

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195

Đường về Xứ Phật - Tập 10 (Phần 1/3)

ISSN: 2734-9195

20:18 25/11/2024

Bậc A La Hán xuất hiện trong đời với gương hạnh giới luật để chấn chỉnh lại Phật giáo, dựng lại nền đạo đức nhân bản - nhân quả giúp con người sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh bằng chương trình giáo dục đào tạo tám lớp học (Bát Chánh Đạo) và ba cấp (Giới, Định, Tuệ).

Đường về Xứ Phật - Tập 10 (Phần 1/3)



BẬC A LA HÁN

Bậc A La Hán xuất hiện trong đời với gương hạnh giới luật để chấn chỉnh lại Phật giáo, dựng lại nền đạo đức nhân bản - nhân quả giúp con người sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh bằng chương trình giáo dục đào tạo tám lớp học (Bát Chánh Đạo) và ba cấp (Giới, Định, Tuệ).

LỜI NÓI ĐẦU

Kính gửi: Quý bạn thanh niên tăng, ni tuổi trẻ thân mến.

Kính thưa các bạn! Hôm nay chúng tôi cùng các bạn trao đổi tâm tư và nguyện vọng đối với Phật giáo và tín đồ.

Các bạn đã từng học trong kinh sách Nguyên Thủy Nikaya thuộc tạng kinh Pali và kinh sách phát triển Hán tạng do các Tổ kiến giải biên soạn dịch ra và được kết tập trong Hán tạng. Gần đây quý bạn có dịp được đọc bộ sách Đường Về Xứ Phật của chúng tôi biên soạn, khiến cho các bạn suy tư hoang mang dao động.

Từ lâu quý bạn đã tin vào kinh sách phát triển và kinh sách thiền Đông Độ, hôm nay bộ sách này đã làm xáo trộn tư tưởng của các bạn. Hiện giờ quý bạn sẽ không biết tin vào ai, không biết ai đúng, ai sai!

Kính thưa các bạn! Các bạn hãy bình tĩnh và suy tư cho đúng đắn đừng chủ quan mà hãy khách quan phán xét: Như đức Phật đã dạy: **“Lấy Giới luật làm Thầy”**. Thầy ở đây, quý bạn đừng hiểu theo nghĩa ông Thầy, ông Tổ, mà phải hiểu theo nghĩa là người dẫn đường chỉ lối cho chúng ta đi không lạc bước vào nơi nguy hiểm, có hiểu được như vậy các bạn mới xác định được chúng tôi sai hay các Tổ sai. Các bạn đừng nghĩ rằng cái gì của Thầy Tổ biên soạn và viết ra là đúng hết, đúng sao đức Phật lại bảo chúng ta đừng tin gì của Thầy Tổ, đừng tin gì của kinh tạng....., đúng sao Thầy Tổ tu hành không giải thoát mà chết trong đau khổ như vậy.

Bởi vì một giới luật của Phật là một hành động đạo đức làm Người làm Thánh, hành động đạo đức làm Người làm Thánh là hành động thiện. Cho nên, chúng ta giữ gìn được một giới luật của Phật là chúng ta đã tăng trưởng lên một điều thiện, tăng trưởng thêm một điều thiện là làm giảm bớt đi một điều ác, giảm bớt đi một điều ác là giảm bớt một sự khổ đau của mình của người, giảm bớt sự khổ đau của mình của người là giải thoát phải không hỡi các bạn?

Như vậy giới luật của Phật là một vị Thầy của chúng ta, là người dẫn đường cho chúng ta đi trên lộ trình giải thoát, như vậy giới luật có xứng đáng là Thầy của chúng ta không hỡi các bạn?

Vì lợi ích cho con người như vậy, nên đức Phật mới di chúc: **“Lấy giới luật Ta làm Thầy, làm chỗ nương tựa tu hành vững chắc”**. Lời di chúc này chắc các bạn không quên.

Đi tu, cuộc đời xuân trẻ và tương lai của các bạn bỏ xuống hết để vào chùa tu học, mong sao tìm cầu được sự giải thoát chân thật của cuộc đời mình, vô tình

các bạn đã gặp Thầy, Tổ là những người đang sống phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới tức là đã lìa xa người Thầy dẫn đường mình đi thì làm sao mình đi đúng đường hỏi các bạn?

Khi còn trẻ tuổi mới vào chùa tu học, chúng tôi cũng chẳng khác gì như các bạn bây giờ, Thầy Tổ sống như thế nào, chúng tôi sống như thế nấy và dạy sao chúng tôi tu học như vậy, đâu có biết pháp nào sai, pháp nào đúng, luôn luôn đặt Thầy Tổ trên đầu, trên cổ, những lời Thầy Tổ dạy là vàng, là ngọc, là châu báu. Nếu chúng tôi không đủ may mắn thì cuộc đời tu hành của chúng tôi cũng chỉ hoài công vô ích và trở thành một ông Thầy cúng, một giảng sư, một người lừa đảo có sách vở mà thôi.

Những người Thầy giới luật không nghiêm túc hướng dẫn các bạn tu hành, các bạn có giữ gìn giới luật nghiêm túc được không? Hay lại phải sống theo như Thầy Tổ của mình, phá giới, phạm giới, bẻ vụn giới v.v.. Các bạn không thể làm ngược lại được vì các bạn là đệ tử của họ, có nghĩa là các bạn cũng phải sống chạy theo dục lạc: ăn ngủ phi thời, phải ở trong chùa to Phật lớn, sống như những người giàu sang quyền quý. Cuộc sống như vậy còn nghĩa lý gì của giới luật, của phạm hạnh người tăng sĩ. Thiếu dục tri túc, ba y một bát, lấy gốc cây làm giường nằm, còn đâu nữa. Phải không hỏi các bạn?

Thầy Tổ của chúng ta hiện giờ nhiều người có bằng tiến sĩ Phật học được đào tạo tại các trường Đại Học Phật giáo hữu danh như: Miến Điện, Ấn Độ, Nhật Bản, Đài Loan v.v.. nhưng xét qua giới luật Phật thì Thầy, Tổ của chúng ta đã không lấy giới luật làm Thầy mà lấy sự học, lấy bằng cấp làm Thầy. Có đúng như vậy không các bạn?

Như vậy đối với Phật giáo hiện giờ ai là người tu đúng? Nếu đem giới luật ra so sánh thì những ai giữ gìn giới luật nghiêm túc, tâm ly dục ly ác pháp, nhập Tứ Thánh Định, tịnh chỉ được hơi thở làm chủ sự sống chết, chấm dứt luân hồi và thực hiện được trí tuệ Tam Minh thì những người đó tu đúng, còn những ai mặc dù là thầy tổ ở đời nào đi nữa mà chỉ có học để nói chứ không làm được thì là tu sai! Phải không?

Bây giờ chúng tôi và các bạn tiếp tục phán xét lần thứ hai: Thầy Tổ của chúng ta tu hành bằng cách ngày đêm tứ thời công phu tụng kinh, niệm Phật lần chuỗi, cúng bái, tế lễ, cầu siêu, cầu an, cầu cho thế giới hòa bình, nhân sanh an lạc v.v.. nhưng các bạn phán xét sự tu hành này có lợi ích thiết thực cho Thầy Tổ và cho những người trên hành tinh này có hoà bình, có an lạc hay không? Các bạn cứ nghiệm xét lại xem những lời chúng tôi nói có đúng không hỏi các bạn?

Mọi người có an lạc không? Có tiêu tai thoát nạn không? Thế giới có hòa bình chăng?

Chắc các bạn đã thấy rõ sự miệt mài ngày đêm tứ thời tụng niệm không biếng trễ, nhưng nào có lợi ích gì? Có thu được kết quả gì? Không có! Như vậy ta đã sai vì theo những thầy sai hướng cho ta tu sai không hướng được cho ta **“chỗ nương tựa tu hành”** thầy tu **“Giới luật đức Phật”**.

Từ khi được gia nhập vào làng Phật giáo thì quý bạn thấy những pháp hành này có thực tế không? Hay chỉ là một trò diễn, nay chùa này tổ chức tụng kinh Dược Sư cầu siêu cho các vong linh, mai chùa kia tổ chức tụng kinh Pháp Hoa cầu an cho bá tánh, cầu hòa bình cho thế giới để phật tử cúng dường tiền và thực phẩm, nhưng cuối cùng tiền ấy được bỏ vào túi của các Thầy Trụ trì tiêu tự do.

Kính gửi: Quý bạn thanh niên tăng, ni tuổi trẻ thân mến!

Kính thưa quý bạn! Suốt 10 tập Đường Về Xứ Phật gần 4000 trang giấy, các bạn đã được đọc và có cảm tưởng những gì về bộ sách này chăng?

Các bạn có tư duy suy nghĩ và hiểu nỗi lòng của tác giả đã viết lên những trang sách này không?

Các bạn có biết chăng những trang sách này tác giả đã viết lên với tâm huyết và nguyện vọng làm sáng tỏ lại chân lý Phật giáo. Các bạn có biết chăng? Những trang sách này tác giả đã viết lên với lòng thương yêu chân thành vì tín đồ Phật giáo trên hành tinh này đã, đang và sẽ hướng về Phật giáo với một lòng tha thiết cầu sự giải thoát nơi pháp màu của đức Thế Tôn. Lòng tha thiết ấy đã thể hiện tâm nguyện của người cư sĩ qua những bức tâm thư gửi về tu viện bằng những ước nguyện chân thành tha thiết khẩn cầu cho chúng tôi trụ thế lâu dài để dìu dắt họ thoát khỏi những phong ba bão táp của kiếp sống làm người.

Ôi! Đời người nước mắt nhiều hơn nước biển, ở thế gian này không ai là không khóc một lần!!! Vì thế mà tiếng kêu tha thiết tận đáy lòng của những người con Phật, vì thời đại này mà tìm thấy một con người bằng xương bằng thịt cũng cha sanh, mẹ đẻ như mọi người khác, thế mà người ấy sống trọn vẹn đầy đủ giới luật đức hạnh làm người của Phật giáo, Và lại người ấy còn có đủ năng lực thiền định làm chủ sinh, già, bệnh, chết, chấm dứt luân hồi. Người làm được như vậy trên đời này quá hiếm, khó tìm thấy được. Phải không các bạn?

Kính thưa các bạn! Phật giáo ra đời dạy người tu tập có đạo đức nhân bản làm người không làm khổ mình, khổ người, lấy thiện pháp làm cuộc sống, luôn luôn ngăn ngừa và tận diệt các ác pháp để đem lại cho mình và cho mọi người sự an lạc, hạnh phúc, nên lúc nào cũng không còn làm khổ cho nhau nữa. Đây là Phật

giáo các bạn ạ!

Một tôn giáo như Phật giáo dạy người có lối sống cao thượng và đẹp đẽ tuyệt vời, cứ sao các bạn lại lạm dụng nó, lại lấy nó làm danh làm lợi cho riêng cá nhân mình!

Một tôn giáo dạy người tu tập làm chủ sự sống chết, chấm dứt sự luân hồi tái sinh, hoàn toàn đưa dắt con người đến đỉnh cao của kiếp làm người không còn bị nô lệ nhân quả, cứ sao ta lại nỗ tâm lợi dụng nó để lừa đảo tín đồ Phật giáo mạo danh tu hành để học tập lấy cấp bằng này, bằng nọ bằng tiền của mồ hôi nước mắt của phật tử, thay vì cha mẹ của các bạn phải có bốn phận trách nhiệm lo cho các bạn học tập, các bạn có thấy bất công không? Các bạn có thấy việc làm của các bạn là thiếu đạo đức không? Các bạn có thấy việc làm của các bạn là nguy hại cho Phật giáo biết là đường nào không?

Đạo Phật ra đời vốn để cho người ta tu tập làm người có đạo đức không làm khổ mình, khổ người, chứ không phải ra đời để cho các bạn mượn nó học tập để làm danh, làm lợi, để nói lường gạt người. Các bạn có biết không?

Kính thưa các bạn! Các bạn đã có bằng tiến sĩ Phật học, các bạn thuyết giảng Phật pháp quá hay, nhưng nhìn lại đời sống của các bạn có hay ho chỗ nào đâu? Khi mà các bạn sống phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới, sống không đúng phạm hạnh của một người tu sĩ, một bậc Thánh Tăng và Thánh Ni, các bạn có tự hổ thẹn chẳng? Hay là các bạn hui hui tự đắc cho rằng mình có bằng tiến sĩ, có học thức cao.

Kính thưa các bạn! Bằng tiến sĩ chỉ là một sự trang bị vừa đủ kiến thức chuyên môn cho các bạn hiểu về kinh điển Phật giáo qua những danh từ tưởng giải của các Tổ, chứ nó chẳng có ích lợi gì cho bản thân của quý bạn cả, cho nên nó chưa đúng nghĩa chân thật của Phật giáo, thì lấy đâu căn cứ cho rằng các bạn thuyết giảng là đúng nghĩa Phật dạy.

Bằng tiến sĩ Phật học chỉ là một mảnh giấy chứng nhận cho các bạn nói láo có sách vở mà thôi, chứ các bạn nhìn lại cuộc đời tu hành của các bạn, các bạn đã làm chủ được những gì cho cuộc sống bản thân của các bạn sanh, già, bệnh, chết và luân hồi chưa?.

Bằng tiến sĩ Phật học không giúp cho các bạn sự giải thoát chân thật của đạo Phật mà đưa đẩy các bạn vào hố sâu tội lỗi vì các bạn nói được mà không làm được đó là một tội rất lớn, tội lừa đảo. Các bạn có biết không?

Kính thưa các bạn! Tại sao các bạn bỏ cha, bỏ mẹ, bỏ cả sản nghiệp cuộc đời của các bạn để đi tu, đi tu hay là đi tìm cơm ăn, áo mặc, bằng cấp, nếu các bạn

tu hành theo Phật giáo mà không tìm được sự giải thoát làm chủ sanh, tử, luân hồi mà chỉ có cơm ăn áo mặc và bằng cấp chùa to Phật lớn, xe cộ v.v.. thì không xứng đáng cuộc đời người tu sĩ, các bạn ạ! Đừng lợi dụng Phật giáo mà sống như vậy thì không tốt các bạn! Các bạn đã hại mình và hại Phật giáo rồi. Ngoài đời còn biết bao nhiêu nghề nghiệp làm để sống thanh cao và đẹp đẽ. Làm chi cái nghề giảng sư nói láo, cái nghề tụng niệm cúng bái cầu siêu, cầu an v.v.. mê tín lừa đảo. Cầu cúng như vậy làm sao có siêu được? Làm sao có an được? Thuyết giảng chỉ là nói suông, làm sao có giải thoát được? Còn bảo rằng các bạn có tứ thời công phu, ngồi thiền hoặc niệm Phật, lần chuỗi niệm chú, bắt ấn, thì các bạn hãy nhìn lại xem Thầy Tổ của chúng ta công phu như vậy và bây giờ đến các bạn cũng tu tập như vậy có làm chủ sự sống chết được chưa?

Khi luật nhân quả đã chi phối đời sống của các bạn từng thời gian và từng không gian thì các bạn sẽ tránh đâu cho khỏi những tai ương họa khổ, vì sự cầu an, cầu siêu... của các bạn là một sự lừa đảo. Mà các bạn hành nghề đó là các bạn đã tự biết đó là nghề lừa đảo, nghề như vậy không tốt đâu các bạn ạ!

Các bạn có cấp bằng tiến sĩ Phật học, đó là giấy chứng nhận hành nghề giảng sư. Các bạn có tin rằng nghề giảng sư là nghề cao quý không? Không cao quý đâu các bạn, nó là nghề nói láo đó các bạn như chúng tôi đã nói ở trên, các bạn có tin chúng tôi nói không? Các bạn cứ suy ngẫm lại xem. Dạy người khác phải tu tập như thế này, như thế kia thì hết tham, sân, si, nhưng giảng sư có hết tham, sân, si chưa? Nếu chưa hết tham, sân, si thì đó có phải là nói láo không? Hay lấy câu trong kinh sách phát triển để che đậy sự nói láo của mình **“Y pháp bất y nhân, y nghĩa bất y ngữ”**. Chúng tôi có một người bạn già, ông chuyên làm nghề thuyết giảng là Ủy Viên Hoàng Pháp Tỉnh Hội Phật giáo, ông thuyết giảng rất hay, nhưng bây giờ ông ra sao các bạn có biết không? Ông bị bán thân rồi các bạn ạ! Ăn ỉa đái có một chỗ, tiếng nói thì ngọng nghịu... thật là muôn vàn sự khổ đau để đền tội nói láo các bạn, lấy những gương đó chúng tôi xin các bạn hãy cảnh giác.

Kính thưa các bạn! Khi vào chùa tu thì phải tu như thế nào để được giải thoát thân tâm mình, trước là đền ơn chư Phật, và ơn sanh thành dưỡng dục của mẹ cha, sau cùng ơn đàn na thí chủ. Nếu không tu được như vậy thì các bạn là trùng trong lòng sư tử sẽ giết sư tử chết, nói một cách cho rõ hơn, nếu các bạn sống không đúng giới luật phạm hạnh thì các bạn là những người đã giết Phật giáo, “Giới luật còn là đạo Phật còn, giới luật mất là đạo Phật mất”.

Kính thưa các bạn! Theo chúng tôi thiết nghĩ, đạo Phật thà có ít người tu mà mỗi người tu là một vị A La Hán, sống đầy đủ những đức Thánh, làm gương sáng cho tín đồ hơn là số lượng quá đông mà tu lợi, tu lộc thì tai hại cho cả đời lẫn đạo.

Kính thưa các bạn! Nếu thấy mình tu không nổi thì nên trả chiếc áo lại cho nhà chùa chứ đừng sống phá giới, phạm giới và bẻ vụn giới như: cất giữ tiền bạc, ăn ngũ phi thời, ở chùa to Phật lớn v.v.. như vậy là không tốt cho các bạn, vì đó là các bạn đã tạo thêm tội lỗi cho mình và chính những hành động này các bạn đã giết chết Phật giáo.

Các bạn hãy lượng sức mình, đừng nên tạo tội lỗi mà luật nhân quả sẽ không dung tha một ai cả. Các bạn hãy nhìn xem các bậc tôn túc Thầy Tổ của chúng ta trước khi chết phải chịu khổ đau muôn vàn, nên lấy đó làm gương, đừng nghĩ rằng làm phước làm thiện mà chuyển được quả khổ. Làm phước làm thiện của quý thầy, quý sư cô là tiền của mồ hôi nước mắt của người khác chứ quý thầy và quý cô không có bỏ ra một xu, một hào nào cả mà vẫn được danh từ thiện. Làm thiện như quý thầy và quý sư cô chỉ một thời gian ngắn để cầu danh nổi tiếng là nhà từ thiện. Các bạn có thấy sư cô Trí Hải không? Đi làm từ thiện mà chết trong tai nạn giao thông thật kinh khủng.

Kính thưa các bạn! Nghề duy nhất của người tu sĩ đạo Phật là nghề đi xin ăn, đi xin ăn chỉ duy nhất ngày có một bữa, không xin tiền, không cất giữ vàng bạc châu báu, không để dành thực phẩm qua đêm, xin ngày nào ăn ngày nấy, đó là một nghề đi xin ăn thanh cao, không phải vì ăn mà vì sự giải thoát ra khỏi sự tham ưu của cuộc đời; không phải vì ăn mà vì sự làm chủ sanh, già, bệnh, chết; không phải vì ăn mà vì gieo duyên độ chúng sanh; không phải đi xin ăn như những kẻ phàm phu tục tử. Chỉ biết cơm ăn và tiền bạc v.v.. Người đi xin ăn thì lấy tiền đâu mà làm từ thiện. Vậy mà tu sĩ đi làm từ thiện có đúng không thưa các bạn? Ngày xưa đức Phật có làm từ thiện theo kiểu này không?

Bây giờ các bạn đi tu mà không hành nghề chân chánh của bậc Thánh Tăng và Thánh Ni mà lại hành nghề thế tục:

1/ Các bạn học nghề đông y để hành nghề cứu dân độ thế, đó là nghề làm Bồ Tát.

2/ Các bạn học nghề Ứng Phú đạo tràng để cúng bái tụng niệm cầu siêu, cầu an, cúng sao giải hạn xem ngày giờ tốt xấu, cũng là nghề làm Bồ Tát.

3/ Nghề làm tương chao, nghề làm nhang, nghề đương đất, nghề trồng trọt cây trái rau cải, nghề nông v.v.. đó cũng là nghề làm Bồ Tát.

4/ Nghề dạy học, nghề y tá, nghề bác sĩ, nghề bán thực phẩm chay v.v.. đó cũng là nghề làm Bồ Tát.

5/ Nghề giảng sư, nghề làm trụ trì v.v.. cũng là nghề làm Bồ Tát.

Kính thưa các bạn! Hôm nay các bạn đi tu theo đạo Phật mà các bạn không học cái nghề giải thoát của Phật mà lại đi học cái nghề làm ra tiền, làm ra của cải tài sản thì ở ngoài đời người ta không làm những nghề này sao?

Vì sự sống theo danh và lợi nên dù nghề có ác, có gian xảo người ta vẫn làm, còn các bạn là tu sĩ tìm tu để được giải thoát, chứ đâu phải người đời mà phải đi học những nghề thế tục như vậy sao?

Các bạn hành những nghề nghiệp này thì con đường tu của các bạn sẽ đi về đâu? Hành nghề để lo cơm ăn áo mặc thì còn có nghĩa lý gì của cuộc đời tu hành của các bạn. Với mục đích tìm tu giải thoát và mục đích ấy không còn nữa phải không hỡi các bạn? Như vậy các bạn đã đi lạc hướng rồi, từ đây các bạn chỉ còn làm nô lệ cho ăn, ngủ, danh và lợi, cuộc đời của các bạn mượn chiếc áo đạo tạo cuộc sống đời đâu còn gì ý nghĩa của sự giải thoát chân chánh đạo Phật.

Cách hành nghề như vậy các bạn đã phạm giới, các bạn có biết không? Các bạn hãy đọc lại giới kinh Phạm Võng thì sẽ rõ. Như vậy sẽ là trùng trong lòng sư tử đấy.

Kính thưa các bạn! Sự tu hành của các bạn chỉ còn là chiếc áo cà sa và cái đầu cạo trọc chứ đâu còn ý nghĩa gì giải thoát, miệng nói giải thoát mà tâm không giải thoát chút nào, miệng nói thiên định mà chẳng biết thiên định như thế nào? Cho nên, Ngài Thường Chiếu bảo: “Một con chó sữa thì một bà vú sữa theo”. Thật là buồn cười cho cuộc đời tu hành của các bạn. Tu như các bạn sẽ đi về đâu? Rủ nhau các bạn đang đi xuống địa ngục, vì tội lừa đảo.

Kính thưa các bạn! Các bạn tuổi còn trẻ, là những mầm non của Phật giáo, tương lai của các bạn còn dài và sáng chói huy hoàng, nếu các bạn tu hành theo đúng pháp môn **“Giới, Định, Tuệ”** con đường chân chánh của đạo Phật thì mọi người ai ai cũng kính trọng và tôn quý các bạn. Và chính bản thân của các bạn, các bạn cũng tìm thấy được cứu cánh giải thoát nơi thân tâm và cuộc sống của các bạn một cách rõ ràng và cụ thể, các bạn có một cảm giác hạnh phúc vô cùng. Và hơn thế nữa các bạn còn có một năng lực màu nhiệm làm chủ được sự sống chết rõ ràng bằng pháp như lý tác ý và còn hơn thế nữa các bạn sẽ bắt gặp những hình ảnh, âm thanh của thời quá khứ xa xưa còn lưu lại trong không gian.

Một điều quan trọng nhất là các bạn làm sáng tỏ lại nền đạo đức của Phật giáo, sống không làm khổ mình, khổ người, đó là đời sống phạm hạnh của các bạn, các bạn nên nhớ kỹ phạm hạnh là hành động sống hằng ngày của các bạn, hành động ấy là gương hạnh đạo đức để mọi người soi, hành động ấy là gương hạnh buông xả, nhờ đó tâm các bạn ly dục ly ác pháp. Tâm ly dục ly ác pháp là tâm không phóng dật. Tâm các bạn tự nhiên không phóng dật là các bạn đã

thành Chánh giác, đã chứng đạt chân lý. Lúc sắp vào Niết bàn đức Phật đã bảo với chúng ta: **“Ta thành Chánh Giác là nhờ tâm không phóng dật”**. Nếu muốn tâm không phóng dật thì các bạn phải nghiêm trì giới luật, luôn sợ hãi những lỗi nhỏ nhặt. Và hằng ngày trên Tứ Niệm Xứ các bạn tu tập Tứ Chánh Cần, ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện Pháp. Chúng tôi bảo đảm với các bạn, các bạn sẽ đủ khả năng làm chủ sự sống chết của các bạn ngay trong đời sống này.

Phật pháp không có chi nhiều chỉ có bấy nhiêu đây, nhưng phải với nhiệt tâm, nhiệt huyết, dũng mãnh, can đảm, bền chí, siêng năng, kiên cường v.v.. thì đạo giải thoát không còn khó khăn nữa.

Đến đây xin dừng bút, thân ái chào các bạn, chúc các bạn vượt qua những khó khăn - bóng ma vương đang phủ trùm vạn pháp trên con đường tu tập Phật giáo này.

Kính ghi

(Ngày 2 tháng 3 năm 2001)

PHẢI NHÌN ĐỜI BẰNG NHÂN QUẢ

Chơn Như ngày 1 tháng 11 năm 2000

Kính gửi: Chị Mai

Muốn không làm khổ mình, khổ người, trước tiên chị phải tu tập những đức hạnh: Nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng. Vậy nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng như thế nào?

Khi nào chị gặp ác pháp, khiến tâm chị bất an, tức giận thì chị nên dùng pháp hướng tâm như lý tác ý: *“Cái tâm sao ngu si lại tự tạo cho mình khổ, họ làm ác là họ tự chịu có sao ta lại tức giận làm khổ ta”* hoặc *“Cái tâm không được tức giận, tức giận là khổ đau, là ác pháp”* Chị nên lập đi lập lại nhiều lần như vậy thì tâm chị sẽ hết ngay. Khi tác ý câu trên xong chị nương vào hơi thở và tác ý: *“Quán ly sân tôi biết tôi hít vô, quán ly sân tôi biết tôi thở ra”*. Chị cứ tu tập như vậy trong năm phút rồi xả nghỉ thì tâm chị hết sân liền.

Thường cuộc sống của chúng ta có nhiều ác pháp xảy đến khiến tâm chúng ta bất an, điều duy nhất muốn cho tâm được an thì chúng ta phải tập nhìn đời bằng tri kiến nhân quả, chị nên tu tập bằng tri kiến nhân quả, em bảo đảm với chị 100/100 là chị sẽ tìm sự giải thoát ngay liền.

Khi thọ Bát Quan Trai chị nên đem theo hai bộ đồ thường và một chiếc áo tràng theo kiểu cư sĩ.

Tu Viện hết thất chị nên nói với sư cô chỉ đến ở tạm nhà khách thưa hỏi và tu tập vài hôm rồi về.

Thăm và chúc chị vui, mạnh tu tập xả tâm tốt.

Kính thư

Diệu Quang

LÀM LỢI ÍCH CHO MÌNH CHO NGƯỜI

Chơn Như ngày 1 /11 / 2000

Thân gửi: Cháu Mai

1/ Cháu nên đọc: *“Giới Đức Làm Người và Đạo Đức Không Làm Khổ Mình, Khổ Người”*, rồi theo đó áp dụng vào đời sống hằng ngày.

2/ Muốn tu tập xả tâm thì hằng ngày cháu nên dùng câu pháp hướng thường nhắc tâm: *“Tâm như đất không có tham, sân, si nữa, tham sân si là khổ đau”*.

3/ Ngồi thiền không bắt buộc phải ngồi kiết già, thiền là ở chỗ tâm không tham, sân, si chứ không phải chỗ ngồi.

4/ Sống không làm khổ mình, khổ người là xuất gia, chứ không phải cạo tóc, mặc áo ca sa mới là xuất gia; không làm khổ mình, khổ người là làm lợi ích cho mình, cho mọi người.

5/ Thầy không biết bói khoa. Vì thoát khổ và lợi ích cho mình cho người mà mình tin theo đạo Phật, chứ không phải biết chuyện tiền kiếp của mình mới vững niềm tin ở đạo. Biết chuyện tiền kiếp của mình chẳng ích lợi gì cho mình cho người, vì đó là việc đã qua.

6/ Chuyện hiển xác cho khoa học là một việc làm tốt, có ích lợi cho đời.

Thăm và chúc cháu mạnh khỏe, vui tươi, tu tập tốt.

Kính thư

Thầy của các con

BẤT ĐỘNG TÂM ĐỊNH

Chơn Như ngày 3 /11 / 2000

Kính gửi: Tâm Kiên

Mục đích tu hành của đạo Phật là tâm ly dục ly ác pháp, chứ không phải ở chỗ ngồi, ngồi bán già hay kiết già đều tốt con ạ! Ngồi như thế nào mà thân tâm con được an ổn giải thoát là tốt nhất.

Tâm Kiên, con không ngồi kiết già được thì ngồi bán già, ngồi bán già cũng tốt như ngồi kiết già vậy, miễn sao thân tâm con được thoải mái, an lạc, thanh thản và vô sự.

Lúc này các con tập tỉnh thức xả tâm thôi chưa vội tập Định Niệm Hơi Thở.

Pháp của Phật là một pháp bảo, nó giúp chúng ta thoát mọi sự khổ đau, Tâm Kiên trong những ngày trị bệnh và giải phẫu con đã chứng nghiệm được pháp Phật *“Tâm không dao động trước sự sống chết và đau nhức”*. Vậy các con đừng quên lúc nào cũng nhớ nhắc tâm để tâm có nội lực, nhờ tâm có nội lực các con mới vượt qua mọi hoàn cảnh, mọi sự việc và mọi đối tượng khiến tâm các con bất toại nguyện, phiền não và khổ đau v.v..

Thầy đã nhận được 200 đô con gửi cúng dường, cô Diệu Quang đã đem số tiền đó in tập 9 Đường Về Xứ Phật Thầy vừa nhuận xong.

Cháu Từ Tâm Anh giỏi lắm vừa đi làm vừa đi học, Thầy sẽ dạy cháu cách thức *“Tu là sống, sống là tu”*.

Con đi làm, làm hết giờ, không ăn cắp giờ trong thời gian làm việc và làm hết bổn phận trong việc làm, đó là tu con ạ! Nhưng con nên nhớ, trước khi đi làm con nên nhắc tâm: *“Tâm phải siêng năng làm hết giờ, hết bổn phận”*.

Đi học, con ráng học giỏi để có khả năng làm việc tốt, giúp mình giúp người đó là tu con ạ! Nhưng con cũng nên nhớ trước khi đi học con nhắc tâm: *“Đầu óc tâm trí phải sáng suốt học giỏi ghi nhớ đừng quên”*.

Trước khi đi chơi con nên nhớ nhắc tâm: *“Tâm phải biết tha thứ và thương yêu mọi người, mọi loài vật, dù ai có làm khổ mình nhưng mình không được làm khổ ai”*. Nhờ có hướng tâm như vậy khi có ai đó làm con bất toại nguyện, con liền nhớ tha thứ và thương yêu thì tâm con hết phiền não, con nhớ tu tập nó sẽ giúp con vui tươi hạnh phúc và sống một đời sống đạo đức.

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

Kính thư

Thầy của các con

XẢ TÂM

Chơn Như ngày 20 /10 / 2000

Kính gửi Thầy!

Kính thưa Thầy, con thật có lỗi với Thầy nhiều lắm... Mười năm về trước Thầy có viết trao cho con mấy câu thơ dạy dỗ:

“Buông xuống đi! Buông xuống đi!

Chớ giữ làm chi có ích gì?

Thở ra chẳng lại còn chi nữa

Vạn sự vô thường buông xuống đi!”

T.L.

Đến bây giờ con mới nhận ra nó là một pháp bảo quý vô giá mà Thầy đã ban cho con, thế mà lúc ấy con ngu si không nhận ra cứ chạy theo vọng của mình, đi tìm những pháp cao siêu.

Tĩnh ngộ lại thiên của Phật chỉ có buông xuống hết các pháp thế gian là nhập định, chứ không phải ngồi thiền tu tập định là có định, mà định là do ly dục ly ác pháp.

Nay con xin sám hối ngưỡng mong Thầy từ bi hứa khả để tâm con hướng về Chánh Phật Pháp.

Kính chúc Thầy sống lâu muôn tuổi để dìu dắt chúng con trên đường giải thoát.

Kính thư

Con của Thầy

Nguyễn thị Minh Hương

CHUYỂN NHÂN QUẢ QUÁ KHỨ TRONG KIẾP HIỆN TẠI

Chơn Như ngày 25 /12 / 2000

Thân gửi: Cháu Hương

Trong kiếp này cháu gặp nhiều điều không may mắn, cuộc sống hiện tại có nhiều điều bất an, đó là do kiếp trước cháu gieo duyên chẳng lành mà tạo thành quả cho đời nay, do đó khi sanh ra làm người cháu phải gặp nhiều hoàn cảnh và những đối tượng không như ý, để trả quả khiến cho cháu cuộc đời lữ đở và nhiều khổ đau.

Sống trong hoàn cảnh này, nếu cháu biết giải tỏa thì cháu thoát ra khỏi cảnh khổ đau. Vậy giải tỏa như thế nào?

Giải tỏa có nhiều cách như:

Cháu nên hiểu và chấp nhận mình là một người đang thiếu nợ, mà đã chấp nhận mình là một người thiếu nợ thì phải chấp nhận trả nợ, chấp nhận trả nợ thì phải vui lòng mà trả nợ, có vui lòng trả nợ thì nợ mới dứt, còn nếu cháu không vui mà trả nợ thì làm sao nợ dứt được phải không cháu? Trả nợ mà không vui tức là vừa trả mà cũng vừa vay, cháu có nhận ra điều này không? Đã tự làm mình khổ mà nợ cũng không dứt đó là một bằng chứng cụ thể cho kiếp làm người nếu ai không hiểu Phật Pháp đều phải đi dẫm lại lối mòn khổ đau này của nhau.

Nợ nhân quả mà cứ vay trả, trả vay như vậy thì đời này sang đời khác trả nợ cũng chưa xong, hiện giờ cháu đang sống buồn khổ là cháu đang trả nợ mà trả như vậy thì làm sao cháu trả cho xong, tại sao vậy?

Vì nợ này không phải nợ tiền bạc của cải tài sản, mà nợ buồn khổ, cho nên cháu còn buồn khổ là còn nợ, chừng nào cháu hết buồn khổ là cháu hết vay nợ.

Tuy cháu đã hiểu được nhân quả như vậy, thì lòng cháu như gió đã dừng, nhưng sóng chưa dừng cháu ạ!

Muốn cho sóng dừng thì cháu nên dẫn tâm cháu vào chỗ không có sóng thì cháu nên nhắc tâm:

a- *“Buồn khổ là ác pháp hãy rời khỏi tâm ta”.*

b- *“Lúc nào tâm cũng phải thanh thản an lạc vui vẻ không được buồn khổ”.*

c- *“Dù bất cứ hoàn cảnh nào ta cũng phải an vui không được buồn khổ, buồn khổ làm cho đời úa tàn khô héo”.*

d- *“Tâm như đất không nên buồn khổ, buồn khổ là nợ của nhân quả”.*

e- *“Buông xuống đi! Hãy buông xuống đi!”*

Buồn khổ làm chi có ích gì?

Thở ra chẳng lại còn chi nữa

Vạn sự vô thường buông xuống đi”.

Chúc cháu thành công trong việc rèn luyện tâm mình được an vui hạnh phúc.

Kính thư

Thầy của các cháu

BỒ ĐOÀN

Câu hỏi của Trương Kim Tiên

Hỏi: Kính bạch Thầy! Theo ý Thầy ngồi thiền có cần gối không? Và tại sao?

Đáp: Ngồi thiền không cần gối, vì ngồi thiền cần gối là tạo thành một thói quen, khi thành thói quen lúc ngồi không có gối là sẽ ngồi không được. Tu thiền mục đích để cầu giải thoát chứ không phải tập thành một thói quen khác. Vốn con người dễ bị nhiễm ô và thành thói quen, khi đã thành thói quen thì rất khó bỏ, thế mà chúng ta lại vướng thêm một cái gối (bồ đoàn), đi đâu cũng phải mang theo thật là phiền phức.

Người ngồi thiền cần gối là một việc làm không giải thoát, đó là chạy theo sự êm ấm của dục lạc thân tâm của mình. Nó không ích lợi và còn làm cho chúng ta khó chịu khi ngồi thiền không có Bồ đoàn.

Nếu chúng ta tập ngồi không gối, thân mới đầu ngồi hơi khó chịu một chút, nhưng lần lần cơ thể được uốn nắn theo tư thế ngồi rất tự nhiên, trông giản dị và thẳng góc với mặt bằng của đất. Đi đâu cũng không vướng bận phải mang vác gối theo, đến chỗ nào ngồi thiền cũng rất tiện.

Trông các thiền sư Đông Độ đi đâu cũng phải mang theo tọa cụ bồ đoàn thật là phiền phức.

Xưa đức Phật, đời sống chỉ có ba y một bát, đi đến đâu đều lấy gốc cây làm giường nằm, ngồi thiền thì không có bồ đoàn (gối) kê tay, kê hông, chỉ có chiếc y rách cũ dùng để nằm hoặc ngồi.

Là một du tăng khát sĩ nay đây mai đó, mang thêm tọa cụ bồ đoàn là một vật làm vướng bận không đúng hạnh buông xả giải thoát của một tu sĩ Phật giáo.

Thiền Tông nói không dính mắc, tâm như như tự tại vô ngại, nhưng một việc nhỏ như bồ đoàn tọa cụ mà không xả được thì lời nói và việc làm không nhất quán?

Hôm nay con hỏi về gối ngồi thiền thì con nên hiểu “*thiền là giải thoát mà thêm gối là không giải thoát con ạ!*”. Đi tìm con đường giải thoát mà không buông bỏ sạch thì không thể giải thoát được, dù là một vật nhỏ như một chiếc gối.

CÂY BỒ ĐỀ

Câu hỏi của Kim Tiên

Hỏi: Kính thưa Thầy! Tại sao đức Phật chọn ngồi thiền dưới cội cây? Và tại sao lại chọn cây bồ đề?

Đáp: Đời sống của đức Phật là một du tăng khát sĩ, sống không nhà cửa, không gia đình thì phải lấy gốc cây làm giường nằm, làm chỗ ngồi thiền, còn cội cây thì làm nhà ở, đậy nắng che mưa.

Hiện giờ mọi người ai cũng gọi cây đó là cây bồ đề, nhưng trước khi đức Phật chưa thành đạo thì cây đó được gọi là cây đa, cây đa ở Ấn Độ lá có đuôi dài hơn cây đa của chúng ta. Từ khi đức Phật ngồi dưới cây đa đó tu hành thành chánh giác, vì thế nó mới có tên là cây bồ đề.

Ví dụ: Như đức Phật ngồi dưới cội một cây xoài tu hành chứng quả, người ta sẽ gọi cây xoài là cây bồ đề có được không?

Đức Phật không phải chọn cây bồ đề mà chọn cây có lá mát mẻ, không phải để ngồi thiền mà để tu tập thiền định, bởi vì thiền định không phải ngồi mà ở chỗ tâm “*ly dục ly ác pháp*”.

Thiền định thời nay người ta đã lầm nên chấp ngồi, vì chấp ngồi nên tạo ra gối, để ngồi cho êm, do đó người thời nay tu thiền ngồi nhiều, ngồi nhiều thành cóc chứ không thể giải thoát.

Các nhà học giả xưa và nay không hiểu cho đức Phật chọn cây bồ đề để ngồi thiền tu hành đó là sai.

Tu thiền định là do tu tập tâm ly dục ly ác pháp, chứ không phải do ngồi dưới cội cây bồ đề mà giải thoát, cho nên sống dưới cội cây nào tu tập cũng thành đạo chứ không riêng gì cây bồ đề, vì thế chỗ tu là ở tâm chứ không phải ở cây, cây nào ngồi tu cũng được không riêng bất cứ một cây nào.

Tóm lại, cây bồ đề chỉ là một cây đa như cây đa nước ta (VN). Từ khi đức Phật chứng đạo nó mới có tên là cây bồ đề như trên Thầy đã nói.

Chúng ta đừng hiểu lầm chỉ có ngồi dưới cây bồ đề mới tu chứng đạo, hiểu như vậy là sai. Khi tu chứng đạo cây nào ngồi cũng tu chứng được cả.

SÁNG SỚM NGỒI THIỀN TRƯỚC HAY ĐI KINH HÀNH TRƯỚC

Câu hỏi của Kim Tiên

Hỏi: Kính bạch Thầy! Buổi sáng sớm khi con vừa thức dậy, giữ chánh niệm trong mọi sự sinh hoạt, sau đó con nên đi hành thiền trước hay ngồi thiền trước

Đáp: Khi nào con thấy tâm tỉnh táo không có buồn ngủ, không có hôn trầm, thùy miên, không có lười biếng thì ngồi thiền trước tiên tốt nhất, còn khi nào thấy buồn ngủ, hôn trầm, thùy miên, lười biếng thì đi hành thiền trước tiên tốt nhất.

Đức Phật dạy đừng cố chấp vào thời khóa, phải khéo léo linh động tu tập theo đặc tướng của thân tâm mình từng pháp môn, chứ không phải nhất định giờ nào tu pháp môn nấy. Mục đích tu tập ở đây vốn tu tập bất cứ các loại thiền định nào và thiền hành nào cũng đều nhắm vào chỗ tâm ly dục ly ác pháp chứ không phải chỗ ngồi, chỗ đi, chỗ thiền hành hoặc chỗ mọi hành động của thân.

Tóm lại, tu hành theo đạo Phật là chỗ tu tập như thế nào để tâm không phóng dật, nhưng tâm không phóng dật không phải là chỗ ức chế tâm, các con nên nhớ kỹ chỗ này, chỗ tâm không phóng dật là cốt tủy thiền định của đạo Phật. Ngồi trước hay ngồi sau không quan trọng, nhưng dù sao người mới tu cũng nên giữ giờ giấc nghiêm chỉnh là tốt nhất.

ĐI NHIỀU QUANH BA VÒNG

Câu hỏi của Kim Tiên

Hỏi: Kính thưa Thầy! Theo kinh sách kể lại đệ tử của đức Phật thường đi nhiều quanh ba vòng trước khi vào chỗ ngồi, có phải là đi thiền hành ba vòng không? Lợi ích của việc đó là gì?

Đáp: Đi nhiều quanh ba vòng là để tỏ lòng cung kính, chứ không phải đi hành thiền, đó là một phong tục đạo đức tốt đẹp của người Ấn Độ. Muốn tỏ lòng cung kính và tôn trọng ai thì họ phải đi nhiều quanh ba vòng. Ở đất nước Việt Nam không có phong tục văn hóa như vậy, ở đây chịu ảnh hưởng văn hóa Trung Hoa khi gặp nhau đều chấp tay lên trước ngực chào hỏi, chứ không có đi nhiều quanh ba vòng.

ĂN NGÀY MỘT BỮA

Câu hỏi của Kim Tiên

Hỏi: Kính thưa Thầy! Vì có bệnh tiểu đường gần 20 năm, bác sĩ khuyên con ăn ngày sáu bữa để lượng đường trong máu không cao, nhưng 20 năm qua vẫn không tiến bộ. Nghe lời Thầy dạy, con ăn ngày một bữa và tiết kiệm năng lực tối đa bằng cách: nói chỉ khi cần, tập chánh niệm trong việc làm hằng ngày, tập không phê phán, không diễn tả bằng sự cảm hứng mà cố giữ tâm thanh thản. Trong mấy tháng vừa qua có kết quả như sau:

1. Lượng đường trong máu được quân bình.
2. Lưỡi của con trước kia bị đen (20 năm) nay những vết đen không còn.
3. Bệnh phù thũng cũng không còn.

Mặc dù con tin tưởng tuyệt đối vào việc con có thể ăn ngày một bữa, qua kết quả tốt như kể trên, nhưng người thân con vô cùng lo âu và khuyên con ăn trở lại như cũ, Vậy con phải làm gì cho họ có được an tâm?

Đáp: Ăn ngày một bữa là một đức hạnh của bậc Thánh Tăng, là pháp môn vô lậu ly tham đoạn ác pháp của đạo Phật, là một sự sống giải thoát cụ thể rõ ràng trên lộ trình hướng về đất Phật.

Ăn ngày một bữa vừa đủ để nuôi sống cho những ai là những người vô sự chuyên về tu tập thiền định xả tâm diệt ác pháp.

Đạo Phật là đạo giải thoát nên ngày ăn một bữa là giải thoát, giải thoát có nghĩa là không bận rộn phiền toái về ăn uống, nhưng đối với người làm việc ít, lao động nhẹ, còn những người làm việc nhiều, lao động nặng mà muốn ăn ngày một bữa thì phải chọn một bữa ăn chính còn hai bữa ăn kia chỉ uống sữa hoặc nước trái cây mà thôi giống như các nhà sư Nam Tông.

Đối với đạo Phật là tìm sự giải thoát ngay trong đời sống nên ăn uống có nghĩa là phải đơn giản nhất và tiện lợi nhất như thế nào để được sống với tâm hồn thanh thản, an lạc, bởi vì chủ trương của đạo Phật là ăn để sống chứ không sống để ăn.

Ăn ngày một bữa cũng là một phương pháp nghỉ ngơi và giảm bớt sự lao động trong cơ thể, để cơ thể dồn năng lực đề kháng vào bệnh tật khi cơ thể có bệnh.

Con nhờ ăn ngày một bữa, đó là giảm bớt sự lao động trong cơ thể của con và còn biết tiết kiệm năng lực không để tiêu hao bằng cách:

- Không nói chuyện những điều không cần thiết, cắt giảm việc tắm gội giặt giũ, tránh đi mua sắm đồ đạc, tránh đám đông, tránh đàm luận, tránh tranh cãi.
- Tránh không suy nghĩ những điều không cần thiết dù trong một giây phút hiện tại.

- Tránh đổi tâm đang bình thản ra tâm giận hờn, phiền não v.v..
- Cố gắng lúc nào có thời gian rảnh cũng giữ gìn tâm thanh thản, an lạc và vô sự.
- Cố gắng giữ gìn tâm đừng để tâm buồn lo, sợ hãi.
- Thường tập sống trầm lặng độc cư ngày ít nhất cũng phải 30', để sống cho mình.
- Thường đi kinh hành không nên chú ý nơi đâu cả mà chỉ để tâm hồn tự nhiên như người vô sự.

Đức Phật và chúng Thánh Tăng ngày xưa ăn ngày một bữa, Phật đã sống đến tám mươi tuổi, ông Anan đã sống đến 120 tuổi.

Con còn lao động nhiều, nhưng không phải vì lý do đó mà vì đạo đức không làm khổ mình, khổ người, vì thế Thầy khuyên con nên ăn ngày một bữa như các sư Nam Tông.

Chính đạo đức làm người là trên hết, mình an vui mà mọi người cũng đều được an vui thì đó là hạnh phúc là giải thoát con ạ!

THIÊN MINH SÁT TUỆ

Hỏi: Kính thưa Thầy! trước kia con có tập tu với thầy Nhất Hạnh, và sau đó có tập tu Tiểu Thừa Tứ Niệm Xứ do các sư Miến Điện chỉ dạy. Đề mục chính là theo dõi phòng xệp ở bụng. Con vừa mới hơi quen, thì nay con đổi sang theo hơi thở gió ra vào ở nhân trung. Con có thể giữ theo phòng xệp được không?

Đáp: Được, nhưng con phải biết áp dụng cho đúng phương pháp hơi thở của đức Phật, phòng xệp là sự hoạt động của cơ bụng do sự hít thở. Sự tập trung vào cơ bụng là ức chế tâm chứ không có nghĩa là xả tâm. Con nên lưu ý Thiên Minh Sát Tuệ đức Phật không có dạy, nếu theo dõi hơi thở và chỉ có biết cơ bụng phồng xẹp thì đó là ức chế tâm, con nên tránh nó sẽ đưa con vào thiền tưởng, một loại thiền không có lợi ích gì cho thân tâm. Nếu có tu tập con nên luôn luôn phải dùng pháp dẫn tâm vào chỗ ly tham đoạn ác pháp, có như vậy con mới khắc phục được tâm tham ưu của mình, mới thấy được tâm hồn thanh thản, an lạc của con, còn nếu chỉ thấy có sự phồng xẹp tĩnh lặng và các trạng thái của sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp tướng xuất hiện thì đó là con đã tu sai rồi, phải mau mau trở về với hơi thở, nương vào hơi thở mà tu tập 19 đề mục hơi thở như Phật dạy.

Phòng xệp là một phương pháp của thiền Minh Sát do các sư Nam Tông Miến Điện tưởng giải ra pháp môn này dùng để ức chế tâm triển khai tưởng tuệ mà các sư gọi là Minh Sát.

Khi dùng nó con phải thiện xảo và khéo léo luôn luôn phải dùng pháp như lý tác ý theo động tác phồng xẹp thì mới có hiệu quả xả tâm.

ĐI KINH HÀNH

Hỏi: Kính thưa Thầy! Về đi hành thiền, các sư Miến Điện dạy theo dõi bốn động tác của một bước, chuyển, dơ, đưa và đạp, nên đi thật chậm, nếu đi mau thì niệm: “bước, bước”. Tâm luôn để ý vào bàn chân. Xin Thầy chỉ rõ cho con cách đi thiền hành. Con có dự định về Việt Nam để tập theo Thầy vài tuần cho quen rồi trở về Mỹ thực tập, xin Thầy cho con biết có thuận tiện cho thiền viện của Thầy không?

Đáp: Con đừng bắt chước đi kinh hành theo các nhà sư Miến Điện, trong kinh điển của Phật không có dạy đi kinh hành giống như một người bệnh đi không nổi. Đi như vậy có nghĩa là ức chế tâm quá mạnh buộc tâm phải gom vào từng động tác của bước chân đi.

Đạo Phật lấy tự nhiên mà tu tập, cho nên đức Phật dạy lấy đặc tướng mà tu. Vì mỗi người đều có đặc tướng riêng biệt nhau, người có tướng lùn đi chậm, nhưng lại có người lùn mà đi nhanh; người có tướng cao đi nhanh nhưng lại có người cao mà đi chậm. Do thế, chúng ta tùy theo đặc tướng tự nhiên đi chậm hay đi nhanh mà đi kinh hành theo tự nhiên đặc tướng riêng của mình thì mới tìm thấy sự giải thoát ngay liền, còn nếu chúng ta bắt buộc đi chậm quá mất tự nhiên tức là không giải thoát mà ngay từ bắt đầu tu là đã không giải thoát thì làm gì có giải thoát sau này.

Vậy con hãy đi tự nhiên theo đặc tướng của mình chậm thì đi chậm, nhanh thì đi nhanh, đi đúng đặc tướng của mình là đã tìm thấy sự giải thoát ngay liền, nghĩa là không có bị gò bó bắt buộc.

Đi tự nhiên cứ theo pháp kinh hành tu tập đúng. Tu tập đúng từng bước đi con đã tìm thấy sự thanh thản, an lạc của tâm hồn con.

Con hãy về VN rồi đến tu viện tu tập, không có gì trở ngại cho tu viện, sau khi tu tập nắm vững căn bản đường lối cách thức, rồi con hãy trở về Mỹ tập luyện mới đúng cách xả tâm chứ không khéo con tu ức chế tâm mà không biết thì rất có hại về sau, vì con đường tu còn dài.

ĂN SAU GIỜ NGỌ

Hỏi: Kính thưa Thầy! Về ăn đôi khi con không có điều kiện ăn trước 12 giờ trưa. Con có thể ăn trễ một chút được không?

Đáp: Được, ngày ăn một bữa dù con ăn giờ nào cũng được chứ không phải đợi đến 12 giờ trưa, vì tại Mỹ 12 giờ trưa thì ở VN và các nước khác thì không phải là 12 giờ trưa, đôi khi là 12 giờ khuya nữa là khác, khắp trên thế giới múi giờ không giống nhau được, là vì trái đất phải theo quỹ đạo đi vòng quanh mặt trời, cho nên không căn cứ vào giờ giấc mà phải căn cứ vào sự tiện lợi cho mình và cho người khác trong giờ ăn uống. Do đó, đức Phật chọn vào giờ trưa là vì buổi trưa nhà nào cũng có nấu cơm để ăn, trong khi đi xin ăn về có trễ lắm thì cũng 12 giờ trưa, còn ngoài giờ trưa tức là buổi sáng và buổi chiều thì đi xin ăn là một điều bất tiện cho người khác, nên đức Phật cấm tu sĩ không ăn chiều và sáng là lý do này.

Như Thầy đã dạy: *“ăn ngày một bữa là Thánh hạnh, phàm phu khó mà sống được, vì tâm tham dục của họ còn nhiều, nhất là về ăn uống”*.

Nếu ai ngày ăn một bữa, dù bữa ăn đó trong giờ nào cũng được, miễn là đừng ăn phi thời, ăn lặt vặt nhiều bữa thì người đó sống trong Thánh hạnh.

Như vậy vào giờ nào con ăn cũng tốt, nhưng phải ăn một bữa vào ban ngày vì ban đêm mà ăn uống thì vất vả nhiều hơn phải không con?

Con có duyên với Thánh hạnh của Phật nên ăn ngày một bữa mà hết bệnh, đó là lấy Thánh hạnh của Phật chuyển hóa nhân quả của con và nếu trên bước đường hướng về đất Phật chắc chắn con sẽ đạt được ý nguyện. Nhưng phải tu tập đúng chánh pháp của Phật.

NĂM HƠI THỞ ĐI KINH HÀNH HAI MƯƠI BƯỚC

Câu hỏi của Kim Tiên

Hỏi: *Kính thưa Thầy! Về thiền, lúc đầu chuyển từ ngồi lâu sang 5 hơi thở đi hành thiền rất khó khăn, nhưng qua lời giảng rất hợp lý của Thầy, con thay đổi. Lúc chuyển từ ngồi đứng dậy con cũng cố gắng giữ chánh niệm thì chẳng khác chi thiền. Con có được sự lợi ích là tập được tánh rõ ràng kiên nhẫn và không chi thiền lúc ngồi mà lúc thân thể cử động nữa.*

Kính thưa Thầy, pháp môn này rèn luyện nghị lực giúp cho tâm tánh kiên nhẫn và tỉnh thức rất tuyệt vời nhưng sao con không thấy trong các kinh sách dạy? Xin Thầy dạy cho chúng con được rõ.

Đáp: Trong kinh sách của Phật không có dạy điều này, nhưng qua kinh nghiệm tu hành của Thầy, khi bị hôn trầm, thù miên quá nặng, Thầy không biết cách nào khác hơn là cứ năm hơi thở rồi lại đứng dậy đi kinh hành một vòng 20 bước rồi ngồi xuống thở năm hơi thở rồi lại đứng dậy đi kinh hành nữa và cứ như thế

cho đến khi hôn trầm, thù miên không còn nữa mới xả nghỉ.

Kết quả sự tu tập này đã giúp Thầy rất tỉnh giác nhờ thế mà Thầy xả tâm ly dục ly ác pháp rất dễ dàng.

Nhờ tập luyện pháp môn này Thầy thấy tự mình có một sức kiên nhẫn, bền chí và gan dạ đã từng vượt qua từng tâm niệm tham, sân, si, mạn, nghi của mình, dám chiến đấu tận cùng với mặt trận nội tâm mà không hề chùng bước trước những sự khó khăn gian khổ.

Bởi vậy, người nào lười biếng thì không thể nào thực hiện pháp này nổi, tuy pháp môn đơn giản nhưng người nào tu tập cũng rất sợ hãi nó.

Thăm và chúc con mạnh khỏe an vui tu tập xả tâm tốt.

Kính thư

Thầy của các con

VIỆC SOẠN GIÁO ÁN

Câu hỏi của Minh Trí

Đáp: Muốn soạn thảo “*Giáo Án Tu Tập Cho Người cư sĩ*”, thì con nên dựa vào 10 tập Đường Về Xứ Phật, hai tập giới đức làm người, hành thập thiện, Thọ Bát Quan Trai, Đạo Đức Nhân Quả, kinh Pháp Cú và tám tiêu chuẩn mà Đức Phật đã nêu ra trong kinh Tăng Chi tập 4 trang 22 để dạy người cư sĩ tu tập:

1. Đầy đủ tháo vát.
2. Đầy đủ phòng hộ.
3. Làm bạn với thiện.
4. Sống thẳng bằng điều hòa.
5. Đầy đủ lòng tin.
6. Đầy đủ giới.
7. Đầy đủ bố thí
8. Đầy đủ trí tuệ.

Trong kinh Tăng Chi tập 4 trang 23, đức Phật đã giảng dạy cho chúng ta hiểu ý nghĩa của tám tiêu chuẩn này tuy rất giản lược nhưng phải suy rộng ra biên soạn thành một giáo trình tu tập cho người cư sĩ rất có ích lợi và thiết thực.

Kế đó con nên dựa theo Mười Người Hưởng Dục có mặt hiện hữu ở đời này, trong kinh Tăng Chi tập 4 trang 477 phẩm Nam Cư Sĩ và kinh Kandaraka trang 9 Trung Bộ Kinh tập II.

Con cũng nên dựa vào bộ sách Đường Về Xứ Phật và băng giảng của Thầy. Bộ sách Đường Về Xứ Phật và băng giảng của Thầy đều nhắm vào sự tu tập của người cư sĩ, đó là đạo đức làm người, không có một người cư sĩ nào bỏ qua được, nếu họ có tâm muốn tìm sự hạnh phúc, an vui chân thật cho mình, cho người, cho cả gia đình, cho cả đất nước, cho mọi người trên thế gian này.

Đạo đức ly dục ly ác pháp không làm khổ mình, khổ người còn là một nền tảng vững chắc cho thiền định, nếu những ai muốn tu thiền định chân chánh mà không xây dựng cho mình một nền móng đạo đức làm người thì khó mà nhập định.

“Giáo án tu tập cho người cư sĩ vì nền hòa bình cho thế giới”, đó là một bộ sách đạo đức làm người mà Thầy đang biên soạn.

“Giáo án tu tập cho người cư sĩ vì sự trường tồn của Chánh Phật Pháp”, đó là một bộ sách nói rõ những điều sai trái và sự cúng dường không đúng chánh pháp trong Phật giáo của người cư sĩ hiện nay.

Nếu các con có thể dựa vào bộ sách Đường Về Xứ Phật, Thầy đã nêu rõ những sự sai trái của kinh sách phát triển và những phong tục tập quán mê tín dân gian đang bị đồng hóa trong Phật giáo thì các con biên soạn thành một bộ sách giúp cho đời, cho những ai đang hướng về đạo Phật không còn lầm đường, lạc lối tức là không bị tà giáo ngoại đạo lừa đảo.

Ba bộ sách mà các con đã nêu trên là những bộ sách có giá trị rất lớn không những cho tín đồ Phật giáo mà cho loài người trên hành tinh này.

Vậy ngay bây giờ chúng ta thành lập một ban biên soạn và phân công cho mỗi người phải biên soạn ở phần nào của bộ sách.

Theo Thầy thiết nghĩ chỉ có một tập thể mới làm nên việc lợi ích lớn này cho loài người, một người dù có tài năng cũng không đủ sức làm.

Ba bộ sách này được ra đời thì các con có đủ phương pháp tu tập của người cư sĩ tại gia. Vì lợi ích như vậy Thầy sẽ chịu trách nhiệm cố vấn khi có điều gì chưa rõ thông Thầy sẽ góp ý.

Thăm và chúc các con mạnh khỏe, an vui và tu tập xả tâm tốt.

Kính thư

Thầy của các con

MỘT HOÀI BẢO

Chơn Như ngày 8 / 1 / 2000

Kính gửi: Hòa Thượng Trưởng Ban Giáo Dục Tăng Ni Thích Thiện Siêu!

Kính thưa Hòa Thượng! Từ lâu chúng con có một hoài bão là mong muốn tăng, ni và cư sĩ có một nơi để thực hiện tu tập Giới, Định, Tuệ theo con đường Nguyên Thủy của Phật Giáo.

Nhưng ước muốn ấy với Hòa Thượng Thanh Từ thì không bao giờ có được, vì Hòa Thượng hướng về Thiên Tông Trung Hoa.

Với Hòa Thượng Minh Châu thì cũng không có được vì Hòa Thượng hướng về sự học.

Với Hòa Thượng Huệ Hưng thì Hòa Thượng xúc tiến công việc nhưng giữa đường lại viên tịch.

Với Hòa Thượng Thiện Châu thì Hòa Thượng cũng vừa viên tịch, chưa kịp làm gì cả.

Bây giờ chỉ còn lại có một mình Hòa Thượng, với quyền hành và uy tín của Hòa Thượng, chúng con tin chắc Hòa Thượng sẽ làm được việc lớn này.

Kính thưa Hòa Thượng! Nếu tăng ni tuổi trẻ có học, không có tu cũng giống như người có tài thiếu đức, đó là một tai hại rất lớn cho Phật giáo. Và như vậy, Phật giáo có chiều rộng không có chiều sâu, cũng giống như xây nhà nền móng không vững, chắc chắn sự trường tồn của Phật giáo e khó được vững bền. Nếu Phật giáo có còn thì cũng chỉ còn là một hình thức danh và lợi mà thôi.

Kính thưa Hòa Thượng! Phật pháp là một nền đạo đức nhân bản rất lợi ích thiết thực cho loài người, nếu chúng ta để nó mất đi là một thiệt thòi rất lớn cho con người trên hành tinh này.

Vậy chúng con ngưỡng mong Hòa Thượng từ bi mở rộng lòng lân mẫn thương xót tăng, ni và cư sĩ xin phép Giáo hội và Nhà nước để thành lập một tu viện chuyên tu đúng ý nghĩa Giới, Định, Tuệ giáo pháp của đức Phật, bất cứ nơi đâu trên quê hương đất nước này để đào tạo tăng, ni tuổi trẻ thực học, thực tu, thực chứng, ngõ hầu thắp sáng lại ngọn đèn chánh pháp của Phật.

Kính thưa Hòa Thượng! Chúng con có soạn thảo một bộ sách Đường Về Xứ Phật 10 tập, một bộ sách Giới Đức Làm Người 2 tập và một bộ sách Giới Đức Làm Thánh 2 tập. Chúng con biết rằng thì giờ của Hòa Thượng rất quý báu nên chúng con chỉ gửi đến Hòa Thượng 2 tập đầu của bộ Đường Về Xứ Phật và hai tập Giới Đức Làm Người. Mong Hòa Thượng đọc để cảm thông với lòng chân

thành của chúng con đối với Phật giáo.

Từ lâu chúng con ước muốn có ngày diện kiến với Hòa Thượng, nhưng mãi cho tới nay chưa có đủ duyên, xin Hòa Thượng hoan hỷ tha thứ cho.

Sau cùng chúng con thành tâm có lời thăm và chúc Hòa Thượng mạnh khỏe để đi dất tăng ni trên đường tu học.

Kính thư

Thích Thông Lạc

TU TẬP CHUYÊN MỘT PHÁP LÀ BỊ ỨC CHẾ TÂM

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Trong kinh “Kẻ Lọc Vàng” (Tăng Chi I trang 465) đức Phật dạy: “Tỳ kheo siêng tu tâm thượng tâm cần phải tác ý ba tướng: tướng định, tướng tinh cần và tướng xả”.

1- Tướng định, tướng tinh cần và tướng xả là gì?

2- Tại sao cũng trong kinh, khi một chiều tác ý tướng định thì tâm sẽ bị thụ động, một chiều tác ý tướng tinh cần thì tâm sẽ bị trạo cử, một chiều tác ý tướng xả thì tâm sẽ không có chân chánh định tĩnh để đoạn diệt lậu hoặc, do đó chỉ thỉnh thoảng tác ý ba tướng trên mà thôi?

Đáp Tướng định là tâm bất động, thân bất động.

Tướng tinh cần là sự siêng năng cần mẫn, tinh tấn ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp (thân hành niệm).

Tướng xả là tư duy quán xét để đẩy lui các chướng ngại pháp trong tâm (Định Vô Lậu).

Nếu hằng ngày chuyên tu riêng một tướng trong ba tướng này thì không có kết quả giải thoát. Tại sao vậy?

Nếu chuyên về tọa thiền, giữ thân tâm bất động thì sẽ rơi vào tướng thụ động tiêu cực. Ý đức Phật muốn nói hành giả tu hành khi tâm vô niệm, vô trụ, vô chứng thì trở thành gốc cây, cục đá (ức chế tâm trong một pháp).

Nếu chuyên tu về tướng Tinh Cần ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện thì sẽ rơi vào trạo cử, ý đức Phật muốn nói nếu chuyên tu chỉ có pháp Tứ Chánh cần thì thân tâm mệt nhọc sanh ra bồn thần, hôn trầm, lười biếng, buồn

phiền, bất an v.v..

Nếu chuyên tu về tướng xả tức là dùng pháp như lý tác ý tác ý liên tục giống như niệm Phật thì tâm không định tĩnh.

Chỉ cho một ví dụ thì mới nhận rõ được cách thức tu hành trong ba tướng này: Hiện giờ chúng ta đang tu Định Niệm Hơi Thở. Tu Định Niệm Hơi Thở như thế nào?

Bắt đầu tu Định Niệm Hơi Thở thì tìm nơi vắng vẻ yên lặng, ngồi kiết già lưng thẳng, tập trung tâm chú ý vào hơi thở tại nhân trung “*Tôi thở tôi biết tôi đang thở*” thỉnh thoảng rồi lại nhắc một lần như vậy, nếu tâm đã đi vào định tĩnh thì không cần phải hướng tâm câu pháp hướng: “*Tôi thở tôi biết tôi đang thở*” nữa mà phải hướng tâm một câu khác: “*Quán ly tham tôi biết tôi đang thở vô*”, “*Quán ly tham tôi biết tôi đang thở ra*”... khi đang tu như vậy có một niệm khởi vào thì chúng ta đem niệm đó ra tư duy mổ xẻ quán xét cuối cùng chúng ta thấu rõ nó thuộc về lậu hoặc nào, khi thấu rõ thì chúng ta đã đẩy lui nó ra khỏi tâm, lúc bấy giờ tâm trở lại định tĩnh và tiếp tục tu tập trở lại. Như vậy, cách thức tu Định Niệm Hơi Thở trên đây chúng ta thấy rất rõ là chúng ta không chuyên tu một tướng nào cả, chỉ thỉnh thoảng tu tướng này, thỉnh thoảng tu tướng kia. Do đó, trong một thời tu chúng ta đã tu ba tướng rõ ràng như:

- 1- Nương vào hơi thở là tu tướng định.
- 2- Dùng pháp hướng tâm như lý tác ý là tu tướng xả.
- 3- Quán xét đẩy lui chướng ngại pháp là tu tướng tinh cần.

GIỚI BẤT TỬ

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Trong kinh “Anuruddha” (Tăng Chi 1, trang 515) Ngài Sàriputta có nhắc Ngài Anuruddha không nên kiêu mạn, trạo cử, hối quá mà hãy chú tâm vào “giới bất tử”. Vậy giới bất tử là gì? Làm sao để chú tâm?

Đáp: Giới bất tử là bất động tâm định, là tâm định trên thân, là tâm thanh thản, an lạc và vô sự v.v..

Muốn chú tâm vào đó thì phải giữ gìn tâm không phóng dật, tâm không phóng dật là tâm ly dục ly ác pháp, tâm ly dục ly ác pháp là tâm nghiêm trì giới luật không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào cả.

Tóm lại, muốn chú tâm vào giới bất tử thì phải tu và sống đúng Bát Chánh Đạo. Giới bất tử là Bát Chánh Đạo.

KHÔNG ĐỊNH, VÔ TƯỚNG ĐỊNH, VÔ NGUYỆN ĐỊNH

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Trong kinh Tăng Chi tập I đức Phật dạy về “Định” để thắng trí, đoạn tận, diệt tận, trừ diệt, ly tham, sân, si, phẫn nộ, hận... phóng dật thì cần phải tu tập ba pháp.

1. Không Định tức là định ức chế tâm.
2. Vô Tướng Định (xả năm chi của Sơ Thiền và không có ba tướng lậu hoặc).
3. Vô Nguyện Định (trạng thái không có ước nguyện một điều gì).

Không Định, Vô Tướng Định và Vô Nguyện Định là gì?

Đáp: Không Định tức là Không Vô Biên Xứ Định, một trong bốn loại định của tưởng. Người mới tu tập phải tập định tưởng ức chế tâm này cho bớt vọng niệm để tâm được tĩnh thức rồi mới tu tập các pháp môn khác.

Vô Tướng Định, còn gọi là Bất Động Tâm Định, một loại thiền định không có ba tướng lậu hoặc: dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu.

Vô Tướng Tâm Định là một trạng thái tâm ly dục ly ác pháp nhưng không có năm chi tướng của Sơ Thiền: Tầm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm. Vô Tướng Tâm Định tức là tâm thanh thân, an lạc và vô sự.

Vô Nguyện Định là một trạng thái im lặng như Thánh, an trú như Thánh, bất động như Thánh.

CÓ BA DUYÊN

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy, theo “Đại Kinh Phương Quảng” Trung Bộ Kinh tập 1 trang 650 dạy: “Có ba duyên để chứng nhập Vô Tướng Tâm Giải Thoát:

1. Không tác ý nhất thiết tướng.
2. Tác ý Vô Tướng Giới.
3. Một sự sửa soạn trước”.

Kính thưa Thầy:

1. Vô Tướng Tâm Giải Thoát có phải là Sơ Thiên không?
2. Thế nào là không tác ý nhất thiết tướng?
3. Thế nào là một sự sửa soạn trước? Một sự sửa soạn trước có phải là Thất Giác Chi không?

Đáp: Vô Tướng Tâm Giải Thoát không phải là Sơ Thiên, vì Sơ Thiên còn có năm chi tướng thiên là tầm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm. Vì Sơ thiên còn ở trong trạng thái cõi trời Sơ Thiên (Sơ Thiên Thiên).

Vô tướng tâm giải thoát là Vô Tướng Tâm Định, là tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ, đó là mục đích cứu cánh của Phật giáo.

Không tác ý nhất thiết tướng có nghĩa là không sử dụng pháp hướng tâm, tức là không khởi một niệm nào trong đầu, im lặng như Thánh. Đó là tướng bất động của vô tướng tâm định.

Không tác ý nhất thiết tướng có nghĩa là tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ.

Một sự sửa soạn trước tức là tu tập Bát Chánh Đạo. Tu tập Bát Chánh Đạo là tu tập theo chương trình giáo dục đào tạo có tám lớp (Bát Chánh Đạo) ba cấp (Giới, Định, Tuệ).

Trước tiên phải tu học lớp Chánh kiến rồi đến lớp Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp v.v..

Một sự sửa soạn trước tức là Trạch Pháp Giác Chi. Trạch Pháp Giác Chi có nghĩa là chọn pháp mà tu tập. Trong Phật giáo chọn pháp để tu tập thì chỉ có chọn chương trình giáo dục Bát Chánh Đạo tu tập thì đúng nhất. Trong đạo Phật không có pháp môn nào đúng ngoài Bát Chánh Đạo, chỉ có Bát Chánh Đạo mới chính là con đường tu học của Phật giáo chân chánh, còn ngoài ra tất cả các pháp khác đều của ngoại đạo. Cho nên, đức Phật dạy: “*Một sự sửa soạn trước*” tức là chọn lấy pháp cho đúng của Phật, cho nên Bát Chánh Đạo là pháp chân chánh của Phật, vì nó là một sự thật trong bốn sự thật đức Phật đã thuyết pháp lần đầu tiên tại vườn Lộc uyển khai ngộ cho năm anh em Kiều Trần Như.

Một sự sửa soạn trước là sự chuẩn bị cho con đường tu tập của mình tức là nghiên cứu kỹ lưỡng.

TỨ NHIẾP PHÁP

Hỏi: Kính thưa Thầy! Trong kinh “Nhiếp Pháp” Tăng Chi 1 trang 610, có dạy Bốn Nhiếp Pháp:

1- Bố thí

2- Ái ngữ

3- Lợi hành

4- Đồng sự.

Vậy Bốn Nhiếp Pháp này khác với Tứ Nhiếp Pháp của Đại Thừa như thế nào?

Đáp: Bốn nhiếp pháp của kinh Nguyên Thủy và bốn nhiếp pháp của kinh Đại Thừa danh từ thì giống nhau, nhưng nghĩa lý thì khác nhau.

Kinh Nguyên Thủy lấy bốn nhiếp pháp làm bốn hành động đạo đức để đối xử với nhau trên thuận dưới hòa đem lại cho nhau một cuộc sống thân thương bình đẳng, ai cũng như ai không phân biệt người tu hay không tu. Vậy chúng ta hãy đọc lại bài kệ đã dạy trong kinh Tăng Chi tập 1 trang 610:

“Này các tỳ kheo, có bốn nhiếp pháp này. Thế nào là bốn?

“Bố thí và ái ngữ,

Lợi hành và đồng sự

Này các vị tỳ kheo,

Đây là bốn nhiếp pháp”.

“Bố thí và ái ngữ,

Lợi hành và đồng sự,

Đối với những pháp này,

Ở đời đối xử nhau,

Chỗ này và chỗ kia,

Như vậy thật tương xứng,

Và bốn nhiếp pháp này,

Như đinh đầu trục xe,

Nếu thiếu nhiếp pháp này,

Thời cả mẹ lẫn cha,

Không được các người con

Tôn trọng và cung kính,

Do vậy bậc Hiền trí,

Đồng đẳng nhìn nhiếp pháp,

Nhờ vậy họ đạt được,

Sự cao lớn tán thán”.

Bài kệ trên đây dạy chúng ta dùng bốn nhiếp pháp để tạo thành một cuộc sống an vui có đầy đủ đạo đức làm người không làm khổ mình, khổ người, thật là bốn nhiếp pháp tuyệt vời mà mọi người sống trên hành tinh cần phải học và trau dồi bốn đức hạnh này.

Đây chúng ta hãy nghe ý nghĩa bốn nhiếp pháp của Đại Thừa:

“Bốn pháp để thu phục chúng sanh:

1- Bố thí nhiếp

2- Ái ngữ nhiếp

3- Lợi hành nhiếp

4- Đồng sự nhiếp

- 1. Bố thí nhiếp: nếu có chúng sanh nào thích của thì bố thí của, thích pháp thì bố thí pháp, khiến họ vì thế mà sanh tâm thân ái theo ta thụ đạo.*
- 2. Ái ngữ nhiếp: Có nghĩa là tùy theo căn tánh của chúng sanh mà dùng lời lẽ tốt lành để mỹ dụ, khiến họ nhân đó mà sanh tâm thân ái mà theo ta thụ đạo.*
- 3. Lợi hành nhiếp: Tức là khởi thiện hành về thân, khẩu, ý làm lợi ích cho chúng sanh, khiến họ do đó mà sanh tâm thân ái rồi theo ta thụ đạo.*
- 4. Đồng sự nhiếp: Có nghĩa là nhờ pháp nhân mà thấy được căn tánh của chúng sanh tùy theo sự ưa thích của họ mà phân hình thị hiện, cùng làm việc với họ, để được lợi ích cho họ nhờ đó sanh tâm thân ái theo ta thụ đạo”.*

Đoạn kinh trên đây được trích dẫn trong Từ Điển Phật Học Hán Việt.

Như vậy, Tứ Nhiếp Pháp của Đại Thừa là pháp môn dùng để cảm dỗ lôi cuốn mọi người ta vào Phật Giáo Đại Thừa. Một tôn giáo sử dụng bốn pháp nhiếp phục để cảm dỗ mọi người theo tôn giáo mình là một tà giáo chứ không phải chánh giáo.

Đồng thời cũng là pháp môn Tứ nhiếp pháp, nhưng Tứ nhiếp pháp của Nguyên Thủy là bốn pháp dạy đạo đức làm người cư xử với nhau như nước với sữa, còn Tứ Nhiếp Pháp của Đại Thừa là pháp dụ dỗ người, pháp dụ dỗ người là phi pháp phi đạo đức cần phải nên cảnh giác để phòng và tránh xa.

ĐA CHỦNG, NHẤT CHỦNG

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính thưa Thầy, theo kinh Potaliya Trung Bộ tập 2 trang 62 dạy: “Sau khi từ bỏ loại xả thuộc loại đa chủng, y cứ đa chủng, đối với loại xả thuộc loại nhất chủng, y cứ nhất chủng, ở đây mọi chấp thủ đối với thế vật được đoạn trừ hoàn toàn”.

Thế nào là xả thuộc đa chủng, xả thuộc nhất chủng?

Đáp: Trước khi muốn xả đa chủng hay là nhất chủng thì chúng ta phải hiểu rõ đa chủng nghĩa là gì? Và nhất chủng nghĩa là gì?

Đa chủng là lòng tham muốn mọi thứ, thấy cái gì cũng tham muốn còn gọi là dục chủng tử.

Nhất chủng chỉ cho lòng dục của con người, nguồn gốc sanh ra muôn vạn thứ ham muốn.

Trong kinh Potaliya đức Phật dạy: “Thập thất kiết sử, ngũ triền cái là đa chủng, lòng dục của con người là nhất chủng”.

Đức Phật ví dụ: chim kên kên, chim diều hâu là nhất chủng, miếng thịt là đa chủng, người cầm bó đuốc là nhất chủng, cây đuốc là đa chủng, hố than là đa chủng, người kia là nhất chủng v.v..

Muốn xả đa chủng thì phải y cứ vào đa chủng mà xả, ví dụ: Mắt thấy sắc thì y cứ nơi sắc mà xả, nghĩa là đừng cho mắt dính sắc.

Muốn xả nhất chủng thì phải y cứ vào nhất chủng mà xả, ví dụ: Mắt thấy sắc thì phải y cứ nơi mắt mà phòng hộ mắt.

Dục dù nhất chủng hay đa chủng cũng đều là khổ đau, là tai họa, vì thế cần phải đoạn trừ, viễn ly, từ bỏ, xa lánh v.v.. thì mới mong thoát khổ, thì mới mong làm chủ và ra khỏi nhà sanh tử.

TỨ THIỀN VẪN CÒN TRIỀN PHỤC

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính thưa Thầy, trong kinh Panlacanda Tăng Chi IV trang 213 có đoạn chúng và trú Thiền Thứ Tư vẫn còn triển phược đó là sắc tướng. Vậy sắc tướng đã bị diệt sao ở đây vẫn còn?

Đáp: Con nên lưu ý: Sơ Thiền tuy ly dục ly ác pháp tâm luôn bất động trước các pháp và các cảm thọ nhưng vẫn còn năm chi thiền Tâm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm nên còn tướng, nhất là tâm tứ vì vậy trong kinh Tăng Chi còn gọi là triển phược, triển phược ở đây là gốc lậu hoặc còn chưa diệt. Sơ thiền chỉ ly chứ chưa có diệt nên kinh gọi còn triển phược là rất đúng. Trạng thái Sơ thiền là một trạng thái của Trời Sơ Thiền (Sơ Thiền Thiên), còn cõi Trời tức là còn triển phược

Đến Nhị Thiền mới diệt tâm tứ, diệt tâm tứ chỉ mới ngưng được ý thức nói riêng, nói chung là mới ngưng sáu thức, vì thế tướng thức còn nên kinh nói nhập Nhị Thiền còn triển phược là đúng. Bởi vì thân nghiệp còn và trạng thái Nhị Thiền là trạng thái của Trời Nhị Thiền (Nhị Thiền Thiên), còn cõi Trời tức là còn triển phược.

Đến Tam Thiền thì mới ly hỷ tướng chứ chưa có diệt tướng và lạc tướng cũng còn chưa ly nên kinh gọi còn triển phược là đúng. Trạng thái Tam Thiền là trạng thái của Trời Tam Thiền (Tam Thiền Thiên), còn cõi Trời tức là còn triển phược.

Đến Tứ Thiền xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh, xả lạc tướng, khổ tướng và thanh tịnh tướng. Ở đây chỉ xả tướng chứ chưa diệt tướng vì thế nên kinh gọi còn triển phược là đúng. Vì trạng thái Tứ Thiền là trạng thái của Trời Tứ Thiền (Tứ Thiền Thiên), còn cõi Trời tức là còn triển phược.

Khi nhập xong Tứ Thiền chúng ta mới làm chủ được sanh, già, bệnh, chết chứ chưa chấm dứt được tái sanh luân hồi vì nguyên nhân tái sanh luân hồi còn nên Tứ Thiền vẫn còn triển phược.

Tại Tứ Thiền có hai ngã:

1- Đi về hướng Tứ Không đến Diệt Thọ Tướng Định thì lúc ấy tướng thức mới diệt được, nhưng đến đây lại rơi vào chỗ không còn pháp (phi pháp môn), người tu nhập định này cũng giống như cục đá, nói cách khác tu về hướng này thân ngũ uẩn trở thành đá. Kinh Tăng Chi dạy: *“Chúng đạt và an trú Diệt thọ Tướng Định. Sau khi thấy với trí tuệ các lậu hoặc được đoạn diệt. Cho đến như vậy, này Hiền giả là giải thoát khỏi triển phược được Thế Tôn nói đến với phi pháp môn”* (trang 217).

2- Ngả đi về Tam Minh, khi Lậu Tận Minh đạt được thì lậu hoặc đã được diệt sạch, ngã này chúng và trú vào Niết bàn tức là nhập vào Vô Tướng Tâm Định.

Ngã tu tập này không biến thân ngũ uẩn thành đá và sống đúng ý nghĩa làm lợi ích cho chúng sanh dù còn một tắc hơi.

Đi ngã Tứ Không đến Diệt Thọ Tướng Định, ngã này không làm lợi ích cho chúng sanh, vì thế các nhà Đại Thừa gọi ngã này tu tập tiêu nha bại chủng, chôi khô, mọng lép v.v..

Tóm lại, trên đường tu hành để đến nơi đến chốn giải thoát thì phải chọn một Minh Sư đã đi nốt quãng đường này thì mới đủ kinh nghiệm hướng dẫn.

CHÁNH PHÁP CÒN PHẢI BỎ HUỐNG HỒ LÀ PHI PHÁP

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính thưa Thầy! Ý nghĩa câu: “Chánh pháp còn phải bỏ huống hồ phi pháp” (Kinh dụ con rắn Trung Bộ 1 trang 307). Xin Thầy giảng cho chúng con được rõ!

Đáp: Đúng như vậy “Chánh pháp còn phải bỏ huống là phi pháp”. Ví dụ: Hiện giờ chúng ta dùng 37 phẩm trợ đạo mà tu tập, sau khi tu xong rồi thì chúng ta còn tu nữa không? Vậy 37 phẩm trợ đạo khi người tu xong thì không còn giá trị gì cả.

Nhờ 37 phẩm trợ đạo chúng ta xả ly và xa lìa các pháp thế gian, nhưng khi từ bỏ xa lìa các pháp thế gian rồi thì 37 phẩm trợ đạo cũng không còn dùng được nữa. Bởi vì 37 phẩm trợ đạo tuy là chánh pháp nhưng nó chỉ dùng để trừ diệt ác pháp, sau khi diệt trừ ác pháp xong thì nó không còn dùng vào việc gì được nữa, do đó mới có lời dạy: “Chánh pháp còn phải bỏ huống là phi pháp”.

SỢ HÃI TRONG CÁC LỖI NHỎ NHẶT

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Trong kinh Phật thường nhắc nhở các Tỳ Kheo “phải thật sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt”. Có phải ý Phật muốn nói đến 100 giới chúng học không?

Đáp: Không riêng 100 giới chúng học mà còn tất cả các ác pháp. Đối với đạo Phật một lời nói, một hành động, một ý nghĩ làm khổ mình, khổ người là những lỗi nhỏ nhặt. Lời nói không ái ngữ và những hành động thô tháo, thiếu tỉnh giác là phạm vào các lỗi nhỏ nhặt. Phạm vào các lỗi nhỏ nhặt thì con đường tu tập theo Phật giáo rất khó chứng đạt chân lý.

MỘT TRĂM GIỚI CHÚNG HỌC

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Con hiểu pháp môn tu tập giới (chúng học) dưới 2 khía cạnh:

1- Huân tập trưởng dưỡng những hành vi đạo đức làm người.

2- Giải thoát khỏi tập quán (nghiệp) thú vật.

Thưa Thầy con hiểu như vậy đã đúng và đầy đủ chưa?

Đáp: Con hiểu được 2 phần, còn phần thứ ba con chưa hiểu.

Phần thứ nhất là phần tu học giới luật và sống đúng với giới luật tức là thực hiện đạo đức làm người.

Phần thứ hai vi tế hơn đó là thói quen ác pháp, phần này rất khó diệt trừ, phần này là phần thiền định. Phần thiền định là phần ly dục ly ác pháp nhập Bất Động Tâm Định và nhập Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, Tứ Thiền.

Phần thứ ba là phần thực hiện Tam Minh tức là ba minh: Túc Mạng Minh, Thiên Nhân Minh và Lậu Tận Minh.

HỦY BỎ NHỮNG HỌC GIỚI NHỎ NHẶT

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Trong kinh “Đại Bát Niết Bàn”, Phật dạy: “Này Ananda, nếu chúng Tăng muốn, sau khi Ta diệt độ, có thể hủy bỏ những học giới nhỏ nhặt chi tiết”. Đọc hai tập “Giới Đức Làm Người” của Thầy, dù với những giới nếu phạm thì “tội nhẹ”, con cũng không thấy giới nào “nhỏ nhặt và chi tiết”. Vậy thế nào là “những học giới nhỏ nhặt chi tiết”?

Đáp: Lời dạy này là của các Tổ sau này đặt ra và xen vào kinh Phật để mạo nhận Phật dạy bỏ các giới nhỏ nhặt, để các vị có phạm giới, phá giới thì bảo đó là những giới nhỏ nhặt, vì thế tín đồ không phê phán được. Ý đồ của các Tổ là dẹp bỏ giới luật của Phật, nhưng không dẹp được nên phải tổ chức theo kiểu vết dầu loang để lần lượt phá sạch giới luật của Phật. Bằng chứng hiện giờ các con đi tìm một vị tu sĩ giới luật nghiêm chỉnh là khó thấy.

Giới luật Phật giúp cho con người sống có đạo đức, thì còn có giới nào nhỏ nhặt không hợp thời? Giới luật là Thánh hạnh thì còn có giới luật nào mà lại bỏ được?

Trong khi đức Phật thường nhắc nhở các đệ tử của mình: *“Này các tỳ kheo hãy sống đầy đủ giới hạnh, đầy đủ giới bổn, sống phòng hộ với sự phòng hộ của giới bổn, đầy đủ oai nghi chánh hạnh, thấy sự nguy hiểm trong các lỗi nhỏ nhặt, chơn chánh lãnh thọ và học tập các học giới”*. Trong đoạn kinh này cho chúng ta thấy người tu sĩ lấy giới luật làm sự sống của mình, nhất là câu; *“thấy sự nguy hiểm trong các giới(lỗi) nhỏ nhặt”*. Vậy giới nhỏ nhặt nào phải bỏ và giới nhỏ nhặt nào nguy hiểm trong đời sống tu hành.

Ở đây đức Phật có mâu thuẫn trong những lời dạy của mình chăng?

Đúng là các Tổ thêm vào để đánh lạc hướng: *“Này Ananda, nếu chúng tăng muốn, sau khi Ta diệt độ, có thể hủy bỏ những học giới nhỏ nhặt chi tiết”*.

Giới luật giúp cho tâm chúng ta ly dục ly ác pháp, nhờ giới luật tâm không phóng dật, tâm không phóng dật tức là thiền định chứ không phải thiền định theo kiểu ngồi không vọng tưởng.

Giới luật giúp ta nhập các định và thực hiện Tam Minh một cách dễ dàng không có mệt nhọc, không có khó khăn, như vậy thì có giới luật nào nhỏ nhặt mà bỏ được.

Thời nay người ta tu thiền và Tịnh độ mà giới luật thì dẹp qua một bên, vì thế tu từ đời này sang đời khác mà chẳng ra gì, chỉ có hình thức tu chứ có giải thoát được gì đâu. Các Tổ còn dựng lên câu chuyện Ông Ca Diếp và ông Phú Lô Na tranh chấp về việc bỏ các giới nhỏ nhặt để hạ bệ các vị đại đệ tử A La Hán của đức Phật rằng chúng quả A La Hán vẫn chưa có giải thoát, vì tư tưởng bất đồng, đó là một mưu đồ diệt Phật giáo sâu sắc nhất của các giáo sĩ Bà La Môn.

Câu chuyện xảy ra sau khi đám tang đức Phật xong, ông Ca Diếp và ông Phú Lô Na bất đồng ý kiến về việc bỏ những giới nhỏ nhặt, ông Ca Diếp nhất định không bỏ giới nhỏ nhặt nào cả vì ông A Nan không hỏi Phật kỹ giới nào bỏ giới nào lấy.

Ông Phú Lô Na chấp nhận bỏ tất cả các giới nhỏ nhặt, hai người tranh cãi nhau.

Câu chuyện trên đây thật là vô lý:

1/ Hai vị A La Hán này đều do Giới luật mà thành quả A La Hán (Giới luật là mẹ sinh ra các vị A La Hán).

2/ Những vị A La Hán lậu hoặc đã diệt sạch thì không có lý do bất đồng ý kiến.

3/ Các vị A La Hán đều có đầy đủ Tam Minh sao không vào Niết bàn hỏi Phật bỏ giới nào lấy giới nào.

Câu chuyện trên đã được bịa đặt để phá giới luật của Phật và để hạ bệ các vị đệ tử của Phật. Thật là một âm mưu sâu độc.

Tóm lại, tất cả giới luật của Phật dù lớn hay nhỏ, dù khinh hay trọng, dù hợp thời hay không hợp thời đều không được bỏ một giới luật nào cả. Tại sao vậy?

Như ở trên đã nói giới luật là đức hạnh làm người làm Thánh, cho nên không có giới luật nhỏ nhặt lỗi thời, chỉ có những người phá giới, phạm giới, bẻ vụn giới mới thấy nó lỗi thời.

Vì giới luật là người Thầy dẫn đường đưa lối cho chúng ta đi đúng lộ trình giải thoát của đạo Phật, ngoài giới luật ra không có một vị Thầy nào xứng đáng dẫn đường đưa lối cho chúng ta đến đích cứu cánh giải thoát như Phật được.

Vả lại "**giới luật còn là Phật pháp còn, giới luật mất là Phật pháp mất**". Thời đại này được xem như Phật pháp đã mất, chỉ vì các thầy tỳ kheo đã phạm giới, phá giới và bẻ vụn giới thì Phật pháp làm sao còn. Phải không quý vị?.

NHỮNG CÂU CHUYỆN PHÁ GIỚI CỦA CÁC NHÀ ĐẠI THỪA

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Để lý giải cho sự thay đổi về giới, những câu chuyện như:

1- Có vị tỳ kheo đi khát thực bị xỉu vì đói, sau đó Phật cho phép tỳ kheo có thể ăn nhẹ, uống sữa buổi sáng để có sức trước khi đi khát thực.

2- Vị tỳ kheo bị cọp đuổi, vì sợ phạm giới leo cây, bị cọp giết. Sau đó Phật chế lại giới cho leo cây khi hữu sự.

3- Có một quốc độ nam ngồi tiểu bị chế nhạo là nữ, các tỳ kheo về bạch Phật và được dạy thì "đúng tiểu vậy". Phải chăng đây là những câu chuyện bịa đặt để biện hộ cho việc thay đổi giới luật, cho hợp hoàn cảnh không gian và thời gian...?

Đáp: Ba câu chuyện trên do các Tổ đặt ra nhằm mục đích phá giới luật, chôn vùi nền đạo đức nhân bản – nhân quả của Phật giáo.

1- Câu chuyện thứ nhất một vị tỳ kheo đi khát thực xỉu vì ăn cơm ngọc, do ăn cơm ngọc không đủ sức khỏe. Nếu tại tu viện chưa có ai ăn cơm ngọc thì nghe câu chuyện này ai cũng tin rằng đúng, nhưng vì ở đây ăn cơm ngọc lao tác mà vẫn

thấy bình thường không có ai mệt nhọc, không có ai ngất xỉu nên mới biết câu chuyện này là câu chuyện bịa đặt ra để chạy theo ăn uống giống như người thế gian. Các Tổ vì còn tham ăn mới đặt ra câu chuyện này.

Trong kinh Nguyên Thủy dạy: **“Thừa tự Pháp chứ không thừa tự thực phẩm”**. Có hai vị tỳ kheo ở xa đến để gặp Phật, đến nơi thì đã quá giờ thọ trai, một vị thì nhất định không ăn, còn một vị thì ăn thừa những đồ ăn thừa còn lại khi gặp Phật. Phật chê trách vị tỳ kheo còn tham ăn và ca ngợi tán thán vị tỳ kheo giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh, chính nhờ giữ gìn giới luật nghiêm túc mà vị tỳ kheo này đã ly dục ly ác pháp và chứng quả A La Hán, còn vị tỳ kheo kia còn tham ăn, tu hành không ly dục ly ác pháp nên sự tu hành không biết bao giờ mới xong.

Vả lại, giới không ăn phi thời là một Thánh hạnh của một bậc Thánh tăng, người ăn uống phi thời mà muốn làm Thánh tăng sao được. Thấy cách sống mà biết Thánh hay phàm.

Bởi giới luật của Phật là đạo đức làm người, làm Thánh. Ai sống đúng giới luật của Phật là Thánh, là Hiền.

Vì tâm còn phàm phu tục tử tham ăn đặt điều ra nói Phật dạy bỏ những giới nhỏ nhặt không hợp thời để chạy theo dục lạc thế gian, những vị Tổ này không đáng cho ta đầu đội vai mang.

2- Câu chuyện thứ hai vị tỳ kheo bị cộp đuổi trèo lên cây để phá giới Phật cấm tỳ kheo không được trèo cây. Giới luật này chúng ta phải hiểu, đức Phật cấm trèo cây tức là dùng tay chân ôm cây trèo lên giống như một con thú (loài khỉ vượn). Giới luật Phật muốn dạy con người thoát ra khỏi bản chất loài cầm thú, vì thế mới cấm đệ tử của mình trèo cây không riêng cho tu sĩ mà ngay cả cư sĩ vì 100 giới chúng học là 100 giới đức làm người. Vì thế, một con người không thể là một con thú vật được. Theo như đức Phật dạy những giới luật này để tránh hành động vô tình biến mình thành loài thú vật.

Muốn trèo cây hoặc lên từng gác, lầu đều phải dùng thang, ghế để biến hành động trèo cây lên lầu, xuống lầu mà không phạm giới, không trở thành loài thú vật.

Muốn hái trái xoài, trái mít thì đừng ôm cây trèo lên, mà hãy bắc ghế, thang:

1. Thứ nhất là không nguy hiểm.
2. Thứ hai là trèo cây mà không giống như loài thú vật.

Giới này chế ra có hai mục đích giáo dục đạo đức làm người, khiến cho người ta không xảy ra tai nạn vì tai nạn xảy ra sẽ làm khổ mình, khổ người và thoát ra

khởi hành động còn mang bản chất của loài thú vật.

Các Tổ không hiểu những giới luật này là đức hạnh làm người để thoát ra bản chất của loài động vật, các Ngài cho nó là những giới nhỏ nhặt, xem thường nên đặt ra câu chuyện cọp đuổi bắt vị tỳ kheo túng thế phải trèo cây và nhờ đó đức Phật chế lại cho phép tỳ kheo trèo cây. Câu chuyện này hết sức vô lý, vì giới luật là đức hạnh làm người, làm Thánh thì có giới nào là nhỏ nhặt. Giới luật nào cũng đáng cho chúng ta phải học và sống đúng để không làm khổ mình, khổ người; để ly dục ly ác pháp; để tâm hồn được thanh thân, an lạc và vô sự; để nhập thiền định; để làm chủ sự sống chết và luân hồi. Giới luật là vô giá như vậy, thế mà các Tổ không hiểu nên lúc nào cũng muốn tìm cách bỏ ra để được tự do phóng dật theo dục lạc thế gian. Thật đáng thương thay!

Tóm lại, những câu chuyện trên đây là một sự bịa đặt ra của các Tổ, ngõ hầu để diệt nền đạo đức nhân bản của Phật giáo.

3- Câu chuyện thứ ba, có một quốc độ nam ngôi tiểu bị chế nhạo là nữ nên Phật chế giới lại cho đứng tiểu.

Đặt ra câu chuyện này thứ nhất là các Tổ không hiểu Giới luật là đức hạnh làm người làm Thánh, giới luật là thiện pháp để diệt ác pháp, chuyển quả khổ thành phước báo an vui, giới luật là thiền định để có đủ năng lực làm chủ được sự sống chết và luân hồi.

Thứ hai là các Tổ xem thường đức Phật như một người tầm thường, chế giới luật mà cứ sửa đi sửa lại như vậy làm sao gọi Phật được? Phật là người có trí tuệ thì không thể nào chế giới luật giống như người thế gian, đặt ra pháp luật mà cứ sửa tới sửa lui mãi.

Thật là vô lý hết sức một người làm Giáo chủ của đạo Phật. Đạo Phật là đạo trí tuệ thì vị Giáo chủ phải đầy đủ trí tuệ, có sao các Tổ đặt ra những câu chuyện như vậy để hại đức Phật biến đức Phật trở thành người vô minh, không trí tuệ và các người Tổ là người minh, người sáng suốt biết bỏ những giới luật nhỏ nhặt không hợp thời để biến đạo Phật hợp thời đại.

Bởi các Tổ muốn cho đạo Phật hợp thời đại, vì thế đạo Phật bị thế tục hóa, do đó người tu sĩ Phật giáo tu mãi thành người giàu có, thành người có quyền uy thế lực.

Muốn cho hợp thời, vì thế tu sĩ đều phạm giới, phá giới, con đường chân chánh tu tập của Phật giáo đã trở thành con đường tà giáo ngoại đạo, giới luật đã được ném ra khỏi cổng chùa, người tu sĩ chỉ còn danh và lợi, sự giải thoát khó mà tìm thấy được ở đời này.

TƯỜNG ÁNH SÁNG

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Thế nào là dùng tường ánh sáng để đối trị hôn trầm thùy miên?

Đáp: Tường là một năng lực siêu hình có một sức mạnh vĩ đại, nhưng tường thì phải tường đúng sự thật là có lợi ích rất lớn, tường không đúng sự thật sẽ là một tai hại cho mình cho người.

Ví dụ: Ánh sáng là có thật nên tường ánh sáng là tường thật. Linh hồn là không thật có nên tường linh hồn là tường không thật. Thân người khi chết để lâu ngày sẽ sinh hôi thối là thật có nhưng hiện giờ không có thân người chết sinh hôi thối, nhưng ngửi quán tưởng thân người sinh hôi thối là tường thật.

Cho nên, quán tưởng ánh sáng để phá hôn trầm thùy miên là quán tưởng đúng thật. Đợi có hôn trầm thùy miên mà quán tưởng ánh sáng thì quá muộn.

Như chúng ta ai cũng biết tướng trạng của si là hôn trầm thùy miên, nếu không phá được hôn trầm thùy miên thì không bao giờ có tỉnh giác mà không tỉnh giác thì không bao giờ có chánh niệm. Chúng ta hãy đọc lại đoạn kinh Tăng Chi tập 4 trang 44: **“*Khi chánh niệm tỉnh giác không có, này các tỳ kheo, với người không có chánh niệm tỉnh giác thì tà quý đi đến hủy diệt. Khi tà quý không có, này các tỳ kheo, với người thiếu tà quý, chế ngự các căn đi đến hủy diệt. Khi chế ngự các căn không có, với người thiếu chế ngự các căn, giới đi đến hủy diệt. Khi giới không có, với người thiếu giới, chánh định đi đến hủy diệt. Khi chánh định không có, với người không có chánh định, tri kiến như thật đi đến hủy diệt. Khi tri kiến như thật không có, với người thiếu tri kiến như thật không có, nhàm chán ly tham đi đến hủy diệt. Khi nhàm chán ly tham không có, với người thiếu nhàm chán ly tham, giải thoát tri kiến đi đến hủy diệt... Này các tỳ kheo, khi chánh niệm tỉnh giác có mặt, với người đầy đủ chánh niệm tỉnh giác... giải thoát tri kiến đi đến đầy đủ”***.

Đọc trong đoạn kinh này chúng ta thấy sự phá hôn trầm thùy miên là một điều quan trọng hết sức trong vấn đề tu tập để đi đến giải thoát của đạo Phật.

Không phải đợi có hôn trầm, thùy miên mới dùng quán tưởng ánh sáng. Chúng ta nên biết rằng trong ta đang có sẵn các tướng tham, sân, si, nếu hằng ngày không dùng quán tưởng ánh sáng mà tu tập khi thùy miên hôn trầm đến thì không thể nào đương đầu với chúng nổi.

Pháp quán tưởng ánh sáng là pháp phòng ngừa, pháp thủ chứ không phải pháp công phá, cho nên nó không thể dùng công phá tùy miên, hôn trầm được.

Xưa đức Phật dạy công phá hôn trầm tùy miên bằng cách đi kinh hành, ngày nay Thầy dạy phá hôn trầm tùy miên bằng cách kết hợp đi kinh hành và ngồi thở năm hơi rồi đứng dậy đi kinh hành 20 bước. Cứ tu tập như vậy sẽ đẩy lui hôn trầm tùy miên.

THIỆT KINH NGHIỆM TU HÀNH THÌ KHÔNG HIỂU NGHĨA KINH

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Hiện có nhiều học giả nên cũng có nhiều sự giải thích khác nhau, đôi khi trái ngược, về các khái niệm:

1- Về ba uẩn: Tướng, hành và thức, kính mong Thầy giải thích và cho ví dụ để con hiểu rõ hơn.

2- Tại sao trong kinh “Đáng Được Ăn” Tương Ưng III, trang 161 dạy:

Tướng chỉ là sự nhận rõ các màu sắc.

Thức chỉ là sự rõ biết các vị chua đắng ngọt cay...?

3- Thế nào là Tâm? Thế nào là Tứ? Xin Thầy cho ví dụ.

Đáp: Trong Thân ngũ uẩn có: sắc uẩn, thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn và thức uẩn.

Trong câu hỏi của con chỉ hỏi tưởng uẩn, hành uẩn và thức uẩn, mà không có hỏi sắc uẩn và thọ uẩn.

Người ta không nhận ra trong thân ngũ uẩn có ba cái thức làm việc, ba cái thức đó có tên là:

1/ Sắc thức, gồm có sáu thức: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý thức, hoạt động và cảm nhận tức là hành uẩn và thọ uẩn, lúc con người đang tỉnh thức và làm việc qua sắc uẩn.

2/ Tưởng thức hoạt động và cảm nhận (hành uẩn và thọ uẩn) qua tưởng uẩn trong giấc ngủ (chiêm bao).

3/ Thức thức hay còn gọi là tâm thức hoạt động và cảm nhận (hành uẩn và thọ uẩn) qua thức uẩn. Muốn cho tâm thức hoạt động và cảm nhận thì phải nhập xong bốn thiền: Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền và Tứ Thiền. Trong khi nhập

xong Tứ Thiên thì sắc thức và tướng thức đã ngưng nghỉ nhường chỗ cho tâm thức hoạt động, vì thế lúc bấy giờ Tam Minh chúng ta mới thực hiện được. Nếu sắc thức và tướng thức chưa ngưng nghỉ thì tâm thức không bao giờ hoạt động được và vì vậy sự tu hành của ngoại đạo chưa bao giờ thực hiện được Tam minh.

Còn hành uẩn và thọ uẩn là những sự hoạt động và cảm nhận của ba thức này mà thôi.

Trên đây là nhiệm vụ của năm uẩn hoạt động trong thân ngũ uẩn, tức là sự hoạt động của một con người có tu tập theo đường lối của đạo Phật nhập bốn thiên và thực hiện Tam Minh.

Còn người chưa tu tập bốn thiên và Tam Minh thì tâm thức của họ đang nghỉ ngơi chưa hoạt động.

TÂM TƯ

Câu hỏi của Nhật Lý

Đọc trong Kinh Song Tâm đức Phật đã xác định nghĩa của Tâm là sự suy tư (tâm thiện và tâm ác tức là suy tư thiện và ác).

Đọc trong Kinh An Trú Tâm, Đức Phật đã xác định nghĩa của Tư là sự tác ý (tác ý một tướng khác của một tướng kia).

NHỚ ĐẾN LÀ TƯỚNG THỨC

Câu hỏi của Nhật Lý

Đọc lại bài Kinh Đấng Được Ăn: “*Này các Tỳ kheo, những Sa Môn hay Bà la môn nào có nhớ đến các đời sống ở các kiếp trước, tất cả họ đều nhớ đến năm thủ uẩn hay nhớ đến một trong những thủ uẩn*”. Như vậy, bài kinh này đức Phật đã dạy chúng ta về quán tưởng để tu tập năm thủ uẩn để thấy rõ năm thủ uẩn vô thường, khổ, vô ngã mà không tham đắm và không dính mắc.

Ở đây con hỏi: Tưởng biết rõ màu sắc xanh, vàng, đỏ, trắng v.v.. và thức rõ biết vị chua, cay, mặn, ngọt, đắng v.v.. như vậy có đúng không?

Như đoạn kinh trên Thầy đã trích ra để xác minh đức Phật dạy chúng ta đang quán tưởng, nghĩa là chúng ta đang dùng tướng thức để tư duy.

Nếu có một vật trước mắt dùng để quan sát thì đó là ý thức quan sát, còn ở đây đức Phật dạy nhớ lại quá khứ, vậy nhớ lại quá khứ một sắc tướng, hình ảnh,

màu sắc, âm thanh, mùi vị, cảm giác lạc, khổ, bất lạc, bất khổ v.v.. đó không phải là tướng thức quán sát sao? Tướng thức quán sát câu hữu với nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý thức.

Bởi màu sắc chúng ta nhận được xanh, vàng, đỏ, trắng, đen, hồng, cam v.v.. đều do tướng của chúng ta đặt ra để ý thức chúng ta tiếp nhận xanh, vàng, đỏ, trắng, đen, hồng, cam v.v..

Ví dụ: màu đỏ là do tướng của chúng ta tưởng màu đỏ rồi từ đó ý thức chúng ta nhận thấy màu đỏ, nếu trước kia tướng của chúng ta tưởng màu đỏ là màu xanh thì bấy giờ ý thức của chúng ta cũng cho nó màu xanh. Do đó, đức Phật dạy: “*Tưởng chỉ là sự nhận rõ các màu sắc*”. Đúng vậy chỉ có tướng mới nhận ra màu sắc. Hôm nay tất cả những màu sắc đều do tướng nhận rõ các màu sắc.

“Và này các tỳ kheo, thế nào gọi là thức? Rõ biết bằng tướng câu hữu với vị thức đắng, cay, ngọt, mặn v.v..”.

Bởi, bài kinh này đức Phật dạy quán về thân ngũ uẩn ở quá khứ, chứ không phải quán thân ngũ uẩn ở hiện tại nên phải dùng tướng câu hữu với lục thức thì mới đúng nghĩa của bài kinh. Ở đây do dịch giả dịch không đúng nghĩa vì dịch giả không phải là hành giả hoặc về sau những nhà học giả kết tập kinh sách thiếu kinh nghiệm tu hành nên dùng chữ không chính xác, khiến cho người đời sau đọc khó hiểu, chỉ có những bậc có kinh nghiệm trên đường tu tập mới xác định được nghĩa lý này.

Cho nên, màu sắc do tướng nhận ra đức Phật đã xác định rất đúng và thức nhận biết ra mùi vị cay, đắng, ngọt, bùi, chua chát, mặn, lạt v.v.. thì không còn chỗ nào là sai cả.

CHÚ TÂM

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Trước đây nhờ chú niệm khá liên tục nên:

1- Khi theo dõi hơi thở, con thường thấy nhỏ, nhẹ ngắn dần, có lúc dường như mất hẳn.

2- Khi kinh hành thấy rõ sự “nhẹ nhẹ” của bước chân. Các thiền sư Nam Tông khuyên cứ tiếp tục chú tâm hơn nữa vào hơi thở và bước chân, vì “hơi thở vi tế là tâm vi tế”. Nhưng vì sợ đó là kết quả của sự ức chế tâm nên con không tiếp tục hành trì mà chỉ chú ý xả tâm bằng pháp “Tứ Chánh Cần” theo Thầy chỉ dạy. Tuy vậy hiện nay sự theo dõi, trụ tâm vào hơi thở và bước đi của con không liên

tục như trước nữa. Như vậy có phải niệm căn và tấn căn của con không được phát triển đồng đều?

Đáp: Trước khi con chưa biết pháp tu hành xả tâm nên theo phương pháp tu hành ức chế tâm, vì pháp ức chế tâm dễ tu tập hơn pháp xả tâm, tại sao vậy? Tại vì chỉ tu tập có một đối tượng duy nhất để cột tâm vào đó ví dụ: như hơi thở hoặc đi kinh hành, nhờ đối tượng đó mà tâm bị ức chế nên vọng tưởng không sanh từ đó con cảm giác hơi thở bắt đầu nhỏ nhẹ và đôi khi không còn cảm thấy hơi thở ra vô nữa, đó là một trạng thái của xúc tưởng xuất hiện mà con tưởng đó là niệm căn được liên tục và tấn căn được tinh cần, nếu trên đà này tiến tu thì con sẽ không khỏi giống như các sư Nam Tông ôm các định tướng tướng mà chẳng giải quyết được sanh, già, bệnh, chết, chỉ tu để có tu mà thôi, chứ con đường phía trước còn mờ mịt, vì các sư Nam Tông đã tu tập qua rồi những trạng thái này mà chẳng thấy làm chủ tâm tham, sân, si, được rõ ràng các sư còn tham ăn thích ngủ tức là ăn uống phi thời và còn tham danh, đắm lợi, tiền bạc xe cộ, chùa to Phật lớn, không sống được trong từ tâm còn ăn thịt chúng sanh, cơ thể mập khỏe chúng tỏ các sư còn có nhiều tâm dục.

Nếu con không ở trên Tứ Niệm Xứ tu tập xả tâm, đẩy lui các chương ngại trên thân, thọ, tâm, pháp để khắc phục tham ưu trên đó thì dù con có tu niệm căn, có liên tục tu tập tấn căn, dù con có tinh cần một triệu năm thì nó cũng không giải quyết được sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi, vì lối tu tập này đã đi sai hướng giải thoát rồi.

Pháp xả tâm chỉ có trên Tứ niệm Xứ tỉnh thoảng tu tập định, tỉnh thoảng tu tập quán và tỉnh thoảng tu tập xả, đừng nên chuyên ròng một thứ nào cả, như trong kinh đức Phật đã dạy: *“Tỳ kheo siêng tu tập tăng thượng tâm, này các Tỳ kheo, nếu một chiều tác ý tướng định, thì có sự kiện tâm vị ấy đi đến thụ động. Tỳ kheo siêng tu tập tăng thượng tâm, này các tỳ kheo, nếu một chiều tác ý tướng tinh cần, thì có sự kiện tâm vị ấy đi đến trạo cử. Tỳ kheo siêng tu tập tăng thượng tâm, này các tỳ kheo, nếu một chiều tác ý tướng xả, thì có sự kiện tâm vị ấy không chân chánh định tĩnh để đoạn diệt các lậu hoặc. Nhưng nếu tỳ kheo siêng tu tập tăng thượng tâm, này các tỳ kheo, nếu tỉnh thoảng tác ý tướng định, tỉnh thoảng tác ý tướng tinh cần, tỉnh thoảng tác ý tướng xả, tâm vị ấy trở thành nhu nhuyến, kham nhậm, chói sáng, không bề vụn, chơn chánh định tĩnh để đoạn tận các lậu hoặc”*.

Các sư Nam Tông chuyên ròng tu tập định, vì thế các Sư bị ức chế tâm, nên sự tu hành của các sư chẳng đi đến đâu cả.

Do lời Phật dạy trên đây chúng ta nên khéo léo và thiện xảo tu tập trong ba tướng này.

PHÁP MÔN NIỆM PHẬT

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Trước đây con có hành trì pháp môn NIỆM PHẬT nhưng khi biết đó là pháp ức chế tâm, con đã từ bỏ. Tuy nhiên con vẫn còn có một số thắc mắc về pháp môn này:

1- Trong kinh Thập Thượng (Trường Bộ II, trang 663) Ngài Sariputa có dạy: Sáu pháp cần phải tu tập trong đó có pháp thường niệm Phật (tùy niệm Phật).

2- Trong các kinh Tăng Chi- phần 1 pháp, phần 3 pháp v.v.. đã ghi rõ niệm Phật đưa đến “nhàm chán, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, niết bàn”. Vị Thánh đệ tử niệm Phật được “tịnh tín, hân hoan, đoạn tận phiền não”. Vậy pháp môn Niệm Phật trong kinh Nguyên Thủy với pháp môn niệm Phật của Tịnh Độ Tông khác nhau như thế nào?

3- Một vị Thượng Tọa ở Học Viện Phật Học TP HCM có giảng: “Người niệm Phật được nhất tâm bất loạn, khi chết được vãng sanh cực lạc Tây Phương, là vị A Na Hàm hay Trung Gian Bát Niết Bàn. Vì thế ở cảnh giới này vị ấy tu tiếp Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Giác Chi, Bát Chánh Đạo để thể nhập Niết Bàn”.

4- Một vị Thượng Tọa viết trong Thanh quy “Niệm Phật là chánh niệm”?

Kính thưa Thầy các luận giải này đúng sai như thế nào?

Đáp: Pháp môn niệm Phật trong kinh Nguyên Thủy và pháp môn niệm Phật trong kinh Tịnh Độ không giống nhau, vì pháp môn Tịnh Độ ức chế tâm (dùng câu niệm Phật tập trung tâm không loạn tưởng để được nhất tâm) ngược lại pháp môn niệm Phật trong kinh Nguyên Thủy là tâm tâm niệm niệm qua hạnh sống của đức Phật để tâm ly dục ly ác pháp, chứ không có niệm danh hiệu Phật như trong kinh Tịnh Độ.

Kinh Nguyên Thủy dạy: không những niệm Phật mà còn niệm Pháp, niệm Tăng và niệm Giới. Thầy đã giảng trong kinh Tứ Bất Hoại Tịnh, vậy các con hãy đọc lại sẽ rõ nghĩa và cách thức tu tập.

Một vị Thượng Tọa ở Phật Học Viện TP HCM dạy: “Người niệm Phật được nhất tâm bất loạn khi chết được vãng sanh về cực lạc Tây phương”. Vị thượng tọa này chỉ giảng theo trong kinh Tịnh độ, chứ riêng bản thân vị thượng tọa cũng chẳng biết có được vãng sanh hay không?

Theo thiển nghĩ của Thầy, một nước Cực Lạc ở Tây phương là một nước thanh bình và rất vui, người dân ở đó tính tình phải hiền hậu không còn tham, sân, si,

trái lại người thế gian niệm Phật được nhất tâm mà tính tình hung ác vẫn còn tâm tham, sân, si ngút ngàn, nếu được Phật A Di Đà rước về nước Cực Lạc thì nước Cực Lạc có còn Cực Lạc và thanh bình nữa không?

Các con cứ suy ngẫm, đừng để mình bị lừa đảo, đừng sống trong tưởng các con ạ! Phải sống trong thực tế, đừng mơ mộng ảo huyền, toàn thứ bánh vẽ, thật sự không ích lợi gì cho kiếp sống hiện tại của con người các con ạ!

Người giữ gìn giới luật nghiêm túc, không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào, tâm thường ly dục ly ác pháp thì mới được nhập lưu (vào dòng Thánh), nghĩa là tâm người đó lìa được tâm tham, sân, si chứ chưa có đoạn được, nếu tâm được như vậy mới được dự vào dòng Thánh còn không được vậy mà gọi là đắc quả A Na Hàm thì không đúng. Pháp môn tu tập ức chế tâm cho hết vọng tưởng mà chứng quả A Na Hàm thì thật là sống trong mơ, trong mộng.

Niệm Phật là Chánh niệm là một điều sai, niệm Phật chỉ mới tập tỉnh giác trong câu niệm Phật.

Tại sao quý vị lại không phân biệt được chánh niệm và tỉnh giác.

Chánh niệm là niệm thiện, còn tà niệm là niệm ác. Mười điều thiện là chánh niệm, mười điều ác là tà niệm.

Tỉnh giác là tỉnh thức, nhờ có thân hành niệm tâm tỉnh giác nơi hành động nội và ngoại của thân.

Tâm chú ý hành động niệm câu danh hiệu Phật là tâm tu tỉnh thức chứ chưa có chánh niệm, vì câu niệm Phật chẳng thiện chẳng ác thì không thể được gọi là chánh niệm vì chánh niệm của nó phải có đối tượng là tà niệm.

Ở đây chữ nghĩa còn hiểu sai thì thực hành làm sao đúng được. Do hiểu sai Thầy Tổ của chúng ta đời đời kiếp kiếp tu hành chẳng đi về đâu cả, thật uổng phí một đời người, có công tu hành, giống như đã tròng xe cát biển Đông.

Các con muốn tu theo đạo Phật thì phải nghiên cứu cho rõ ràng đừng vội vàng tin, hãy cân nhắc thận trọng như đức Phật đã dạy: *“Chớ có tin... chớ có tin... mà hãy tin những gì có lợi ích cho mình, cho người”*.

TẠO CẬN TỬ NGHIỆP THIỆN LÀ MỘT HÀNH ĐỘNG ĐỐI TRÁ

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính thưa Thầy! Đối với người già, nhất là người sắp chết, pháp môn niệm Phật để học tập và hành trì với ba tư lương: *“TÍN, HẠNH, NGUYỆN”*. Một pháp sư

giảng: người niệm Phật lại được trợ niệm, có thể giúp cho CẬN TỬ NGHIỆP có được sanh thú tốt hơn, ví như dù con bò yếu (niệm thiện) nhưng được đứng gần cửa chuồng sẽ được ra trước (?). Vậy nếu không dùng Pháp niệm Phật thì đối với người già, người sắp chết chúng ta giúp đỡ cho họ như thế nào để có ý nghĩa tích cực nhất?

Đáp: Cái mà gọi là “CẬN TỬ NGHIỆP” đây cũng là một trò lừa đảo của Tịnh Độ Tông, một việc làm hết sức phi đạo đức, che mắt thiên hạ. Một đời làm ác, chỉ đợi giờ phút cuối cùng dùng câu niệm Phật để tạo cận tử nghiệp tốt, để được tái sanh cảnh giới thiện (Cực Lạc), tạo cận tử nghiệp thiện như vậy có đúng không?

Trong thời đức Phật còn tại thế, có một người tên là Vô Não, tu hành theo tà pháp của ngoại đạo. Ngoại đạo dạy ông giết người cắt lóng tay xâu làm chuỗi đúng 1000 lóng tay sẽ chứng đạo. Nghe lời dạy ấy ông giết 999 người và còn người cuối cùng ông dự định giết đó là mẹ ông.

Biết được tâm niệm bất hiếu tội lỗi này đức Phật đến đó giải cứu mẹ ông và khiến ông thức tỉnh.

Từ đó, ông năng nổ tu hành theo giáo pháp của đức Phật, ông thường ngăn ác và diệt ác trong tâm ông. Một hôm ông đi khát thực người ta biết được ông là người tàn ác thường hay giết người nên người ta đã không cho cơm ăn mà còn lấy đá ném và gậy gộc đánh ông u đầu chảy máu, ông nhẫn nhục chạy đi và không thù oán kẻ đánh mình, ông nghĩ quán như lời Phật dạy: *“nhân quả”*. Do sự quán xét này ông đã cứu mình thoát khổ và chẳng bao lâu ông chứng đạo quả A La Hán.

Sự chứng đạo giải thoát này không phải nhờ ai hộ niệm cho ông mà phải chính ông năng nổ chuyên cần tu tập ngăn ác diệt ác pháp với một tâm nhiệt huyết nồng nàn.

Con đường tu hành giải thoát của đạo Phật không thể có sự hộ niệm được mà phải chính bản thân của người đó tinh tấn siêng năng tu tập, vì thế đức Phật dạy: ***“Chẳng phải tôi, cũng chẳng phải người nào khác có thể đi con đường ấy cho anh. Chính anh, anh phải đi cho anh”***.

Như vậy, rõ ràng khi còn sống mạnh khỏe không tu tập đến khi chết còn gì tu tập cho kịp nữa. Suốt một đời tu tập xả tâm ly dục ly ác pháp hết sức năng nổ còn sợ chưa làm xong, huống là sắp chết đến nơi rồi thì hộ niệm còn sức đâu đủ bình tĩnh, còn sức đâu đủ gan dạ chịu đựng những cơn nghiệp khổ đau tận cùng lúc sắp lâm chung như ai xé ruột xé gan. Hộ niệm chỉ là một hình thức suông mà các nhà phát triển tưởng giải ra để lừa đảo mọi người làm sai lệch ý nghĩa tự lực của đạo Phật.

Một đời làm ác chỉ một phút giây tỉnh giác quay đầu trở lại là giải thoát “*Tu nhất kiếp ngộ nhất thời*”. Lời này dạy không đúng, đức Phật Thích Ca Mâu Ni còn phải sáu năm khổ hạnh, bốn mươi chín ngày tu tập hết sức mới chứng được đạo quả.

Hiểu biết Phật pháp cho đúng nghĩa cũng không phải dễ hướng là tu tập còn khó gấp trăm ngàn lần, vì phải trải qua một thời gian dài sống và tu tập uốn nắn tâm mình cho đến khi thuần thục đâu phải là một việc dễ làm, một sớm một chiều làm xong được.

Bởi vậy chúng ta tu tập thì hãy tu tập cho đúng lời dạy của đức Phật chứ đừng nghe theo những lời dạy của các Tổ, do đó đức Phật cảnh giác chúng ta: “*Đừng tin Thầy Tổ.. đừng tin kinh sách v.v.. và đừng tin v.v..*”.

Trong kinh sách Nguyên Thủy không có dạy hộ niệm, chỉ dạy cho người còn đang sống mạnh khỏe, còn người đau bệnh đức Phật đã xác định: “*người có bệnh tu tập rất khó*”. Đó là một điều khó tu trong năm điều khó. Trong kinh Bồ Đề Vương Tử thuộc kinh Trung Bộ: “*Có năm điều khó tu tập*:

1. *Không có lòng tin.*
2. *Bệnh tật.*
3. *Gian trá, không thật.*
4. *Không tinh tấn bỏ các ác pháp.*
5. *Không có trí tuệ về sự sanh diệt”.*

Trong đời sống hằng ngày, nếu muốn tu theo đạo Phật, có năm điều khó này khiến không tinh cần còn không giải thoát huống là giờ phút sắp chết, còn gì nữa đâu hộ niệm.

Hộ niệm là một sự cầu tha lực, ngược lại con đường tu hành của đạo Phật là phải tự lực, hộ niệm là một phương pháp tạo cận tử nghiệp thiện, đó là một sự đối trá. Đối trá là một điều vi phạm trong năm điều khó tu của đạo Phật.

Tóm lại, muốn hộ niệm cho người sắp chết, tốt nhất khi họ còn mạnh khỏe khuyên họ nên sống trong thiện pháp, nhờ sống trong thiện pháp, huân thành nghiệp thiện đến khi chết nghiệp thiện tiếp tục tái sanh được sanh vào cõi thiện, đó là một việc làm chắc chắn, còn hộ niệm bất cứ một việc làm gì đều là giả dối cả.

Hộ niệm mang bản chất giả dối, chúng ta là những người tu theo đạo Phật không bao giờ chấp nhận sự giả dối đó. Chúng ta hoàn toàn chấp nhận bố thí pháp để giúp cho mọi người biết chánh pháp, biết đạo đức làm người để họ sống đúng một đời sống đạo đức nhân bản - nhân quả không làm khổ mình, khổ người.

Sống không làm khổ mình, khổ người thì hạnh phúc biết bao! Đến khi chết bất cứ sanh vào cõi nào chúng ta cũng đều không làm khổ mình, khổ người, thì nơi đó là Thiên đàng, Cực lạc. Vì vậy, chúng ta không cầu vãng sanh, không cầu hộ niệm chúng ta vẫn được giải thoát. Con nên suy ngẫm lời Thầy dạy có đúng thì tin bằng không đúng thì đừng tin.

VONG LINH

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Kinh Tăng Chi, phẩm “Nghiệp Các Công Đức” trang 680, Phật dạy cho Ngài Cấp Cô Độc: “Vị Thánh đệ tử với tài sản... thu hoạch đúng pháp... tổ chức năm loại lễ hiến cúng... hiến cúng cho các vong linh quá khứ...” để đạt được đi đến hưởng thọ đúng phương xứ. Con phải hiểu và hành theo ý kinh này như thế nào cho đúng?

Đáp: Con có đọc bài kinh Pháp Môn Căn Bản chưa? Ba mươi ba cõi trời là ba mươi ba cõi tưởng.

Con có đọc bài kinh Thập Nhị Nhân Duyên chưa? Khi mười hai duyên tan rã thì không còn một duyên nào cả. Vậy thì linh hồn ở chỗ nào mà có?

Ở đoạn kinh này con phải hiểu nghĩa cho chính xác:

1/ Nghĩa thứ nhất của nó sai là do người biên soạn viết ra hoặc người dịch không hiểu ý Phật nên dịch là vong linh.

2/ Nghĩa thứ hai là kinh sách Phật không bao giờ dạy có mâu thuẫn nhau.

3/ Nghĩa thứ ba trong bài kinh Tăng Chi Phật dạy đạo đức làm người, nên phải dành ra một số tiền đã thu hoạch được để sửa sang mồ mả và nơi thờ tự để tưởng nhớ công ơn Tổ Tiên, ông bà, cha mẹ, đó là lời dạy của Phật về đạo đức làm người tỏ lòng biết ơn của những người quá cố.

Đừng có hiểu theo nghĩa của ngoại đạo “vong linh” mà phải hiểu theo nghĩa nhân quả “Cây có cội, nước có nguồn” mới đúng nghĩa đạo đức làm người.

Vì thế, thờ cúng Tổ Tiên không có nghĩa là thờ cúng những vong linh người chết.

KHÁI NIỆM VỀ GIỚI

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Thế nào là giới cấm, giới kinh, giới hành, giới hạnh, giới đức...? Còn những khái niệm nào về giới của đạo Phật mà chúng con cần phải biết thêm?

Đáp: Giới cấm tức là pháp luật, là thanh qui, là nội qui, là những điều lệ mà tu sĩ không được vi phạm.

Giới kinh là những lời dạy của đức Phật được kết tập thành kinh sách dạy về các pháp thiện, người tu sĩ cần phải học và tu tập hằng ngày không được biếng trễ.

Giới hành là những pháp môn tu tập rèn luyện thân tâm để thân tâm được thuần hóa trong thiện pháp như: Định Vô Lậu, Định Niệm Hơi Thở, Định Chánh Niệm Tỉnh Giác v.v..

Giới hạnh là những hành động thân, miệng, ý được rèn luyện, được tu tập không còn làm khổ mình, khổ người.

Giới đức là những đạo đức làm người làm Thánh được học tập và được áp dụng vào đời sống hằng ngày.

Ngoài những giới trên đây đạo Phật còn có nhiều giới như: giới bổn, giới luật, giới bất tử, ngũ giới, lục giới, bát giới, thập giới v.v..

Nói giới luật tức là nói đến đạo đức, nói đạo đức là nói đến những hành động vượt thoát ra khỏi bản chất của loài cầm thú; nói đạo đức là nói đến những hành động cao thượng đẹp đẽ tuyệt vời của con người đối xử nhau trong cuộc sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả muôn loài vạn vật trên hành tinh này.

NĂM GIỚI LÀ TIÊU CHUẨN ĐƯỢC SINH LÀM NGƯỜI

Câu hỏi của Nhật Lý

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

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

Trong năm giới này gồm có:

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

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

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

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

“Tắc bóng thời gian một tắc vàng,

Tắc vàng tìm được không gì khó,

Tắc bóng thời gian khó hỏi han”

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

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

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

‘Tích thiện gieo nhân ta thấp sáng bầu trời.

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

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

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

Đạo đức này đã không giết hại và ăn thịt chúng sanh mà còn thương yêu tất cả chúng sanh như con mình. Muốn được làm thân người thì quý vị phải nhớ kỹ lời dạy này; phải nhớ kỹ giữ gìn đạo đức này, đạo đức hiếu sinh, đạo đức này chỉ có con người mới có, nếu không giữ gìn được đạo đức này thì chớ mong có được thân người ở kiếp mai sau. Do đức hạnh này mà đức Phật dạy: **“thân người khó được”**.

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

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

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

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

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

Giới luật này chỉ rõ đạo nghĩa làm người. Làm người phải có tình, có nghĩa, có lòng chung thủy thương yêu nhau mới gọi là con người. Vì hạnh phúc của chúng ta và mọi người thì chúng ta đâu có quyền làm khổ mình, khổ người bằng cách lang chạ như loài thú vật.

Con người khác hơn con thú ở giới luật này, nếu con người không giữ gìn giới luật này thì kiếp sau khó làm người, hiện tại họ là một con người nhưng tâm tánh họ có khác gì con thú, sống không tình, không nghĩa, sống không có lòng trung trinh tiết hạnh, sống không chung thủy với nhau.

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

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

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

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

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

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

Rượu là một chất độc kích thích và tác động thần kinh khiến cho người uống rượu giống như người điên, không còn trí tuệ thông minh, nên người say rượu thường ăn nói bừa bãi, ăn nói khiếm nhã thiếu lịch sự, văn hóa, ăn nói thô lỗ cộc cằn v.v..

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

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

NGƯỜI ĐẮC ĐẠO KHÔNG CẦN GIỮ GIỚI LUẬT

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính bạch Thầy! Có sự khác biệt nào giữa việc uống rượu của Tể Điền Tăng và việc tự sát bằng dao của Ngài Channa trong kinh Tương Ưng tập 4 trang 99? Có vị nói, đối với người đã đắc đạo, thân có thể phạm giới nhưng tâm không bao giờ phạm, từ đó đánh đồng hai hành động nêu trên?

Đáp: Những lý luận của các nhà học giả “Người chứng đạo không cần giữ giới luật” điều đó là sai cả.

Tể Điền Tăng là một nhân vật Đại Thừa thể hiện sự phá giới phi đạo đức của đạo Phật, là một vị tăng đại diện cho giáo pháp Đại Thừa nên hành động Tể Điền Tăng thiếu oai nghi tế hạnh nghiêm trang của một tu sĩ chân chánh. Tể Điền Tăng chỉ lòe thần thông tưởng lừa đảo người, mà đức Phật đã cho những thần thông đó là huyễn hóa không đáng cho chúng ta ca ngợi.

Tể Điền Tăng là một tu sĩ thiếu đức hạnh của một bậc Thánh Tăng thì không đáng cho chúng ta cung kính, chỉ có những người ham mê thần thông thì mới cung kính, còn những tu sĩ đệ tử của đức Phật chân chánh tu hành giải thoát thì xem đó là những kẻ tà đạo bàng môn, không phải là những tu sĩ Phật giáo.

Đức Phật so sánh mũi dao của tỳ kheo Channa và Tứ Thiên tịnh chỉ hơi thở không có khác nhau.

Đọc qua bài kinh này chúng ta mới thấy rõ thâm ý của đức Phật dám đem thiên định so sánh với mũi dao thì thật là tuyệt vời, vì đức Phật muốn bài bác thần thông một cách quyết liệt, vì thần thông chẳng đem đến ích lợi cho con người

thiết thực. Mặc dù Tứ Thiên là một loại thiên định tuyệt vời và mẫu nhiệm làm chủ được sự sống chết có nghĩa là người nhập được thiên định này muốn chết, muốn sống không còn khó khăn chút nào cả.

Tự tại trong sanh tử như thế mà Ngài dám đem mũi dao của Tỳ kheo Channa mà so sánh thì Thầy xin tán thán đức Phật đúng là một bậc Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật Thế Tôn.

Sự so sánh này hay tuyệt, thần thông và Tứ Thánh Định được đức Phật xem như đồ bỏ, như một chiếc dép hư, không còn dùng được nữa.

TỤ ĐIỂM

Câu hỏi của Nhật Lý

Hỏi: Kính thưa Thầy! Khi chúng con ngồi thiền:

1- Xác định tụ điểm ở chỗ nào? Giữ nó như thế nào trong thời gian ngồi?

2- Mở mắt hay nhắm mắt, có lợi hại gì? Khi nhắm mắt con dễ gom 6 căn, dễ niệm hơi thở hơn, vậy con có nên tiếp tục nhắm mắt?

3- Tay để bình thường hay bắt buộc bàn tay phải để trên bàn tay trái, ngón cái chạm nhau?

4- Theo sự hướng dẫn của cô Út, mỗi ngày con chỉ ngồi rất ít (khoảng 45 phút), chủ yếu lo hướng tâm xả tâm. Thưa Thầy chúng con có nên tăng thời lượng lên không?

Đáp: Khi ngồi thiền các con cần nên lưu ý những điểm sau đây:

Trong câu hỏi một có hai câu:

1- Xác định tụ điểm. Khi ngồi thiền tu Định niệm hơi thở thì nên đặt tụ điểm tại nhân trung tức là nơi hơi thở ra vào, giữa nhân trung cạnh mũi. Tu Định niệm hơi thở đặt tụ điểm tại nhân trung là chính xác và cụ thể thực tế nhất không bị tưởng, đặt trên chóp mũi cũng được, nhưng không bằng đặt tại nhân trung, vì nơi đó trụ tâm không sanh ảnh hưởng rối loạn thần kinh. Còn bất cứ đặt tụ điểm nơi đâu để trụ tâm đều không tốt, tại sao vậy?

Vì đặt bất cứ nơi đâu trên thân mà tu hơi thở thì dễ rơi vào định tưởng, định tưởng là một loại định rất nguy hiểm. Vì vậy, người tu thiền cần phải quan tâm và cảnh giác để bước đường tu tập không là bước đường cùng.

1- Thời gian thích nghi tu tập tụ điểm. Tu tập và giữ gìn tụ điểm, muốn tu và tạo tụ điểm phải dùng một hơi thở vô và ra chậm và nhẹ nghĩa là hít vô chậm chậm và thở ra cũng chậm chậm, trước khi thở hơi thở này, chúng ta dùng pháp hướng để dẫn tâm vào tụ điểm: *“Hai mắt phải nhìn xuống tụ điểm, tâm phải tập trung vào đó”*. Sau khi hướng tâm xong thì hai mắt phải nhìn xuống nhân trung và tâm phải tập trung chú ý biết tại nơi đó, mắt và tâm đều tập trung nơi đó, chúng ta bắt đầu hít vô chậm chậm nương theo hơi thở vô, gom tâm tại nhân trung và khi thở ra cũng gom như vậy, nếu đủ sức thì chúng ta tu tập liên tục 5 hơi thở chậm rồi thở lại hơi thở bình thường, còn không đủ sức thì chỉ thở một hơi thở chậm mà thôi, rồi thở lại 10 hoặc 20 hơi thở bình thường. Khi thở lại hơi thở bình thường thấy tâm bám chặt vào tụ điểm thì không cần thở lại hơi thở chậm, chỉ khi nào tâm chưa bám chặt vào tụ điểm, có nghĩa là tâm còn vọng tưởng thì mới hướng tâm và thở lại một hơi thở chậm nhẹ như lúc ban đầu. Đó là cách giữ gìn tâm bám chặt vào tụ điểm để tâm không còn khởi niệm. Nếu ai biết dùng hơi thở chậm gom tâm, người ấy ức chế tâm hết vọng tưởng dễ dàng, nhưng đây không phải thiền định, đây chỉ là sự tập trung tâm để giúp tâm tĩnh thức chứ không phải đi vào tĩnh lặng để rồi rơi vào định tưởng. Xin quý vị lưu ý.

2- Mở mắt hay nhắm mắt trong khi tu tập còn tùy vào hai trường hợp:

a- Khi loạn tưởng thì nên nhắm mắt.

b- Khi bị hôn trầm thùy miên thì nên mở mắt.

Mở mắt to sanh loạn tưởng, nhắm mắt lại sanh hôn trầm, vì thế người tu hành nên tập tu không mở mắt, không nhắm mắt mà chỉ cần mắt nhìn xuống, khi mắt nhìn xuống thì mắt chỉ mở một phần ba, mắt chỉ mở một phần ba là vừa đủ thu nhiếp tâm và không bị hôn trầm thùy miên và loạn tưởng.

Khi mới bắt đầu tu tập, nhắm mắt tu dễ gom tâm nhưng tu lâu thì không tốt, vì dễ bị ma tưởng quấy nhiễu.

Con không nên tiếp tục tu tập nhắm mắt mà phải tu đúng cách ngay từ lúc ban đầu. Người tu thiền không được nhắm mắt, không được mở mắt, khi ngồi thiền chỉ có nhìn xuống, từ chỗ ngồi đến điểm mắt nhìn cách khoảng một thước hoặc tám tấc, không được xa hơn cũng không được gần quá, vì xa hơn thì đầu phải ngước lên và như vậy thì mắt phải mở to, còn gần quá thì đầu phải cúi xuống, đầu cúi xuống mà ngồi thiền thì trông tướng rất xấu dễ bị hôn trầm thùy miên vô ký và tưởng lạc.

3- Tu thiền theo Phật giáo, hai bàn tay không bắt ấn, chỉ có người tu theo Mật Tông hai bàn tay luôn luôn lúc nào cũng bắt ấn, khi ngồi thiền hai bàn tay để tự nhiên trên hai đầu gối như tượng Phật Nguyên Thủy hoặc hai bàn tay để chống

lên nhau một cách tự nhiên chứ không bắt buộc hai đầu ngón tay cái chạm nhau. Chúng ta tu theo Phật thì phải sống và tu tập như Phật, đừng bắt chước theo kinh điển phát triển, bởi vì thiền của Phật là chỗ tâm không còn tham, sân, si chứ không phải chỗ ngồi, ngồi như thế nào thoải mái dễ chịu thì ngồi, còn ngồi mà khổ đau thì không nên ngồi, vì chúng ta theo Phật là tìm sự giải thoát không còn khổ đau. Đức Phật đã xác định: *“Pháp Ta không có thời gian đến để mà thấy...”*. Và như vậy trong khi tu tập có sự khổ đau xảy ra tức là chúng ta đã tu sai hoặc tu theo pháp môn của ngoại đạo, vì tu tập có khổ đau như vậy là ức chế thân tâm, là tự làm cho mình khổ, là thiếu đạo đức với mình, là pháp khổ hạnh của ngoại đạo ngày xưa thiếu chút nữa đức Phật đã làm vật hy sinh cho những pháp môn này.

Tóm lại, con nên ngồi xếp bằng kiết già hoặc bán già cũng đều tốt như nhau cả hoặc ngồi bất cứ một tư thế nào mà thân tâm con an lạc thì con ngồi, mục đích tu tập là lo xả tâm ly dục ly ác pháp, đẩy lui tất cả chướng ngại pháp trên tứ niệm xứ của con, để tâm con không phóng dật tức là tâm thanh tịnh, tâm không phóng dật là tâm định chứ không phải ngồi mà có định, ngồi chỉ là một phương tiện giúp cho tâm dễ gom, và tâm gom được thì tâm mới tỉnh giác, mới thấy được chướng ngại pháp. Ngồi chỉ là một phương tiện nhỏ mà thôi. Còn hai bàn tay thì không cần thiết phải như thế này, thế kia...

4- Cô Diệu Quang dạy rất đúng, ngồi ít mà xả tâm nhiều tức là không bị ức chế, còn lấy sự ngồi nhiều làm mốc tu tập coi chừng sẽ tu lạc hướng vào định tưởng. Chủ yếu lúc nào, giờ nào phút nào, giây nào cũng lo xả tâm, xả tâm tốt thì tăng giờ lên, còn xả tâm chưa tốt, tăng giờ lên cũng chẳng có ích lợi gì. Nên nhớ lúc nào cũng giữ tâm thanh thản, an lạc và vô sự, và lúc nào cũng phòng hộ sáu căn, không bao giờ để có kẽ hở cho tâm lang thang chạy theo các pháp trần bên ngoài, ngồi hay không ngồi, đâu còn có nghĩa lý gì nữa, tu tập trong bốn oai nghi: Đi, đứng, nằm, ngồi.

--o0o--

(Còn tiếp)

Nguồn: Đường về Xứ Phật Tập 10- Nhà xuất bản Tôn giáo

Tác giả: Trưởng lão Thích Thông Lạc