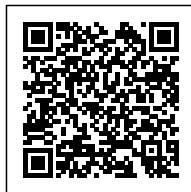
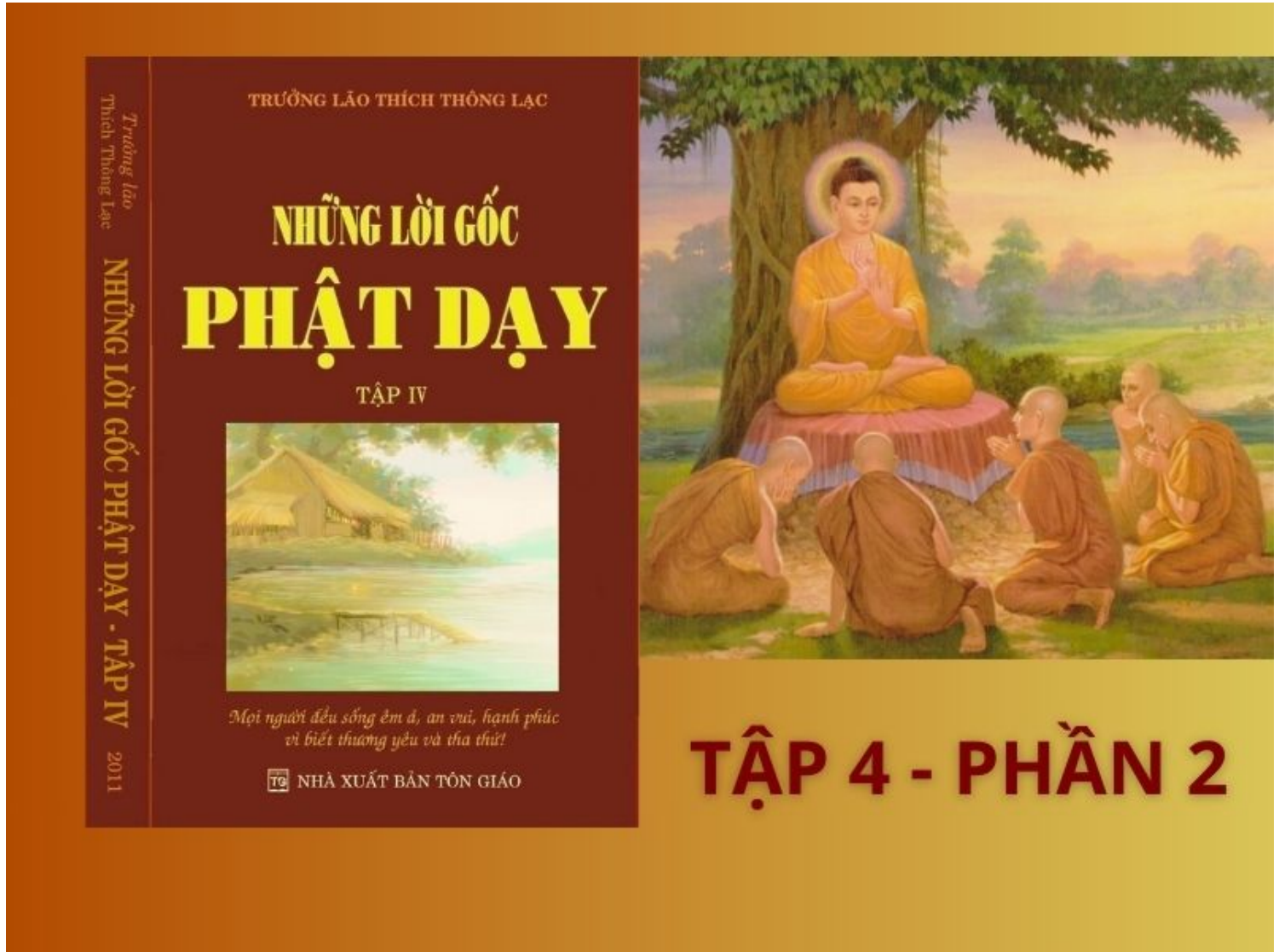


NHỮNG LỜI GỐC PHẬT DẠY - TẬP 4 - PHẦN 2



“Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất”, đó là bản tuyên ngôn của Phật giáo đã xác định tinh thần đạo đức rất đúng, không còn ai dám thay đổi. Cho nên, hiện giờ muốn chấn chỉnh lại Phật giáo, là nên chấn chỉnh lại toàn bộ giới luật

Tiếp theo: Những lời gốc Phật dạy - Tập 4 - Phần 1

**CÁI THẤY, CÁI NGHE, CÁI CẢM THỌ, CÁI TƯỞNG, CÁI THỨC TRI
KHÔNG PHẢI CỦA CON NGƯỜI**

LỜI PHẬT DẠY

“Vậ này Bàhiya, Ngươi cần phải học tập như sau: “Trong cái thấy sẽ chỉ là cái thấy. Trong cái nghe sẽ chỉ là cái nghe. Trong cái thọ tưởng sẽ chỉ là cái thọ tưởng. Trong cái thức tri sẽ chỉ là cái thức tri”. Do vậy, này Bàhiya, Ngươi không là chỗ ấy”.

(Tạng kinh Phật Tự Thuyết trang 298)

CHÚ GIẢI:

Trong kinh sách tưởng giải phát triển sau thời đức Phật thường cho rằng: cái biết, cái thấy, cái nghe là Phật tánh, còn ở kinh này đức Phật lại dạy khác: **“Cái biết, cái thấy, cái nghe không phải là Ngươi, là của Ngươi”**. Sau khi ngộ được lý này, Bàhiya là một tu sĩ ngoại đạo đã giác ngộ được Niết Bàn và chứng quả A La Hán.

Câu chuyện xảy ra trong thời đức Phật như sau: **“Bà La Môn Bàhiya được mọi người cung kính, tôn trọng, cúng dường... nên Ông nghĩ rằng: “Vói ai là bậc A La Hán hay đang đi trên đường A La Hán, thì Ta là một trong những vị ấy”**. Được biết những tư tưởng này, có một người thân của Bà La Môn Bàhiya nói: **“Này Bàhiya, Ngươi không phải là A La Hán và cũng không phải người đang đi trên con đường A La Hán. Ngươi không có đạo lộ ấy. Ngươi nên đến yết kiến Tôn Giả Gotama, bậc A La Hán Chánh Đẳng Giác thì người sẽ rõ”**.

Sau khi đến gặp Tôn Giả Gotama ba lần hỏi đạo, trong khi đức Phật đang đi khát thực, nên không thể giảng nói dài dòng được. Vì thế đức Phật chỉ thẳng: **“Cái biết, cái thấy, cái nghe không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta”**. Khi được đức Phật trả lời như vậy thì Bàhiya đã hiểu rõ con đường dẫn đến giải thoát không có gì hơn là các pháp trên thế gian này không có vật gì là ta, là của ta, là bản ngã của ta chỉ cần buông xuống biết là ngay đó chứng quả A La Hán.

“Buông xuống đi! Buông xuống đi!

Chớ giữ làm chi có ích gì?

Thở ra chẳng lại còn chi nữa,

Vạn sự vô thường buông xuống đi !”.

Buông xuống hết tất cả các bạn còn có cái gì, các bạn có biết không?

Buông xuống hết chỉ còn là một tâm thanh thản, an lạc và vô sự các bạn ạ! nơi đó là quả vị A La Hán.

Sau khi được Phật khai ngộ xong, thì hôm ấy Bàhiya đã bị bò húc chết. Trong lúc bị bò húc ông không bối rối sợ hãi chỉ bình tĩnh giữ tâm thanh thản, an lạc và vô sự, vì lúc bấy giờ thân tâm này không phải là ông, là của ông, là bản ngã của ông, nên ông thanh thản, an lạc và vô sự trong trạng thái ấy (Đại Bát Niết Bàn).

Khi đám tang Ông xong nhiều người đến hỏi Phật: “*Bà La Môn Bàhiya chết đi về đâu?*”. Đức Phật xác định: Với thành tâm thừa hỏi pháp, với lòng tin bất diệt của Bà La Môn Bàhiya khi nhận ra tất cả các pháp không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta thì ông chỉ còn nhận ra trạng thái tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ. Nhờ sống trong trạng thái tâm bất động ấy. Ông đã Nhập vào Đại Bát Niết Bàn và chấm dứt tái sinh luân hồi. Các bạn hãy đọc kỹ lưỡng lại đoạn kinh này: ***“Này các Tỳ kheo, Hiền trí là Bàhiya đã hành trì tùy pháp, đúng pháp và không có phiền nhiễm Ta với những tranh luận về pháp. Này các Tỳ kheo, Bàhiya đã nhập Niết Bàn”***.

Tóm lại, người tu theo Phật giáo đâu phải tu tập khó khăn như người ta tưởng mà chỉ cần biết buông xả cho thật sạch dục và ác pháp, thì quả A La Hán ở tại đó.

Thường trong kinh điển Phật giáo có người nghe Phật thuyết pháp xong liền chứng đạo. Điều này có thật hay không? Điều này có thật. Vì có nhiều người đã tu chứng quả A La Hán mà không biết cứ nghĩ rằng quả A La Hán là cao siêu, là tu tập khó chứng lắm, nhưng không ngờ nó lại ở trong tầm tay của mọi người. Người tu hành chỉ cần biết buông xả từ bỏ tâm tham, sân, si thì ngay đó là Niết Bàn, là chứng quả A La Hán.

Trong Thanh Tịnh Đạo có một vị Thượng Tọa tu chứng quả A La Hán mà không biết, đến khi nhờ người thị giả đỡ ngồi dậy thì biết ngay đó là mình đã chứng quả A La Hán.

Các bạn hãy đọc một đoạn trong Luận Thanh Tịnh Đạo số 135 trang 74 nói về một vị trưởng lão bệnh đang nằm chờ chết. Tăng chúng và Phật tử đến hỏi thăm Ngài tu hành có đắc địa vị siêu thế (A La Hán) không? Ngài bảo: ***“Ta không đắc địa vị siêu thế nào hết”***.

Khi ấy có một vị Tỳ kheo trẻ tuổi làm thị giả theo hầu Ngài và bảo: “Bạch Đại Đức mọi người vì tưởng Ngài đã đắc Niết Bàn nên mới đi hàng chục dặm đường để đến đây hỏi thăm Ngài, Ngài trả lời như vậy, họ sẽ vô cùng thất vọng. Tu hành như Ngài không lẽ chỉ chết như một phàm phu thường tình thì đau lòng lắm!

Vị trưởng lão trả lời: “Này Hiền giả vì muốn gặp đức Thế Tôn tương lai (Metteyya) nên ta không nỗ lực để đắc tuệ giác. Vậy bây giờ Hiền giả hãy đỡ ta ngồi dậy may ra có đắc chăng?

Vị Tỳ kheo liền đỡ Ngài dậy rồi đi ra. Khi vị Tỳ kheo ấy vừa ra khỏi, Trưởng Lão liền đắc quả A La Hán, và khảy móng tay ra hiệu Tăng chúng tụ lại bạch Ngài:

- Bạch Đại Đức, Ngài đã làm một việc rất khó, là hoàn thành Thánh quả vào lúc lâm

chung.

- Chư Hiền việc ấy không khó. Nhưng Ta sẽ bảo cho chư Hiền biết là việc gì khó thật sự. Chư Hiền, từ khi xuất gia cho đến ngày nay, Ta không thấy có một hành vi nào Ta làm mà không ý thức, không có Chánh niệm kèm theo”.

Đọc đoạn luận trên đây chúng ta nhận xét câu: **“Từ khi xuất gia cho đến ngày nay Ta không thấy có một hành vi nào, Ta làm mà không ý thức, không có chánh niệm kèm theo”**. Đọc xong đoạn luận này chúng ta rất thấm thía cái khó của người tu hành theo đạo Phật không phải chỗ nhập Bốn Thánh Định, thực hiện Tam Minh chứng quả A La Hán mà ở chỗ **Tỉnh Giác Chánh Niệm**. Có tỉnh giác chánh niệm ta mới buông xả sạch dục và ác pháp. Khi buông xả sạch dục và ác pháp là chứng quả A La Hán, chứ không phải còn tu tập pháp môn nào cả. Đạo Phật thì chỉ có tu tập bấy nhiêu thôi.

Vị Trưởng lão này đã trình bày cho chúng ta thấy pháp hành và kết quả của chánh niệm tỉnh giác. Nhưng Ngài không biết đó là chứng quả A La Hán nên chờ đợi đức Thế Tôn tương lai để xác định chỗ tu của Ngài.

Trong khi Ngài bệnh đau đang nằm chờ chết, không ngồi dậy nổi, mới khởi ý nhờ vị Tỳ kheo trẻ tuổi đỡ dậy, trong khi mọi người đến thăm.

Khi khởi ý muốn ngồi dậy, đó là Ngài đang sử dụng “DỤC NHƯ Ý TỨC” nhưng Ngài không biết. Khi được ngồi dậy Ngài thấy mình không còn bệnh đau yếu đuối nữa. Ngài mới biết mình đã chứng quả A La Hán vô lậu. Vì vô lậu nên tác ý muốn ngồi dậy bệnh liền biến mất và Ngài tự tại ra đi.

Chính chỗ này là chỗ tâm thanh thản, an lạc và vô sự là quả A La Hán mà có ai ngờ đâu. Khi sử dụng năng lực của Tứ Thần Túc thì mới biết mình chứng quả A La Hán. Hoặc có người chỉ thẳng cho ta thì ta mới nhận ra trạng thái tâm thanh thản, an lạc và vô sự là trạng thái chứng quả A La Hán.

Trong thời đức Phật còn tại thế có nhiều vị Bà La Môn đã tu tập được tâm thanh thản, an lạc và vô sự. Nhưng không biết đó là quả A La Hán nên khi nghe đức Phật khai ngộ thì họ mới nhận ra. Khi đã nhận ra mới biết mình đã chứng quả A La Hán. Cho nên, có những đoạn kinh khi đức Phật giảng xong là có người chứng quả A La Hán ngay liền, là vì họ tu tập rất lâu mới chứng đạt được chỗ tâm **Chánh Niệm Tỉnh Giác** như vị Trưởng lão trong Luận Thanh Tịnh Đạo đã nói: **“Việc chứng quả A La Hán không khó, nhưng Ta sẽ bảo cho chư Hiền biết là việc gì khó thật sự. Chư Hiền, từ khi Ta xuất gia cho tới ngày nay, Ta không thấy có một hành vi nào ta làm mà không ý thức, không có chánh niệm kèm theo”**.

Vị Trưởng lão tu như vậy, sống như vậy, làm sao không chứng quả A La Hán được. Phải không các bạn?

Cho nên, các bạn đừng hỏi chứng quả A La Hán. Mà hãy hỏi các bạn có Tỉnh Giác Chánh Niệm trong từng hành động của các bạn chưa?

Quả A La Hán không khó mà khó ở chỗ Chánh Niệm Tỉnh Giác xin các bạn hãy lưu ý điều này để sự tu tập của các bạn có kết quả tốt đẹp.

NHIẾP PHỤC THÂN TÂM

LỜI PHẬT DẠY

“Trong khi Thế Tôn an cư trong mùa mưa, một cơn bệnh trầm trọng khởi lên, rất đau đớn gần như muốn chết. Nhưng Thế Tôn giữ tâm Chánh Niệm Tỉnh Giác, chịu đựng cơn đau ấy. Không một chút ta thán. Thế Tôn tự nghĩ: “Thật không hợp lẽ nếu ta diệt độ mà không có một lời với các đệ tử hầu cận Ta, không từ biệt chúng Tỳ kheo. Vậy Ta hãy lấy sức tinh tấn, nhiếp phục cơn bệnh này, duy trì mạng căn và tiếp tục sống. Và Thế Tôn với sức tinh tấn nhiếp phục bệnh ấy duy trì mạng căn”.

Rồi Thế Tôn lành bệnh. Sau khi lành bệnh không bao lâu, đức Phật rời khỏi...”.

(Kinh Trường Bộ tập I trang 582, kinh Đại Bát Niết Bàn).

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh này xác định về thân bệnh rất rõ ràng: Thân tứ đại là thân nhân quả. Thân nhân quả là thân vô thường, thân vô thường là phải có bệnh tật và khổ đau, dù người đó đã tu chứng đạo như đức Phật, nhưng thân nhân quả phải bệnh tật như những thân nhân quả khác, chứ không phải người chứng đạo là thân nhân quả không có bệnh tật. Đó là qui luật chung nhân quả của các pháp do duyên hợp thành, nên có thân phải có bệnh tật, nhưng đạo Phật làm chủ sanh, già, bệnh, chết một cách dễ dàng, không có khó khăn, không có mệt nhọc. Vì thế, đối với bệnh tật đức Phật chỉ dùng Chánh Niệm Tỉnh Giác và tinh tấn tác ý đẩy lui bệnh tật ra khỏi thân Tứ Đại.

Đọc đoạn kinh trên đây chúng ta thấy rất rõ ràng: ***“Trong khi Thế Tôn an cư trong mùa mưa, một cơn bệnh trầm trọng khởi lên, rất đau đớn, gần như muốn chết”.*** Đúng vậy, dù tu hành có chứng đạo nhưng thân tứ đại vẫn là thân tứ đại nên phải bệnh tật đau khổ cũng như mọi thân người khác. Nhưng người tu hành theo Phật giáo có pháp hành Định Niệm Hơi Thở, có pháp hành Tứ Niệm Xứ. Tứ Niệm Xứ sung mãn thì có đủ năng lực Bảy Giác Chi, là có Tứ Thần Như Ý Túc. Nhờ đó nên nhiếp phục và đẩy lui tất cả bệnh tật không có khó khăn,

không có mệt nhọc như trên đã nói. Cho nên, người tu theo Phật giáo không đi bác sĩ, không nằm bệnh viện. Còn những người tu hành không đúng chánh pháp như các Thầy Đại Thừa và Thiền Tông không làm chủ được bệnh tật nên phải đi bác sĩ, nằm bệnh viện uống thuốc và chích thuốc. Họ đã tu hành sai pháp, chứ pháp môn của Phật là pháp môn làm chủ sanh, già, bệnh, chết rất tuyệt vời, nó giúp cho người tu hành làm chủ sanh tử chấm dứt luân hồi.

Trên đây là một đoạn kinh dạy trị bệnh rất hay, cụ thể và rõ ràng. Đoạn kinh này chỉ có người tu chứng mới hiểu được nghĩa vì đó là kinh nghiệm bản thân, còn các nhà học giả, khi đọc đến đoạn kinh này họ đều giảng dạy lướt qua, chứ không thể nào hiểu được. Do không hiểu nên không nêu rõ ý nghĩa cách thức làm chủ bệnh. Đây các bạn hãy lắng nghe lời dạy này: **“Nhưng Thế Tôn giữ tâm Chánh Niệm Tỉnh Giác chịu đựng cơn đau ấy, không một chút ta thán”**.

Đọc câu kinh này, các bạn có biết rõ Phật đang trị bệnh của mình, như thế nào không?

Câu kinh này lời dạy quá cô đọng, khiến cho người đọc đến đây không biết đức Phật dùng pháp môn nào để đối trị thân bệnh của mình gần như sắp chết.

Kính thưa các bạn! Nếu các bạn không hỏi ý nghĩa của đoạn kinh này thì các bạn chẳng bao giờ biết Phật dùng pháp môn nào để đẩy lui bệnh cả. Chúng tôi xin các bạn lưu ý những cụm từ **Chánh Niệm Tỉnh Giác**. Chánh Niệm Tỉnh Giác là tên một pháp môn trong 4 pháp môn mà đức Phật dạy cho chúng ta đầu tiên khi mới bước chân vào đạo tu tập, đó là pháp môn Tứ Chánh Cần. Trong pháp môn Tứ Chánh Cần gồm có:

- 1 - Chánh Niệm Tỉnh Giác Định
- 2 - Định Vô Lậu
- 3 - Định Sáng Suốt
- 4 - Định Niệm Hơi Thở

Bây giờ các bạn đã hiểu rõ Chánh Niệm Tỉnh Giác là một pháp môn đối trị bệnh tật mà ở đây đức Phật đã dùng nó để trị bệnh gần chết của mình. Nhưng Chánh Niệm Tỉnh Giác chỉ là để chịu đựng cơn đau cũng giống như người ôm phao vượt biển. Như đoạn kinh trên đã dạy: **“Giữ tâm Chánh Niệm Tỉnh Giác chịu đựng cơn đau không một chút ta thán”**. Cho nên, khi có những cơn đau như dao cắt ruột thì chỉ còn có cách giữ gìn tâm Chánh Niệm Tỉnh Giác trên Thân Hành Niệm Nội (hơi thở) hay Thân Hành Ngoại (hành động tay chân) nhờ giữ tâm tỉnh giác trên thân hành ta mới chịu đựng được những cơn đau như ai cắt ruột, bứt gan.

Đối với đạo Phật đây là phương pháp đầu tiên để chiến thắng giặc sanh tử, giặc bệnh tật và giặc luân hồi. Đối với những loại giặc này, nếu các bạn không chịu rèn luyện tu tập cho thuần thục, nhu nhuyễn những pháp môn này thì rất khó cho các bạn chiến thắng chúng.

Kính thưa các bạn! Ở đây đức Phật đã thực hiện các pháp môn này để trị ngay trên thân bệnh gần chết của mình, hành động ấy rất rõ ràng và cụ thể nhất trong đoạn kinh này. Nhờ đó lòng tin các bạn lại càng gia tăng lên bội phần; nhờ đó sự học tập và tu luyện lại càng siêng năng

hơn. Lúc nào cũng lấy gương hạnh của Phật mà áp dụng vào cho mình; nhờ biết dùng những pháp môn này để đối trị những ác pháp đang tấn công ào ạt vào thân tâm; nhờ có những pháp môn này mà tâm các bạn mới bất động hoàn toàn, mới ly dục ly ác pháp được trọn vẹn.

Kính thưa các bạn! Như các bạn đã biết Chánh Niệm Tỉnh Giác trên thân hành là pháp môn để vượt qua những cơn đau ghê gớm, khốc liệt như dao cắt, nhưng với hành giả Phật giáo nhờ Chánh Niệm Tỉnh Giác nên không một chút rên la kêu khóc. Đó là phương pháp vượt qua cơn đau, chứ không phải là phương pháp trị cơn đau. Xin các bạn lưu ý: Nó giống như người bị sóng gió ba đào giữa biển chỉ còn ôm phao vượt biển, nó giống như lỗ châu mai của người lính đánh trận, khi giặc bắn rát quá chỉ còn núp dưới lỗ châu mai để tránh đạn, chờ lúc nào thuận tiện nhào lên là đánh lại ngay liền. Với giặc sinh tử khôn ngoan vô cùng chúng đánh chúng ta nhiều mặt, nếu không kịp phát hiện ra là chúng ta bị thua trận ngay liền. Vậy đánh lại ngay liền là đánh bằng pháp môn nào?

Chúng ta hãy đọc đoạn kinh thứ hai để xem đức Phật dùng pháp môn gì để nhiếp phục cơn đau và duy trì mạng căn để tiếp tục sống.

Đây, chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: **“Thế Tôn tự nghĩ: “*Thật không hợp lẽ nếu Ta diệt độ mà không có một lời với các đệ tử hầu cận Ta, không từ biệt chúng Tỳ kheo. Vậy Ta hãy lấy sức tinh tấn, nhiếp phục cơn bệnh này, duy trì mạng căn và tiếp tục sống*”.**

Kính thưa các bạn! Các bạn hãy lưu ý những cụm từ dưới đây, đó là những cụm từ cần phải hiểu nghĩa rõ ràng:

- 1- Hãy lấy sức tinh tấn.
- 2- Nhiếp phục cơn bệnh này.
- 3- Duy trì mạng căn và tiếp tục sống.

Cụm từ thứ nhất có nghĩa là hãy lấy sức tinh tấn, tức là phải siêng năng ôm pháp môn cho thật chặt, không được lơ lửng. Như người ôm phao vượt biển.

Ví dụ: Khi thân bị bệnh đau bất cứ chỗ nào, nặng nhẹ mặc kệ chúng ta hãy cố gắng dựng thân ngồi kiết già sừng sững đừng nên nằm, rồi nhiếp tâm thanh thân, an lạc và vô sự, khi tâm thanh thân, an lạc và vô sự thì tâm định trên hơi thở ra hơi thở vào một cách nhẹ nhàng rõ ràng và cụ thể. Khi biết tâm đã định trên hơi thở như vậy thì chúng ta tác ý nhắc: **“Thọ là vô thường cái đau bệnh này phải đi khỏi nơi thân tâm ta”** (Nhất là phải chỉ rõ bệnh gì? Bệnh ở đâu?). Khi tác ý xong câu này thì tiếp tục tác ý câu thứ hai: **“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra”**. Khi tác ý xong thì cứ bám cho chặt trong hơi thở vô, hơi thở ra, ý thức chỉ biết hơi thở vô ra đều đặn, đừng lưu ý đến bệnh đau, thỉnh thoảng lại tác ý: **“Thọ là vô thường cái thân bệnh này hãy đi! ĐI! ĐI cho khỏi thân ta”**. Trên đây là phần nhiếp phục cơn bệnh đau mà trong kinh chỉ nói vắn tắt, khiến cho mọi người khó hiểu vì lời dạy quá cô đọng: **“Ta hãy lấy sức tinh tấn nhiếp phục cơn bệnh này”**, đọc đến đây không ai biết pháp trị bệnh của đức Phật như thế nào? Nếu chúng tôi

không giải thích thì các bạn không bao giờ hiểu rõ nghĩa lý của đoạn kinh này thì muôn đời đoạn kinh này vẫn khép kín mà các nhà học giả không bao giờ khám phá ra được. Phải không các bạn? Đó là pháp môn như lý tác ý và pháp môn Định Niệm Hơi Thở.

Cụm từ thứ ba là duy trì mạng căn và tiếp tục sống, lời dạy này cũng làm mọi người không thể hiểu.

Thưa các bạn! Khi duy trì mạng căn và tiếp tục sống thì chúng ta phải tu tập pháp môn gì đây? Đó là pháp môn Tứ Niệm Xứ các bạn ạ! Pháp môn Tứ Niệm Xứ còn gọi là pháp môn quét tâm. Đây các bạn hãy lắng nghe pháp môn quét tâm:

“1- Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu.

2- Trên thọ quán thọ để khắc phục tham ưu.

3- Trên tâm quán tâm để khắc phục tham ưu.

4- Trên pháp quán pháp để khắc phục tham ưu”.

Bốn pháp môn Tứ Niệm Xứ này chúng ta phải tu tập như thế nào?

Kính thưa các bạn! Muốn trả lời câu hỏi này, xin các bạn hãy trả lời câu hỏi của chúng tôi. Khi thân tâm các bạn không có chướng ngại pháp thì trạng thái ấy là gì? Các bạn không trả lời được chúng tôi xin trả lời thay. Đó là trạng thái tâm thanh thản, an lạc và vô sự. Các bạn có nhận ra trạng thái này chưa? Nếu chưa thì các bạn hãy ngồi yên lặng rồi quan sát thân, thọ, tâm, pháp thì chỉ trong phút giây các bạn sẽ nhận ngay liền. Nếu các bạn đã nhận ra thì đó là trạng thái của tâm Tứ Niệm Xứ. Khi có một niệm ác tác động vào thân tâm của các bạn thì các bạn quan sát thấy ngay liền. Lúc bấy giờ các bạn dùng cây chổi thần pháp môn như lý tác ý mà quét niệm ác đó ra liền, như đoạn kinh trên đức Phật giữ tâm Chánh Niệm Tỉnh Giác, chịu đựng cơn đau ấy, không rên la một chút xíu nào cả. Từ bất động tâm ấy rồi siêng năng dùng pháp như lý tác ý quét bệnh ra như trên đã dạy. Cuối cùng đẩy lui được bệnh thì thân tâm trở về trạng thái thanh thản, an lạc và vô sự.

Thưa các bạn! Trạng thái tâm thanh thản, an lạc và vô sự trong đó còn có tâm tham, sân, si hay những sự phiền muộn khổ đau nữa không? Nếu có khổ đau, có phiền não, còn tham, sân, si thì làm sao gọi là tâm thanh thản, an lạc và vô sự được. Phải không các bạn?

Người đời vì tâm còn tham, sân, si dễ sanh ra phiền muộn, khổ đau nên tuổi thọ giảm dần, vì thế nên không duy trì mạng căn được và không thể tiếp tục sống lâu được. Cho nên, đoạn kinh này dạy: **“Duy trì mạng căn tiếp tục sống”** tức là đức Phật đang giữ gìn tâm thanh thản, an lạc và vô sự, đó là phương pháp duy trì mạng căn và tiếp tục sống trường thọ.

Kính thưa các bạn! Phật pháp không dối người, chỉ có con người không chịu tu tập nên không làm chủ sự khổ đau của kiếp người mà thôi. Bài kinh Đại Bát Niết Bàn đã xác định rõ ràng. Pháp môn nào đẩy lui bệnh tật và pháp môn nào duy trì mạng căn sống lâu muôn tuổi như trên đã chú thích. Đây là những lời Phật dạy chứ không phải chúng tôi tự kiến giải theo kiểu Đại Thừa. Xin các bạn tư duy cho kỹ đừng vội bảo rằng chúng tôi đúng mà cũng đừng vội bảo

rằng chúng tôi sai. Vì những lời dạy này sẽ được áp dụng vào đời sống của mọi người. Và những kết quả đối trị được những bệnh tật của cơ thể, thì đó sẽ là câu trả lời đúng, sai.

Đây là một bài kinh rất sống động, chính lấy thân Phật làm một thí điểm để áp dụng các pháp mà đức Phật đã dạy chúng ta. Như vậy rõ ràng đức Phật do từ các pháp môn này mà làm chủ sự sống chết, bệnh tật thì chúng ta cũng ngay từ trên các pháp môn này mà tu tập thì cũng làm chủ được sự sống chết, bệnh tật và kéo dài tuổi thọ, muốn sống muốn chết tự tại như Phật ngày xưa.

Một bài pháp có giá trị lợi ích rất lớn cho loài người. Xin các bạn hãy lưu ý và đặt trọn lòng tin nơi pháp bảo này để mang lại lợi ích cho mình, cho người, nhờ đó Phật pháp sẽ sáng chói huy hoàng mãi mãi muôn đời.

PHÁP MÔN TÁC Ý

LỜI PHẬT DẠY

“Này Ananda Ta nay đã già, đã thành bậc trưởng thượng, đã đến tuổi lâm chung, đã đến 80 tuổi.

Này Ananda, như cỗ xe đã già mòn, sở dĩ còn chạy được là nhờ dây thừng chằng chặt, cũng vậy thân Như Lai được duy trì sự sống giống như chính nhờ chống đỡ dây chằng.

Này Ananda, chỉ khi Như Lai không tác ý đến tất cả tướng, với sự diệt trừ một số cảm thọ, chúng và trú vô tướng tâm định, chính khi ấy thân Như Lai được thoải mái”.

(Kinh Trường Bộ tập I trang 584, kinh Đại Bát Niết Bàn)

CHÚ GIẢI:

Kính thưa các bạn! Đoạn kinh trên đây, chỗ chúng ta chú ý là pháp môn “**Tác Ý**”, nhờ có tác ý mà đức Phật diệt trừ được một số cảm thọ tức là bệnh đau, nhờ có tác ý mới chúng và an trú trong vô tướng tâm định, nên thân tâm Phật mới được thoải mái, an lạc, nhẹ nhàng.

Như vậy, đoạn kinh này dạy rất cụ thể, rõ ràng, khi đức Phật xác định thân tứ đại của mình già yếu lúc 80 tuổi: ***“Này Ananda, Ta nay đã già, đã thành bậc trưởng thượng, đã đến tuổi lâm chung, đã đến 80 tuổi”***. Đúng vậy thời gian này đức Phật đã già yếu, thân tứ đại đã cằn cỗi, suy mòn chỉ còn chờ bỏ xác thân này nữa mà thôi.

Kính thưa các bạn! Đối với đạo Phật có đôi mắt nhìn các pháp trên thế gian như thật, bởi vì tất cả pháp đều chịu chung một qui luật vô thường. Trên đời này không có một pháp gì (một vật

gì) tồn tại mãi, dù cho đất, đá, núi, sông; dù cho trăng, sao, mặt trời, trái đất vẫn phải theo qui luật vô thường hoại diệt.

Người tu theo Phật giáo không bao giờ tham sống, sợ chết; không bao giờ ước mong cho thân này sống lâu, trường thọ muôn tuổi, mà chỉ sống, sống có ích lợi cho loài người, cho thế gian này, còn sống không ích lợi thì họ sẽ ra đi chẳng hề thương tiếc một vật gì cả. Danh lợi đối với họ chẳng có nghĩa lý gì, như sương mai buổi sáng, như nước chảy qua cầu.

Kính thưa các bạn! Sự vô thường ấy của vạn vật, chính vì vạn vật do từ các duyên nhân quả tạo thành, nên phải theo định luật duyên hợp mà có thành, có hoại. Dù cho Tiên đạo, Yoga có cố gắng tu tập để thân tứ đại này bất tử. Nhưng không thể làm trái lại với qui luật vô thường của luật nhân quả được. Ngoại trừ tất cả các tôn giáo chỉ có Phật giáo mới làm chủ được nhân quả. Các bạn hãy lắng nghe đức Phật dạy: **“Này Ananda, nay Như Lai đã tu Bốn Thần Túc, tu tập nhiều lần, thật lão luyện, thật chắc chắn, thật bền vững, điều luyện, thiện xảo. Này Ananda, nếu Như Lai muốn có thể sống đến một kiếp hay phần kiếp còn lại”**. Đấy các bạn có nghe thấy chẳng? Phật pháp có thể duy trì mạng sống, nhưng sống để làm gì? Sống phải có ý nghĩa với đời, có lợi ích cho mọi người, chứ sống không ý nghĩa, không ích lợi thì sống để làm gì? Khi đã tự tại trong sự sống chết mà sống không ý nghĩa, không lợi ích cho đời, thì chết đi lại càng tốt hơn. Phải không các bạn?

Nhưng thưa các bạn! Một ảo vọng trường sinh bất tử, Tiên đạo đã lừa đảo vua Đường Minh Hoàng bỏ bao công sức đi tìm thuốc trường sinh bất tử, nào có được gì đâu? Cuối cùng Đường Minh Hoàng vẫn phải theo luật vô thường sinh diệt, không thể nào làm khác được (điều đáng thương cho Đường Minh Hoàng đã bị lừa đảo mà không biết). Thật đáng thương thay!

Ở đây, đạo Phật đã xác định rõ ràng về thân tứ đại vô thường: **“Ta nay đã già, đã thành bậc trưởng thượng, đã đến tuổi lâm chung, đã đến 80 tuổi. Này Ananda như cỗ xe đã già mòn, sở dĩ còn chạy được là nhờ dây thắng chằng chặt, cũng vậy thân Như Lai được duy trì sự sống giống như chính nhờ chổng đỡ dây chằng. Này Ananda, chỉ trong khi Như Lai không tác ý đến tất cả tướng, với sự diệt trừ một số cảm thọ, chúng và an trú vô tướng tâm định, chính khi ấy thân Như Lai được thoải mái”**.

Thân tứ đại vô thường khi già yếu suy mòn thì biết bao nhiêu cảm thọ (bệnh tật) đổ dồn ra, dù đức Phật đã tu hành chứng đạo, có đầy đủ Tứ Thần Túc nhưng qui luật nhân quả vô thường không tha thứ cho một ai, khi còn mang thân tứ đại nhân quả này thì còn bị qui luật nhân quả không ai thoát khỏi. Nếu đức Phật không có pháp môn như lý tác ý thì làm sao diệt trừ được một số các cảm thọ tức là bệnh đau? Làm sao giữ tâm bất động được. Phải không các bạn?

Đọc đến đoạn kinh này chúng ta rất thương xót tất cả chúng sanh, khi thân tứ đại của họ già yếu suy mòn, không một người nào tránh khỏi qui luật nhân quả này. Vì thế, mọi người đều phải có ngày già yếu. Già yếu thì nay đau bệnh này, mai đau bệnh khác, khi thời tiết thay đổi thì thân đau nhức khắp người, thật là khổ sở vô cùng, vô tận. Phải không các bạn?

Tóm lại, đoạn kinh trên, nếu ai tu tập nhiếp tâm và an trú tâm được trên thân hành nội hay thân hành ngoại là có thể đẩy lui được bệnh khổ trên thân làm chủ được bệnh tật. Do những

lời dạy này mà Thầy đã thiện xảo biến đề mục thứ năm của Định Niệm Hơi Thở trở thành một pháp môn thân hành đưa tay ra đưa tay vô để nhiếp phục mọi bệnh khổ trên thân của các bạn bằng câu tác ý: **“An tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra”**. Các bạn có tin pháp này không? Nó là pháp môn Thân Hành Niệm đầy các bạn! Nếu tin thì các bạn tu tập sẽ đem lại lợi ích lớn cho các bạn, các bạn sẽ đẩy lui được bệnh khổ trên thân, chứ Thầy đâu có lợi ích gì. Phải không các bạn?

Tất cả những lời Phật dạy đều đem lại lợi ích cho mọi người, cho tất cả chúng sanh, Những lời dạy của đức Phật, không có lời dạy nào vô ích. Các bạn cứ xét xem lại trong bốn tập Những Lời Phật Dạy có lời nào dạy thừa dư không lợi ích chưa? Lời dạy nào cũng đều mang đến sự an vui và hạnh phúc cho mọi người; lời dạy nào cũng mang đến một tình thương yêu chân thật và tha thứ cho nhau những lỗi lầm.

LỜI DI CHÚC CUỐI CÙNG

LỜI PHẬT DẠY

“Này Ananda, những ai sau khi Ta diệt độ, tự mình là ngọn đèn cho chính mình, tự mình nương tựa chính mình, không nương tựa một gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa vào một pháp gì khác, những vị ấy, này Ananda là những vị tối thượng trong hàng Tỳ kheo của Ta, nếu những vị ấy tha thiết học hỏi”.

(Trường Bộ Kinh tập I trang 585, kinh Đại Bát Niết Bàn)

CHÚ GIẢI:

Trước khi nhập Đại Bát Niết Bàn đức Phật đã ân cần dạy bảo ông Ananda những điều cần thiết trên đây. Vậy chúng ta cứ theo lời dạy này mà tu tập, không nương vào một người nào cả.

Theo lời dạy trên đây, chúng ta tu hành theo Phật giáo thì không nên nương tựa vào bất cứ một vị Phật nào, một vị Tổ Sư nào, mà hãy nương tựa vào chính mình, lấy mình làm ngọn đèn soi sáng cho chính mình đi, không nương tựa vào một gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương vào một pháp gì khác. Vậy Chánh pháp ở đây là pháp nào?

Đối với những lời dạy trong kinh sách Nguyên Thủy thì Chánh pháp của Phật là Tứ Niệm Xứ. Cho nên, chúng ta nhận xét những lời dạy trong kinh sách phát triển sau này đều không phải là Chánh pháp, vì những pháp của họ không phải là pháp môn Tứ Niệm Xứ. Không phải pháp

môn Tứ Niệm Xứ là không phải Phật thuyết mà do các Tổ sau này biên soạn viết ra. Đó là một loại pháp môn cầu tha lực của ngoại đạo, được cải cách theo thời đại cho thích hợp với sự mê tín của những người dân còn lạc hậu, của những người dân trình độ kiến thức từ các bộ lạc xa xưa đến ngày nay. Khi biên soạn ra những bộ kinh sách này, các Tổ Sư khéo đặt cho giáo pháp của mình một cái tên thật là vĩ đại **PHẬT GIÁO ĐẠI THỪA**, còn Thiên Tông lại đặt cho giáo pháp của mình một cái tên thật là kinh khủng **PHẬT GIÁO TỐI THƯỢNG THỪA**. Tên pháp thì rất hay nhưng tu tập pháp thì chẳng có gì lợi ích thiết thực, cụ thể, chỉ toàn sống trong ảo tưởng, mơ mộng.

Đoạn kinh trên có một cụm từ khiến cho các bạn nên lưu ý. Đó là: **“dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa vào một pháp nào khác?”**.

Khi nói đến Chánh pháp thì Đại thừa cũng gọi pháp môn của mình là Chánh Pháp. Vậy chúng ta muốn biết Chánh pháp như thế nào đúng và như thế nào sai đây?

Kính thưa các bạn! Chánh pháp ở đây là một pháp duy nhất để đưa dắt con người đi đến cứu cánh hoàn toàn giải thoát, mà đức Phật khi còn sống Ngài đã xác định rõ ràng để các bạn không còn lầm lạc với tà pháp mà các nhà Đại Thừa khéo lồng vào giáo pháp của đức Phật. Giáo pháp của Đại Thừa gồm có: Nào là tụng niệm, cúng bái, cầu siêu, cầu an; nào là niệm Phật Di Đà cầu vãng sanh Cực Lạc; nào là niệm chú, bắt ấn hô phong hoán vũ; nào là ngồi thiền kiến tánh thành Phật; nào lạy hồng danh sám hối để tiêu trừ tai ách; nào Sở Túc Quán; nào là Lục Diệu Pháp Môn; nào là Tham Công Án, Tham Thoại Đầu; nào là tu Nhĩ Căn Viên Thông; nào là biết vọng liền buông; nào là chẳng niệm thiện niệm ác, bản lai diện mục hiện tiền v.v.. Những pháp môn của Đại Thừa trên đây cũng làm chúng ta tối mắt, không biết chọn lựa pháp nào là Chánh pháp. Đứng trong rừng pháp môn của Đại Thừa chúng ta mù mịt, không biết đâu là pháp môn chân chánh, vì pháp môn nào Đại Thừa cũng gọi là đệ nhất pháp.

Bây giờ, các bạn hãy nghe Chánh pháp của đức Phật, Ngài đã dạy cho chúng ta trước giờ phút diệt độ tức là lời di chúc cuối cùng của Ngài: **“Này Ananda, ở đời, vị Tỳ kheo đối với thân quán thân, tinh tấn tỉnh giác chánh niệm, nhiếp phục mọi tham ái, ưu bi trên đời; đối với các cảm thọ...; đối với tâm...; đối với các pháp, quán pháp tinh tấn tỉnh giác, chánh niệm nhiếp phục mọi tham ái, ưu bi trên đời. Này Ananda, như vậy vị Tỳ kheo tự mình là ngọn đèn cho chính mình, tự mình nương tựa cho chính mình, không nương tựa một gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa một gì khác”**.

Kính thưa các bạn! Đọc đoạn kinh này chắc các bạn có biết đức Phật đã dạy cho các bạn tu tập pháp môn gì không?.

Trên đây là pháp môn Tứ Niệm Xứ đấy các bạn ạ! Nhưng các bạn nên lưu ý những từ mà đức Phật nhấn mạnh như:

1. Quan sát (thân, thọ, tâm, pháp).

2. Tinh tấn.
3. Tỉnh giác.
4. Chánh niệm.
5. Nhiếp phục mọi tham ái ưu bi trên đời.

Trên đây có năm nhóm từ, các bạn có hiểu nghĩa và cách thức thực hành tu tập của năm nhóm từ này chưa? Các bạn hãy lắng nghe chúng tôi sẽ giải thích và chỉ dẫn cho các bạn hiểu nghĩa để các bạn thực hành mà không sai lạc. Vậy quán sát thân, thọ, tâm, pháp là gì?

QUÁN SÁT có nghĩa là xem xét, tỉnh thức, không bị mờ mịt, mê mờ, thấy biết rõ ràng từng sự kiện xảy ra không bỏ sót một việc nhỏ nhặt nào trên thân, thọ, tâm và pháp.

THÂN là cơ thể của các bạn do đất, nước, gió, lửa hợp lại thành, gọi là thân tứ đại. Bản chất của thân tứ đại là vô thường, là khổ, vô ngã, thường hoại diệt, mạng sống của thân chỉ có bảy, tám mươi năm hoặc 100 năm là cao.

THỌ là các cảm thọ về thân là đau nhức, mỏi; về tâm là buồn phiền, rầu lo thương ghét, giận hờn v.v..

Thọ gồm có ba:

- 1- Thọ lạc
- 2- Thọ khổ
- 3- Thọ bất lạc, bất khổ

TÂM là sự hiểu biết, sự tư duy, là niệm khởi, là vọng tưởng, là suy tầm, là tầm tứ.

PHÁP là âm thanh, sắc tướng, là mọi sự việc xảy ra, là thời tiết nắng mưa gió bão, là đất, đá, núi, sông đều là pháp, ngay cả thân ngũ uẩn cũng gọi là pháp, mỗi hành động tu tập cũng gọi là pháp, lời giảng dạy của Phật trong các kinh sách cũng đều là pháp. Như vậy các bạn đã hiểu nghĩa các cụm từ này Vậy quán thân, thọ, tâm, pháp nghĩa là gì?

I- Quán THÂN, THỌ, TÂM, PHÁP có nghĩa là các bạn nên xem xét rất kỹ lưỡng về toàn thân, về các cảm thọ, về toàn tâm và về các pháp. Nói cho đúng nghĩa là các bạn theo dõi thân, thọ, tâm, pháp của các bạn đang hoạt động theo nghiệp lực nhân quả. Nếu sự hoạt động ấy bị tác động làm khổ các bạn và người khác thì các bạn ngăn và diệt, còn sự hoạt động ấy đem lại sự bình an cho các bạn và người khác thì các bạn hãy để nó hoạt động, chứ không phải ngăn diệt. Với việc làm này đức Phật gọi là tu tập Tứ Niệm Xứ. Tu tập Tứ Niệm Xứ là tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi. Vậy các bạn hãy học và tu tập về các phần trên thân, thọ, tâm và pháp.

Thứ nhất: Quán thân có nghĩa là luôn luôn tỉnh giác trên thân, biết rõ thân có xảy ra những cảm thọ gì, ở đâu, chỗ nào trên thân, nhờ tỉnh giác như vậy các bạn sử dụng đúng pháp để nhiếp phục những cảm thọ ấy không còn tác động vào thân các bạn được nữa.

Thứ hai: quán các cảm thọ có nghĩa là tỉnh giác trên thân biết rõ thân đau bệnh gì, nhức mỗi chỗ nào, nhờ đó các bạn mới đối trị và nhiếp phục đẩy lui chúng ra khỏi thân của các bạn bằng phương pháp như lý tác ý và an trú tâm trong thân hành nội hay thân hành ngoại. Đây là phương pháp làm chủ bệnh trong pháp môn Tứ Niệm Xứ chỉ có Phật giáo mới có mà thôi.

Thứ ba: quán tâm có nghĩa là xem rất kỹ về tâm, tâm đang động hay tâm đang tịnh, tâm đang tịnh là tâm thanh thân, an lạc và vô sự. Còn khi nào tâm mất thanh thân, an lạc và vô sự là tâm rơi vào hai trạng thái một là bị hôn trầm, thù miên, vô ký, ngoan không; hai là tâm đang phóng dật, phóng niệm.

Khi tâm rơi vào hôn trầm, thù miên vô ký, ngoan không thì các bạn hãy nhớ giữ gìn giới luật cho nghiêm chỉnh đừng để vi phạm những lỗi nhỏ nhặt nào và tu tập pháp môn Thân Hành Niệm. Nếu các bạn tu tập đúng như vậy thì hôn trầm, thù miên, ngoan không sẽ không còn thăm các bạn nữa. Trong Định Niệm Hơi Thở có hai đề mục phá hôn trầm thù miên vô ký tuyệt vời, đó là **“Quán tâm định tỉnh tôi biết tôi hít vô, quán tâm định tỉnh tôi biết tôi thở ra”**. Đề mục thứ hai: **“Hít vô dài tôi biết tôi hít vô dài, thở ra dài tôi biết tôi thở ra dài”**. Khi vận dụng hơi thở dài tức là hơi thở chậm thì hôn trầm cũng không bén mảng đến thân tâm các bạn được.

Thứ tư: quán các pháp có nghĩa là xem xét rất kỹ về các pháp đang tác động vào thân tâm của các bạn, những pháp ấy làm cho thân tâm của các bạn bất an, thì các bạn dùng pháp phòng hộ các căn. Khi phòng hộ các căn thì các pháp sẽ không xâm chiếm vào thân tâm của các bạn được. Trong định Niệm Hơi Thở có hai đề mục phòng hộ thân tâm của các bạn rất tuyệt vời, đó là: **“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra”** và **“An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra”**. Hai đề mục trên đây muốn có kết quả tốt và hiệu nghiệm thì các bạn hãy siêng năng tu tập cho chứng đạt được sự an trú vào hơi thở.

Trên đây là cách thức tu tập quan sát bốn chỗ thân, thọ, tâm và pháp trong pháp môn Tứ Niệm Xứ.

Pháp môn Tứ Niệm Xứ khi tu tập các bạn nên nhớ: Quán Thân thì các bạn đừng nghĩ lầm là chỉ có quán thân mà thôi. Do đó, có một số trường thiền dạy tu Tứ Niệm Xứ lại cắt pháp môn Tứ Niệm Xứ ra bốn phần: Có trường thiền chuyên tu tập **QUÁN THÂN**; có trường thiền lại chuyên tu tập **QUÁN THỌ**; có trường thiền chuyên tu tập **QUÁN TÂM**, nhưng chưa có trường thiền chuyên tu tập **QUÁN PHÁP**. Đó là một sự sai lầm quá lớn. Trong kinh sách Nguyên Thủy chưa từng thấy Phật dạy tu tập Tứ Niệm Xứ phân chia thân, thọ, tâm, pháp kỳ lạ như vậy. Vì thế, các bạn nên hiểu: nói quán thân chứ kỳ thực là quán bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp; cho nên, nói quán thọ chứ kỳ thực là quán bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp; nói quán tâm chứ kỳ thực là quán bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp; nói quán pháp chứ kỳ thực là quán bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp. Có tu tập như vậy mới gọi là tu tập pháp môn Tứ Niệm Xứ. Còn tu tập từng phần là tu tập sai pháp.

Các xứ Phật giáo Nguyên Thủy Nam Tông do các nhà học giả tu tập pháp môn Tứ Niệm Xứ một

cách kỳ lạ, mà chưa từng thấy có một bài kinh nào Phật dạy như vậy. Xin các bạn lưu ý đừng vội tin họ. Muốn tin thì phải tin đúng lời Phật dạy, vì các bạn là những người đệ tử Phật, chứ không phải đệ tử của ngoại đạo. Nếu các bạn tu sai lời Phật dạy, tu theo kiến giải của các sư thầy học giả là các bạn đã rơi vào ngoại đạo.

2549 năm cách Phật thời gian quá xa, không người tu chứng, nên theo tưởng giải kiến thức của những nhà học giả rồi vẽ ra nhiều pháp tu tập mới mẻ, khiến cho mọi người theo Phật giáo không biết đường nào tu tập cho đúng.

Muốn tu tập đúng pháp không bị sai lầm, như đức Phật đã dạy: **“Này các Tỳ kheo, ở đây, có kẻ phàm phu ít nghe, không được thấy các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không được thấy các bậc Chơn nhân, không thuần thực pháp các bậc Chơn nhân, không tu tập pháp các bậc Chơn nhân”**. Do không gặp những bậc này nên tu hành sai pháp, như những kẻ vô văn phàm phu ít nghe, ít thấy những bậc Thánh, những bậc Chơn nhân nên cứ dựa theo miệng lưỡi của những ông thầy tu hành chưa chứng đạo. Vì vậy mà phí cả một đời người.

II- Tinh tấn có nghĩa là siêng năng, cần cù tu tập. Cụm từ tinh tấn này các bạn phải hiểu là, hằng giờ, hằng phút, hằng giây luôn luôn phải siêng năng quan sát 4 chỗ thân, thọ, tâm và pháp để xem xét sự động tịnh, sự thanh thản, an lạc và vô sự hay sự bất an, sự mất thanh thản, an lạc và vô sự. Nếu khi thân tâm mất thanh thản, an lạc và vô sự thì phải dùng pháp đẩy lui những chướng ngại pháp đang tác động vào thân tâm, tức là phải khắc phục những tham ái, ưu bi, sầu khổ nơi tâm hoặc những cảm thọ đau nhức bệnh tật nơi thân. Nhưng khi tất cả những cảm thọ và các ác pháp do tâm không có khởi ra, thì nên cảnh giác những trạng thái si mê hôn trầm, thù miên sẽ tấn công.

III- Tỉnh giác có nghĩa là tỉnh táo, biết rõ ràng, không bị lừa mờ, không ở trong trạng thái nửa tỉnh nửa mê, hay trạng thái hôn trầm, thù miên, vô ký, ngoan không v.v.. Tỉnh giác có nghĩa là thân và tâm phải tỉnh thức hoàn toàn, thân không uể oải, lười biếng, tâm không mê mờ và không ở trạng thái lúc tỉnh lúc mê. Tỉnh giác là không có một chút xíu nào hôn trầm thù miên trong thân tâm thì mới được gọi là tỉnh giác. Có tỉnh giác mới quan sát kỹ lưỡng, do quan sát kỹ lưỡng mới thấy được từ tâm niệm của mình vừa khởi lên là thấy liền và ngay đó biết cả niệm đó là ác pháp hay niệm thiện pháp, nó muốn gì? Làm gì? Mỗi niệm khởi lên đều không lọt qua sự quan sát của các bạn và như vậy mới có thể gọi là tỉnh giác, nhờ có tỉnh giác như vậy mới nhiếp phục được mọi tham ái, mọi ưu bi, mọi khổ đau trên đời này.

IV- Chánh niệm là niệm vô lậu. Niệm vô lậu tức là niệm thiện, niệm không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai. Cho nên, Chánh niệm gồm có:

- 1- Thân hành niệm nội. Thân hành niệm nội là hơi thở.
- 2- Thân hành niệm ngoại. Thân hành niệm ngoại là sự hoạt động của thân như: đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín, đưa tay, duỗi chân, cúi đầu, liếc mắt, ngó nhìn làm tất cả mọi công việc v.v..
- 3- Thân tâm ở trạng thái bất động tâm có nghĩa là tất cả các ác pháp không tác động vào thân

được tức là tâm ở trong trạng thái vô tướng tâm định hay nói cách khác là tâm thanh thân, an lạc và vô sự. Tâm lúc bấy giờ hoàn toàn không có dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu. Tâm không có dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu mới được gọi là tâm bất động; mới được gọi là tâm thanh thân, an lạc và vô sự.

Tất cả những niệm kể trên là niệm vô lậu. Niệm vô lậu chính là Chánh niệm. Trong kinh sách Nguyên thủy còn bảo Chánh Niệm là Tứ Niệm Xứ.

V- Nhiếp phục mọi tham ái, ưu bi trên đời, cụm từ này có nghĩa là làm cho mọi sự ham muốn, sầu khổ và bệnh tật khổ đau trên cuộc đời này không còn nữa.

Như vậy các bạn biết rằng năm cụm từ này là để chỉ cho một phương pháp làm chủ những sự đau khổ của kiếp người tức là làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi.

Năm cụm từ này chính là phương pháp đức Phật dạy tu tập pháp môn Tứ Niệm Xứ trên Tứ Niệm Xứ của các bạn đây. Bởi vậy, pháp môn Tứ Niệm Xứ là một pháp môn tuyệt vời đệ nhất pháp làm chủ sanh, già, bệnh, chết một cách rõ ràng và cụ thể không còn có pháp môn nào hơn nữa. Cho nên, đức Phật đã xác định thời gian tu tập Tứ Niệm Xứ, cuối cùng là 7 năm.

Một người có quyết tâm tu tập để làm chủ sự sống chết thì phải siêng năng tinh cần tu tập, không thể lười biếng mà tu tập pháp môn Tứ Niệm Xứ của Phật được.

Vì lợi ích lớn như vậy, cho nên, đức Phật nhắc đi nhắc lại pháp môn này nhiều lần cho đến khi sắp chết Ngài cũng không quên nhắc chúng ta lần cuối cùng: ***"Này Ananda, ở đời vị Tỳ Kheo, đối với thân quán thân, tinh tấn tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục mọi tham ái, ưu bi trên đời, đối với các cảm thọ... đối với tâm... đối với các pháp, tinh tấn, tỉnh giác, chánh niệm nhiếp phục mọi tham ái, ưu bi trên đời. Này Ananda, như vậy vị Tỳ Kheo tự mình là ngọn đèn cho chính mình, tự mình nương tựa chính mình, không nương tựa một gì khác, dùng Chánh pháp làm ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa, không nương tựa một gì khác"***. Nhớ lời dạy này chúng ta phải siêng năng, tinh cần tu tập Tứ Niệm Xứ không biết mỏi mệt, cho nên phải thường xuyên quan sát thân, thọ, tâm và các pháp. Phải nhớ luôn luôn lúc nào chúng ta cũng phải tỉnh giác Chánh niệm khi đi, khi đứng, khi nằm, khi ngồi đều luôn hộ trì và bảo vệ thân, tâm không cho một chương ngại pháp nào tác động vào được thân tâm của mình. Và hành động tu tập như vậy chính là chúng ta dùng Chánh pháp là ngọn đèn, dùng Chánh pháp làm chỗ nương tựa vững chắc cho mình. Tuy bài pháp ngắn ngủi nhưng rất đầy đủ ý nghĩa giải thoát của Phật giáo. Pháp hành rất cụ thể và rõ ràng. Hành tới đâu được lợi ích tới đó. Siêng năng hành nhiều giải thoát nhiều; hành ít giải thoát ít. Nếu thực hành trọn đủ 12 tiếng đồng hồ ***NHẤT DA HIỄN***, thì ngay đó là chứng đạo, là thành tựu viên mãn con đường tu tập làm lợi ích cho mình, cho người.

Kính thưa các bạn! Pháp môn Tứ Niệm Xứ này tu tập có kết quả thiết thực cụ thể như vậy, nên đức Phật mới dám tuyên bố thời gian bảy ngày, bảy tháng, bảy năm, nếu mọi người ai cũng tu hành đúng phương cách như Phật đã chỉ dạy ở trên thì chắc chắn trăm người sẽ chứng đạt cả trăm người. Nhưng tiếc thay! Pháp thì thật là tuyệt vời mà con người không dám buông bỏ dục lạc thế gian; không dám buông bỏ những ác pháp. Vì thế, mà con người đành phải trôi lăn

trong lục đạo, thọ biết bao nhiêu là đau khổ. Cho nên, nước mắt của chúng sanh nhiều hơn nước biển là vậy, nhưng vì mãi mê dục lạc không thấy các pháp là vô thường, là khổ đau, là vô ngã. Trên đời này không có một vật gì thường hằng vĩnh viễn. Thế mà mọi người không chịu buông bỏ, cứ mãi ôm ấp cho đến ngày ra đi trở về với lòng đất lạnh. Còn có những gì đâu? Còn mang theo được những gì đâu?

“Buông xuống đi! Hãy buông xuống đi!

Chớ giữ làm chi có ích gì?

Thở ra chẳng lại còn chi nữa,

Vạn sự vô thường buông xuống đi!

Xin các bạn nghe lời dạy của đức Phật:

“Các pháp vô thường

Là pháp sinh diệt

Sinh diệt diệt rồi

Tịch diệt là vui”

Bài kệ này có nghĩa là các bạn hãy buông xuống hết, buông xuống hết thì các bạn sẽ an vui tức là hết khổ đau. Hết khổ đau hạnh phúc lắm các bạn ạ!

BỐN THẦN TỨC

LỜI PHẬT DẠY

“Này Ananda, những ai đã tu Bốn Thần Túc, tu tập nhiều lần, thật lão luyện, thật chắc chắn, thật bền vững, điều luyện, thiện xảo, thời nếu muốn, người ấy có thể sống một kiếp hay phần kiếp còn lại. Này Ananda, nay Như Lai đã tu bốn thần túc, tu tập nhiều lần, thật lão luyện, thật chắc chắn, thật bền vững, điều luyện thiện xảo, này Ananda, nếu muốn Như Lai có thể sống đến một kiếp hay phần kiếp còn lại”.

(Kinh Trường Bộ tập I trang 586, kinh Đại Bát Niết Bàn)

CHÚ GIẢI:

Nói đến Bốn Thần Túc tức là nói đến Tứ Như Ý Túc. Nói đến Tứ Như Ý Túc là nói đến năng lực

siêu việt, phi phạm. Lấy Tứ Như Ý Túc đức Phật đã xác định sự kéo dài mạng căn của mình từ một kiếp hay một phần kiếp còn lại.

Thưa các bạn! Theo chúng tôi thiết nghĩ khả năng ấy phải lưu xuất từ tâm ly dục ly ác pháp; từ một tâm thanh tịnh hoàn toàn; từ một tâm bất động trước ác pháp và các cảm thọ. Ngay từ khi tâm bất động, thanh thản, an lạc và vô sự là đã kéo dài tuổi thọ, chứ không phải đợi tới lúc gần chết mới kéo dài mạng căn. Người biết sống thanh thản, an lạc và vô sự là người đã kéo dài tuổi thọ, chỉ khi nào họ muốn chết là họ đã sử dụng Tứ Thần Túc để tịnh chỉ hơi thở nhập Tứ Thánh Định và xuất ra khỏi trạng thái Tứ Thánh Định vào Niết Bàn thì họ mới bỏ thân tứ đại này.

Sự sống chết của một người tu tập có Bốn Thần Túc thì đối với họ không còn khó khăn, khi muốn sống chết không có mệt nhọc, không có phí sức. Sự sống chết của một người tu tập có Bốn Thần Túc thì đối với họ như lấy đồ vật trong túi áo, như lật trở một bàn tay.

Người ta cho rằng: Bốn Thần Túc là thần thông của Phật giáo, lời nói này không sai, nhưng không đúng với tinh thần Phật giáo. Vì Phật giáo không có dạy tu tập thần thông mà chỉ dạy cho mọi người tu tập ly dục ly ác pháp, diệt ngã xả tâm, làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi. Cho nên, Phật giáo không dạy chúng ta tu tập để có thần thông như ngoại đạo (Mật Tông, Lão giáo, Tiên đạo, Thiên tông, Yoga, Khí công, Nhân điện v.v..).

Khi mới bắt đầu tu tập thì đạo Phật chỉ dạy chúng ta sống giới luật đức hạnh làm Người, làm Thánh tức là ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp, đó cũng chính là sống đạo đức nhân bản - nhân quả không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai. Cho nên, mục đích của đạo Phật là muốn đem lại sự sống bình an và an vui trên hành tinh này. Vì thế, đạo Phật là đạo đức của mọi người, nó không riêng cho giai cấp nào, tôn giáo nào, có tôn giáo hay không có tôn giáo không quan trọng, nếu là con người đều phải sống có đạo đức. Vì sống có đạo đức là sống cho mình, cho người. Còn Bốn Thần Túc chỉ là vấn đề phụ, vì tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ tức là tâm thanh tịnh hoàn toàn không còn có tham, sân, si thì Bốn Thần Túc xuất hiện một cách tự nhiên. Nói như vậy không có nghĩa là Phật giáo không có pháp môn tu tập có thần thông.

Kính thưa các bạn! Đạo Phật có một pháp môn tu tập có Tứ Thần Túc nhưng không cần niệm thần chú như Mật tông, không cần khổ công tập luyện như Yoga, đó là pháp môn Thân Hành Niệm.

Đạo Phật không tham sống, sợ chết, không mong cầu có thần thông pháp thuật và cũng không mong cầu sống trường sinh bất tử, vì đạo Phật có đôi mắt nhìn thấu suốt các pháp đều do duyên hợp, không có một pháp nào thường còn, bất di bất dịch, vĩnh viễn, chỉ là vô thường, thường mang lại sự khổ đau cho loài người. Vì thế, đoạn kinh trên đây nói đến năng lực kéo dài mạng căn, sống để làm lợi ích cho mọi người, nhưng khi đã làm xong đối với loài người thì tự tại ra đi chứ không luyến tiếc một vật gì trên thế gian này. Chúng ta hãy nghe đức Phật dạy: ***"Này ác Ma, Ta sẽ không diệt độ khi nào bốn giới đệ tử của Ta Tỳ kheo Tăng, Tỳ kheo Ni, cư sĩ nam và cư sĩ nữ, chưa trở thành những đệ tử chân chánh, sáng suốt,***

có kỷ luật, sẵn sàng, đa văn, duy trì Chánh pháp, thành tựu Chánh pháp và tùy pháp, sống chân chánh, sống theo Chánh pháp, sau khi học hỏi giáo lý chưa có thể tuyên bố, diễn giảng, trình bày, xác định, khai minh, phân tích và giải thích rõ ràng Chánh pháp, khi có tà đạo khởi lên, chưa có thể chất vấn và hàng phục một cách khéo léo, chưa có thể truyền bá Chánh pháp thần diệu”.

Các bạn có nghe những lời dạy trên đây không? Đó là lời tuyên bố của đức Phật: khi nào các đệ tử của Ngài tu tập chứng đạo thì Ngài mới nhập Niết Bàn (diệt độ) còn nếu các đệ tử của Ngài tu tập chưa xong thì Ngài phải kéo dài tuổi thọ một phần kiếp còn lại hay một kiếp, chứ Ngài không bỏ các đệ tử của mình bơ vơ. Đó là tâm nguyện của một bậc vĩ nhân, lấy con người làm cuộc sống của mình, lấy sự sống của mình làm sự sống của mọi người thật là cao quý thay! Một vĩ nhân của loài người.

Tóm lại, một người tu theo Phật giáo có đầy đủ đức hạnh và thần lực mà không có một tôn giáo nào hơn được. Đạo đức của đạo Phật **“Không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai”** thì trên đời này không có đạo đức nào hơn được. Phải không các bạn? Còn về thần thông **“TỨ THẦN TỨC”** thì không có một tôn giáo sánh kịp. Có đúng như vậy không các bạn?

Các bạn nên biết thần thông của đạo Phật như vậy, nhưng đạo Phật xem thường, vị Tỳ kheo nào thị hiện thần thông không đúng cách sẽ bị Phật quở trách và bắt buộc phải ẩn bóng. Chỉ có một điều mà đức Phật chú trọng nhất, đó là giới luật mà những đệ tử Phật phải nghiêm chỉnh, không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào, nếu vi phạm giới luật thì Ngài không chấp nhận. Đệ tử của ông Xá Lợi Phất và ông Mục Kiền Liên không giữ giới hạnh độc cư, làm ồn náo, Ngài ra lệnh đuổi 500 vị Tỳ kheo. Như vậy, các bạn đủ biết lấy đức hạnh làm cuộc sống của tu sĩ. Ai vi phạm thì bị đuổi.

Cho nên, thần thông đối với đạo Phật không quan trọng mà đạo Phật quan trọng ở chỗ tâm bất động trước các pháp ác và các cảm thọ, tức là quan trọng ở chỗ tâm các bạn ly dục ly ác pháp; ở chỗ tâm hết tham, sân, si.

Muốn hết tham, sân, si thì pháp môn Tứ Niệm Xứ các bạn nên chuyên cần tu tập chỉ có 7 ngày, 7 tháng, 7 năm là các bạn viên mãn sự tu tập của mình. Hãy cố gắng lên các bạn ạ! Đức Phật đang chờ đợi các bạn đấy!

BỐN PHÁP CHỨNG ĐẠT LÀM CHỦ SANH TỬ LUÂN HỒI

LỜI PHẬT DẠY

"Này các Tỳ kheo! Chính vì không giác ngộ, không chứng đạt bốn pháp mà Ta và các Ngươi, lâu đời phải trôi lăn trong biển sanh tử. Thế nào là bốn pháp?"

1- Này các Tỳ kheo, chính vì không giác ngộ, không chứng đạt Thánh giới mà Ta và các Ngươi lâu đời phải trôi lăn trong biển sanh tử.

2- Này các Tỳ kheo chính vì không giác ngộ... Thánh định mà...

3- Này các Tỳ kheo chính vì không giác ngộ... Thánh tuệ mà...

4- Này các Tỳ kheo, chính vì không giác ngộ... Thánh giải thoát mà...

Này các Tỳ kheo Thánh giới được giác ngộ được chứng đạt... thời tham ái một đời sống tương lai được diệt trừ, những gì đưa đến một đời sống mới được dứt sạch, nay không còn một đời sống nào nữa.

(Kinh Trường Bộ tập I trang 616, kinh Đại Bát Niết Bàn)

CHÚ GIẢI:

Trong đoạn kinh này chúng ta xét thấy có bốn pháp môn, do chúng ta không giác ngộ, không chứng đạt bốn pháp môn này nên lâu đời phải chịu trôi lăn trong biển sanh tử.

Trong bốn pháp môn này chỉ cần chúng ta giác ngộ và chứng đạt một pháp cũng đủ cho chúng ta không còn trôi lăn trong biển sanh tử nữa.

Ví dụ: Chúng ta chỉ giác ngộ và chứng đạt Thánh giới luật, có nghĩa là hiểu biết và thông suốt giới luật là đức hạnh của người tu sĩ, là đạo đức nhân bản - nhân quả, thường đem lại lợi ích cho mình, cho người. Do hiểu biết rõ như vậy, nên chúng ta cố gắng giữ gìn nghiêm chỉnh giới luật không hề vi phạm một lỗi lầm nhỏ nhặt nào, tức là sống không làm khổ mình, khổ người, khổ cả hai. Tâm luôn luôn bất động trước các ác pháp và các cảm thọ, đó là tâm thanh thản, an lạc và vô sự. Khi sống được như vậy thì đó là chứng đạt Thánh giới luật.

Thánh giới luật mà không được nghiêm trì thì Thánh định, Thánh tuệ, và Thánh giải thoát không làm sao có được.

Trong bốn pháp này chỉ có Thánh giới luật là pháp môn cơ bản nhất và quan trọng nhất, nếu

Thánh giới luật nghiêm chỉnh thì Thánh định, Thánh tuệ, Thánh giải thoát sẽ hiện tiền rõ ràng, thì sự tu tập không còn khó khăn, không còn mệt nhọc.

Trong đoạn kinh này đức Phật dạy rất rõ ràng phải giác ngộ, phải chứng đạt. Vậy nghĩa giác ngộ và chứng đạt như thế nào? Giác ngộ và chứng đạt gồm có hai phần:

1- Giác ngộ có nghĩa là thông hiểu và thấu suốt nghĩa lý của pháp môn đó rõ ràng như thật, không có chuyện còn hiểu mù mờ, mơ màng, ảo tưởng v.v.. Như các bạn đã biết Phật dạy: **“Những gì cần thông suốt phải thông suốt”**. Thông suốt tức là giác ngộ. Giác ngộ là thấy biết pháp đó như thật. Thấy biết pháp đó như thật mới hướng tâm đến pháp đó mà trong kinh sách gọi là hướng lưu, nhưng khi tu tập có những kết quả nhỏ nhỏ gọi là dự lưu.

2- Chứng đạt có nghĩa là nhập vào pháp đó, sống như pháp đó, nhưng trước khi chứng đạt chúng ta cần phải giác ngộ. Ở đây đức Phật nêu ra bốn pháp giải thoát. Đó là Thánh giới, Thánh định, Thánh tuệ, Thánh giải thoát. Bốn pháp nhưng tu tập pháp này thành tựu thì thành tựu luôn ba pháp kia, thành tựu ba pháp kia là thành tựu một pháp này. Cho nên, chứng đạt là nhập vào giáo pháp đó. Nhập vào giáo pháp đó gọi là nhập lưu, nhập lưu tức là nhập vào dòng Thánh, Nhập vào dòng Thánh tức là tâm phải ly dục ly ác pháp, còn tâm chưa ly dục ly ác pháp thì không làm sao nhập vào dòng Thánh được. Vậy bây giờ chúng tôi xin hỏi các bạn: **“Trong các bạn, ai là người giác ngộ Thánh giới luật?”**. Thánh giới luật của người cư sĩ gồm có:

Năm giới cấm cư sĩ, tám giới Bát Quan Trai và Thập Thiện. Những giới luật này mà đức Phật gọi là Thánh giới uẩn. Nếu các bạn là người giác ngộ Thánh Giới uẩn này thì các bạn phải thông suốt những đức hạnh của bậc Thánh trong những giới luật này rất rõ ràng và những sự lợi ích của những giới này đối với đời sống của các bạn như thế nào các bạn đều phải rõ như thật, không còn có một giới nào mà các bạn không biết, có biết như vậy mới gọi các bạn giác ngộ Thánh giới uẩn.

Tỳ kheo Tăng và Tỳ kheo Ni không những thông suốt những Thánh giới uẩn của người cư sĩ mà còn phải thông suốt 10 giới Sa Di, 250 giới Tỳ kheo Tăng và 348 giới Tỳ kheo Ni, nhưng giới luật như vậy chưa đủ nói lên đức hạnh của Tăng, Ni, các bạn còn phải thông suốt toàn bộ đức hạnh của giới kinh như kinh Sa Môn Quả, kinh Sa Môn Hạnh, kinh Phạm Võng. Những giới này các bạn có giác ngộ đức giới, hạnh giới và giới hành của nó chưa? Nếu chưa thì không thể gọi là giác ngộ Thánh giới uẩn. Cho nên, toàn bộ giới kinh các bạn đều phải thông suốt đức, hạnh và pháp hành của nó thì mới gọi là giác ngộ Thánh giới uẩn, còn nếu chưa thì các bạn không được gọi là giác ngộ Thánh giới uẩn được.

Như trên đã nói giới uẩn là đức hạnh, là thiện pháp, vì thế giới uẩn là đức hạnh của con Người, của những bậc Thánh. Nếu không thông hiểu giới luật thì làm sao các bạn thông hiểu nền tảng đạo đức giải thoát của đạo Phật. Mà không giác ngộ Thánh giới uẩn thì làm sao chứng đạt được. Phải không các bạn?

Hiện nay các bạn chỉ biết có những bộ giới luật Ba La Mộc Xoa Đề của các Tổ biên soạn và gán cho Phật chế. Trong những bộ giới luật này, chỉ có những giới cấm, chứ trong đó không có dạy

đức giới, hạnh giới và hành giới, do không có dạy đức hạnh và hành giới thì làm sao các bạn giác ngộ được Thánh giới uẩn được.

Giới uẩn là nền tảng căn bản đạo đức tâm vô lậu, để tu tập theo con đường giải thoát của đạo Phật. Thế mà những bộ giới luật của các Tổ thiếu khuyết như vậy làm sao nói lên đủ đức hạnh của một bậc Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ. Giới luật thiếu khuyết như vậy thì làm sao giúp cho bốn giới đệ tử Phật thông suốt.

“Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất”, đó là bản tuyên ngôn của Phật giáo đã xác định tinh thần đạo đức rất đúng, không còn ai dám thay đổi. Cho nên, hiện giờ muốn chấn chỉnh lại Phật giáo, là nên chấn chỉnh lại toàn bộ giới luật, nên triển khai toàn bộ giới luật đức hạnh, có nghĩa là phải dựng lại những Phạm hạnh mà ngày xưa chúng Tỳ kheo đã từng sống những Phạm hạnh như vậy dưới thời đức Phật.

Khi đã giác ngộ và chứng đạt Thánh giới thì nhất định không còn trôi lăn trong biển sanh tử nữa. Đó là đức Phật đã dạy như vậy, các bạn hãy lắng nghe: **“Này các Tỳ kheo, chính vì không giác ngộ và chứng đạt Thánh giới mà Ta và các người lâu đời phải trôi lăn trong biển khổ sanh tử”**.

Đúng vậy, nếu chúng ta sống đúng giới luật không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai thì làm sao còn trôi lăn trong biển khổ sanh tử luân hồi được. Phải không các bạn?

Vì ngay trong cuộc sống mà sống đúng giới luật thì làm sao có làm khổ mình, khổ người, khổ cả hai, nếu không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai thì còn đâu là biển sanh tử nữa. Biển sanh tử đã bị diệt mất khi chúng ta sống đúng Thánh giới. Cho nên, lời di chúc cuối cùng của đức Phật là để xác định cho các bạn thấy rằng chỉ có giới luật là pháp môn quan trọng nhất của Phật giáo mà thôi. Tám lớp học (Bát Chánh Đạo) mà hết bảy lớp tu học về giới luật, chỉ có một lớp tu định và ngay khi nhập định là triển khai trí tuệ Tam Minh trong lớp đó. Như vậy xét thấy Thánh định, Thánh tuệ và Thánh giải thoát chỉ có một lớp học mà thôi.

Bởi vậy, trên Tứ Niệm Xứ các bạn giữ gìn giới luật nghiêm túc đừng để vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào, thì ngay đó là các bạn đã được giải thoát tâm vô lậu, tuệ vô lậu.

Kính thưa các bạn! Vì giới luật lợi ích cho đời sống tu tập theo Phật giáo như vậy, nên chúng tôi cố gắng ngày đêm biên soạn bộ Thánh giới uẩn Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ, để các bạn tu hành không còn sai lạc vào pháp môn của ngoại đạo. Bộ giới uẩn này ra đời chậm trễ là do chúng tôi phải làm quá nhiều việc, nên xin các bạn vui lòng chờ đợi. Chúng tôi sẽ cho ra mắt các bạn bộ Giới uẩn này sớm chùng nào tốt chùng nấy.

Tóm lại, Thánh giới uẩn rất quan trọng trong việc tu hành theo Phật giáo để tìm cầu sự giải thoát ra khỏi mọi sự khổ đau của cuộc đời này duy chỉ có giới luật đức hạnh là trên hết. Nếu ai tu hành theo Phật giáo mà còn vi phạm giới luật thì xin các bạn hãy trở về đời sống thế tục đừng mặc chiếc áo tu sĩ mà làm hại Phật giáo rất tội nghiệp, mong tất cả mọi người suy xét con người làm hư Phật giáo, chứ Phật giáo là nền đạo đức nhân bản của con người, nó không phải là một tôn giáo của một nhóm người nào mà của chung nhân loại.

(còn tiếp)

Trích từ sách: **Những Lời Gốc Phật Dạy** - Tác giả: **Trưởng lão Thích Thông Lạc**