

Đường về Xứ Phật - Tập 9 (Phần 2/3)

ISSN: 2734-9195 10:09 04/10/2024

Trong Bảy Giác Chi nó gồm đủ “giới, định, tuệ”, nếu một vị tu sĩ mà không giữ gìn giới luật nghiêm túc thì không thể nào tu tập Bảy Giác Chi được, cũng như không sống đời sống phạm hạnh, không phòng hộ sáu căn, không thiếu dục tri túc, không ba y một bát, không đi xin từng miếng, từng nhà, không xả bỏ của cải tài sản vật chất, không đoạn lìa những tình cảm người thân quyến thuộc, không lấy gốc cây làm giường nằm mà sống trong chùa to Phật lớn, vì chùa to Phật lớn, giường cao rộng, mền nệm êm ấm

Đường về Xứ Phật - Tập 9 (Phần 2/3)



NHÓM TU HỌC NGUYÊN THỦY HOA KỲ

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Chúng con, một nhóm Phật tử miền Nam California, bấy lâu nay đọc sách và nghe băng giảng của Thầy, rất mến mộ Thầy, nên tự đặt cho mình một nhóm gọi là Nhóm Tu Học Chơn Như để phân biệt với nhóm Nụ Hồng, Khóm Hồng (tu theo Thầy Nhất Hạnh), và nhóm Tam Hòa (tu theo Hòa Thượng Thanh Từ). Chúng con làm như vậy không biết có được không? Kính xin Thầy và cô Út Diệu Quang từ bi chỉ dạy, hoặc cho một cái tên khác để chúng con cùng nhau sách tấn trên đường tu hành.

Đáp: Câu hỏi thứ nhất: Các con nên đọc kỹ lại nhiều lần những câu trả lời của Thầy dưới đây để suy ngẫm, nếu có lợi ích cho các con và cho những người khác thật sự thì các con nên tin và làm theo, còn bằng không thì thôi xem như là những lời nói suông của Thầy.

Trong các bạn đạo cùng tu một pháp môn theo giáo lý Nguyên Thủy của đạo Phật, thì các con nên lấy tên: “Nhóm Tu Học Nguyên Thủy”, nhưng vì ở Mỹ nên các con thêm vào hai chữ nữa để xác định nhóm tu học của các con rõ ràng, nó trùng tên với các nhóm tu học nguyên thủy khác: “Nhóm Tu Học Nguyên Thủy Hoa Kỳ” vì đây là những lời dạy của đức Phật mà các con đồng tu để sửa thân tâm của mình trong thiện pháp, Thầy cũng do những lời dạy này mà tu tập đi đến giải thoát.

--oOo--

THỈNH KINH

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Tháng 7/2000 chúng con sẽ họp mặt để cùng nhau ôn lại những điều đã thu thập nơi pháp môn của Thầy. Thỉnh thoảng chúng con cũng có chuyện trò với nhau qua điện thoại, trao đổi về một số hiện tượng tu học, làm phước mà bấy lâu nay chúng con cứ nghĩ là đúng, là phải. Giờ đây đem ra soi rọi với lời giảng của Thầy, chúng con thấy rất rõ đâu là tu thật, đâu là tu giả. Chúng con rất mong ước được Thầy và cô Út cho chúng con quyển Đường Về Xứ Phật tập 7, Đạo Đức Nhân Quả, Những Lời Phật Dạy, v.v.. Ở đây chúng con mong mỗi đọc sách của Thầy như hạn hán trông mưa. Sách của Thầy chúng con đọc đi đọc lại nhiều lần, đọc hoài không chán. Chúng con đọc sách của Thầy thay vì đi tụng kinh. Mỗi khi rảnh rỗi chúng con chỉ cần giở ra đọc vài trang mà chúng con ưa thích là cảm thấy tâm hồn thanh thản an vui.

Đáp: Tập 7 Thầy nhuận lại chưa xong, khi nào nhuận xong Thầy sẽ gửi đến cho các con. Thầy đang nhuận lại từ tập 1 đến tập 10, vì trước kia Thầy không có

ngữ soạn và viết kinh sách, mà chỉ nghĩ thuyết giảng dạy người tu tập mà thôi.

Người viết kinh sách là có ý danh lợi trong đó, xưa đức Phật không viết kinh sách là lý do này, danh, lợi có một sức cám dỗ rất mạnh, người tu chưa tới đâu hãy coi chừng, kinh sách của những người này sẽ trở lại giết họ và giết người, không phải giết một người mà giết nhiều người, không phải những chỉ giết nhiều người mà còn giết nhiều thế hệ.

Thầy không có ý định viết sách, nhưng suốt 17, 18 năm trời hướng dẫn người tu hành, chỉ có ba giới đức của bậc Thánh Tăng mà không có một tu sĩ nào sống đúng, thấy cơ thể vô thường của Thầy sắp đến giờ phút tan rã mà đường lối tu tập chưa có ai rõ, nên suốt ba mùa hạ an cư Thầy giảng giáo án đường lối tu tập của đạo Phật, nhưng khi giảng xong, Thầy nhận một bản in vi tính của cháu Trúc gửi đến, khi đọc lại Thầy cảm thấy cần phải nhuận lại, nhất là những câu hỏi đạo, chứ không thể nào kinh sách mà viết cầu thả như thế này được, nào là chưa hết ý; nào là lỗi văn phạm, chính tả, nào là lập đi lập một ý, v.v.. cho nên phải biên tập lại thì cuốn sách mới có giá trị, do đó việc làm không thể nhanh chóng được, phải đọc đi đọc lại nhiều lần thế mà vẫn còn sót, có nhiều chỗ chưa diễn tả hết ý khiến cho người đọc khó hiểu. Ở đây Thầy cố gắng tránh lý luận, nhưng không tránh hết được.

Trong năm nay Thầy cố gắng nhuận cho xong 10 tập Đường Về Xứ Phật và sang năm sẽ cho in bộ sách “Đạo Đức Không Làm Khổ Mình, Khổ Người”, bộ sách “Giới Đức Làm Thánh” và bộ sách “Những Lời Phật Dạy”.

Mỗi bộ sách được in ra là Thầy sẽ tìm cách gửi đến cho con, nhưng con hãy ráng tu tập để được tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự, để được tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ thì đó là các con không phụ lòng Thầy.

Thầy cảm thông và thương yêu các con vô cùng, khi đọc thư con có những đoạn: *“Ở đây chúng con mong mỗi đọc sách của Thầy như hạn hán trông mưa. Sách của Thầy chúng con đọc đi đọc lại nhiều lần, đọc hoài không chán. Mỗi khi rảnh rỗi chúng con chỉ cần giở ra đọc vài trang mà chúng con ưa thích là cảm thấy tâm hồn thanh thản, an vui”*.

Thầy viết sách là đem lại sự lợi ích cho con người, nếu quả thực có lợi ích thì làm sao Thầy không đem hết tâm lực của mình ra viết, viết để các con đọc, đọc để các con có sự an vui, thanh thản, đọc để các con sống không làm khổ mình, khổ người và thế gian này đã biến thành cảnh giới Thiên đàng, Cực lạc thì đó là niềm vui hân hoan của Thầy.

Đọc sách Thầy mà gia đình các con được an vui, hạnh phúc, mọi người trong gia đình đối xử nhau biết nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng và không làm khổ mình, khổ người thì đó là sự cúng dàng cao quý nhất và biết ơn Thầy mà không có sự cúng dàng nào cao quý và biết ơn nào hơn được.

Mặc dù năm nay Thầy trên bảy mươi tuổi, sức khỏe tuy yếu, nhưng Thầy cố gắng phục hồi và an dưỡng để viết xong bộ sách đạo đức nhân bản - nhân quả, ngõ hầu giúp cho con người trên hành tinh này sống không còn làm khổ cho nhau.

--o0o--

XÁ LỢI CÓ PHẢI DO TU THIỀN KHÔNG?

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Sau đây chúng con có một vài thắc mắc, cúi xin Thầy và cô Út từ bi xót thương và chỉ dạy cho chúng con dứt những điều nghi và an tâm tu tập:

1/ Xá Lợi có nhất thiết là kết quả tất yếu của người tu thiền hay không? Có một cư sĩ là cựu sĩ quan VNCH xuất gia, tu hành được vài năm (chưa hẳn là tu thiền hoàn toàn), tên là Thầy Minh Đạt, khi chết thiêu xác thì người ta bảo Thầy ấy có xá lợi rất đẹp.

Đệ tử của HT Tuyên Hóa chụp nhiều ảnh cho thấy HT có quá nhiều xá lợi, từ những cục to nhỏ, đến các mảnh xương dẹp hình răng cưa thật to. Chúng con có cảm tưởng là người ta cố tình thiêu chưa hết hoàn toàn nên mới có nhiều mảnh xương như vậy. Chúng con nhớ đã đọc hay nghe các Thầy ngày xưa dạy rằng: “xá lợi là kết tinh của người đồng ấu xuất gia. Nó là tinh, là tủy của người tu hành chân chánh”. Xin Thầy từ bi chỉ dạy.

Đáp: Trong kinh Nguyên Thủy đức Phật không bao giờ ca ngợi tán thán xá lợi hay là để lại nhục thân hoặc cho rằng do công đức tu hành thiền như thế này, như thế kia mới có xá lợi hay nhập định để lại nhục thân, chỉ có dạy ông A Nan, khi đức Phật tịch lấy những mảnh xương vụn đốt cháy còn sót (Xá lợi) lại xây tháp mà thờ: “Này A Nan, khi trà tỳ xong, nhặt lấy những mảnh xương vụn dựng tháp treo phan, tại ngã tư đường, để những người đi ngang qua trông thấy tháp Phật mà tưởng nhớ đức Như Lai đã dùng chánh pháp giáo hóa chúng sanh, ngõ hầu sống được phước lợi, thác được sanh Thiên”.

Lời dạy trên đây là cách thức để chúng ta nhớ ơn Phật, nhớ đến ơn Phật là phải thực hiện những lời Ngài dạy để có lợi ích trong cuộc sống hiện tại, nhưng đến khi chết cũng được sanh vào cõi thiện hưởng được sự an vui.

Xá lợi là một danh từ cung kính tôn trọng năm xương tàn của đức Phật, chứ không có nghĩa lý gì về sự tu tập thiền định kết tinh lại thành.

Các Tổ sau này đã tự vẽ ra lừa đảo lường gạt tín đồ: *“Xá lợi là kết tinh của người đồng ấu xuất gia, nó là tinh, là tủy của người tu hành chân chánh, của những người nhập được thiền định”*. Lời dạy này rất sai vì đức Phật đâu phải là đồng ấu xuất gia mà khi trà tỳ xá lợi quá nhiều đem chia cho tám nước, còn bảo rằng do tu thiền kết tinh lại thành xá lợi, thì lại còn sai hơn nữa, có nhiều người không tu thiền, thiêu xác vẫn có xá lợi.

Đức Phật đã chẳng bảo: *“Thân người là những chất bất tịnh do bốn đại: đất, nước, gió, lửa hòa hợp mà thành”*, thì có cái gì gọi là kết tinh, kết tủy để thành xá lợi, dù có kết tinh kết tủy như thế nào thì nó cũng chỉ là vật vô thường, bất tịnh có gì cho chúng ta quý trọng. Vậy mà các Tổ dựng lên do *“Công phu tu hành kết tinh mà có”* theo kiểu tưởng của thiền Tiên đạo luyện tinh, khí, thần. Đạo Phật không có loại thiền lừa đảo đó, vì xá lợi là những vật vô thường bất tịnh đó chẳng có ích lợi gì cho con người trên hành tinh này.

Đạo Phật vốn quý trọng ở chỗ đạo đức không làm khổ mình, khổ người (giải thoát) chứ không phải quý trọng chỗ thân trường thọ bất tử hoặc tu luyện như thế nào, đến khi chết để lại nhục thân không hoại diệt, như bộ xương khô hoặc để lại xá lợi rất nhiều thì như vậy mới gọi là người đắc thiền, đắc đạo. Đức Phật không có tuyên bố điều này. Thiền đạo này không lợi ích thiết thực cho con người mà chỉ là một trò lừa đảo để làm tiền thiên hạ với những ai quá tin mù quáng.

Người ở đời thấy ai tu hành có thần thông pháp thuật hoặc để lại nhục thân hoặc để lại nhiều xá lợi là cho chúng đạo, chúng thiền, thiền đạo đó là những thứ thiền không đúng của đạo Phật, thiền đạo của đạo Phật sống không làm khổ mình, khổ người, tâm hồn luôn luôn bất động trước các pháp và các cảm thọ, nên thường ở trong trạng thái thanh thản, an lạc và vô sự mà đức Phật gọi là nhập Bất Động Tâm Định. Bất Động Tâm Định là một trạng thái Diệt Đế trong Tứ Diệu Đế tức là Niết Bàn, đến khi đức Phật diệt độ Ngài xuất Tứ Thiên và nhập vào trạng thái bất động tâm này. Đây là một trạng thái khi sống tu hành xong cũng như lúc chết đức Phật đều an trú trong đó, một trạng thái thực tế và cụ thể không mơ hồ chút nào, cho nên Tứ Diệu Đế gọi là bốn chân lý của đạo Phật thật là xứng đáng chân lý của loài người, một chân lý mà lúc sống cũng như

chết người ta đều cũng tìm được hạnh phúc ở nơi đó và nơi đó là nơi toàn là mùa Xuân vĩnh cửu an lạc, yên vui.

Những bộ xương khô và xá lợi dù có để lại hay không có để lại thì nó cũng chỉ là một di tích lịch sử của những ai đã làm lợi ích cho nhân loại, nhìn thấy những di tích này hay không thấy con người vẫn mãi biết ơn và luôn luôn tỏ lòng cung kính, tôn trọng, còn những bộ xương khô và xá lợi của những ai làm hại nhân loại để lại bao nhiêu kinh sách dạy con người những điều mê tín, phi đạo đức, lừa đảo lường gạt từ đời này sang đời khác, từ thế hệ này đến thế hệ khác, thì chúng ta xem như là những thứ bất tịnh, không xứng đáng cho chúng ta cung kính và tôn trọng.

Cho nên, người tu theo đạo Phật là tu theo đạo trí tuệ, đạo trí tuệ thì phải luôn luôn sống trong chánh kiến chứ không bao giờ sống trong tà kiến. Như đức Phật đã xác định **“Trí Tuệ ở đâu là giới luật (đức hạnh) ở đó, đức hạnh ở đâu là trí tuệ ở đó. Đức hạnh làm thanh tịnh giới luật, giới luật làm thanh tịnh đức hạnh”**. Còn những bộ xương khô và xá lợi là những điều lừa đảo và lường gạt người bằng cách thêu dệt cho rằng những thứ bất tịnh này là kết tinh của sự chứng thiền, chứng đạo do tu hành chân chánh mới có, đó là một điều điên đảo lừa đảo mà trong kinh sách Phật không có dạy như trên chúng tôi đã nói.

Có một số người tu theo hạnh Bồ Tát thường cầu chư Phật gia hộ cho thế giới hòa bình và chúng sanh hết khổ. Những hành trì này chúng sanh có hết khổ đau và thế giới có hòa bình chưa? Hay chỉ là một trò lừa đảo lường gạt người quá nhiều đủ mọi loại mách khéo gian xảo bằng mọi hình thức tôn giáo, bằng các loại tướng uẩn của con người. Chỉ vì chúng ta u mê không chịu sống trong đạo đức nhân bản - nhân quả làm người không làm khổ mình, khổ người mà đức Phật đã dạy: **“Trí tuệ đâu ở thì đức hạnh ở đó”**. Chúng ta không sống trong đức hạnh làm người mà cứ chạy theo và dựa lưng vào những sự mê tín thế giới siêu hình, thần thánh gia hộ ông thầy này bà cốt nọ thì có bao giờ hết khổ đau.

Những điều như trên đã nói là những điều không đức hạnh thì chúng ta không nên tin, luật nhân quả là một đạo luật công bằng và công lý luôn luôn áp dụng cho loài người trên hành tinh này. Tai nạn bệnh tật khổ đau của loài người là do

con người làm ra thì con người phải chịu lấy quả khổ do chính mình, chứ có Bồ Tát nào chịu thế cho ai được đâu và cũng không bao giờ cầu khẩn được cho ai cả, chỉ có con người sống đừng làm khổ mình, khổ người thì bệnh tật tai nạn kia sẽ chấm dứt, cho nên có những người làm việc mê tín gọi là độ chúng sanh, còn dùng những danh từ rất kêu “*cứu thế độ dân*” lừa bịp thiên hạ, làm như mình là Thánh Thần quá thương yêu chúng sanh “*Bồ Tát bệnh vì chúng sanh bệnh*”, mới nghe thì tưởng là có lòng thương yêu chúng sanh đệ nhất không còn ai hơn, nhưng không ngờ đó là một sự lừa đảo đệ nhất.

Đến khi chết những hàng đệ tử khôn khéo này lại còn dùng những mảnh xương vụn bất tịnh để lừa cướp tiền của thiên hạ giữa ban ngày mà pháp luật không kết tội được. Khi còn sống các Thầy Tổ này dạy toàn là những pháp mê tín phi đạo đức, phi Phật giáo, đến khi chết thì học trò tiếp nối lừa đảo người làm giàu trên mồ hôi nước mắt của tín đồ.

Đạo Phật nhìn các sắc pháp của thế gian là vô thường thì có sự kết tinh nào cũng đều là vô thường, “*Hữu sắc là hữu hoại*”. Nên xá lợi đối với đạo Phật không có nghĩa lý gì cả, nó cũng chỉ là những vật bất tịnh tầm thường như những vật khác trong thế gian này.

Những mảnh xương bản thủ đó cho dù có kết tinh thành kim cương, ngọc bích thì đối với người tu theo đạo Phật lại càng tránh xa và cũng không cần tu những loại thiền định có sự kết tinh những vật quý giá như vậy, dù vật quý giá hoặc không quý giá thì đối với đạo Phật nó cũng là pháp vô thường.

Những mảnh xương vụn đó chỉ nói lên được lòng cung kính, tôn trọng biết ơn của chúng ta đối với những người quá cố làm lợi ích cho loài người, chứ nó không phải là kết quả tất yếu của người tu thiền định.

Xá lợi là một hiện tượng rất bình thường, vì thân người có những đặc tướng khác nhau; có người trong thân có nhiều chất vôi, khi chết đem thiêu xương cháy không hết nên còn lại rất nhiều, chứ không phải do tu mà có; có người trong thân ít chất vôi khi chết đem thiêu xương thịt cháy hết.

Pháp môn của đạo Phật không có luyện tinh khí thần như ngoại đạo, mà chỉ có sống một đời sống ngăn ác, diệt ác pháp để cho cuộc sống của mình được giải thoát mà không làm khổ mình, khổ người, nhờ thế cuộc sống của mọi người ai ai cũng có một tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự.

Còn thiền định của đạo Phật thì không có tu tập rèn luyện cơ thể bằng cách này bằng cách khác như thiền Yoga mà chỉ có dùng pháp hướng tịnh chỉ các hành trong thân để nhập các định làm chủ sự sống chết.

Mục đích của đạo Phật rất rõ ràng là làm chủ sanh, già, bệnh, chết chứ không có lừa đảo lường gạt người bằng những việc kỳ lạ tưởng tri như: *“Nào là xá lợi kết tinh do sự tu hành chân chánh; nào là để lại nhục thân do nhập thiên định”*. Trong khi chưa biết thiên định là như thế nào? Nhập định phải làm sao? Trước khi nhập định phải tu tập cái gì? Chứ đâu phải ngồi khoanh chân kiết già rồi ức chế tâm cho hết vọng tưởng, tức là không còn niệm thiện niệm ác mà cho đó là thiên định thì thật là vô minh, thật là thiếu hiểu biết, vì tu thiên định như vậy, cho nên phải tưởng tri xá lợi và nhục thân khô đét như con khỉ khô là kết tinh của thiên định. Thiên định của các Tổ là một loại thiên định tưởng, có nghĩa là các Tổ tưởng ra cho nó là thiên định chứ kỳ thực nó không phải là thiên định. Bởi vậy, thiên định mà không có người tu hành chứng được thì người sau tưởng ra mà tu tập thành ra tu thiên tà, thiên ngoại đạo, may là kinh sách Nguyên Thủy của đức Phật còn ghi lại rõ ràng chứ nếu không thì biết đâu mà tu. Con người trên hành tinh này làm sao biết thiên biết định như thế nào, cho nên những điều lừa đảo lường gạt vô tình hay hữu ý của các Tổ, thì làm sao chúng ta biết được, vì thế chúng ta phải tin theo và rất quý trọng thường có dịp bỏ tiền ra đi chiêm bái xá lợi một cách mù quáng.

Đối với thiên định của đạo Phật như nhập Diệt Thọ Tưởng Định, nhập Diệt Thọ Tưởng Định là tất cả các hành trong thân đều ngưng nghỉ toàn bộ như khẩu hành, thân hành, ý hành, cho nên thân và tâm bất động toàn bộ vì sức định này diệt các hành uẩn không còn rung động một chút xíu nào cả, nên từ trong định lực của thiên định này lưu xuất ra một từ trường để bảo vệ nhục thân không bị ảnh hưởng thời tiết nắng, mưa, gió, bão, nóng, lạnh xâm thực và còn giữ gìn nhục thân tươi nhuận như người còn sống, chứ không phải khô đét như khỉ khô, từ trường đó nó còn bảo vệ không cho loài thú vật xâm chiếm và phá hoại nhục thân. Một từ trường bảo vệ nhục thân như vậy mà đức Phật còn cho là huyền hóa lừa đảo người, nên khi đức Phật tịch thì thiêu đốt bỏ, nhưng vì lòng kính trọng của mọi người đối với đức Phật nên những mảnh xương vụn ấy được đệ tử của Ngài chia cho tám nước về xây tháp để tưởng nhớ công ơn của Người đã có công giáo hóa đạo đức giải thoát cho loài người, còn dân chúng trong tám nước này đều xin tro thiêu nhục thân Phật đem về xây tháp để tưởng nhớ công ơn, kinh Du Hành trong Trường A Hàm tập I trang 233: *“Bấy giờ ông Hương Tích lấy một cái bình và dùng bát đá, chia đều xá lợi làm tám phần bằng nhau. Lúc đó người trong thôn Tất Bát cũng đến xin mọi người một phần tro còn lại để dựng tháp cúng dường”*.

Các Tổ khéo léo dùng thuốc ướp xác trước khi chết bằng cách uống vào người rồi ngồi kiết già lúc bây giờ thuốc ngấm dần vào cơ thể diệt sự sống của cơ thể và cơ thể nhờ đó không bị hôi thối, từ từ khô dần giống như khỉ khô. Bên Tây

Tặng người ta ướp xác bằng cách mổ bỏ ruột gan, còn Việt Nam và Trung Hoa thì ướp xác đặc biệt hơn.

Trong Thời Nam Bắc Triều Phân Ranh, Chúa Trịnh Giang có một người cung nữ chết rồi ướp xác chôn. Gần đây các nhà khảo cổ Việt Nam đã khai quật những ngôi mộ cổ và xác nàng cung nữ vẫn còn nguyên vẹn tươi tốt như người ngủ.

Giả thiết Trung Hoa và Việt Nam có một loại thiên tu tập để ướp xác thật sự như bộ xương khô của Lục Tổ Huệ Năng, Vũ Khắc Minh và Vũ Khắc Trường thì loại thiên này có ích lợi gì cho loài người, khi pháp môn của các vị này dạy chúng tôi chẳng thấy có đạo đức gì cả, như vậy có lợi ích gì cho đời sống của loài người đâu. Nếu so sánh Pháp môn thiên định của Lục Tổ Huệ Năng và đạo đức của Khổng Phu Tử thì đạo đức của Khổng Phu Tử làm lợi ích cho loài người hơn nhiều.

Đạo đức của đạo Phật dạy cho chúng ta ngăn ác diệt ác pháp để đem lại sự ích lợi cho cuộc sống của mình và của mọi người. Vì thế người tín đồ của đạo Phật, phải sống thường áp dụng Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng và Chánh Tinh Tấn, nhờ biết áp dụng đúng cách nên đệ tử của đức Phật sống không làm khổ mình, khổ người đem lại một trạng thái thanh thản, an lạc, vô sự cho cuộc sống chung nhau trên hành tinh này, biến cuộc sống trở thành Niết bàn, Cực lạc, còn đến khi chết thì cũng giống như bao nhiêu thân xác của người khác, vì thân xác của người nào cũng đều là bất tịnh, cũng do tứ đại hòa hợp tạo thành, còn có cái gì quý giá ở đây, sống mà không thiện, chết thì còn có cái gì quý? Để lại làm gì những mảnh xương ô nhiễm môi trường, khi chết đem thiêu xác đem chôn vào lòng đất cho kín để giữ gìn môi trường trong sạch là điều tốt nhất cho những người còn sống.

Chúng ta hãy dẹp cái trò lừa đảo để lại nhục thân và xá lợi là tu chứng Thiên, chứng Thánh, đó là vọng ngữ, là nói láo. Đạo Phật không chấp nhận những điều mê tín, lừa đảo này.

Tóm lại, chúng ta nên đọc một đoạn kinh Du Hành trong Trường A Hàm tập 1 trang 240 để biết rõ trong lúc trà tỳ đức Phật có nhiều xá lợi như vậy là nhờ dập tắt lửa để lấy những mảnh xương vụn cháy chưa hết để chia nhau xây tháp, chứ không phải do kết tinh tu thiên: *“Dân chúng Mạt La bảo nhau: “Ngọn lửa cháy mạnh quá khó dập tắt e cháy tiêu hết xá lợi! Chúng ta phải lấy nước ở đâu để tưới? Lúc đó có một vị Thần Ta La đang hầu một bên, dùng thần lực làm tắt ngọn lửa”*. Đoạn kinh trên xác minh xá lợi của đức Phật không phải do kết tinh của thiên định.

Đến đây chúng tôi xin nhường lại những ý kiến chân chánh của quý Phật tử và quý vị tư duy như thế nào, đừng để kẻ khác lừa đảo chúng ta nữa.

CÚNG DƯỜNG ĐÚNG CHÁNH PHÁP

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Từ khi đọc bài của Thầy dạy rằng: “cúng dường một đồng cho các thầy tu phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới, dùng miệng lưỡi lý luận mơ hồ trừu tượng gây mê tín và thần thông, lừa chú lừa đảo người còn nhẹ tội hơn là một người cúng dường một tỷ đồng”. Nhất là nhớ đến đạo đức nhân quả thì chị Nghiêm không dám cúng dường hàng tháng cho các tu viện nữa. Trước đó anh chị có hứa hàng tháng bảo trợ cho các tăng ni Tây Tạng tu học. Bây giờ chị ấy ngưng vì sợ tạo thêm tội. Anh em chúng con có người cho rằng: “các tu sĩ Tây Tạng đâu có lỗi gì. Họ chẳng may tu phải một pháp môn không phải của đức Phật. HT Thanh Từ bảo rằng cúng dường cho người tu là gieo duyên, cho họ mắc nợ mình để kiếp sau còn gặp nhau để họ dạy dỗ, nhắc nhở mình tu hành. Xin Thầy chỉ dạy cho chúng con.

Đáp: Những người dùng tôn giáo và tà pháp dạy những điều mê tín, phi đạo đức, tạo ra những điều kỳ lạ quyến rũ những người nhẹ dạ để đem tiền bạc hoặc thực phẩm cúng dường cho những người đó ăn không ngồi rồi mà chẳng làm ích lợi gì cho ai cả. Khi đã học xong họ lại còn đem những sở học tà giáo ngoại đạo ra phổ biến rộng khắp dạy mọi người làm những điều mơ hồ, trừu tượng không chân chánh “Tiền mất tật mang”, không có nghĩa lý và đạo đức gì cho cuộc sống làm người.

Chúng ta đã biết pháp của họ là những pháp mê tín, trừu tượng, ảo giác, lừa đảo lường gạt thiên hạ mà cứ đem tiền bạc cúng dường cho những người đó ăn thì chúng ta tự xét lại mình có phải mình là người khờ dại hay là người thông minh? Cúng dường như vậy có được phước báo gì? Đức Phật dạy: “cúng dường không đúng chánh pháp như đem hạt giống tốt gieo trên đất chai xấu, chẳng có phước báo mà còn tổn phước”. Tại sao vậy? Vì giúp người làm ác.

Cúng dường gieo duyên như Hòa Thượng Thanh Từ bảo là cúng dường đúng chánh pháp, nhờ cúng dường đúng chánh pháp mà chúng ta gặp được chánh pháp, còn cúng dường cho tà pháp thì đời đời sẽ gặp tà pháp, mà gặp tà pháp thì làm sao chúng ta sống có đạo đức làm người làm Thánh và làm sao tu hành được giải thoát sanh tử luân hồi thì kiếp kiếp đời đời chúng ta sẽ thọ khổ vô lượng vô biên biết chừng nào cho chấm dứt.

Vả lại, cúng dường cho những người tu theo tà pháp mê tín phi đạo đức, là nói giáo cho kẻ khác diệt nền đạo đức của Phật giáo. Bằng chứng là quý phật tử từ xưa đến giờ đã bị kinh sách phát triển dẫn dắt mà quý vị không biết nên cúng dường, do đó chúng duy trì và phát triển, nên diệt sạch Phật giáo, khiến cho loài người 25 thế kỷ nay đã đánh mất nền đạo đức nhân bản - nhân quả làm người tuyệt vời. Bây giờ khắp trên thế giới con người sống bất an thường xâu xé chà đạp lên nhau vì cuộc sống, cho nên chiến tranh thế giới không lúc nào yên, lần lượt con người sẽ thoái hóa trở thành những loài thú dữ và còn tệ hơn là trở thành ác quỷ. Bởi vậy, cúng dường không đúng chánh pháp tức là cúng dường cho tà pháp, cúng dường tà pháp là quý vị có tội, tội là vì xã hội con người không có đạo đức nên cuộc sống bất an, cuộc sống bất an thì quý vị cũng đang sống trong cảnh bất an đó.

Quý vị cứ suy ngẫm lại xem, từ lâu con người không theo tôn giáo này thì lại theo tôn giáo khác, không theo triết học này thì cũng theo triết lý khác, các tôn giáo dạy người cầu khẩn cúng tế cầu cho quốc thái dân an, thế giới hoà bình bằng cách này hoặc bằng cách khác, nhưng chúng ta có thấy quốc thái dân an bao giờ chưa? Có thấy thế giới hoà bình không chiến tranh chưa? Hay phải muốn quốc thái dân an thì phải bằng sức lực của con người và thế giới muốn có hoà bình thì cũng phải bằng sức lực của con người chứ không có một đấng siêu hình nào của các tôn giáo mà đem lại sự hoà bình cho loài người được. Do đó, bằng những hình thức cầu khẩn, cúng tế lạy cầu hoặc tam bộ nhất bái để cầu quốc thái dân an và hoà bình thế giới thì đó là một kiểu lừa đảo lường gạt thiên hạ. Vậy mà chúng ta đem tiền của cúng dường cho những hạng người này là làm một việc làm phi đạo đức, nghĩa là không có phước báo mà còn có tội đối với loài người, nhờ chúng ta cúng dường mà những người lừa đảo mới tiếp tục sống lừa đảo, còn nếu chúng ta không cúng dường thì chúng không thể sống lừa đảo được buộc chúng phải sống lương thiện làm bằng mồ hôi nước mắt của mình làm ra để mà sống như chúng ta vậy.

Ví dụ: Mọi người đều biết pháp môn của kinh sách phát triển là pháp môn lừa đảo thì không ai còn cúng dường thì mấy ông thầy của kinh sách phát triển không còn nói láo được nữa và nhờ đó các ông sống trở lại đời sống lương thiện đời sống không làm khổ mình, khổ người.

Đức Phật dạy: **“Cúng dường đúng chánh pháp, là cúng dường cho cá nhân thanh tịnh và tập thể thanh tịnh”**. Cá nhân thanh tịnh và tập thể thanh tịnh như thế nào?

Cá nhân thanh tịnh và tập thể thanh tịnh là cá nhân và tập thể phải sống đúng giới luật. Người sống đúng giới luật có nói láo không? Quý phật tử hãy nhìn lại

quý thầy của kinh sách phát triển và các Thiền Sư Trung Hoa có sống đúng giới luật chưa? Có nhập định làm chủ sự sống chết được chưa? Có hết tham sân, si chưa? Nếu chưa sống đúng giới luật, chưa làm chủ sự sống chết, chưa hết tham, sân, si thì quý Thầy đó thuyết giảng dạy người khác tu là nói sai, có đúng không? Mình tu chưa được mà dạy người khác tu là những người đó có xạo không? Mà người xạo, người nói láo thì có nên cúng dường không?

Vì thế cúng dường cho người lừa đảo, người nói láo là mình có tội thêm và tội rất lớn, do thế cúng dường một đồng ít tội hơn người cúng một tỷ đồng là vậy.

Hòa Thượng Thanh Từ bảo rằng: “Cúng dường cho những người tu chân chánh là gieo duyên, cho họ mắc nợ mình để kiếp sau còn gặp nhau để họ dạy dỗ, nhắc nhở mình tu hành”. Lời dạy này của Hòa Thượng rất đúng, đúng là đúng với chánh Pháp của đức Phật, vì pháp của đức Phật là đạo đức làm người không làm khổ mình, khổ người, còn như chúng ta đã biết Thiền, Mật, Tịnh là tà pháp ngoại đạo thường dạy người mê tín, phi đạo đức, phi nhân quả và có những điều dạy rất mơ hồ, trừu tượng chỉ hiểu bằng tưởng tri. Nếu chúng ta thường đem tứ sự cúng dường cho những bậc thầy này để họ mắc nợ chúng ta, để kiếp sau còn gặp nhau để họ dạy dỗ nhắc nhở mình tu hành những điều mê tín, phi đạo đức, thì chúng ta có nên cúng dường gieo duyên với những người này hay không? Gieo duyên với họ đã tốn tiền của và công sức, nhưng cuối cùng được những gì? Hãy nhìn các bậc Thầy Tổ của chúng ta họ giải thoát được những gì hay chỉ lừa đảo chúng ta mà thôi.

Tóm lại, quý phật tử phải sáng suốt trong lúc cúng dường hay bố thí, phải chọn cho đúng đối tượng, bậc tu hành giới luật phải nghiêm túc và người được bố thí thật sự phải trong cảnh khổ.

--o0o--

MUỐN NHẬP ĐỊNH THÌ PHẢI SIÊNG NĂNG LỄ PHẬT

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Thầy Chơn Quang bảo rằng ngồi thiền mà còn nhiều vọng tưởng là còn thiếu phước, phải chịu khó siêng năng lễ Phật, một thời gian sau sẽ nhập định dễ dàng hơn. Chúng con nhớ lời Thầy dạy: “ly dục ly bất thiện pháp, diệt ngã xả tâm quét sạch ngũ triền cái và dứt bỏ thất kiết sử thì tâm được thanh tịnh và tâm nhập Vô Tướng Tâm Định (Bất động Tâm Định)”.

Chúng con tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác và Định Vô Lậu thì thấy vọng tưởng thưa dần. Như vậy có đúng không? Xin Thầy chỉ dạy.

Đáp: Có người bảo rằng: “Ngồi thiền mà còn nhiều vọng tưởng là còn thiếu phước, nên phải chịu khó siêng năng lễ Phật, một thời gian sau sẽ nhập định dễ dàng hơn”. Lời dạy này chúng ta thấy rất mơ hồ, chỉ tưởng giải theo chữ nghĩa của câu kinh: “*Năng lễ sở lễ tánh không tịch*”, đây là một câu kinh của kinh sách phát triển do tưởng tri của các Tổ viết ra để lừa đảo con người, để dựng lên tánh không mà Thiền Tông đã lấy đó làm Phật tánh. Kinh sách phát triển đã là sai, mà người lấy câu kinh này tưởng ra thì lại còn sai hơn là chỗ vọng tưởng và phước báo.

Chữ phước ở đây là phước vô lậu hay phước hữu lậu, không xác định rõ. Nếu bảo rằng có phước hữu lậu thì nhập định dễ dàng, nếu vậy thì những nhà giàu có, vua, quan v.v.. đều là những người nhập định dễ dàng. Vậy họ có hết vọng tưởng không và có nhập định dễ dàng không? Lý này không thể có được. Còn nếu bảo rằng phước vô lậu do siêng năng lễ Phật mà có thì điều này là vọng ngữ sống trong tưởng tri mà nói ra. Đức Phật dạy phước vô lậu là do “*ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện*” sanh thiện tăng trưởng thiện không phải là phước vô lậu sao? Đức Phật đâu có dạy lễ Phật mà có phước vô lậu, cho nên đức Phật dạy rõ ràng không có mơ hồ, trừu tượng như nhà học giả này. Còn bảo rằng lễ Phật sau một thời gian nhập định dễ dàng thì các người tu theo Tịnh Độ Tông là những người siêng năng lễ Phật nhất thế gian mà họ có hết vọng tưởng và nhập định được đâu.

Ở đây chúng ta nên phân biệt phước hữu lậu và phước vô lậu tu như thế nào để có được hai loại phước này?

Người biết cúng dường bố thí đúng chánh pháp, tức là đem của cải tài sản bố thí cho người bất hạnh trong xã hội, nhưng những người này không có tham lam, trộm cắp, cướp của, giết người thì mới có phước hữu lậu, còn ngược lại thì chẳng được phước gì cả, nhiều khi còn phải thọ khổ, cho nên có nhiều người làm từ thiện mà trong nhà không thiện chút nào.

Đem cơm, thực phẩm, y áo, giường nằm và thuốc thang dâng lên cúng dường cho những bậc chân tu giới luật đức hạnh thanh tịnh, thiền định sâu mầu thì được phước hữu lậu bằng ngược lại phi công đức nghĩa là cúng dường cho những người phá giới phạm giới thì không được phước mà còn có tội thêm.

Chúng tôi chưa từng thấy trong Kinh Nguyên Thủy đức Phật dạy siêng năng lễ Phật sẽ nhập định dễ dàng bao giờ. Bởi vậy người sau thường hay dựng lên những sự tưởng tượng trong khi mình chưa thực hiện được những điều mình dựng lên mà dám dạy người, may mà sự lễ Phật không có tai hại chứ còn nhiều thứ khác rất tai hại như thiền Đông Độ và thiền Minh Sát Tuệ ức chế tâm nhất là

tham công án, khiến cho hành giả tu căng mặt, tức ngực, căng thần kinh, đau đầu, v.v..

Người dạy nhập thiền định kiểu này là người chưa bao giờ biết thiền định, chỉ dựa theo kinh sách phát triển dạy ức chế tâm, khi nào tâm hết vọng tưởng là nhập định, dạy kiểu này là dạy thiền điên, đức Phật dạy: *“Tịnh chỉ ngôn ngữ nhập Sơ Thiền, tịnh chỉ tâm tứ nhập Nhị Thiền, ly hỷ tưởng nhập Tam Thiền, tịnh chỉ hơi thở nhập Tứ Thiền, hoặc ly dục ly ác pháp hoặc tâm không phóng dật nhập Sơ Thiền”*, chứ đức Phật đâu có dạy hết vọng tưởng là nhập định.

Đây là một loại thiền định mới của những nhà học giả đẻ ra trong thế kỷ thứ 21.

Lễ Phật để chư Phật gia hộ cho hết vọng tưởng, nhập định dễ dàng mà đời sống ăn uống phi thời chạy theo danh lợi tham tiền, tham bạc, tham xe cộ chùa to Phật lớn, v.v.. thì dù có lễ mòn đầu gối cũng chẳng hết vọng tưởng. Còn các con tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác Định và Định Vô Lậu để ly dục ly ác pháp diệt ngã xả tâm... Thấy vọng tưởng thừa dần là tu đúng cách.

Mục đích ở đây tu hành là để tâm thanh tịnh (không tham, sân, si) chứ không phải diệt vọng tưởng mà vọng tưởng thừa dần là triệu chứng tâm ít phóng dật.

--o0o--

RÈN LUYỆN NGHỊ LỰC, BỀN CHÍ, KIÊN NHẪN

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Chúng con theo thời khóa tu tập mà Thầy chỉ dạy trong ĐVXP VIII, nhưng thay vì thức dậy từ 2 giờ sáng, chúng con thức dậy lúc ba giờ, có khi làm biếng dậy lúc 3h30, hoặc 4 giờ (thật xấu hổ, ham ngủ mà đòi tu thiền và mong được giải thoát!). Thay vì ngồi kiết già thở 5 hơi thở rồi đứng dậy đi kinh hành, chúng con làm biếng (trong lòng thì nghĩ rằng 5 hơi thở quá dễ, đứng lên ngồi xuống hoài mỗi giờ quá) tụi con ngồi thở vài chục hơi mới đứng dậy kinh hành. Chúng con tu tập như thế có được không?

Đáp: Hành giả tu hành phải theo đặc tướng của mình, cho nên thời khóa của người này thì không nên áp dụng cho người kia. Vì thế đức Phật dạy khi tu hành phải thiện xảo, phải khéo léo trong sự tu tập cũng giống như người lên dây đàn, căng dây quá thì không đúng âm, chùng quá thì không thành âm, chỉ có căng dây vừa thì phát âm đúng. Người mới tu tập thì phải tu tập thọ Bát Quan Trai tức là tập sống như Phật để ly dục ly ác pháp. Ly dục ly ác pháp là để tập tâm không phóng dật, tập tâm không phóng dật có nhiều cách:

1. Tập sống đúng tám giới (Thầy có gửi băng cho các con tu tập thọ Bát Quan Trai Giới hãy nghe theo đó mà tu cho đúng).
2. Sống đơn giản.
3. Sống một mình.
4. Tập tỉnh thức đi hoặc ngồi.
5. Tập xả chướng ngại pháp.
6. Tập phá hôn trầm.

Dựa theo thời khóa tu tập trong tập 8 Đường Về Xứ Phật con nên sửa lại cho phù hợp với đặc tướng của mình.

Con không hiểu mục đích tu 5 hơi thở rồi đứng dậy đi kinh hành một vòng, đó là sự rèn luyện nghị lực, bền chí, kiên cường và sự tinh cần. Nếu người tu mà không có nghị lực, không có bền chí, không có kiên cường và không có tinh cần thì khó mà thành tựu con đường giải thoát của đạo Phật. Nó không phải dùng để ức chế vọng tưởng mà để phá tâm lười biếng. Nếu không tu tập 5 hơi thở cho quen như vậy thì sau này gặp hôn trầm thù miên rất khó phá, còn tu tập 5 hơi thở đi kinh hành một vòng đã thành thói quen thì hôn trầm thù miên đến dẹp rất dễ dàng. Đây là pháp hành để phá tâm si mê của các con, giúp các con tỉnh thức.

Đối với tâm tham, sân người ta không sợ, mà chỉ sợ tâm si, trạng thái của tâm si là hôn trầm, thù miên.

Ăn, ngủ, độc cư, ăn ngày một bữa người ta có thể ăn được, nhưng ngủ không phải dễ, mọi người đều bỏ cuộc tu hành do không phá được hôn trầm thù miên, còn nói đến độc cư thì chưa có ai làm được. Phá được tâm si để có tâm tỉnh thức đâu phải dễ, có tâm tỉnh thức mới sống độc cư được, còn tâm chưa tỉnh thức mà nói sống độc cư là người nói không thật.

Tỉnh thức trên hành động thân hoặc trên hành động hơi thở thì không khó chứ tỉnh thức trên các chướng ngại pháp thì khó khăn vô cùng, nếu không tập 5 hơi thở rồi đi kinh hành thì khó có tỉnh thức, cho nên phương pháp tu năm hơi thở đi kinh hành một vòng là một pháp môn rèn luyện nghị lực, bền chí, kiên cường và sự tinh cần đệ nhất.

Nghị lực giúp chúng ta vượt qua và diệt ác pháp trong tâm; tinh cần giúp chúng ta ngăn các ác pháp; bền chí, kiên cường giúp chúng ta gặp khó không lui.

Ví dụ: Khi một cơn sân nổi lên dữ dội, nếu không có nghị lực chúng ta không thể nào dập tắt cơn sân được tức là diệt ác pháp, còn nếu không có chịu khó tinh cần thì ác pháp sẽ xâm chiếm tâm ta và như vậy chúng ta phải chịu khổ đau,

cho nên tinh cần là pháp ngăn ác pháp và nghị lực là pháp diệt ác pháp đệ nhất như trên Thầy đã dạy.

Tóm lại 5 hơi thở đi kinh hành 1 vòng là một pháp môn căn bản sơ khởi cho người mới tu để rèn luyện thân tâm có một sức lực bền bỉ dẻo dai để tiến tu trên đường đạo mà không sợ chùng bước trước mọi sự khó khăn, gian khổ, v.v..

--o0o--

TƯỞNG TỨC

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Có lúc hơi thở sao quá nhẹ, tưởng chừng như nó không có tựa vào đâu cả, có lúc con lại cảm thấy làm biếng không muốn thở nữa, mặc dù biết ngưng thở là mình sẽ chết. Nhưng không biết tại sao con lại thích muốn ngưng thở. Xin Thầy chỉ dạy cho.

Đáp: “Hơi thở quá nhẹ tưởng chừng như không tựa vào đâu cả”, đó là con đã rơi vào trạng thái “tưởng tức”, hãy xả bỏ ngay liền, đứng dậy đi kinh hành vì tu như vậy là tu lạc đường. Hằng ngày cố gắng mà xem xét bốn chỗ “thân, thọ, tâm, pháp” (Tứ Niệm Xứ) có chướng ngại pháp hay không? Nếu không thì tâm con sẽ thanh thản, an lạc và vô sự. Tâm con nó rất tự nhiên định vào thân con mà không bị ức chế tập trung, nó định như thế nào?

Khi nó không phóng dật theo các pháp trần bên ngoài. Vậy nó đang biết cái gì? Nó đang biết hơi thở bình thường và hơi thở đó rất bình thường không có một chút gì thay đổi, vì nó không bị ức chế. Nếu hơi thở có thay đổi là do con gom tâm tập trung trong hơi thở, do gom tâm tập trung vào hơi thở nên con rơi vào tưởng tức, thành ra tu sai, các con tu tập nên lưu ý điều này.

Khi nào tâm không phóng dật là lúc bấy giờ tâm định trên hơi thở. Tâm định trên hơi thở tức là tâm không những chỉ biết hơi thở mà còn cảm nhận được toàn thân giống như đề mục Định Niệm Hơi Thở dạy: “Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô, cảm giác toàn thân tôi biết tôi thở ra”. Đó là tâm định trên thân. Tâm định trên thân tức là tâm đang quán thân như trong kinh Tứ Niệm Xứ đã dạy: “Trên thân quán thân để nhiếp phục tham ưu”. Khi tâm đang quán thân thì tâm không phóng dật. Tâm không phóng dật là chúng đạt chân lý. Vì thế đức Phật đã tuyên bố: “Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”. Người tu hành đến đây là xong mong quý vị lưu ý.

--o0o--

CHƯA ĐỦ DUYÊN XUẤT GIA

Thạch, Kim, Tú thưa hỏi

Hỏi: Kính bạch Thầy! Hoàn cảnh của con (Thạch) thật khó khăn, con muốn về VN tu tập, nhưng ai cũng can gián, cho rằng chưa chắc người ta để yên cho con tu. Bây giờ thì con hết mơ xuất gia ở TV Trúc Lâm, mặc dù con đã được HT Thanh Từ hứa khả. Con muốn tu theo pháp môn của Thầy, nhưng thức dậy lúc 2 giờ sáng thì con làm chưa được. Vội lại, như lời Thầy dạy, chưa xả tâm, chưa ly dục ly ác pháp mà đòi giải thoát luân hồi sanh tử là điều khó thực hiện. Con hiện không có bị gia duyên ràng buộc, liệu con tu theo Thầy và cô Út có được không? Hay là như một số người khuyên con, “ráng gieo duyên để kiếp sau tu sớm hơn thì được, bây giờ tu rất ráo chưa được đâu”. Xin Thầy từ bi chỉ dạy. Từ khi trở qua Mỹ, 3 tháng nay con tu tập theo pháp môn của Thầy. Nhưng không có ai nuôi cơm, không có chùa để ở. Chùa còn phải tìm cách thu hút Phật tử đến cúng dường, và tu hành không đúng pháp Phật. Cuối cùng con đành phải đi dạy học lại mà trong lòng rất tiếc những ngày tháng được thông dong, an lạc tu tập xả tâm, ly dục ly bất thiện pháp. Con đã nhận lời dạy ban đêm (kể từ ngày 19/6/2000), nên ban ngày và buổi công phu khuya con còn giữ được. Con nhớ lời Thầy dạy là: “người cư sĩ cũng có thể tu hành như người tu sĩ xuất gia”. Xin Thầy từ bi chỉ dạy cho con. Con định hè năm 2001 thì con về tu viện Chơn Như tu học một tháng. Từ nay đến đó con sẽ cố gắng chuẩn bị thân tâm để có theo kịp các huynh đệ bên nhà.

Đáp: Về vấn đề tu hành của con, con là người Việt Nam nên trở về quê cha, đất tổ để tu hành, làm sáng tỏ lại Phật Giáo Việt Nam, làm rạng rỡ Tổ Tiên nòi giống dân tộc Việt Nam, như những bậc chân tu Việt Nam dám ăn dám nói thẳng sự thật mà các con đã biết.

Ở đây con nên tự xét lòng con có quyết tìm tu giải thoát hay không? Nếu có thật lòng quyết tìm tu giải thoát và quyết tâm dựng lại một nền đạo đức nhân bản - nhân quả làm người của Phật giáo có lợi ích rất lớn cho loài người trên hành tinh này mà nó đã bị chìm mất từ lâu. Khi có quyết tâm như vậy thì ngàn sông cách núi không phải là một việc khó mà khó là ở chỗ lòng con chưa quyết tâm. Thầy chấp nhận những người quyết tìm tu giải thoát cho mình và làm lợi ích cho người, cho Phật giáo thì dù cho hoàn cảnh có khó khăn nào, có đến đâu Thầy cũng tìm mọi cách giúp cho người đó tu hành đến nơi đến chốn.

Đức Phật đã dạy: “Được thân người là khó, khó như con rùa mù tìm bọt cây giữa biển, nhưng gặp được chánh pháp còn khó hơn”. Lời dạy này con cứ suy ngẫm sẽ thấy rất đúng. Mất thân rồi khó tìm được thân con ạ! Gặp pháp tu

hành giải thoát cũng không phải dễ, nhưng con nên nhớ đạo đức nhân bản của đạo Phật không cho phép chúng ta làm khổ mình, khổ người nhất là những người thân thương của mình vì đó là duyên nghiệp nhân quả phải trả mà phải trả trong thiện pháp, trong đạo đức làm người, chứ không được làm khổ nhau trong ác pháp, làm khổ nhau trong ác pháp thì trả vay không bao giờ hết. Cho nên, chúng ta đi tu không có quyền làm khổ người, nhất là những người thân thương của mình trong gia đình.

Từ khi có đạo Phật xuất hiện trên đời này, đạo đức nhân bản làm người có mặt, thì sự cắt ái ly gia là một điều quan trọng, nhưng cắt ái ly gia như thế nào mà không làm khổ mình, khổ người thì mới được đức Phật chấp nhận. Nó thuộc về ái kiết sử.

Trong thất kiết sử, ái kiết sử là khó đoạn dứt nhất, dứt ngang thì nghiệp nhân quả không tròn. Khi vào chùa tu sống độc cư một mình thì mới thấy nghiệp nhân quả ái kiết sử là khó dứt, trốn nó thì dễ, dứt nó thì khó, *chỉ có làm hết bốn phạm đạo đức nhân quả thì ái kiết sử đoạn lìa*. Nhưng không phải vì có đó mà chúng ta không có đường tu, chính vì lý do đó mà đức Phật dạy chúng ta thọ Bát Quan Trai Giới và hằng ngày trong chiếc áo của người cư sĩ áp dụng đạo đức không làm khổ mình, khổ người, nếu chúng ta thành tựu đạo đức không làm khổ mình, khổ người thì chúng ta đã ly dục ly ác pháp và vì vậy mà ái kiết sử đã bị đoạn dứt.

Người ly dục, ly ác pháp là người có đầy đủ phước vô lậu nên khi tâm họ khởi muốn xuất gia tu hành thì mọi người thân thương trong gia đình đều hoan hỷ và tán thán ca ngợi hạnh xuất gia của họ, họ ra đi với lòng hân hoan của mọi người tiễn đưa một bậc Thánh nhân mà người trong gia đình ai cũng nhận thấy qua hành động đạo đức của người này đã từng sống với mọi người.

Với chiếc áo người cư sĩ, tu xả tâm không có gì khó đâu. Các đối tượng là chướng ngại pháp, nó đến với chúng ta đó là điều kiện để chúng ta diệt ngã xả tâm đẩy lui các chướng ngại pháp, như đức Phật đã dạy tu tập Định Vô Lậu, còn bình thường tâm không có ác pháp thì chúng ta nên nhớ rèn luyện pháp hướng tâm để cho tâm có một đạo lực, đạo lực ấy sẽ giúp chúng ta nhập các định sau này còn hiện giờ nó là pháp dẫn tâm chúng ta thường sống thanh thản, an lạc và vô sự.

Hiện giờ con đang sống bên Mỹ, đừng đến các chùa tu hành không đúng pháp đâu sẽ làm con mất thì giờ vô ích. Mỗi tháng con nên chọn một hoặc hai ngày thọ Bát Quan Trai tức là tập sống như đức Phật, ăn ngày một bữa, không nghe ca hát, không nằm giường cao rộng lớn, không trang điểm, sống độc cư trầm

lặng một mình, những hành động sống này là tập hạnh giải thoát.

Thời gian tu tập con thấy thích sống như vậy tức là trong một đời này con sẽ tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi, còn con không thấy thích thì kiếp này tu chưa xong.

Trong những ngày thọ Bát Quan Trai sống trầm lặng độc cư mà tâm con không phóng dật, tâm thường tự nhiên định trên hơi thở thì con hãy trở về Việt Nam lập tức gặp Thầy để Thầy trực tiếp hướng dẫn nhập các định và Tam Minh.

Trong hoàn cảnh nào mà người quyết tâm tu hành tìm sự giải thoát thì hoàn cảnh nào tu hành cũng tốt, có thì giờ rảnh lúc nào thì chúng ta tu ngay lúc ấy dù là một phút cũng đừng phí bỏ rất uổng.

“Tấc bóng thời gian một tấc vàng,

Tấc vàng tìm được không gì khó

Tấc bóng thời gian khó hỏi han”.

Các con đều đã lớn tuổi hết rồi, năm tháng còn lại quá ít, phải tinh cần ly dục, ly ác pháp, thường đẩy lui các chương ngại pháp trong tâm và đừng quên rèn luyện ***“pháp như lý tác ý”***. Một lần nữa Thầy xin nhắc lại: ***“các con đừng quên, thường nhắc tâm: “Tâm như cục đất phải lià tham, sân, si cho thật sạch”***. Đó là những điều cần thiết mà các con phải hằng tu tập rèn luyện từng phút từng giây, tự thắp đuốc lên mà đi thì ngay đó là Niết bàn của các con, các con đừng tìm đâu xa, đừng nghe lời lừa đảo của kẻ khác mà hãy tin tưởng, xưa kia đức Phật đã thành tựu cũng do pháp này, ngày nay trong sáu tháng Thầy cũng thành tựu nơi pháp ấy.

Từ lâu các con đã tu theo thiền theo kinh sách phát triển nó đã trở thành thói quen hãy cố mà bỏ xuống, tu tập lại 5 hơi thở đi kinh hành một vòng, nếu sức các con khỏe thì nên tu nhiều một chút, còn sức khỏe các con kém thì nên tu ít lại một chút, tu như thế nào mà cảm giác toàn thân tâm được thanh thản, an lạc chứ không phải tu mà làm khổ thân tâm của mình quá mệt nhọc thì đó là tu sai, tu mà còn làm khổ mình thì không đúng. Ví dụ: ngồi thiền hai chân đau quá mà cứ ráng ngồi chịu đau đó là tu sai.

Các con nên nhớ pháp của đức Phật không tu thì thôi mà đã chấp nhận tu là có thanh thản, an lạc, vô sự, nhẹ nhàng giải thoát ngay liền trong đời sống hiện tại, đó là một sự xác chứng cụ thể của đạo Phật ***“Pháp của Ta thiết thực không có thời gian đến để mà thấy...”***.

Sau cùng Thầy có lời thăm và chúc cả gia đình của các con được an vui mạnh khỏe, chúc các con tu tập xả tâm tốt.

Kính thư

--o0o--

TẬP II (BỘ MỚI)

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Con vừa nhận được tập 2 Đường Về Xứ Phật của Thầy nhuận lại và có bổ sung, con thắc mắc tại sao tập 2 này lại khác tập hai cũ. Như vậy học giả sẽ nghĩ gì về bộ sách này?

Đáp: Tập 2 Đường Về Xứ Phật vừa nhuận xong là nhuận lại trong tập 1 cũ, vì tập 1 cũ nhuận lại cho rõ ràng, dễ hiểu và có bổ sung thêm được đầy đủ hơn thì gần 1000 trang giấy, do đó Thầy chia ra làm ba tập, thay vì tập 2 đã được nhuận xong là tập A2 và kế nữa là tập A3 rồi mới đến tập 2 cũ.

Tập 2 và 3 cũ phần nhiều thuộc về giới luật, sau này tập 2 và 3 cũ sẽ được nhuận lại và đưa qua hệ thống giới luật thuộc về bộ Giới Đức Làm Thánh và bộ Giới Đức Làm Người.

Những tập Đường Về Xứ Phật cũ tập 1, 2, 3 được ra đời là dựa theo bảng giảng giáo án đường lối tu tập của Phật giáo, nên khi nhuận lại Thầy phải chỉnh đốn bộ sách cho được hoàn chỉnh rõ ràng và cụ thể để đời sau khi có người nghiên cứu không còn gặp những khó khăn nữa. Cho nên, tập 2 này không giống tập 2 cũ là vì lý do trên. Nhờ con khéo nhắc, Thầy đã cáo lỗi trong tập 2 mới.

--o0o--

CÔI TRỜI

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Trong tập 2 mới này ở trang 294, khi đức Phật chứng đạo Ngài quan sát thấy nghiệp lực của mẹ sanh lên cõi Trời và đến cõi Trời đó để dạy mẹ tu hành. Như vậy học giả sẽ nghĩ có sự mâu thuẫn ở đoạn sau Thầy giải thích không có cõi Trời và chư Thiên. Xin Thầy hoan hỷ giải cho con những thắc mắc này.

Đáp: Một lần nữa Thầy xác định và quả quyết thế giới siêu hình không có, mà chỉ có thế giới siêu hình tưởng. Đức Phật thể hiện vào thế giới tưởng để độ mẹ.

Thế giới tưởng của đức Phật chứ không phải thế giới tưởng của mẹ Ngài. Bởi vì đức Phật đã xác định 33 cõi trời là 33 cõi tưởng, mà cõi tưởng thì không ngoài con người còn sống mà có. Và như vậy cõi Trời tưởng của đức Phật chứ không có cõi Trời tưởng của mẹ Ngài vì mẹ Ngài đã chết thì thế giới tưởng của mẹ Ngài cũng không còn, mẹ Ngài chỉ còn là một trạng thái nghiệp thiện, trạng thái nghiệp thiện đó không tái sinh làm người được, chờ khi nào trạng thái nghiệp thiện đó hết duyên thì mới tái sinh làm người, trạng thái nghiệp thiện đó là một từ trường, nói một cách khác dễ hiểu hơn là một luồng khí, đây cũng chỉ là những ví dụ cho dễ hiểu chứ kỳ thật trí hữu hạn của chúng ta mà hiểu trạng thái của nghiệp thì chỉ có tưởng tri chứ không phải liễu tri.

Một người còn sống thì có ba thế giới: dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Sắc giới là cảnh hiện hữu của chúng ta đang sống, vô sắc giới là cảnh mộng trong giấc chiêm bao của chúng ta. Trong cõi sắc giới có dục giới, cũng như trong cõi vô sắc giới thì cũng có dục giới. Khi một người chết cõi dục giới, sắc giới và vô sắc giới đều đoạn diệt, chỉ còn nghiệp lực tương ưng nơi đâu thì tái sinh về đó. Vì thế, mà bảo rằng không có thế giới siêu hình khách quan mà chỉ có thế giới siêu hình chủ quan.

Đọc kinh sách Phật, phần nhiều người ta cảm thấy như đức Phật mâu thuẫn, lúc thì đức Phật nói có cõi Trời, lúc thì nói cõi Trời là cõi tưởng.

Đức Phật không mâu thuẫn, khi nói đến cõi Trời là Ngài nói đến cõi tưởng tức là cõi tưởng của Ngài, chứ chúng ta đừng hiểu có cõi tưởng bên ngoài Ngài.

Trong bài kinh Giáo Giới Nandaka dạy: *“- Thừa không vậy, Tôn giả. Vì sao vậy? Trước đây thừa Tôn giả, chúng con đã khéo thấy như chơn với chánh trí tuệ rằng: “Sáu thức thân này là vô thường”.*

“- Lành thay, lành thay, chư hiền tử! Chính phải là như vậy, là cái nhìn như chơn, với chánh trí tuệ của vị Thánh đệ tử. Ví như, chư Hiền tử, một ngọn đèn dầu được đốt cháy: dầu là vô thường, chịu sự biến hoại; ngọn lửa là vô thường, chịu sự biến hoại; ánh sáng là vô thường chịu sự biến hoại. Chư Hiền tử, nếu có ai nói rằng: “Ngọn đèn dầu này được đốt cháy; dầu là vô thường, chịu sự biến hoại; bắc là vô thường, chịu sự biến hoại; ngọn lửa là vô thường, chịu sự biến hoại nhưng ánh sáng ấy là thường còn, thường trú, thường hằng, không chịu sự biến hoại”; chư Hiền tử nói như vậy là có nói chơn chánh hay không?

- Thừa không vậy, Tôn giả. Vì sao vậy? Thừa Tôn giả ngọn đèn dầu này được đốt cháy; dầu là vô thường, chịu sự biến hoại; bắc cũng là vô thường chịu sự biến hoại; ngọn lửa cũng vô thường chịu sự biến hoại. Còn nói gì đến ánh sáng cũng là vô thường chịu sự biến hoại!”.

Cũng trong bài kinh này còn cho thêm một ví dụ khác nữa: “*Lành thay, lành thay, các Hiền tử! Chính phải là như vậy, là cái nhìn như chơn với chánh trí tuệ của vị Thánh đệ tử. Ví như, này các Hiền tử, có một cây to lớn đứng thẳng, có lõi cây cây vô thường chịu sự biến hoại, có rễ vô thường chịu sự biến hoại, với thân cây vô thường chịu sự biến hoại, với cành lá vô thường chịu sự biến hoại, với bóng cây vô thường chịu sự biến hoại. Nếu có người nói như sau: “Có cây lớn đứng thẳng, có lõi cây này, với rễ vô thường, chịu sự biến hoại, với thân cây vô thường chịu sự biến hoại, với cành cây lá vô thường, chịu sự biến hoại, nhưng bóng mát của cây ấy là thường còn, thường trú, thường hằng, không chịu sự biến hoại”, này các Hiền tử, người ấy có nói một cách chơn chánh không?*”

- *Thưa không, thưa Tôn giả. Vì sao vậy? Thưa Tôn giả, cây to lớn đứng thẳng có lõi cây này, có rễ vô thường, chịu sự biến hoại, có thân cây vô thường chịu sự biến hoại, có cành lá vô thường chịu sự biến hoại. Còn nói gì đến bóng mát, cũng là vô thường chịu sự biến hoại!*”.

Cho nên, thế giới siêu hình là thế giới tưởng, thế giới tưởng là thế giới bóng dáng của thế giới hiện hữu mà chúng ta đang sống. Vì thế khi chúng ta còn sống là thế giới ấy còn, chúng ta mất là thế giới ấy mất.

Hai đoạn kinh trên đức Phật đã xác định rõ ràng thế giới siêu hình không có, nhưng khi nghe Thầy nói đức Phật lên cõi Trời Đâu Xuất để dạy mẹ tu hành thì các con tưởng là có cõi Trời thật.

Không đâu, trong không gian chúng ta có 33 từ trường thiện (33 cõi Trời) muốn tương ứng với từ trường nào đó thì đức Phật nhập vào trạng thái từ trường đó ở tâm mình thì bắt gặp ngay liền từ trường thiện đó. Từ trường thiện đó không phải linh hồn của người chết. Xin đừng hiểu sai lệch, vì không có ngôn ngữ nên chúng tôi không thể giải thích mà chỉ tạm dùng danh từ “*TỪ TRƯỜNG*” chứ chưa được đúng lắm.

Thêm một lần nữa để chúng ta hiểu cho rõ, trong khoảng không gian trên hành tinh của chúng ta là một môi trường sống, có nhiều từ trường thiện và ác. Những từ trường ác theo nghiệp ác hợp thành thế giới khổ đau (sắc giới, dục giới và vô sắc giới), còn từ trường thiện theo nghiệp thiện nên không hợp thành thế giới được vì là một từ trường đơn điệu.

Muốn thành một cõi giới thì phải có một sự hợp thành, không có một sự hợp thành thì không có cõi giới.

Ví dụ: Một cái nhà không thể lấy một cây cột hoặc một tấm tôn mà cho là cái nhà được, cũng như một cái xe không thể lấy một cây cầm hay một cái đùm xe

mà bảo rằng là xe được.

Thế giới chúng ta đang sống mà đức Phật đã xác định là thế giới duyên hợp, do 12 nhân duyên hợp lại mà tạo thành thế giới này. Vì thế, một từ trường đơn điệu không thể tạo thành một thế giới được.

Sau này con có dịp đọc đạo đức nhân quả thì con sẽ rõ thế giới siêu hình cụ thể hơn.

--o0o--

HOÀI VỌNG

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Việc này con cũng như Thầy hoài vọng vào Thầy Minh Tông, Mật Hạnh và Thiện Thuận vì đã vào được Tam Thiên, nhưng nay nghe ra quý Thầy đã là số không, vậy chờ ai nữa cho mau hồi Thầy? Con lo quá! Không lẽ Thầy dạy cách hành rõ như vậy mà thời này không còn ai tu chứng để cùng Thầy tạo chỗ đứng cho chánh pháp càng sâu rộng ra sao?

Mỗi lần nhìn thấy một bậc gọi là Tỳ Kheo, Hòa Thượng mà cung cách sống không hạnh không đức con cảm thấy xót xa. Vì nghĩ rằng những người và vô số người theo họ, kính phục họ phải bất hạnh biết dường nào! Cũng như con từ khi quy Y Tam Bảo, trải qua 20 năm, con cũng đã làm đường lạc nẻo, lang thang từ vị Thầy này đến vị Thầy kia những tưởng là chánh pháp đây rồi, dừng chân được rồi. Nhưng sau đó học, đọc những bài pháp, những kinh, không phải cái “gì” sâu thẳm, nhiệm màu mà con tìm. Con luôn nghĩ còn có cái pháp nào đó sẽ chỉ cho con thấu suốt và làm chủ được cái tâm, chứ không phải nói chung chung và lập luận, triết lý nghe nhức cả đầu mà không có mùi vị giải thoát gì cả của những và vô số bài thuyết pháp mà con đã nghe.

Đáp: Từ ngày mở tu viện để tiếp độ người tu hành, cho đến nay nhìn lại chưa có người nào làm chủ sanh tử chấm dứt luân hồi, đó là một nỗi tư duy khắc khoải trong lòng của Thầy. Phật giáo ra đời chỉ sống có 100 năm và sau đó chúng tỳ kheo chạy theo dục lạc danh lợi, sanh ra kiến chấp rồi phân hóa giáo đoàn thành nhiều bộ phái, lợi dụng điều này Bà La Môn giáo biến Phật giáo chân chánh thành tà giáo ngoại đạo.

Thầy là người chịu khổ đau nhất trong cuộc đời tu hành của mình, là nạn nhân của các tà giáo ngoại đạo này, nỗi lòng khắc khoải của Thầy từ khi tu hành xong cố hết mình tìm mọi cách để đào tạo những người tu hành được như Thầy,

ngõ hầu thấp sáng lại Phật giáo khiến cho người người đều được lợi ích trong cuộc sống trên hành tinh này. Khi đọc bức thư của con, Thầy cảm thông được nỗi lo lắng ưu tư của con như chia sẻ nỗi lòng của Thầy. Nếu Phật giáo không được chấn hưng trở lại thì những người buôn Phật bán pháp có cơ hội phát triển và nhiều thủ đoạn lừa đảo lường gạt tín đồ Phật giáo, trong khi tín đồ Phật giáo làm sao biết được đâu là chánh pháp và đâu là tà pháp.

Nếu Phật giáo chấn hưng được thì người ta phân biệt Phật giáo và ngoại đạo rất dễ dàng:

1. Phật giáo đòi sống ly dục ly ác pháp.
2. Ngoại đạo đòi sống không ly dục ly ác pháp.

Cho nên, kinh sách phát triển triển khai phi giới luật nên dễ phát triển theo sự sống trong dục lạc, nên tu sĩ ưa thích hơn còn Nguyên Thủy sống khó phát triển vì theo hướng giới luật ly dục ly ác pháp.

Minh Tông, Mật Hạnh, Thiện Thuận v.v.. tuy có công tu tập, nhưng đời chưa bỏ hẳn được, chưa đoạn dứt lòng ham muốn, chưa ly dục ly ác pháp trọn vẹn, vì thế làm sao nhập sâu vào thiền định và thực hiện Tam Minh được, Thầy rất tiếc cho họ, số phận của họ chỉ là những người còn nặng nghiệp nhân quả chưa chuyển được, dù muốn cho họ cao hơn nhưng họ phải tự lực xả bỏ đời thường tình thế gian thì mới tiếp nhận một cuộc sống cao thượng được. Thầy cũng đành chịu thôi, nhìn số phận nghiệp báo của những người đệ tử của mình mà lòng bồi hồi thương tiếc cho những tâm hồn lạc lõng đang hướng về ngõ cụt của cuộc đời và xót xa cho loài người trên hành tinh này còn kém phước nên Phật giáo không có người đủ tài đức đảm đương việc lợi ích lớn, nhưng dù sao, tuy có chậm, Thầy là người đã thực hiện được chánh pháp của đức Phật thì những lời Thầy dạy sẽ có những bậc vĩ đại tiếp nối, nhưng tuyên bố trước là đem tai hại cho những người này, vì tà giáo quá lớn nó sẽ diệt mất những mầm non của Phật giáo.

Các con mỗi người khi nhận ra chánh pháp của đức Phật thì các con hãy ráng mà cứu mình, hãy tự thấp đuốc lên mà đi, không ai đi thế con đường ấy cho các con được.

Chánh pháp là như thế, hãy tin vào mình mà đừng tin vào người khác, hãy thấp đuốc lên mà đi cho mình và chính mình làm sáng tỏ lại Phật giáo, đừng hy vọng vào người khác mà hãy hy vọng vào chính mình các con ạ!

--oOo--

NGUYỆN ƯỚC

Câu hỏi của Diệu Tâm

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

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

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

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

Con đủ duyên vì gặp được chánh pháp của Phật, nhưng duyên chưa tới là vì Thầy chưa có một Cấp Cô Độc cúng dường cơ sở cho chúng tỳ kheo tu tập để sống đúng Thánh hạnh.

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

Chỗ Thầy đang ở là cơ sở của Đại Thừa và Thiên Đông Độ, không phải là cơ sở chúng Thánh tăng ở, trong cơ sở này Thầy đã chuyển hóa rất nhiều, loại trừ những cúng bái tụng niệm, mê tín chỉ còn chưa tổ chức cách thức về ăn uống cho trọn vẹn, ăn uống ở đây còn giống Đại Thừa (nấu ăn) mà hạnh về ăn uống

của đạo Phật rất là quan trọng vì nó là nuôi chánh mạng cho các tu sĩ, nếu không tổ chức khâu này thì đương nhiên sống theo kiểu Đại Thừa là nuôi tà mạng, mà nuôi tà mạng thì tu sĩ không bao giờ ly dục ly ác pháp được, nếu không ly dục ly ác pháp thì tu sĩ không bao giờ nhập chánh định được.

Vì thế, con có duyên với Chánh Pháp mà duyên tu chưa tới, nếu có cơ sở sống đúng phạm hạnh Thầy hướng dẫn tu tập, đừng tu sai lời dạy của Thầy thì quyết định trong một đời này con sẽ thực hiện được nguyện ước xuất gia tu hành, chấm dứt sanh tử luân hồi. Cháu Nhựt cũng vậy, chỉ trong một đời này mà thôi. Con và cháu Nhựt đều có đủ duyên với chánh pháp nên đã gặp Thầy và có lòng tin những gì Thầy dạy, nhưng duyên chưa tới nên cháu Nhựt và con vẫn còn trôi lăn trong việc kinh doanh.

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

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

Kính thư

--o0o--

XIN THỈNH KINH

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy cho con Đường Về Xứ Phật tập 4, 5, 7, 9, 10.

Đáp: Tập 4, 5, 7, 9, 10 khi nào nhuận xong Thầy sẽ gửi đến con. Hiện giờ Thầy đang nhuận lại tập 3, tập 7 và sắp cho in tập 9.

Muốn cho bộ sách có một giá trị về các pháp hành của Phật giáo cụ thể và thiết thực thì sự nhuận lại là một điều hết sức quan trọng không thể thiếu được. Trước kia Thầy nghĩ rằng chỉ cần giảng dạy sao cho người nghe hiểu và tu tập được mà thôi, nhưng sau khi đã viết thành sách, nếu không cẩn thận chỉ dùng sai “từ” là đã giết người không những một thế hệ mà nhiều thế hệ. Tuy tuổi già sức yếu Thầy làm việc 22 trên 24 giờ, trừ ra lúc nào quá mệt thì phải nghỉ ngơi phục hồi sức khỏe để rồi tiếp tục làm việc nữa vì Thầy cảm thấy bồn phận và

trách nhiệm của mình quá lớn đối với mọi người và tiền đồ của Phật giáo.

Sách chưa thể cho ra đời mà lại muốn cho ra đời thì phải làm hết bốn phận và sức lực của mình. Không thể xem đời sống của con người như cỏ rác được, khi cầm cây bút viết nhất là viết sách về đạo đức thì phải thấy trách nhiệm, những gì mình đã tu được thì mới dám nói, còn tu chưa được mà nói ra là giết người.

Viết một cuốn sách là trái lòng thương yêu chân thật của mình trên đó đối với mọi người. Nếu một người viết sách vì mọi nhu cầu khác thì ở đây Thầy xin không dám bàn. Đối với Thầy viết sách là đem lòng yêu thương đến với mọi người, muốn cho mọi người đều cũng thương yêu nhau, đừng làm khổ cho nhau.

--o0o--

TU SAO LÂU QUÁ

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: *Cô Út tu thời còn đức Phật, đến nay vẫn chưa xong, sao lâu thừa Thầy?*

Đáp: Không những riêng cô Út mà còn biết bao nhiêu người khác chưa xong. Số đệ tử của đức Phật rất đông kể cả cư sĩ và tu sĩ, chỉ riêng tu sĩ là 1250 vị tỳ kheo còn cư sĩ thì vô số kể mà thành tựu thì chẳng có là bao nhiêu.

Thời gian 2544 năm mà được thân người trở lại là một sự may mắn nhất và còn nhớ lại chánh pháp của đức Phật là một điều hy hữu.

Biết bao nhiêu người trước kia đã từng theo tu học với đức Phật mà hiện giờ là hòa thượng, thượng tọa, đại đức tăng, ni và vô số cư sĩ học giả từng biên soạn viết kinh sách thế mà chẳng nhớ đúng được chánh pháp của đức Phật trong khi kinh sách Nguyên Thủy họ nghiên cứu rất kỹ, còn cô Út thì không học kinh sách một chữ nào mà tu tập và thực hành đúng chánh pháp, còn Thầy thì phải lặn hụp trong giáo pháp của kinh sách phát triển trên 30 năm rồi mới trở về đúng chánh pháp của Phật.

Nếu đời nay cô chỉ biết giúp người tu mà không lo cứu mình thì cũng còn trôi lăn biết bao nhiêu đời nữa mới xong.

--o0o--

CHẤM HUNG PHẬT PHÁP

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xưa đức Phật thường quan sát chúng sanh nào đủ duyên để độ, nay sao Thầy không làm thế để cho chánh pháp của Phật được chấn hưng nhanh? Còn như quý vị đệ tử của Thầy như thầy Minh Tông từng sống gần bên Thầy 3 năm, đáng lẽ phải biết Thầy nhiều và tin Thầy hơn. Sao lại còn cho Thầy bịa lý “tịnh chỉ hơi thở”.

Đáp: Khi tu xong, Thầy đã quan sát chúng sanh thấy không có duyên, nên xin Hòa Thượng nhập diệt, Hòa Thượng không chấp nhận yêu cầu Thầy ở lại giúp Hòa Thượng, cho nên Thầy ở lại chỉ có trợ giúp cho Hòa Thượng để lòi họ về với chánh pháp của đức Phật, nhưng duyên chúng sanh quá mỏng đối với chánh pháp nên khó tạo cho họ có niềm tin, còn bây giờ là Thầy tạo duyên mới để chúng sanh biết được chánh pháp của đức Phật.

Từ 8, 9 năm nay Thầy nhận người vào tu là nhận theo cách miễn cưỡng, chứ Thầy đã biết rằng họ không tu được vì họ mang đầy những kiến chấp và những thói quen tu tập sai nhiều đời, chỉ riêng có Mật Hạnh kiến chấp và tu sai pháp thì không có nhưng nghiệp đời còn nặng. Mật Hạnh giống như Tỳ Kheo Citta trong thời đức Phật ba lần hoàn tục và cuối cùng chứng quả A La Hán.

May mà Thầy dạy những gì trong kinh sách của Phật đều có dạy, chứ nếu Thầy dạy ngoài kinh sách theo kinh nghiệm bản thân tu tập của mình thì chắc chắn không bao giờ ai tin Thầy, dạy đúng trong kinh như vậy mà Minh Tông còn nói Thầy bịa. Khi tu hành có được chút ít kiến giải, có những thần thông tưởng rồi tự cho mình là hơn Thầy, con người thời nay là vậy. Họ tu hành không lấy sự giải thoát thân tâm, mà lấy thần thông và kiến giải cho là cứu cánh. Đó là cách thức đi ngược lại với Phật giáo, đi ngược lại với Thầy để rồi sau này sẽ có những sự hối tiếc.

Minh Tông có trình độ học thức trên đại học, ham tu, tu theo Mật Tông, Tịnh Độ Tông, có nghiên cứu kinh sách Phật nhưng không nắm được yếu chỉ của đạo Phật vì bị ảnh hưởng kinh sách phát triển.

Khi gần Thầy còn mang bản ngã rất lớn cho mình có học cao nên không nghe lời Thầy dạy xả tâm cứ tu ức chế tâm cho hết vọng tưởng nghe nói tịnh chỉ âm thanh và tịnh chỉ hơi thở thì cứ dùng pháp hướng tâm để tịnh chỉ âm thanh và hơi thở cho đạt được. Do tu sai ức chế tâm nên rơi vào tưởng pháp, đưa ra nhiều tưởng giải, Thầy dùng lý chánh pháp của đức Phật bác sạch những tư tưởng của Minh Tông, không ngờ Minh Tông quá cố chấp những tưởng giải của mình nên mới nói Thầy bịa đặt “tịnh chỉ hơi thở và không chấp nhận hạnh độc cư”, thách thức với Thầy trong thời gian ngắn Minh Tông sẽ chứng đạo bằng một lộ trình khác và thực hiện thần thông cho Thầy xem, nào ngờ con đường khác của Minh

Tông dẫn Minh Tông đi đến thổ huyết một cách kinh khủng.

Khi bị ra huyết như vậy phải đi bác sĩ trị bệnh một thời gian khá lâu. Do không tin Phật pháp có lời phỉ báng chánh pháp của Phật, nên phải trả một quả nữa, sau khi được con bảo lãnh ra nước ngoài thì lại té thang lều gần như muốn chết. Thật đáng thương!

Bởi Phật pháp là một chân lý của loài người, khi tu hành chưa chứng đạo, thì đừng nên ăn nói một cách bừa bãi làm lộn xộn nghĩa lý của Phật thì phải chịu quả báo trong hiện kiếp, không thể nào tránh khỏi. Trên đây là một cụ thể rõ ràng qua gương nói sai nghĩa lý Phật pháp mà thọ quả báo như vậy. Xin quý vị lưu ý cảnh giác, khi tu hành chưa tới nơi, tới chốn thì nên im lặng như Thánh.

--o0o--

DỪNG THẦN THÔNG ĐỘ CHÚNG SANH

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Thầy không dùng thần thông để độ Minh Tông và Mật Hạnh, để ủng hộ công lao tu hành mà không đến đích, để giúp Thầy chấn hưng Phật pháp.

Đáp: Có chứ, Thầy đã thể hiện thần thông giáo hóa vào mùa hạ năm 1995, ngồi suốt 15 ngày đêm không ăn uống, tịnh chỉ hơi thở hoàn toàn và cuối năm 1999, sau khi làm việc quá sức bệnh phổi Thầy tái phát, vi trùng phổi đề kháng thuốc nên uống và chích thuốc không thuyên giảm, bác sĩ và Phật tử khuyên Thầy nên đi nằm bệnh viện, mỗi lần ho đều khạc ra máu. Thầy xác định với Phật tử: **“Đã là một người tu thì không chấp nhận nằm bệnh viện phải làm chủ bệnh tật như thế nào để mọi người trực tiếp nhìn thấy sự làm chủ đó qua Phật pháp mâu nhiệm”**. Thầy vào thất và xin cô Út mỗi bữa ăn ngọc cho Thầy thêm một ly nước cam tươi, nếu không có thì cho Thầy một ly sữa, suốt 15 ngày Thầy dùng tâm lực của mình để hồi phục cơ thể, lúc bây giờ Minh Tông cũng đã chứng kiến điều này.

Về thần thông có ba loại:

1. Thần thông giáo hóa
2. Thần thông ký thuyết.
3. Thần thông biến hóa.

Những thần thông mà Thầy vừa thể hiện ở trên là thần thông giáo hóa, vì thần thông này có lợi ích rất lớn cho người tu tập như con đã thấy:

1. Để chứng minh Thầy nhập mười lăm ngày thử không ăn uống hơi thở hoàn toàn tịnh chỉ mà không chết, đó là sự lợi ích làm chủ được sự sống chết.
2. Bệnh lao phổi vi trùng đề kháng thuốc thì bác sĩ cũng phải chết, huống chi là một người như Thầy, thế mà dùng tâm lực trị bệnh chỉ có 15 ngày mà cơ thể từ 35 ký tăng lên 44 ký và chỉ trong 12 tiếng đồng hồ không còn khạc ra máu nữa.

Đức Phật đã không chấp nhận hai loại thần thông, đó là thần thông ký thuyết và thần thông biến hóa. Hai loại thần thông này là thần thông huyền hóa lừa đảo người chỉ làm trò hý luận cho người giải trí, do đó Thầy chẳng bao giờ dùng nó để lừa đảo ai cả mặc dù Thầy đủ khả năng sử dụng, nhưng không thể sử dụng hai loại thần thông này để gieo vào lòng đệ tử của mình sự ham muốn.

Người tu hành theo đạo Phật chỉ có lòng ham muốn duy nhất là ham muốn làm chủ bốn sự đau khổ của kiếp làm người: sanh, già, bệnh, chết.

Khi Minh Tông đến xin Thầy tu thì Minh Tông đã trèo lên tảng đá rất cao trước tổ đường để biểu diễn thiên định của mình, thấy bản ngã của Minh Tông quá lộ liễu, và khi được vào tu hành thì nhắm vào thần thông chứ không phải đi tìm sự thoát khổ, nên Thầy đã thử thách cho ngồi trên vết thương rướm máu hơn sáu tháng trời, thế mà bản ngã cũng chưa từ bỏ. Người như Minh Tông mà dùng thần thông biến hóa độ thì Minh Tông sẽ trở thành một lãnh chúa làm bá chủ hoàn cầu, đã không chấn hưng Phật pháp mà còn tai hại cho những người trên hành tinh này.

Minh Tông là một con người có đầu óc chính trị hơn là một nhà tu hành, nhưng biết chuyển hóa thì cũng trở thành người tu hành tốt.

Đạo Phật là đạo không ức chế tâm, nên tâm còn hướng ra ngoài là đi ngược lại đạo Phật, nhờ có những người tu không nghe lời dạy của Thầy như một số quý Thầy mà làm sáng tỏ thêm đường lối và giáo pháp của đức Phật. Họ chỉ là đá trải đường cho người sau đi mà thôi.

--o0o--

THIÊN YOGA CŨNG TỊNH CHỈ HƠI THỞ ĐƯỢC

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Các tu sĩ ngoại đạo Yoga sao họ chưa ly dục ly ác pháp mà tịnh chỉ được hơi thở, vì Thầy dạy tịnh chỉ được hơi thở khi tâm xả sạch dục và ác pháp?

Đáp: Các tu sĩ Yoga tịnh chỉ được hơi thở là do tu tập tướng định, tướng định sẽ thở bằng lỗ chân lông, bằng rốn, bằng tai, bằng mắt, v.v.. do sự luyện tập bằng tướng thì đâu cần ly dục ly ác pháp.

Mục đích của đạo Phật là ly dục ly ác pháp để làm chủ cuộc sống, bất động tâm trước các pháp và các cảm thọ để tâm hồn được giải thoát thanh thân, an lạc; còn mục đích của thiền Yoga là luyện thân thông tịnh chỉ hơi thở chôn trong đất chìm trong nước đi trên lửa đỏ, mặc chiếc áo mỏng đi dưới trời không độ, để khiến cho người ta thán phục và kính nể, nhờ đó mới lập nhiều thiền đường Yoga khắp trên thế giới, để bành trướng giáo phái Yoga, nhưng các con xét kỹ nó đem lại sự lợi ích gì thiết thực cho con người hay là để trị bệnh, bệnh là do gốc nghiệp ác mà muốn hết bệnh thì chỉ có ly dục ly ác pháp thì bệnh sẽ hết, chứ đâu phải do luyện tập Yoga mà hết bệnh, hết bệnh của Yoga là hết bệnh tướng chứ bệnh của nghiệp ác không làm sao hết được.

Tất cả những phương pháp ngừa bệnh và trị bệnh trên thế gian này đều là những phương pháp trị ngoài ngọn, chứ không phải trị ở gốc, mà trị bệnh ở ngọn là sự lừa đảo, lường gạt người “*tiền mất tật mang*”. Chúng ta cứ quan sát xem có đúng không? Biết bao nhiêu phương pháp ngừa bệnh và trị bệnh mà con người có hết bệnh chưa?

Chúng ta nên phân biệt cho rõ ràng, thiền Yoga tịnh chỉ được hơi thở là do “*tướng lực*” khéo tu tập tướng, thiền của Phật tịnh chỉ được hơi thở là do “*tâm lực*” khéo ly dục ly ác pháp.

--o0o--

TÂM LỰC PHÁP HƯỚNG

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Pháp hướng tâm có lần Thầy bảo, khi nào tâm thanh tịnh hướng tâm mới có kết quả, nhưng chúng con sơ cơ tâm còn quá nhiều tạp loạn, làm sao chúng con dùng pháp hướng tâm có hiệu quả được?

Đáp: Pháp hướng tâm hiệu quả có cao có thấp như:

1. Trình độ cao tức là tâm đã ly dục ly ác pháp thì hướng tâm diệt tầm tứ, ly hỷ tưởng và tịnh chỉ hơi thở làm chủ sự sống chết thực hiện Tam Minh và chấm dứt luân hồi.
2. Trình độ thấp là tâm chưa ly dục ly ác pháp thì pháp hướng tâm sẽ giúp chúng ta có nội lực tỉnh thức trước các pháp ác.

Pháp hướng tâm đối với người mới tu cũng như người tu lâu đều có hiệu quả nhưng hiệu quả trong giai đoạn tu của nó, như hiệu quả ở giai đoạn ly thì không hiệu quả ở giai đoạn chỉ, ở giai đoạn chỉ thì không hiệu quả ở giai đoạn diệt, v.v..

Người mới tu ở giai đoạn ly dục ly ác pháp mà muốn pháp hướng có hiệu quả ở giai đoạn chỉ thì không thể nào được, cũng như ở giai đoạn chỉ mà muốn pháp hướng có hiệu quả ở giai đoạn diệt thì không thể được. Chừng nào tu tập viên mãn ở giai đoạn này, làm sung mãn ở giai đoạn kia thì mới thấy hiệu quả pháp hướng tâm cụ thể, rõ ràng.

--o0o--

CÁCH TU ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ VÀ ĐỊNH CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy chỉ rõ cách tu Định Niệm Hơi Thở và Chánh Niệm Tỉnh Giác Định.

Đáp: Cách tu Định Niệm Hơi Thở có 19 giai đoạn tu tập:

1. Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra.
2. Hít vô dài tôi biết tôi hít vô dài, thở ra dài tôi biết tôi thở ra dài.
3. Hít vô ngắn tôi biết tôi hít vô ngắn, thở ra ngắn tôi biết tôi thở ra ngắn.
4. Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô, cảm giác toàn thân tôi biết tôi thở ra.
5. An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra.
6. Cảm giác tâm hành tôi biết tôi hít vô, cảm giác tâm hành tôi biết tôi thở ra
7. An tịnh tâm hành tôi biết tôi thở vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra.
8. Quán thân vô thường tôi biết tôi hít vô, quán thân vô thường tôi biết tôi thở ra.
9. Quán thọ vô thường tôi biết tôi hít vô, quán thọ vô thường tôi biết tôi thở ra.
10. Quán tâm vô thường tôi biết tôi hít vô, quán tâm vô thường tôi biết tôi thở ra.

11. Quán các pháp vô thường tôi biết tôi hít vô, quán các pháp vô thường tôi biết tôi thở ra.
12. Quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra.
13. Quán ly sân tôi biết tôi hít vô, quán ly sân tôi biết tôi thở ra.
14. Quán từ bỏ tâm tham tôi biết tôi hít vô, quán từ bỏ tâm tham tôi biết tôi thở ra.
15. Quán từ bỏ tâm sân tôi biết tôi hít vô, quán từ bỏ tâm sân tôi biết tôi thở ra.
16. Quán đoạn diệt tâm tham tôi biết tôi hít vô, quán đoạn diệt tâm tham tôi biết tôi thở ra.
17. Quán đoạn diệt tâm sân tôi biết tôi hít vô, quán đoạn diệt tâm sân tôi biết tôi thở ra.
18. Với tâm định tĩnh tôi biết tôi hít vô, với tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra.
19. Với tâm giải thoát tôi biết tôi hít vô, với tâm giải thoát tôi biết tôi thở ra

Đây là 19 giai đoạn khái niệm tu tập về Định Niệm Hơi Thở, còn nếu tu tập cho trọn vẹn là phải 40 giai đoạn.

Hiện giờ con nên tu tập giai đoạn thứ nhất của Định Niệm Hơi Thở trong 1 tháng, khiến cho tâm nhu nhuyễn thuần thục quen dần với hơi thở và với phương pháp này. Vì từ xưa đến nay người ta tu tập hơi thở bằng cách quán niệm hơi thở nên thường ức chế tâm để cho hết vọng tưởng.

Bắt đầu tu con ngồi kiết già hoặc bán già, lưng thẳng, hai bàn tay để chồng nhau lên trên hai bàn chân, hai ngón tay cái đụng đầu vào nhau, khi thân ngồi yên lặng con cảm giác toàn thân được yên ổn, con như lý tác ý: *“Ý thức phải tập trung biết hơi thở ra biết hơi thở vô”*. Hai mắt con bắt đầu tập trung nhìn chóp mũi, con vừa hít vô vừa nhắc tâm: *“Hít vô tôi biết tôi hít vô”*, sau khi hít vô xong, con vừa thở ra vừa nhắc tâm: *“Thở ra tôi biết tôi thở ra”*. Một hơi thở đầu con nhắc tâm như vậy và 4 hơi thở kế tiếp con không nhắc, vẫn để tâm tự nhiên biết hơi thở ra và hơi thở vô, xong 5 hơi thở con đứng vậy đi kinh hành, trước khi đi kinh hành con nhắc tâm: *“Đi kinh hành ý thức phải biết đi kinh hành”*, bắt đầu đi kinh hành con chú ý bước chân đi và đi rất tự nhiên, đi theo thói quen đi hằng ngày của mình, không nên đi chậm quá mà cũng không nên đi nhanh quá, đi như người vô sự, trong khi đi con thầm đếm mỗi bước đi là một số 1, 2, 3, 4, cho đến 20 bước, mỗi 5 bước là con hướng tâm một lần: *“Tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành”*, đúng 20 bước thì con ngồi trở lại, y như lúc ban đầu con ngồi tu hơi thở.

Con nên lưu ý: *“giai đoạn tu tập này mục đích là tập luyện sự tỉnh thức, sự tinh cần và nghị lực chứ không phải tu tập cho hết vọng tưởng”*.

Sau khi tu tập 1 tháng cho thuần thục Thầy sẽ dạy tiếp giai đoạn 2, còn nếu bây giờ Thầy dạy hết 19 đề mục Định Niệm Hơi Thở này thì con chỉ học để hiểu chứ tu hành bị rối rắm như cuộn tơ. Vì thế, Thầy bảo rằng: nếu có cơ sở sống đúng phạm hạnh Thầy trực tiếp dạy các con tu tập, chứ viết ra thành sách các con hiểu để mà hiểu còn tu tập thì không phải dễ.

Về hơi thở phải tu tập từng đề mục cho thuần thục, khi thuần thục đề mục này xong thì mới tu tập đề mục khác, chứ không phải tu một lần luôn cả 19 đề mục và tu tập như vậy là tu sai pháp.

Định Niệm Hơi Thở là pháp môn có lợi ích rất lớn trong vấn đề tu tập xả tâm trên Tứ Niệm Xứ để hộ trì và bảo vệ chân lý. Nếu không có Định Niệm Hơi Thở thì không thể nào tu tập Tứ Niệm Xứ được và cũng không thể nào tu tập pháp xả Tứ Vô Lượng Tâm được.

Bởi vậy Định Niệm rất cần thiết và hộ trợ trên bước đường về xứ Phật. Xin quý vị hãy tu tập kỹ lưỡng, đừng coi thường loại thiền định này.

--o0o--

QUÁN VÀ BIẾT

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! “Quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra”, xin Thầy chỉ cách hành chữ “Quán” và nghĩa chữ “Quán” trong câu này. Còn chữ “Biết” là biết hơi thở đang hít vô hay biết ly tham mà tâm đang ly tham hay đã ly tham.

Con trạch pháp hướng tâm có phải mình đang vướng mắc hoặc hướng tâm để thấu lý rõ lý mới dùng ?

Ví dụ: “Tham” con đang ham muốn cái xe hơi đẹp đắt tiền thì con phải quán lý vô thường, xảy ra nhiều cái khổ khác, như cọ quẹt trộm mất, v.v.. quán triệt rồi tâm con ly ham muốn cái xe đó đi. Và phải nhắc hoài để nó ly! Thưa Thầy có phải vậy không? Và như vậy biết “tâm ly tham” hay “ hành động hít vô”?

Đáp: Trong câu hỏi của con: “xin Thầy chỉ cách hành chữ quán và nghĩa của chữ quán”.

Quán có nghĩa là quan sát, xem xét, tư duy, suy nghĩ về một pháp gì, một việc gì, một điều gì, v.v..

Cách hành chữ quán như câu “*Quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra*”, câu này có ba nghĩa và có ba kết quả trong một hành động tu:

1. Nhắc nhở tôi quan sát xem xét tâm tôi có khởi lên tham muốn cái gì không? Nếu có thì tôi phải tỉnh thức quán xét tâm tham muốn đó “để xa lìa” như tôi đang tỉnh thức biết hơi thở vô ra vậy.
2. Nếu không có niệm khởi tâm tham muốn thì nó giúp tôi tỉnh thức trên tâm tôi, tôi biết rõ tâm tôi “không có tham muốn” tức là tôi biết rõ tâm tôi đang ở trong trạng thái “thanh thân, an lạc và vô sự” như tôi đang tỉnh thức biết hơi thở ra vô rõ ràng vậy.
3. Nếu tâm tôi không có niệm khởi tham muốn thì câu pháp hướng trên sẽ thấm nhuần “lý ly tham” và sau này trở thành một “nội lực không tham muốn” nó sẽ giúp tôi đoạn diệt lòng tham muốn.

Chữ “Quán” ở đây có nghĩa là quan sát xem xét, còn chữ “Biết” có nghĩa là hiểu biết một cách rõ ràng.

Ba kết quả trên đây giúp chúng ta tin tưởng vào pháp môn như lý tác ý của đức Phật bất lay chuyển để hằng giây, hằng phút, hằng giờ, hằng ngày, hằng tháng, hằng năm rèn luyện tu tập xa lìa tâm tham muốn của mình cũng như giống như mình biết hơi thở vô, hơi thở ra vậy.

Câu “*quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra*”, đó là con đã hiểu được nghĩa thứ nhất của nó “*đang vương mắc*”.

Biết “tâm bị tham” là chánh còn hành động hít vô và thở ra là phụ, có nghĩa là nương vào hơi thở vô và ra để biết tâm tham của mình để dằn hơn mà xa lìa nó, như đức Phật đã dạy: “**Muốn ly dục ly ác pháp thì Định niệm hơi thở vô hơi thở ra phải khéo tác ý**”.

Ở đây có nghĩa là biết hơi thở để lìa tâm tham, sân, si chứ không phải biết hơi thở để mà biết hơi thở thì không có ích lợi gì. Dùng hơi thở để xả tâm tham, sân, si là có ích lợi, vì tâm được thanh thân, an lạc và vô sự tức là tâm giải thoát. Còn ngược lại dùng hơi thở để nhiếp tâm ức chế tâm không niệm khởi, đó là tu sai, tu không đúng pháp của Phật dạy. Cách thức tu tập này là diệt ý thức khiến cho người tu hành trở thành cây đá.

LY CÁC LOẠI HỖ TƯỢNG

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy cho con nghe qua về cách tu tập để ly các loại hỷ tướng.

Đáp: Muốn ly các loại hỷ tướng, khi hành giả diệt tâm, tứ, ý thức ngưng hoạt động, tướng thức xuất hiện hoạt động thì có những trạng thái hỷ lạc do dục tướng sanh ra. Lúc bấy giờ hành giả muốn lìa xa các trạng thái hỷ tướng này thì phải xuất Nhị Thiên, nương vào hơi thở vô hơi thở ra và thỉnh thoảng phải như lý tác ý những câu này: “18 loại hỷ tướng này phải lìa xa không được ở trong thân tâm này” hoặc “Thân tâm phải ly hỷ tướng cho thật sạch”. Tu tập như vậy cho đến khi nào các trạng thái hỷ không còn là lúc bấy giờ chúng ta xả niệm hơi thở diệt tâm tứ mà không thấy có trạng thái hỷ là chúng ta đã nhập Tam Thiên, còn có trạng thái hỷ là nhập Nhị Thiên, cho nên trong kinh dạy: “Ly hỷ trú xả nhập Tam Thiên”. Thầy xin nhắc lại một lần nữa, còn xả niệm hơi thở diệt tâm tứ mà có hỷ lạc là nhập Nhị Thiên.

Khi nào dạy về Thiên căn bản 2 thì Thầy sẽ giảng rõ, còn bây giờ chưa có ai ly dục ly ác pháp được mà giảng cho nhiều thì mọi người biết để mà biết chứ chẳng có ích gì, đôi khi còn làm hại người khác giúp cho họ chỉ biết nói thiền nói đạo miệng để lừa đảo thiên hạ, như mình đã nhập được thiền định sâu mầu.

Dạy tu tập thiền định mà dạy sai dù là một ly, nhưng vẫn đưa hành giả vào chỗ bệnh tật, chứ không vào chỗ giải thoát, vì thế xin quý vị lưu ý cảnh giác.

--o0o--

XẢ LẠC, XẢ KHỔ, XẢ NIỆM THANH TỊNH NÀO?

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy hoan hỷ cho con nghe qua cách tu xả lạc, xả khổ xả niệm thanh tịnh. Lạc nào? Khổ nào? Và niệm thanh tịnh nào? Đã là thanh tịnh sao lại phải xả?

Đáp: Muốn xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh thì phải trú vào hơi thở dùng pháp hướng tâm tịnh chỉ thân hành thì xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh sẽ đạt được kết quả như ý muốn, nhưng trước khi xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh thì tâm phải ly dục ly ác pháp hoàn toàn thì tịnh chỉ thân hành không có khó khăn, không có mệt nhọc, không có phí sức, bằng ngược lại chưa ly dục ly ác pháp hoàn toàn mà xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh thì chẳng bao giờ xả được.

Khi tu tập nhập vào tâm bất động thì tâm định tĩnh, nhu nhuyễn, dễ sử dụng. Tâm định tĩnh, nhu nhuyễn, dễ sử dụng là tâm có đủ bảy năng lực Giác Chi. Tâm có đủ bảy năng lực Giác Chi là tâm có đủ Tứ Thần Túc. Khi có đủ Tứ Thần Túc thì xả lạc, xả khổ và xả niệm thanh tịnh rất dễ dàng không có khó khăn không có mệt nhọc.

Xả lạc nào? Xả khổ nào? Và xả niệm thanh tịnh nào?

Lạc, khổ và thanh tịnh là ba trạng thái của thọ, tức là cảm thọ:

1. Thọ lạc.
2. Thọ khổ.
3. Thọ bất lạc bất khổ tức là niệm thanh tịnh.

Trong phần cảm thọ có hai:

1. Cảm thọ thuộc về thân.
2. Cảm thọ thuộc về tâm.

Lạc và khổ thuộc cảm thọ về thân, còn hỷ và niệm thanh tịnh thuộc cảm thọ về tâm. Như vậy ly hỷ, xả lạc, xả khổ và xả niệm thanh tịnh là xả cảm thọ về thân và tâm; xả cảm thọ về thân và tâm là tịnh chỉ các hành trong thân và tâm.

Cho nên, người nhập Tứ Thiền toàn thân tâm bất động, thân tâm không còn rung động một chút xíu nào thì hơi thở phải tịnh chỉ.

Trong câu hỏi: Lạc nào? Khổ nào? Thanh tịnh nào? Sao thanh tịnh mà lại phải xả?

Lạc, khổ và niệm thanh tịnh có hai phần:

- 1- Lạc, khổ và niệm thanh tịnh do tâm tham dục sanh ra.
- 2- Lạc, khổ và niệm thanh tịnh do tâm ly dục sanh ra.

Lạc, khổ và niệm thanh tịnh do dục hoặc do ly dục sanh ra đều phải xả sạch thì mới nhập vào định Tứ Thiền được, còn có trạng thái thanh tịnh thì không nhập vào Tứ Thiền được, dù là thanh tịnh do ly dục sanh.

Như vậy đến đây con đã hiểu xả lạc, xả khổ và xả niệm thanh tịnh nào rồi. Đức Phật không chấp nhận 3 thọ:

- 1/ Thọ lạc.
- 2/ Thọ khổ.

3/ Thọ bất lạc bất khổ.

Thọ là gì? Thọ là các cảm thọ nơi thân tâm. Thọ là một pháp vô thường như các pháp khác; thọ là pháp khổ, là pháp vô ngã. Người tu theo Phật giáo đứng trước các cảm thọ tâm không hề dao động: Thọ lạc không tham đắm, thọ khổ không sợ hãi, thọ bất khổ bất lạc không quan tâm. Vì thế, đứng trước các khổ tâm không hề lay động một mảy may nào. Tâm không hề lay động một mảy may nào tức là xả lạc, xả khổ.

Tại sao lại xả niệm thanh tịnh? Niệm thanh tịnh vẫn còn là một pháp vô thường, khổ, vô ngã. Pháp vô thường, khổ, vô ngã là ác pháp cho nên đức Phật bảo: *“Dù Ta nhập các định do ly dục có hỷ lạc, nhưng hỷ lạc không chi phối tâm Ta”*. Không chi phối tâm Ta là đức Phật bất động tâm, không dính mắc vào thọ lạc do ly dục sinh, đó là đức Phật xả thọ lạc. Xả lạc thọ giai đoạn đầu là không dính mắc, không thích thú, không chấp trước, không mong đợi, v.v..

Khi tâm định tĩnh,, nhu nhuyễn, dễ sử dụng thì xả thọ là tâm đình chỉ các hành trong thân khiến cho thân an lành không còn một chút cảm thọ nào xảy ra. Khi hơi thở ngưng thì các hành trong thân đều ngưng thì cảm nhận trạng thái thanh tịnh của tâm cũng không còn. Đó là phương cách xả niệm thanh tịnh ở giai đoạn Tứ thiền. Ngoài Tứ thiền thì không có thiền nào xả niệm thanh tịnh.

Cho nên xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh là chỉ có ở trạng thái Tứ thiền. Người nhập Tứ thiền là người đã xả các cảm thọ và xả luôn tâm niệm thanh tịnh. Đó là phương pháp tu tập làm chủ sự sống chết.

Tu theo Phật giáo mà không tu tập Tứ Thánh Định thì không thể nào làm chủ sự sống chết được. Trên thế gian này chỉ có pháp môn Tứ Thánh Định mới tịnh chỉ được hơi thở.

--o0o--

LY HỖ TRÚ XẢ CÓ PHẢI LÀ PHÁP HƯỚNG TÂM KHÔNG?

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! ly hỷ trú xả có phải là pháp hướng tâm không? Xin Thầy chỉ dạy lại ý này.

Đáp: Ly hỷ trú xả không phải là pháp hướng tâm, ly hỷ trú xả là những danh từ chỉ cho chúng ta muốn nhập Tam Thiền thì phải lìa xa 18 loại hỷ tưởng, mà muốn lìa xa 18 loại hỷ tưởng thì phải trú trong pháp xả, pháp xả gồm có có hai

phần:

1. Định Niệm Hơi Thở.
2. Pháp hướng tâm như lý tác ý.

Khi muốn ly các loại hỷ tưởng thì phải trú tâm vào hơi thở và khéo tác ý xả nó, do đó đức Phật gọi tắt: “Ly hỷ trú xả”, có nghĩa là muốn ly trạng thái hỷ thì phải trú ở trong hơi thở ra, hơi thở vô thì sẽ ly trạng thái hỷ rất dễ dàng, không mấy khó khăn và không có mệt nhọc.

Khi tu tập vừa thấy hay cảm nhận một trạng thái tưởng nào thì mau mau xả pháp môn đang tu tập không được tiếp tục tu tập nữa. Khi xả pháp môn xong thì nên tiếp tục dùng pháp tác ý. Tác ý ngay trạng thái tưởng đó bảo nó phải diệt ngay liền và nương vào tâm thanh thân, an lạc và vô sự và thỉnh thoảng tác ý trạng thái tưởng đó phải dừng lại, cơ thể và tâm phải bình thường. Tác ý đến chừng nào trạng thái tưởng đó không còn nữa mới thôi.

Ly hỷ trú xả không phải là pháp hướng tâm, nó là ngôn ngữ để chúng ta nói cho người khác thông hiểu cách thức lìa xa trạng thái hỷ tưởng. Còn pháp như lý tác ý là phải tác ý đúng trạng thái tưởng đó, đúng tên của nó, chứ không thể nói chung chung được “Ly hỷ” là danh từ chỉ chung thì tâm biết trạng thái hỷ gì mà ly.

Ví dụ: Sắc tướng hiện ra khiến chúng ta thấy ánh sáng như hào quang hoặc thỉnh tướng hiện ra tai tiếng nói của các Tổ hay chư Thiên nói pháp hay tiếng tụng kinh niệm Phật thì phải tác ý đúng tên đúng của nó như: “Ánh sáng hào quang này là sắc tướng hãy đi đi, Ta không chấp nhận người” hoặc “Tiếng nói của Tổ hay chư Thiên là thỉnh tướng, là Ma hãy đi đi Ta không chấp nhận người”.

--o0o--

NGHIỆP TÁI SANH

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Con nghĩ khi chúng sanh luân hồi là do nghiệp lực, nghiệp lực như luồng khí, luồng từ trường sẽ thu hút những gì có chung nhân duyên nhân quả với nó để hợp lại tạo nên một kiếp chúng sanh mới? Bởi vì ngay cả con người chết rồi là tan hoại hết thì chỉ còn có nghiệp đi luân hồi. Vậy nghiệp là thế phải không thưa Thầy ?

Đáp: Đúng như vậy, con đã hiểu đúng nghiệp lực đi tái sinh luân hồi là như vậy.

Khi một người còn sống hằng ngày thân, miệng, ý thường hay hoạt động tạo ra nghiệp lực, nghiệp lực có thiện và có ác. Hành động ác thì làm khổ mình, khổ người tạo ra nghiệp khổ chẳng lợi mình, lợi người mang đến sự khổ đau cho nhau, tạo cuộc sống chung như Địa Ngục, còn hành động thiện thì không làm khổ mình, khổ người tạo ra nghiệp thiện lợi mình, lợi người mang đến hạnh phúc cho mọi người tạo cuộc sống chung an vui, thanh thản như cảnh giới Thiên Đàng.

Khi con người chết rồi tất cả toàn thân ngũ uẩn đều trả về môi trường sống của nó, chẳng còn một vật gì là của ta dù chỉ còn lại một chút xíu nhỏ như đầu mũi kim cũng không còn, nhà cao cửa rộng, con bầy cháu đàn cũng chẳng còn gì, vàng bạc châu báu ngọc ngà cũng vô nghĩa, chỉ còn lại nghiệp ác, thiện mà thôi.

Nghiệp ác, thiện là gì?

Nghiệp ác, thiện như con đã hiểu ở trên, nó là luồng khí như bao nhiêu luồng khí khác trong môi trường sống này, khi luồng khí nghiệp lực đó tương ứng với các luồng khí khác đủ duyên hợp lại thành một con người mới. Nói một cách khác cho dễ hiểu là mỗi hành động của chúng ta làm, nói và suy tư đều có một từ trường, từ trường đó thiện hay ác là do hành động thân, miệng, ý ác hay thiện mà thôi.

Từ trường toàn thiện thì không có duyên để hợp nên không tái sinh chỉ hưởng quả phước thiện ở từ trường đó chờ hết quả phước đó mới tái sinh làm người trở lại. Còn từ trường thiện nhiều ác ít thì sẽ hợp duyên với những từ trường thiện ác khác trong môi trường sống và từ đó tiếp tục tái sinh làm chúng sanh mới trong hoàn cảnh thiện và phước báo đầy đủ chứ không có linh hồn đi tái sinh. Từ trường ác cũng vậy sẽ hợp duyên với những từ trường ác khác trong môi trường sống và tiếp tục tái sinh trong hoàn cảnh khổ đủ mọi điều khổ hoặc sanh làm những loài vật nhỏ bé tiện như côn trùng, sâu, bọ v.v.. sống nơi ẩm ướt dơ bẩn, thời gian sống quá ngắn ngủi, tuổi thọ không được dài lâu.

--o0o--

THỨC TRONG 12 NHÂN DUYÊN VÀ THỨC NÀO LÀ LINH HỒN

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy chỉ dạy “Thức” trong 12 nhân duyên và “thức” nào mà người vô minh cho là linh hồn? Họ dựa vào gì?

Đáp: Trong 12 nhân duyên có 3 thức:

1. Thức là thức uẩn.
2. Danh là tướng uẩn còn gọi là tướng thức (cái thức trong giấc mộng).
3. Sắc là sắc uẩn còn gọi là sắc thức, sắc thức gồm có sáu thức: Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức.

Người đời vô minh không rõ cho tướng thức là linh hồn dựa vào những hiện tượng phi không gian và thời gian của tướng thức tạo ra sắc tướng như ánh sáng, lửa hay những hình bóng mờ mờ ảo ảo, v.v.. thanh tướng như âm thanh tiếng kêu, tiếng khóc, tiếng rên, v.v.. hương tướng như mùi thơm, mùi thối, v.v.. vị tướng như mùi vị ngon ngọt, cay, đắng xuất phát từ trong miệng của mình, v.v.. xúc tướng như cảm giác mát mẻ, nóng nực, khinh an, hỷ lạc, v.v.. pháp tướng như sự hiểu biết về các pháp tướng v.v.. như Tổ Long Thọ tướng ra trí tuệ Bát Nhã Chân Không, Phật Tánh v.v.. hoặc nói chuyện quá khứ vị lai của người chết hoặc người đang sống rất đúng. Do những hiện tượng này, nên tướng tri của loài người dựng ra có thể giới siêu hình và cho tướng thức là những con người vô sắc (linh hồn) sống trong thế giới đó.

Trong 12 nhân duyên thì duyên “danh sắc” là một duyên mà chiếm hai thức, đó là sắc thức và tướng thức. Do sự tu tập nhập Tứ Thánh Định, tịnh chỉ các thức, mới biết rõ 12 nhân duyên có ba thức chứ không có nhiều thức như các nhà Duy Thức phát triển chia chẻ đặt ra làm cho người sau khó hiểu.

Các nhà kinh sách phát triển cho ý thức không niệm thiện niệm ác là Phật Tánh, đó là một điều lầm lạc, và quá sai do lạc vào tướng tuệ tạo ra Tánh Thấy, Tánh Biết, Tánh Nghe... Xin quý vị cứ suy ngẫm kỹ, nếu xét đúng thì tin chúng tôi, còn nếu thấy chúng tôi nói sai thì đừng tin.

Chúng tôi nói ở đây không phải tự nói mà không thấy, chúng tôi thấy biết rất rõ mới nói và nói ra không phải chỉ có một mình chúng tôi nói mà đức Phật đã nói cách đây 2550 năm, Vì vậy những điều chúng tôi nói là lập lại của đức Phật qua sự chứng thật của mình.

Vì vậy, quý vị tin là có lợi ích cho quý vị, còn không tin thì thôi và quý vị sẽ bị người khác lừa đảo “*Tiền mất tật mang và phí công vô ích*”.

Tóm lại, thân người có 3 thức, không có linh hồn. Khi người chết đều tan hoại tất cả không còn một vật gì tồn tại chỉ còn nghiệp thiện ác do trong lúc sống gây

tạo ra do lòng ham muốn.

--o0o--

MINH

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Sách Đường Về Xứ Phật tập VI, Thầy có giải nghĩa “Minh” có từ giới luật, và có đoạn ông Bàn Đạc tối tăm dốt nát, sau khi được Phật dạy tu hành, chứng quả A La Hán thông suốt tam tạng kinh điển, như vậy thời Phật tại thế có kinh điển sao? Và sao Thầy lại bảo quý Thầy đọc các bộ kinh Nguyên Thủy cũng như kinh sách phát triển để khi có ai hỏi để biết trả lời. Theo con nghĩ Thầy nên quán xét và độ họ tu nhanh giải thoát xong là cái gì là không biết? Con thắc mắc xin Thầy chỉ dạy.

Đáp: Nói về “Minh” thì các nhà kinh sách phát triển hiểu “Minh” có nghĩa là sự hiểu biết một cách rộng rãi bao la mà không cần học, cho nên câu chuyện ông Châu Lợi Bàn Đạc là một câu chuyện bịa đặt của các nhà phát triển.

Ông Châu Lợi Bàn Đạc trong kinh Nguyên Thủy là người tối tăm học bốn câu kệ mãi mà không thuộc, khi chứng quả A La Hán, ông thể hiện thần thông biến ra vô số ông Bàn Đạc ngồi khắp trong rừng, còn kinh sách phát triển nói: khi ông chứng quả A La Hán, liền thông suốt Tam Tạng kinh điển lên đàn thuyết giảng. Trong kinh Nguyên Thủy chúng ta còn tin vì khi ông Châu Lợi Bàn Đạc chứng quả A La Hán thị hiện thần thông, còn kinh sách phát triển chúng ta không tin là vì thời đức Phật chưa có Tam Tạng kinh điển thì lấy gì gọi là thông suốt.

Người ta hiểu lầm ý nghĩa “trí tuệ” của đạo Phật, tưởng khi tu chứng đạo là thông suốt cả tam thiên đại thiên thế giới, cái gì cũng hiểu tất cả, điều đó là sai. Đức Phật đã xác định: **“Nếu bảo rằng Ta hiểu biết tất cả là có nói láo trong Ta”** (lời dạy này trong kinh Tăng Chi). Khi tu chứng là có sự hiểu biết không làm khổ mình, khổ người; là có sự hiểu biết đạo đức nhân bản làm người. Sự hiểu biết đó có mục đích giải quyết sự đau khổ của con người chứ không phải là sự thông suốt vũ trụ cái gì cũng biết. Nếu tu chứng mà biết như vậy có ích lợi gì hay biết như vậy để đi ra tranh luận hơn thua cao thấp với mọi người?

Đức Phật nói: **“Trí tuệ đâu là giới luật đó, giới luật đâu là trí tuệ đó”** (kinh Trường Bộ), giới luật tức là đức hạnh, vậy chỗ nào có đức hạnh chỗ đó có trí tuệ, đức hạnh và trí tuệ được gắn liền với nhau. Trí tuệ thông suốt Tam tạng kinh điển chưa hẳn là trí tuệ đức hạnh. Kinh điển phát triển phần nhiều có những bài kinh dạy mê tín trêu tượng mơ hồ và phi đạo đức v.v... Như vậy, người thông

suốt Tam Tạng kinh điển chưa hẳn là người có “*Minh*”. Minh của đạo Phật có nghĩa là sự hiểu biết không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh.

Ở đây Thầy khuyên đệ tử đọc kinh sách Nguyên Thủy cũng như kinh sách phát triển là để:

1. Thấu rõ âm mưu thâm độc của Bà La Môn Giáo đã, đang và hiện tại diệt Phật giáo bằng những danh từ chấn hưng đạo Phật.
2. Biết rõ pháp môn nào của Phật giáo và pháp môn nào không phải của đạo Phật.
3. Khi có người chất vấn nếu không đọc hai loại kinh sách này thì biết đâu mà trả lời cho đúng. Vì Minh của đạo Phật không có nghĩa là trí tuệ hiểu biết sự tào lao (tam tạng kinh điển của Bà La Môn), minh của đạo Phật là trí tuệ hiểu biết để làm chủ sự sống chết và chấm dứt luân hồi. Thầy xin nhắc lại một lần nữa, khi đức Phật tu chứng Ngài nói: **“Nếu Ta nói Ta hiểu biết tất cả trong thế gian này là có nói láo trong Ta”**.

Kinh sách phát triển dựa vào lời nói của đức Phật: **“Ta dạy cho các tỳ kheo như nắm lá cây trong lòng bàn tay và Ta tu chứng như rừng lá cây”**, nghe câu nói này, những người không hiểu biết về Phật giáo nên nghĩ tưởng rằng: đức Phật tu chứng đạo là biết tất cả mọi việc trong tam thiên đại thiên thế giới cái gì cũng biết. Do sự hiểu sai này nên mới bịa ra câu chuyện ông Châu Lợi Bàn Đạc u tối, nhưng khi tu chứng quả A La Hán thì thông suốt Tam Tạng kinh điển, đó là một điều nói sai của kinh sách phát triển. Nói không đúng sự thật mà không khéo léo để ló đuôi nên người đời sau thấy rõ. Phật còn tại thế đâu có kinh sách. Vậy mà tu chứng là thông suốt tam tạng kinh điển thì thật là nói láo không sách vở.

Trong sách Đường Về Xứ Phật Thầy nêu câu chuyện ông Châu Lợi Bàn Đạc để gợi ý cho phật tử hỏi, do đó mới có nhân duyên vạch trần sự lừa đảo thêm bớt của kinh sách phát triển để mọi người rõ hơn.

--o0o--

PHƯƠNG CÁCH NHẬP NHỊ THIỀN

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy giảng trạch rõ: - Khi ly dục ly ác pháp nhập Sơ Thiền - Muốn nhập Nhị Thiền phải ra khỏi Sơ Thiền chừng đó điều tâm như thế nào? Nếu như lý tác ý “tịnh chỉ tâm tứ” có được không? Vì lúc đó tâm không còn thanh tịnh hoàn toàn (vì xả Sơ Thiền).

Đáp: Bởi Sơ Thiền con chưa nhập được, nên mới có câu hỏi này. Tại sao?

Tại vì tâm chưa ly dục ly ác pháp nên con không biết được trạng thái này, khi tâm đã ly dục ly ác pháp thì tâm con lúc nào cũng thanh tịnh vì nó không còn tham, sân, si, mạn, nghi nữa, lúc tiếp duyên cũng như lúc không tiếp duyên với mọi người nó đều thanh tịnh.

Cho nên, trước khi nhập Sơ Thiền thì con ly dục ly ác pháp nhập Bất Động Tâm Định. Bất Động Tâm Định là một trạng thái Tứ Niệm Xứ sung mãn, trạng thái này có đủ 7 năng lực của Thất Giác Chi. Do 7 năng lực của Thất Giác Chi con mới nhập vào trạng thái của Sơ Thiền là trạng thái tâm không phóng dật, tâm không phóng dật tức là tâm ly dục ly ác pháp. Nói nhập Sơ Thiền là nói tâm thanh tịnh, khi tâm đã thanh tịnh thì làm sao ra khỏi sự thanh tịnh đó? Nói ra khỏi Sơ Thiền để nhập Nhị Thiền tức là muốn nói tâm ra khỏi 5 chi thiền của Sơ thiền là: Tầm, Tứ, Hỷ, Lạc và Nhất Tâm. Khi ra khỏi 5 chi thiền này thì nương vào hơi thở và ở trên hơi thở để dùng pháp hướng tịnh chỉ tầm tứ nhập Nhị Thiền, chứ trạng thái tâm đã ly dục ly ác pháp thì không thể nào trở lui lại với đời sống dục lạc thế gian nữa, chỉ có những người hết muốn tu thì mới trở lui lại chạy theo dục lạc thế gian để hưởng thụ, còn người quyết tâm tu giải thoát thì luôn luôn lúc nào cũng ở trong trạng thái ly dục này.

Ví dụ: Một sinh viên đang học năm thứ nhất trên đại học y khoa, có nghĩa là phải tốt nghiệp lớp 12 cấp phổ thông, hay nói cách khác cho dễ hiểu là anh phải rời khỏi lớp 12 rồi mới lên đại học, học năm thứ nhất mới được. Ở đây không có nghĩa là người sinh viên này trở lại một cậu bé chưa cấp sách đến trường lần nào (chưa biết chữ) mà bước vào năm thứ nhất của Đại học y khoa. Còn nếu anh sinh viên đại học mà cứ ở lại lớp 12 và học bài vở lớp 12 thì không thể nào là sinh viên đại học y khoa được.

Ra khỏi 5 chi của Sơ Thiền là ý nghĩa này chứ không phải rời khỏi tâm thanh tịnh.

Sơ Thiền ví như cái nhà của chúng ta đang ở, lìa khỏi cái nhà để trồng đám ngô, đám ngô ví như Nhị Thiền, nhưng trồng ngô xong thì chúng ta trở về nhà nghỉ, nhưng khi chúng ta muốn trồng lúa, đám lúa ví như Tam Thiền, thì chúng ta phải rời khỏi nhà và đám ngô, khi trồng lúa xong chúng ta trở về nhà, v.v...

Còn nếu mình ở trong nhà (Sơ Thiền) mà trồng ngô thì không thể trồng được vì nhà để ở chứ không thể trồng ngô, trồng lúa được, cũng như trong đám ngô thì không thể trồng lúa vào được, trồng như vậy chẳng có kết quả.

Cho nên, xả Sơ Thiền không có nghĩa là một người có học thức mà xả bỏ cái học thức của mình. Xả Sơ Thiền có nghĩa là rời lớp học thấp lên lớp học cao hơn.

Khi muốn nhập Nhị Thiền thì phải ra khỏi Sơ Thiền bằng cách nương vào hơi thở, tâm ở trên đường dây hơi thở này thường như lý tác ý: “*Tâm tứ phải tịnh chỉ nhập Nhị Thiền*”, cứ thỉnh thoảng hướng tâm một lần, chừng nào tâm nhập Nhị Thiền mới thôi vì lúc đó hơi thở cũng mất tiêu, tâm tứ cũng không còn, tâm tứ không còn thì không còn hướng tâm được.

Tâm tứ thuộc về ý thức, nếu tâm tứ dừng thì ý thức dừng. Ý thức là một thức trong sáu thức, nên ý thức dừng thì năm thức kia đều dừng theo hết. Nhóm sáu thức gồm có:

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

Khi nhập Nhị Thiền tai không nghe tiếng, mắt không thấy sắc, mũi không ngửi mùi hương thơm hay thối, lưỡi không nếm vị, thân không xúc chạm tức là sáu căn ngưng hoạt động thì mới nhập được Nhị Thiền.

--oOo--

HÀNH CÁC PHÁP THIỆN CÓ PHẢI LÀ TU TẬP CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC VÀ ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ KHÔNG?

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy hoan hỷ chỉ dạy con cách hành và qua ví dụ để con rõ về hai loại định: “*Chánh Niệm Tỉnh Giác Định và Định Niệm Hơi Thở*”. Chánh niệm có phải là các pháp thiện không?

Đáp: Chánh Niệm Tỉnh Giác Định là niệm chân chánh. Niệm chân chánh tức là niệm thiện, cho nên Chánh Niệm Tỉnh Giác tức là tâm niệm niệm hằng giây, hằng phút, hằng giờ, hằng ngày trong trong sức tỉnh thức để các niệm ác không xen vào được. Cho nên nó là các pháp thiện, nếu có một niệm ác xen vào thì không thể gọi đây là chánh niệm được.

Trong Bát Chánh Đạo có tám nẻo: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định. Chánh Niệm là một nẻo thiện trong tám nẻo thiện, pháp hành của đạo Phật là như vậy.

Chánh Niệm trên Tứ Niệm Xứ mà Tứ Niệm Xứ thì có bốn chỗ để tu tập thiện pháp, trên bốn chỗ đó luôn luôn khắc phục ác pháp không cho ác pháp xâm chiếm vào, vì thế, người thường sống trong Chánh Niệm là người sống đạo đức không làm khổ mình, khổ người hay nói một cách khác là người tu thiền Tứ Niệm Xứ.

Chánh Niệm như con đã hỏi có phải là các thiện pháp không?

Đúng vậy Chánh Niệm là niệm các pháp thiện như:

1. Không tham.
2. Không sân.
3. Không si.
4. Không làm đau khổ chúng sanh.
5. Không trộm cắp, cướp giết, móc túi, lấy của không cho.
6. Không tà dâm.
7. Không nói vọng ngữ.
8. Không nói lời hung dữ.
9. Không nói thêu dệt
10. Không nói lưỡi hai chiều.

Niệm các niệm thiện không có nghĩa đọc thầm 10 niệm thiện như niệm chú, đọc kinh, mà chính phải sống trọn vẹn và giữ gìn thân, thọ, tâm, pháp của mình trong 10 điều lành trên đây. Có như vậy mới được gọi là Chánh Niệm Tỉnh Giác Định.

Định Chánh Niệm Tỉnh Giác Định và Định Niệm Hơi Thở là hai pháp môn thiện để tu tập ngăn các ác và diệt các ác pháp.

Ví dụ: Con đi kinh hành, trước khi bước đi con hướng tâm nhắc: *“Tâm như đất từ bỏ tham, sân, si tôi biết tôi đi kinh hành”*, cứ thỉnh thoảng con vừa đi vừa nhắc câu pháp hướng này.

Ví dụ: Con đang nấu cơm, trước khi nấu cơm con hướng tâm nhắc: *“Tâm như cục đất từ bỏ xa lìa lòng tham, sân, si tôi biết tôi đang nấu cơm”*. Và trong thời gian còn đang nấu cơm thì con cứ thỉnh thoảng lại nhắc tâm câu pháp hướng trên cho đến khi nấu cơm xong.

Mục đích ở đây là nương vào hành động làm việc hoặc hơi thở để được tỉnh thức không quên Chánh Niệm tức là pháp hướng nhắc tâm, chứ không phải tỉnh thức trong hành động làm hay đi hay thở mà nhờ nhắc tâm “*đi, hơi thở và làm việc là để tỉnh thức trên Chánh Niệm từ bỏ tâm tham, sân, si, mạn, nghi*”.

Cho nên, pháp hành của đức Phật thật là rõ ràng và cụ thể mỗi hành động tu tập đều mang đến một ý nghĩa thiện, một kết quả an lạc, yên vui, các pháp hành của đức Phật sẽ mang đến cho chúng ta một điều gì đó rất giải thoát thực tế cho đời sống của con người. Nhờ vậy con người tu tập tức là sẽ sống không làm khổ mình, khổ người. Đây là sự thanh thân, an lạc và vô sự của loài người. Làm người ai ai cũng nên chọn cho mình một sự sống như vậy để đem lại sự an vui cho mình cho người và cho muôn loài vạn vật trên hành tinh này.

--o0o--

PHÁP HƯỚNG TÂM NGẮN GỌN CÓ KẾT QUẢ NHANH HƠN

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy chỉ dạy cho con khi tu Định Niệm Hơi Thở dùng pháp hướng tâm như lý tác ý nhắc nhiều câu pháp hướng và mỗi câu pháp hướng thì dài như: “*Thân ngồi ngay thẳng không được nhúc nhích xê dịch, không được cảm giác nóng lạnh, đầu không được nhúc... cái tâm không được sanh vọng tưởng... tai không được nghe âm thanh... cái mũi... cái miệng... Như vậy phải nhắc liên tục suốt buổi tu hay thỉnh thoảng cách 5 hơi thở? Và hướng tâm như vậy có hiệu quả không?*”

Đáp: Trách câu pháp hướng như thế nào “*ngắn gọn đầy đủ ý nghĩa và chỉ thẳng mục đích của nó giải quyết tâm trạng đang vướng mắc cần phải xả ly, từ bỏ*” trong pháp đang tu hành. Trách câu pháp hướng như vậy là một lệnh truyền thì sẽ có hiệu quả, còn nếu câu pháp hướng tâm dài quá sẽ mất ý nghĩa truyền lệnh mạnh mẽ, do đó sẽ không có hiệu quả.

Khi hướng tâm thì phải thỉnh thoảng 5, 10 hơi thở là lúc ngồi tu định Niệm Hơi Thở hoặc 5, 10 bước đi lúc đi kinh hành mới nhắc tâm một lần chứ không được nhắc liền miệng như tụng kinh, niệm chú thì tu tập như vậy là sai không đúng cách, không đúng cách sẽ không có hiệu quả tốt và tu tập như vậy sẽ phí công.

Nên lưu ý: Ở đây tu tập không dùng câu pháp hướng tâm để ức chế tâm khiến cho tâm không còn niệm khởi; ở đây dùng câu pháp hướng để xả tâm ly tham đoạn diệt ác pháp, để thực hiện tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ; để giữ gìn chân lý thanh thân, an lạc và vô sự, chứ không diệt ý thức để trở

thành gốc cây, cục đá.

--oOo--

KHI NÀO MỚI BẮT ĐẦU HƯỚNG TÂM

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính Bạch Thầy! Khi nào mới bắt đầu hướng tâm?

Đáp: Trước khi đi kinh hành phải hướng tâm rồi mới bước đi và đi được 10 bước lại hướng tâm một lần nữa và cứ tiếp tục 10 bước là hướng tâm một câu. Hướng tâm như vậy có nghĩa là nhắc tâm đừng quên xa lìa lòng ham muốn và các ác pháp, chứ pháp hướng tâm chưa có hiệu quả gì chỉ giúp cho chúng ta nhớ được lòng ham muốn và ác pháp để xả, đó là hiệu quả đầu tiên của pháp hướng tâm.

Ngồi tu Định Niệm Hơi Thở, sau khi tréo chân ngồi xếp bằng, lưng thẳng và toàn thân cảm giác được an ổn, bất động thì mới bắt đầu hướng tâm, sau khi hướng tâm xong, tâm chú ý vào hơi thở thì bắt đầu hít vô và thở ra, đúng 5 hơi thở hoặc 10 hơi thở rồi dừng lại tác ý hướng tâm một lần nữa như câu trên, tu tập cho đến khi xả Định Niệm Hơi Thở mới thôi.

Tóm lại, cách thức dùng pháp hướng tâm trước khi đi kinh hành rồi từ đó về sau cứ mỗi 5 bước hoặc 10 bước là hướng tâm một lần, Định Niệm Hơi Thở cũng vậy, tu tập như vậy phải siêng năng chuyên cần hằng ngày, đừng tu theo kiểu một nắng hai sương thì không có kết quả.

Pháp hướng tâm là một phương pháp dẫn tâm vào đạo. Trong kinh Pháp Cú Phật dạy:

“Tâm dẫn đầu các pháp

Tâm làm chủ tâm tạo tác...”

Pháp hướng tâm là một pháp môn rất đặc biệt, người nào siêng năng tu tập thì có đủ khả năng điều khiển làm chủ thân tâm một cách cụ thể rõ ràng. Vì thế đức Phật nói:

“Thiên thượng thiên hạ

Duy ngã độc tôn

Nhất thiết thế gian

Sanh, lão, bệnh, tử

Chỉ có ***“Tác ý một tướng khác của tướng kia thì tướng kia sẽ bị diệt sạch”***, đó là lời dạy của Phật để chúng ta theo pháp môn này tập luyện mới có đủ nội lực ngăn và diệt các ác pháp và các cảm thọ rất tuyệt vời. Kính mong quý vị đặt trọn lòng tin áp dụng vào đời sống hằng ngày sẽ thấy kết quả ngay liền ***“Pháp Ta không có thời gian đến để mà thấy...”***, đúng như lời đức Phật đã xác định.

Pháp Phật rất đơn giản và tu hành dễ dàng không có khó khăn, không có mệt nhọc như người ta tưởng, vì nó là thiện pháp, là đạo đức của mỗi con người nên con người chỉ cần có nhiệt tâm sống như lời Phật dạy là đã chứng đạt chân lý. Chỉ có những người không chịu hiểu nên tu sai, nhất là không nhận ra pháp thiện pháp, không chấp nhận sống đời đạo đức làm người thì không thể chứng đạt chân lý được. Vì chân lý là một sự thật của loài người mà ai cũng có nơi thân tâm, nó không riêng của một người nào cả.

--o0o--

TU ĐỊNH VÔ LẬU TRÊN BỐN CHỖ THÂN, THỌ, TÂM PHÁP NHƯ THẾ NÀO?

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: *Kính bạch Thầy! Khi tu Định Vô Lậu, phải dùng tâm tư duy, quán xét bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp. Xin Thầy dạy rõ hơn về cách hành.*

Đáp: Muốn tu tập Định Vô Lậu, ở đây Thầy chỉ thẳng không giải thích lòng vòng. Bắt đầu vào tu, con ngồi kiết già hoặc ngồi bán già lưng thẳng hoặc ngồi trên ghế thường hoặc đi kinh hành hoặc làm mọi việc. Tuy đi, đứng, nằm, ngồi hoặc làm mọi việc con nên để ý bốn chỗ thân, thọ, tâm và pháp của con, nếu trên bốn chỗ này có xảy ra chướng ngại pháp thì con nên quán xét chướng ngại pháp đó rồi dùng pháp hướng đẩy lui ra khỏi bốn chỗ này, khi chướng ngại pháp đã được đẩy lui ra khỏi thân tâm thì ngay đó thân tâm con được giải thoát. Thân tâm con được giải thoát tức là vô lậu, vô lậu tức là thân tâm con thanh thản, an lạc và vô sự.

Tu Định Vô Lậu tức là quán xét như thế nào để cho tâm ham muốn và các ác pháp lìa xa khỏi thân tâm của con khiến cho thân tâm con không còn phiền não đau khổ nữa.

Cách tu hành dễ nhất của nó như Thầy đã dạy ở trên.

Ví dụ: Ngồi quan sát trên bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp giống như người lính gác bốn cửa thành như sau:

1. Thấy thân yên lặng, thanh thản, an lạc và vô sự thì nên để thân tâm tự nhiên, đừng đả động đến nó.
2. Thấy tâm yên lặng, thanh thản, an lạc và vô sự thì nên để thân tâm tự nhiên, đừng đả động đến nó.
3. Thấy thọ yên lặng, thanh thản, an lạc và vô sự thì nên để thân tâm tự nhiên, đừng đả động đến nó.
4. Thấy pháp yên lặng, thanh thản, an lạc và vô sự thì nên để thân tâm tự nhiên, đừng đả động đến nó.

Cảm giác trên bốn chỗ này thấy rất rõ như vậy thì cứ để tự nhiên cho nó, có nghĩa là để cho nó tự nhiên thanh thản, an lạc và vô sự, đó là tâm không phóng dật. Tâm không phóng dật tức là tâm vô lậu.

Khi tu tập quán Tứ Niệm Xứ còn thấy thân tâm cảm nhận chướng ngại pháp:

1. Trên thân, thọ có pháp ác đến, nghĩa là con có cảm giác như: đau, nhức, ngứa, mỗi mệt, tê, nóng, rát trên thân v.v.. thì con nên quán xét mà đẩy lui nó ra khỏi thân con. Vậy đẩy lui bằng cách nào? Khi con ngồi kiết già chân bị tê, đau nhức hay nóng con muốn đẩy lui chướng ngại pháp đó thì con hãy đứng dậy đi kinh hành tức khắc đau tê nhức được đẩy lui, tức là con trở về trạng thái thân tâm thanh thản, an lạc và vô sự.
2. Trên tâm thọ có ác pháp đến, nghĩa là trong tâm con có một niệm khởi, niệm khởi ấy đem đến cho con một sự phiền não, một sự lo lắng, một sự buồn khổ, v.v.. cho đến một niệm tà lao chẳng ích lợi gì tuy nó không làm cho tâm con buồn khổ, phiền não, nhưng nó cũng làm cho tâm con mất thanh thản, an lạc và vô sự, vì vậy con cần phải đẩy lui tất cả để tâm con trở về trạng thái thanh thản, an lạc và vô sự thì mới đúng cách thức tu tập. Ở đây con phải hiểu có nghĩa là con tu tập đẩy lui như thế nào mà tâm con tự nhiên không phóng dật. Tâm con tự nhiên không phóng dật là con đã đi hết hai phần ba đường của Đạo giải thoát.
3. Trên Pháp thọ có ác pháp đến, có nghĩa là con đang sống một mình và đang quan sát thân, thọ, tâm, và pháp của con thì có một người bạn đến nói chuyện, thì con phải hiểu đó là ác pháp đến với con, khiến con mất đi trạng thái thanh thản, an lạc và vô sự, nếu con thích nói chuyện với người bạn đó hoặc con tùy thuận nói chuyện để khỏi mất lòng bạn bè, thì trong cuộc đời tu hành của con không mạnh dạn quyết tâm đẩy lui các chướng ngại pháp đó thì dù con có tu ngàn đời muôn kiếp cũng chẳng bao giờ giải thoát được, vì đó là duyên để tâm con phóng dật, mà tâm còn phóng dật

thì chẳng bao giờ hết lậu hoặc, tâm không hết lậu hoặc thì làm sao tâm hết tham, sân, si được, tâm không hết tham, sân, si thì làm sao có thiền định được.

4. Thọ thân, thọ tâm, thọ pháp như thân thọ tâm pháp ở trên đã dạy đều có ác pháp đến xâm chiếm vào thân tâm con thì con cũng quán xét đẩy lui để tâm con luôn luôn sống trong thanh thân, an lạc và vô sự.

Tóm lại, chỉ có hằng giây, hằng phút, hằng giờ, hằng ngày, hằng tháng, hằng năm, lúc nào, thời gian nào đều phải quan sát trên bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp mà đẩy lui các chướng ngại pháp trên đó, để bảo vệ chân lý. Khi nào các chướng ngại pháp không còn tác động đến bốn chỗ thân, thọ, tâm và pháp là con đã thành tựu viên mãn sự tu hành của con. Chừng đó con đã chứng đạt chân lý, có nghĩa là lúc nào con cũng sống với tâm bất động mà không một chướng ngại nào tác động được. Đến đây con đường tu tập của con đã hoàn thành, **“Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, không còn trở lui trạng thái này nữa”** .

--o0o--

VÉN MÀN NGŨ TRIỀN CÁI, BÚT SẠCH THẮT KIẾT SỬ

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Sau khi quán xét thông suốt rồi dùng pháp hướng tâm quét sạch lậu hoặc. Xin Thầy dạy cho cách vén màn ngũ triền cái, bút sạch thắt kiết sử.

Đáp: Ngồi quan sát thân, thọ, tâm, pháp của con và đẩy lui các chướng ngại pháp trên đó là cách thức con đã vén màn ngũ triền cái và bút sạch thắt kiết sử. Nhưng con phải biết rõ, phải nhận thấy tâm nào là tâm tham triền cái và tâm nào là tâm tham kiết sử, phải phân biệt cho rõ ràng. Các con đã học lớp Chánh kiến chưa? Trong lớp Chánh kiến có bài học về ngũ triền cái và Thập thắt kiết sử. Khi học xong lớp Chánh kiến thì không có một niệm ngũ triền cái hoặc một niệm thắt kiết sử nào qua mặt con được. Vì có học nên con thông suốt tất cả ngũ triền cái và thập thắt kiết sử đều là ác pháp, nên không bao giờ con lằm nó. Không bao giờ lằm nó, do đó con không chấp nhận cho nó tái diễn tới lui nên ngăn và diệt tận gốc. Khi biết rõ nó thì nhất định không làm theo nó, không làm theo nó tức là ly nó. Và không làm theo nó mãi thì nó bị diệt mất không còn tới lui nữa.

Diệt ngũ triền cái và thập thất kiết sử chỉ có tri kiến giải thoát mà **“tri kiến giải thoát ở đâu thì giới luật ở đó”**. Cho nên giới luật càng sống nghiêm túc thì tri kiến giải thoát càng thông suốt: **“Giới luật làm thanh tịnh tri kiến, tri kiến là thanh tịnh giới luật”**.

Như vậy xả tâm ly dục ly ác pháp bằng tri kiến giải thoát, chứ không phải xả tâm bằng nhiếp tâm trong hơi thở ra hơi thở vô, bằng đi kinh hành, bằng niệm Phật niệm chú, tụng kinh, bằng tham công án thoại đầu, v.v..

Muốn tu tập theo Phật giáo quý vị hãy lưu ý những lời dạy trên đây: **“Xả tâm bằng Chánh tri kiến để chứng đạt chân lý tâm thanh tịnh, an lạc và vô sự, chứ không phải xả tâm bằng chế ngự vọng tưởng chẳng niệm thiện niệm ác để kiến tánh thành Phật hoặc để được nhất tâm, nhờ đó để được Phật rước về cõi Cực Lạc Tây phương”**.

--o0o--

CÁCH THỨC TU HÀNH THẤT GIÁC CHI

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Kính bạch Thầy! Xin Thầy chỉ dạy cách tu Khinh An Giác Chi, Định Giác Chi, Xả Giác Chi và cho ví dụ để con được rõ hơn.

Đáp: Muốn tu tập Thất Giác Chi thì con phải hiểu nghĩa Thất Giác Chi cho rõ ràng rồi mới tu tập. Trong Tứ Niệm Xứ đức Phật có dạy trên pháp quán pháp: **“Lại nữa này các tỳ kheo, tỳ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với bảy Giác Chi. Nay các tỳ kheo, thế nào là tỳ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy Giác Chi? Nay các tỳ kheo ở đây tỳ kheo có Niệm Giác Chi, tuệ tri: “Nội tâm tôi có niệm giác chi”; hay nội tâm tôi không có niệm giác chi, tuệ tri: “Nội tâm tôi không có niệm giác chi”. Và với niệm giác chi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy, và với niệm giác chi đã sanh, nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy”**. Đoạn kinh này trong bài kinh Tứ Niệm Xứ trong kinh Trung Bộ thuộc tạng kinh Pali thuộc Nikaya trang 146. Đoạn kinh này nếu một người không có kinh nghiệm tu hành thì khó giảng giải nổi.

Bây giờ chúng ta trở lại bài kinh Thất Giác Chi, từ lâu chưa có ai hỏi Thầy về Thất Giác Chi, đến nay mới có một nhân duyên tốt, con hỏi Thầy cách thức tu tập nó.

Thất Giác Chi có nghĩa là bảy chi phần giác ngộ giải thoát hay là bảy pháp dùng trí tuệ hiểu biết tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết chấm dứt tái sanh luân hồi. Thất Giác Chi còn gọi là Thất Bồ Đề Phần. Thất Bồ Đề Phần thuộc về Hán tạng Tiểu Thừa kinh A Hàm.

Thất có nghĩa là bảy.

Bồ Đề có nghĩa là giải thoát.

Phần có nghĩa là chi phần, mỗi phần, mỗi pháp môn trong một chùm bảy pháp có sự liên hệ mật thiết với nhau trong sự tu tập đi đến giải thoát hoàn toàn, mà mỗi phần tu tập đều có sự giải thoát của mỗi phần, nên gọi là Bồ đề phần hay là Giác chi.

Chi phần đầu tiên của Thất Giác Chi là Niệm Giác Chi. Vậy niệm giác chi có nghĩa là gì?

1- Niệm Giác Chi có nghĩa là niệm giải thoát, niệm giải thoát có nghĩa là Chánh Niệm như Chánh Niệm trong Bát Chánh Đạo, Chánh Niệm trong Bát Chánh Đạo tức là Tứ Niệm Xứ, nên đoạn kinh Thất Giác Chi trên đã có trong bài kinh Tứ Niệm Xứ. Nhưng chúng ta nên biết Chánh Niệm tức là niệm thiện. Muốn tu tập niệm thiện thì bắt đầu tu tập pháp môn Tứ Chánh Cần. Mục đích của Tứ Chánh Cần là chấp nhận niệm thiện loại trừ niệm ác. Cho nên, toàn bộ chúng tỳ kheo đệ tử của đức Phật đều phải tu Tứ Chánh Cần, rồi sau đó tùy theo căn cơ mỗi người, có người còn tiếp tu Tứ Chánh Cần; có người tu Tứ Niệm Xứ; có người tu Tứ Như Ý Túc; có người tu Tứ Vô Lượng Tâm v.v.. đều nhằm vào ngăn ác diệt ác pháp để tâm ly dục ly ác pháp: ***“Này các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Bốn Niệm Xứ. Các bậc tỳ kheo như vậy, này các tỳ kheo, có mặt trong chúng tỳ kheo này. Này các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Bốn Chánh Cần. Các bậc tỳ kheo như vậy, này các tỳ kheo, có mặt trong chúng tỳ kheo này. Này các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Bốn Như Ý Túc. Các bậc tỳ kheo như vậy, này các tỳ kheo, có mặt trong chúng tỳ kheo này. Này các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Năm Căn. Các bậc tỳ kheo như vậy, này các tỳ kheo, có mặt trong chúng tỳ kheo này. Này các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Năm Lực. Các bậc tỳ kheo như vậy, này các tỳ kheo, có mặt trong chúng tỳ kheo này. Này***

các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Bảy Giác Chi. Các bậc tỳ kheo như vậy, này các tỳ kheo, có mặt trong chúng tỳ kheo này. Này các tỳ kheo, trong chúng tỳ kheo này, có những vị tỳ kheo là những vị sống chuyên tâm, chú tâm, tu tập Thánh Đạo Tám Ngành..”. (Đoạn kinh trên đây trong kinh Trung Bộ tập 3 trang 253 thuộc tạng Pali Nguyên Thủy).

Mặc dù trong chúng tỳ kheo, có người tu pháp này kẻ tu pháp khác nhưng chúng ta nên lưu ý 37 phẩm trợ đạo của đạo Phật không ra ngoài Đạo Đế và mục đích của các pháp môn này không ngoài sự ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp để ly dục ly ác pháp, cho nên pháp môn tuy nhiều tên nhưng tùy theo sở thích của mọi người hợp với pháp môn nào thì tu pháp môn nấy với đặc tướng của mình chứ không phải mỗi pháp môn có sự riêng biệt nhau, khác nhau, các pháp môn có sự hỗ tương cho nhau, như tu pháp này thì nó làm cho sung mãn pháp khác như kinh dạy: ***“Nhập tức xuất tức niệm, được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho Bốn Niệm Xứ được viên mãn, Bốn Niệm Xứ được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho Bảy Giác Chi được viên mãn. Bảy Giác Chi được tu tập, làm cho sung mãn, khiến cho mình giải thoát (vijjavimutti) được viên mãn”***. (Trung Bộ tập 3 trang 255).

Những lời dạy trên đây chúng ta nhận xét: tu tập Niệm Giác Chi tức là tu tập Tứ Chánh Cần, bởi vì, ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp tức là có giải thoát ngay liền, chỉ có người ở trong ác pháp thì mới không có giải thoát, còn sống trong thiện pháp thì muôn người, vạn người đều có sự giải thoát như nhau cả không có người nào là không có giải thoát. Cho nên, Niệm Giác Chi là một tên khác của Chánh Niệm, Chánh Niệm tức là Tứ Niệm Xứ mà Tứ Chánh Cần là pháp môn tu tập trên Tứ Niệm Xứ, vì thế nói đến Chánh Niệm, là nói đến Tứ Chánh Cần, Chánh tinh Tấn, Tấn lực, Tấn căn đều là Niệm Giác Chi cả. Muốn tu tập Tứ Chánh Cần thì Định Niệm Hơi Thở khéo tác ý, Định Niệm Hơi Thở tức là pháp môn Nhập Tức Xuất Tức Niệm, pháp môn Nhập Tức Xuất Tức Niệm là pháp môn ngăn ác diệt ác pháp rất hiệu quả, cho nên người tu tập Nhập Tức Xuất Tức Niệm, làm cho sung mãn khiến cho Bốn Niệm Xứ được viên mãn, khi Bốn Niệm Xứ được viên mãn tức là Bảy Giác Chi sung mãn, Bảy Giác Chi sung mãn khiến cho mình giải thoát được viên mãn. Do đoạn kinh trên đức Phật dạy, chúng ta suy ra: Tu tập Niệm Giác Chi tức là tu tập Tứ Niệm Xứ, tu tập Tứ Niệm Xứ tức là tu tập Chánh Niệm, tu tập Chánh Niệm tức là trên Bốn Niệm Xứ tu tập Tứ Chánh Cần, trên Bốn Niệm Xứ tu Tập Tứ Chánh Cần tức là tu tập Chánh Tinh Tấn, tu tập Chánh Tinh Tấn tức là tu tập gồm có: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mạng, tu tập Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng tức là tu tập Thân Hành Niệm, tu tập Thân

Hành Niệm tức là tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác Định, tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác Định tức là tu tập Định Niệm Hơi Thở và đi kinh hành, tu tập Định Niệm Hơi Thở và đi kinh hành tức là tu tập Tứ Niệm Xứ, chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: **“Này các tỳ kheo, trong khi tùy quán thân trên thân, tỳ kheo an trú, nhiệt tâm tỉnh giác chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời, trong khi ấy, niệm không hôn mê của vị ấy được an trú. Trong khi niệm không hôn mê của vị ấy cũng được an trú, này các tỳ kheo, trong khi ấy Niệm Giác Chi được bắt đầu khởi lên với tỳ kheo”**. Vậy Niệm Giác Chi là gì?

Như trên, chúng tôi đã định nghĩa Niệm Giác Chi là niệm thiện, niệm thiện tức là niệm không tham, không sân, không si, không mạn, không nghi. Niệm không tham, sân, si, mạn, nghi là niệm tâm thanh thân, an lạc và vô sự. Niệm tâm thanh thân, an lạc và vô sự là Niệm Giác Chi hay là Niệm Bồ Đề.

Ở trong Niệm Giác Chi này chúng ta suy tư, tư duy, thẩm sát các pháp thì chúng ta thấy rõ pháp ác và pháp thiện rất cụ thể rõ ràng không còn bị vô minh che đậy khiến chúng ta không lầm chấp ác pháp là thiện pháp. Khi suy tư, tư duy, thẩm sát các pháp tức đó là Trạch Pháp Giác Chi. Trạch Pháp Giác Chi là gì?

2- Trạch Pháp Giác Chi có nghĩa là chọn lựa pháp giải thoát, chọn lựa pháp giải thoát tức là chọn lựa pháp thiện. Trong kinh Trung Bộ tập 3 bài kinh Đại Kinh Bốn Mươi (trang 260), đức Phật dạy: **“Này các tỳ kheo, trong khi trú chánh niệm như vậy, tỳ kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, trong khi ấy Trạch Pháp Giác Chi bắt đầu khởi lên với vị tỳ kheo”**. Ở đây có nghĩa là chọn lựa pháp thiện là lúc tâm chúng ta đang ở trong trạng thái chánh niệm, chánh niệm tức là tâm không phóng dật, tâm không phóng dật là tâm thanh thân, an lạc và vô sự, từ trạng thái tâm này chúng ta chọn lựa pháp thiện cũng như dùng câu pháp hướng tâm một cách dễ dàng không sợ bị sự lừa đảo của tâm mình. Chọn lựa pháp thiện có hai cách:

a- Chọn lựa pháp thiện loại trừ pháp ác tức là tu tập Định Vô Lậu, mà trong kinh dạy: **“Với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy trong khi ấy Trạch Pháp Giác Chi bắt đầu khởi lên”**. Khi Trạch Pháp Giác Chi bắt đầu khởi lên tức là chúng ta biết rất rõ pháp nào thiện và pháp nào ác rất cụ thể, và chúng ta không còn lầm lạc nên diệt trừ các ác pháp và lòng ham muốn của mình rất dễ dàng, tức là đẩy lui các chướng ngại pháp trong tâm.

Người muốn tu Trạch Pháp Giác Chi thì giữ gìn tâm thanh thân, an lạc và vô sự tức là tâm tỉnh giác, ở tâm tỉnh giác đó mà Trạch Pháp Giác chi thì rất hiệu quả,

có nghĩa là ngăn ác và diệt ác pháp rất dễ dàng và dùng pháp hướng tâm điều khiển không mấy khó khăn. Cho nên kinh dạy: **“Trong khi ấy Trạch Pháp Giác Chi được tỳ kheo tu tập đi đến viên mãn”**, có nghĩa là chúng ta thường tu tập chọn lựa pháp nào thiện và pháp nào ác để loại trừ và thường hướng tâm đui ác pháp đi thì tâm của chúng ta thanh thân, an lạc, và vô sự, nhờ tâm thanh thân an lạc và vô sự chúng ta cảm thấy sự giải thoát an lạc rất rõ ràng và cụ thể, do đó tự động chúng thích tu tập Trạch Pháp Giác Chi vì tu tập Trạch Pháp Giác Chi có lợi ích thật sự cho cuộc sống của chúng ta mà trong kinh dạy: **“Này các tỳ kheo, trong khi tỳ kheo với trí tuệ suy tư, tư duy, thẩm sát pháp ấy, sự tinh tấn không thụ động bắt đầu khởi lên với tỳ kheo ấy”**. Sự tinh tấn không có thụ động tức là tự động siêng năng có nghĩa là ham thích, thích thú tu tập Trạch Pháp Giác Chi vì cảm thấy có một kết quả giải thoát an lạc rõ ràng trong thân và tâm của mình.

b- Chọn lựa câu pháp thiện dùng làm pháp hướng tâm cho đúng đối tượng pháp môn của mình đang tu. Ví dụ: đang tu định Sơ Thiên mà dùng câu pháp hướng tâm **“diệt âm thanh hay tịnh chỉ tâm tư”** là không đúng, mà phải dùng câu pháp hướng tâm **“Tâm ly dục ly ác pháp nhập Sơ Thiên”**. Sự lựa chọn như vậy gọi là Trạch Pháp Giác Chi, Trạch Pháp Giác Chi là sự chọn lựa một câu pháp để tâm mình huân tập sự giải thoát như ý muốn của mình trong ý nghĩa của câu ấy.

Vì cảm thấy sự giải thoát an lạc thật sự nên chúng ta thích thú siêng năng tu tập, sự thích thú siêng năng tu tập đó là Tinh Tấn Giác Chi. Vậy Tinh Tấn Giác Chi là gì?

3- Tinh Tấn Giác Chi có nghĩa là siêng năng tu tập Niệm Giác Chi và Trạch Pháp Giác Chi. Niệm Giác Chi và Trạch Pháp Giác Chi như trên đã dạy là chọn lựa niệm thiện, niệm thiện tức là niệm bồ đề, niệm bồ đề tức là niệm giải thoát, cho nên siêng năng tu tập niệm giải thoát tức là Tinh Tấn Giác Chi. Người siêng năng tu tập Tinh Tấn Giác Chi tức là người sống trong thiện pháp tức là người ly dục ly ác pháp, người ly dục ly ác pháp do ly dục sanh hỷ lạc, vì thế trong kinh dạy: **“Trong khi ấy tỳ kheo tu tập Tinh Tấn Giác Chi đi đến viên mãn. Hỷ không liên hệ đến vật chất được khởi lên nơi vị tinh tấn tinh cần. Này các tỳ kheo, trong khi hỷ không liên hệ đến vật chất khởi lên nơi tỳ kheo tinh tấn tinh cần, trong khi ấy Hỷ Giác Chi bắt đầu khởi lên nơi tỳ kheo”**. Bây giờ tâm chúng ta có hỷ, hỷ giải thoát là hỷ không liên hệ với vật chất tức là hỷ do ly dục ly ác pháp như trên chúng tôi đã giảng trạch, như vậy hỷ do ly dục ly ác pháp là Hỷ Giác Chi. Vậy Hỷ Giác Chi là gì?

4- Hỷ Giác Chi có nghĩa là sự vui trong giải thoát, sự vui trong giải thoát là như thế nào? Ví dụ: Có một người chửi mình mà mình không giận người đó, thấy người tức giận quá khổ, mình không ghét họ mà lại tội nghiệp cho họ, thương họ thì lúc bấy giờ nội tâm chúng ta có một niềm vui thanh thản nhẹ nhàng, niềm vui ấy gọi là Hỷ Giác Chi. Muốn tu tập Hỷ Giác Chi thì chúng ta hãy nhập vào trạng thái tâm ly dục ly ác pháp, hay nói cách khác dễ hiểu hơn là nhập vào Bất Động Tâm Định tức là chúng ta tu tập Hỷ Giác Chi. Hỷ Giác Chi thuộc về tâm. Khi tâm mới có Hỷ Giác Chi và được làm cho sung mãn thì Khinh An Giác Chi phát khởi, như trong kinh đã dạy: **“Trong khi Hỷ Giác Chi được tỳ kheo tu tập đi đến viên mãn. Thân của vị ấy được tâm hoan hỷ trở thành khinh an, tâm cũng được khinh an. Nay các tỳ kheo, trong khi tỳ kheo với ý hoan hỷ được thân Khinh An, được tâm cũng khinh an, trong khi ấy, Khinh An Giác Chi bắt đầu khởi lên nơi tỳ kheo”**. Như vậy Khinh An Giác Chi là gì?

5- Khinh An Giác Chi có nghĩa là một trạng thái an lạc giải thoát của thân, bởi vì Khinh An Giác Chi thuộc về thân. Khi một người nhập Bất Động Tâm do ly dục sanh hỷ và lạc, hỷ và lạc do Bất Động Tâm sanh ra là Hỷ Giác Chi và Khinh An Giác Chi, muốn tu tập Khinh An Giác Chi thì chỉ có nhập vào Bất Động Tâm Định, cho nên nói Hỷ Giác Chi và Khinh An Giác Chi tức là nói Định Bất Động Tâm, mà nói ly dục ly ác pháp cũng là nói Hỷ Giác Chi và Khinh An Giác Chi, nói Hỷ Giác Chi và Khinh An Giác Chi là nói kết quả của Bất Động Tâm, kết quả của Bất Động Tâm là kết quả của Tứ Niệm Xứ, kết quả của Tứ Niệm Xứ là kết quả của Niệm Giác Chi, Trạch Pháp Giác Chi và Tinh Tấn Giác Chi, vì thế trong kinh dạy: **“Và Bốn Niệm Xứ, nay các tỳ kheo, tu tập như thế nào, làm cho sung mãn như thế nào khiến cho bảy giác chi được viên mãn? Nay các tỳ kheo, trong khi tùy quán thân trên thân, tỳ kheo an trú, nhiệt tâm tỉnh giác chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời, trong khi ấy, niệm không hôn mê của vị ấy được an trú. Trong khi niệm không hôn mê của vị ấy cũng được an trú, nay các tỳ kheo, trong khi ấy Niệm Giác Chi được bắt đầu khởi lên với tỳ kheo”**. Niệm không hôn mê tức là sự tỉnh thức một cách tự nhiên, sự tỉnh thức một cách tự nhiên chính là tâm không phóng dật, tâm không phóng dật là Bất Động Tâm Định, Bất Động Tâm Định là tâm ly dục ly ác pháp, do đó lúc nào chúng ta cũng sống trong tâm không phóng dật, tâm không phóng dật là Niệm Giác Chi hiện tiền, Niệm Giác Chi hiện tiền là Trạch Pháp Giác Chi hiện tiền, Trạch Pháp Giác Chi hiện tiền là Tinh Tấn Giác Chi hiện tiền, Tinh Tấn Giác Chi hiện tiền là Hỷ Giác Chi hiện tiền, Hỷ Giác Chi hiện tiền là Khinh An Giác Chi hiện tiền, Khinh An Giác Chi hiện tiền là Định Giác Chi hiện tiền, nên kinh dạy: **“Trong khi ấy Khinh An Giác Chi được tỳ**

kheo tu tập. Trong khi ấy, Khinh An Giác Chi được tỳ kheo làm cho đi đến sung mãn. Một vị có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh. Nay các tỳ kheo, trong khi tỳ kheo có thân khinh an, an lạc, tâm vị ấy được định tĩnh, trong khi ấy Định Giác Chi bắt đầu khởi lên nơi tỳ kheo". Vậy Định Giác Chi là gì?

6- Định Giác Chi gồm có Bốn Thánh Định, Bốn Thánh Định là: Sơ Thiên, Nhị Thiên, Tam Thiên, Tứ Thiên. Khi tâm nhập được bốn loại thiên định này là nhờ pháp hướng tâm có hiệu quả tịnh chỉ các hành trong thân, nên thân tâm đều định vào nhau tức là Tâm định trên thân, thân định trên tâm. Tâm định trên thân, thân định trên tâm là một nội lực của tâm rất lớn và vi diệu, khiến cho tâm nhu nhuyễn, định tĩnh, dễ sử dụng. Lúc bấy giờ hành giả điều khiển tâm mình bằng pháp hướng Xả Giác Chi. Vậy Xả Giác Chi là gì?

7- Xả Giác Chi có hai cách:

a- Xả Giác Chi thứ nhất, chúng ta không cần nhập định Tứ Thiên mà chỉ với tâm định tĩnh chúng ta nhìn các pháp với ý niệm xả ly, không một pháp nào còn dính mắc trong thân tâm của chúng ta nữa. Toàn cả vật chất thế gian này chúng ta đã buông bỏ xuống sạch, như trong kinh dạy: ***"Trong khi Định Giác Chi được tỳ kheo tu tập. Trong khi Định Giác Chi được tỳ kheo làm cho đi đến sung mãn. Vị ấy với tâm định tĩnh như vậy, khéo nhìn sự vật với ý niệm xả ly, trong khi ấy Xả Giác Chi bắt đầu khởi lên nơi tỳ kheo"***. Đây là trong giai đoạn chúng ta sống bình thường trong tâm định tĩnh, nhu nhuyễn như lúc chuẩn bị nhập Tứ Thiên, nhưng không nhập Tứ Thiên mà ở trạng thái đó, thực hiện Xả Giác Chi.

2- Xả Giác Chi thứ hai tức là hướng tâm đến Tam Minh. Lúc bấy giờ chúng ta chứng và trú Thiên Thứ Tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh có nghĩa là tịnh chỉ hơi thở hoàn toàn. Khi nhập định này tâm chúng ta định tĩnh, thuần tịnh, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản vì thế chúng ta hướng tâm đến Tam Minh một cách dễ dàng, không có mệt nhọc không có khó khăn, như trong kinh dạy: ***"Với tâm thuần tịnh không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyễn, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản như vậy, tôi dẫn tâm hướng đến lậu tận trí. Tôi biết như thật: "Đây là khổ", biết như thật: "Đây là nguyên nhân của khổ", biết như thật: "Đây là khổ diệt", biết như thật: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt", biết như thật: "Đây là những lậu hoặc", biết như thật: "Đây là nguyên nhân của lậu hoặc", biết như thật: "Đây là các lậu hoặc được diệt trừ", biết như thật: "Đây là con đường đưa đến các lậu hoặc được diệt trừ"***.

Đoạn kinh trên đây dạy chúng ta xả lậu hoặc bằng Xả Giác Chi một cách cụ thể và rõ ràng, như trong kinh đã dạy: **“Trong khi ấy Xả Giác Chi được tỳ kheo tu tập. Trong khi ấy Xả Giác Chi được tỳ kheo làm cho đi đến sung mãn”**. Khi Xả Giác Chi được sung mãn thì tâm vị ấy biết mình đã làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt sanh tử luân hồi một cách rõ ràng, như lời đức Phật đã dạy: **“Tôi nhờ biết như vậy, thấy như vậy, tâm của tôi thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như vậy, tôi khởi lên sự hiểu biết: “Ta đã giải thoát”, Tôi biết: “Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm; không còn trở lui trạng thái này nữa”**.

Đến đây sự tu hành Bảy Giác Chi của chúng ta đã hoàn thành xong.

--o0o--

DỪNG MỘT HAY NHIỀU CÂU PHÁP HƯỚNG TRONG MỘT THỜI TU

Câu hỏi của Diệu Tâm

Hỏi: Sách ĐVXP II trang 145 (cũ). Hỏi xin các pháp hướng tu về Định Vô Lậu thì trong sách rất nhiều câu:

- Tâm phải ly dục ly ác pháp.
- Tâm phải đoạn diệt lòng ham muốn và sân si.
- Tâm phải gom vô hơi thở.
- Tâm phải tịnh chỉ tầm tứ hoàn toàn.
- Tâm phải tỉnh thức hoàn toàn, thân ngủ tâm không được ngủ.

Con thấy nhiều câu quá. Vậy ta nên dùng một câu suốt giờ tu hay dùng nhiều câu trong thời gian tu đó?

Đáp: Thấy cho nhiều câu pháp hướng tâm như vậy là để cho các con lựa chọn câu nào cho xứng hợp với đặc tướng của mình, hoặc đang tu ở pháp môn nào, giai đoạn nào thì nên chọn câu pháp hướng tâm ở giai đoạn đó, pháp môn đó cho phù hợp với sự vô lậu của pháp môn giai đoạn đó.

Điều quan trọng là khi dùng pháp hướng tâm là dùng một câu pháp hướng có hiệu quả hơn là nhiều câu hướng một lượt.

Ví dụ: Tháng thứ nhất, người mới bắt đầu tu Định Niệm Hơi Thở thì câu pháp hướng đầu tiên của nó là: **“Ý Thức phải biết hơi thở ra và hơi thở vô rõ ràng”**, và khi hơi thở trở đều tâm chú ý vào hơi thở thì thỉnh thoảng lại nhắc một câu pháp hướng khác như: **“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”**.

Sau hơn một tháng tu tập, hơi thở đã thuần thục, thời gian có tăng lên từ 1 phút đến 30 phút thì những câu pháp hướng cũng được thay đổi hoàn toàn chỉ còn giữ câu pháp hướng đầu tiên của Định Niệm Hơi Thở và không còn sử dụng những câu pháp hướng cũ.

Ví dụ: Tháng thứ hai, khi ngồi kiết già lưng thẳng xong thân tâm cảm giác được yên ổn thì dùng pháp hướng tâm: **“Ý thức phải biết hơi thở ra và hơi thở vô một cách rõ ràng”**, khi tâm đã chú ý hơi thở ra vô đều đều thì con thỉnh thoảng khoảng 5 hoặc 10 hơi thở lại hướng tâm một lần: **“Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô, cảm giác toàn thân tôi biết tôi thở ra”**, hoặc **“Cảm giác toàn tâm tôi biết tôi hít vô, cảm giác toàn tâm tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ ba con thay đổi câu pháp hướng tâm trên bằng câu: **“Cảm giác thân hành tôi biết tôi hít vô, cảm giác thân hành tôi biết tôi thở ra”** hoặc **“Cảm giác tâm hành tôi biết tôi hít vô, cảm giác tâm hành tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ tư con thay đổi câu pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác như: **“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra”**. hoặc **“An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ năm con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác như: **“Với tâm hân hoan tôi biết tôi hít vô, với tâm hân hoan tôi biết tôi thở ra”**, hoặc **“Với tâm giải thoát tôi biết tôi hít vô, với tâm giải thoát tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ sáu khi tâm con cảm thấy có sức định tĩnh con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác như: **“Với tâm định tĩnh tôi biết tôi hít vô, với tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ bảy khi tâm có sức định tĩnh pháp hướng tâm có hiệu quả hơn thì con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác như: **“Quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra”**, hoặc **“Quán ly sân tôi biết tôi hít vô, quán ly sân tôi biết tôi thở ra”**, hoặc **“Quán ly si tôi biết tôi hít vô quán ly si tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ tám khi con cảm thấy tâm mình đã ly tham, sân, si, mạn, nghi thì con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác như: **“Quán đoạn diệt lậu hoặc tôi biết tôi hít vô, quán đoạn diệt lậu hoặc tôi biết tôi thở ra”**.

Tháng thứ chín khi con cảm thấy tâm con không phóng dật tâm thường định trên hơi thở một cách tự nhiên thì con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác và tỉnh thoả hướng tâm như: **“Tâm ly dục, ly ác pháp nhập Bất Động Tâm Định”**.

Tháng thứ mười nếu con cảm thấy tâm con đã nhập được Bất Động Tâm Định thì con ở trong trạng thái Bất Động Tâm Định đó con nương vào hơi thở ra và hơi thở vô liền thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác và tỉnh thoả hướng tâm như: **“Tâm ly dục, ly ác pháp nhập Sơ Thiền”**.

Tháng thứ mười một nếu con cảm thấy tâm con đã nhập được Sơ Thiền thì con xuất ra khỏi trạng thái Sơ Thiền, tâm con trụ trên hơi thở ra và hơi thở vô thì con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác và tỉnh thoả hướng tâm như: **“Tâm phải tịnh chỉ tâm, tứ nhập Nhị Thiền”**.

Tháng thứ mười hai, nếu con cảm thấy tâm con đã nhập được Nhị Thiền thì con xuất ra khỏi trạng thái Nhị Thiền, tâm con trụ trên hơi thở ra và hơi thở vô thì con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác và tỉnh thoả hướng tâm như: **“Tâm ly 18 loại hỷ tưởng nhập Tam Thiền”**.

Tháng thứ mười ba, nếu con cảm thấy tâm con đã nhập được Tam Thiền thì con xuất ra khỏi trạng thái Tam Thiền, tâm con trụ trên hơi thở ra và hơi thở vô thì con thay đổi pháp hướng tâm trên bằng câu pháp hướng khác và tỉnh thoả hướng tâm như: **“Tâm phải tịnh chỉ hơi thở nhập Tứ Thiền”**.

Đây là những pháp hướng tâm để tu tập về Định Niệm Hơi Thở còn tu tất cả các loại định khác lần lượt Thầy sẽ dạy các con trạch pháp và dùng pháp hướng tâm cho đúng cách, trước kia Thầy chỉ kê ra cho các con biết về pháp hướng tâm chứ chưa soạn thảo một giáo trình tu tập cho các con. Tại sao Thầy không biên soạn giáo trình tu tập cho các con trước?

Tại vì, giáo pháp của kinh sách phát triển đã chìm mất giáo pháp của đức Phật, nên lúc này cần làm rõ để cho mọi người thấy đâu là chánh pháp của đức Phật và đâu là tà pháp của ngoại đạo, cho nên sự hỏi đạo của Phật tử hiện giờ là một điều cần thiết hơn là tu tập. Sau khi hỏi đạo thấu rõ chánh pháp và tà pháp thì giáo trình tu tập sẽ được ra đời, thì sự tu tập của các con không còn khó khăn nữa, nghĩa là các con được Thầy hướng dẫn từng bước tu tập, còn bây giờ các

con hỏi thì Thầy chỉ dạy lổm bổm mà thôi.

Sau này các con sẽ có một giáo trình tu học theo đúng chương trình giáo dục đào tạo những bậc tu chứng của Bát Chánh Đạo.

--o0o--

(Hết phần 2)

.....

Nguồn: Đường về Xứ Phật Tập 9 - Nhà xuất bản Tôn giáo

Tác giả: Trưởng lão Thích Thông Lạc