con thuyền Bát Nhã cho những ai chịu từ bỏ danh lợi trong bể ái sông mê để bước lên thuyền. Nghĩa là giáo lý này chỉ có công hiệu cho những ai thực sự muốn tìm lại cái chơn tâm mà mình đã một lần đại đột bỏ quên, hoặc trở về quê hương chơn như mà mình đã một lần đã xa lìa. Giáo lý này chỉ có công năng với những ai thật sự muốn thoát ly nẻo đọa đày của luân hồi sanh tử, hoặc những bậc chơn tu mà thôi.

Thế nào là tu thiệt? Trong kinh Di Giáo, Đức Từ Phụ đã căn dặn tứ chúng: "Khi ta thị tịch rồi, các ông phải tôn trọng giới luật vì giới luật chẳng những là ánh sáng phá tan bóng tối, mà còn là cửa báu cho những kẻ nghèo khổ." Ngài đã ám chỉ là mọi người phải lấy giới luật làm thầy trong thời không có Phật. Ngài cũng đã dạy rằng: "Thân người khó được, và thân người quý giá hơn hết thảy mọi thứ châu báu. Phật pháp lại càng khó gặp hơn. Được thân người, gặp Phật pháp mà ta lại không chịu tu, quả là uống cho một kiếp người." Khi ta đang sống trong thành công và toại nguyện, xuất gia cũng như tại gia, chúng ta thường ít nghĩ, hoặc không chịu nghĩ tới cái khổ phải tái sanh vào những cảnh giới thấp. Chính vì thế mà chúng ta hay để duôi xem thường giới luật và không chịu thực hành các pháp tu. Ngược lại, chúng ta chỉ làm cho có lệ, hoặc trả bài cho qua bữa. Tụng kinh ngày ba bữa cho đủ lệ, tụng chú không hành. Phật và các tổ thầy đã từng dạy chúng ta nên: "ứng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm," thế mà chúng ta cứ ứng chẳng những vào nhà cao cửa rộng, mà thậm chí còn lại ứng vào chùa to, chùa đẹp nữa là khác. Đã đến chùa cầu Phật pháp để tu, thế mà còn ứng vào chuyện phải cúng dường nhiều ít, thì quả là rắc rối vô cùng. Hãy tự thành thật với chính mình trước khi bước chân vào chùa. Hãy tự mình soi gương mỗi bữa, gương đây là gương lòng chứ không phải gương soi mặt của phàm phu. Soi để thấy mình đã thực sự tu chưa? Chứ không soi để coi da này còn trắng, mài này còn ngà, mắt này còn đẹp, tóc này hãy còn xanh, vân vân và vân vân. Soi để biết ta đã tu

đến đâu, hoặc ta đang tìm kiếm những gì trong cửa Phật? Thà là khoan hẩn tu, chứ một khi đã thệ nguyện làm con Phật, nhứt là thệ nguyện xuất gia, tức là đã thệ nguyện làm một trong Tam Bảo cho chúng sanh về nương, không thể nào để người được đâu. Hưởng dẫn người khác làm bậy là một mình mình lãnh đủ hết những tội tình do chính mình xúi biếu. Tuy nhiên, trong thời mạt pháp này, có mấy người tu thiệt? Tu thiệt có cần phải là đầu tròn áo vuông không? Có khi có, mà lắm khi không. Nói rằng đầu tròn áo vuông là xuất gia, nhưng lắm khi chỉ là rời khỏi căn nhà thế tục để tìm một cái gì đó, chứ chưa hẳn là đã xuất hồng trần gia. Từ sau Phật, đã có vạn triệu người xuất gia, nhưng mấy ai đã thành Phật? Có mấy ai thực sự dẹp bỏ được tất cả lòng ích kỷ, tham lam và mê muội để trở về với suối nguồn của từ bi, hỉ xả, khiêm cung từ tốn? Có mấy ai đã thực sự chịu tu trì theo giáo lý tuyệt vời của nhà Phật? Có mấy ai đã thật sự đốt lên ngọn đuốc từ bi mà Phật Tổ đã đốt lên tự năm nào, để đi và đến bến bờ giải thoát? Kỳ thật, đa phần trong chúng ta đã quên mất đi ý nghĩa và mục đích tối hậu của người tu thiệt. Người chân tu đâu phải chỉ khác với phàm phu ở chỗ đến chùa nghe kinh pháp, hoặc ngày ngày tụng kinh niệm Phật, hoặc đầu tròn áo vuông, mà là khác ở trong TÂM. Tâm thế tục là tâm chúng sanh, tâm của luôn chực xé rào bẻ lưới, của tham lam, ích kỷ, sân hận, tị hiềm ganh ghét, là tâm của si mê, ngạo mạn và tà vạy, là tâm của triền miên loạn động... Còn tâm của bậc chơn tu là tâm của hưởng thượng. Hưởng thượng cả thân, khẩu và ý; hưởng thượng bằng tất lòng thành, chứ không phải bị ép buộc hay gượng gạo. Tâm của bậc chơn tu còn là cái tâm của từ bi hỉ xả, nhu hòa nhẫn nhục, khiêm cung từ tốn, làm thiện không làm ác, là tâm của sự thanh tịnh tuyệt vời.

Nói rằng tu là muốn bỏ đi chúng sanh tánh để tìm về chơn tâm Phật tánh, bỏ đi đau khổ để tìm về an vui, là buông bỏ tất cả để được an nhiên tự tại. Thế mà chúng ta không chịu buông bỏ, có nhà nhỏ thì lại muốn có nhà to, có nhà cũ thì lại mong được nhà mới, có nhà rồi lại muốn có nhà đẹp hơn, có chùa nhỏ lại muốn gom tiền của bá tánh để cất chùa to hơn. Chùa lớn chùa nhỏ không ăn nhằm gì đến chuyện chơn chánh tu hành cả. Chùa lớn rồi tối ngày chỉ biết lo tìm phương thế tạo ra tài chánh để trả nợ chùa, không còn thì giờ đâu nữa mà tu, hoặc không chịu tu, không chịu hoằng dương chánh pháp và phát huy đạo cả thì chùa lớn để làm gì, nếu không phải là để ôm lấy hết phiền não này đến phiền não khác? Hãy nhìn Đức Từ Phụ đấy mà xem, một bình bát

niền sáu lần nứt, một tấm y bá nạp và một cây gậy làm bằng nhánh cây khô. Đó mới chính là hình ảnh của một bậc chân tu, đó mới chính là hình ảnh của một con người thực sự buông bỏ. Ngài đã buông bỏ tất cả từ cung vàng điện ngọc, vợ đẹp con ngoan, đến uy quyền tột đỉnh và vật chất xa hoa để làm một bậc chân tu, thế là Ngài giải thoát. Ngài đã buông bỏ tất cả những trùng trùng chướng nghiệp của thế gian, thế là Ngài nhẹ nhàng đi vào cõi tịnh tịch. Còn chúng ta? U mê lầm lạc không dứt, tội lỗi đã chất chồng mà vẫn không hay biết, còn võ tay tán thưởng nữa là khác. Tự mình vượt mình chưa nổi thì mong gì vượt được ai? Tự mình chưa thông giáo lý thì mong gì thông cho ai? Tự mình phiền não còn đầy thì mong gì làm với phiền não cho ai? Tự mình còn đi trong vô minh thì mong gì đưa được ai vào nẻo giác ngộ? Tự mình còn sát sanh thì mong gì dạy được người không sát sanh? Tự mình còn vọng ngôn vọng ngữ thì mong gì kêu ai nói lời ngay thẳng? Tự mình còn phát tâm đi nói xấu người thì mong gì kêu người nói tốt cho ai? Tự mình còn ngu muội thì mong gì khai thị cho ai?

Đức Phật đã nhìn thấy tiền của vật chất của cõi nước tạm bợ này nó mong manh hơn sương khói, và tiền của vật chất của đàn na tín thí nó nặng vô cùng nên Ngài đã không ôm, không gánh lấy một thứ gì. Ngược lại, chỉ ngày ngày khát thực và hoằng pháp độ sanh. Trên đường khát thực, Ngài đã đem giáo pháp mà hoằng dương. Ngài đã thực sự vun bồi thiện căn nơi bá tánh bá gia bằng cách tập tành cho họ buông bỏ tất cả, tập tành cho họ biết đâu là chánh, đâu là tà, đâu là tham sân si, đâu là từ bi hỉ xả, đâu là ngã mạn cống cao, đâu là khiêm cung từ tốn. Một bóng cây, một bờ ruộng, ven rừng, vân vân, đều có thể là đạo tràng cho Ngài hoằng pháp lợi sanh. Ngài chính là hình ảnh của một bậc chân tu và chân giải thoát, không thể nghĩ bàn. Chúng ta, những người con Phật, có bao giờ chúng chịu để ý để thấy cho được điều này hay không? Nếu chúng ta đã thấy thì chúng ta sẽ hoằng pháp thay vì đi hoằng chùa, nếu chúng ta đã thấy chúng ta đã giữ cho thân tâm thanh sạch thay vì vướng mắc vào tham đắm và dục vọng, nếu chúng ta đã thấy thì chúng ta đã nhẫn nhục thay vì tranh cãi hơn thua... Nếu chúng ta thấy hình ảnh của bậc chân tu qua Đức Từ Phụ thì từ lời nói, việc làm đến ý tứ của chúng ta chỉ thuần một vị từ bi hỉ xả mà thôi. Lòng từ mà Đức Phật đã dạy chúng ta ở đây có nghĩa là thương mà không ái nhiễm, không phân biệt. Đừng bao giờ đem thói ái nhiễm của phàm phu mà gieo rắc vào cổng chùa; cũng đừng bao giờ học thói

phàm phu mà công tất cả các thứ vào chùa. Xin hãy bỏ lại tất cả ngoài cổng chùa, để bước vào trong với một cái tâm vô cầu và vô vị lợi. Đừng đem chuyện giàu nghèo vào chùa để biện biệt. Đừng học thói phàm phu mà thương trọng người giàu và khinh khi kẻ nghèo. Giàu nghèo còn là cái gì nữa đối với nhà chùa? Tất cả chỉ là những lầm chấp mê đại của phàm phu mà thôi. Bậc chân tu như Đức Từ Phụ thì ngược lại, thương tất cả chúng sanh mọi loài, không phân biệt giàu nghèo sang hèn, thương mà không vướng mắc bởi thương hại hoặc trọng khinh. Phật tử nên quyết chí học theo Đức Thế Tôn, một khi đã quyết chí tu hành, nhứt là khi đã bước chân vào chùa rồi, đừng để cho tiền tài và vật chất tiếp tục cám dỗ và làm khổ ta nữa. Ngược lại, con đường trước mặt duy nhất là phải thực tâm tu hành, chứ đừng vướng mắc bất cứ thứ gì, ngay cả cái chùa. Đức Từ Phụ đã không từng chỉ dạy rằng đối với bậc chân tu thì đâu đâu cũng có thể là đạo tràng được. Đừng vướng bận chấp nê bất cứ thứ gì để phải chất chồng thêm chướng nghiệp.

Hãy lắng nghe lời chỉ dạy của Đấng Từ Phụ để đừng tiếp tục bị vô minh che lấp mất đi trí huệ để cho thân khẩu ý cứ xoay vần tạo nghiệp. Hãy noi theo dấu chân của Đức Từ Phụ mà làm một bậc chân tu, ví bằng chưa theo dấu Ngài được thì khoan hẳn tu, chứ đừng đem thói phàm phu mà gieo rắc vào phá tan sự trang nghiêm của tự viện. Đừng xem những tự viện là nơi để ta trốn tránh cuộc đời này, hoặc giả là nơi dung thân cho qua ngày qua bữa. Ngược lại, hãy bước vào tự viện với tất lòng thành. Hãy xem tự viện là nơi nuôi dưỡng và đem ta trở về với cuộc sống thật sự. Đừng vì sự thất bại ngoài đời mà lánh thân vào cổng chùa. Hạt gạo của đàn na tín thí nó còn nặng hơn cả núi Tu Di nữa Phật tử ơi! Chúng ta không thể nào thọ dụng chúng một cách hời hợt được đâu. Hãy thật sự xuất hồng trần gia một khi đã bước vào cổng chùa. Hãy chẳng những thoát ly gia đình vợ chồng, con cái, mà còn vượt thoát cho khỏi ách nạn của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến và khổ đau phiền não, để không còn phải trở lên lộn xuống trong luân hồi sanh tử nữa. Thật sự tu hành không phải là chuyện dễ, vì đó là việc làm của một bậc đại trượng phu, chứ không phải ai cũng làm được đâu? Vậy xin đừng vào chùa để được yên thân, hoặc bất cứ gì khác hơn là "chơn tu" vì hạt gạo của đàn na tín thí có thể dễ dàng đẩy chúng ta đi vào địa ngục vô gián không có ngày ra, nếu chúng ta không thực tâm tu hành, hoặc lạm dụng hạt gạo này. Nếu thấy mình chưa có đủ yếu tố làm một bậc chơn tu, xin cứ từ từ, tu tại gia cũng được. Tu tại gia mà hết lòng tinh tấn hành trì những lời Phật dạy và hết lòng làm Phật sự giúp mình, giúp đời thì con đường đi về đất Phật, dù chưa đến, cũng không phải còn xa mấy. Hãy cẩn trọng và cố gắng thêm lên hỏi những người con Phật!

## Chương Sáu Mười Bảy

### Tài Sản Lớn Nhất Là Biết Sám Hối Tam Nghiệp

**Nơi thân** có ba thứ hay ba giới về thân cần được điều phục và sám hối: *Thứ nhất là không sát sanh*: Chúng ta chẳng những không phóng sanh cứu mạng, mà ngược lại còn tiếp tục sát sanh hại mạng nữa, chẳng hạn như đi câu hay săn bắn, vân vân. *Thứ nhì là không trộm cắp*: Chúng ta chẳng những không bố thí cúng dường, mà ngược lại còn lại tiếp tục ích kỷ, keo kiệt, trộm cắp nữa. *Thứ ba là không tà dâm*: Chúng ta chẳng những không đoan trang, chánh hạnh, mà ngược lại còn tiếp tục tà dâm tà hạnh nữa. **Nơi khẩu** có bốn thứ cần được điều phục hay bốn giới cần phải giữ gìn: *Thứ nhất là không nói dối*: Chúng ta chẳng những không nói lời ngay thẳng chơn thật, mà ngược lại luôn nói lời dối láo. *Thứ nhì là không nói lời đâm thọc*: Chúng ta không nói lời hòa giải êm ái, mà ngược lại luôn nói lưỡi hai chiều hay nói lời xấu ác làm tổn hại đến người khác. *Thứ ba là không chửi rủa*: Chúng ta chẳng những không nói lời ôn hòa hiền dịu, mà ngược lại luôn nói lời hung ác như chửi rủa hay sỉ vả. *Thứ tư là không nói lời vô tích sự*: Chúng ta không nói lời chánh lý đúng đắn, mà ngược lại luôn nói lời vô tích sự. **Nơi ý** có ba thứ cần được điều phục hay ba giới về ý: *Thứ nhất là không ganh ghét*: Chúng ta không chịu thiếu dục tri túc, mà ngược lại còn khởi tâm tham lam và ganh ghét. *Thứ nhì là không xấu ác*: Chúng ta chẳng những không chịu nhu hòa nhẫn nhục; mà lại còn luôn sanh khởi các niềm sân hận xấu ác. *Thứ ba là không bất tín*: Chúng ta chẳng những không tin luật luân hồi nhân quả; mà ngược lại còn bám víu vào sự ngu tối si mê, không chịu thân cận các bậc thiện hữu tri thức để học hỏi đạo pháp và tu hành.

Tuy nhiên, trong Phật giáo, vấn đề điều phục tâm ý là vô cùng quan trọng. Thường thì tâm có nghĩa là tim óc. Tuy nhiên, trong Phật giáo, tâm không chỉ có nghĩa là bộ óc và trí tuệ; mà nó còn có nghĩa là “Thức” hay quan năng của tri giác, giúp ta nhận biết một đối tượng cùng với mọi cảm thọ của nó liên hệ đến cái biết này. Như vậy tu tâm chính là pháp môn “Tứ Chánh Cần” mà Đức Phật đã dạy: Tu tâm là cố làm sao diệt trừ những bất thiện đã sanh; những bất thiện chưa sanh thì giữ cho chúng đừng sanh. Đồng thời cố gắng nuôi dưỡng và củng cố

những thiện tâm nào chưa sanh. Tự kiểm soát mình là yếu tố chính dẫn đến hạnh phúc. Đó chính là năng lực nắm sau tất cả mọi thành tựu chân chính. Nhất cử nhất động mà thiếu sự tự kiểm soát mình sẽ không đưa mình đến mục đích nào cả. Chỉ vì không tự kiểm được mình mà bao nhiêu xung đột xảy ra trong tâm. Và nếu những xung đột phải được kiểm soát, nếu không nói là phải loại trừ, người ta phải kềm chế những tham vọng và sở thích của mình, và cố gắng sống đời tự chế và thanh tịnh. Ai trong chúng ta cũng đều biết sự lợi ích của việc luyện tập thân thể. Tuy nhiên, chúng ta phải luôn nhớ rằng chúng ta không chỉ có một phần thân thể mà thôi, chúng ta còn có cái tâm, và tâm cũng cần phải được rèn luyện. Rèn luyện tâm hay thiền tập là yếu tố chánh đưa đến sự tự chủ lấy mình, cũng như sự thoải mái và cuối cùng mang lại hạnh phúc. Đức Phật dạy: “Đầu chúng ta có chinh phục cả ngàn lần, cả ngàn người ở chiến trường, tuy vậy người chinh phục vĩ đại nhất là người tự chinh phục được lấy mình.” Chinh phục chính mình không gì khác hơn là tự chủ, tự làm chủ lấy mình hay tự kiểm soát tâm mình. Nói cách khác, chinh phục lấy mình có nghĩa là nắm vững phần tâm linh của mình, làm chủ những kích động, những tình cảm, những ưa thích và ghét bỏ, vân vân, của chính mình. Vì vậy, tự điều khiển mình là một vương quốc mà ai cũng ao ước đi tới, và tệ hại nhất là tự biến mình thành nô lệ của dục vọng.

Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” kiểm soát tâm là mấu chốt đưa đến hạnh phúc. Nó là vua của mọi giới hạnh và là sức mạnh đằng sau mọi sự thành tựu chân chính. Chính do thiếu kiểm soát tâm mà các xung đột khác nhau đã dấy lên trong tâm chúng ta. Nếu chúng ta muốn kiểm soát tâm, chúng ta phải học cách buông xả những khát vọng và khuynh hướng của mình và phải cố gắng sống biết tự chế, khắc kỷ, trong sạch và điềm tĩnh. Chỉ khi nào tâm chúng ta được chế ngự và hướng vào con đường tiến hóa chân chính, lúc đó tâm của chúng ta mới trở nên hữu dụng cho người sở hữu nó và cho xã hội. Một cái tâm loạn động, phóng dăng là gánh nặng cho cả chủ nhân lẫn mọi người. Tất cả những sự tàn phá trên thế gian này đều tạo nên bởi những con người không biết chế ngự tâm mình.

Chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay, do nơi chấp ngã quá nặng nên bị vô minh hành xử, thân, khẩu, ý vì thế mà tạo ra vô lượng nghiệp nhân, thậm chí đến các việc nghịch ân bội nghĩa đối với cha mẹ, Tam Bảo, vân vân chúng ta cũng không từ. Ngày nay giác ngộ, ắt phải sanh lòng



hỗ thẹn ăn năn bằng cách đem ba nghiệp thân khẩu ý ấy mà chí thành sám hối. Như Đức Di Lạc Bồ Tát, đã là bậc Nhất sanh Bồ xứ thành Phật vậy mà mỗi ngày còn phải sáu thời lễ sám, cầu cho mau dứt vô minh, huống là chúng ta! Người Phật tử chân thuần nên phát nguyện sám hối nghiệp chướng nơi thân khẩu ý, hưng long ngôi Tam Bảo, độ khắp chúng sanh để chuộc lại lỗi xưa và đáp đền bốn trọng ân Tam Bảo, cha mẹ, sư trưởng, và chúng sanh

**Thứ nhất là Sám hối thân nghiệp:** Thân nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, và phát lồ cầu được tiêu trừ, rồi dùng thân ấy mà hành thiện nghiệp như bố thí cúng dường, vân vân. Đức Phật dạy: “Thân là nguồn gốc của tất cả nỗi khổ, là nguyên nhân của mọi hình phạt và quả báo trong tam đồ ác đạo.” Chúng sanh vì ngu muội nên chỉ biết có thân mình chớ chẳng cần biết đến thân người khác. Chỉ biết nỗi khổ của mình chớ chẳng nghĩ đến nỗi khổ của người. Chỉ biết mình cầu được yên vui, mà không biết rằng người khác cũng mong được yên vui. Hơn nữa, cũng vì vô minh mà ta khởi tâm bỉ thử, từ đó mà sanh ra ý tưởng thân sơ, dần dần kết thành thù oán lẫn nhau, gây nghiệp oan trái tiếp nối đời đời kiếp kiếp. Thân nghiệp có ba lỗi lớn là sát sanh, trộm cắp và tà dâm. Muốn sám hối nơi thân, phải đem thân lễ kính Tam Bảo, nghĩ biết rằng sắc thân này vô thường, nhiều bệnh hoạn khổ đau, và hằng luôn thay đổi, chuyển biến, rốt lại chúng ta chẳng thể nào chủ trì hay chỉ huy được thân này. Vì thế chúng ta chớ nên quá lệ thuộc vào thân và đừng nên vì thân này mà tạo ra các điều ác nghiệp.

**Thứ nhì là Sám hối Khẩu nghiệp:** Khẩu nghiệp tỏ bày tội lỗi, nguyện không nói dối, không nói lời đâm thọc, không chửi rủa, không nói lời vô tích sự, không nói lời hung dữ, không nói lời đâm thọc, không nói lưỡi hai chiều, và phát lồ cầu được tiêu trừ. Sau đó dùng khẩu ấy mà niệm Phật, tụng kinh, hay ăn nói thiện lành, vân vân. Đức Phật dạy: “Miệng là cửa ngõ của tất cả mọi oán họa.” Quả báo của khẩu nghiệp nặng nề vào bậc nhất. Khẩu nghiệp có bốn thứ là nói dối, nói lời mạ lỵ, nói lời thêu dệt, và nói lưỡi hai chiều. Do nơi bốn cái nghiệp ác khẩu này mà chúng sanh gây tạo ra vô lượng vô biên tội lỗi, hoặc nói lời bay bướm, ngọt ngào, giả dối, lừa gạt, ngôn hành trái nhau. Một khi ác tâm đã sanh khởi thì không nói chi đến người khác, mà ngay cả cha mẹ, sư trưởng, chúng ta cũng không chừa, không một điều nào mà ta không phỉ báng, chúng ta không từ một lời nói độc ác,

trừ rửa nào, hoặc nói lời ly tán khiến cho cốt nhục chia lìa, không nói có, có nói không, nói bừa bãi vô trách nhiệm. Phật tử chơn thuần phải luôn sám hối khẩu nghiệp, phải dùng cái miệng tội lỗi ngày xưa mà phát ra những lời ca tụng, tán thán công đức của chư Phật, tuyên nói những điều lành, khuyên bảo kẻ khác tu hành, ngồi thiền, niệm Phật hay tụng kinh. Sau đó, thề trọn đời không dùng miệng lưỡi đó nói ra những lời thô tục, hỗn láo. Đối trước Tam Bảo phải thành kính bày tỏ tội lỗi chẳng dám che giấu. Cũng cùng cái miệng lưỡi tội lỗi ngày xưa đã từng gây tạo ra biết bao ác khẩu nghiệp, thì ngày nay tạo dựng được vô lượng công đức và phước lành.

**Thứ ba là Sám hối Ý nghiệp:** Ý nghiệp phải thành khẩn ăn năn, nguyện không ganh ghét, không xấu ác, không bất tín, không tham, không sân, không si mê, thề không tái phạm. Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng tất cả năm thức từ nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, sở dĩ gây nên vô số tội lỗi là do ở nơi ý thức. Ý thức này cũng ví như mệnh lệnh của vua ban xuống quần thần. Mắt ưa ngắm bậy, tai ham nghe âm thanh du dương, mũi ưa ngửi mùi hương hoa, son phấn, lưỡi ưa phát ngôn tà vạy, thân ưa thích sự súc chạm mịn màng. Tất cả tội nghiệp gây ra từ năm thức này đều do chủ nhân ông là tâm hay ý thức mà phát sanh ra. Cuối cùng phải bị đọa vào tam đồ ác đạo, chịu vô lượng thống khổ nơi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Phòng ý như phòng thành, giữ tâm như giữ gìn tròn con mắt. Giặc cướp công đức, một đời hay nhiều đời, không gì hơn ý.” Nay muốn sám hối ý nghiệp, trước hết phải nghĩ rằng ba nghiệp tham sân si của ý là mầm mống gây tạo nên vô lượng nghiệp tội, là màng vô minh che mất trí huệ, là phiền não bao phủ chơn tâm. Thật là đáng sợ. Phật tử chơn thuần phải đem hết tâm ý sám hối ăn năn, thề không tái phạm.

## *Chương Sáu Mười Tám*

### *Tài Sản Lớn Nhất Là Tứ Trọng Ân*

Một trong những tài sản lớn nhất của người con Phật là Tứ Trọng Ân. Ân điền gồm có ân cha mẹ, thầy tổ, bậc trưởng thượng, chư Tăng Ni, để đáp lại những lợi lạc mà họ đã ban cho mình; đây là một trong ba loại phước điền. Theo Vô Lượng Thọ Kinh, Ân phước hay Thế phước gồm Hiếu dưỡng cha mẹ và tu hành thập thiện, bao gồm cả việc phụng thờ sư trưởng, tâm từ bi không giết hại, và tu thập thiện. Hai loại phước khác là Giới phước bao gồm thọ tam quy, trì ngũ giới cho đến cụ túc giới, không phạm oai nghi; và Hành phước bao gồm tu hành phát Bồ đề tâm, tin sâu như quả, hay đọc tụng và khuyến tấn người cùng đọc tụng kinh điển Đại thừa. Tứ Ân hay bốn trọng ân bao gồm ân Tam Bảo, ân cha mẹ thầy tổ, ân thiện hữu tri thức, và ân chúng sanh. **Thứ nhất là “Ân Tam Bảo”**: Nhờ Phật mở đạo mà ta rõ thấu được Kinh, Luật, Luận và dễ bề tu học. Nhờ Pháp của Phật mà ta có thể tu trì giới định huệ và chứng ngộ. Nhờ chư Tăng tiếp nối hoằng đạo, soi sáng cái đạo lý chân thật của Đức Từ Phụ mà ta mới có cơ hội biết đến đạo lý. Chúng ta phước mỏng nghiệp dầy, sanh nhằm thời mạt pháp, khó lòng gia nhập giáo đoàn, khó lòng mà thấy được kim thân Đức Phật. May mà còn gặp được Thánh tượng. May mà đời trước có trồng căn lành, nên đời này nghe được Phật Pháp. Nếu như không nghe được chánh pháp, đâu biết mình đã thọ Phật Ân. Ân đức này biển thẳm không cùng, non cao khó sánh. Nếu ta không phát tâm Bồ Đề, giữ vững chánh pháp, cứu độ chúng sanh, thì dù cho thịt nát xương tan cũng không đền đáp được. **Thứ nhì là “Ân Cha Mẹ Thầy Tổ”**: Nhờ cha mẹ sanh ta ra và nuôi nấng dạy dỗ nên người; nhờ thầy tổ chỉ dạy giáo lý cho ta đi vào chánh đạo. Bốn phận ta chẳng những phải cung kính, phụng sự những bậc này, mà còn cố công tu hành cầu cho các vị ấy sớm được giải thoát. Cha mẹ sanh ta khó nhọc! Chính tháng cưu mang, ba năm bú mớm. Đến khi ta được nên người, chỉ mong sao cho ta nối dõi tông đường, thừa tự tổ tiên. Nào ngờ một số trong chúng ta lại xuất gia, lạm xưng Thích tử, không dâng cơm nước, chẳng đỡ tay chân. Cha mẹ còn ta không thể nuôi dưỡng thân già, đến khi cha mẹ qua đời, ta chưa thể điu dắt thần thức của các người. Chừng hồi tưởng lại thì: “Nước trời đã cách biệt từ dung. Mộ biếc chỉ hắt hiu thu thảo.” Như thế

đối với đời là một lỗi lớn, đối với đạo lại chẳng ích chi. Hai đường đã lỗi, khó tránh tội khiên! Nghĩ như thế rồi, làm sao chuộc lỗi? Chỉ còn cách “Trăm kiếp, ngàn đời, tu Bồ Tát hạnh. Mười phương ba cõi độ khắp chúng sanh.” Được như vậy chẳng những cha mẹ một đời, mà cha mẹ nhiều đời cũng đều nhờ độ thoát. Được như thế chẳng những cha mẹ một người, mà cha mẹ nhiều người, cũng đều được siêu thăng. Đành rằng cha mẹ sanh dục sắc thân, nhưng nếu không có thầy thế gian, ắt ta chẳng hiểu biết nghĩa nhân. Không biết lễ nghĩa, liêm sỉ, thì nào khác chi loài cầm thú? Không có thầy xuất thế, ắt ta chẳng am tường Phật pháp. Chẳng am tường Phật pháp, nào khác chi hạng ngu mê? Nay ta biết chút ít Phật pháp là nhờ ai? Hướng nữa, thân giới phẩm đã nhận phần đức hạnh, áo cà sa thêm rạng vẻ phước điền. Thực ra, tất cả đều nhờ ơn sư trưởng mà được. Đã hiểu như thế, nếu như ta cầu quả nhỏ, thì chỉ có thể lợi riêng mình. Nay phát đại tâm, mới mong độ các loài hàm thức. Được như vậy thì thầy thế gian mới dự hưởng phần lợi ích, mà thầy xuất thế cũng thỏa ý vui mừng. **Thứ ba là “Ân Thiện Hữu Tri Thức”**: Nhờ thiện hữu tri thức mà ta có nơi nương tựa trên bước đường tu tập đầy chông gai khó khăn. Đức Phật đã nói về thiện hữu tri thức trong đạo Phật như sau: “Nói đến Thiện Hữu Tri Thức là nói đến Phật, Bồ Tát, Thanh Văn, Duyên Giác và Bích Chi Phật, cùng với những người kính tin giáo lý và kinh điển Phật giáo. Hàng thiện hữu tri thức là người có thể chỉ dạy cho chúng sanh xa lìa mười điều ác và tu tập mười điều lành. Lại nữa, hàng thiện hữu tri thức có lời nói đúng như pháp, thực hành đúng như lời nói, chính là tự mình chẳng sát sanh cùng bảo người khác chẳng sát sanh, nhẫn đến tự mình có sự thấy biết chơn thật (chánh kiến) và đem sự thấy biết đó ra mà chỉ dạy cho người. Hàng thiện hữu tri thức luôn có thiện pháp, tức là những việc của mình thực hành ra chẳng mong cầu tự vui cho mình, mà thường vì cầu vui cho tất cả chúng sanh, chẳng ra nói lỗi của người, mà luôn nói các việc thuần thiện. Gần gũi các bậc thiện hữu tri thức có nhiều điều lợi ích, ví như mặt trăng từ đêm mờ một đến rằm, ngày càng lớn, sáng và đầy đủ. Cũng vậy, thiện hữu tri thức làm cho những người học đạo lần lần xa lìa ác pháp, và thêm lớn pháp lành. Vì những lý do này, ân thiện hữu tri thức rất lớn nên chúng ta phải tu tập phát đại tâm, mới mong độ các loài hàm thức để trả ân cho các ngài. **Thứ tư là “Ân Chúng Sanh và Đàn Na Thí Chủ”**: Ta thọ ơn chúng sanh rất lớn. Không có người thọ lộc ta không có nhà để ở hay bàn ghế thường

dùng; không có bác nông phu ta lấy gạo đâu mà ăn để sống; không có người thợ dệt, ta lấy quần áo đâu để che thân, vân vân. Ta phải luôn siêng năng làm việc và học đạo, mong cầu cho nhứt thiết chúng sanh đều được giải thoát. Ta cùng chúng sanh từ vô thủy đến nay, kiếp kiếp, đời đời, đổi thay nhau làm quyến thuộc nên kia đây đều có nghĩa với nhau. Vì thế trong một đời chúng ta là quyến thuộc, mà đời khác lại làm kẻ lạ người dưng, nhưng cuối cùng chúng ta vẫn liên hệ nhau trong vòng sanh tử luân hồi. Nay dù cách đời đổi thân, hôn mê không nhớ biết, song cứ lý mà suy ra, chẳng thể không đền đáp được? Vật loại mang lông, đội sừng ngày nay, biết đâu ta là con cái của chúng trong kiếp trước? Loài bướm, ong, trùng, đế hiện tại, biết đâu chúng là cha mẹ đời trước của mình? Đến như những tiếng rên siết trong thành nọ quý, hay giọng kêu la nơi cõi âm ty; tuy ta không thấy, không nghe, song họ vẫn van cầu cứu vớt. Cho nên Bồ Tát xem ong, kiến là cha mẹ quá khứ. Nhìn cầm thú là chư Phật vị lai. Thương nẻo khổ lâu dài mà hằng lo cứu vớt. Nhớ nghĩa xưa sâu nặng, mà thường tưởng báo ân. Riêng các bậc xuất gia hôm nay, từ đồ mặc, thức ăn đến thuốc men giường chiếu đều nhờ đàn na tín thí. Đàn na tín thí làm việc vất vả mà vẫn không đủ sống, Tỳ Kheo sao đành ngồi không hưởng thụ? Người may dệt cực nhọc ngày đêm, mà Tỳ Kheo y phục dư thừa, sao lại không mang ơn đàn na tín thí cho đặng? Thí chủ có lắm người quanh năm nhà tranh, không giây phút nào được an nhàn, trong khi Tỳ Kheo ở nơi nền rộng chùa cao, thông thả quanh năm. Đàn na tín thí đã đem công cực nhọc cung cấp sự an nhàn, thì chư Tỳ Kheo lòng nào vui được? Đàn na tín thí phải nhún nhường tài lợi để cung cấp cho chư Tỳ Kheo được no đủ, có hợp lý không? Thế nên Tỳ Kheo phải luôn tự nghĩ: “Phải vận lòng bi trí, tu phước huệ trang nghiêm, để cho đàn na tín thí được phước duyên, và chúng sanh nhờ lợi ích.” Nếu chẳng vậy thì nợ nần hạt cơm tất vãi đều đền đáp có phân, phải mang thân nô dịch súc sanh để đền trả nợ nần. ***Ngoài ra, Phật tử chơn thuần phải luôn nhớ đến mười trọng ân của đấng Như Lai: Thứ nhất*** là ân Cứu độ chúng sanh. ***Thứ nhì*** là ân hy sinh trong tiền kiếp. ***Thứ ba*** là ân vị tha đến muôn loài, hay ân đi vào cõi lục đạo Ta Bà mà cứu độ chúng sanh. ***Thứ tư*** là ân giáng trần cứu thế hay ân làm xoa dịu những khổ đau của chúng sanh trong vòng sanh tử. ***Thứ năm*** là ân cứu khổ và viễn ly sanh tử. ***Thứ sáu*** là ân Đại bi. ***Thứ bảy*** là ân soi rọi Chân lý cho nhân loại. ***Thứ tám*** là ân tùy thuận hóa chúng, trước tiên là giáo pháp

Tiểu Thừa rồi sau là giáo pháp Đại Thừa. *Thứ chín* là ân soi rạng Niết bàn cho chúng đệ tử. *Thứ mười* là ân Đại bi thương xót chúng sanh mà nhập niết bàn ở tuổi 80 thay vì 100 và để lại Tam Tạng kinh điển phổ cứu cứu chúng sanh.

## *Chương Sáu Mười Chín*

### *Tài Sản Lớn Nhất Là Tứ Vô Lượng Tâm*

Tâm vô lượng là tâm rộng lớn không thể tính lường được được chư Bồ Tát tu tập. Tâm vô lượng không những làm lợi ích cho vô lượng chúng sanh, dẫn sinh vô lượng phúc đức và tạo thành vô lượng quả vị tốt đẹp trong thế giới đời sống trong một đời, mà còn lan rộng đến vô lượng thế giới trong vô lượng kiếp sau này, và tạo thành vô lượng chư Phật. Bốn tâm vô lượng, còn gọi là Tứ Đẳng hay Tứ Phạm Hạnh, hay bốn trạng thái tâm cao thượng. Được gọi là vô lượng vì chúng chiếu khắp pháp giới chúng sanh không giới hạn không ngăn ngại. Cũng còn được gọi là “Phạm Trú” vì đây là nơi trú ngụ của Phạm Chúng Thiên trên cõi Trời Phạm Thiên. Tứ Vô Lượng Tâm là những đề mục tu tập mang lại lợi lạc rất lớn cho hành giả. Hành giả tu Phật nên luôn tuân thủ tứ vô lượng tâm vì đó là bốn phẩm hạnh dẫn tới lối sống cao thượng. Chính nhờ bốn phẩm hạnh này mà hành giả có thể loại trừ được tánh ích kỷ và trạng thái bất hòa; đồng thời tạo được tánh vị tha và sự hòa hợp trong gia đình, xã hội và cộng đồng. Trong tu tập, đây là bốn tâm giải thoát, vì từ đó mình có thể nhìn thấy những gì tốt đẹp nhất nơi tha nhân. Như vậy, tứ vô lượng tâm cũng có thể được xem như những đề mục hành thiền thù thắng, qua đó hành giả có thể trau dồi những trạng thái tâm cao siêu hơn. Nhờ tu tập những phẩm chất cao thượng của tứ vô lượng tâm mà hành giả có thể an trụ nơi tâm tỉnh lặng và thanh sạch.

***Từ Vô Lượng Tâm:*** Từ vô lượng tâm là lòng thương yêu vô cùng rộng lớn đối với toàn thể chúng sanh mọi loài, và gây tạo cho chúng sanh cái vui chân thật. Cái vui của thế gian chỉ là cái vui giả tạm, vui không lâu bền, cái vui ấy bị phiền não chi phối; khi tham sân si được thỏa mãn thì vui; khi chúng không được thỏa mãn thì buồn. Muốn có cái vui chân thật, cái vui vĩnh viễn thì trước tiên chúng ta phải nhổ hết khổ đau do phiền não gây ra. “Từ” phải có lòng bi đi kèm. Bi để chỉ nguyên nhân của đau khổ và khuyên bảo chúng sanh đừng gây nhân khổ, từ để chỉ phương pháp cứu khổ ban vui. Tâm đem lại niềm vui sướng cho chúng sanh. Ở đây vị Tỳ Kheo với tâm đầy lòng từ trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thấy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm từ, quảng đại, vô biên, không

hận, không sân. Từ vô lượng tâm còn có nghĩa là tâm ao ước mong muốn phúc lợi và hạnh phúc của chúng sanh. Tâm này giúp đoạn trừ sân hận. Nỗi khổ của chúng sanh vô lượng thì lòng từ cũng phải là vô lượng. Muốn thành tựu tâm từ này, Bồ Tát phải dùng đủ phương tiện để làm lợi lạc cho chúng sanh, trong khi hóa độ phải tùy cơ và tùy thời. Tùy cơ là quan sát trình độ căn bản của chúng sanh như thế nào rồi tùy theo đó mà chỉ dạy. Cũng giống như thầy thuốc phải theo bệnh mà cho thuốc. Tùy thời là phải thích ứng với thời đại, với giai đoạn mà hóa độ. Nếu không thích nghi với hoàn cảnh và không cập nhật đúng với yêu cầu của chúng sanh, thì dù cho phương pháp hay nhất cũng không mang lại kết quả tốt. Trong Kinh Tâm Địa Quán, Đức Phật đã dạy về bốn thứ không tùy cơ là nói không phải chỗ, nói không phải thời, nói không phải căn cơ, và nói không phải pháp.

**Bi Vô Lượng Tâm:** Bi vô lượng tâm là tâm cứu khổ cho chúng sanh. Ở đây vị Tỳ Kheo với tâm đầy lòng bi mẫn trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thủy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm bi, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Bi vô lượng tâm còn làm tâm ta rung động khi thấy ai đau khổ. Tâm ao ước mong muốn loại trừ đau khổ của người khác, đối lại với sự tàn ác.

**Hỷ Vô Lượng Tâm:** Hỷ Vô Lượng Tâm là tâm vui mừng khi thấy người khác thoát khổ được vui. Ở đây vị Tỳ Kheo với đầy tâm hỷ trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thủy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm hỷ, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Hỷ tâm còn là tâm vui khi thấy người thành công thịnh vượng. Thái độ khen ngợi hay chúc mừng này giúp loại bỏ tánh ganh tỵ bất mãn với sự thành công của người.

**Xả Vô Lượng Tâm:** Xả vô lượng tâm là tâm xả bỏ, không luyến chấp khi làm lợi lạc cho tha nhân. Thói thường khi chúng ta làm điều gì nhất là khi được kết quả tốt, thì chúng ta hay tự hào, tự mãn, và đắc chí. Sự bất bình, cãi vã xung đột giữa người và người, nhóm này với nhóm khác cũng do tánh chấp trước mà nguyên nhân là do sự chấp ngã, chấp pháp mà ra. Đức Phật dạy rằng nếu có người lên án mình sai, mình nên trả lại họ bằng lòng thương, không nên chấp chặt. Khi họ càng cuồng đại thì chúng ta càng xả bỏ, luôn tha thứ cho họ bằng sự lành. Làm được như vậy là vui. Các vị Bồ Tát đã ly khai quan niệm chấp pháp, nên không thấy mình là ân nhân của chúng sanh; ngược lại,



lúc nào họ cũng thấy chính chúng sanh mới là ân nhân của mình trên bước đường lợi tha mãn chúng, tiến đến công hạnh viên mãn. Thấy chúng sanh vui là Bồ Tát vui, vì lòng từ bi. Các ngài xả bỏ đến độ người gần xa đều xem bình đẳng, kẻ trí ngu đều coi như nhau, mình và người không khác, làm tất cả mà thấy như không làm gì cả, nói mà không thấy mình có nói gì cả, chứng mà không thấy mình chứng gì cả. Tâm xả bỏ mọi thứ vật chất cũng như vượt lên mọi cảm xúc. Ở đây vị Tỳ Kheo với đầy tâm xả trải rộng khắp nơi, trên, dưới, ngang, hết thấy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy luôn an trú biến mãn với tâm xả, quảng đại, vô biên, không hận, không sân. Xả vô lượng tâm còn được coi như là nơi mà chư Thiên trú ngụ. Đây là trạng thái tâm nhìn người không thiên vị, không luyến ái, không thù địch, đối lại với thiên vị và thù hận.

Thật ra, có rất nhiều tế hạnh mà hành giả phải chuẩn bị trước cũng như trong lúc tu tập. Hành giả phải tu tập thế nào mà khi chứng kiến sự thành công của người khác mình phải khởi tâm tùy hỷ; khi thấy người khác đau khổ mình phải khởi tâm thương xót và thông cảm. Khi chính mình thành công mình phải luôn giữ tâm khiêm cung, vân vân và vân vân. Tuy nhiên, Đức Phật đã chỉ ra bốn cái tâm lớn vô lượng. Bốn tâm vô lượng này không những làm lợi ích cho vô lượng chúng sanh, dẫn sinh vô lượng phúc đức và tạo thành vô lượng quả vị tốt đẹp trong thế giới đời sống trong một đời, mà còn lan rộng đến vô lượng thế giới trong vô lượng kiếp sau này, và tạo thành vô lượng chư Phật. Bốn tâm vô lượng, còn gọi là Tứ Đẳng hay Tứ Phạm Hạnh, hay bốn trạng thái tâm cao thượng. Được gọi là vô lượng vì chúng chiếu khắp pháp giới chúng sanh không giới hạn không ngăn ngại. Cũng còn được gọi là “Phạm Trú” vì đây là nơi trú ngụ của Phạm Chúng Thiên trên cõi Trời Phạm Thiên. Chính tinh thần Từ Bi trong Tứ Vô Lượng Tâm mà Đức Phật dạy đã ảnh hưởng sâu sắc đến trái tim của vua A Dục, một đại hoàng đế Phật tử của Ấn Độ vào thế kỷ thứ 3 trước Tây Lịch. Trước khi trở thành một Phật tử, ông đã từng là một vị quân vương hiếu chiến giống như cha mình trước là vua Bình Sa Vương, và ông nội mình là vua Candaragupta. Khát vọng muốn bành trướng lãnh thổ của mình đã khiến nhà vua đem quân xâm lăng và chiếm cứ nước láng giềng Kalinga. Trong cuộc xâm lăng này, hàng ngàn người đã bị giết, trong khi nhiều chục ngàn người khác bị thương và bị bắt làm tù binh. Tuy nhiên, khi sau đó nhà vua tin nơi lòng từ bi của đạo Phật, ông đã nhận

ra sự điên rồ của việc giết hại này. Vua A Dục cảm thấy vô cùng ân hận mỗi khi nghĩ đến cuộc thảm sát khủng khiếp này và nguyện giữ từ vũ khí. Có thể nói vua A Dục là vị quân vương duy nhất trong lịch sử, là người sau khi chiến thắng đã từ bỏ con đường chinh phục bằng đường lối chiến tranh và mở đầu cuộc chinh phục bằng đường lối chánh pháp. Như chỉ dụ 13 khắc trên đá của vua A Dục cho thấy “Vua đã tra kiếm vào vỏ không bao giờ rút ra nữa. vì Ngài ước mong không làm tổn hại đến các chúng sanh.” Việc truyền bá tín ngưỡng từ bi của Đức Phật trên khắp thế giới phương Đông, phần lớn là do những nỗ lực táo bạo và không mệt mỏi của vua A Dục. Pháp Phật đã một thời làm cho tâm hồn người Á Châu trở nên ôn hòa và không hiếu chiến. Tuy nhiên, nền văn minh hiện đại đang xiết chặt trên các vùng đất Châu Á. Một điều mà ai trong chúng ta cũng phải chấp nhận là với đà tăng trưởng và phát triển của văn minh, thì sức sống nội tâm sẽ suy thoái, và con người ngày càng trở nên sa đọa. Với sự tiến triển của khoa học hiện đại rất nhiều thay đổi đã diễn ra, tất cả những thay đổi và cải tiến này, thuộc về lãnh vực vật chất bên ngoài, và có khuynh hướng làm cho con người thời nay ngày càng trở nên quan tâm đến nhục dục trần tục hơn, nên họ xao lãng những phẩm chất nơi tâm hồn, và trở nên ích kỷ hay vô lương tâm. Những đợt sóng văn minh vật chất đã ảnh hưởng đến nhân loại và tác động đến lối suy tư cũng như cách sống của họ. Con người bị trói buộc thậm tệ bởi giác quan của họ, họ sống quá thiên về thế giới vật chất đến nỗi không còn tiếp cận được với cái thiện mỹ của thế giới bên trong. Chỉ có quan niệm sống từ bi theo lời Đức Phật dạy mới có thể lập lại sự quân bình về tinh thần và hạnh phúc cho nhân loại mà thôi.

## **Chương Bảy Mười**

### **Biết Rõ Những Điều Khó Và Những Điều Không Thể Đạt Được**

Trong các trận bão, sinh mạng là hơn, nếu mạng mình còn là còn tất cả. Chỉ mong sao cho thân mạng này được sống còn, thì lo chi không có ngày gãy dựng nên cơ nghiệp. Tuy nhiên, vạn vật ở trên đời nếu đã có mang cái tướng hữu vi, tất phải có ngày bị hoại diệt. Đời người cũng thế, hễ có sanh là có tử; tuy nói trăm năm, nhưng mau như ánh chớp, thoáng qua tựa sương, như hoa hiện trong gương, như trăng lồng đáy nước, hơi thở mong manh, chứ nào có bền lâu? Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ rằng khi sanh ra đã không mang theo một đồng, nên khi chết rồi cũng không cầm theo một chữ, suốt đời làm lụng khổ thân tích chứa của cải, rốt cuộc vô ích cho bản thân mình trước cái sanh lão bệnh tử. Sau khi chết đi, của cải ấy liền trở qua tay người khác một cách phủ phàng. Lúc ấy không có một chút phước lành nào để cho thân thức nương cậy về kiếp sau, cho nên phải dựa vào tam đồ ác đạo. Cổ đức có dạy: “Thiên niên thiết mộc khai hoa dị, nhất thất nhưn thân vạn kiếp nan.” Nghĩa là cây sắt ngàn năm mà nay nở hoa cũng chưa lấy làm kinh dị, chớ thân người một khi đã mất đi thì muôn kiếp cũng khó mà tái hồi. Vì thế, Phật tử chơn thuần nên luôn nhớ những gì Phật dạy: “Thân người khó được, Phật pháp khó gặp. Được thân người, gặp Phật pháp, mà ta nỗ lực cho thời gian luống qua vô ích, quả là uổng cho một kiếp người.”

**Theo Đức Phật, có sáu điều khó gặp:** Thứ nhất là được sanh ra làm người là khó. Thứ nhì là được sanh ra cùng thời với Phật là khó. Thứ ba là nghe được chánh pháp là khó. Thứ tư là có tâm lành là khó. Thứ năm là được sanh ra nơi trung tâm vương quốc là khó. Thứ sáu là tu tập được quả vị là khó. **Lại có sáu điều khó gặp khác:** Thứ nhất là Ngộ Phật Thế Nan, nghĩa là sanh ra nhằm thời có Phật là khó. Thứ nhì là Văn Chánh Pháp Nan, nghĩa là nghe được chánh pháp là khó. Thứ ba là Sanh Thiện Tâm Nan, nghĩa là sanh được thiện tâm là khó. Thứ tư là Sanh Trung Quốc Nan, nghĩa là được sanh ra trong xứ trung tâm là khó. Thứ năm là Đắc Nhân Thân Nan, nghĩa là được thân người là khó. Thứ sáu là Toàn Căn Nan, nghĩa là được đầy đủ các căn là khó.

**Có tám điều khó gặp hay nghe được Phật pháp:** Tám điều kiện hay hoàn cảnh khó gặp Phật pháp, hay tám chỗ chướng nạn, một khi sanh vào thì chẳng có thể tu học cho thành đạo được. *Thứ nhất* là địa ngục, tái sanh nơi địa ngục, chúng sanh phải luôn chịu khổ đau. *Thứ nhì* là ngã quý, nơi chúng sanh chẳng bao giờ cảm thấy dễ chịu và luôn ham muốn. *Thứ ba* là súc sanh, nơi chúng sanh không có khả năng hiểu biết Phật pháp. *Thứ tư* là Bắc Cu lô châu, nơi chúng sanh luôn vui sướng ngủ dục làm cho chúng sanh không còn thiết gì đến tu hành Phật pháp. *Thứ năm* là cung trời trường thọ, nơi chúng sanh sống trường thọ và sung sướng đến nỗi không ai muốn tìm cầu Phật pháp. *Thứ sáu* là sanh làm thức giả hay triết giả phàm phu, vì những chúng sanh này tưởng mình là thế trí biện thông, biết hết mọi thứ nên không còn muốn tu tập theo Phật. *Thứ bảy* là sanh làm những người đui, điếc, câm, què. *Thứ tám* là tái sanh trong thời không có Như Lai, hay trong buổi chuyển tiếp sau thời Phật nhập diệt và thời Đức Hạ sanh Di Lặc Tôn Phật. Trong thời kỳ này, chúng sanh chỉ biết nhàn đàm hý luận về Phật pháp chứ không chịu tu tập.

**Theo Kinh Tứ Thập Nhị Chương, chương 36, có chín điều khó:** *Thứ nhất* là kẻ thoát được ác đạo để được sanh làm người là khó. *Thứ nhì* là được làm người mà thoát được thân nữ để làm thân nam là khó. *Thứ ba* là làm được thân nam mà sáu giác quan đầy đủ là khó. *Thứ tư* là một khi đã có sáu căn đầy đủ, vẫn khó được sanh vào xứ trung tâm. *Thứ năm* là đã sanh được vào xứ trung tâm, vẫn khó được sanh vào thời có Phật. *Thứ sáu* là đã sanh vào thời có Phật, vẫn khó được gặp Đạo. *Thứ bảy* là đã gặp Đạo, vẫn khó khởi được niềm tin. *Thứ tám* là đã có được niềm tin, vẫn khó phát tâm Bồ Đề. *Thứ chín* là phát tâm Bồ Đề mà đạt đến chỗ vô tu vô chứng là khó.

**Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, có hai mươi điều khó mà chúng sanh thường gặp phải:** Đức Phật dạy: “*Thứ nhất là nghèo mà phát tâm bố thí là khó:* Nghèo khổ mà muốn thực hành bố thí quả là khó, bởi nghèo khổ dù muốn bố thí, nhưng ngặt vì có lòng mà thiếu sức, nếu gắng gượng bố thí tất cả ảnh hưởng đến sự sống của mình nên phải hy sinh lớn lao. *Thứ nhì là giàu sang và có quyền thế mà phát tâm tu hành là khó:* Giàu sang mà chịu học đạo tu hành là khó, bởi giàu sang tuy có sức bố thí, song lại bị cảnh dục lạc lôi cuốn, khó buông bỏ thân tâm để tu hành. *Thứ ba* là từ bỏ thế tục để đương đầu với tử thần là điều khó (xả thân cầu đạo là khó). *Thứ tư* là gặp được kinh Phật là

điều khó. *Thứ năm là được sanh ra vào thời có Phật là điều khó:* Sanh gặp đời Phật là khó, như Đại Trí Độ Luận nói: “Ở nước Xá Vệ gồm chín trăm ngàn dân mà chỉ có một phần ba trong số người này được gặp thấy Phật, một phần ba số người tuy nghe danh tin tưởng nhưng không thấy gặp, và một phần ba số người hoàn toàn không được nghe biết cũng không được thấy. Đức Phật ở tại xứ này giáo hóa trước sau hai mươi lăm năm, mà còn ba ức người không thấy gặp nghe biết, thì những kẻ sanh nhằm đời Phật nhưng ở cách xa, hoặc sanh trước hay sau khi Phật ra đời, tất cả cơ duyên gặp Phật hoặc nghe Phật Pháp là điều không phải dễ. Tuy không gặp Phật mà y theo Phật pháp tu hành, thì cũng như gặp Phật. Nếu không theo lời Phật dạy, dù ở gần Phật, vẫn là xa cách. Khi xưa Đề Bà Đạt Đa là em họ của Đức Phật cũng như Tỳ Kheo Thiện Tinh làm thị giả cho Phật hai mươi năm, vì không giữ đúng theo đường đạo, nên kết cuộc bị đọa vào địa ngục. Bà lão ở phía đông thành Xá Vệ, sanh cùng ngày cùng giờ với Phật, nhưng vô duyên nên không muốn thấy Phật. Thế cho nên thấy được Phật, nghe được pháp, y theo lời dạy phụng hành, phải là người có nhiều căn lành phước đức nhân duyên. *Thứ sáu là chống lại được với tham dục là điều khó.* *Thứ bảy là thấy được việc mà không phải bỏ công tìm cầu là điều khó.* *Thứ tám là bị sỉ nhục mà không sanh tâm tức giận là điều khó.* *Thứ chín là có quyền thế mà không lạm dụng là điều khó.* *Thứ mười là tiếp xúc với sự việc mà không bị vướng mắc là điều khó.* *Thứ mười một là quảng học Phật pháp là điều khó.* *Thứ mười hai là bỏ được tự mãn và cống cao ngã mạn là điều khó.* *Thứ mười ba là không khinh thường người sơ cơ (chưa học Phật pháp) là điều khó.* *Thứ mười bốn là tu tập cho tâm được thanh tịnh là điều khó.* *Thứ mười lăm là không nhàn đàm hý luận là chuyện khó.* *Thứ mười sáu là gặp được thiện hữu tri thức là điều khó:* Nay Đức Phật đã nhập diệt, các bậc thiện tri thức thay thế Ngài ra hoằng dương đạo pháp, nếu thân cận nghe lời khuyên dạy tu hành của quý ngài, tất cũng được giải thoát. Nhưng kẻ căn lành sơ bạc, gặp thiện tri thức cũng khó. Dù có duyên được thấy mặt nghe pháp, song nếu không hiểu nghĩa lý, hoặc chấp hình thức bên ngoài mà chẳng chịu tin theo, thì cũng vô ích. Theo Kinh Phạm Võng và Hoa Nghiêm, muốn tìm cầu thiện tri thức, đừng câu nệ theo hình thức bên ngoài; như chớ chấp người đó trẻ tuổi, nghèo nàn, địa vị thấp, hoặc dòng dõi hạ tiện, tướng mạo xấu xa, các căn chẳng đủ, mà chỉ cầu người thông hiểu Phật pháp, có thể làm lợi ích cho mình. Lại đối với

bậc thiện tri thức chớ nên tìm cầu sự lầm lỗi, bởi vì đó có khi mật hạnh tu hành, vì phương tiện hóa độ, hoặc đạo lực tuy cao song tập khí còn chưa dứt, nên mới có hành động như vậy. *Thứ mười bảy* là thấy được tợ tánh mà tu tập là điều khó. *Thứ mười tám* là cứu độ chúng sanh theo đúng hoàn cảnh của họ là điều khó. *Thứ mười chín* là thấy sự việc mà không bị cảm xúc là điều khó. *Thứ hai mươi* là hiểu và thực hành đúng theo chánh pháp là điều khó.”

***Theo các truyền thống Phật giáo, có bốn điều không thể đạt được:*** trẻ mãi không già (thường thiếu bất khả đắc), không ốm đau bệnh hoạn (vô bệnh bất khả đắc), sống lâu (trường thọ bất khả đắc), và không chết (bất tử bất khả đắc). ***Theo Kinh A Hàm, có bốn thứ chẳng thể khinh thường:*** *Thứ nhất* là Thái tử tuy còn nhỏ, nhưng tương lai sẽ làm quốc vương, nên chẳng thể khinh thường. *Thứ nhì* là rắn tuy nhỏ, nhưng nọc độc có thể làm chết người, nên không thể khinh thường. *Thứ ba* là tia lửa tuy nhỏ, nhưng có thể đốt cháy núi rừng đồng cỏ lớn, nên không thể khinh thường. *Thứ tư* là Sa Di tuy nhỏ, nhưng có thể thành bậc Thánh, nên không thể khinh thường. ***Lại có bốn thứ không còn được giao phó cho điều gì nữa cả:*** người già, cái chết gần kề, xa xôi, và quý quái. ***Lại có bốn điều không thể thấy được:*** *Thứ nhất* là cá không thể thấy nước. *Thứ nhì* là người không thấy không khí hay gió. *Thứ ba*, kẻ mê muội mờ mịt không thể thấy được thực chất của vạn pháp. *Thứ tư* là người giác ngộ không thể thấy được cái không vì nhân tố của chính người ấy và tánh không đã vượt ra ngoài ý niệm. ***Lại có bốn thứ không thể sinh được:*** *Thứ nhất* là *Bất Khả Tự Sinh*: Pháp chẳng tự thân mà sanh ra. *Thứ nhì* là *Bất Khả Tha Sinh*: Pháp chẳng do tha nhân mà sanh ra. *Thứ ba* là *bất khả bất sinh*: Pháp chẳng do cộng nhân tự tha mà sanh. *Thứ tư* là *Bất Khả Bất Hạ Sinh*: Pháp chẳng do vô nhân mà sanh ra, một khi nghiệp nhân đủ đầy là chồi đâm trái trở. ***Trên thế gian này có năm điều mà không ai có thể thành tựu được:*** *Thứ nhất* là muốn thân không già nhưng nó vẫn cứ già. *Thứ nhì* là muốn không bệnh mà vẫn cứ bệnh. *Thứ ba* là muốn không chết nhưng vẫn cứ chết từng phút từng giây. *Thứ tư* là chối bỏ sự hoại diệt khi sự hoại diệt vẫn sờ sờ ra đó. *Thứ năm* là muốn bất tận nhưng vẫn cứ phải chịu tận. ***Có bảy điều không tránh khỏi:*** *Thứ nhất* là tái sanh chẳng thể tránh được. *Thứ nhì* là già chẳng tránh được. *Thứ ba* là bệnh chẳng tránh được. *Thứ tư* là chết chẳng tránh được. *Thứ năm* là tội chẳng tránh được. *Thứ sáu* là phước chẳng tránh được. *Thứ bảy* là nhơn duyên chẳng tránh được.

**Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Đức Phật dạy: “Làm người luôn có hai mươi điều khó:** Nghèo nàn bố thí là khó; Giàu sang học đạo là khó; Bỏ thân mạng quyết chết là khó; Thấy được kinh Phật là khó; Sinh vào thời có Phật là khó; Nhấn sắc nhấn dục là khó; Thấy tốt không cầu là khó; Bị nhục không tức là khó; Có thế lực không dựa là khó; Gặp việc vô tâm là khó; Học rộng nghiên cứu sâu là khó; Diệt trừ ngã mạn tự mãn là khó; Không khinh người chưa học là khó; Thực hành tâm bình đẳng là khó; Không nói chuyện phải trái là khó; Gặp được thiện tri thức là khó; Thấy tánh học Đạo là khó; Tùy duyên hóa độ người là khó; Thấy cảnh tâm bất động là khó; Khéo biết phương tiện là khó.” (Chương 12). Kẻ thoát được ác đạo sinh làm người là khó. Được làm người mà thoát được thân nữ làm thân nam là khó. Làm được thân nam mà sáu giác quan đầy đủ là khó. Sáu giác quan đầy đủ mà sanh vào xứ trung tâm là khó. Sanh vào xứ trung tâm mà gặp được thời có Phật là khó. Đã gặp Phật mà gặp cả Đạo là khó. Khởi được niềm tin mà phát tâm Bồ Đề là khó. Phát tâm Bồ đề mà đạt đến chỗ vô tu vô chứng là khó.”





## *Chương Bảy Mười Một*

### *Những Khảo Đảo Cũng Là Những Tài Sản Lớn Trong Tu Tập Hằng Ngày*

Khảo là những ảnh hưởng diễn biến của nghiệp thiện ác, nhưng chúng có sức thâm lồi cuốn hành giả làm cho bê trễ sự tu trì. Khi mới tu ai cũng có lòng hảo tâm, nhưng lần lượt bị những duyên nghiệp bên ngoài, nên một trăm người đã rút hết chín mươi chín. Cổ Đức nói: “Tu hành nhưt niên Phật tại tiền, nhị niên Phật tại Tây Thiên, tam niên vấn Phật yếu tiền.” Nghĩa là ‘sự tu hành năm đầu Phật như ở trước mặt, năm thứ hai Phật đã về tây, sang năm thứ ba ai muốn hỏi đến Phật hay bảo niệm Phật, phải trả tiền mới chịu nói tới, hoặc niệm qua ít câu.’ Những Khảo Đảo chính gồm có nội khảo, ngoại khảo, thuận khảo, nghịch khảo, minh khảo, và ám khảo.

**Thứ nhất là “Nội Khảo”:** Theo Hòa Thượng Thích Thiện Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, đây là một trong sáu loại khảo. Có người trong lúc tu tập, bỗng khởi lên những tâm niệm tham lam, giận hờn, dục nhiễm, ganh ghét, khinh mạn, nghi ngờ, hoặc si mê để hôn trầm buồn ngủ. Những tâm niệm ấy đôi khi phát hiện rất mãnh liệt, gặp duyên sự nhỏ cũng dễ cau có bực mình. Nhiều lúc trong giấc mơ, lại thấy các tướng thiện ác biến chuyển. Trong đây những tình tiết chi ly không thể tả hết được. Gặp cảnh nầy hành giả phải ý thức đó là công năng tu hành nên nghiệp tướng phát hiện. Ngay lúc ấy nên giác ngộ các nghiệp tướng đều như huyễn, nêu cao chánh niệm, thì tự nhiên các tướng ấy sẽ lần lượt tiêu tan. Nếu không nhận thức rõ ràng, tất sẽ bị nó xoay chuyển làm cho thối đọa. Tiên đức bảo: “Chẳng sợ nghiệp khởi sớm, chỉ e giác ngộ chậm” chính là điểm nầy. Có người đang lúc dụng công, bỗng phát sanh tán loạn mỗi nhọc khó cưỡng nổi. Ngay khi ấy nên đứng lên lễ Phật rồi đi kinh hành, hoặc tạm xả lui ra ngoài đọc một vài trang sách, sửa năm ba cành hoa, chờ cho thanh tịnh sẽ trở vào niệm Phật lại. Nếu không ý thức, cứ cưỡng ép cầu cho mau nhưt tâm, thì càng cố gắng lại càng loạn. Đây là sự uyển chuyển trong lúc dụng công, ví như thế giặc quá mạnh tợ nước tràn, người chủ soáy phải tùy cơ, nên cố thủ chớ không nên ra đánh. Có vị tu hành khi niệm Phật, bỗng thấy cô tịch như bản đàn độc điệu dễ sanh buồn chán, thì không ngại gì phụ thêm trì chú, quán tưởng, hoặc tụng kinh.

**Thứ nhì là “Ngoại Khảo”:** Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, đây là một trong sáu loại khảo. Đây là những chương cảnh bên ngoài làm duyên khó khăn thối đọa cho hành giả. Những chương cảnh này là sự nóng bức, ồn ào, uế tạp, hoặc chỗ quá rét lạnh, hay nhiều trùng kiến muỗi mòng. Gặp cảnh này cũng nên uyển chuyển, đừng chấp theo hình thức, chỉ cầu được an tâm. Chẳng hạn như ở cảnh quá nóng bức, chẳng ngại gì mặc áo tràng mỏng lễ Phật, rồi ra ngoài chỗ mát mà trì niệm, đến khi xong lại trở vào bàn Phật phát nguyện hồi hướng. Hoặc gặp chỗ nhiều muỗi, có thể ngồi trong màn thưa mà niệm Phật. Như ở miền bắc Trung Hoa vì thời tiết quá lạnh, các sư khi lên chánh điện tụng kinh, cũng phải mang giày vớ và đội mũ cẩn thận. Có hàng Phật tử vì nhà nghèo, làm lụng vất vả, đi sớm về khuya, hoặc nợ nần thiếu hụt, rách rưới đói lạnh, vợ yếu con đau, không có chỗ thờ cúng trang nghiêm. Trong những hoàn cảnh này sự tu tập thật ra rất khó, phải có thêm sự nhẫn nại cố gắng, mới có thể thành công được. Hoặc có người vì nhiều chương nghiệp, lúc không tu thì thôi, khi sắp vào bàn Phật lại nhức đầu chóng mặt và sanh đủ chứng bệnh, hay có khách viếng thăm và nhiều việc bất thường xảy đến. Gặp những cảnh như thế, phải cố gắng và khéo uyển chuyển tìm phương tu hành. Sự cố gắng uyển chuyển tùy trường hợp sai biệt mà ứng dụng chớ không thể nói hết ra được. Nên nhớ gặp hoàn cảnh bất đắc dĩ, phải chú trọng phần tâm, đừng câu nệ phần tướng, mới có thể dung thông được. Cõi Ta Bà ác trước vẫn nhiều khổ lụy, nếu không có sức cố gắng kham nhẫn, thì sự tu hành khó mong thành tựu.

**Thứ ba là “Thuận khảo”:** Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, đây là một trong sáu loại khảo. Có người không gặp cảnh nghịch mà lại gặp cảnh thuận, như cầu gì được nấy, nhưng sự thành công đều thuộc duyên ràng buộc chớ không phải giải thoát. Có vị khi phát tâm muốn yên tu, bỗng cảnh danh lợi sắc thanh chợt đến, hoặc nhiều người thương mến muốn theo phụng sự gần bên. Thí dụ người xuất gia khi phát tâm tu, bỗng có kẻ đến thỉnh làm tọa chủ một ngôi chùa lớn; hoặc như người tại gia, thì có thơ mời làm tổng, bộ trưởng, hay một cuộc làm ăn mau phát tài. Đây là những cảnh thuận theo duyên đời quyến rũ người tu, rồi dẫn lần đến các sự phiền toái khác làm mất đạo niệm. Người ta chết vì lửa thì ít, mà chết vì nước lại nhiều, nên trên đường tu cảnh thuận thật ra đáng sợ hơn cảnh nghịch. Cảnh nghịch đôi khi làm cho hành giả tỉnh ngộ, dễ thoát ly

niệm tham nhiễm, hoặc phần chí lo tu hành. Còn cảnh thuận làm cho người âm thầm thối đạo lúc nào không hay, khi bừng tỉnh mới thấy mình đã lặn xa xuống dốc. Người xưa nói: “Việc thuận tốt được ba. Mê lụy người đến già.” Lời này đáng gọi là một tiếng chuông cảnh tỉnh. Thế nên duyên thử thách của sự thuận khảo rất vi tế, người tu cần phải lưu ý.

**Thứ tư là “Nghịch Khảo”:** Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, đây là một trong sáu loại khảo. Trên đường đạo, nhiều khi hành giả bị nghịch cảnh làm cho trở ngại. Có người bị cha mẹ, anh em hay vợ chồng con cái ngăn trở hoặc phá hoại không cho tu. Có vị thân mang cố tật đau yếu mãi không lành. Có kẻ bị oan gia luôn theo đuổi tìm cách mưu hại. Có người bị vu oan giá họa, khiến cho ngồi tù chịu tra khảo hoặc lưu đày. Có vị bị sự tranh đua ganh ghét, hoặc bêu rêu nhiều tiếng xấu xa, làm cho khó an nhần. Điều sau này lại thường xảy ra nhiều nhưt. Những cảnh ngộ như thế đều do sức nghiệp. Lời xưa từng nói: “Hữu bất ngu chi dự, hữu cầu toàn chi hủy,” nghĩa là ‘có những tiếng khen, những vinh dự bất ngờ, không đáng khen mà được khen; và có những sự kiện thật ra không đáng khinh chê, lại diễn thành cảnh khinh hủy chê bai trọn vẹn.’

**Thứ năm là “Minh Khảo”:** Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, đây là một trong sáu loại khảo. Đây là sự thử thách rõ ràng trước mắt mà không tự tỉnh ngộ. Chẳng hạn như một vị tài đức không bao nhiêu, nhưng được người bưng bọ khen là nhiều đức hạnh, tài năng, có phước lớn, rồi sanh ra tự kiêu tự đắc, khinh thường mọi người, làm những điều càn rỡ, kết cuộc bị thảm bại. Hoặc có một vị đủ khả năng tiến cao trên đường đạo, nhưng bị kẻ khác gàn trở, như bảo ăn chay sẽ bị bệnh, niệm Phật trì chú nhiều sẽ bị đổ nghiệp, hay gặp nhiều việc không lành, rồi sanh ra e dè lo sợ, thối thất đạo tâm. Hoặc có những cảnh tự mình biết nếu tiến hành thì dễ rước lấy sự lỗi lầm thất bại, nhưng vì tham vọng hay tự ái, vẫn đeo đuổi theo. Hoặc đối với các duyên bên ngoài, tuy biết đó là giả huyễn nhưng không buông bỏ được, rồi tự chuốc lấy sự buồn khổ vào tâm. Kẻ dễ dãi nhẹ dạ thường hay bị phỉnh gạt. Khi chưa diệt được tham vọng thì dễ bị người khác dùng tiền tài, sắc đẹp hoặc danh vị lôi cuốn. Cho đến nếu còn tánh nóng nảy tất dễ bị người khích động, gánh lấy những việc phiền phức vào thân. Đây là những cạm bẫy của cả đời lẩn đạo, xin nêu ra để cùng nhau khuyên nhắc, nếu không dè dặt những điểm

đó, sẽ vướng vào vòng chướng nghiệp. Đối với những duyên thử thách như thế, hành giả phải nhận định cho sáng suốt, và sanh lòng quả quyết tiến theo đường lối hợp đạo mới có thể thắng nó được.

**Thứ sáu là “Ám Khảo”:** Theo Hòa Thượng Thích Thiên Tâm trong Niệm Phật Thập Yếu, đây là một trong sáu loại khảo. Điều này chỉ cho sự thử thách trong âm thầm không lộ liễu, hành giả nếu chẳng khéo lưu tâm, tất khó hay biết. Có người ban sơ tinh tấn niệm Phật, rồi bởi gia kế lần sa sút, làm điều chi thất bại việc ấy, sanh lòng lo lắng chán nản trễ bỏ sự tu. Có vị công việc lại âm thầm tiến triển thuận tiện rồi ham mê đeo đuổi theo lợi lộc mà quên lãng sự tu hành. Có kẻ trước tiên siêng năng tụng niệm, nhưng vì thiếu sự kiểm điểm, phiền não ở nội tâm mỗi ngày tăng thêm một ít, lần lượt sanh ra biếng trễ, có khi đôi ba tháng hay một vài năm không niệm Phật được một câu. Có người tuy sự sống vẫn điều hòa đầy đủ, nhưng vì thời cuộc bên ngoài biến chuyển, thân thể nhà cửa nay đổi mai dời, tâm mãi hoang mang hướng ngoại, bất giác quên bỏ sự trì niệm hồi nào không hay.

**Những Thứ Khảo Đảo Khác:** Ngoài ra, còn có những khảo đảo khác trong tu tập như thụy miên, hôn trầm, phóng dật, và trạo cử. Thụy miên có nghĩa là ngây ngật. Theo tông nghĩa của Hữu Bộ Tiểu Thừa, “Tùy Miên” là một tên khác của phiền não. Trong khi tông nghĩa của phái Duy Thức Đại Thừa, đây là tên gọi chung cho chủng tử của “Phiền Não Chướng” và “Sở Tri Chướng” (tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến). Hôn trầm có nghĩa là thần thờ (ngây ngật). Tánh của hôn trầm là làm cho tâm trí mờ mịt không sáng suốt. Theo Hòa Thượng Piyadassi trong quyển “Con Đường Cổ Xưa,” trạng thái hôn trầm hay rã rượi hay trạng thái bệnh hoạn của tâm và các tâm sở. Nó không phải như một số người có khuynh hướng nghĩ là trạng thái uể oải mệt mỏi của thân; vì ngay cả các bậc A La Hán và các bậc Toàn Giác, những vị đã đoạn trừ hoàn toàn sự rã rượi hôn trầm này vẫn phải chịu sự mệt mỏi nơi thân. Trạng thái hôn trầm cũng giống như bơ đặc không thể trét được. Hôn trầm làm cho tâm chúng ta cứng nhắc và trở lì, vì thế nhiệt tâm và tinh thần của hành giả đối với việc hành thiền bị lơ là, hành giả trở nên lười biếng và bệnh hoạn về tinh thần. Trạng thái uể oải này thường dẫn đến sự lười biếng càng lúc càng tệ hơn, cho đến cuối cùng biến thành một trạng thái lãnh đạm trở lì. Trạo cử có nghĩa là thao thức bồn chồn. Trạo cử (thân thể luôn nhúc nhích không yên, những phiền não khiến cho tâm xao xuyến không an tĩnh). Đặc tánh

của phóng dật là không tỉnh lặng hay không thức liễm thân tâm, như mặt nước bị gió lay động. Nhiệm vụ của phóng dật là làm cho tâm buông lung, như gió thổi phướn động. Nguyên nhân gần đưa tới bất phóng dật là vì tâm thiếu sự chăm chú khôn ngoan. Trạo cử hôn trầm là một trong những trở ngại cho thiền sinh là ngủ gục trong khi hành thiền. Có hai loại bệnh mà đa số thiền sinh thường mắc phải: trạo cử và hôn trầm. Nếu như tâm không bị vọng tưởng thì lại bị hôn trầm. Những hành giả dụng công tu tập mong đem hết nghị lực vào việc tham thiền sẽ không để cho ngủ gục khống chế.

Phóng Dật có nghĩa là buông lung phóng túng. Đức Phật biết rõ tâm tư của chúng sanh mọi loài. Ngài biết rằng kẻ ngu si chuyên sống đời phóng dật buông lung, còn người trí thời không phóng túng. Do đó Ngài khuyên người có trí nỗ lực khéo chế ngự, tự xây dựng một hòn đảo mà nước lụt không thể ngập tràn. Ai trước kia sống phóng dăng nay không phóng dật sẽ chói sáng đời này như trăng thoát mây che. Đối với chư Phật, một người chiến thắng ngàn quân địch ở chiến trường không thể so sánh với người đã tự chiến thắng mình, vì tự chiến thắng mình là chiến thắng tối thượng. Một người tự điều phục mình thường sống chế ngự. Và một tự ngã khéo chế ngự và khéo điều phục trở thành một điểm tựa có giá trị và đáng tin cậy, thật khó tìm được. Người nào ngồi nằm một mình, độc hành không buồn chán, biết tự điều phục, người như vậy có thể sống thoải mái trong rừng sâu. Người như vậy sẽ là bậc Đạo Sư đáng tin cậy, vì rằng tự khéo điều phục mình rồi mới dạy cho người khác khéo điều phục. Do vậy Đức Phật khuyên mỗi người hãy tự cố điều phục mình. Chỉ những người khéo điều phục, những người không phóng dật mới biết con đường chấm dứt tranh luận, cãi vã, gây hấn và biết sống hòa hợp, thân ái và sống hạnh phúc trong hòa bình. Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Không buông lung đưa tới cõi bất tử, buông lung đưa tới đường tử sanh; người không buông lung thì không chết, kẻ buông lung thì sống như thân ma (21). Kẻ trí biết chắc điều ấy, nên gắng làm chứ không buông lung. Không buông lung thì đặng an vui trong các cõi Thánh (22). Nhờ kiên nhẫn, dũng mãnh tu thiền định và giải thoát, kẻ trí được an ổn, chứng nhập Vô thượng Niết bàn (23). Không buông lung, mà ngược lại cố gắng, hăng hái, chánh niệm, khắc kỷ theo tịnh hạnh, sinh hoạt đúng như pháp, thì tiếng lành càng ngày càng tăng trưởng (24). Bằng sự cố gắng, hăng hái không buông lung, tự khắc chế lấy mình, kẻ trí tự tạo cho

mình một hòn đảo chẳng có ngọn thủy triều nào nhận chìm được (25). Người ám độn ngu si đắm chìm trong vòng buông lung, nhưng kẻ trí lại chăm giữ tâm mình không cho buông lung như anh nhà giàu chăm lo giữ cửa (26). Chớ nên đắm chìm trong buông lung, chớ nên mê say với dục lạc; hãy nên cảnh giác và tu thiền, mới mong đặng đại an lạc (27). Nhờ trừ hết buông lung, kẻ trí không còn lo sợ gì. Bạc Thánh Hiền khi bước lên lầu cao của trí tuệ, nhìn lại thấy rõ kẻ ngu si ôm nhiều lo sợ, chẳng khác nào khi lên được núi cao, cúi nhìn lại muôn vật trên mặt đất (28). Tinh tấn giữa đám người buông lung, tỉnh táo giữa đám người mê ngủ, kẻ trí như con tuấn mã thẳng tiến bỏ lại sau con ngựa gầy hèn (29). Nhờ không buông lung, Ma Già lên làm chủ cõi chư Thiên, không buông lung luôn luôn được khen ngợi, buông lung luôn luôn bị khinh chê (30). Tỳ kheo nào thường ưa không buông lung hoặc sợ thấy sự buông lung, ta ví họ như ngọn lửa hồng, đốt tiêu tất cả kiết sử từ lớn chí nhỏ (31). Tỳ kheo nào thường ưa không buông lung hoặc sợ thấy sự buông lung, ta biết họ là người gần tới Niết bàn, nhất định không bị sa đọa dễ dàng như trước (32).”

**Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy:** “Thắng ngàn quân địch chưa thể gọi là thắng, tự thắng được mình mới là chiến công oanh liệt nhất. Tự thắng mình còn vẻ vang hơn thắng kẻ khác. Muốn thắng mình phải luôn luôn chế ngự lòng tham dục. Chính tự mình làm chỗ nương cho mình, chứ người khác làm sao nương được? Tự mình khéo tu tập mới đạt đến chỗ nương dựa nhiệm mầu. Người nào trước buông lung sau lại tinh tấn, người đó là ánh sáng chiếu cõi thế gian như vầng trăng ra khỏi mây mù. Nếu muốn khuyên người khác nên làm như mình, trước hãy tự sửa mình rồi sau sửa người, vì tự sửa mình vốn là điều khó nhất. Ngồi một mình, nằm một mình, đi đứng một mình không buồn chán, một mình tự điều luyện, vui trong chốn rừng sâu. Chính các người là kẻ bảo hộ cho các người, chính các người là nơi nương náu cho các người. Các người hãy gắng điều phục lấy mình như thương khách lo điều phục con ngựa mình.”

## *Chương Bảy Mười Hai*

### *Tài Sản Của Người Con Phật Là Thông Hiểu Và Trì Giữ Giới Luật*

Vào thời Đức Phật còn tại thế, lúc một môn đệ mới bắt đầu được chấp nhận vào Tăng đoàn, Đức Phật nói với họ những lời đơn giản, “hãy lại đây, Tỳ Kheo!” Nhưng khi số người gia nhập ngày càng gia tăng và giáo hội phân tán. Những quy định đã được Đức Phật ban hành. Mỗi người Phật tử phải tuân giữ “Ngũ Giới” trong sự trau dồi cuộc sống phạm hạnh, và chư Tăng Ni tuân thêm 5 giới luật phụ được Đức Phật soạn thảo tỉ mỉ như là những điều luật rèn luyện và nói chung như là những giới luật tu tập. Năm giới luật phụ cho người xuất gia thời đó là tránh việc ăn sau giờ Ngọ, tránh ca múa, tránh trang điểm son phấn và dầu thơm, tránh ngồi hay nằm trên giường cao, và tránh giữ tiền hay vàng bạc, châu báu. Về sau này, nhiều trạng huống khác nhau khởi lên nên con số luật lệ trong “Ba La Đề Mộc Xoa” cũng khác biệt nhau trong các truyền thống khác nhau, mặc dù có một số điểm cốt lõi chung khoảng 150 điều. Ngày nay, trong các truyền thống Đại Thừa và Khất Sĩ, có 250 cho Tỳ Kheo và 348 giới cho Tỳ Kheo Ni; trong khi truyền thống Theravada có 227 giới cho Tỳ Kheo và 311 giới cho Tỳ Kheo Ni. Trong tất cả các truyền thống, cả truyền thống Đại Thừa bao gồm Khất Sĩ, và truyền thống Theravada, cứ nửa tháng một lần những giới luật này được toàn thể chư Tăng Ni tụng đọc, tạo cho chư Tăng Ni cơ hội để sám hối những tội lỗi đã gây nên.

Lối sống thế tục có tính cách hưởng ngoại, buông lung. Lối sống của một Phật tử thuần thành thì bình dị và tiết chế. Phật tử thuần thành có lối sống khác hẳn người thế tục, từ bỏ thói quen, ăn ngủ và nói ít lại. Nếu làm biếng, phải tinh tấn thêm; nếu cảm thấy khó kham nhẫn, chúng ta phải kiên nhẫn thêm; nếu cảm thấy yếu chuộng và dính mắc vào thân xác, phải nhìn những khía cạnh bất tịnh của cơ thể mình. Giới luật và thiền định hỗ trợ tích cực cho việc luyện tâm, giúp cho tâm an tịnh và thu thúc. Nhưng bề ngoài thu thúc chỉ là sự chế định, một dụng cụ giúp cho tâm an tịnh. Bởi vì dù chúng ta có cúi đầu nhìn xuống đất đi nữa, tâm chúng ta vẫn có thể bị chi phối bởi những vật ở trong tầm mắt chúng ta. Có thể chúng ta cảm thấy cuộc sống này đầy khó khăn và chúng ta không thể làm gì được. Nhưng càng hiểu rõ chân lý của sự

vật, chúng ta càng được khích lệ hơn. Phải giữ tâm chánh niệm thật sắc bén. Trong khi làm công việc phải làm với sự chú ý. Phải biết mình đang làm gì, đang có cảm giác gì trong khi làm. Phải biết rằng khi tâm quá dính mắc vào ý niệm thiện ác của nghiệp là tự mang vào mình gánh nặng nghi ngờ và bất an vì luôn lo sợ không biết mình hành động có sai lầm hay không, có tạo nên ác nghiệp hay không? Đó là sự dính mắc cần tránh. Chúng ta phải biết tri túc trong vật dụng như thức ăn, y phục, chỗ ở, và thuốc men. Chẳng cần phải mặc y thật tốt, y chỉ để đủ che thân. Chẳng cần phải có thức ăn ngon. Thực phẩm chỉ để nuôi mạng sống. Đi trên đường đạo là đối kháng lại với mọi phiền não và ham muốn thông thường.

Giới luật là những qui tắc căn bản trong đạo Phật. Giới được Đức Phật chế ra nhằm giúp Phật tử giữ mình khỏi tội lỗi cũng như không làm các việc ác. Tội lỗi phát sanh từ ba nghiệp thân, khẩu và ý. Giới sanh định. Định sanh huệ. Với trí tuệ không gián đoạn chúng ta có thể đoạn trừ được tham sân si và đạt đến giải thoát và an lạc. Luật pháp và quy tắc cho phép người Phật tử thuần thành hành động đúng trong mọi hoàn cảnh (pháp điều tiết thân tâm để ngăn ngừa cái ác gọi là luật, pháp giúp thích ứng với phép tắc chân chính bên ngoài gọi là nghi). Giới có nghĩa là hạnh nguyện sống đời phạm hạnh cho Phật tử tại gia và xuất gia. Có 5 giới cho người tại gia, 250 cho Tỳ kheo, 348 cho Tỳ kheo Ni và 58 giới Bồ Tát (gồm 48 giới khinh và 10 giới trọng). Đức Phật nhấn mạnh sự quan trọng của giới hạnh như phương tiện đi đến cứu cánh giải thoát rốt ráo (chân giải thoát) vì hành trì giới luật giúp phát triển định lực, nhờ định lực mà chúng ta thông hiểu giáo pháp, thông hiểu giáo pháp giúp chúng ta tận diệt tham sân si và tiến bộ trên con đường giác ngộ.

Già giới là những luật phụ hay thứ luật mà Phật chế ra như cấm uống rượu, đối lại với “tánh giới” là những giới luật căn bản của con người như cấm giết người. Giới luật trong Phật giáo có rất nhiều và đa dạng, tuy nhiên, nhiệm vụ của giới luật chỉ có một. Đó là kiểm soát những hành động của thân và khẩu, cách cư xử của con người, hay nói khác đi, là để thanh tịnh lời nói và hành vi của họ. Tất cả những điều học được ban hành trong đạo Phật đều dẫn đến mục đích chánh hạnh này. Tuy nhiên, giới luật tự thân nó không phải là cứu cánh, mà chỉ là phương tiện, vì nó chỉ hỗ trợ cho định (samadhi). Định ngược lại là phương tiện cho sự thu thập trí tuệ, và chính trí tuệ này lần lượt



dẫn đến sự giải thoát của tâm, mục tiêu cuối cùng của đạo Phật. Do đó, Giới, Định và Tuệ là một sự kết hợp hài hòa giữa những cảm xúc và tri thức của con người. Đức Phật vạch ra cho hàng đệ tử của Ngài những cách để khắc phục tà hạnh về thân và khẩu. Theo Kinh Trường Bộ (Majjhima Nikaya), Đức Phật dạy: “Sau khi điều phục lời nói, đã chế ngự được các hành động của thân và tự làm cho mình thanh tịnh trong cách nuôi mạng, vị đệ tử tự đặt mình vào nếp sống giới hạnh. Như vậy vị ấy thọ trì và học tập các học giới, giữ giới một cách thận trọng, và thấy sự nguy hiểm trong những lỗi nhỏ nhặt. Trong khi tiết chế lời nói và hành động như vị ấy phải cố gắng phòng hộ các căn. Vì nếu vị ấy thiếu sự kiểm soát các căn của mình thì các tư duy bất thiện sẽ xâm nhập đầy tâm của mình. Thấy một sắc, nghe một âm thanh, vân vân... Vị ấy không thích thú, cũng không khó chịu với những đối tượng giác quan ấy, mà giữ lòng bình thản, bỏ qua một bên mọi ưa ghét.”

Giới luật mà Đức Phật đã ban hành không phải là những điều răn tiêu cực mà rõ ràng xác định ý chí cương quyết hành thiện, sự quyết tâm có những hành động tốt đẹp, một con đường toàn hảo được đắp xây bằng thiện ý nhằm tạo an lành và hạnh phúc cho chúng sanh. Những giới luật này là những quy tắc đạo lý nhằm tạo dựng một xã hội châu toàn bằng cách đem lại tình trạng hòa hợp, nhất trí, điều hòa, thuận thảo và sự hiểu biết lẫn nhau giữa người với người. Giới là nền tảng vững chắc trong lối sống của người Phật tử. Người quyết tâm tu hành thiện định để phát trí huệ, phải phát tâm ưa thích giới đức, vì giới đức chính là yếu tố bồi dưỡng đời sống tâm linh, giúp cho tâm dễ dàng an trụ và tĩnh lặng. Người có tâm nguyện thành đạt trạng thái tâm trong sạch cao thượng nhất hằng thực hành pháp thiêu đốt dục vọng, chất liệu làm cho tâm ô nhiễm. Người ấy phải luôn suy tư rằng: “Kẻ khác có thể gây tổn thương, nhưng ta quyết không làm tổn thương ai; kẻ khác có thể sát sanh, nhưng ta quyết không sát hại sinh vật; kẻ khác có thể lấy vật không được cho, nhưng ta quyết không làm như vậy; kẻ khác có thể sống phóng túng lang chạ, nhưng ta quyết giữ mình trong sạch; kẻ khác có thể ăn nói giả dối đâm thọc, hay thô lỗ nhảm nhí, nhưng ta quyết luôn nói lời chân thật, đem lại hòa hợp, thuận thảo, những lời vô hại, những lời thanh nhã dịu hiền, đầy tình thương, những lời làm đẹp dạ, đúng lúc đúng nơi, đáng được ghi vào lòng, cũng như những lời hữu ích; kẻ khác có thể tham lam, nhưng ta sẽ không tham;

kẻ khác có thể để tâm cong queo quàng xiên, nhưng ta luôn giữ tâm ngay thẳng. Kỳ thật, tu tập giới luật cũng có nghĩa là tu tập chánh tư duy, chánh ngữ và chánh nghiệp, vân vân, vì giữ giới là tu tập chánh tư duy về lòng vị tha, từ ái, bất tổn hại; giữ giới là tu tập chánh ngữ để có thể kiểm soát giọng lưỡi tác hại của chính mình; giữ giới là tu tập chánh nghiệp bằng cách kềm hãm không sát sanh, không trộm cắp dù trực tiếp hay gián tiếp, không tà dâm; giữ giới còn là tu tập chánh mạng, nghĩa là không sống bằng những phương tiện bất chính cũng như không thủ đắc tài sản một cách bất hợp pháp.

Theo Kinh Đại Bát Niết Bàn và Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có **năm điều lợi ích cho người đủ giới**: *Thứ nhất* là người giữ giới nhờ không phóng túng nên được tài sản sung túc. *Thứ nhì* là người giữ giới tiếng tốt đồn khắp. *Thứ ba* là người giữ giới, khi vào hội chúng nào, Sát Đế Lợi, Bà La Môn, Sa Môn hay cư sĩ, vị ấy vào một cách đường hoàng, không dao động. *Thứ tư* là người giữ giới khi mệnh chung sẽ chết một cách không sợ sệt, không dao động. *Thứ năm* là người giữ giới, sau khi thân hoại mệnh chung được sanh lên thiện thú hay Thiên giới. Theo Tăng Chi Bộ Kinh, có **năm lợi ích cho người đức hạnh toàn thiện giới**: *Thứ nhất* là người có giới đức thừa hưởng gia tài lớn nhờ tinh cần. *Thứ nhì* là người có giới đức, được tiếng tốt đồn xa. *Thứ ba* là người có giới đức, không sợ hãi rụt rè khi đến giữa chúng hội Sát đế lợi, Bà-La-Môn, gia chủ hay Sa Môn. *Thứ tư* là người có giới đức khi chết tâm không tán loạn. *Thứ năm* là người có giới đức, lúc mệnh chung được sanh vào cõi an lạc hay cảnh trời. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ Kinh Đại Bát Niết Bàn và Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh có dạy **năm điều nguy hiểm của người ác giới**: *Thứ nhất* là người ác giới vì phạm giới luật do phóng dật thiệt hại nhiều tài sản. *Thứ nhì* là người ác giới, tiếng xấu đồn khắp. *Thứ ba* là người ác giới, khi vào hội chúng sát Đế Lợi, Bà La Môn, Sa Môn hay cư sĩ, đều vào một cách sợ sệt và dao động. *Thứ tư* là người ác giới, chết một cách mê loạn khi mệnh chung. *Thứ năm* là người ác giới, khi thân hoại mạng chung sẽ sanh vào khổ giới, ác thú, đọa xứ, địa ngục. Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Mùi hương của các thứ hoa, dù là hoa chiên đàn, hoa đa già la, hay hoa mặt ly đều không thể bay ngược gió, chỉ có mùi hương đức hạnh của người chân chính, tuy ngược gió vẫn bay khắp cả muôn phương (54). Hương chiên đàn, hương đa già la, hương bạt tất kỳ, hương thanh liên, trong tất cả thứ hương, chỉ thứ hương đức hạnh là

hơn cả (55). Hương chiên đàn, hương đa già la đều là thứ hương vi diệu, nhưng không sánh bằng hương người đức hạnh, xông ngát tận chư thiên (56). Người nào thành tựu các giới hạnh, hằng ngày chẳng buông lung, an trụ trong chính trí và giải thoát, thì ác ma không thể dòm ngó được (57). Già vẫn sống đức hạnh là vui, thành tựu chánh tín là vui, đầy đủ trí tuệ là vui, không làm điều ác là vui (333).



## *Chương Bảy Mười Ba*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Tu Tập Để Làm Người Có Trí Tuệ*

Người trí theo Phật giáo là người sáng suốt hiểu biết tường tận sự vật đúng như thật sự sự vật là như vậy, là thấu triệt thực tướng của sự vật, tức là thấy rõ bản chất vô thường, khổ, vô ngã của ngũ uẩn ngay trong chính mình. Không phải tự mình hiểu biết mình một cách dễ dàng vì những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến và ảo giác. Thật là khó mà thấy được con người thật của chúng ta. Đức Phật dạy rằng muốn có thể làm được một người hiểu biết theo Phật giáo, chúng ta phải trước hết thấy và hiểu sự vô thường nơi ngũ uẩn. Ngài ví sắc như một khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như ảo cảnh, hành lậu bều như lục bình trôi, và thức như ảo tưởng. Đức Phật dạy: “Bất luận hình thể vật chất nào trong quá khứ, vị lai và hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... đều trống rỗng, không có thực chất, không có bản thể. Cùng thể ấy, các uẩn còn lại: thọ, tưởng, hành, thức... lại cũng như vậy. Như vậy ngũ uẩn là vô thường, mà hễ cái gì vô thường thì cái đó là khổ, bất toại và vô ngã. Ai hiểu được như vậy là hiểu được chính mình.” Người trí là người hiểu rõ chân lý và không mê lầm nhân quả.

**Theo Kinh Hoa Nghiêm, Phẩm 38, có mười pháp minh liễu của chư Đại Bồ Tát. Chư Bồ Tát an trụ trong pháp này thời được đại trí minh liễu pháp vô thượng của Đức Như Lai:** Thứ nhất là tùy thuận thế tục sanh trưởng thiện căn, là phạm phu minh liễu pháp. Thứ nhì là tùy tín hành như minh liễu pháp bao gồm đạt được bất hoại tín vô ngại và tỏ ngộ tự tánh của các pháp. Thứ ba là tùy pháp hành như minh liễu bao gồm siêng tu tập chánh pháp và an trụ trong chánh pháp. Thứ tư là dự Lưu như minh liễu pháp bao gồm xa lìa tà đạo và hướng về Bát Chánh Đạo. Thứ năm là Tu Đà Hoàn như minh liễu, bao gồm diệt trừ những kiết sử, dứt lậu sanh tử và thấy chơn thiệt đế. Thứ sáu là Tư Đà Hàm như minh liễu pháp, bao gồm quán sát ham muốn là họa hoạn và biết không qua lại. Thứ bảy là A Na Hàm như minh liễu pháp, bao gồm chẳng luyến tam giới, cầu hết hữu lậu và đối với pháp thọ sanh chẳng sanh một niệm ái trước. Thứ tám là A La Hán như minh liễu pháp, bao gồm chứng lục thần thông, được bát giải thoát, đạt đến cửu

định và thành tựu tứ biện tài. *Thứ chín* là Bích Chi Phật nhưn minh liễu pháp, bao gồm tánh thích quán sát nhưt vị duyên khởi, tâm thường tịch tịnh, tri túc, thấu rõ nhưn duyên, tỉnh thức việc do mình mà thành, chớ chẳng do người, và thành tựu các môn thần thông trí huệ. *Thứ mười* là Bồ Tát nhưn minh liễu pháp, bao gồm trí huệ rộng lớn, các căn sáng lẹ, thường thích độ thoát tất cả chúng sanh, siêng tu phước trí các pháp trợ đạo, và phát triển Phật thập lực, vô úy và các công đức khác của Như Lai. Ngoài ra, người có trí huệ thì luôn liễu tri Phật Pháp, và vì thương xót chúng sanh mê muội và làm những việc đảo điên mà họ tu hạnh Bồ Tát và hồi hướng những thiện căn đến chúng sanh. Ngoài ra, người trí luôn hồi quang phản chiếu, luôn tự xét lấy mình. Kỳ thật, họ mới chính thật là những Phật tử chân thuần. ***Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy thượng nhân pháp:*** Tri Pháp, Tri Nghĩa, Tự tri, Tri Lượng, Tri Thời, Tri Chúng, và Tri Nhân.

***Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy:*** “Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lầm lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh nhưn thuyết pháp (79). Người tưới nước lo dẫn nước, thợ làm cung tên lo uốn cung tên, thợ mộc lo nẩy mực đo cây, còn người trí thì lo tự điều phục lấy mình (80). Như ngọn núi kiên cố, chẳng bao giờ bị gió lay, cũng như thế, những lời hủy báng hoặc tán dương chẳng bao giờ làm lay động người đại trí (81). Như nước hồ sâu, vừa yên lặng trong sạch, những người có trí tuệ sau khi nghe pháp, tâm họ cũng thanh tịnh và yên lặng (82). Người lành thường xa lìa mà không bàn đến những điều tham dục. Kẻ trí đã xa lìa niệm lự mừng lo, nên chẳng còn bị lay động vì khổ lạc (83). Không vị tình thiên hạ, cũng không vị tình một người nào, người trí không làm bất cứ điều gì sai quấy: không nên cầu con trai, sự giàu có, vương quốc bằng việc sai quấy; không nên cầu mong thành công của mình bằng những phương tiện bất chánh. Được vậy mới thật là người đạo đức, trí tuệ và ngay thẳng (84). Trong nhân loại chỉ có một ít người đạt đến bến bờ kia, còn bao nhiêu người

khác thì đang bồi hồi vợ vẫn tại bờ này (85). Những người nào hay thuyết pháp, hay theo Chánh pháp tu hành, thì được đạt tới bờ kia, thoát khỏi cảnh giới tà ma khó thoát (86). Người trí hãy nên rời bỏ hắc pháp (ác pháp) mà tu tập bạch pháp (thiện pháp), xa gia đình nhỏ hẹp, xuất gia sống độc thân theo pháp tắc Sa-môn (87). Người trí phải gột sạch những điều cấu uế trong tâm, hãy cầu cái vui Chánh pháp, xa lìa ngũ dục mà chứng Niết bàn (88). Người nào thường chính tâm tu tập các phép giác chi, xa lìa tánh cố chấp, rời bỏ tâm nhiễm ái, diệt hết mọi phiền não để trở nên sáng suốt, thì sẽ giải thoát và chứng đắc Niết bàn ngay trong đời hiện tại (89).





## *Chương Bảy Mười Bốn*

### *Người Con Phật Luôn Cảnh Giác Những Thử Thách Trên Bước Đường Tu Tập*

Trên bước đường tu tập, chắc chắn chúng ta sẽ gặp phải rất nhiều thử thách. Phật tử chân thuần nên luôn cố gắng vượt qua những thử thách này để thân tâm luôn được an lạc. ***Trước tiên, có mười sự độc hại trong cuộc sống tu hành:*** Đó là hào thế hay thế lực, tà nhưn pháp hay ngoại đạo pháp, hung hý hay đùa giỡn hung ác, chiêm đà la hay chuyên nghề làm thịt, nhị thừa, bất nam, dục tướng hay tư tưởng dâm dục, nguy hại hay một mình xông vô nhà người, cơ hiểm hay chê bai việc làm của người, và súc dưỡng hay nuôi súc vật cho việc hạ thịt. Kế đến, chúng ta phải nói đến sự thử thách của kiêu mạn và ganh tỵ (tật đố). Kiêu mạn là tật đố nghĩ rằng người khác có tài hơn mình. Ganh tỵ có thể là ngọn lửa thiêu đốt tâm ta. Đây là trạng thái khổ đau. Trong thiền quán, nếu chúng ta muốn đối trị ganh tỵ chúng ta cần nhìn thấy và cảm nhận nó mà không phê bình hay lên án vì phê bình và lên án chỉ làm tăng trưởng lòng ganh tỵ trong ta mà thôi. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng tật đố phát sinh do người ta có cảm giác mình thấp kém, trong khi kiêu mạn (tà mạn, ngã mạn, tăng thượng mạn, etc.) phát sinh từ cảm giác tự tôn sai lầm. Những thứ tự kiêu này sinh ra do người ta nhìn các sự vật từ một quan điểm sai lệch. Những ai đã thực sự thông hiểu Phật pháp và có thể đạt được cái nhìn đúng đắn về sự vật sẽ không bao giờ nhân nhượng lối suy nghĩ lệch lạc như thế. ***Thứ nhì là những thử thách của hoài nghi hay nghi hoặc:*** Nghi nghĩa là không tin hay không quyết định được. Hoài nghi có nghĩa là hoài nghi về mặt tinh thần. Theo quan điểm Phật giáo thì hoài nghi là thiếu khả năng tin tưởng nơi Phật, Pháp, Tăng. Hoài nghi là một trong những căn bản phiền não gây ra đau khổ. Một trong năm chướng ngại mà người ta phải trút bỏ trên đường nhập Thánh. Thuật ngữ “Vichikiccha” là từ Nam Phạn (Pali) là phối hợp của “Vi”, có nghĩa là không, và “cikiccha” có nghĩa là thuốc chữa. Thật vậy, một người ở ở trong tình trạng hoài nghi thật sự là một con người đang bị một chứng bệnh tàn khốc nhất, trừ khi anh ta buông bỏ mối hoài nghi của mình, bằng không anh ta vẫn phải tiếp tục lo âu và đau khổ về chứng bệnh tàn khốc này. Bao lâu con người còn phải chịu tình trạng khó chịu tinh thần này, tình

trạng lưỡng lự không quyết đoán được này, con người ấy sẽ vẫn tiếp tục có thái độ hoài nghi về mọi việc mà điều này được xem là bất lợi nhất cho việc tu tập. Các nhà chú giải giải thích tâm triền cái này như là sự không có khả năng quyết định điều gì một cách rõ rệt, nó cũng bao gồm cả sự hoài nghi về khả năng có thể chứng đắc các thiền nữa. Hoài nghi có nhiều loại: nghi ngại tự ngã, nghi ngại tôn sư, và nghi ngại pháp. *Theo Thượng Tọa Thích Hải Quang trong Thơ Gửi Người Học Phật, có bốn thứ nghi: Thứ nhất là nghi về Thân:* Nghi rằng trong quá khứ mình đã từng có thân hay không? Nghi rằng trong hiện tại thân này có thật sự hiện hữu hay không? Nghi rằng trong tương lai có đầu thai hay không? Nghi rằng trong quá khứ và vị lai thân ta là nam hay nữ? *Thứ nhì là nghi về Mạng:* Nghi rằng có thân có mạng hay có thân không mạng? Nghi rằng thân cùng mạng này là thường hay vô thường? Nghi rằng thân cùng mạng này do ai tạo ra? Trời Tự Tại tạo ra, theo luật tiến hóa tạo ra, tự nhiên sanh ra, do đời tạo ra, vân vân. Nghi rằng thân này là do cát bụi tạo ra. Nghi rằng nếu thân này không do cát bụi tạo ra thì tại sao khi tan rã rồi thì thân ấy lại hoàn về cát bụi. Nghi rằng thân do pháp hay do chẳng phải pháp tạo ra. Nghi rằng thân này do nghiệp hay chẳng do nghiệp tạo ra. Nghi rằng thân này do phiền não tạo ra. Nghi rằng thân này có phải do cha mẹ tạo ra hay không. *Thứ ba là nghi về Ngã:* Nghi rằng Ngã từ đâu sanh ra và sẽ đi về đâu? Nghi rằng nếu có cái Ngã, thì Ngã ấy là sắc hay chẳng phải sắc? Nghi rằng nếu có Ngã thì cái Ngã ấy là tướng hay chẳng phải là tướng? Nghi rằng cái Ngã ở trong thân hay ở ngoài thân? Nghi rằng cái Ngã ở trong tâm hay ở trong mắt? Nghi rằng cái Ngã ở đời quá khứ thuộc giống nào (là thú, hay là người và nó hành xử ra sao)? Nghi về cái Ngã đời vị lai thuộc giống nào? *Thứ tư là nghi về Tội:* Nghi rằng sát sanh có phạm tội hay không? Nghi rằng uống rượu hay những chất cay độc có phạm hay không phạm tội? Nghi rằng tội ta tự tạo hay vì người khác mà gây tạo? Nghi rằng nếu gây tạo tội rồi thì thân này sẽ thọ báo hay Ngã này sẽ thọ báo? *Bên cạnh đó, còn có năm thứ nghi (ngũ nghi):* Đây là năm loại nghi hoặc ẩn núp trong tâm và có khuynh hướng làm nãn niềm tin của chúng ta. *Thứ nhất* là nghi nơi trí huệ của Như Lai. *Thứ nhì* là nghi nơi giáo pháp của Phật. *Thứ ba* là nghi người thuyết pháp. *Thứ tư* là nghi không biết con đường hay phương cách để nghị đi theo có đáng tin cậy hay không. *Thứ năm* là nghi ngờ lòng thành của người hiểu và đi theo giáo pháp của Thế Tôn. Ngoài ra, còn

có năm loại hoài nghi khác nữa. Đây là những loại nghi ngờ chẳng những khiến cho hành giả tràn ngập với sân hận và chống đối, mà còn làm cho tâm hành giả bị mê mờ. *Có năm loại hoài nghi khiến cho tâm mê mờ: Loại nghi ngờ thứ nhất* liên hệ tới Đức Phật, vị thầy vĩ đại đã chỉ cho chúng ta con đường giải thoát. *Loại nghi ngờ thứ hai* liên hệ tới Pháp, con đường đưa đến giải thoát. *Loại nghi ngờ thứ ba* liên hệ tới Tăng già, những bậc cao thượng đã nhờ được một phần hay hết thầy hiền nào. *Loại nghi ngờ thứ tư* là nghi ngờ chính mình, nghi ngờ giới luật và cách hành thiền của chính mình. *Loại nghi ngờ cuối cùng* là nghi ngờ người khác, bao gồm cả thiền sư lẫn những bạn đồng tu khác. Nghi ngờ là chuyện tự nhiên. Mọi người đều bắt đầu với sự nghi ngờ. Chúng ta sẽ học được ở sự hoài nghi nhiều điều lợi lạc. Điều quan trọng là đừng đồng hóa mình với sự hoài nghi. Nghĩa là đừng chụp lấy nó, đừng bám víu vào nó. Dính mắc và hoài nghi sẽ khiến chúng ta rơi vào vòng lẩn quẩn. Thay vào đó, hãy theo dõi toàn thể tiến trình của hoài nghi, của sự băn khoăn. Hãy nhìn xem ai đang hoài nghi. Hoài nghi đến và đi như thế nào. Làm được như vậy, chúng ta sẽ không còn là nạn nhân của sự hoài nghi nữa. Chúng ta sẽ vượt ra khỏi sự nghi ngờ và tâm chúng ta sẽ yên tĩnh. Lúc bấy giờ chúng ta sẽ thấy mọi chuyện đến và đi một cách rõ ràng. Tóm lại, hãy để cho mọi sự bám víu, dính mắc của chúng ta trôi đi; chú tâm quan sát sự nghi ngờ; đó là cách hiệu quả nhất để chấm dứt hoài nghi. Chỉ cần đơn thuần chú tâm quan sát hoài nghi, hoài nghi sẽ biết mất. **Thứ ba là Thử thách về trộm cắp:** Trộm cắp là lấy bất cứ thứ gì mà không được cho bởi chủ nhân hay trộm cắp cũng sai ngay cả về mặt pháp lý. Đạo hay Trộm Cắp, một trong bốn trọng tội trong Phật giáo. Trộm cắp là lấy những gì mà người ta không cho, kể cả việc không đóng thuế hay tiền lệ phí mà mình phải trả, hay mượn đồ mà không trả, hay lấy những vật dụng từ sở làm để dùng cho cá nhân mình. Vị Tỳ Kheo hay Tỳ Kheo Ni nào trộm cắp hay xâm phạm tài sản của người khác, dù là của tư hay của công, đều phạm một trong bốn giới Rơi Rụng. Vị ấy không còn xứng đáng làm Tăng hay làm Ni trong giáo đoàn nữa. Phật tử chân thuần không nên trộm cắp vì bất cứ lý do gì. Không trộm cắp có nghĩa là không được lấy bất cứ thứ gì của người khác; không được tước đoạt quyền lợi của người khác. Không trộm cắp có nghĩa là không trực tiếp hay gián tiếp phỉnh gạt để lấy của người. Trái lại còn phải cố gắng bố thí cho muôn loài. Đức Phật đã từng dạy “họa lớn không gì bằng tham lam; phước

lớn không gì bằng bố thí”. **Thứ tư là Thử thách về dâm dục:** Dâm dục là giới thứ ba trong ngũ giới cho hàng tại gia, cấm ham muốn nhiều về sắc dục hay tà hạnh với người không phải là vợ chồng của mình. Giới thứ ba trong mười giới trọng cho hàng xuất gia trong Kinh Phạm Võng, cắt đứt mọi ham muốn về sắc dục. Người xuất gia phạm giới dâm dục tức là phạm một trong tứ đọa, phải bị trục xuất khỏi giáo đoàn vĩnh viễn. Theo Kinh Thủ Lăng Nghiêm, quyển Tám, Đức Phật đã nhắc nhở ngài A Nan về Dâm Tập Nhân như sau: "Dâm dục phát triển thành thói quen vì sự giao hợp trong đó hai người âu yếm nhau và phát sanh sức nóng kích thích sự ham muốn. Chuyện này cũng giống như việc chà xát hai tay với nhau." Đức Phật dạy: "Dâm tập giao tiếp, phát ra từ nơi cọ xát mãi không thôi. Như vậy nên lúc chết thấy có lửa sáng, trong đó phát động. Ví dụ như người lấy tay cọ xát nhau thấy có hơi nóng. Hai cái tập nường nhau khởi, nên có việc giường sắt trụ đồng. Cho nên mười phương các Đức Phật nói dâm là lửa dục. Bồ Tát thấy sự dâm dục như tránh hầm lửa." **Thứ năm là Thử thách về vọng ngữ:** Vọng ngữ là lời nói giả dối để phỉ báng, khoe khoang hay lừa dối người khác. Theo Kinh Pháp Cú, câu 306, Đức Phật dạy: "Thường nói lời vọng ngữ thì sa đọa; có làm mà nói không, người tạo hai nghiệp ấy, chết cũng đọa địa ngục." Theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có *bốn điều kiện cần thiết để tạo nên nghiệp nói dối:* Có sự giả dối không chân thật, ý muốn người khác hiểu sai lạc sự thật, thốt ra lời giả dối, và tạo sự hiểu biết sai lạc cho người khác. Cũng theo Đức Phật và Phật Pháp của Hòa Thượng Narada, có *những hậu quả không tránh khỏi của sự nói dối:* Bị mất chướng nhục mạ, tánh tình đê tiện, không ai tín nhiệm, và miệng mồm hôi thúi.

## *Chương Bảy Mười Lăm*

### *Người Con Phật Luôn Biết Để Cho Những Đóa Hoa Vô Ưu Luôn Nở Trong Ta*

Cơ hội làm người của chúng ta trong đời sống quý báu của kiếp người này không bền lâu. Không sớm thì muộn, cái chết rồi cũng sẽ đến với tất cả mọi người. Bản chất thật sự của kiếp sống là vô thường, và cái chết không miễn trừ một ai cả. Chúng ta đã mang không biết bao nhiêu là thân xác mỗi khi chúng ta được sanh ra. Theo qui luật tự nhiên, chết là việc phải xảy đến và không ai có thể tránh khỏi. Như vậy cách tốt nhất là chúng ta không nên lảng tránh nó; mà ngược lại hãy chiêm nghiệm về nó một cách nghiêm túc. Theo quan điểm Phật giáo, chết không phải là sự chấm dứt mà là một lối dẫn đến sự tái sanh khác. Tâm thức chỉ di chuyển từ đời này sang đời khác. Điểm bắt đầu của một tiến trình như thế thật không thể nào truy cứu được. Tuy nhiên, sự hiện hữu của chúng ta trong vòng luân hồi sanh tử thì không vô hạn một cách tự nhiên. Cũng theo quan điểm Phật giáo, con người có thể thực hiện để chấm dứt nó. Một hạt giống không có sự bắt đầu nhưng bản chất của nó không phải là vô hạn. Nếu chúng ta đốt hạt giống ấy là chúng ta có thể hủy diệt khả năng mọc lên của nó. Đó là sự chấm dứt. Cách duy nhất để làm được việc này là hãy để cho những đóa hoa Vô Ưu luôn nở trong lòng chúng ta. Vì sao? Vì một khi hoa Vô Ưu nở được trong lòng ta, chúng ta sẽ không còn tiếp tục gieo thêm bất cứ hạt giống nào cho kiếp luân hồi này nữa.

Do tâm vọng tưởng, ngay cả trong cuộc sống hiện tại, chúng ta liên tục hoạt động với những hành động bất thiện. Chúng ta không có tự do để tránh những cảm xúc tiêu cực. Chúng ta bị nô lệ bởi chúng. Chúng ta là tên tù của chính chúng ta. Thí dụ như khi giận dữ khởi lên trong chúng ta, chúng ta trở thành hoàn toàn chịu sự kiểm soát của cảm xúc tiêu cực này. Nó làm chúng ta suy nghĩ và hành xử những điều mà chúng ta không muốn làm. Nếu chúng ta chịu lùi lại một bước và thử nhìn vào gương khi chúng ta giận dữ, thì chúng ta sẽ thấy sự giận dữ đã làm gì đến chúng ta. Lúc đó chúng ta sẽ thấy quyền lực của sự giận dữ nó phá hủy chúng ta và những người chung quanh. Chúng ta có thể tự hỏi không biết chúng ta có thể chuộc lỗi một hành vi bất thiện như là một trong năm trọng nghiệp hay không. Theo Trung Quán Luận, bất cứ

hành vi bất thiện nào đều có thể được chuộc lỗi. Đây là tính chất của những điều bất thiện. Nếu chúng ta không quên lãng chúng, và chúng chưa được chín mùi, là chúng ta có thể thanh tịnh hóa chúng. Những hành vi không đạo đức thì bản chất là bất thiện nhưng chúng có một đặc tính là có thể được thanh tịnh hóa. Có người tin rằng họ có thể tránh khỏi những hậu quả của hành động tiêu cực đã phạm. Họ là những người không tin vào luật nhân quả. Chúng ta miễn bàn đến họ. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng theo luật nhân quả, hậu quả của bất cứ hành động nào, dù thiện hay bất thiện, phải được đối diện bởi chính người đó. Nói cách khác, mọi người phải chịu trách nhiệm cho những hành động của chính mình. Và một lần nữa, cách duy nhất để làm được việc này là hãy để cho những đóa hoa Vô Ưu luôn nở trong lòng chúng ta. Vì sao? Vì một khi hoa Vô Ưu nở được trong lòng ta, chúng ta sẽ có khả năng thanh tịnh hóa những hành vi bất thiện và không đạo đức trong quá khứ; đồng thời tránh được những hành vi tương tự nầy trong hiện tại và tương lai.

Tuy nhiên, những đóa hoa Vô Ưu chỉ nở khi chúng ta thiếu dục, nghĩa là có ít dục lạc hay ít ham muốn. Ở đây “ham muốn” không chỉ gồm ham muốn tiền bạc và vật chất, mà còn mong ước địa vị và danh vọng. Ham muốn cũng chỉ về sự mong muốn được những người khác thương yêu và phục vụ. Trong đạo Phật, một người đã đạt đến mức độ tâm thức thâm sâu thì sẽ có rất ít các ham muốn mà có khi còn thờ ơ với chúng nữa là khác. Chúng ta cũng nên chú ý rằng một người như thế thờ ơ với những ham muốn thế tục, nhưng người ấy lại rất khao khát với chân lý, tức là người ấy có sự ham muốn lớn lao đối với chân lý, vì theo đạo Phật, thờ ơ với chân lý là biếng nhác trong đời sống. Thiếu dục cũng còn có nghĩa là thỏa mãn với những thân đạt vật chất ít ỏi, tức là không cảm thấy buồn bực với số phận của mình và không lo lắng nhiều đến việc đời. Đây không có nghĩa là không quan tâm đến sự tự cải tiến của mình, mà là cố gắng tối đa với một thái độ không chán nản. Một người như thế chắc chắn sẽ được người chung quanh biết tới. Mà dù cho những người chung quanh có không biết tới đi nữa, thì người ấy cũng cảm thấy hoàn toàn hạnh phúc và theo quan điểm tâm linh thì người ấy đang sống như một vị vua vậy. **Có hai thứ cần phải thiếu dục:** Thứ nhất là thức ăn, thứ hai là sắc đẹp; một cái gọi là thực dục, một cái gọi là sắc dục. Hai thứ nầy giúp đỡ cho vô minh làm đủ thứ chuyện xấu, nên Đức Khổng Phu Tử có dạy: “Thực, sắc tánh

đã.” Nghĩa là háo ăn, háo sắc đều là bản tánh của chúng sanh. Người tu Phật phải biết tại sao vô minh chẳng phá được? Tại sao phiền não cũng không đoạn được? Tại sao trí huệ chẳng hiển lộ? Chỉ do bởi mình không biết thiếu dục đó thôi. Phật tử chân thuần nên nhớ rằng ăn uống thì trợ giúp cho dục vọng, dục vọng lại làm tăng trưởng vô minh. Một khi đã có lòng tham ăn rồi thì sau đó sẽ là tham sắc. Con trai thì ham muốn nữ sắc, con gái thì ham muốn nam sắc, cứ thế mà quyến luyến không rời và không thể nào nhìn sự vật thấu suốt được. Ăn uống bao nhiêu thứ thành chất bổ dưỡng, hễ chất bổ dưỡng sung mãn thì sanh lòng ham mê sắc dục. Phật tử chân thuần nên luôn nhớ rằng đồ ăn càng ít ngon chừng nào càng tốt chừng ấy. Không nên coi quá trọng vấn đề ăn uống. Ăn là để duy trì mạng sống mà tu tập, vì thế nên tiết độ trong ăn uống; không cần phải ăn đồ ăn ngon, mà cũng không ăn những đồ đã bị hư hoại, vì cả hai đều có hại cho sức khỏe của mình.

Cuối cùng, những đóa hoa Vô Ưu chỉ nở khi chúng ta sáng suốt hiểu biết tướng tận sự vật đúng như thật sự sự vật là như vậy, là thấu triệt thực tướng của sự vật, tức là thấy rõ bản chất vô thường, khổ, vô ngã của ngũ uẩn ngay trong chính mình. Không phải tự mình hiểu biết mình một cách dễ dàng vì những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến và ảo giác. Thật là khó mà thấy được con người thật của chúng ta. Đức Phật dạy rằng muốn có thể làm được một người hiểu biết theo Phật giáo, chúng ta phải trước hết thấy và hiểu sự vô thường nơi ngũ uẩn. Đức Phật ví sắc như một khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như ảo cảnh, hành lậu bều như lục bình trôi, và thức như ảo tưởng. Đức Phật dạy: “Bất luận hình thể vật chất nào trong quá khứ, vị lai và hiện tại, ở trong hay ở ngoài, thô thiển hay vi tế, thấp hay cao, xa hay gần... đều trống rỗng, không có thực chất, không có bản thể. Cùng thế ấy, các uẩn còn lại: thọ, tưởng, hành, thức... lại cũng như vậy. Như vậy ngũ uẩn là vô thường, mà hễ cái gì vô thường thì cái đó là khổ, bất toại và vô ngã. Ai hiểu được như vậy là hiểu được chính mình.” Đối với người Phật tử, sự nở rộ của những đóa hoa Vô Ưu nở rộ cũng có nghĩa là sự phát sáng của trí tuệ. Trong đạo Phật, trí tuệ là quan trọng tối thượng, vì sự thanh tịnh có được là nhờ trí tuệ, do trí tuệ, và trí tuệ là chìa khóa dẫn đến giác ngộ và giải thoát cuối cùng. Nhưng Đức Phật không bao giờ tán thán tri thức suông. Theo Ngài, trí phải luôn đi đôi với thanh tịnh nơi tâm, với sự hoàn hảo về giới: Minh Hạnh Túc. Trí tuệ phát sáng từ những đóa hoa Vô Ưu là loại trí tuệ đạt được

do sự hiểu biết và phát triển các phẩm chất của tâm, là trí tuệ siêu việt, hay trí tuệ do tu tập mà thành. Đó là trí tuệ của từ, bi, hỷ, xả, vị tha, của sự thông hiểu về luật nhân quả, của sự mong mỏi giải thoát, và của sự tầm cầu giác ngộ và giải thoát cho tha nhân. Đó là trí tuệ giải thoát chứ không phải là sự lý luận hay suy luận suông. Tuy nhiên, người Phật tử thuần thành không bao giờ yêu mến trí tuệ, không đi tìm trí tuệ, cũng không sùng bái trí tuệ. Mặc dù những điều này có ý nghĩa của nó và liên quan đến sự sống còn của nhân loại, người Phật tử thuần thành chỉ dùng trí tuệ để áp dụng thực tiễn những lời dạy của Đức Phật nhằm dẫn người theo đi đến sự xả ly, giác ngộ, và giải thoát cuối cùng. Mong sao cho những đóa hoa Vô Ưu nở rộ khắp cùng năm châu bốn bể, để một ngày nào đó, pháp giới chúng sanh đồng thành Phật Đạo!



## *Chương Bảy Mười Sáu*

### *Người Con Phật Luôn Luôn Cảnh Giác Có Một Thứ Đạo Phật Chết*

Danh từ Phật giáo phát xuất từ chữ Phạn “Budhi”, có nghĩa là “giác ngộ”, “tỉnh thức”, và như vậy Phật giáo là tôn giáo của giác ngộ và tỉnh thức. Chính vì thế mà định nghĩa thật sự của Phật giáo là “Điều Để.” Đức Phật không dạy từ lý thuyết, mà Ngài luôn dạy từ quan điểm thực tiễn qua sự hiểu biết, giác ngộ và thực chứng về chân lý của Ngài. Phật giáo dạy ta nên cố gắng phát triển trọn vẹn khả năng trí thức để có thể thông suốt rõ ràng. Phật giáo cũng dạy chúng ta phát triển lòng từ bi để có thể trở thành một người bạn thật sự của tất cả mọi chúng sanh. Như vậy Phật giáo là một triết học nhưng không chỉ đơn thuần là một triết học suông. Nó là một triết học tối thượng. Đức Phật dạy chúng ta nên cố gắng nhận biết chân lý, từ đó chúng ta mới có khả năng thông hiểu sự sợ hãi của chúng ta, tìm cách giảm thiểu lòng ham muốn của ta, tìm cách triệt tiêu lòng tự kỷ của chính mình, cũng như trầm tĩnh chấp nhận những gì mà chúng ta không thể thay đổi được. Đức Phật thay thế nỗi lo sợ không phải bằng một niềm tin mù quáng và không thuận lý nơi thần linh, mà bằng sự hiểu biết thuận lý và hợp với chân lý. Hơn nữa, Phật tử không tin nơi thần linh vì không có bằng chứng cụ thể nào làm nền tảng cho sự tin tưởng như vậy. Ai có thể trả lời những câu hỏi về thần linh? Thần linh là ai? Thần linh là người nam hay người nữ hay không nam không nữ? Ai có thể đưa ra bằng chứng rõ ràng cụ thể về sự hiện hữu của thần linh? Đến nay chưa ai có thể làm được chuyện này. Người Phật tử dành sự phán đoán về một thần linh đến khi nào có được bằng chứng rõ ràng như vậy. Bên cạnh đó, niềm tin nơi thần linh không cần thiết cho cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc. Nếu bạn tin rằng thần linh làm cho cuộc sống của bạn có ý nghĩa và hạnh phúc hơn thì bạn cứ việc tin như vậy. Nhưng nhớ rằng, hơn hai phần ba dân chúng trên thế giới này không tin nơi thần linh, và ai dám nói rằng họ không có cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc? Và ai dám cả quyết rằng toàn thể những người tin nơi thần linh đều có cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc hết đâu? Nếu bạn tin rằng thần linh giúp đỡ bạn vượt qua những khó khăn và khuyết tật thì bạn cứ tin như vậy đi. Nhưng người Phật tử không chấp nhận quan

niệm cứu độ thân thánh như vậy. Ngược lại, căn cứ vào kinh nghiệm của Đức Phật, Ngài đã chỉ bày cho chúng ta là mỗi người đều có khả năng tự thanh tịnh thân tâm, phát triển lòng từ bi vô hạn và sự hiểu biết toàn hảo. Ngài chuyển hướng thân trời sang tự tâm và khuyến khích chúng ta tự tìm cách giải quyết những vấn đề bằng sự hiểu biết chân chánh của chính mình. Rốt rồi, thần thoại về thần linh đã bị khoa học trấn áp. Khoa học đã chứng minh sự thành lập của vũ trụ hoàn toàn không liên hệ gì đến ý niệm thần linh. Tuy nhiên, theo dòng thời gian, tại rất nhiều nơi trên thế giới, Phật giáo bị biến dạng thành một thứ Đạo Phật Chết.

Đạo Phật chết là đạo Phật qua những hình thức tổ chức rườm rà, nghi lễ cổ điển, cúng kiến, kinh kệ bằng những ngôn ngữ xa lạ làm cho giới trẻ hoang mang. Từ đó giới trẻ nhìn về những ngôi chùa như một viện dưỡng lão của ông già bà cả, cho những người thiếu tự tin, hoặc cho những thành phần mê tín dị đoan. Ngoài ra, đạo Phật chết có mặt khi giáo lý nhà Phật chỉ được nói suông chứ không được thực hành. Nói rằng tin Phật chưa đủ; nói rằng biết giáo lý nhà Phật chỉ để nói thì thà là đừng biết. Thời gian bay nhanh như tên bay và ngày tháng bay qua như thoi đưa. Sóng trước ùa sóng sau. Cuộc đời lại cũng qua đi nhanh như vậy. Vô thường chẳng chừa một ai, tuổi già theo liền bên tuổi trẻ trong từng lúc, và chẳng mấy chốc chúng ta rồi sẽ già và hoại diệt chẳng để lại dấu vết gì. Phật tử thuần thành nên luôn nhớ rằng nếu chỉ tin suông theo Phật mà không hành trì, cũng không hơn gì tin theo đạo Phật chết. Điều này cũng giống như chúng ta đi vào một nhà hàng để đọc thực đơn chơi cho vui chứ không kêu món để ăn, chẳng có lợi ích gì cho mình cả. Vì thế, chúng ta nên luôn nhớ rằng Đạo mà không được thực hành là Đạo chết hay Đạo cùng; đức mà không đạt được bởi tu trì chỉ là đức giả. Thậm chí tại một số địa phương trên thế giới còn có thứ đạo Phật chết với những lối mê tín như thờ đầu cọp, đầu trâu, hay thờ thần rắn rít, bình vôi ông táo, xin xăm, bói quẻ, vãn vãn. Đạo Phật là đạo của trí tuệ, thế nên, đạo Phật không bao giờ chấp nhận mê tín dị đoan; tuy nhiên, những tín ngưỡng và nghi lễ mê tín đã được đưa vào nhằm tô son điểm phấn cho tôn giáo để lôi kéo quần chúng, nhưng một lúc sau thì những dây leo được trồng để trang hoàng lăng tẩm đã leo phủ cả lăng tẩm, và kết quả là giáo lý tôn giáo bị gạt ra nhường chỗ cho những nghi thức mê tín.

## *Chương Bảy Mười Bảy*

### *Người Con Phật Luôn Biết Cảnh Giác Ai Là Thiện Tri Thức Và Ai Là Ác Tri Thức*

Trong cuộc sống tu hằng ngày của người Phật tử, bạn lữ đồng tu đóng một vai trò rất quan trọng trong cuộc hành trình lên Phật. Nếu gặp bạn tốt hay thiện tri thức thì cuộc hành trình ấy sẽ có phần dễ dàng hơn. Tuy nhiên, nếu gặp loại ác lữ hay ác tri thức, rất có thể hành giả sẽ phải cùng họ đi vào địa ngục cũng không chừng. **Thiện Hữu Tri Thức:** Thiện tri thức là bất cứ ai (Phật, Bồ tát, người trí, người đạo đức, và ngay cả những người xấu ác) có thể giúp đỡ hành giả tiến tu giác ngộ. Thiện có nghĩa là hiền và đạo đức, Tri là sự hiểu biết chơn chánh, còn Thức là thức tỉnh, không mê muội và tham đắm nơi các duyên đời nữa. Thế nên, thiện tri thức là người hiền, hiểu đạo, và có khả năng làm lợi lạc cho mình và cho người. Thiện hữu tri thức là người bạn đạo hạnh, người thầy gương mẫu, sống đời đạo hạnh, cũng như giúp đỡ khuyến tấn người khác sống đời đạo hạnh. Người bạn đạo tốt, thực thà, chân thật, có kiến thức thâm hậu về Phật pháp và đang tu tập Phật pháp. Đức Phật đã nói về thiện hữu tri thức trong đạo Phật như sau: “Nói đến Thiện Hữu Tri Thức là nói đến Phật, Bồ Tát, Thanh Văn, Duyên Giác và Bích Chi Phật, cùng với những người kính tin giáo lý và kinh điển Phật giáo. Hàng thiện hữu tri thức là người có thể chỉ dạy cho chúng sanh xa lìa mười điều ác và tu tập mười điều lành. Lại nữa, hàng thiện hữu tri thức có lời nói đúng như pháp, thực hành đúng như lời nói, chính là tự mình chẳng sát sanh cùng bảo người khác chẳng sát sanh, nhãn đến tự mình có sự thấy biết chơn thật (chánh kiến) và đem sự thấy biết đó ra mà chỉ dạy cho người. Hàng thiện hữu tri thức luôn có thiện pháp, tức là những việc của mình thực hành ra chẳng mong cầu tự vui cho mình, mà thường vì cầu vui cho tất cả chúng sanh, chẳng nói ra lỗi của người, mà luôn nói các việc thuận thiện. Gần gũi các bậc thiện hữu tri thức có nhiều điều lợi ích, ví như mặt trăng từ đêm mờ một đến rằm, ngày càng lớn, sáng và đầy đủ. Cũng vậy, thiện hữu tri thức làm cho những người học đạo lần lần xa lìa ác pháp, và thêm lớn pháp lành.

*Có ba bậc thiện tri thức:* Giáo thọ thiện tri thức là vị thông hiểu Phật pháp và có kinh nghiệm về đường tu để thường chỉ dạy mình; hay

mình đến để thỉnh giáo trước và sau khi kiết thất. Trong trường hợp nhiều người đồng đả thất, nên thỉnh vị giáo thọ này làm chủ thất, mỗi ngày đều khai thị nửa giờ hoặc mười lăm phút. Ngoài Hộ Thiện Tri Thức là một hay nhiều vị ủng hộ bên ngoài, lo việc cơm nước, quét dọn, cho hành giả được yên vui tu tập. Thông thường, vị này thường được gọi là người hộ thất. Đồng Tu Thiện Tri Thức là những người đồng tu một môn với mình, để nhìn ngó sách tấn lẫn nhau. Vị đồng tu này có thể là người đồng kiết thất chung tu, hoặc có một ngôi tịnh am tu ở gần bên mình. Ngoài sự trông nhìn sách tấn, vị đồng tu còn trao đổi ý kiến hoặc kinh nghiệm, để cùng nhau tiến bước trên đường đạo. Lời tục thường nói: “Ăn cơm có canh, tu hành có bạn” là ý nghĩa này.

Thời nay muốn tu hành đúng đắn phải nương nơi bậc thiện tri thức thông kinh điển, đã có kinh nghiệm tu thiền nhiều năm để nhờ sự hướng dẫn. Đây là một trong năm điều kiện cần thiết cho bất cứ hành giả tu thiền nào. Nếu vị tu thiền nào không hội đủ năm điều kiện trên rất dễ bị ma chướng làm tổn hại. Theo Kinh Kalyana-mitra, Đức Phật dạy, “Thời nay muốn tìm minh sư, hay thiện hữu tri thức để gần gũi theo học, còn có chẳng trong sách vở hay gương Thánh hiền, chứ còn trong vòng nhân tình đời nay, quả là hiếm có vô cùng.” Các ngài còn dạy thêm năm điều về thiện hữu tri thức như sau: Đời nay trong 1.000 người mới tìm ra được một người lành. Trong 1.000 người lành mới có một người biết đạo. Trong 1.000 người biết đạo, mới có được một người tin chịu tu hành. Trong 1.000 người tu hành mới có được một người tu hành chân chánh. Vậy thì trong 4.000 người mới tìm ra được bốn người tốt.

Chính vì vậy mà Đức Phật thường khuyên chúng đệ tử của Ngài nên lắng nghe thiện hữu tri thức, không nên có lòng nghi ngờ. Đã gọi là thiện hữu tri thức thì khi họ khuyên mình tu hành cần phải có khổ công thì mình phải tin như vậy. Nếu mình có lòng tin một cách triệt để nhất định mình sẽ được minh tâm kiến tánh, phản bổn hoàn nguyên. Phật tử chân thuần phải thường nghe lời chỉ dạy của thiện hữu tri thức. Nếu vị ấy dạy mình niệm Phật thì mình phải tinh chuyên niệm Phật. Nếu vị ấy dạy mình đừng buông lung phóng dật thì mình không được buông lung phóng dật, đây chính là sự lợi lạc mà mình hưởng được nơi thiện hữu tri thức vậy. Sau đây là những lời Phật dạy về “Thiện Hữu Tri Thức” trong Kinh Pháp Cú: “Nếu gặp được người hiền trí thường chỉ bày lầm lỗi và khiển trách mình những chỗ bất toàn, hãy nên kết

thân cùng họ và xem như bậc trí thức đã chỉ kho tàng bảo vật. Kết thân với người trí thì lành mà không dữ (76). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (78). Được uống nước Chánh pháp thì tâm thanh tịnh an lạc, nên người trí thường vui mừng, ưa nghe Thánh như thuyết pháp (79). Nếu gặp bạn đồng hành hiền lương cẩn trọng, giàu trí lực, hàng phục được gian nguy, thì hãy vui mừng mà đi cùng họ (328). Nếu không gặp được bạn đồng hành hiền lương, giàu trí lực, thì hãy như vua tránh nước loạn như voi bỏ về rừng (329). Thà ở riêng một mình hơn cùng người ngu kết bạn. Ở một mình còn rảnh rang khỏi điều ác dục như voi một mình thên thang giữa rừng sâu (330).”

**Ác Hữu Tri Thức:** Trong khi đó, ác tri thức là người thô lỗ bị sân hận chế ngự, thiếu từ tâm, thiếu lòng tha thứ, thiếu cả tình thương. Ngược lại tốt có đầy đủ đức từ bi. Trên thế gian này nhiều người tâm đầy sân hận, không thể phân biệt được các hành động thiện ác, không khiêm nhường, không tôn kính các bậc đáng tôn kính, không học hỏi giáo pháp, cũng không tu tập. Họ dễ dàng nổi giận vì một chuyện bực mình nhỏ. Họ cấu kính với người khác và tự hành hạ chính mình bằng sự tự trách. Đời sống của họ tràn đầy thô bạo và không có ý nghĩa gì. Chúng ta thử tưởng tượng mà xem, làm bạn với những hạng này có lợi ích gì? Trái hẳn với hạng ác tri thức, những thiện tri thức là những người bạn tốt, những người có tâm đầy tình thương. Họ luôn nghĩ đến sự an lạc và lợi ích của tha nhân. Tình thương và sự nồng ấm của họ được biểu hiện qua lời nói và việc làm của họ. Họ giao tiếp với người khác bằng ái ngữ, bằng lợi hành và đồng sự. Họ luôn phát tâm bố thí những gì họ có thể bố thí nhằm lợi lạc tha nhân. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy: “Không được kết bạn với kẻ hơn mình, không được kết bạn với kẻ ngang mình, thà quyết chí ở một mình tốt hơn kết bạn với người ngu muội (61). Những người hay khuyên răn dạy dỗ, cản ngăn tội lỗi kẻ khác, được người lành kính yêu bao nhiêu thì bị người dữ ghét bỏ bấy nhiêu (77). Chớ nên làm bạn với người ác, chớ nên làm bạn với người kém hèn, hãy nên làm bạn với người lành, với người chí khí cao thượng (78). Đi chung với người ngu, chẳng lúc nào không lo buồn. Ở chung với kẻ ngu khác nào ở chung với quân địch. Ở chung với người trí khác nào hội ngộ với người thân (207).”



## *Chương Bảy Mười Tám*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Không Để Mờ Mịt Về Nhân Quả*

Luật nhân quả là sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Luật nhân quả hay sự tương quan giữa nguyên nhân và kết quả trong luật về “Nghiệp” của Phật giáo. Nhân là nguyên nhân, là năng lực phát động; quả là kết quả, là sự hình thành của năng lực phát động. Định luật nhân quả chi phối vạn sự vạn vật trong vũ trụ không có ngoại lệ Mọi hành động là nhân sẽ có kết quả hay hậu quả của nó. Giống như vậy, mọi hậu quả đều có nhân của nó. Luật nhân quả là luật căn bản trong Phật giáo chi phối mọi hoàn cảnh. Luật ấy dạy rằng người làm việc lành, dữ hoặc vô ký sẽ nhận lấy hậu quả tương đương. Người lành được phước, người dữ bị khổ. Nhưng thường thường người ta không hiểu chữ phước theo nghĩa tâm linh, mà hiểu theo nghĩa giàu có, địa vị xã hội, hoặc uy quyền chánh trị. Chẳng hạn như người ta bảo rằng được làm vua là do quả của mười nhân thiện đã gieo trước, còn người chết bất đắc kỳ tử là do trả quả xấu ở kiếp nào, đầu kiếp này người ấy không làm gì đáng trách. Theo Phật giáo, người si mê không biết sự lợi hại của đạo lý nhân quả nên cứ tùy tiện hành động, chẳng tin nhân quả, thậm chí họ còn bác bỏ. Ngược lại, hành giả tu thiền phải có sự hiểu biết một cách rõ ràng về luật nhân quả báo ứng hết sức lợi hại nên rất e dè sợ sệt làm những điều sai lầm với nhân quả. Bất luận làm việc gì, người trí luôn suy nghĩ nhiều lần rồi mới làm. Bậc Thánh nhân xuất thế tu hành là để chấm dứt vòng nhân quả. Trong khi kẻ phạm phu cứ u mê gây tội tạo nghiệp trong vòng nhân quả luân hồi. Không tội thì làm cho có tội; có tội rồi chẳng chịu nhận tội, mà còn cho là họ chẳng làm chuyện gì sai trái cả, chẳng chút kinh vì hổ thẹn. Không bị mê mờ vì nhân duyên, cũng không để đọa lạc vì nhân duyên. Khi xưa lúc Tổ Bách Trượng, tức Ngài Hoài Hải Thiền Sư, một bậc tu thiền ngộ đạo, thăng tòa thuyết pháp. Sau khi thời pháp đã xong rồi, thính chúng đều giải tán hết, chỉ còn lại một ông già tóc râu bạc trắng. Tổ thấy vậy bèn hỏi nguyên do, thì ông lão thưa rằng: “Bạch Tổ Sư, khi xưa tôi nguyên là một sa môn tu ở tại núi này, lúc tôi thăng tòa thuyết pháp, có một người thơ sinh học Phật pháp hỏi tôi rằng: “Người tu pháp Đại Thừa có còn bị lạc vào

nhân quả hay không?” Tôi trả lời rằng: “Bất lạc nhân quả. Ý nói người tu theo pháp Đại Thừa, không còn nằm trong vòng nhân quả nữa.” Bởi vì tôi trả lời không rõ ràng như vậy nên người nghe pháp kia hiểu lầm là không có nhân quả. Vì làm pháp sư giảng kinh pháp Đại Thừa mà giải đáp không rõ ràng khiến cho người nghe hiểu lầm như thế, nên sau khi chết tôi không được siêu thăng chi cả, trái lại phải bị đọa làm thân chồn ở tại núi này trong năm trăm kiếp. Kính xin ngài từ bi vì tôi mà giảng nói rõ ra sai lầm kia cho đúng nghĩa, cứu tôi thoát khỏi kiếp súc sanh khổ lụy này. Tổ Bách Trượng mới nói: “Vậy thì bây giờ ông hãy lấy lời của người học trò kia mà hỏi lại ta đi.” Ông già quỳ xuống như người học trò hỏi pháp khi xưa, chấp tay cung kính hỏi rằng: “Bạch ngài! Người tu pháp Đại Thừa có còn bị lạc nhân quả hay không?” Tổ sư đáp: “Bất muội nhân quả.” Nghĩa là người tu pháp Đại Thừa không bao giờ mê muội hay nghi ngờ vào nơi lý nhân quả, nhưng cũng vẫn nằm trong vòng nhân quả. Tổ vừa dứt lời thì ông già kia liền thức tỉnh, cung kính lạy tạ mà thưa rằng: “Tôi bị đọa làm chồn đã hơn 500 đời rồi, ngày nay do nhờ một câu nói của Ngài mà được thoát kiếp. Nay tôi sẽ bỏ thân chồn này tại nơi hang ở dưới chân núi phía sau chùa, xin Hòa Thượng từ bi chôn cất dùm. Hôm sau Tổ Bách Trượng sai thỉnh chuông nhóm họp đồ chúng lại để đưa đám cho một ông Tăng vừa mới thị tịch, làm cho chư Tăng ai nấy đều ngạc nhiên, bởi vì đâu thấy có ông Tăng nào trong chùa thị tịch. Tổ dẫn đại chúng ra nơi hang núi ở phía sau chùa, lấy gậy khều vào trong hang, hồi lâu mới kéo ra được một cái thân chồn, lông trắng tinh vừa mới chết, truyền cho chúng Tăng tụng kinh cầu siêu một hồi rồi nổi lửa thiêu đốt thân chồn ấy, lấy tro đem chôn. Thế mới biết, một lời nói sai lầm không đúng pháp, hay một lời dạy mù mờ không rõ nghĩa, mà còn bị đọa lạc như thế, huống là đem tà pháp tà kiến ra dạy làm tổn hại hay làm trì trệ con đường tu tập dẫn đến sự giác ngộ của chúng sanh? Theo truyện Bách Trượng Dã Hồ, “Bất Lạc” là một hành vi luân lý, trong khi “Bất Muội” là một thái độ tri thức. “Bất Lạc” đặt người ta đứng hẳn ra ngoài vòng nhân quả vốn là thế giới vạn biệt này và đấy là cái vòng hiện hữu của chúng ta. “Bất Muội” hay không mê mờ, việc xảy ra là sự chuyển hướng của thái độ tinh thần chúng ta hướng về một thế giới ở trên nhân quả. Và do sự chuyển hướng này toàn thể viễn quan về đời sống đón nhận một sắc thái mới mẻ đáng được gọi là “Bất Lạc Nhân Quả.” Qua câu chuyện Bách Trượng Dã Hồ, chúng ta thấy vấn đề bất lạc nhân quả và



bất muội nhân quả là một vấn đề trọng đại không riêng cho các Phật tử của mọi tông phái mà cho cả các triết gia và những người có đạo tâm. Nói cách khác, đây là vấn đề ý chí tự do, là vấn đề ân sủng, thần thánh, là vấn đề nghiệp báo siêu việt; nó là vấn đề của luận lý và tâm linh của khoa học và tôn giáo, của nhiên giới và siêu nhiên giới, của đạo đức và tín ngưỡng. Nếu bất lạc nhân quả, tức là làm hư toàn bộ kế hoạch của vũ trụ; bởi vì chính luật nhân quả ràng buộc hiện hữu, và nếu không có thực tại của trách nhiệm đạo đức thì căn cơ cốt yếu của xã hội sẽ bị đổ nhào. Phật tử chúng ta nên hiểu chữ “bất muội” ở đây không phải là không mê mờ về nhân quả, mà là không biết hay không chối bỏ, hoặc xóa bỏ.



## *Chương Bảy Mười Chín*

### *Người Con Phật Luôn Biết Tiết Độ Trong Cuộc Sống Và Tu Tập*

Tiết độ còn có nghĩa là tự chế hay tự chủ hay tự kiểm soát, đặc biệt là kiểm soát các giác quan. Tự chế cũng có nghĩa là trì giới là một trong mười khí giới của Bồ Tát, vì vứt bỏ tất cả sự hủy phạm. Chư Bồ Tát an trụ nơi pháp này thời có thể diệt trừ những phiền não, kiết sử đã chứa nhóm từ lâu của tất cả chúng sanh. ***Theo Thiền Sư Achaan Chah trong “Mặt Hồ Tĩnh Lặng,” có ba điểm căn bản để thực hành tiết độ:*** Tu tập để không bị chìm đắm và dính mắc trong dục lạc ngũ trần, ăn uống tiết độ, và tỉnh thức. ***Thứ nhất là thu thúc lục căn:*** Chúng ta có thể dễ dàng nhận ra một cơ thể bất thường, đui, điếc, câm, què, vãn vãn, nhưng khó nhận ra một trạng thái tâm bất thường. Khi bắt đầu hành thiền, hành giả sẽ thấy mọi sự khác hẳn. Bạn sẽ nhìn thấy một trạng thái tâm méo mó, mà trước đây đối với bạn là bình thường. Bạn sẽ thấy nguy hiểm ở nơi mà trước đây bạn không thấy. Điều này giúp bạn thu thúc. Bạn sẽ trở nên nhạy cảm, như người đi vào rừng sâu ý thức được mối nguy hiểm của thú dữ, rắn độc, gai nhọn, vãn vãn. Một người có vết thương, rất thận trọng trước sự nguy hiểm của loài ruồi. Cũng như vậy, đối với người hành thiền, mối nguy hiểm phát xuất từ các đối tượng của giác quan, tức là lục trần. Bởi thế, thu thúc lục căn là đức hạnh cao nhất. ***Thứ nhì là Tiết Độ trong Ăn Uống:*** Ăn ít và tiết độ đối với chúng ta quả thật là khó khăn. Hãy học cách ăn trong chánh niệm. Ý thức được nhu cầu thực sự của mình; học cách phân biệt giữa muốn và cần. Đào luyện cơ thể không phải là hành xác. Không ngủ, không ăn, dù có giá trị của chúng, nhưng cũng chỉ là những cực đoan. Hành giả phải thực sự muốn chống lại sự biếng nhác và phiền não. Khuấy động chúng lên và quan sát chúng. Một khi hiểu được chúng thì những sự thực hành có vẻ cực đoan trên sẽ không cần thiết nữa. Đó là lý do tại sao chúng ta phải ăn, ngủ, và nói ít lại, nhằm đè nén tâm luyện ái và khiến chúng tự lộ diện. Theo Kinh Hữu Học trong Trung Bộ Kinh, Đức Phật đã dạy ‘Vị Thánh đệ tử biết tiết độ trong ăn uống. Thứ nhất quán sát một cách khôn ngoan khi thọ dụng các món ăn, không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức hay tự làm đẹp mình, chỉ để thân này được duy trì, được bảo

dưỡng, khỏi bị gia hại, để chấp trì phạm hạnh. Vị ấy nên nghĩ rằng: “Như vậy ta diệt trừ các cảm thọ cũ và không cho khởi lên các cảm thọ mới; và ta sẽ không phạm lỗi lầm, sống được an ổn.” Theo Kinh Pháp Cú, câu 325, Đức Phật dạy: “Như heo kia ưa ngủ, lại tham ăn, kẻ phàm ngu vì tham ăn ưa ngủ, nên phải bị tiếp tục sanh mãi trong vòng luân hồi.” *Sự tiết độ thứ ba là tỉnh thức*: Muốn có chánh niệm thì phải có nỗ lực liên tục, chứ không phải chỉ siêng năng một lúc rồi thôi. Dầu chúng ta có hành thiền suốt đêm nhưng trong lúc khác chúng ta để cho sự lười biếng chế ngự thì cũng không phải là hành thiền đúng cách. Chúng ta phải luôn quan sát, theo dõi tâm chúng ta như cha mẹ theo dõi con cái, bảo vệ không để chúng hư hỏng.

## *Chương Tám Mười*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Không Thấy Lỗi Người*

Thái độ chỉ thấy lỗi người chứ không thấy lỗi mình cũng là một trong những hình thức khác của sự kiêu mạn, tức là cậy tài mình nên nghĩ lúc nào mình cũng đúng, người cũng sai, mình tài cao hơn người khác, nên chẳng bao giờ mình phạm lỗi, mà chỉ có người mới phạm lỗi. Những người này luôn dương dương tự đắc và luôn có khuynh hướng lấn át người trên, chà đạp người dưới, không học hỏi, không lắng nghe lời khuyên hay lời giải thích, hậu quả càng ngày là họ càng phạm phải nhiều lỗi lầm đáng tiếc hơn. Trong cuộc sống hằng ngày, đa phần chúng ta ai cũng vậy, thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình khó. Đức Phật dạy chúng ta không nên tránh né trách nhiệm của chính mình bằng cách đổ thừa cho người khác về những hoàn cảnh không may hay những điều sui rủi. Thông thường con người khi phải đương đầu với những khuyết điểm của mình, họ thường đối mình và tránh né nhận sự lỗi lầm đó. Họ sẽ tìm đủ mọi cách để bào chữa, ngay cả sử dụng phương cách tệ hại nhất để biện minh cho việc làm của họ. Họ có thể thành công trong việc bào chữa này. Đôi khi họ đạt được kết quả bằng cách cố gắng lừa gạt người khác, ngay cả việc tự đối mình với những ý tưởng xấu xa nảy sinh trong tâm trí. Tuy nhiên, bạn có thể lừa đảo vài người trong một đôi lúc, chứ bạn không thể lúc nào cũng lừa đảo được mọi người. Theo Đức Phật: “Kẻ thực sự xấu ác, khi họ gây tạo tội lỗi mà không tự biết. Và người làm ác nhưng biết sám hối tội lỗi của mình là người có trí tuệ vậy.” Nếu bạn phạm lỗi, bạn nên chấp nhận điều ấy. Dĩ nhiên bạn cần có can đảm để thấy được sự sai quấy của chính mình. Phật tử thuần thành đừng bao giờ nghĩ rằng mình không may, bất hạnh, hay mình là nạn nhân của vận số. Bạn nên ý thức rằng tâm của bạn tạo nên những nguyên nhân gây nên mọi khổ đau phiền não cho chính bạn. Chỉ có như vậy bạn mới đi đến đời sống hạnh phúc thật sự được. Trong kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy về “Thấy lỗi người dễ, thấy lỗi mình khó” rất rõ ràng. Thấy lỗi người thì dễ, thấy lỗi mình mới khó. Lỗi người ta cố phan tìm như tìm thóc trong gạo, còn lỗi mình ta cố che dấu như kẻ cờ gian bạc lận thu dấu quân bài (252). Nếu thấy lỗi người thì tâm ta dễ sinh nóng giận mà phiền não tăng thêm, nếu bỏ đi

thì phiền não cũng xa lánh (253). Lỗi biết rằng lỗi, không lỗi biết rằng không lỗi, giữ tâm chánh kiến ấy, đường lành thấy chẳng xa (319).

## *Chương Tám Mười Một*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Sống Trong Diệu Pháp*

Diệu Pháp là pháp của chân lý, chỉ cho cái chân lý thực sự là. Diệu pháp đồng nghĩa với những tên gọi khác như thực tướng, chân thực, trung đạo đệ nhất nghĩa đế, bất khả thuyết, và bất khả tư nhĩ. Đối với người Phật tử, diệu pháp là những giáo pháp được Đức Phật giảng dạy, mà thực hành theo đó sẽ dẫn đến giác ngộ và giải thoát. Sau khi Đức Phật thành đạo, Ngài nhận thấy rằng: “Giáo pháp này thật là thâm diệu và thật khó hiểu đối với chúng sanh vì nó vi tế và vượt hẳn ngoài lý luận biện giải. Chỉ có bậc trí mới hiểu nổi. Bên cạnh đó, chúng sanh lại tham luyến và ưa thích dục lạc. Lý duyên khởi lại là một vấn đề khó lãnh hội. Sự tịnh chỉ các hành, sự thoát ly mọi luyến ái, sự đoạn tận dục vọng, ly tham, đoạn diệt, Niết Bàn, vân vân cũng là những vấn đề khó lãnh hội. Giả sử Ta giảng pháp này, mọi người sẽ không hiểu, lại càng phiền phức hơn.” Chính vì thế mà thoát tiên Đức Phật không có ý hướng thuyết giảng giáo pháp của Ngài. Tuy nhiên, sau ba lần thỉnh cầu của Phạm thiên Sahampati, Đức Thế Tôn đã quyết định đem giáo pháp của Ngài quảng bá khắp chúng để độ sanh. Theo Kinh Trung Bộ, quyển 26, Phạm thiên Sahampati biết được ý hướng không thuyết pháp của Đức Phật, sợ rằng thế gian sẽ bị tiêu hủy nếu không nghe được giáo pháp của Ngài, liền đến gần cung thỉnh Ngài thuyết pháp: “Bạch Thế Tôn, cầu xin Đức Thế Tôn giảng dạy giáo pháp, cầu xin bậc Thiện Thệ truyền bá giáo pháp. Có hạng chúng sanh ít vương bụi trong mắt, nếu không nghe được giáo pháp, họ sẽ sa đọa. Nhưng nếu họ được học giáo pháp, họ sẽ hiểu pháp. Thuở xưa tại xứ Ma Kiệt Đà này xuất hiện một giáo pháp không thanh tịnh do những người có tâm ý ô nhiễm suy ra. Cầu xin Đức Thế Tôn mở cánh cửa Bát Tử này để chúng sanh được nghe pháp từ đấng Thanh Tịnh chứng ngộ. Giống như một người đang đứng trên đỉnh núi có thể nhìn thấy mọi người xung quanh. Cũng vậy, ôi, đấng Thiện Thệ, đang đứng trên lâu đài pháp bảo, cầu mong đấng Thoát Khổ nhìn xuống chúng sanh đang đắm chìm trong phiền não và bị sanh già áp bức. Hỡi bậc Chiến Thắng, vị trưởng đoàn lũ hành đã thoát ly nợ nần, cầu xin Ngài hãy đứng lên và đi khắp thế gian, cầu xin Đức Thế Tôn thuyết pháp, sẽ có những người

hiếu được pháp.” Sau ba lần thỉnh cầu của Phạm thiên Sahampati, vì thương tưởng chúng sanh, Ngài đã dùng Phật nhãn quán sát thế gian. Ngài thấy có hạng chúng sanh vướng ít bụi trong mắt, có chúng sanh vướng nhiều bụi trong mắt, có hạng lợi căn, có hạng độn căn, có người thiện tánh, có người ác tánh, có chúng sanh dễ dạy, có chúng sanh khó dạy và một số ít khác, sợ hãi khi thấy ác nghiệp và đời sau trong các cảnh tái sanh. Vì thế Ngài quyết định đáp lời Phạm Thiên và nói: “Các cánh cửa Bát Tử đều được mở ra. Hỡi những ai nghe pháp, hãy phát khởi tín tâm.” Phạm Thiên Sahampati nghĩ rằng chính mình đã tạo cơ hội để Đức Thế Tôn thuyết pháp, liền đánh lễ và đi nhiễu quanh Đức Thế Tôn một vòng về phía hữu rồi biến mất.



## *Chương Tám Mười Hai*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Lắng Nghe Lời Thuyết Pháp Của Vạn Hữu*

Khách quan mà nói, giáo lý nhà Phật là tuyệt luân đến nỗi cho đến bây giờ chưa có một nhà triết học nào có thể tranh luận hay phản bác được. Đối với nhiều người, Phật giáo vẫn luôn là một tôn giáo tốt đẹp nhất. Tuy nhiên, với những người không theo Phật giáo thì những thứ mà chúng ta gọi là giáo lý tuyệt luân ấy cũng thành vô nghĩa nếu họ chưa có cơ hội được nghe đến chúng. Thật đáng tiếc! Chắc chắn đa phần các truyền thống tôn giáo đều muốn giúp chuyển hóa người xấu thành người tốt, nhưng cũng có không ít những hệ phái vẫn cứng nhắc đưa con người đến chỗ tin tưởng mù quáng khiến họ ngày càng trở nên mê muội hơn. Chính vì vậy mà chúng ta cần càng nhiều người thuyết pháp càng tốt nhằm quảng bá Phật Pháp Vi Diệu.

Mọi sự mọi vật trên đời đều nói pháp, đều hiển bày chân lý. Có thứ nói pháp lành, có thứ nói pháp ác. Có thứ nói pháp tà đạo với quan điểm sai lầm. Có thứ nói pháp Trung Đạo liễu nghĩa với quan điểm đúng đắn. Nói cách khác, nói pháp lành tức là dạy cho người ta nhìn thông suốt mọi hiện tượng, buông bỏ mọi chấp trước, đạt được tự tại; còn nói pháp ác tức là dạy người ta đừng nhìn thấu suốt, đừng buông bỏ chấp trước, không cần tự tại, vân vân và vân vân. Theo Kinh Hoa Nghiêm, “Phật thị hiện bách thiên ức chủng âm thanh, vì chúng sanh diễn thuyết diệu pháp.” Nghĩa là Phật thị hiện trăm ngàn loại âm thanh, để diễn nói Diệu Pháp cho chúng sanh. Phàm nhân chúng ta nên luôn nhớ rằng tất cả các âm thanh trên thế giới đều là tiếng thuyết pháp. Thí dụ như tiếng suối reo róc rách như tiếng nói êm dịu từ kim khẩu Đức Phật. Màu xanh của núi rừng cũng chính là màu thanh tịnh của pháp thân Như Lai khiến những ai trông thấy đều sanh lòng hoan hỷ. Nếu ai trong chúng cũng đều hiểu được triết lý này thì trên đời này, tất cả mọi thứ đều đang thuyết pháp cho mình nghe. Người thiện nói pháp thiện, người ác nói pháp ác, súc sanh nói pháp súc sanh. Tất cả đều nói cho chúng ta biết nguyên nhân của tốt, xấu, súc sanh, vân vân. Ngay cả chuyện mèo vờn chuột, sư tử rượt cọp, cọp rượt beo, beo rượt nai, kẻ mạnh hiếp đáp kẻ yếu, vân vân, tất cả đều nói pháp cho mình nghe. Mọi sự đều có nhân quả của nó. Một khi chúng ta quán sát

và hiểu được tất cả mọi sự việc như vậy thì chúng ta sẽ có khả năng buông xả mọi thứ. Ví bằng ngược lại thì chúng ta sẽ mãi mãi lặn hụp trong biển đời chấp trước.

## *Chương Tám Mười Ba*

### *Người Con Phật Luôn Cố Gắng Giác Ngộ Trong Cuộc Sống Và Cuộc Tu Hằng Ngày*

Giác ngộ, tiếng Phạn là बोध (Bodhi) có nghĩa là giác sát hay giác ngộ. Giác có nghĩa là sự biết và cái có thể biết được. Giác ngộ là nhận biết các chướng ngại che lấp trí tuệ hay các hôn ám của vô minh như giấc ngủ (như đang ngủ say chợt tỉnh). Giác ngộ cũng là nhận ra các chướng ngại phiền não gây hại cho thiện nghiệp, hay trực ngộ về bản tánh thật của vạn pháp. Khái niệm về từ Bodhi trong Phạn ngữ không có tương đương trong Việt và Anh ngữ, chỉ có danh từ “Lóe sáng,” “Bình sáng,” hay “Enlightenment” là thích hợp. Một người bản tánh thật sự của vạn hữu là giác ngộ cái hư không hiện tại. Cái hư không mà người ta thấy được trong khoảnh khắc ấy không phải là hư vô, mà là cái không thể nắm bắt được, không thể hiểu được bằng cảm giác hay tư duy vì nó vô hạn và vượt ra ngoài sự tồn tại và không tồn tại. Cái hư không được giác ngộ không phải là một đối tượng cho chủ thể suy gẫm, mà chủ thể phải hòa tan trong đó mới hiểu được nó. Trong Phật giáo thật, ngoài thể nghiệm đại giác ra, không có Phật giáo. Giác Ngộ là kinh nghiệm riêng tư thân thiết nhất của cá nhân, nên không thể nói bằng lời hay tả bằng bút được. Tất cả những gì các Thiền sư có thể làm được để truyền đạt kinh nghiệm ấy cho người khác chỉ là thử khơi gợi lên, hoặc chỉ trở cho thấy. Người nào thấy được là vừa chỉ thấy ngay, người nào không thấy thì càng nương theo đó để suy nghĩ, lập luận càng sai đề. Trong nhà Thiền, giác ngộ để chỉ sự nhận biết trực tiếp bằng trực giác về chân lý. Nghĩa đen của từ này là “thấy tánh,” và người ta nói rằng đây là sự nhận biết chân tánh bằng tuệ giác vượt ra ngoài ngôn ngữ hay khái niệm tư tưởng. Nó tương đồng với từ “satori” (ngộ) trong một vài bài viết về Thiền, nhưng trong vài bài khác thì “Kensho” được diễn tả như là thủy giác (hay sự giác ngộ lúc ban sơ) cần phải được phát triển qua tu tập nhiều hơn nữa, trong khi đó thì từ “satori” liên hệ tới sự giác ngộ của chư Phật và chư Tổ trong Thiền. Giác ngộ còn có nghĩa là “Kiến tánh ngộ đạo” hay nhìn thấy tự tánh chân thật của mình và đồng thời nhìn thấy bản tánh tối thượng của vũ trụ và vạn vật (Đây là một cách khác để diễn tả về kinh nghiệm giác ngộ hay sự tự nhận ra tự tánh, từ đó thấy biết tất cả tự tánh của vạn hữu). Ấy là sự hốt nhiên

nhận ra rằng: “Xưa nay ta vốn đầy đủ và toàn hảo. Kỳ diệu thay, huyền diệu thay!” Nếu là thấy Phật tánh thì thực chất sẽ luôn luôn giống nhau đối với bất cứ ai kinh nghiệm nó, dẫu người ấy là Phật Thích Ca hay Phật A Di Đà hay bất cứ người nào trong các bạn. Nhưng nói thế không có nghĩa là tất cả chúng ta đều có kinh nghiệm kiến tánh ở cùng một mức độ, vì trong cái rõ, cái sâu, cái đầy đủ của kinh nghiệm có những khác biệt lớn lao.

Giác ngộ theo Phật giáo là chúng ta phải nỗ lực tu tập cho đến khi chúng ta nhận thấy được rằng vấn đề trong cuộc sống không phải ở ngoài chúng ta, chừng đó chúng ta mới thực sự cất bước trên con đường đạo. Chỉ khi nào sự tỉnh thức phát sinh chúng ta mới thấy được sự hài hòa của cuộc sống mà chúng ta chưa bao giờ nhận thấy từ trước. Trong nhà Thiền, giác ngộ không phải là điều mà chúng ta có thể đạt được, nhưng nó là trạng thái thiếu vắng một thứ gì khác. Nên nhớ, trong suốt cuộc đời của chúng ta, chúng ta luôn chạy đông chạy tây để tìm cầu, luôn đeo đuổi mục đích gì đó. Giác ngộ thật sự chính là sự buông bỏ tất cả những thứ đó. Tuy nhiên, nói dễ khó làm. Việc tu tập là việc làm của từng cá nhân chứ không ai làm dùm cho ai được, không có ngoại lệ! Dẫu cho chúng ta có đọc thiên kinh vạn quyển trong cả ngàn năm thì việc làm này cũng không đưa chúng ta đến đâu cả. Chúng ta phải tu tập và phải nỗ lực tu tập cho đến cuối cuộc đời của mình. Từ giác ngộ rất quan trọng trong nhà Thiền vì mục đích của việc tu thiền là đạt tới cái được biết như là ‘giác ngộ.’ Giác ngộ là cảnh giới của Thánh Trí Tự Chứng, nghĩa là cái tâm trạng trong đó Thánh Trí tự thể hiện lấy bản tánh nội tại của nó. Sự tự chứng này lập nên chân lý của Thiền, chân lý ấy là giải thoát và an nhiên tự tại. Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập II, Ngộ là toàn thể của Thiền. Thiền bắt đầu từ đó mà chấm dứt cũng ở đó. Bao giờ không có ngộ, bấy giờ không có Thiền. Ngộ là thước đo của Thiền như một tôn túc đã nói. Ngộ không phải là một trạng thái an tĩnh không thôi; nó không phải là sự thanh thản mà là một kinh nghiệm nội tâm không có dấu vết của tri thức phân biệt; phải là sự thức tỉnh nào đó phát khởi từ lãnh vực đối đãi của tâm lý, một sự trở chiều với hình thái bình thường của kinh nghiệm vốn là đặc tính của đời sống thường nhật của chúng ta. Nói cách khác, chân giác ngộ chính là sự thấu triệt hoàn toàn bản thể của tự ngã. Thuật ngữ Đại Thừa gọi là ‘Chuyển Y’ hay quay trở lại, hay lật

ngược cái cơ sở của tâm ý, ở đây toàn bộ kiến trúc tâm thức trải qua một cuộc thay đổi toàn diện.

Trong thuật ngữ Phật giáo Nhật Bản, từ “Satori” dùng để chỉ sự “Giác Ngộ.” Trong tiếng Nhật, nghĩa đen của nó là “biết.” Trong Thiền từ này dùng để chỉ sự hiểu biết bản chất thật sự của vạn hữu một cách trực tiếp chứ không bằng khái niệm, vì nó vượt lên trên ngôn từ và khái niệm. Nó tương đương với từ “Kiến Tánh” của Hoa ngữ, cả hai đều có nghĩa là chứng nghiệm chân lý, nhưng không được xem như là cứu cánh của con đường, mà sự chứng ngộ này phải được đào sâu hơn nữa bằng thiền tập. Trong Thiền trạng thái ngộ là trạng thái của Phật tâm hay tự nó là tịnh thức. Tuy nhiên, ngược dòng thời gian trở về thời Đức Phật, dưới cội cây Bồ Đề, Thái Tử Tất Đạt Đa đã thành Chánh Đẳng Chánh Giác. Ngài đã giác ngộ những gì? Rất đơn giản, Ngài đã giác ngộ Chân Lý, Chân Lý Vĩnh Cửu. Tứ Diệu Đế và Bát Thánh Đạo là những điều mà Đức Phật đã tìm thấy. Phật tử chân thuần muốn đạt đến cảnh giới an vui hạnh phúc như Đức Phật, không có con đường nào khác hơn con đường tu tập theo đúng những sự thật này. Nghĩa là, chúng ta phải học các sự thật này và phải đi theo con đường mà Đức Phật đã chỉ bày. Như Đức Phật đã nói: “Tất cả những gì Ta làm, các người đều có thể làm được; các người có thể chứng đắc Niết Bàn, đi vào cảnh an vui hạnh phúc khi nào các người bỏ được cái ‘ngã’ sai lầm và diệt hết vô minh trong tâm mình.”

Theo Kinh Sa Môn Quả, Đức Phật dạy về kinh nghiệm giác ngộ như sau: “Với cái tâm an định, trong sạch, linh mãnh, điều chế, xả hết ác nghiệp, nhu thuận, tùy ứng, kiên cố, không nao núng, thầy Tỳ Kheo phát tâm diệt trừ phiền não. Thấy biết đúng như thực: ‘đây là khổ’, ‘đây là nguyên nhân của khổ’, ‘đây là sự diệt khổ’, và ‘đây là con đường diệt khổ.’ Thấy biết đúng như thực: ‘đây là phiền não’, ‘đây là nguyên nhân của phiền não’, ‘đây là sự diệt trừ phiền não’, và ‘đây là con đường đưa tới sự diệt trừ phiền não’. Biết như vậy, thấy như vậy, tâm thấy được giải thoát các phiền não lậu hoặc của dục ái, hữu ái, vô minh, và được trí tuệ giải thoát. Thầy Tỳ Kheo biết: ‘nghiệp tái sanh đã xả trừ, phạm hạnh đã tròn, việc gì phải làm nay đã làm xong, sau kiếp này không còn thọ thân nào khác.’ Tuy nhiên, giáo pháp mà Như Lai chứng ngộ, quả thực thâm diệu, khó hiểu, khó nhận, vắng lặng tuyệt đối, không nằm trong phạm vi lý luận, tế nhị, chỉ có bậc Thánh nhân mới hiểu nổi. Chúng sanh còn luyến ái trong nhục dục ngũ trần.

Giáo lý tương quan Duyên Khởi là một đề mục rất khó lãnh hội, và Niết Bàn, là sự chấm dứt mọi hiện tượng phát sinh có điều kiện, sự từ bỏ khát vọng, sự đoạn trừ tham ái, sự không tham ái và sự chấm dứt cũng là một vấn đề không dễ lãnh hội.” Thật rõ rệt rằng ngộ là sự thành tựu chân thực, trạng thái viên mãn của cái tâm bình thường trong đó mình sẽ cảm thấy thỏa mãn hơn, bình thản hơn, đầy niềm vui hơn bất cứ thứ gì mình từng thể nghiệm trước đây. Vì vậy ngộ là một trạng thái trong ấy con người hoàn toàn hòa hợp với thực tại bên ngoài và bên trong, một trạng thái trong ấy hành giả hoàn toàn ý thức được nó và nắm được nó một cách trọn vẹn. Hành giả nhận thức được nó, nghĩa là không phải bằng óc não hay bất cứ thành phần nào của cơ thể của hành giả, mà là con người toàn diện. Hành giả nhận thức được nó; không như một đối tượng đằng kia mà hành giả nắm giữ nó bằng tư tưởng, mà nó, bông hoa, con chó, hay con người trong thực tại trọn vẹn của nó hay của hành giả. Kể thức tỉnh thì cởi mở và miễn cảm đối với thế giới, và hành giả có thể cởi mở và miễn cảm vì anh ta không còn chấp trước vào mình như một vật, do đó đã trở thành trống không và sẵn sàng tiếp nhận. Ngộ có nghĩa là “sự thức tỉnh trọn vẹn của toàn thể cá tính đối với thực tại.”

Giác ngộ là một trạng thái tâm hoàn toàn bình thường mặc dầu mục tiêu tối hậu của thiền là thể nghiệm “ngộ.” Ngộ không phải là một trạng thái tâm bất thường; nó không phải là một cơn ngây ngất trong đó thực tại biến mất. Nó không phải là một tâm trạng ngã ái như chúng ta thấy trong vài biểu hiện tôn giáo. Nếu nó là một cái gì, thì nó là một tâm trạng hoàn toàn bình thường. Như Triệu Châu tuyên bố: “Bình thường tâm là Thiên,” chỉ tùy nơi mình điều chỉnh bản lề sao cho cánh cửa có thể mở ra đóng vào được. Ngộ có một ảnh hưởng đặc biệt đối với người thể nghiệm nó. “Tất cả những hoạt động tinh thần của chúng ta từ bây giờ sẽ hoạt động trên một căn bản khác, mà hẳn sẽ thỏa đáng hơn, thanh bình hơn, đầy niềm vui hơn bất cứ thứ gì mình từng thể nghiệm trước đây. Xu hướng của đời sống sẽ thay đổi. Sở hữu được thiền mình thấy có một cái gì tươi trẻ lại. Hoa xuân trông sẽ đẹp hơn, trong suốt nước chảy sẽ mát hơn và trong hơn. Giác ngộ là sự tỉnh thức trọn vẹn trước thực tại. Thật là quan trọng phải hiểu rằng trạng thái ngộ không phải là một trạng thái phân ly hay một cơn ngây ngất trong đó mình tin là mình tỉnh thức, trong khi thực ra mình đang say ngủ. Dĩ nhiên, nhà tâm lý học Tây Phương hẳn có khuynh hướng tin

rằng ngộ chỉ là một trạng thái chủ quan, một thứ mê man tự gây. Sự tỉnh thức trọn vẹn trước thực tại có nghĩa là đạt được một định hướng có ích lợi viên mãn. Có nghĩa là không liên kết mình với thế giới để thụ nhận, bóc lột, vơ vét, hay theo kiểu mua bán, nhưng một cách sáng tạo, hoạt động. Trong tình trạng phong phú viên mãn không có những tấm màn ngăn cách “cái tôi.” Đối tượng không còn là đối tượng nữa; nó không chống lại cái tôi, mà theo tôi. Đóa hồng tôi thấy không phải là đối tượng cho tư tưởng tôi, theo cái lối khi tôi nói “tôi thấy đóa hồng” tôi chỉ phát biểu rằng cái đối tượng đóa hồng, nằm dưới phạm trù “hồng”, nhưng theo cái lối rằng “một đóa hồng là một đóa hồng.” Tình trạng phong phú viên mãn đồng thời cũng là tình trạng khách thể tính cao nhất; tôi thấy đối tượng mà không hề bị mối tham lam hay sợ hãi của mình bóp méo. Tôi thấy nó như chính nó, chứ không phải như tôi muốn nó là hay không là như vậy. Trong lối tri giác này không có những bóp méo thiếu mạch lạc. Có sự sống động hoàn toàn, và sự tổng hợp là của chủ thể tính khách thể tính. Tôi thể nghiệm mãnh liệt, thế nhưng đối tượng được để yên là cái nó là. Tôi làm nó sống động, và nó làm tôi sống động. Ngộ chỉ có vẻ thần bí đối với những ai không ý thức được rằng tri giác của người ấy về thế giới thuần túy có tính cách tinh thần, hay thiếu mạch lạc tới mức độ nào. Nếu người ta nhận thức được điều này, người ta cũng nhận thức được một nhận thức khác, một nhận thức mà chúng ta có thể gọi là một nhận thức hoàn toàn thiết thực. Có thể người ta chỉ mới thoáng thấy nó, nhưng người ta có thể tưởng tượng nó là cái gì. Một ngày sư Huyền Giác đi thăm Lục Tổ Huệ Năng. Lần đầu tiên gặp Tổ, sư tay cầm tích trượng vai mang bình bát đi nhiều Tổ ba vòng, đoạn đứng thẳng. Tổ thấy thế bèn nói, “Phàm sa môn có đủ ba ngàn uy nghi tám muôn tế hạnh. Đại Đức người phương nào đến mà sanh đại ngã mạn như vậy?” Huyền Giác thưa, “Sanh tử là việc lớn, vô thường qua nhanh quá.” Tổ bảo, “Sao không ngay nơi đó thể nhận lấy vô sanh, liễu chẳng mau ư?” Huyền Giác thưa: “Thể tức vô sanh, liễu vốn không mau.” Tổ khen, “Đúng thế! Đúng thế!” Lúc đó đại chúng nghe nói đều ngạc nhiên. Sư bèn đầy đủ oai nghi lễ tạ tổ. Chốc lát sau sư xin cáo từ. Tổ bảo, “Trở về quá nhanh!” Huyền Giác thưa, “Vốn tự không động thì đâu có nhanh.” Tổ bảo, “cái gì biết không động?” Huyền Giác thưa, “Ngài tự phân biệt.” Tổ bảo, “Người được ý vô sanh rất sâu.” Huyền Giác thưa, “Vô sanh mà có ý sao?” Tổ bảo, “Không ý, cái gì biết phân biệt?” Huyền Giác thưa, “Phân biệt

cũng không phải ý.” Tổ khen, “Lành thay! Lành thay!” Sư ở lại Tào Khê một đêm để hỏi thêm đạo lý. Sáng hôm sau sư trở về Ôn Giang, nơi mà chúng đệ tử đang chờ ông để học đạo. Thời nhơn từ đó gọi sư là “Nhất Túc Giác” hay một đêm giác ngộ.

Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận, Tập II, Thiền sư Đại Huệ vào thế kỷ thứ 11 đã nêu ra tám đặc điểm chính của ‘Ngộ’. *Thứ nhất là “Bội Lý”*: Chứng ngộ không phải là một kết luận mà người ta đạt được bằng suy luận; nó coi thường mọi xác định của trí năng. Những ai đã từng kinh nghiệm điều này đều không thể giải thích nó một cách mạch lạc và hợp lý. Một khi người ta cố tình giải thích nó bằng ngôn từ hay cử chỉ, thì nội dung của nó đã bị thương tổn ít nhiều. Vì thế, kẻ sơ cơ không thể vói tới nó bằng những cái hiển hiện bên ngoài, mà những ai đã kinh nghiệm qua một lần chứng ngộ thì thấy rõ ngay những gì thực sự không phải là nó. Kinh nghiệm chứng ngộ do đó luôn luôn mang đặc tính ‘bội lý,’ khó giải, khó truyền. Theo Thiền sư Đại Huệ thì Thiền như là một đồng lửa cháy lớn; khi đến gần nhất định sém mặt. Lại nữa, nó như một lưỡi kiếm sắp rút ra khỏi vỏ; một khi rút ra thì nhất định có kẻ mất mạng. Nhưng nếu không rút ra khỏi vỏ, không đến gần lửa thì chẳng hơn gì một cục đá hay một khúc gỗ. Muốn đến nơi thì phải có một cá tính quả quyết và một tinh thần sung mãn. Ở đây chẳng có gợi lên một chút suy luận lạnh lùng hay phân biệt thuần túy siêu hình, nhận thức; mà là một ý chí vô vọng quyết vượt qua chướng ngại hiểm nghèo, một ý chí được thúc đẩy bởi một năng lực vô lý hay vô thức nào đó, ở đằng sau nó. Vì vậy, sự thành tựu này cũng xem thường luôn cả trí năng hay tâm tưởng. *Đặc điểm thứ nhì là “Tuệ Giác”*: Theo Những Kinh Nghiệm Tôn Giáo, James có nêu ra đặc tính trí năng ở những kinh nghiệm thần bí, và điều này cũng áp dụng cho kinh nghiệm của Thiền, được gọi là ngộ. Một tên khác của ‘ngộ’ là ‘Kiến Tánh,’ có vẻ như muốn nói rằng có sự ‘thấy’ hay ‘cảm thấy’ ở chứng ngộ. Khỏi cần phải ghi nhận rằng cái thấy này khác hẳn với cái mà ta thường gọi là tri kiến hay nhận thức. Chúng ta được biết rằng Huệ Khả đã có nói về sự chứng ngộ của mình, được Tổ Bồ Đề Đạt Ma ấn khả như sau: “Theo sự chứng ngộ của tôi, nó không phải là một cái không hư toàn diện; nó là tri kiến thích ứng nhất; chỉ có điều là không thể diễn thành lời.” Về phương diện này, Thần Hội nói rõ hơn: “Đặc tính duy nhất của Tri là căn nguyên của mọi lẽ huyền diệu.” Không có đặc tính trí năng này, sự chứng ngộ mất hết cái gay gắt của



nó, bởi vì đây quả thực là đạo lý của chính sự chứng ngộ. Nên biết rằng cái tri kiến được chứa đựng ở chứng ngộ vừa có quan hệ với cái phổ biến vừa liên quan đến khía cạnh cá biệt của hiện hữu. Khi một ngón tay đưa lên, từ cái nhìn của ngộ, cử chỉ này không phải chỉ là hành vi đưa lên mà thôi. Có thể gọi đó là tượng trưng, nhưng sự chứng ngộ không trở vào những gì ở bên ngoài chính cái đó, vì chính cái đó là cứu cánh. Chứng ngộ là tri kiến về một sự vật cá biệt, và đồng thời, về thực tại đằng sau sự vật đó, nếu có thể nói là đằng sau. *Đặc điểm thứ ba là “Tự Tri”*: Cái tri kiến do ngộ mà có là rất ráo, không có thành kết nào của những chứng cứ luận lý có thể bác bỏ nổi. Chỉ thẳng và chỉ riêng, thế là đủ. Ở đây khả năng của luận lý chỉ là để giải thích điều đó, để thông diễn điều đó bằng cách đối chiếu với những thứ tri kiến khác đang tràn ngập trong tâm trí chúng ta. Như thế ngộ là một hình thái của tri giác, một thứ tri giác nội tại, phát hiện trong phần sâu thẳm nhất của ý thức. Đó là ý nghĩa của đặc tính tự tri; tức là sự thực tối hậu. Cho nên người ta thường bảo rằng Thiền giống như uống nước, nóng hay lạnh tự người uống biết lấy. Tri giác của Thiền là giới hạn cuối cùng của kinh nghiệm; những kẻ ngoại cuộc không có kinh nghiệm ấy không thể phủ nhận được. *Đặc điểm thứ tư là “Khẳng Nhận”*: Những gì thuộc tự tri và tối hậu thì không bao giờ có thể là phủ định. Bởi vì, phủ định chẳng có giá trị gì đối với đời sống của chúng ta, nó chẳng đưa chúng ta đến đâu hết, nó không phải là một thế lực đẩy đi và cũng chẳng kéo dừng lại. Mặc dù kinh nghiệm chứng ngộ đôi khi được diễn tả bằng những từ ngữ phủ định; chính ra, nó là một thái độ khẳng định nhận hưởng đến mọi vật đang hiện hữu; nó chấp nhận mọi vật đang đến, bất chấp những giá trị đạo đức của chúng. Các nhà Phật học gọi đó là “Nhẫn,” nghĩa là chấp nhận mọi vật trong khía cạnh tuyệt đối và siêu việt của chúng, nơi đó, chẳng có dấu vết của nhị biên gì cả. Người ta có thể bảo đây là chủ trương phiếm thần. Nhưng từ ngữ này có một ý nghĩa triết học quá rõ và không thích hợp ở đây chút nào. Giải thích kiểu đó, kinh nghiệm của Thiền bị đặt vào những ngộ nhận và ‘ô nhiễm’ không cùng. Trong bức thư gửi cho Đạo Tổng, Đại Huệ viết: “Thánh xưa nói rằng Đạo chẳng nhờ tu, mà chỉ đừng làm ô nhiễm.” Dù nói tâm hay nói tánh đều là ô nhiễm, nói huyền hay nói diệu đều là ô nhiễm; tọa Thiền tập định là ô nhiễm; trước ý tư duy là ô nhiễm; mà nay viết nó ra bằng bút giấy cũng là sự ô nhiễm đặc biệt. Vậy thì, chúng ta phải làm gì để dẫn dắt

chính mình và ứng hợp mình với nó? Cái bửu kiếm của kim cương treo đó đang hăm chặt dứt cái đầu này. Đừng bận tâm đến những thị phi của nhân gian. Tất cả Thiền là thế đó: và ngay đây hãy tự ứng dụng đi. Thiền là Chân như, là một khẳng nhận bao la vạn hữu. *Đặc điểm thứ năm là “Siêu Việt”*: Thuật ngữ có thể sai biệt trong các tôn giáo khác nhau, nhưng trong chứng ngộ luôn luôn có điều mà chúng ta có thể gọi là một cảm quan siêu việt. Cái vỏ cá biệt bao phủ chặt cứng nhân cách sẽ vỡ tung trong giây phút chứng ngộ. Điều thiết yếu là không phải mình được hợp nhất với một thực thể lớn hơn mình hay được thu hút vào trong đó, nhưng cá thể vốn được duy trì chắc cứng và tách biệt hoàn toàn với những hiện hữu cá biệt khác, bây giờ thoát ra ngoài những gì buộc siết nó, và hòa tan vào cái không thể mô tả, cái khác hẳn với tập quán thường nhật của mình. Cảm giác theo sau đó là cảm giác về một sự cởi mở trọn vẹn hay một sự an nghỉ hoàn toàn, cái cảm giác khi người ta đã rốt ráo đạt đến mục tiêu. “Trở về quê nhà và lặng lẽ nghỉ ngơi” là một thành ngữ thường được các Thiền gia dẫn dụng. Câu chuyện đứa con hoang trong Kinh Pháp Hoa và trong Kinh Kim Cang Tam Muội cũng trở vào cái cảm giác mà người ta có ở giây phút của kinh nghiệm chứng ngộ. Nếu người ta chú trọng về mặt tâm lý chứng ngộ, thì chúng ta chỉ có thể nói được một điều duy nhất: đó là một siêu việt; gọi nó là siêu việt tuyệt đối. Ngay chữ siêu việt cũng đã nói quá đáng rồi. Khi một Thiền sư bảo “Trên đầu không một chiếc nón, dưới chân không một tấc đất, thì đây có lẽ là một thành ngữ chính xác. *Đặc điểm thứ sáu là “Vô Ngã”*: Có lẽ khía cạnh đáng chú ý nhất của kinh nghiệm Thiền là ở chỗ nó không có dấu vết nhân ngã. Trong sự chứng ngộ của Phật giáo, không hề có chút dính dáng với những quan hệ và xúc cảm cá nhân bằng những từ ngữ thông diễn dựa trên một hệ thống hữu hạn của tư tưởng; thực tình, chẳng liên quan gì với chính kinh nghiệm. Dù ở đâu đi nữa, thì sự chứng ngộ hoàn toàn mang tính cách vô ngã, hay đúng hơn, trí năng tối thượng. Không những sự chứng ngộ chỉ là một biến cố bình thường, nhạt nhẽo, mà cái cơ duyên kích phát như cũng vô vị và thiếu hẳn cảm giác siêu nhiên. Sự chứng ngộ được kinh nghiệm ngay trong mọi biến cố bình sinh. Nó không xuất hiện như một hiện tượng phi thường mà người ta thấy ghi chép trong các tác phẩm thần bí của Thiên Chúa giáo. Khi sự bùng vỡ của tâm trí bạn đã đến lúc chín mùi, người ta nắm tay bạn, vỗ vai bạn, mang cho một chén trà, gây một chú ý tầm thường nhất, hay đọc một

đoạn kinh, một bài thơ, bạn chứng ngộ tức khắc. Ở đây chẳng có tiếng gọi của Thánh linh, chẳng có sự sung mãn của Thánh sửng, chẳng có ánh sáng vinh danh nào hết. Và ở đây chẳng chút sắc màu lộng lẫy; tất cả đều xám xịt, không một chút ấn tượng, không một chút quyến rũ. *Đặc điểm thứ bảy là “Cảm Giác Siêu Thoát”*: Theo Thiền Sư D.T. Suzuki trong Thiền Luận Tập II, cảm giác siêu thoát kèm theo sự chứng ngộ, là vì nó bẻ gãy giới hạn phân biệt cá thể; và đây không phải chỉ là một biến cố tiêu cực mà hoàn toàn tích cực, chứa đầy ý nghĩa, bởi vì nó chính là một sự triển khai cá thể đến vô cùng. Mặc dù chúng ta không luôn luôn để ý, nhưng cảm giác thông thường nói lên tất cả những nhiệm vụ ý thức của chúng ta là cảm giác hữu hạn và lệ thuộc, bởi vì chính ý thức là hậu quả của hai thế lực tương duyên hay giới hạn lẫn nhau. Trái lại, chứng ngộ chính là xóa bỏ sự đối lập của hai đầu mối, trong bất cứ chiều hướng nào, và sự đối lập này là nguyên lý của ý thức, trong khi đó, chứng ngộ là thể hiện cái vô thức vượt ngoài đối đãi. Vì vậy, để giải phóng khỏi tình trạng đối lập ấy, người ta phải tạo ra một cảm giác vượt lên trên tất cả. Một tay lang bạt, sống ngoài vòng pháp luật, đến đâu cũng bị bạc đãi, không phải chỉ bởi những kẻ khác mà còn bởi chính mình, nó thấy rằng mình là sở hữu chủ của tất cả tài sản, và uy quyền mà một sinh vật có thể đạt được trong cõi đời này, sao lại có thể thế, nếu không cảm giác được kỳ cùng vẻ tự tôn tự đại của mình? Một Thiền sư nói: “Lúc chứng ngộ là lúc thấy ra một lâu đài tráng lệ xây bằng pha lê trên một tơ hào độc nhất; nhưng khi không chứng ngộ, lâu đài tráng lệ ấy khuất lấp sau một tơ hào mà thôi.” Một Thiền sư khác đã dẫn dụ Kinh Hoa Nghiêm: “Này các thầy hãy xem kìa! Ánh sáng rực rỡ đang tỏa khắp cả đại thiên thế giới, cùng lúc hiển hiện tất cả những núi Tu Di, những mặt trời, những mặt trăng, những bầu trời và cõi đất, nhiều đến hằng trăm nghìn ức số. Này các Thầy, các Thầy có thấy ánh sáng ấy chăng?” Thế nhưng, cảm giác siêu thoát của Thiền đúng ra là một cảm giác trầm lặng của cõi lòng tri túc; nó chẳng có chút gì lộ lộ, khi giây phút sáng lạn đầu tiên đã đi qua. Cái vô thức ấy không bộc lộ ồn ào ở Thiền. *Đặc điểm thứ tám là “Đốn Ngộ Nhất Thời”*: Sự Chứng ngộ diễn ra một cách đường đột; và đó là một kinh nghiệm trong nhất thời. Thực sự, không phải là đường đột và nhất thời, thì không phải là ngộ. Đốn là đặc điểm của dòng Thiền Huệ Năng, kể từ khởi nguyên của nó vào cuối thế kỷ thứ bảy. Đối thủ của Ngài là Thần Tú, nhấn mạnh trên sự

khai triển tuần tự của tâm thức. Như vậy các đồ đệ của Huệ Năng hiển nhiên là những người tích cực chủ trương giáo lý đốn ngộ. Kinh nghiệm đốn ngộ này mở ra một nhãn giới hoàn toàn mới mẻ ngay trong một khoảnh khắc (ekamuhurtena) và toàn thể đời sống bảy giờ được đánh giá từ một quan điểm mới mẻ hẳn.

## *Chương Tám Mười Bốn*

### ***Tài Sản Không Thể Nghĩ Bàn & Không Bao Giờ Mất Của Người Con Phật Theo Quan Điểm Phật Giáo***

*Kính Lạy Mười Phương Chư Phật đã để lại  
cho Phật tử chúng con một tài sản quý báu  
không thể nghĩ bàn, tài sản không bao giờ  
mất cho cuộc sống an lạc, tỉnh thức và  
hạnh phúc.*

Khi nói đến tài sản, ở đây chúng ta muốn nói đến tài sản tinh thần mà đức Phật đã để lại cho nhân loại nói chung, và cho những người con Phật nói riêng. Hai mươi sáu thế kỷ về trước, đức Phật đã thị hiện nhằm Khai Thị cho chúng sanh Ngộ Nhập tri kiến Phật để cuối cùng cũng được giác ngộ và giải thoát như Ngài. Ngài đã để lại cho nhân loại một kho tàng đồ sộ về tri kiến cho sự giác ngộ. Đó là bộ Tam Tạng Kinh Điển: Kinh-Luật-Luận. Đây là gia tài chẳng những của chư Tăng Ni, mà còn cho người tại gia. Tuy nhiên, phải thật tình mà nói, người tại gia luôn bận rộn với nhiều gia vụ trong xã hội loạn động hôm nay, nên khó lòng mà thừa hưởng hết được cả một gia tài đồ sộ và quý báu này. Chính vì vậy mà người tại gia lúc nào cũng hết lòng hộ trì Tam Bảo, trong đó cúng dường đến chư Tăng Ni được đặt lên hàng đầu, những mong những vị này có thật nhiều thì giờ tu tập và chỉ tu tập cho đến rốt ráo mà thôi, rồi đem những gì qua tu tập mà mình có được từ cái gia tài quý báu ấy đem ra chia sẻ lại cho người tại gia. Được như vậy thì cả chư tăng Ni và người tại gia đều được lợi lạc. Thật tình mà nói, nếu đem cả gia tài mà đức Phật đã để lại cho chúng ta ra để mà nói, e rằng quãng thời gian của một đời người chắc không thể nào nói hết cho được. Theo Kinh Phúng Tụng trong Trường Bộ Kinh, có bảy loại tài sản của các bậc Thánh, đó là: tín tài, giới tài, tâm tài, quý tài, văn tài, thí tài và huệ tài. *Tín tài* là đức tin nơi chân lý nhân quả. *Giới tài* là tin tấn tấn làm những điều tốt lành cho mình và tha nhân. *Tâm tài & Quý tài* là biết hổ với bên ngoài và thẹn với bên trong. *Văn tài* là học nhiều và hiểu rộng giáo pháp nhà Phật. *Thí tài* là biết lấy của cải, quần áo, thức ăn, ruộng nương, nhà cửa, châu báu mà bố thí. Tài thí là thí của cải vật chất như thực phẩm, quà cáp, vãn vãn. Tài thí bao gồm

nội thí và ngoại thí. Ngoại thí là bố thí kinh thành, cửa báu, vợ con... Nội thí là Bồ Tát có thể cho cả thân thể, đầu, mắt, tay chân, da thịt và máu xương của mình cho người xin. *Tuệ tài* là sức mạnh của trí năng (sức mạnh của trí tuệ), dựa vào chân lý Tứ Diệu Đế dẫn đến nhận thức đúng và giải thoát.

Bên cạnh Thất Thánh Tài không thể nghĩ bàn vừa kể bên trên, mười phương chư Phật còn để lại cho hàng đệ tử chúng ta một gia tài sống tu không bao giờ mất mà như trên đã nói e rằng quãng thời gian của một đời người chắc không thể nào nói hết cho được. Trong đó toàn bộ Kinh-Luật-Luận là một tài sản vĩ đại, không riêng cho những người Phật tử mà còn cho hết thảy mọi người yêu chuộng chân lý trên thế giới. Dưới đây chúng ta chỉ tóm lược một số chính yếu như Ba mươi bảy phẩm trợ đạo bao gồm Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Tứ Niệm Xứ, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Bồ Đề Phần và Bát Thánh Đạo. Ngoài ra, gia tài không bao giờ mất của chư Phật cũng bao gồm Nhân Duyên Quả, Nghiệp Báo, Mười Hai Nhân Duyên, Bốn Tâm Vô Lượng, Bốn Chân Lý Cao Thượng (Tứ Diệu Đế), Ba La Mật, Bồ Đề Tâm, vân vân. Cuối cùng, chúng ta không thể không kể thêm về một số tài sản không thể nghĩ bàn khác theo quan điểm Phật giáo. *Thứ nhất*: Ác nghiệp lớn nhất của đời người là những lời nói giả dối, đâm thọc, thô lỗ, cộc cằn và nhảm nhí. Ác nghiệp ấy chỉ đến với những ai không biết làm những việc thiện nhỏ. *Thứ nhì*: Ám chướng lớn nhất của đời người là sự si mê. *Thứ ba*: Ám muội lớn nhất của đời người là sự nóng giận, vì trên cõi đời này có một số chúng sanh có thể nhìn thấy vào lúc ban ngày, một số có thể nhìn thấy vào lúc ban đêm, nhưng người nóng giận đến cực độ thì ám muội đến độ không nhìn thấy gì hết cả ban ngày lẫn ban đêm. *Thứ tư*: An lạc lớn nhất của đời người có bốn: một là không chạy theo dục vọng, hai là thiếu dục tri túc để tiến tới chỗ dám buông bỏ tất cả, ba là phát từ tâm, bốn là an lạc chỉ đến với những ai chịu đựng nổi và vượt qua tai họa. *Thứ năm*: An lạc tự tại lớn nhất của đời người có mặt khi ta biết sống thiếu dục tri túc, nghĩa là sống theo điều ta có thể, chứ không sống theo điều mà ta ao ước. *Thứ sáu*: An ổn lớn nhất của đời người là biết nhịn nhục. Nhịn nhục những cái đáng nhịn cũng như những cái không đáng nhịn. *Thứ bảy*: An tĩnh và thanh thản lớn nhất của đời người là biết tiết chế tham vọng. *Thứ tám*: An tịnh và siêu thoát lớn nhất của đời người là sự sống trầm tĩnh và chân chính. *Thứ chín*: An ủi lớn nhất của đời người là được sự tín nhiệm của người

khác. *Thứ mười:* An vui lớn nhất của đời người có được khi bạn có thể vui vẻ trước những lời đùa cợt phê bình ác ý đang nhắm vào bạn và những ham tranh thắng bại. *Thứ mười một:* Ánh sáng rực rỡ lớn nhất của đời người có hai: một là thật ngữ; hai là trí tuệ. *Thứ mười hai:* Ảo ảnh lớn nhất của đời người là giàu sang vinh hiển. *Thứ mười ba:* Ba điều khó lớn nhất của đời người là không nói thị phi, chịu đựng sự xúc phạm và xử dụng thích đáng thì giờ nhàn rỗi. *Thứ mười bốn:* Ba nghiệp lớn nhất của đời người là thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp. *Thứ mười lăm:* Ba pháp tu tâm lớn nhất của đời người là lấy tâm chí thành mà chế ngự lỗi nơi miệng, lấy lòng trong lành mà chế phục cái thân cương cứng, lấy trí huệ để diệt ngu si. *Thứ mười sáu:* Ba việc làm dễ dàng cho việc tu học lớn nhất của đời người là không oán hận, không kiện tụng và không bài báng. Hoặc là không chấp tự tha, không khen mình và không chê người. *Thứ mười bảy:* Ba việc làm trở ngại cho việc tu học lớn nhất của đời người là nghi Pháp, nghi Thầy và nghi mình. Nghi Pháp thì chẳng thấy Pháp để học; nghi Thầy thì chẳng hay kính thuận; còn nghi mình thì không thể tu học được. *Thứ mười tám:* Bạn đạo lớn nhất của đời người là ma quân. *Thứ mười chín:* Báo thù lớn nhất của đời người là không báo thù. *Thứ hai mươi:* Bất an lớn nhất của đời người là nghĩ ác, nói ác, làm ác. *Thứ hai mươi một:* Bất hạnh lớn nhất của đời người có ba: một là những ham muốn vị kỷ lầm lạc, hai là bất hạnh chỉ đến với những ai không có việc gì để làm trên thế gian này, ba là bất hạnh chỉ xảy đến với những ai có tánh cả tin. *Thứ hai mươi hai:* Bất lịch sự lớn nhất của đời người là cứ nói mãi hay cứ hỏi mãi, chứ không để cho ai nói hay hỏi gì cả. *Thứ hai mươi ba:* Bất toại nguyện lớn nhất của đời người xảy đến cho những ai cứ miệt mài trong dục vọng. *Thứ hai mươi bốn:* Bể khổ lớn nhất của đời người là những thú vui và ham muốn. *Thứ hai mươi lăm:* Bệnh hoạn lớn nhất của đời người là sắc dục, vì sắc dục là xiềng cùm của đời. *Thứ hai mươi sáu:* Bi ai lớn nhất của đời người là lòng ghen tỵ. *Thứ hai mươi bảy:* Bí quyết sống hạnh phúc và thành công lớn nhất của đời người là nên làm những gì cần làm bây giờ, đừng lo lắng về quá khứ, đừng mơ tưởng tương lai. *Thứ hai mươi tám:* Bí quyết thành công lớn nhất của đời người là làm chu đáo mọi việc mà không hề nghĩ tới danh vọng. *Thứ hai mươi chín:* Bỉ ngạn lớn nhất của đời người là xa lìa khổ não. *Thứ ba mươi:* Biện bác lớn nhất của đời người là không biện bác. *Thứ ba mươi một:* Bố thí lớn nhất của đời người là bố thí bình đẳng, không

bao giờ hỏi tại sao người cầu giúp, không có ý lợi dụng người được giúp, không bố thí rồi sung sướng mà tự khen, không bố thí rồi ác khẩu mắng chửi, không bố thí rồi sanh lòng nghi, không bố thí rồi đem lòng tiếc, không bố thí rồi cầu được đền đáp. *Thứ ba mươi hai:* Bốn ân lớn nhất của đời người là ân cha mẹ, ân chúng sanh, ân thầy tổ và ân Tam Bảo. *Thứ ba mươi ba:* Bốn chân lớn nhất của đời người là tứ diệu đế (khổ, tập, diệt, đạo). *Thứ ba mươi bốn:* Bốn pháp tu lớn nhất của đời người là gần gũi bạn lành, chuyên tâm nghe chánh pháp, chuyên niệm suy nghĩ và đúng pháp tu hành. *Thứ ba mươi lăm:* Bốn loại ma lớn nhất của đời người là ma chết, ma phiền não, ma ngũ uẩn và thiên ma Ba Tuần. *Thứ ba mươi sáu:* Bốn chôn và bất an lớn nhất của đời người là khi con người không đạt được những ham muốn dục vọng. *Thứ ba mươi bảy:* Cách cho hay nhất và lớn nhất của đời người là cho mà làm thình. *Thứ ba mươi tám:* Cách cư xử công bằng lớn nhất của đời người là không phân biệt giai cấp giàu nghèo sang hèn. *Thứ ba mươi chín:* Cách cứu độ lớn nhất của đời người không phải là làm cho người chết ra khỏi mồ, mà là làm cho kẻ tội lỗi biết hoàn lương. *Thứ bốn mươi:* Cách diệt ác lớn nhất của đời người là lấy lòng từ tâm thương yêu kẻ thù, vì lấy oán báo oán thì oán thù chồng chất. *Thứ bốn mươi một:* Cách hành xử lớn nhất của đời người là không nói dối, không khoe khoang, không nói lời đâm thọc, không chửi rủa, không nói lời vô ích, không cộc cằn, không thô lỗ, không tục tũ, không nịnh hót, không bưng bít, không thiên vị, không che dấu tội lỗi cho ai, không nói lỗi ai, không làm việc bất lương. *Thứ bốn mươi hai:* Cách nhận hay nhất và lớn nhất của đời người là nhận mà biết nói lời ân nghĩa. *Thứ bốn mươi ba:* Cách sửa chữa lớn nhất của đời người là khi thấy khuyết điểm hoặc lỗi lầm của người không bao giờ khởi tâm trách móc, ngược lại còn giúp người sửa chữa lỗi cũ và tránh phạm lỗi mới. *Thứ bốn mươi bốn:* Cách trả thù hay nhất và lớn nhất của đời người có hai: một là sự tha thứ, hai là biến kẻ thù thành người thân của mình. *Thứ bốn mươi lăm:* Cách trưởng dưỡng bản ngã lớn nhất của đời người là chê người khen mình, ganh tỵ, hiềm khích và nhỏ nhen. *Thứ bốn mươi sáu:* Cách trưởng dưỡng lòng khoan dung lớn nhất của đời người là tán dương công đức của người khác. *Thứ bốn mươi bảy:* Cách tu hay nhất và lớn nhất của đời người là can đảm và hoan hỷ đón nhận lời chỉ trích mà không sợ hãi gì cả. *Thứ bốn mươi tám:* Cách tu lớn nhất của đời người là giữ cho tâm bình thường trước mọi dao động. *Thứ bốn mươi chín:* Cái ác lớn nhất của đời người



là ác sần si. *Thứ năm mươi*: Cái bậy lớn nhất của đời người là lời hứa. *Thứ năm mươi mốt*: Cái bậy lớn nhất của đời người là hứa bậy, tin bậy, nghe bậy, nghĩ bậy, nói bậy và làm bậy. *Thứ năm mươi hai*: Cái biết lớn nhất của đời người có bốn: một là tự biết mình, hai là biết những gì đáng biết và không biết những gì không đáng biết, ba là tự biết mình còn biết ít; bốn là thân mà không phụ họa với người quân tử, tránh mà không ruồng rẫy hận thù kẻ tiểu nhân. *Thứ năm mươi ba*: Cái bóng lớn nhất của đời người là thiện và ác nghiệp, vì chúng sẽ theo ta qua bên kia đáy mồ với sự luân hồi sinh tử của ta. *Thứ năm mươi bốn*: Cái búa lớn nhất của đời người là cái miệng, vì cái miệng ấy hay nói ác, nói bậy, việc đáng chê lại khen, việc đáng khen lại chê nên dễ rước họa vào thân. *Thứ năm mươi lăm*: Cái cho lớn nhất của đời người không chỉ đơn thuần là cho những gì mình dư, mà ngược lại lắm khi phải hy sinh những gì mình đang có và đang cần. *Thứ năm mươi sáu*: Cái đại lớn nhất của đời người là sự bươi móc lỗi nơi người khác. *Thứ năm mươi bảy*: Cái dễ lớn nhất của đời người chỉ đến với những ai biết trì chí kiên tâm. *Thứ năm mươi tám*: Cái dễ chịu lớn nhất của đời người là cuộc sống trung thực. *Thứ năm mươi chín*: Cái dễ phạm phải lớn nhất của đời người là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, không hiếu kính cha mẹ, ngu si tạo ác, gian xảo lọc lừa, bươi móc lỗi người, sát sanh hại vật, nói lưỡi hai chiều, nói lời đâm thọc, nói lời độc ác, ham mê sắc dục, mục hạ vô nhân, ngã mạn cống cao, khinh người, chê người khen mình, cố chấp bảo thủ, cậy quyền ý thế, thương đội hạ đạp, nhún tẻ trước danh dự của người, nói xấu để hại tiếng tăm của người, đố kỵ, kiêu căng, chạy theo quyền uy danh vọng, tăng bốc chủ, đánh đập tở, phách lối, tự cao tự đại, thấy lỗi người chứ không thấy lỗi mình, đua tranh, ty hiềm, thù oán. *Thứ sáu mươi*: Cái dốt lớn nhất của đời người có ba: một là không biết những gì mình cần phải biết, hai là không rõ những gì mình biết, ba là biết những gì mình không nên biết. *Thứ sáu mươi mốt*: Cái dở lớn nhất của đời người có hai: một là thái quá và bất cập, hai là biết hay mà không chịu tin theo. *Thứ sáu mươi hai*: Cái dững lớn nhất của đời người là cái tánh khí không luận hơn thua và không kể lợi hại khi làm việc nghĩa. *Thứ sáu mươi ba*: Cái đáng ghét lớn nhất của đời người là sự nói nhiều về bản thân mình. *Thứ sáu mươi bốn*: Cái đáng phục lớn nhất của đời người là sự can đảm chịu đựng khổ đau. *Thứ sáu mươi lăm*: Cái đáng sợ lớn nhất của đời người có hai: một là sự nịnh nọt của bạn ta, chứ không phải là sự

công kích của kẻ thù ta; hai là cuộc sống không giúp ích gì cho ai, chứ không phải là cái chết. *Thứ sáu mươi sáu:* Cái đáng trách lớn nhất của đời người là có lỗi mà không biết nhận và sửa lỗi mà còn đổ thừa cho người khác. *Thứ sáu mươi bảy:* Cái đẹp lớn nhất của đời người là phẩm hạnh cao quý, ăn nói lễ độ, biết kính trên nhường dưới, không làm chuyện sai trái, biết trọng lẽ phải, luôn giữ nhân nghĩa và thành tín, luôn ăn ở có nhân hậu với người và hiếu đễ với cha mẹ, anh chị em. *Thứ sáu mươi tám:* Cái giàu sang lớn nhất của đời người có hai: một là sự tu tâm dưỡng tánh của chính mình, hai là lòng bao dung đại độ. *Thứ sáu mươi chín:* Cái hay lớn nhất của đời người là khi sai trái dám nói rằng mình sai trái. *Thứ bảy mươi:* Cái họa lớn nhất của đời người đôi khi xuất phát từ sự suy nghĩ không cẩn thận hay làm việc gì không chu đáo. *Thứ bảy mươi một:* Cái học lớn nhất của đời người có ba: một là học ít mà thông hiểu được nghĩa lý; hai là không phải biết được qua loa nhiều việc, mà là biết rõ những gì cần biết và những gì đã biết; ba là phải biết phân biệt việc nghĩa và việc hại. *Thứ bảy mươi hai:* Cái khó lớn nhất của đời người có hai: một là tự mình nói lên sự thật với chính mình, hai là tự mình thấy lỗi của chính mình chứ không thấy lỗi người, và xem được kẻ oán thù như cha mẹ. *Thứ bảy mươi ba:* Cái khó làm lớn nhất của đời người là không khinh ai, không chê ai, không ghét ai, không nói xấu ai, không hại ai, không gian tham trộm cắp của ai, và làm sao luôn giữ được trầm tĩnh trước nghịch cảnh ngang trái. *Thứ bảy mươi bốn:* Cái khó nói lớn nhất của đời người là ít nói chuyện quấy của người khác. *Thứ bảy mươi lăm:* Cái khổ lớn nhất của đời người có ba: một là sự đua đòi, hai là sự lười biếng, ba là khổ ngũ âm thanh suy. *Thứ bảy mươi sáu:* Cái khôn lớn nhất của đời người có chín: một là dám bỏ những cái khôn vặt; hai là tự sửa mình khi thấy khuyết điểm của người; ba là từ chối không giận hờn ai; bốn là biết rõ cái ngu của chính mình; năm là biết người và biết mình, vì cổ nhân có dạy “Biết mình biết người trăm trận trăm thắng”; sáu là thấy cái gì cũng mới lạ; bảy là biết hy vọng cho điều tốt nhất và biết chuẩn bị cho điều xấu nhất; tám là những ai dám tự vấn về lỗi lầm của chính mình; chín là những ai luôn biết mình biết người. *Thứ bảy mươi bảy:* Cái “không” lớn nhất của đời người là tánh không của vạn sự vạn vật. *Thứ bảy mươi tám:* Cái lo lớn nhất của đời người không phải là lo người ta không biết mình, mà chỉ lo mình không biết phân biệt người. *Thứ bảy mươi chín:* Cái mạnh lớn nhất của đời người thường có ở những ai biết lấy đức

dạy người. *Thứ tám mươi*: Cái mê đại lớn nhất của đời người có hai: một là biết mình dở mà không chịu sửa sai, hai là biết người hay mà không chịu học hỏi. *Thứ tám mươi mốt*: Cái nói đáng giá lớn nhất của đời người là nói năng thân trọng. *Thứ tám mươi hai*: Cái nói hay nhất và lớn nhất của đời người là cái nói sau khi đã được suy nghĩ nhiều lần. *Thứ tám mươi ba*: Cái nói lớn nhất của đời người là biết nói cái gì đáng nói, không nói cái gì không đáng nói, cũng như biết những gì mình đã, đang và sắp nói. *Thứ tám mươi bốn*: Cái nghe lớn nhất của đời người là nghe Chánh Pháp. *Thứ tám mươi lăm*: Cái nghèo lớn nhất của đời người là nghèo đức hạnh. *Thứ tám mươi sáu*: Cái ngu lớn nhất của đời người có năm: một là không biết mà cứ oang oác; hai là nghe ai chê là vội giận; ba là nghe ai khen là vội mừng; bốn là quá tự kiêu và quá tự hạ mình; năm là chỉ thấy người ta ác mà không biết mình ác, chỉ thấy cái lành của mình chứ không thấy cái lành của người, chỉ cho mình là trí còn người thì ngu, mình ở chỗ sáng còn thiên hạ thì ở chỗ tối; chỉ thấy cái kiêu ngạo của người chứ không thấy mình kiêu ngạo, học hỏi được ba mớ là đem khoe khoan khoác lác. *Thứ tám mươi bảy*: Cái nguy hiểm lớn nhất của đời người là lòng tự phụ. *Thứ tám mươi tám*: Cái nguy lớn nhất của đời người đến với những ai đức ít mà ân sủng nhiều và tài kém mà ở địa vị cao. *Thứ tám mươi chín*: Cái nhìn lớn nhất của đời người là chỉ biết nhìn mình chứ không nhìn người. *Thứ chín mươi*: Cái nhìn tệ hại lớn nhất của đời người là nhìn theo cách nhị biên. *Thứ chín mươi mốt*: Cái phản ảnh bản tánh lớn nhất của đời người là những tật xấu mà ta nhìn thấy nơi người khác. *Thứ chín mươi hai*: Cái phi thường nhất của đời người chỉ đến với những ai chịu cố gắng làm những việc bình thường nhất. *Thứ chín mươi ba*: Cái quý lớn nhất của đời người không phải là của cải vật chất mà là thời giờ chúng ta đang có. *Thứ chín mươi bốn*: Cái sáng suốt lớn nhất của đời người là tự biết mình. *Thứ chín mươi lăm*: Cái sung sướng lớn nhất của đời người có bốn: một là sống không thù oán giữa những người thù oán, giữa những người thù oán ta sống không thù oán, hai là sống không bệnh tật giữa những người bệnh tật, ba là sống không tham dục giữa những người tham dục, bốn là sống không bị điều gì chướng ngại (Kinh Pháp Cú). *Thứ chín mươi sáu*: Cái tâm lớn nhất của đời người là cái tâm biết đặt lên trên mọi oán thù, bất công, đau khổ và ngạo mạn. *Thứ chín mươi bảy*: Cái tệ hại lớn nhất của đời người sẽ đến với những ai tự cho mình là tài giỏi vì tai kẻ ấy không còn chỗ để nghe và tâm trí

không còn chỗ để chứa những điều hay lẽ thiệt nữa. *Thứ chín mươi tám:* Cái thông minh lớn nhất của đời người có hai: một là khi mình biết xử dụng lời khuyên, hai là sự học hỏi hợp lý hợp thời. *Thứ chín mươi chín:* Cái thừa thãi lớn nhất của đời người là nhàn đàm hý luận. *Thứ một trăm:* Cái trí lớn nhất của đời người có mười bảy: một là biết mà vẫn chịu lắng nghe, hai là bỏ cái vui tạp nhạp để được hưởng cái vui lớn, ba là gieo vui và cầu vui cho người, bốn là làm việc đáng làm, không làm việc không đáng, năm là thường quán sát tự thân, sáu là luôn tự giác, bảy là chỉ bày lỗi lầm và tự khiển trách lấy mình, tám là khuyên răn dạy dỗ và can ngăn tội lỗi của kẻ khác, chín là lo tự điều phục lấy tâm mình, mười là thường xa lìa chứ không bàn luận đến những điều tham dục hay những niềm mừng lo, mười một là không làm điều sai quấy, mười hai là không mong cầu thành công bằng những phương tiện bất chánh, mười ba là rời bỏ ác pháp để tu hành thiện pháp, mười bốn là gội sạch mọi cấu uế trong tâm, mười lăm là xa lìa cố chấp, mười sáu là bỏ tâm ái nhiễm, mười bảy là diệt hết mọi não phiền. *Thứ một trăm lẻ một:* Cái tu lớn nhất của đời người là không bao giờ dùng lời lẽ thô lỗ và thiếu nhã nhặn để sỉ vả hay bắt bẻ ai. *Thứ một trăm lẻ hai:* Cái tự khinh lớn nhất của đời người là không dám tỏ ra mình như thế nào. *Thứ một trăm lẻ ba:* Cái u tối lớn nhất của đời người là học mà không chịu suy nghĩ. *Thứ một trăm lẻ bốn:* Cái uổng lớn nhất của đời người là không chịu học những gì mình chưa biết. *Thứ một trăm lẻ năm:* Cái vô hạn lớn nhất của đời người là những điều mình chưa biết. *Thứ một trăm lẻ sáu:* Cái vui lớn nhất của đời người có năm: một là sống không buông lung, hai là sống không làm điều ty liệt, ba là sống không làm các điều ác, bốn là sống chuyên làm các việc lành, năm là luôn giữ cho tâm ý luôn thanh sạch. *Thứ một trăm lẻ bảy:* Cái xấu lớn nhất của đời người hiện hữu trong những ai lấy của để thắng người. *Thứ một trăm lẻ tám:* Cái yếu lớn nhất của đời người là nóng giận, nản chí, ngạo mạn, phách lối, tự cao tự đại, ý mạnh hiếp yếu, ý giàu hiếp nghèo, ý sang hiếp hèn. *Thứ một trăm lẻ chín:* Can đảm lớn nhất của đời người là khi nghe người chê mình mà vẫn giữ được nét thản nhiên; khi nghe ai ca ngợi mình mà mình không thay đổi sắc mặt. *Thứ một trăm mười:* Căn bệnh lớn nhất của đời người là tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng, sự buồn thảm, phiền não, tật đố và quấy ác. *Thứ một trăm mười một:* Cầu tài lợi phi đạo lớn nhất của đời người là đánh bạc, uống rượu buông lung, gần gũi ác tri

thức, vui đàn hát, biếng nhác, và lợi dụng. *Thứ một trăm mười hai*: Cây búa tạ lớn nhất của đời người là cái miệng của chính mình. *Thứ một trăm mười ba*: Con quỷ gian trá lớn nhất của đời người là chẳng nghe nói nghe, chẳng thấy nói thấy. *Thứ một trăm mười bốn*: Con quỷ dối lớn nhất của đời người là lòng tham. *Thứ một trăm mười lăm*: Cơ hội tu hành lớn nhất của đời người là những chuyện trái tai gai mắt trên đời. *Thứ một trăm mười sáu*: Công đức lớn nhất của đời người là niềm tin. *Thứ một trăm mười bảy*: Cuộc sống an bình lớn nhất của đời người là sống không sát sanh. *Thứ một trăm mười tám*: Cuộc sống lớn nhất của đời người là cuộc sống biết phẩn đấu làm việc thiện chứ không làm ác và luôn giữ cho tâm ý thanh sạch. *Thứ một trăm mười chín*: Cứu cánh lớn nhất của đời người là sự bắt đầu. *Thứ một trăm hai mươi*: Chánh cần lớn nhất của đời người là tứ chánh cần (việc thiện chưa sanh, chuyên cần làm cho phát sanh; việc thiện đã sanh, chuyên cần làm cho tăng trưởng; việc ác chưa sanh, chuyên cần làm cho dừng sanh; việc ác đã sanh, chuyên cần làm cho chấm dứt). *Thứ một trăm hai mươi mốt*: Chân lý lớn nhất của đời người là Tứ Diệu Đế. *Thứ một trăm hai mươi hai*: Chất nước vô vị lớn nhất của đời người là sự giao thiệp với những người có tình cảm mà thiếu lý trí. *Thứ một trăm hai mươi ba*: Châu báu lớn nhất của đời người là nghe được một câu pháp mà ta chưa từng nghe. *Thứ một trăm hai mươi bốn*: Chiến thắng lớn nhất của đời người là tự chiến thắng chính mình. *Thứ một trăm hai mươi lăm*: Chuyện tốt đẹp lớn nhất của đời người đến với những ai không ghen ghét và không cầu cạnh. *Thứ một trăm hai mươi sáu*: Chương môn lớn nhất của đời người là những niệm sân hận. *Thứ một trăm hai mươi bảy*: Chương ngại thiện pháp lớn nhất của đời người là không chịu tinh tấn tu tâm dưỡng tánh mà chỉ dùng đa văn hý luận để khinh dễ người khác. *Thứ một trăm hai mươi tám*: Chương nghiệp lớn nhất của đời người là vọng tưởng. *Thứ một trăm hai mươi chín*: Dòm ngó lớn nhất của đời người là dòm ngó chính mình. *Thứ một trăm ba mươi*: Dục vọng lớn nhất của đời người để sanh khi thân thể người ấy không bệnh hoạn. *Thứ một trăm ba mươi mốt*: Đại sự nhưn duyên lớn nhất của đời người là sự xuất hiện của Đức Phật nơi đời để khai thị cho chúng sanh được ngộ nhập tri kiến Phật. *Thứ một trăm ba mươi hai*: Đáng hổ thẹn lớn nhất của đời người chỉ khống chế những ai luôn mang tâm sân hận. *Thứ một trăm ba mươi ba*: Đáng khâm phục lớn nhất của đời người là vượt lên sau khi ngã. *Thứ một trăm ba mươi bốn*: Đáng thương lớn nhất của đời

người có hai: một là tự ty; hai là lý luận bướng bỉnh và chấp chặt chỗ kiến giải của mình. *Thứ một trăm ba mươi lăm*: Đạo đức lớn nhất của đời người có hai: một là sống không buông lung, ngược lại luôn sống với giáo pháp nhà Phật; hai là sự trong sạch và lòng trung thành. *Thứ một trăm ba mươi sáu*: Đạo thanh tịnh lớn nhất của đời người chỉ có ở những ai giác ngộ được rằng chư pháp vô thường, khổ và không. *Thứ một trăm ba mươi bảy*: Đạo thù thắng và lớn nhất của đời người là Bát Thánh Đạo. *Thứ một trăm ba mươi tám*: Đau khổ lớn nhất của đời người là sự trống rỗng. *Thứ một trăm ba mươi chín*: Đê tiện lớn nhất của đời người là nịnh nọt. *Thứ một trăm bốn mươi*: Địa ngục lớn nhất của đời người là sự sân hận; hai là địa ngục này chỉ đến với những ai nói lời vọng ngữ, có làm nói không, không trừ ác hạnh, buông lung theo tà dục, giải đãi, nhiễm ô và hoài nghi chánh pháp, phóng dăng rong chơi, việc không đáng hổ thẹn lại hổ thẹn, việc đáng hổ thẹn lại không hổ thẹn, việc không đáng sợ lại sợ, việc đáng sợ lại không, việc đáng sợ lại không sợ, việc không lỗi cứ tưởng lỗi, có lỗi lại không tưởng. *Thứ một trăm bốn mươi một*: Điều ác lớn nhất của đời người là bất hiếu. *Thứ một trăm bốn mươi hai*: Điều cao quý lớn nhất của đời người có hai: một là tự chế được mình, hai là tự mình giác ngộ chân lý. *Thứ một trăm bốn mươi ba*: Điều chế ngăn lớn nhất của đời người là chế ngăn thân khẩu ý. *Thứ một trăm bốn mươi bốn*: Điều đáng phục lớn nhất của đời người là tự thắng được chính mình. *Thứ một trăm bốn mươi lăm*: Điều đáng sợ lớn nhất của đời người là tính ích kỷ. *Thứ một trăm bốn mươi sáu*: Điều lợi ích lớn nhất của đời người đến với những ai biết vui mừng chế phục tâm mình. *Thứ một trăm bốn mươi bảy*: Điều nên có lớn nhất của đời người là sự ngay thẳng. *Thứ một trăm bốn mươi tám*: Điều nên làm lớn nhất của đời người là sự tha thứ. *Thứ một trăm bốn mươi chín*: Điều quan trọng lớn nhất của đời người là giữ được đạo đức trong khi thành công. *Thứ một trăm năm mươi*: Điều thiện lành lớn nhất của đời người là hiếu hạnh, vì Kinh Đại Tập dạy: “Gặp thời không có Phật, nếu biết khéo phụng sự cha mẹ tức là phụng sự Phật vậy.” *Thứ một trăm năm mươi một*: Độc hại lớn nhất của đời người là tham lam và trộm cắp. *Thứ một trăm năm mươi hai*: Đội quân hùng cường và lớn nhất của đời người là nhẫn nhục. Đức Phật dạy trong Kinh Pháp Cú: “Người nhẫn nhục khi bị đánh mấn không sanh lòng sân hận.” *Thứ một trăm năm mươi ba*: Đức cả lớn nhất của đời người là nhẫn nhục. *Thứ một trăm năm mươi bốn*: Đức hạnh lớn nhất

của đời người là lòng can đảm. *Thứ một trăm năm mươi lăm*: Giá trị lớn nhất của đời người ở nhân cách của người ấy, chứ không phải là tài sản hay của cải. *Thứ một trăm năm mươi sáu*: Giác ngộ lớn nhất của đời người là dứt bỏ được tham, sân, si. *Thứ một trăm năm mươi bảy*: Giải thoát lớn nhất của đời người có năm: một là không tham dục, vì từ tham dục nảy mầm đau khổ và sợ hãi; hai là dứt bỏ các ác nghiệp; ba là tu hành thanh tịnh; bốn là diệt trừ bỏ cấu uế; năm là chế phục mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. *Thứ một trăm năm mươi tám*: Giặc cướp công đức lớn nhất của đời người là giận dữ. *Thứ một trăm năm mươi chín*: Giặc hại năm căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân) lớn nhất của đời người là sự buông lung của chính mình. *Thứ một trăm sáu mươi*: Gốc giải thoát lớn nhất của đời người là khi gây tạo điều ác mà biết ăn năn sám hối như Kinh Vị Tăng Hữu dạy: “Tiền tâm làm ác như mây che trời, hậu tâm làm lành như đuốc tiêu tối.” *Thứ một trăm sáu mươi một*: Gốc tội lỗi lớn nhất của đời người là gây tạo điều ác không biết sám hối mà còn đổ thừa cho người. *Thứ một trăm sáu mươi hai*: Gương sáng lớn nhất của đời người là sự chuyên cần tu niệm. *Thứ một trăm sáu mươi ba*: Hai điều sai lầm lớn nhất của đời người là bất chấp lý lẽ, và chỉ chấp nhận có lý mà không hiểu được tình. *Thứ một trăm sáu mươi bốn*: Hai điều trái ngược lớn nhất của đời người là thích nghe chuyện xấu của người mà lại thích nghe người nói tốt về mình. *Thứ một trăm sáu mươi lăm*: Hai việc dễ và khó lớn nhất của đời người: một là thấy lỗi người thì dễ, lỗi của người thì quan sát tỷ mỉ; hai là thấy lỗi mình thì khó khăn vô cùng, lỗi của mình thì luôn dấu kín. *Thứ một trăm sáu mươi sáu*: Ham muốn ngu xuẩn lớn nhất của đời người là tiền tài vật chất và danh thơm tiếng tốt. *Thứ một trăm sáu mươi bảy*: Hành trang lớn nhất của đời người là tâm từ bi, lòng quảng đại và đức bao dung. *Thứ một trăm sáu mươi tám*: Hạnh phúc lớn nhất của đời người có mười hai: một là phụng dưỡng cha mẹ, hai là không gieo khổ đau cho người khác, ba là sống giữa những kẻ thù ta mà ta không thù họ, bốn là hãy cố gắng làm một điều gì cho tha nhân, năm là thương yêu và cảm thông với tha nhân, sáu là sống thắm nhuần giáo pháp, và bảy là sống không khao khát dục vọng, tám là sống với trí tuệ giới hạnh và niềm tin, chín là hạnh phúc ấy nằm ngay nơi chính mình chứ không từ ai khác hay không ở đâu xa, mười là hạnh phúc chỉ đến với người biết cho với lòng quảng đại, mười một là hạnh phúc này chỉ có trong một thân thể lành mạnh và tinh thần minh mẫn, mười hai là hạnh phúc này

chỉ đến với những ai hiểu biết chân thật và thông đạt chánh pháp. *Thứ một trăm sáu mươi chín:* Hèn hạ và đáng bị khinh rẽ lớn nhất của đời người là phát lộ những bí ẩn thâm kín của người khác. *Thứ một trăm bảy mươi:* Hối hận lớn nhất của đời người là không cố gắng để tiến bộ. *Thứ một trăm bảy mươi một:* Hương thơm lớn nhất của đời người là hương thơm của đức hạnh, vì Đức Phật dạy: “Hương các loài hoa thơm đều không thể bay ngược gió, nhưng hương thơm đức hạnh có thể ngược gió bay đến khắp mọi nơi.” *Thứ một trăm bảy mươi hai:* Kẻ đối gạt lớn nhất của đời người là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý của chính mình. *Thứ một trăm bảy mươi ba:* Kẻ làm hại lớn nhất của đời người là sự tham dục, lòng đố kỵ và ganh ghét trong ta. *Thứ một trăm bảy mươi bốn:* Kẻ thù lớn nhất của đời người có hai, một những tư tưởng tham dục và hai là chính mình. *Thứ một trăm bảy mươi lăm:* Kẻ thù tệ hại và lớn nhất của đời người là những tên nịnh nọt. *Thứ một trăm bảy mươi sáu:* Kham nhẫn lớn nhất của đời người là thành khẩn nhận chịu sự phê bình và sửa sai từ người khác. *Thứ một trăm bảy mươi bảy:* Khiếm khuyết bi thảm lớn nhất của đời người là thiếu lương tri. *Thứ một trăm bảy mươi tám:* Khiếm khuyết lớn nhất của đời người có hai: một là kém hiểu biết, hai là tham sân si. *Thứ một trăm bảy mươi chín:* Kho thuốc súng lớn nhất của đời người là lòng kiêu căng. *Thứ một trăm tám mươi:* Khổ đau lớn nhất của đời người có bốn: một là ngũ uẩn, hai là xao lãng việc tu tập để chạy theo dục lạc, ba là sống theo tà hạnh, bốn là chạy theo tà kiến. *Thứ một trăm tám mươi một:* Khôn ngoan lớn nhất của đời người có sáu: một là sự bình tĩnh và kiên trì tự tâm, lúc vui cũng như lúc buồn; hai là biết tự kiềm chế tâm mình; ba là tinh tấn trau dồi đức hạnh; bốn là nhìn cái gì cũng thấy lạ từ đó mới chịu khởi tâm học hỏi; năm là luôn tự biết mình; sáu là luôn biết lắng nghe. *Thứ một trăm tám mươi hai:* Khuyết điểm lớn nhất của đời người là chính những gì chúng ta đã biết sẽ ngăn cản không cho chúng ta học hỏi những gì chúng ta chưa biết. *Thứ một trăm tám mươi ba:* Kiêu căng lớn nhất của đời người khởi lên khi được mọi người đều thuận theo ý mình. *Thứ một trăm tám mươi bốn:* Kiêu sa lớn nhất của đời người nổi dậy khi người ấy không gặp hoạn nạn. *Thứ một trăm tám mươi lăm:* Kính trọng lớn nhất của đời người là tự trọng và trọng người. *Thứ một trăm tám mươi sáu:* Lãng phí lớn nhất của đời người là nói chuyện dông dài và bàn luận thế sự tạp nhạp. *Thứ một trăm tám mươi bảy:* Lẽ vật lớn nhất của đời người là khoan dung. *Thứ một trăm tám mươi tám:* Liều



thuốc độc lớn nhất của đời người là ngã mạn, cống cao, gian tham, ái nhiễm và ỷ lại. *Thứ một trăm tám mươi chín:* Lo sợ lớn nhất của đời người thường xảy đến cho những ai gieo khủng khiếp cho người khác. *Thứ một trăm chín mươi:* Loạn động lớn nhất của đời người khởi lên khi mình tìm cách vượt thắng người khác. *Thứ một trăm chín mươi một:* Lòng quảng đại lớn nhất của đời người là sự công bằng. *Thứ một trăm chín mươi hai:* Lối đi lớn nhất của đời người là lối đi hướng thiện và hướng thượng. *Thứ một trăm chín mươi ba:* Lỗi lầm lớn nhất của đời người là moi móc tìm lỗi của người khác và không chịu nhận tội lỗi của mình. *Thứ một trăm chín mươi bốn:* Lời nói hay lớn nhất của đời người là không nói, nhưng nếu phải nói nên nói lời thật, thanh tao, êm dịu, hiền hòa, nhân từ và đạo đức. *Thứ một trăm chín mươi lăm:* Lời nói lớn nhất của đời người là một lời nói hữu ích, vì nó có giá trị hơn ngàn lời vô dụng. *Thứ một trăm chín mươi sáu:* Lời nói tốt nhất và lớn nhất của đời người là đừng nói xấu ai. *Thứ một trăm chín mươi bảy:* Lợi lạc và hạnh phúc lớn nhất của đời người là không tham ái, không sân hận và không si mê. *Thứ một trăm chín mươi tám:* Lửa thiêu đốt rừng công đức lớn nhất của đời người là lửa sân hận. *Thứ một trăm chín mươi chín:* Mất mát lớn nhất của đời người xảy đến cho những ai cậy sức để thắng người. *Thứ hai trăm:* Mất mát và khổ đau lớn nhất của đời người là tham ái, sân hận và si mê. *Thứ hai trăm lẻ một:* Mê đại lớn nhất của đời người là trí tưởng tượng. *Thứ hai trăm lẻ hai:* Mê muội lớn nhất của đời người có hai thứ, một là dùng trò chơi trí thức chữ nghĩa mà không có thực dụng, hai là mỗi khi phạm lỗi chẳng những ta không nhận không sửa mà còn qui lỗi cho người khác. *Thứ hai trăm lẻ ba:* Món ăn nhạt nhẽo lớn nhất của đời người là sự giao thiệp với những người có lý trí mà thiếu tình cảm. *Thứ hai trăm lẻ bốn:* Món nợ lớn nhất của đời người là tình cảm. *Thứ hai trăm lẻ năm:* Mồi lửa lớn nhất của đời người là sự chỉ trích. *Thứ hai trăm lẻ sáu:* Mười điều học lớn nhất của đời người là chớ vui sát sanh, chớ trộm cướp của người, chớ tà dâm tà hạnh, chớ cố ý nói dối, chớ nói lời của người, chớ nói lưỡi hai chiều, chớ nói lời độc ác, chớ nói lời thô lỗ, chớ tự khen mình chê người, chớ mua bán những chất cay độc. *Thứ hai trăm lẻ bảy:* Nhân hậu lớn nhất của đời người là không ngồi nhìn người khác khổ đau. *Thứ hai trăm lẻ tám:* Nhẫn nhục lớn nhất của đời người là nhẫn nhục trước sự chê bai, cũng như nhẫn chịu mọi điều phỉ báng. *Thứ hai trăm lẻ chín:* Những dòng nước lũ lớn nhất của đời người là tham, sân,

si, mạn, nghi, sát, đạo, dâm, vọng, tà kiến, thân kiến, biên kiến, ác kiến. *Thứ hai trăm mười:* Những điều phụng dưỡng cha mẹ lớn nhất của đời người là cúng dường đầy đủ đừng để thiếu thốn, trình thưa với mẹ cha trước khi làm việc gì, kính thuận chẳng nghịch, chẳng dám chống trái lệnh của mẹ cha. *Thứ hai trăm mười một:* Niềm an lạc lớn nhất của đời người là sống trong trần nhơ mà không vướng mắc trần nhơ. *Thứ hai trăm mười hai:* Niềm hỷ lạc lớn nhất của đời người là tâm chứa thiện sự. *Thứ hai trăm mười ba:* Niềm sung sướng lớn nhất của đời người là luôn biết đủ. *Thứ hai trăm mười bốn:* Niềm tin lớn nhất của đời người có ba: một là chánh tín, hai tin và tu theo Phật, ba là tin sâu ở luật nhân quả. *Thứ hai trăm mười lăm:* Nỗi khổ đau và sợ hãi lớn nhất của đời người là tham dục. *Thứ hai trăm mười sáu:* Nỗi khổ lớn nhất của đời người có hai, một là tâm chứa ác sự, hai là không biết sanh ra để làm gì chứ không phải là sự nghèo đói vật chất, nghịch cảnh hay sự chết chóc. *Thứ hai trăm mười bảy:* Nuối tiếc lớn nhất của đời người là quyết định một vấn đề gì khi đang bị bực bội, đang bị khiêu khích hoặc đang sân giận ai. *Thứ hai trăm mười tám:* Ngày lớn nhất của đời người là ngày hôm nay, vì hôm qua đã qua rồi còn ngày mai thì chưa đến. *Thứ hai trăm mười chín:* Nghèo nàn lớn nhất của đời người đến với những ai chỉ biết ham mê xa hoa vật chất. *Thứ hai trăm hai mươi:* Nghệ thuật làm dễ dàng những việc khó và lớn nhất của đời người chỉ có ở những người có nhẫn nại làm hoàn hảo những việc dễ dàng và nhỏ nhất. *Thứ hai trăm hai mươi một:* Nghiệp luân hồi lớn nhất của đời người là dâm dật. *Thứ hai trăm hai mươi hai:* Nghiệp lực lớn nhất của đời người là sát sanh. *Thứ hai trăm hai mươi ba:* Ngọn lửa lớn nhất của đời người là lửa tham dục. *Thứ hai trăm hai mươi bốn:* Ngu dốt lớn nhất của đời người là đối trá. *Thứ hai trăm hai mươi lăm:* Ngu xuẩn lớn nhất của đời người xảy đến khi mình tự để cho người khác khơi dậy lòng tức giận nơi mình. *Thứ hai trăm hai mươi sáu:* Nguy hại lớn nhất của đời người là dục tình. *Thứ hai trăm hai mươi bảy:* Nguy hiểm lớn nhất của đời người có hai: một là cơn giận dữ, hai là sự ham muốn về tài, sắc, danh, thực, thù. *Thứ hai trăm hai mươi tám:* Người bạn lớn nhất của đời người là nghiệp, dù thiện hay dù ác, chúng sẽ theo bạn xuống tận đáy mồ. *Thứ hai trăm hai mươi chín:* Người chủ lớn nhất của đời người là chính mình. *Thứ hai trăm ba mươi:* Người thân lớn nhất của đời người là tinh tấn, phục thiện, tỉnh thức, nhẫn nhục và trí huệ. *Thứ hai trăm ba mươi một:* Người thầy lớn

nhất của đời người là người dám chỉ trích những lỗi lầm của mình. *Thứ hai trăm ba mươi hai*: Nhân cách lớn nhất của đời người là làm thiện không làm ác. *Thứ hai trăm ba mươi ba*: Nhẫn nhục lớn nhất của đời người là biết can đảm đương đầu với những chỉ trích chê bai. *Thứ hai trăm ba mươi bốn*: Nhục nhã lớn nhất của đời người sẽ xảy đến với những ai tin rằng mình đã biết những gì mình chưa biết. *Thứ hai trăm ba mươi lăm*: Những cái nguy hiểm lớn nhất của đời người thường xảy đến từ những việc nhỏ. *Thứ hai trăm ba mươi sáu*: Oán tặc lớn nhất của đời người là phiền não. *Thứ hai trăm ba mươi bảy*: Phá sản lớn nhất của đời người là tuyệt vọng. *Thứ hai trăm ba mươi tám*: Pháp thù thắng và lớn nhất của đời người là pháp ly dục. *Thứ hai trăm ba mươi chín*: Phẩm chất cao thượng lớn nhất của đời người có hai: một là lòng khiêm tốn, hai là lòng biết hy sinh và vị tha. *Thứ hai trăm bốn mươi*: Phẩm chất chơn chánh lớn nhất của đời người nằm trong cách họ sống chứ không ở cách họ nói hay hay những gì họ có. *Thứ hai trăm bốn mươi một*: Phẩm hạnh lớn nhất của đời người là sự tu tập của chính mình. *Thứ hai trăm bốn mươi hai*: Phiền não lớn nhất của đời người là sân hận. *Thứ hai trăm bốn mươi ba*: Phúc họa lớn nhất của đời người đa phần phát xuất từ những hành xử hằng ngày của người ấy. *Thứ hai trăm bốn mươi bốn*: Phung phí thời giờ lớn nhất của đời người là sự tưởng nghĩ đến kẻ thù. *Thứ hai trăm bốn mươi lăm*: Phước báu lớn nhất của đời người có hai, một là bố thí, hai là những hành động đem lại sự an vui cho mình và cho người trong hiện tại và tương lai. *Thứ hai trăm bốn mươi sáu*: Phương pháp tu tập lớn nhất của đời người là rõ biết lỗi phiền não mà chẳng chạy theo phiền não, hay nhẫn chịu ác khổ mà chẳng sanh lòng sợ hãi, chẳng làm điều ác, ưa tu pháp lành, biết phân biệt lành dữ, gần gũi chánh pháp, thương xót chúng sanh, nghe người chê mà lòng vẫn an nhẫn, nghe người khen lòng thấy hổ thẹn, thấy người chia lìa thì tìm cách khiến họ hòa hiệp, nêu điều hay của người, không nói lỗi của người, không chê người khen mình, không tự cao tự đại, không đa văn hý luận, tránh xa tà kiến và luôn biết thiếu dục tri túc. Đối với phiền não nên nghĩ như kẻ oán tặc, đối với thiện pháp nên xem như thân thuộc. Thà thân mạng mất quyết xa lìa các hạnh tà dục, xa lìa lời nói giả dối, hai chiều, thiếu dẹt và đâm thọc. *Thứ hai trăm bốn mươi bảy*: Quyết định lớn nhất của đời người có hai: một là khi thấy việc gì không lợi lạc mà ngược lại có thể đem lại tai hại và khổ đau cho mình và cho người, mình dám can đảm bỏ đi; hai là khi thấy

điều có lợi lạc và mang lại an sinh và hạnh phúc cho mình và cho người, dù khó thế mấy mình cũng tuân theo. *Thứ hai trăm bốn mươi tám:* Sai lầm lớn nhất của đời người có hai: một là đánh mất chính mình, hai là thị phi về người. *Thứ hai trăm bốn mươi chín:* Sai trái lớn nhất của đời người là nói một đằng làm một nẻo. *Thứ hai trăm năm mươi:* Sáng suốt lớn nhất của đời người là sớm biết tính ngộ và lo tu tập. *Thứ hai trăm năm mươi mốt:* Sáu con đường lớn nhất của đời người là lục đạo (địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, a tu la, người và trời). *Thứ hai trăm năm mươi hai:* Sở trường lớn nhất của đời người là sự nhường nhịn. *Thứ hai trăm năm mươi ba:* Suy nghĩ lớn nhất của đời người là biết những gì mình đã, đang và sắp suy nghĩ, cũng như sự suy nghĩ phải làm một điều gì đó có lợi cho người khác. *Thứ hai trăm năm mươi bốn:* Sự bội bạc lớn nhất của đời người là sự vội vã trả ơn. *Thứ hai trăm năm mươi lăm:* Sự cao quý lớn nhất của đời người có hai: một là sự cao quý trong lòng mình; hai là luôn nhất tâm tu hành theo chánh pháp, dù cho việc gì xảy ra cũng quyết kiên trì chứ không buông lung theo thú vui trần tục. *Thứ hai trăm năm mươi sáu:* Sự cao thượng lớn nhất của đời người là lòng biết ơn. *Thứ hai trăm năm mươi bảy:* Sự chán chường lớn nhất của đời người là nói chuyện với người lúc nào cũng tán đồng với ý kiến của mình. *Thứ hai trăm năm mươi tám:* Sự kiên đại lớn nhất của đời người là tìm cách sửa chữa cá tánh của người khác. *Thứ hai trăm năm mươi chín:* Sự giải tỏa ưu phiền lớn nhất của đời người đến với những ai tận tâm lo giải tỏa ưu phiền cho những người khác. *Thứ hai trăm sáu mươi:* Sự gian dối lớn nhất của đời người bắt nguồn từ sự gian dối trong việc nhỏ nhất. *Thứ hai trăm sáu mươi mốt:* Sự giáo dục lớn nhất của đời người đến từ nghịch cảnh. *Thứ hai trăm sáu mươi hai:* Sự hèn hạ lớn nhất của đời người chỉ xảy ra ở người thiếu trí. *Thứ hai trăm sáu mươi ba:* Sự hèn nhất lớn nhất của đời người là sự cam chịu trước nghịch cảnh. *Thứ hai trăm sáu mươi bốn:* Sự hiểu lầm lớn nhất của đời người xảy ra khi người ta tưởng rằng nhường bộ là hạ mình và nhận lỗi là nhục nhã. *Thứ hai trăm sáu mươi lăm:* Sự hùng biện lớn nhất của đời người là nói năng thận trọng. *Thứ hai trăm sáu mươi sáu:* Sự kết thân lớn nhất của đời người là kết thân với người thiện. *Thứ hai trăm sáu mươi bảy:* Sự khó tha thứ lớn nhất của đời người là tha thứ cho người khác, vì thói thường mình hay tự tha thứ cho mình chứ ít khi chịu tha thứ cho người. *Thứ hai trăm sáu mươi tám:* Sự khó thay đổi lớn nhất của đời người là sự thay đổi cá tánh của một

người. *Thứ hai trăm sáu mươi chín*: Sự khôn ngoan lớn nhất của đời người có năm: một là biết lắng nghe lời chỉ trích chơn thành, hai là biết khéo léo đối thù thành bạn, ba là đừng nói với người khác là mình khôn hơn họ, bốn là biết chấp nhận và hành xử theo lời khuyên, và năm là biết tự trách lấy mình chứ không trách người. *Thứ hai trăm bảy mươi*: Sự lãng phí thì giờ và năng lực lớn nhất của đời người xảy ra khi chúng ta bị kích thích, nổi cơn thịnh nộ hay nuôi dưỡng lòng oán hận người khác. *Thứ hai trăm bảy mươi một*: Sự lịch thiệp lớn nhất của đời người đến với những ai biết giúp đỡ người khác mà không hề kể công. *Thứ hai trăm bảy mươi hai*: Sự lo sợ lớn nhất của đời người xảy đến với những ai gieo sự khủng khiếp cho người khác. *Thứ hai trăm bảy mươi ba*: Sự mất mát lớn nhất của đời người là mất mát chữ tín. *Thứ hai trăm bảy mươi bốn*: Sự nghèo nàn lớn nhất của đời người thường đến với những kẻ thiếu tài. *Thứ hai trăm bảy mươi lăm*: Sự nghiệp lớn nhất của đời người là những thử thách trong đời sống hằng ngày. *Thứ hai trăm bảy mươi sáu*: Sự ngu dại lớn nhất của đời người có ba: một là vội tin mọi người, hai là vội vàng chỉ trích người khác, ba là không chịu thay đổi thiếu kiến của chính mình. *Thứ hai trăm bảy mươi bảy*: Sự ngu dốt lớn nhất của đời người có hai: một là không dám hỏi khi mình không biết, hai là biết đỡ mà không dám bỏ. *Thứ hai trăm bảy mươi tám*: Sự ngu độn lớn nhất của đời người là sự bất đồng ý với cả người ngu lẫn người khôn. *Thứ hai trăm bảy mươi chín*: Sự sa bẫy lớn nhất của đời người xảy ra khi bạn bị xáo trộn bởi kẻ thù của bạn gây ra và làm đúng theo những ước vọng của họ. *Thứ hai trăm tám mươi*: Sự tha thứ dễ dàng và lớn nhất của đời người thường được dành cho chính mình. *Thứ hai trăm tám mươi một*: Sự thách đố lớn nhất của đời người là lời giễu cợt. *Thứ hai trăm tám mươi hai*: Sự thành công lớn nhất của đời người có hai: một là sự cố gắng của chính mình, hai là sự thành công ấy chỉ đến với những ai cố gắng và cần thận. *Thứ hai trăm tám mươi ba*: Sự thành đạt lớn nhất của đời người là hành động chứ không phải là lời nói hay sự hiểu biết. *Thứ hai trăm tám mươi bốn*: Sự thiếu khoan dung lớn nhất của đời người phát xuất từ việc không hiểu biết người khác nghĩ gì và cần gì. *Thứ hai trăm tám mươi lăm*: Sự thô lỗ lớn nhất của đời người xảy đến khi người ấy không đủ thông minh để nói lời thích hợp và không đủ khôn ngoan để im lặng đúng lúc. *Thứ hai trăm tám mươi sáu*: Sự thông minh lớn nhất của đời người chỉ có ở những ai khi không biết dám nói mình không biết và khi sai trái dám

nói mình sai trái. *Thứ hai trăm tám mươi bảy*: Sự thông thái lớn nhất của đời người chỉ có ở những ai luôn biết rõ cái ngu của mình. *Thứ hai trăm tám mươi tám*: Sự thừa thãi lớn nhất của đời người là sống một ngày mà không nghe được một câu nói đạo đức, không trông thấy được một việc làm có đạo đức, hay không làm được một việc có đạo đức. *Thứ hai trăm tám mươi chín*: Sự toàn thiện lớn nhất của đời người là lòng phục thiện của chính mình. *Thứ hai trăm chín mươi*: Sự xấu xược lớn nhất của đời người chỉ có ở những kẻ đần độn. *Thứ hai trăm chín mươi một*: Sự yên vui lớn nhất của đời người khởi lên từ lòng vị tha. *Thứ hai trăm chín mươi hai*: Sức chịu đựng lớn nhất của đời người là chịu đựng một mình chứ không bắt ai phải chịu đựng với mình. *Thứ hai trăm chín mươi ba*: Sức mạnh lớn nhất của đời người có sáu: một là lòng kiên nhẫn, hai là tự hào và không quy lụy trong thất bại khi bạn đã cố gắng hết sức mình, ba là khiêm nhường và nhã nhặn khi chiến thắng, bốn là tự biết mình yếu hay mạnh, năm là đủ can đảm để đối phó với sợ hãi, sáu là ý chí bắt đầu công việc một cách đúng lúc. *Thứ hai trăm chín mươi bốn*: Tai hại lớn nhất của đời người có ba: một là những tai hại này xảy đến khi nào mình trông chờ vào người khác làm thỏa mãn những nhu cầu của mình; hai là nguyên nhân của những tai hại này đến từ chính mình chứ không từ ai khác; ba là những ai có tánh hay phô trương, vì sẽ có lắm kẻ ghen ghét đố kỵ. *Thứ hai trăm chín mươi lăm*: Tai họa lớn nhất của đời người là mưu sâu kế độc của chính mình. *Thứ hai trăm chín mươi sáu*: Tài năng lớn nhất của đời người là sự nhẫn nại lâu dài. *Thứ hai trăm chín mươi bảy*: Tài năng khó nhất và lớn nhất của đời người là tài năng của người chịu nhìn nhận người khác có tài. *Thứ hai trăm chín mươi tám*: Tài sản lớn nhất của đời người là sức khỏe và trí tuệ. *Thứ hai trăm chín mươi chín*: Tám món chơn chánh lớn nhất của đời người là thấy biết chơn chánh, suy nghĩ chơn chánh, nói lời chơn chánh, nghề nghiệp chơn chánh, lối sống chơn chánh, tinh tấn chơn chánh, nghĩ nhớ chơn chánh và định tĩnh chơn chánh. *Thứ ba trăm*: Tâm bất động lớn nhất của đời người là tâm không dao động vì sự khen chê. *Thứ ba trăm lẻ một*: Tâm hồn lớn nhất của đời người là tâm hồn luôn hy vọng chứ không tuyệt vọng. *Thứ ba trăm hai*: Tâm kiên cố lớn nhất của đời người là tâm không chạy theo dục vọng. *Thứ ba trăm lẻ ba*: Tâm lớn nhất của đời người là tâm Bồ Đề, vì tâm Bồ Đề là con đường lớn có thể đưa chúng sanh đến cõi nhất thế trí, tâm Bồ Đề là con mắt sáng có thể xem thấy hết thấy đường chánh nẻo tà,

tâm Bồ Đề là nước sạch có thể tẩy sạch mọi phiền não, tâm Bồ Đề là chúng tử Phật có thể sanh chư pháp của chư Phật. *Thứ ba trăm lẻ bốn*: Tâm lương hảo lớn nhất của đời người là tâm thương người. *Thứ ba trăm lẻ năm*: Tâm niệm lớn nhất của đời người là chớ làm các điều ác, chăm làm các điều lành, và giữ trong sạch nơi tâm ý. *Thứ ba trăm lẻ sáu*: Tâm tề hại lớn nhất của đời người là tâm ghét người. *Thứ ba trăm lẻ bảy*: Tâm thanh tịnh lớn nhất của đời người là tâm không bị tham ái thúc dục, không bị sân hận thâm nhiễm, tâm đã vượt lên trên những thiện và ác nghiệp. *Thứ ba trăm lẻ tám*: Tâm thật tu lớn nhất của đời người là nghe ai nói tốt về mình thì không lấy làm vui, nghe ai nói xấu về mình không lấy làm khó chịu. *Thứ ba trăm lẻ chín*: Tề hại lớn nhất của đời người là sợ sệt và lo âu. *Thứ ba trăm mười*: Tích lũy và bất an lớn nhất của đời người là sự tích lũy của cải và tài sản. *Thứ ba trăm mười một*: Tịch tịnh lớn nhất của đời người là thân ngữ thanh tịnh, xa lìa dục lạc và tâm an trú trong định tĩnh. *Thứ ba trăm mười hai*: Tiến bộ lớn nhất của đời người là mỗi khi phạm lỗi ta biết lắng nghe và sửa lỗi. *Thứ ba trăm mười ba*: Tiếng lành lớn nhất của đời người là sống chơn chánh. *Thứ ba trăm mười bốn*: Tội lỗi lớn nhất của đời người có hai: một là bất hiếu, hai là lạc thú. *Thứ ba trăm mười lăm*: Tu sửa lớn nhất của đời người là tu sửa lấy mình. *Thứ ba trăm mười sáu*: Tu tập lớn nhất của đời người là sự tu tập cho chính mình. *Thứ ba trăm mười bảy*: Thản nhiên lớn nhất của đời người là đi đến đâu cũng cảm thấy an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. *Thứ ba trăm mười tám*: Thanh tịnh lớn nhất của đời người là không oán hận, không bài bác, và không tranh tụng với ai. *Thứ ba trăm mười chín*: Thành công lớn nhất của đời người có ba: một là sự thành công này chỉ đến với những ai biết học hỏi kinh nghiệm của những lần thất bại; hai là sự thành công này bắt đầu từ những việc nhỏ nhất; ba là sự thành công này là tích số của sự làm việc, may mắn và tài năng. *Thứ ba trăm hai mươi*: Thành đạt lớn nhất của đời người có hai: một là tâm bình thường, hai là biết nhận lỗi và biết sửa lỗi. *Thứ ba trăm hai mươi một*: Thành quả lớn nhất của đời người là chẳng còn phân biệt chức phận, địa vị, học lực, tiền của và tài năng. *Thứ ba trăm hai mươi hai*: Thảnh thơi lớn nhất của đời người là không màng đến vật chất. *Thứ ba trăm hai mươi ba*: Thắng phục lớn nhất của đời người là thắng phục dục tình. *Thứ ba trăm hai mươi bốn*: Thân hữu lớn nhất của đời người là người hay làm việc khó làm, hay cho việc khó cho, hay nhẫn việc khó nhẫn, tương thân tương trợ lẫn

nhau, gặp khổ chẳng bỏ nhau, nghèo hèn chẳng khinh nhau, thấy sai bèn can gián, thấy việc tốt thời hoan hỷ, nguy nan chẳng bỏ nhau. *Thứ ba trăm hai mươi lăm*: Thân thuộc lớn nhất của đời người là thiện pháp. *Thứ ba trăm hai mươi sáu*: Thần được lớn nhất của đời người là nụ cười. *Thứ ba trăm hai mươi bảy*: Thất bại lớn nhất của đời người có ba: Một là sự nóng nảy, hai là tánh tự đại, ba là vì mình không dám thực hiện những gì mình muốn làm. *Thứ ba trăm hai mươi tám*: Thệ nguyện lớn nhất của đời người có hai thứ: một là Tứ Hoằng Thệ Nguyện, hai là Thập Hạnh Phổ Hiền Nguyện. *Thứ ba trăm hai mươi chín*: Thiện nghiệp lớn nhất của đời người là tránh xa ác nghiệp. *Thứ ba trăm ba mươi*: Thiếu giáo dục và lễ độ lớn nhất của đời người là chỉ nói về mình chứ không chịu lắng nghe người nói. *Thứ ba trăm ba mươi một*: Thông minh lớn nhất của đời người chỉ có ở những ai biết chấm dứt cuộc tranh luận, vì thường thường người ta quên mất chân lý trong các cuộc tranh luận. *Thứ ba trăm ba mươi hai*: Thử thách lớn nhất của đời người là dám sống theo chơn lý hay Chánh Pháp. *Thứ ba trăm ba mươi ba*: Trách nhiệm lớn nhất của đời người là biết những gì mình đã, đang và sắp làm. *Thứ ba trăm ba mươi bốn*: Tu tập lớn nhất của đời người là dứt bỏ ác nghiệp, hiển bày thiện nghiệp và tự tịnh kỳ ý. *Thứ ba trăm ba mươi lăm*: Tự tại, an lạc và hạnh phúc lớn nhất của đời người là trong đời ngũ trước ác thế mà mình không nghĩ ác, không nói ác, không làm ác; cũng như không xúi ai ai nghĩ ác, nói ác và làm ác. *Thứ ba trăm ba mươi sáu*: Tự tại lớn nhất của đời người là không bị khuất phục bởi quyền uy danh vọng và tiền tài địa vị. *Thứ ba trăm ba mươi bảy*: Tưởng tượng sai lầm lớn nhất của đời người là tưởng tượng có tốt có xấu, có giàu có nghèo, có sang có hèn. *Thứ ba trăm ba mươi tám*: U mê lớn nhất của đời người có hai: một tà kiến, hai là mê tín. *Thứ ba trăm ba mươi chín*: Ưu điểm lớn nhất của đời người là sự mềm dẻo của chính mình. *Thứ ba trăm bốn mươi*: Vết nhơ lớn nhất của đời người là sự ngu dốt. *Thứ ba trăm bốn mươi một*: Viên ngọc lớn nhất của đời người là công đức tu tập của chính mình. *Thứ ba trăm bốn mươi hai*: Vô ích lớn nhất của đời người là học mà không hành. *Thứ ba trăm bốn mươi ba*: Vương bận lớn nhất của đời người là tưởng nhớ về quá khứ và bận tâm lo tưởng cho tương lai. *Thứ ba trăm bốn mươi bốn*: Vương mắc lớn nhất của đời người có hai thứ: một là thị phi, hai là còn được nhiều người ưa thích. *Thứ ba trăm bốn mươi lăm*: Xao lãng lớn nhất của đời người là xao lãng giới, định, huệ. *Thứ ba trăm bốn mươi*



*sáu*: Xấu hổ lớn nhất của đời người là sự xấu hổ khi không chịu học hỏi chứ không phải xấu hổ khi không biết. *Thứ ba trăm bốn mươi bảy*: Ý chí lớn nhất của đời người là ý chí khắc phục đực vọng. *Thứ ba trăm bốn mươi tám*: Yên ổn lớn nhất của đời người có được khi mình luôn biết tự thắng lấy mình. *Thứ ba trăm bốn mươi chín*: Yếu đuối lớn nhất của đời người thường tới với những tấm thân nhàn hạ.

Phật tử thuần thành, nhất là người tại gia, nên luôn nhớ rằng không có loài hữu tình nào, vì được tài sản thành tựu mà được sanh lên thiện thú hay Thiên giới. Chính vì vậy mà chúng ta ai lại chẳng muốn chọn cho mình một cuộc sống hưởng thụ và cuộc tu tự tại với đầy đủ bảy thứ tài sản của các bậc Thánh, nhưng trong xã hội văn minh vật chất hôm nay có lắm người chỉ biết cái thế trí biện thông để nói chứ không chịu làm. Bao nhiêu kinh Phật họ cũng đều đọc hết, nhưng đọc để chơi cho vui qua ngày tháng chứ không phải đọc để thấu lý rồi từ đó y nương theo mà tu hành. Kỳ thật, những hạng ấy tính tình cao ngạo hơn trời, nhưng âm chất lại mỏng thua tờ giấy quyến. Xã hội hôm nay sở dĩ phải đắm chìm trong xáo trộn cũng tại vì những con người sống say chết mộng, nói hay làm dở nầy. Những hạng nầy lúc nào cũng biện giải hý luận, lúc nào cũng dương dương tự đắc và luôn cho những lý luận của mình là siêu phàm nhập Thánh. Kỳ thật, ngay cả những việc thật bình thường và tối thiểu của một người con Phật như ngũ giới, họ vẫn chưa giữ được và cũng chưa hề có ý định trì giữ những giới nầy bao giờ. Bệnh ba hoa chích chòe, ăn nói khoác lác đã trở thành thông bệnh cho rất nhiều Phật tử hôm nay. Chính vì nhìn thấy và đoán biết tâm địa của chúng sanh trong thời mạt pháp nên Đức Từ Phụ đã dạy trong Kinh Tuệ Giác: “Tất cả các pháp đều vô thường, đau khổ và vô ngã. Con đường diễn biến từ quá khứ đến hiện tại chính là nguồn gốc của sanh, lão, bệnh, tử. Tất cả những đau khổ nầy đều do tâm si mê u muội của những con người cao ngạo, suốt đời chỉ biết có nhàn đàm hý luận, chỉ biết nói chứ chưa bao giờ biết làm.”

Thật tình mà nói, Phật và chúng sanh đã từng một thời có cùng một bản tánh, nhưng Phật đã thành Phật, còn chúng sanh vẫn lặn ngụp, lặn trôi trong tam đồ lục đạo. Một thuở một kiếp nào đó, Phật Tổ cũng lang thang trong ba nẻo sáu đường, nhưng những cảnh sanh, lão, bệnh, tử bên ngoài thành Ca Tỳ La Vệ đã là những cú sốc mạnh làm động não tâm tư của một chúng sanh mong muốn vươn lên làm Phật. Sau khi giác ngộ và giải thoát, Phật Tổ đã khẳng định: “An vui không thể

có trong đục lạc vì đục lạc là nguồn gốc của mọi khổ đau phiền não và lo âu. Không có bất cứ thứ gì trong cõi Diêm Phù Đề này có thể thỏa mãn được lòng tham đục của con người.” Lời dạy dỗ của Thế Tôn vẫn còn như vang vọng đâu đây, nhưng hãy suy gẫm lại đi hỡi những người con Phật! Hãy tự hỏi lòng mình xem coi tại sao Thế Tôn đã thành Phật gần 26 thế kỷ rồi, mà mình vẫn còn lặn ngụp lăn trôi. Hôm nay có cơ duyên làm người, nhưng chưa biết ngày mai sẽ phải làm con gì? Con trùn, con dế, hay con trâu, con bò, con heo? Tại sao một thời Thế Tôn cũng nghiệp duyên trĩu nặng, thế mà giờ này Ngài đang ngự trị nơi Niết Bàn tịnh tịch, còn chúng ta vẫn tiếp tục sống trong mê mờ. Trong các kinh điển Phật, Đức Từ Phụ đã dạy quá rõ ràng về cuộc sống an vui hạnh phúc và cuộc tu tự tại giải thoát. Chúng sanh, nhất là con người cứ mãi trầm thống khổ đau vì những nhận thức sai lầm, từ đó chúng ta cam tâm nhận giả làm chơn, nhận tà làm chánh, nhận ác làm thiện, nhận vô thường giả tạm làm chơn như vĩnh hằng chính vì vậy mà những sự việc xảy ra trên đời, có người lấy làm vui thích, có người lại không tán thán. Lại có những việc có người cho là khổ trong khi người khác lại vui vẻ thực hành. Chẳng hạn như có người cho rằng chạy lạt khó nuốt và giới luật khó giữ, trong khi có người thì luôn trường trai giữ giới. Ai muốn nghĩ sao thì cứ nghĩ, nhưng với người con Phật, những lời dạy dỗ của Thế Tôn luôn là kim chỉ nam cho cuộc sống an vui hạnh phúc và cuộc tu giải thoát, không thể nghĩ bàn. Trong Kinh Hạnh Phúc, Đức Phật dạy: “Những tham cầu thỏa mãn sở thích nhất thời chỉ là những nhân của khổ đau phiền não về sau này mà thôi.” Người con Phật muốn sống an vui hạnh phúc phải luôn tu tỉnh, phải luôn sống lương thiện, không làm việc ác, phải lấy cái vui của người làm cái vui của mình, luôn sống phù hợp với đạo lý xã hội. Người con Phật nên luôn nhớ rằng cuộc sống an vui hạnh phúc của mình liên quan mật thiết với sự an vui và hạnh phúc của người, vì muốn được an vui hạnh phúc mà gây khổ đau phiền não cho người là chuyện nghịch lý. Nếu mình không muốn ai trộm cắp của mình thì mình đừng trộm cắp của ai. Nếu mình không muốn ai sân hận với mình thì mình đừng sân hận với ai. Nếu mình không muốn ai làm tổn hại mình thì mình đừng làm tổn hại ai. Chính vì không muốn sát sanh hại vật mà người Phật tử ăn chay. Trong Kinh A Hàm, Đức Phật dạy: “Ly đục để sanh hỷ lạc là tâm ý của người thoát tục” nghĩa là nếu tránh xa được ngũ đục trần thế (sắc, thanh, hương, vị, xúc) hay tài sắc danh thực thù sẽ

có được cái vui của người thoát tục. Cuộc sống an vui và hạnh phúc của người con Phật là cuộc sống sáng suốt chứ không si mê theo thường tình thế tục. Con người ấy luôn tự phản tỉnh, luôn thấy rõ từng tâm niệm của mình, niệm tham, niệm sân, niệm tà kiến vừa khởi lên liền biết nên không chạy theo. Người có cuộc sống an vui và hạnh phúc luôn tự thắng mình, luôn thắng những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, ác kiến, luôn được an ổn và có mối quan hệ vui vẻ với tha nhân. Con người ấy luôn tỉnh thức từng giây từng phút. Con người ấy luôn biết rằng nếu không khéo trong cuộc sống hằng ngày thì phiền não và vô minh sẽ khống chế và tăng trưởng, mà một khi phiền não vô minh tăng trưởng thì khổ đau trầm thống sẽ liền theo sau như bóng theo hình. Hơn thế nữa, con người ấy luôn lấy an vui hạnh phúc của người làm an vui và hạnh phúc của chính mình, luôn làm lợi ích cho tha nhân, luôn khuyên nhủ người khác với những giáo lý sống tu tuyệt vời của nhà Phật. Người có cuộc sống an vui hạnh phúc luôn làm con Phật chứ không làm những tên cùng tử quên mất kho báu nhà mình, lang thang phiêu bạt trong nghèo cùng rách rưới. Đức Phật đã dạy quá rõ ràng ai trong chúng ta cũng đều có sẵn một ông Phật, nhưng khổ nỗi vì bị vô minh trần áp nên chúng ta quên mất ông Phật ấy để chạy theo vọng tưởng rồi tạo hết nghiệp này đến nghiệp khác để cứ mãi trầm luân trong ba nẻo sáu đường. Người con Phật muốn sống an vui và hạnh phúc phải nghe theo lời Phật dạy, phải biết vọng tưởng là không thật nhưng lại có khả năng dẫn mình đi mãi trong luân hồi sanh tử và khổ đau phiền não, vì vậy mà từ nay quyết định quay về sống với ông Phật nơi chính mình chứ không tiếp tục đuổi hình bắt bóng nữa. Người con Phật hãy lắng lòng suy gẫm và hành trì những lời Phật dạy trong cuộc sống cuộc tu hằng ngày để thấy rằng sống tu theo đạo Phật thật đơn giản và bình dị như Phật Tổ năm xưa. Giáo lý nhà Phật chưa bao giờ dạy ai trốn chạy những vô thường và khổ đau phiền não. Phật đã dạy rõ ràng rằng tu theo Phật là đem thân tâm mà dung nhiếp và thanh lọc khổ đau. Phật không tự xưng là toàn năng để bắt ép ai phải theo Ngài để được Ngài ban cho cuộc sống an lành hạnh phúc. Tuy nhiên, từ vô lượng kiếp chúng sanh đã lăn trôi trong vô lượng phiền não ràng buộc làm cho cuộc sống ngày càng trở nên khốn đốn và khổ não hơn. Lại không có duyên lành và phước đức nên lúc nào cũng quay cuồng trong cơn “túy sanh mộng tử.” Thế nên muốn cầu an vui hạnh phúc trong cuộc sống, hay tự tại giải thoát trong cuộc tu, con đường tu Phật là con

đường độc đạo. Thế nhưng ngay cả những người tự xưng là con Phật, lại lắm khi đi ngược lại những lời Phật dạy. Thay vì dung nhiếp và thanh lọc khổ đau phiền não thì chúng ta lại u mê trốn chạy chúng. Thay vì chấp nhận tha nhân với những dị biệt để cùng nhau sống tu hài hòa thì chúng ta lại chống báng lẫn nhau. Người con Phật hãy lắng lòng nghe lời Phật dạy: “Muốn sống an vui hạnh phúc, muốn tu giải thoát, từ bi hỷ xả, nhu hòa nhẫn nhục, và khiêm cung từ tốn là những bước đi vững chắc cho mọi người. Lấy nhu hòa điều phục cường bạo, lấy nhẫn nhục đối đãi kẻ sân hận, lấy khiêm cung từ tốn đáp lại những kẻ cống cao ngã mạn, lấy quảng tâm bố thí trao cho những kẻ tham lam bòn sẻn, lấy từ bi trao cho kẻ cùng hung cực ác, lấy hỷ xả đáp lại người câu chấp định kiến.” Người con Phật phải luôn nhớ như vậy để luôn cần tu nghiệp lành chứ không để cho việc đời lôi cuốn và thời gian luống qua, chợt khi gió vô thường thổi qua, hối tiếc cũng không còn kịp nữa. Nên nhớ rằng tất cả tội phước trên đời này đều do chính tâm này tạo ra, như vậy an lạc hạnh phúc hay khổ đau phiền não cũng do chính tâm này mang lại. Thế nên người con Phật lúc nào cũng phải cẩn trọng, lúc nào cũng phải tỉnh thức trong chánh niệm chứ không thể một giây một phút để duôi, hoặc học được một ít, thiền được vài cử, tụng được vài biến kinh, trì được đôi câu chú đã vội cho là đủ, rồi rong ruổi đó đây đem phàm tâm loạn tưởng ra nhàn đàm hý luận. Làm như vậy chẳng những cuộc sống hiện tại không an vui hạnh phúc, mà coi chừng trạm dừng chân kế tiếp sẽ phải là thiết vi hay vô gián địa ngục nữa là khác.

Dẫu biết đời là bể khổ với đủ đầy vui, buồn, thương, ghét, mong ham, mừng giận; tuy nhiên, nếu chúng ta biết quay lại với chính mình mà sống thật tỉnh thức thì tất cả mọi hệ lụy của thất tình lục dục sẽ bị triệt tiêu, chúng đến chúng đi không còn là những rai rức đối với chúng ta nữa. Người con Phật phải luôn nhớ những lời di huấn cuối cùng của Phật Tổ: “Không có sự giải thoát nào, không có sự thanh lọc nào có thể thực hiện được nếu không cố gắng tự tâm tự thân. Con đường khả dĩ đi đến giác ngộ là tự xoay lại với chính mình, tự kiểm soát những hành vi hằng ngày của chính mình, tự thanh lọc những uế trước trong tâm ý của chính mình.” Nói gì thì nói, căn bản và cốt lõi của người tu Phật muốn an vui hạnh phúc lúc tại gia, hoặc tự tại giải thoát lúc xuất gia vẫn là “chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành, tự tịnh kỳ ý.” Nếu nói thế thì có người sẽ cho rằng đây là sơ cơ tu thấp. Vâng! Người con

Phật đừng nói đừng rằng, hãy quay ngay về chỗ “sơ cơ tu thấp” này mà tu rồi sẽ thấy. Con đường dẫn tới an vui hạnh phúc và an nhiên tự tại phải là con đường quay về chiến đấu với chính mình. Chính Đức Từ Phụ đã khẳng định: “Chiến thắng vạn quân không bằng tự chiến thắng mình. Tự chiến thắng chính mình mới là chiến công vẻ vang oanh liệt nhất.” Những con người “túy sanh mộng tử” đang đi trong vô minh với chất chông những “nhàn đàm hý luận,” hãy quay về soi rọi lại chính mình. Luôn nhớ rằng Phật khai sanh ra những giáo lý nhà Phật không nhằm mục đích nhàn đàm hý luận. Giáo lý ấy sẽ không được gọi là thâm thâm vi diệu nếu không được đem ra phục vụ cho cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc, cũng như cuộc tu an nhiên tự tại và giải thoát. Chúng ta không bác bỏ những hình thức bề ngoài như lễ bái, chùa chiền vì tất cả đều là tài sản của chúng ta; tuy nhiên, di huấn cuối cùng của Đức Từ Phụ vẫn là “hãy tự mình đốt đuốc lên mà đi, hãy quay về nương tựa nơi chính mình nếu muốn sống hạnh phúc và tu giải thoát.” Trước khi nhập diệt, Đức Thế Tôn đã ân cần vạch rõ cho hàng hậu bối thấy rõ rằng mọi loài chúng sanh đều có khả năng kiến tạo cho mình một ánh đuốc rực rỡ để lúc nào cũng đi được trên con đường an vui hạnh phúc. Người con Phật chớ than muốn đi trên con đường an vui hạnh phúc phải luôn trang bị cho mình một ánh đuốc, nếu ánh đuốc ấy chưa có khả năng giúp ta trực chỉ Tây Phương Cực Lạc hay Phật quốc, thì ít ra nhờ ánh đuốc ấy mà chúng ta thấy được những trầm thống khổ đau và phiền não của các cõi địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh và a tu la, để từ đó tinh tấn tu hành sao cho ít nhất trong đời kế tiếp được trở lại làm người mà tiếp tục tiến tu. Người con Phật nên luôn nhớ rằng dù tu pháp môn nào, dù Thiền, Tịnh, Mật hay Luật tất cả chỉ là phương tiện giúp ta tịnh lự để có khả năng phản quang tự kỷ, từ đó thấy mình đang vướng gì và mình cần tu những gì để có thể vượt thoát khỏi những vướng mắc này, để rồi cuối cùng đi được trên con đường “an vui hạnh phúc” để một ngày không xa nào đó có khả năng nắm tay chư Phật thông dong trên đường giải thoát. Người con Phật phải luôn cẩn trọng ở điểm này để không vướng mắc vào những phương tiện mà Phật đã đặt ra cho chúng ta tu hành. Tất cả các pháp môn chỉ là phương tiện chứ không phải là cứu cánh. Cứu cánh của hàng xuất gia là thành Phật, còn cứu cánh của hàng tại gia là phải thảnh thơi đi về trên đường “an vui và hạnh phúc.” Ngay cả “đầu tròn áo vuông” cũng chỉ là phương tiện bề ngoài không hơn không kém.

Ngày xưa có những bậc sa môn “đầu bù tóc rối với râu ria xồm xoàm” như Tổ Bồ Đề Đạt Ma, thế mà Ngài vẫn được vua Lương Võ Đế và mọi người tôn kính. Ở đây không phê bình hay biện giải về Thiền, niêm Phật hay mật chú, xuất gia hay tại gia, vì tất cả đều là phương tiện, ai có cơ duyên với pháp môn nào thì tu theo pháp môn đó, chứ đừng niêm được vài câu lục tự Di Đà lại vội chê người tu thiền, tu mật hay tu Luật. Nên nhớ tất cả những thứ này chỉ có một công dụng duy nhất là giúp cho chúng ta tỉnh lặng hay lắng đọng tất cả những cặn cẩu để từ đó phản quang tự kỷ thấy coi mình vướng gì và cần tu những gì để sống an vui hạnh phúc và tu giải thoát. Tất cả những pháp môn cũng giống như những chiếc bè, ai muốn dùng loại bè nào cứ dùng, nhưng đừng cố chấp vào chiếc bè mà quên mất cứu cánh, thậm chí lắm khi còn khởi sanh ngã mạn cống cao rồi biến thành khinh sư chê đạo, hay vô tình hủy báng giáo pháp cao thượng mà mình đang theo đuổi. Người con Phật nên luôn nhớ rằng chìa khóa chính cho người con Phật mở cửa đi vào cuộc sống an vui hạnh phúc và cuộc tu an nhiên tự tại là sống tu tỉnh thức trong luật “nhơn quả.” Đã sanh ra làm chúng sanh, dù là người hay là thú, mình sẽ phải gặt hái hậu quả của những gì mà mình đã gieo, không có ngoại lệ. Chính vì thế mà Đức Thế Tôn hằng khuyến tấn người tại gia phải ráng giữ tam quy ngũ giới, hoặc hành trì thập thiện. Phật đã dạy trong Kinh Ưu Bà Tắc Giới rằng: “Thiện nam tín nữ chỉ cần quay lưng lại với sát sanh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ và những chất cay độc thì cuộc sống phải là an vui và hạnh phúc.” Người tại gia nên luôn nhớ rằng vì phước mỏng, nghiệp nhiều, duyên thiếu, nên đời kiếp này dù được làm người nhưng vẫn chưa được cơ may xuất trần trọn vẹn, thế nên chúng ta phải dụng công tu tâm dưỡng tánh, phải y nương theo bốn trạng thái cao thượng (từ bi hỷ xả) mà Đức Từ Phụ đã truyền trao, phải nhiếp tâm tu trì công đức, phước đức để hóa giải dần những ác nghiệp đã tạo gieo từ vô lượng kiếp. Để nếu chưa đủ thiện duyên xuất gia thoát trần trong kiếp này thì vẫn được tái sanh làm một con người trọn lành trong kiếp lai sanh mà tiếp tục tiến tu. Trước khi làm bất cứ chuyện gì phải nên nghĩ đến hậu quả của nó, phải luôn mang bốn cái tâm lớn mà Phật đã trao truyền vào cuộc sống cuộc tu hằng ngày của mình và của người, luôn ban vui cho tha nhân bằng tình thương tỏa rộng không phân biệt, luôn tìm cách cứu khổ cũng như làm vơi đi những nỗi phiền của tha nhân, thấy ai đói thì giúp miếng ăn, thấy ai khát thì giúp cho thức uống, thấy ai lạnh thì giúp cho

manh quần tẩm áo, thấy ai lo lắng sợ hãi bèn phát tâm an ủi vỗ về. An vui và hạnh phúc thật sự của con người vẫn là cái tâm hoan hỷ, hoan hỷ khi gặp được người tốt, hoan hỷ khi gặp được chơn sư lương hữu, hoan hỷ khi gặp được chánh pháp. Ngoài ra, an vui và hạnh phúc là những người có tâm rữ bỏ tất cả những phiền trước của trần thế, tâm người ấy không chấp trước, thân không giữ riêng cho mình bất cứ thứ gì. Người con Phật hãy ráng làm người không nhiễm trước, không nhiễm trước cả thân lẫn tâm; chấm dứt mọi hệ lụy của tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, sát, đạo, dâm, vọng. Có người cho rằng đạo lý nhà Phật vượt ngoài khả năng thành đạt của con người. Vâng! Sự suy nghĩ như vậy cũng phải, nhưng chỉ phải với những con người không chịu phấn đấu, những con người đầu hàng hoàn cảnh, rồi từ đó tự phò thác mình cho những lý luận mù quáng, tự phò thác mình cho cái mà mình chưa bao giờ biết, chưa bao giờ thấy, để rồi buông tay nhắm mắt tận hưởng những thú vui trần tục.

Tóm lại, tất cả những ai có cơ duyên thừa hưởng được tài sản mà đức Phật đã để lại cũng đều có cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Những người này luôn bỏ ác làm thiện; ở thân không sát sanh, trộm cắp, tà dâm; ở khẩu không nói dối, không nói lưỡi hai chiều, không nói lời độc ác hay thù ghét; ở ý thì không tham lam, không sân hận, không si mê, tà kiến, biên kiến. Tuyệt đối không sa hầm vướng bẫy của bọn ma trời “nhàn đàm hý luận,” nói hay làm dở, quyết không đến chùa với tâm ngã mạn cống cao. Người muốn đi trên con đường an vui và hạnh phúc nên luôn nhớ rằng đạo Phật và những giáo lý tuyệt vời của nhà Phật là để sống để tu chứ không phải để nhàn đàm hý luận. Người con Phật nên luôn nhớ hễ ai làm chủ được tâm mình lúc sống thì lúc mạng chung cũng sẽ làm chủ được tâm mình. Bên cạnh đó, cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc của người con Phật không thể thiếu vắng ân tình hiếu hạnh, ân cha, nghĩa mẹ, công thầy, và ân chúng sanh mọi loài. Người con Phật chơn thuần chí tâm chí thành tu tập sẽ không dừng lại ở cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc; không dừng lại ở ngũ giới, thập thiện, cũng không dừng lại ở những ân tình hiếu hạnh. Người con Phật phải nhận rõ chân tướng của khổ đau phiền não để dung nhiếp, thanh lọc và biến chúng thành những ao sen ngát hương ngay trong cõi Ta Bà này. Chúng ta phải thấy cho được bộ mặt thật của vô minh, mắc xích căn bản dẫn tới hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, hữu, thủ, sinh, lão, tử. Vì vô minh mà chúng ta

cho rằng những đối đãi giữa tâm và cảnh là thật, rồi từ đó sanh ra ưa ghét, từ ưa ghét dẫn đến muốn có và muốn bỏ, do tâm muốn có muốn bỏ này mà chúng ta cho rằng vạn vật hằng hữu (vật có, thân có, cảnh có và có mãi mãi), do chấp hữu này mà chúng ta sanh ra, gây tội tạo nghiệp và tiếp tục lăn trôi. Người con Phật phải thấy vạn hữu đều do duyên hợp duyên tan, chứ không hằng hữu. Thấy để không chấp chặt cũng như vướng mắc, hay sa hầm vướng bẫy vào vạn hữu. Tiến trình từ người lên Phật hãy còn dài, nhưng khởi đầu không thể thiếu được trong tiến trình ấy của người con Phật phải là cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Mười phương ba đời chư Phật đều phải khởi điểm từ đây, chúng ta sẽ không có ngoại lệ. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật đã dạy tứ chúng về cuộc sống an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc như thế này: “Cho dù sống lâu cả ngàn năm mà thiếu đạo đức từ bi, sống mà không biết học hỏi để phân định chánh tà, không tu tâm cầu tiến, cuộc sống đó không được gọi là hạnh phúc thật sự.” Mục đích tối thượng của người tu Phật là giác ngộ giải thoát, tuy nhiên chính Đức Phật đã khẳng định: “Không có giải thoát trong cuộc sống không an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc.” Trong Kinh Ưu Bà Tắc Giới, Đức Phật đã dạy hai chúng tại gia rằng: “Mục đích trước mắt của hai chúng tại gia là an lạc, tỉnh thức và hạnh phúc. Tuy nhiên, không phải gom góp tiền của danh vị cho nhiều cho cao là hạnh phúc. Hạnh phúc chân thật của con người là con người ấy biết đem tâm lượng từ bi hỷ xả chan hòa vào tha nhân. Hạnh phúc chân thật là kính tin nơi nhân quả luân hồi tội phước. Hạnh phúc chân thật là biết lấy giáo pháp để gột rửa tâm hồn.” Người con Phật phải lắng lòng suy gẫm những lời Phật dạy ngay từ bây giờ để chấm dứt bước đường rong ruổi, chấm dứt những ham muốn truy cầu, chấm dứt những đuổi hình bắt bóng ngay từ bây giờ. Quý vị ơi! Thời gian thấm thoát thoi đưa, thoáng một cái là chúng ta đã già, tóc bạc, da nhăn, răng long, gối mỏi. Thoáng một cái mà thân phận bèo giạt hoa trôi này tan rữa, không lẽ chúng ta cứ mãi rảo bước làm khách phong trần? Không đâu những người con Phật! Mong cho ai nấy cùng mạnh dạn lên đường ngay từ bây giờ!



### *Tài Liệu Tham Khảo*

1. Đạo Phật Trong Đời Sống, 10 tập, Thiện Phúc, USA, xuất bản từ năm 1990 đến năm 2006.
2. History of Theravada Buddhism in South East Asia, Kanai Lal Hazra, New Dehli, 1981.
3. History of Theravada Buddhism in South East Asia, Kanai Lal Hazra, New Dehli, 1981.
4. The Holy Teaching of Vimalakirti, Robert A.F. Thurman: 1976.
5. An Index to the Lankavatara Sutra, Daisetz Teitaro Suzuki, London, 1934.
6. Kim Cang Giảng Giải, Hòa Thượng Thích Thanh Từ, 1992.
7. Kinh Duy Ma Cật Sở Thuyết, Hòa Thượng Thích Huệ Hưng, 1951.
8. Kinh Trường Bộ, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
9. Kinh Trường Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
10. Kinh Trung Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
11. Kinh Tương Ưng Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
12. Kinh Tăng Chi Bộ, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1996.
13. Kinh Tạp A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
14. Kinh Trung A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
15. Kinh Trường A Hàm, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
16. Linguistic Approach to Buddhism Thought, Genjun H. Sasaki, Delhi 1986.
17. The Long Discourses of the Buddha, translated from the Pali by Maurice Walshe, 1987.
18. A Manual of Abhidharma, Most Venerable Narada, Kuala Lumpur, 1956.
19. A Manual of Buddhism, Most Venerable Narada, Kuala Lumpur, 1992.
20. The Method of Zen, Eugen Herrigel, 1960.
21. The Middle Length Discourses of the Buddha, translated from the Pali by Bhikkhu Nanamoli, edited and revised by Bhikkhu Bodhi, 1995.
22. Nagarjuna's Philosophy, K. Venkata Ramanan, Delhi 1975.
23. Những Đóa Hoa Vô Ưu, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
24. Pen Portraits Ninety Three Eminent Disciples of the Buddha, C. de Saram, Singapore, 1966.
25. Phật Pháp Căn Bản (Việt-Anh)—Basic Buddhist Doctrines, 08 volumes, Thiện Phúc, USA, 2009.
26. Rajagraha, Jugal Kishore Bauddh, New Delhi, 2005.
27. A Record of Buddhist Kingdoms, Fa-Hsien, English translator James Legge, 1965.
28. Thiền Sư, Thiện Phúc, USA, 2007.
29. Thiền Sư Trung Hoa, Hòa Thượng Thích Thanh Từ: 1995.
30. Thiền Trong Đạo Phật, 3 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.

31. Thiền Trong Đời Sống, 1 tập, Thiện Phúc, USA, 2012.
32. Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Tâm Minh Lê Đình Thám, 1961.
33. Thủ Lăng Nghiêm Kinh, Trí Độ và Tuệ Quang, 1964.
34. Trung A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
35. Trung Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1992.
36. Trường A Hàm Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
37. Trường Bộ Kinh, Hòa Thượng Thích Minh Châu: 1991.
38. Trường Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1991.
39. Tương Ứng Bộ Kinh, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: 1993.
40. Từ Điển Phật Học Anh-Việt—English-Vietnamese Buddhist Dictionary, 10 volumes, Thiện Phúc, USA, 2007.
41. Từ Điển Phật Học Việt-Anh—Vietnamese-English Buddhist Dictionary, 6 volumes, Thiện Phúc, USA, 2005.
42. Từ Điển Thiền & Thuật Ngữ Phật Giáo Việt-Anh Anh-Việt—Vietnamese-English English-Vietnamese Dictionary of Zen & Buddhist Terms, 12 volumes, Thiện Phúc, USA, 2016.
43. The Vimalakirti Nirdeśa Sutra, Charles Luk, 1972.
44. Walking with the Buddha, India Dept. of Tourism, New Delhi, 2004.