

GIÁO LÝ TẬP 28

(Tài Liệu Hướng Dẫn Phật Tử Tu Học)

Biên soạn: Thích Thiện Phương

Chùa Tam Bảo

An Sơn - Tam Kỳ - Quảng Nam

(Lưu hành nội bộ)

TRI KIẾN CHÚNG SANH TRONG CÔI DỤC

Chúng sanh trong cõi dục, chấp lấy ngã làm chỗ nương tựa, từ chấp ngã sinh ra vô số tri kiến sai lầm, từ tri kiến sai lầm che lấp bản tánh thanh tịnh. Bản tánh thanh tịnh bị che lấp, tri kiến bị đắm chìm bởi những lý luận, và bị đốt cháy sự an lạc thanh thoi của mình và đồng loại của mình.

Trong cõi dục chúng sanh bị chìm đắm vào nơi những kiến thức, tri kiến, những lý luận và bị những tri kiến, những lý luận đó đốt cháy sự an lạc và hạnh phúc của họ. Chúng ta thường thấy khuôn mặt của những học giả gầy ốm và xương xóc. Trí thức và tư duy của họ đã đốt cháy năng lượng sống trong cơ thể của họ, họ đã bị bận rộn bởi những tri kiến và tư duy, khiến tâm hồn họ và mặt mày của họ khó mà thanh thản được. Có khi vợ và con của họ ngồi một bên mà họ cũng không có cảm giác gì cả, nên họ có nói chuyện với vợ con họ, vợ con họ cũng chẳng hiểu được gì do họ nói. Tại sao ? tại họ đang đắm chìm trong thế giới kiến thức, trong thế giới tư duy, trong thế giới lý luận, nên họ dễ bị những cái đó đốt cháy sự an lạc và thanh thoi. Họ bị đốt cháy bởi những kiến chấp và kiêu mạn của họ. Tâm kiêu mạn và ái kiến đốt cháy năng lượng thanh thoi của họ. Bởi vậy, làm đệ tử của Phật, quy y Phật Pháp Tăng, thọ trì 5 giới, tức là mình đặt cho mình một nền tảng, một bước đi siêu việt vượt ra ba cõi. Còn nằm trong ba cõi, thì dù có giàu đến mấy cũng nghèo, dù có sang cho mấy cũng hèn. Vì tất cả đều bị các dục trong ba cõi đốt cháy và không thể có hạnh phúc hoàn toàn. Đó là điểm đặc biệt của đạo Phật, mà người con Phật, học Phật tu theo Phật cần phải nhìn thấy.

Học Phật là học cái gì ? Tu Phật là tu cái gì ? Là học cách vượt ra khỏi ba cõi – Tu là để loại trừ những hệ lụy ở nơi ba cõi dục giới, sắc giới và vô sắc giới , chừng nào mê mẩn dục nhiễm trong ba cõi được tiêu trừ, thì ta mới có sự thông dong và tự tại.

Một người Phật tử sống với Tâm và Hình khác đời, thì làm hưng thịnh dòng dõi bậc Thánh, nhiếp phục ma quân, tức không bị tri kiến sai lầm làm chủ. Biết nghĩ đến công ơn tương quan, cha mẹ, thầy bạn, mọi người và vạn vật để chúng ta có cuộc sống bình yên và hạnh phúc, và sẽ phát khởi đại nguyện, thì người Phật tử đó, sẽ không bao giờ bị lạc hậu. Đó là văn minh vốn có, mà không cần ai hiến tặng cho mình. Những chất liệu đó, ta cần phải thực tập chánh niệm tỉnh giác và từ bi để duy trì giới, định, tuệ khiến chúng luôn luôn có mặt trong mọi hoạt động hiện tiền của chúng ta. Mình không có khả năng báo đền công ơn của cha mẹ, thầy bạn, của mọi người mọi loài và bảo vệ môi sinh hiện tiền, là bởi trong mình không có chất liệu của chánh niệm, tỉnh giác và từ bi.

Sau 1975 hai miền Nam Bắc đất nước trở về một mối, chấm dứt chiến tranh, cuộc cách mạng bên Chủ nghĩa Xã hội miền Bắc thành công. Mọi người cùng nói với nhau không cần tu nữa, hòa bình độc lập rồi, về đời tốt hơn, tu chi lúc này, ăn chay, lạy Phật đi chùa lạc hậu lắm rồi. Với những lời rĩ tai và tuyên truyền như vậy, hầu hết giới tu sĩ cũng như giới tại gia đều nghe theo, phần đông giới tu sẽ trẻ tuổi nhẹ dạ cả tin, thói chí thôi tu, cởi áo tu ra đời 90 %. Đạo hữu không đến chùa phần đông chùa bỏ hoang, cơ hội các hợp tác xã lợi dụng chiếm dụng làm kho chứa phân, chứa lúa, làm nơi hội họp, làm nhà cho dân ở. . . . Đất đai ruộng vườn, cơ sở chùa bỏ hoang. Nếu ai không vững tâm thì sẽ bị cuốn theo làn gió đó sẽ bỏ đạo thôi tu.

Một khi tư duy không chánh niệm đã diễn ra, để khắc phục lại những thiếu sót của tư duy ấy không phải dễ, 48 năm trôi qua hai miền Nam Bắc đã nối liền, nhưng tình người của hai miền vẫn còn đâu đó có sự cách biệt, sự hận thù sự phân biệt bởi do tư duy không chánh niệm tỉnh giác và từ bi mà ra. Ngày 1 tháng 5 năm 2023 đi dự lễ động thổ xây dựng chùa Bửu Lâm do sư cô Thích Nữ Huệ Hiếu làm trụ trì, thuộc xã Hoa Thành huyện Yên Thành tỉnh Nghệ An có sự tham dự của Hòa thượng Thích Thanh Nhiễu, Phó chủ tịch Thường Trực HĐTS, trưởng ban trị sự Phật giáo tỉnh Nghệ An, Hòa

thượng Thích Thọ Lạc UVTT HĐTS, trưởng Ban Văn Hóa Trung Ương, phó Trưởng ban Thường trực Phật giáo tỉnh Nghệ An, bên chính quyền có ông Phan Văn Tuyên chủ tịch UBND huyện Yên Thành cùng các ban ngành tỉnh, huyện, xã tham dự ... Trong buổi lễ các Hòa thượng và chủ tịch UBND huyện phát biểu cho biết chùa có từ thời Lý khai sơn vào năm 1061 đến nay. Ngoài lễ buổi lễ các Hòa thượng cho biết trước kia Nghệ An có tất cả 500 ngôi chùa lớn nhỏ, nhưng qua thời kỳ cải cách văn hóa, nhà nước cho phá dỡ chỉ còn lại một cái và hai vị Ni sư. Đến năm 2008 nhà nước cho khôi phục lại một số chùa bị phá hủy, trải qua 15 năm tỉnh Nghệ An xây lại được 65 ngôi chùa và có 115 Tăng Ni trụ trì sinh hoạt. Chùa Bửu Lâm được cấp bằng di tích lịch sử quốc gia năm 2012, là một trong những ngôi chùa được trùng tu xây dựng. Sư cô Huệ Hiếu về nhận chùa đến nay mới 10 năm nhưng các cơ sở sinh hoạt đã đầy đủ chỉ còn ngôi chánh điện là xong. Nhìn chung sự tư duy đổi mới các cấp chính quyền phía miền Bắc rất thông thoáng cởi mở nên mới có những chùa to đất rộng như thế. Trái lại các chùa miền Nam không bị ảnh hưởng tư duy thiếu chánh niệm lại không bắt kịp sự phát triển với miền Bắc.

Sự chìm đắm trong kiến thức và tư duy không chân thật, cố chấp, bảo thủ đưa đến hậu quả phá bỏ tất cả những nền văn hóa của ông cha ta dày công xây dựng trên 1000 năm nay. Phật giáo đồng hành cùng dân tộc trong mọi thời mọi lúc, Phật giáo ngoài việc tu tập giải thoát còn có chức năng xây dựng đất nước và bảo vệ chủ quyền đất nước trong những thời kỳ bị thế lực ngoại ban xâm lược. Trong thời bình Phật giáo đóng vai trò hộ quốc an dân. Nhưng Phật giáo phải chịu không biết bao nhiêu cuộc thăng trầm trên bước đường hoằng dương đạo pháp trong lịch sử dựng nước giữ nước. Phật giáo trải qua những giai đoạn thăng trầm gần như kiệt quệ. Nay với đà phát triển kinh tế và thời đại thông tin công nghệ 4.0, đã giúp cho Phật giáo đem lời Phật dạy và hình ảnh Phật sự đến với mọi người các nơi không phân biệt vùng miền đều được nghe được thấy được hiểu, nên đã giác ngộ tu tập đông đảo. Vì thế chùa cũng

theo nhu cầu của những người dân từ đó được xây dựng và khôi phục khang trang hơn, rộng thoáng hơn. Ngày xưa chùa xây chủ yếu để lễ lạy, cúng bái, nhưng ngày nay chùa không những để lễ bái mà chủ đích là để tu học. Chùa ngày xưa phần đông dành cho giới tuổi già nay thì khác giới tuổi trẻ càng đông hơn.

Ăn chay à để nuôi dưỡng sự hiểu biết và thương yêu trong đời sống hằng ngày của mình, có thời đại nào mà sự thương yêu và hiểu biết lại không cần đến đâu ? Nên chuyện ăn chay là chuyện rất văn minh, vì nó nuôi dưỡng sự thương yêu và phát triển sự hiểu biết trong đời sống con người. Người ăn chay là người có trí thông minh có bản lĩnh, có nguyện lớn, chứ không là những kẻ tầm thường, yếu hèn. Dù thời đại nào có văn minh mấy đi nữa, thì con người không dám từ chối sự hiểu biết và thương yêu. Một đích ăn chay là để nuôi dưỡng lòng từ thương yêu và mở mang trí tuệ. Tinh chất của thương và hiểu là vốn luyến làm cho cuộc đời bớt khổ thêm vui, đưa đến hạnh phúc. Hạnh phúc là đích đến của mọi người mong cầu, vậy từ chối hạnh phúc là từ chối sự hiểu biết và thương yêu. Nên sự ăn chay hay sự hiểu biết là lẽ tất nhiên không ai phủ nhận, không thể nói là lạc hậu, mà nói là văn minh, không thể nói là mê tín mà là chánh tín. Trải qua thời kỳ bao cấp tu tưởng cục bộ, đã khiến cho con người thu mình vào trong vỏ ốc, vì thế kinh tế càng khó khăn, ăn không đủ, mặc không ấm, không kín, nói chi ăn ngon mặc đẹp, tâm lý con người lại bất an. Ngày hôm nay ăn chay được nhiều người mến mộ ưa thích tự do không ai phản nản chỉ trích, có đạo hay không có đạo ăn chay là việc tự nhiên không bị ràng buộc không bị dèm ngó khó dễ như xưa. Và ăn chay có lợi cho sức khỏe, cho môi trường được cả thế giới đồng tình khuyến khích, ăn chay góp phần giảm thiểu bệnh tật, về tâm lý vật lý, và nhất về môi trường và vệ sinh thực phẩm. Ăn chay đóng góp một phần rất lớn trên vấn đề bảo vệ môi trường và an ninh trật tự xã hội. Trong khi ăn mặn xảy ra nhiều vụ đánh lộn vì say xỉn, nhiều vụ tai nạn giao thông vì ăn uống say xỉn điều khiển xe quá tốc độ v.v.. Như vậy ăn chay rõ ràng không phải lạc hậu mà là văn minh.

Người Phật tử tu tập thấy rõ hướng đi của mình rồi, thì không e ngại bất cứ sự khó khăn nào, lẽ đương nhiên, hoàn cảnh có khi thế này có khi thế khác, nhưng mình đừng đánh mất hướng đi của mình, hễ đánh mất hướng đi của mình thì mình sẽ bị trôi lạc, không thể nào đến quê hương được. Ta phải bám chặt định hướng, dù hoàn cảnh có khó khăn ta cũng không buông thả. Nếu ta không vạch cho mình hướng đi, thì khi thuận lợi ta thành công, còn khi khó khăn bất trắc xảy ra thì tay trở tay không kịp và ta sẽ bị rớt lại trong cuộc hành trình tiến về giải thoát.

Việc định hướng cho mình có lúc thành công có lúc không thành công, còn do duyên nghiệp của mình, lúc này đúng nhưng lúc khác lại thấy sai, lúc này được nhiều người ủng hộ lúc khác thì không. Lúc đó ta biết do nghiệp duyên chưa đủ là vậy....

THIỀN VÀ PHÁP MÔN VÔ NIỆM

Từ buổi sơ khai của lịch sử Thiền Trung Hoa hai nhân vật nổi bật. Một trong hai nhân vật ấy, hiển nhiên là Bồ Đề Đạt Ma, người sáng lập ra Thiền tông. Và nhân vật thứ hai là Đại sư Huệ Năng (sinh 638 tịch 713). Là người đóng vai trò quyết định trong tiến trình tư tưởng Thiền đã được khai sáng bởi Bồ Đề Đạt Ma. Nếu không có Huệ Năng và những môn đệ trực tiếp của Ngài, chắc hẳn Thiền đã không thể nào phát triển được như thực tế ở giai đoạn đầu nhà Đường trong lịch sử Trung Hoa.

Chính vì thế, vào thế kỷ thứ 8, một tác phẩm của Huệ Năng mệnh danh là “ Lục Tổ Pháp Bảo Đàn Kinh”, đã chiếm một vị trí rất quan trọng trong Thiền, và những thăng trầm lịch sử mà tác phẩm này đã hứng chịu quả là to tát.

Qua tác phẩm này, vai trò của Bồ Đề Đạt Ma mới được xác định một cách đúng đắn như là người đầu tiên truyền bá tư tưởng Thiền ở Trung Hoa. Cũng qua đây, những nguyên lý cơ bản của tư

tướng Thiền đã được vạch ra cho hàng môn đệ của Ngài như là khuôn mẫu.

Nhờ có Huệ Năng mà các hành giả Thiền ngày nay mới có được mối liên kết về trước với Bồ Đề Đạt Ma, và cũng kể từ Huệ Năng về sau mà chúng ta có thể ghi nhận sự ra đời của Thiền Trung Hoa, khác biệt hẳn với sắc thái Thiền Ấn Độ là khởi nguyên của nó. Chúng ta xem Đàn Kinh là một tác phẩm có hệ quả to lớn, chính là do nơi ý nghĩa hai chiều này. Cội nguồn tư tưởng Thiền được trải dài đến Bồ Đề Đạt Ma bắt nguồn từ sự chứng ngộ của chính Đức Phật; trong khi các chi phái của Thiền lại lan truyền khắp vùng Viễn Đông, nơi Thiền đã mang lại nhiều kết quả.

Đã qua hơn 1000 năm, từ khi lần đầu tiên giáo pháp của Huệ Năng được hoằng truyền, và mặc dù từ đó đã trải qua nhiều thời kỳ phát triển biến hóa khác nhau, tinh túy của Thiền vẫn còn lưu nét trong Đàn Kinh.

Bởi lý do này, nếu xuôi theo dòng lịch sử tư tưởng Thiền, chúng ta phải nghiên cứu tác phẩm của Huệ Năng, là vị tổ thứ 6 của Thiền tông Trung Hoa; trong mối quan hệ song trùng, một phía với Bồ Đề Đạt ma, và một phía với đệ tử hậu duệ của Đạt ma, đó là Huệ Khả, Tăng Xán, Đạo Tín, và Hoằng Nhẫn, và mặt kia là mối quan hệ giữa Huệ Năng và những người đương thời.

Đàn kinh được các môn đệ của Huệ Năng nhìn nhận đã chứa đựng giáo lý tinh nhất của Thầy mình, vào giáo lý được lưu truyền trong hàng đệ tử như là một di sản tinh thần, mà chỉ riêng người thừa kế mới được xem là môn đệ chính tông của Thiền Huệ Năng, như chứng minh qua đoạn kinh. Đại sư trụ ở núi Tào Khê, ảnh hưởng tinh thần của Ngài thấm nhuần suốt hơn 40 năm, lan tỏa đến hai tỉnh lân cận là Thiều và Quảng. Đệ tử của Ngài gồm tăng sĩ lẫn cư sĩ, từ 3000 đến 5000 người, còn nhiều hơn số lượng mà người ta có thể tính đếm được. Về cốt tủy giáo lý của Ngài. Đàn kinh được trao truyền cho môn đệ như một ấn chứng chân xác, những ai không được thụ nhận pháp này xem như không phải là người trong tông

môn..... Những bài pháp của Huệ Năng đã gây chấn động giới học Phật trong thời của Ngài, có lẽ trước Ngài không có vị tăng sĩ nào gây được sinh khí lôi cuốn trực tiếp đến quần chúng như thế. Việc nghiên cứu Phật pháp mãi cho đến thời bây giờ ít nhiều chỉ hạn cuộc trong tầng lớp có học, và bất kỳ kinh luận nào do các pháp sư giảng nói đều căn cứ trên giáo điều chính thống. Đó là những cuộc thảo luận có tính cách học thuật, trong bản chất của việc nghiên cứu, đòi hỏi nhiều ở sự uyên bác và trí phân tích hơn. Những luận giải này không cần thiết phải có sự phản chiếu từ thực tế của đời sống tôn giáo và kinh nghiệm tâm linh của con người, mà mối liên quan chủ yếu là với những ý niệm và biểu tượng.

Trái lại, những bài pháp của Huệ Năng biểu lộ trực giác tâm linh của chính Ngài, do vậy nên các pháp ấy vô cùng sống động, ngôn ngữ rất trong sáng và đầy chất uyên nguyên. Ít ra, đây cũng là một lý do mà quần chúng cũng như các học giả chuyên nghiệp đón nhận (Huệ Năng) theo cách chưa từng có. Đây cũng là lý do tại sao Huệ Năng mở đầu Đàn Kinh qua việc kể lại khá dài cuộc đời của mình, do vì nếu Huệ năng chỉ là một vị tăng học giả nằm trong tăng đoàn, thì chẳng cần thiết cho chính Ngài, hay hơn cho môn đệ trực tiếp phải giải thích chi tiết về cuộc đời của chính Ngài. Việc các đệ tử nhấn mạnh rất nhiều đến sự ít học của thầy mình chắc chắn có mối liên hệ rất lớn với tính cách độc đáo và sự nghiệp của Ngài.

Ngài Huệ Năng lúc 34 tuổi đến thọ giáo với tổ Hoằng Nhẫn, Ngài Hoằng Nhẫn viên tịch ngay sau khi Huệ Năng ra đi. Thần Tú hơn 100 tuổi khi ông viên tịch vào năm 706, lúc ấy Huệ Năng chỉ mới 69 tuổi, như vậy giữa hai người Thần Tú và Huệ Năng cách nhau ít nhất 30 năm.

Trong Đàn Kinh, Huệ Năng tự kể về nơi ngài sinh ra và nói về việc ngài hoàn toàn không hay biết gì về văn học cổ điển Trung Hoa, rồi ngài kể sự thích thú Phật pháp khi nghe người lạ tụng kinh Kim Cang, trong khi chính ngài lại không biết đọc. Khi đến Hoàng Mai để học Thiền với Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn, Huệ Năng vẫn chưa chính

thức được công nhận là một vị tăng xuất gia, mà chỉ xem là một vị cư sĩ làm công quả, ngài được phân công theo chúng làm việc ở nhà trù theo quy chế người làm công quả ở tu viện, ngài được phân công bừa củi và giã gạo, suốt 8 tháng ròng, Tổ mới xuống nhà trù gặp Huệ Năng hỏi gạo đã xong chưa, Huệ Năng trả lời : Dạ xong, gạo trắng còn đợi sàng, Tổ ra hiệu lấy gậy gõ vào cối ba cái rồi lên phương trượng. Trong danh nghĩa đó, rõ ràng không được phép sống chung với tăng chúng đã xuất gia. Và ngài chẳng được hay biết gì về những sinh hoạt đang diễn ra ở các nơi khác trong tu viện.

Huệ Năng chỉ biết làm công quả dưới nhà trù, với nhiệm vụ là đã gạo trong một thời gian . Một hôm nghe Hoằng Nhẫn thông báo rộng rãi bất kỳ đệ tử nào có thể làm được một bài kệ, trình bày chỗ khế hợp với lý Thiền sẽ được kế thừa làm tổ thứ 6 của Thiền tông. Huệ Năng không được thông báo cho biết sự kiện này, vì rốt cùng, Huệ Năng chỉ là một cư sĩ quèn làm công quả dưới nhà bếp chùa. Nhưng Hoằng Nhẫn chắc hẳn đã nhận ra mức độ chứng nghiệm tâm linh từ Huệ Năng, nên phải có hy vọng một ngày nào đó, bằng cách này hay cách khác, điều ngài tiên đoán về Huệ Năng sẽ được hiển bày.

Huệ Năng cũng không thể viết được bài kệ ngộ giải của mình, nên ngài phải nhờ người khác viết giùm, trong Đàn kinh nói Huệ Năng không đọc được kinh nhưng ngài biết rất rõ nghĩa lý của kinh khi có người đọc cho ngài nghe. Cái cố không biết chữ của Huệ Năng được người ta nhấn mạnh để tạo thế nổi bật cho chân lý và sức mạnh trực giác trong Phật pháp của ngài, đồng thời làm phơi bày rõ nét giáo lý duy trí của Thần Tú. Để nhấn mạnh sự tương phản (khuynh hướng) giữa Ngài và Thần Tú, người ta thích tạo ấn tượng hơn khi khắc họa ngài như một người không có khả năng biết văn tự.

Quan niệm nguyên ủy của Huệ Năng đương nhiên là khước từ tất cả văn chương và toàn bộ ngôn từ, vì tâm chỉ có thể lãnh hội bằng tâm một cách trực tiếp, không qua trung gian. Sự xuất hiện của Huệ Năng trong buổi bình minh của lịch sử Phật giáo Thiền

Trung Hoa vẫn có một ý nghĩa siêu tuyệt, và Đàn Kinh được xem như là một tác phẩm bất hủ, vì kinh đã quyết định tiến trình tư tưởng Phật học ở Trung Hoa trong suốt nhiều thế kỷ cho đến nay.

Trước khi trình bày quan điểm của Huệ Năng về Phật giáo, chúng ta hãy nghiên cứu các quan điểm của Thần Tú, người luôn luôn được mô tả tương phản với Huệ Năng. Vì sự khác biệt (khuyển hướng) giữa hai thượng thủ này giúp cho chúng ta xác định rõ ràng bản chất của Thiền hơn trước đây. Hoằng Nhẫn là một thiền sư vĩ đại và có nhiều đệ tử, nhiều năng lực. Có hơn 12 người được lịch sử Thiền ghi lại, nhưng Huệ Năng và Thần Tú vượt trội hơn hẳn những người khác, và sau họ, Thiền được chia thành hai tông : Thiền Nam tông và Thiền Bắc tông. Nhờ đó chúng ta được hiểu rõ hơn pháp môn Thiền do Thần Tú, thượng thủ của Thiền Bắc tông giảng dạy và dễ dàng hơn khi tìm hiểu về Huệ Năng chính là người chúng ta đang đề cập đến..... Trong các văn bản chẳng có văn bản nào do chính Thần Tú viết hết thấy. Cũng như Đàn kinh, thủ bản ấy là một dạng ghi chép của hàng môn đệ về các bài pháp của Thần Tú. Thủ bản có nhan đề “ Bắc Tông Ngũ Đạo Pháp Môn” và ở đây, chữ “ Đạo” có nghĩa là “ phương tiện” hay là phương pháp, dường như ít dùng với một ý nghĩa đặc thù nào khác và “ ngũ đạo” có nghĩa là năm phương pháp qui kết kinh tạng Đại thừa với giáo pháp Thiền Bắc Tông. Đây là nội dung giáo pháp ấy.

1 / Thành Phật có nghĩa là giác ngộ, và giác ngộ cốt yếu là không còn khởi vọng tâm.

2/ Khi tâm an trú tịch tĩnh, các thức đã chuyển hóa thành tịnh. Trong trạng thái này, cánh cửa tuệ giác tối thượng được khai mở.

3/ Cánh cửa tuệ giác tối thượng này dẫn đến sự chuyển hóa vi diệu của thân và tâm. Tuy nhiên, đây không phải là cảnh giới Niết bàn tịch diệt của Tiểu thừa, vì tuệ giác tối thượng mà chư Bồ tát thể chứng là siêu việt hẳn sự phân biệt của các thức.

4/ Sự siêu việt hẳn tính phân biệt của các thức có nghĩa là tự tại đối với quan niệm nhị nguyên về thân tâm, trong đó chân tướng các pháp vẫn được duy trì.

5/ Cuối cùng là con đường nhất như dẫn đến pháp giới chân như, không ngăn ngại, không sai biệt. Đây chính là giác ngộ.

“Bắc tông dạy rằng, tất cả chúng sanh đều có sẵn tánh Bồ đề, như bản tánh của gương là chiếu soi, khi phiền não dấy lên thì gương không còn phản chiếu nữa, giống như gương bị bụi che phủ. Nếu như theo lời sư dạy, khi vọng tưởng được hàng phục và trừ diệt, thì nó không còn sinh khởi. Thế nên tâm được sáng suốt như bản tánh riêng của nó, không có gì là không thông suốt. Đó cũng như lau gương khi không có bụi dính thì gương chiếu soi, không có gì ngoài sự chiếu sáng”

Nên Đại sư Thần Tú viết bài kệ trình lên Ngũ Tổ :

Thân thị Bồ đề thọ

Tam như minh kính đài

Thời thời cần phát thức

Vật sử nhạ trần ai .

(Thân là cây Bồ đề

Tâm như đài gương sáng

Luôn siêng năng lau chùi

Chớ để nhuộm bụi trần)

Bài kệ này Thần Tú làm xong mà đắn đo ba đêm mới lên viết trên tường để trình Tổ, chứ không dám trình trực tiếp với tổ. Tổ biết và khen ngợi bài kệ của Thần Tú, mọi người đều đến xem, Tổ khuyên mọi người nên biên chép trì tụng bài kệ này có phước, từ đó bài kệ của Thần Tú trong chúng ai cũng biết, bài kệ Thần Tú được nhiều người bàn tán ca ngợi thấu đến tai Huệ Năng, Huệ Năng nhờ người dẫn đến chỗ bài kệ xem và nghe. Nghe xong Huệ Năng nói tôi cũng có bài kệ, nhưng tôi không biết viết nhờ người viết dùm.

Bài kệ của Đại sư Huệ Năng :

Bồ đề bản vô thọ

Minh cảnh diệt phi đài

Bổn lai vô nhất vật

Hà xứ nhạ trần ai ?

(Bồ đề vốn không cây

Gương sáng không cần đài

Xưa nay không một vật

Lấy gì bụi bám .)

Hai bài kệ, bài kệ của Thần Tú nói về Tướng, nên phải có điều kiện hình tướng trên sự tu tập. Bài kệ của Huệ Năng nói về Tánh, nên không câu chấp hình tướng.

Cách tu quét bụi của Thần Tú và hàng môn đệ tất nhiên dẫn đến phương pháp Thiền tịch tĩnh, và đó chính là phương pháp mà họ khuyên dạy. Họ hướng dẫn nhập định qua sự tập trung, thanh tịnh tâm ý bằng cách an trú tâm trên một niệm duy nhất. Họ còn dạy rằng khi khởi một niệm, ngoại cảnh liền chiếu diệu rõ ràng, nên khi làm vắng bật niệm tướng ấy đi, thì sẽ nhận biết thế giới nội tâm.

Thần Tú cũng như các Thiền sư khác, thừa nhận tâm hiện hữu và công nhận rằng tâm này phải được tìm thấy từ bên trong bản tâm của mỗi chúng ta. Tâm ấy được thừa hưởng đầy đủ mọi đức tính của chư Phật. Thực tế chúng ta không nhận được tâm này vì tập khí của chúng ta quen đuổi theo ngoại cảnh.

Chúng ta không nhận ra được tâm này vì tập khí của chúng ta quen đuổi theo ngoại cảnh, khiến cho ánh sáng chân tâm bị lu mờ đi. Phương pháp tu của sư Thần Tú khuyên mọi người nên quán chiếu bên trong bằng cách tĩnh tu. Điều này hoàn toàn tốt cho chừng mực nào đó, nhưng Thần Tú vốn không có sự thể nhập siêu hình, nên phương pháp trên phải nhận chịu sự thiếu sót này.

Giáo pháp bao gồm những điều mà ta thường gọi là “ hữu vi” hay “ hữu sự” mà chẳng phải là “ vô sự” hay là “ tự tại”.

Đại sư Thần Tú nghe nhiều người quan tâm đến phương pháp nhập đạo thẳng tắt, nhanh chóng của Đại sư Huệ Năng, bèn gọi một đệ tử tên Chí Thành đến dặn : “ Ông vốn thông minh, lanh lợi hãy vì ta đến núi Tào Khê, và khi đến gặp Huệ Năng hãy đánh lễ và cung kính lắng nghe. Đừng để cho Ngài biết ông từ nơi nầy đến. Ngay khi hiểu được trọn ý nghĩa mà ông nghe được về Ngài, hãy ghi nhớ nằm lòng và trở về đây nói cho ta nghe về Ngài. Lúc ấy ta mới rõ kiến giải của ta hay của Huệ Năng là thẳng tắt nhanh chóng”.

Sư Chí Thành hoan hỷ vâng lời thầy, thẳng đến núi Tào Khê sai 15 ngày đường, ông đến cung kính đánh lễ Đại sư Huệ Năng và lắng nghe sự chỉ dạy, không tiết lộ từ đâu đến. Khi nghe pháp, tâm trí Chí Thành nắm bắt ngay được yếu chỉ giáo pháp của Huệ Năng. Chí Thành nhận ra ngay bản tâm của mình, liền đứng dậy đánh lễ, thưa : “ Con vốn từ chùa Ngọc Tuyền đến đây. Nhưng tu tập dưới sự chỉ dạy của thầy con là Thần Tú, con chưa được khế ngộ. Bây giờ, nghe được pháp yếu của Hòa thượng, con đã nhận ra ngay bản tâm mình. Ngưỡng mong Hòa thượng từ bi chỉ dạy thêm cho”.

Đại sư Huệ Năng bảo : “Nếu ông từ chùa Ngọc Tuyền đến, ắt ông là kẻ do thám ? ”.

Chí Thành đáp : “Khi con chưa tiết lộ thì đúng con là kẻ do thám, nhưng khi con đã thưa thật với Hòa thượng rồi thì con chẳng còn là kẻ do thám nữa”.

Đại sư Huệ Năng nói : “ Trường hợp đó cũng là ý nghĩa phiền não tức bồ đề”.

Huệ Năng bảo Chí Thành : “ Tôi nghe thầy ông chỉ dùng tam vô lậu học, gồm Giới, Định, Huệ để dạy người. Hãy cho tôi biết, thầy ông đã dạy như thế nào ? ”.

Chí Thành thưa : “ Thần Tú thầy con dạy, giới, định, tuệ như sau : Không làm các việc ác là giới; Vâng làm các việc lành là huệ ;

Tự thanh tịnh tâm trí mình là định. Đây là quan niệm về tam vô lậu học của thầy con. Giáo lý của thầy hoàn toàn tương ứng với quan niệm này. Thỉnh ý của Hòa thượng như thế nào, xin chỉ dạy ”.

Đại sư Huệ Năng đáp : “ Ấy là quan điểm rất hay, nhưng tinh thần của tôi thì khác”.

Chí Thành hỏi : “ Thừa Bạch Hòa thượng, khác chỗ nào ?”.

Đại sư Huệ năng đáp : “ Một bên chậm, một bên nhanh và thẳng tắt ”.

Chí Thành cầu thỉnh được chỉ bày cái thấy của Ngài về Giới, Định, Huệ. Đại sư Huệ Năng đáp :

“ Vậy thì hãy lắng nghe pháp của tôi, theo cái thấy của tôi, bản tâm tự nó không bệnh, đó là tự tính Giới . Tâm tự nó vốn không loạn, đó là tự tính Định; tâm tự nó không si mê, đó là tự tính Huệ”. Đại sư nói tiếp, “ Tam vô lậu học mà thầy của ông giảng dạy là dành cho người có căn cơ bậc thấp, còn giáo pháp tam học của tôi dành cho hàng có trí siêu tuyệt. Khi ngộ được tự tính chẳng cần dựng lập tam học nữa”

Chí Thành thưa, “Thỉnh Hòa thượng chỉ dạy rõ cho con ý nghĩa chẳng cần dựng lập”.

Đại sư Huệ Năng nói “ Tự tánh vốn không bệnh, không loạn, không si mê, mỗi niệm đều là trí tuệ siêu việt (Bát nhã) mỗi niệm trong ánh sáng trí tuệ quán chiếu này thường vượt khỏi mọi sắc tướng. Do vậy, nên chẳng dựng lập tất cả pháp. Đốn ngộ nhận ra ngay liền tự tánh này, chẳng phải nhận thức theo từng thứ lớp mà được, đây là lý do của việc không dựng lập”.

Chí Thành đành lễ và không bao giờ rời Tào Khê, trở thành đệ tử của Đại sư Huệ Năng.

(Trích Thiền và Pháp môn vô niệm luận về Pháp bảo Đàn kinh của Lục Tổ Huệ Năng).

PHẦN II –

Điều độc đáo có tính cách nổi bật và kỳ đặc nhất trong giáo pháp của Huệ Năng, so với các bậc Tổ sư tiền bối và các Tổ sư đương thời, giáo lý “bỏ lai vô nhất vật” của Ngài, thể hiện tinh thần khác hẳn với bài kệ ngộ giải của Thần Tú.

“Xưa nay không một vật” là ý chỉ đầu tiên của Huệ Năng. Đó là tiếng bom nổ trong cú điểm của Thần Tú và các bậc Tổ sư tiền bối. Qua ý chỉ này, Thiền của Huệ Năng trở nên có cương lĩnh, độc đáo, đối nghịch hẳn với cơ bản loại Thiền định kiểu “quét sạch bụi trần”. Quan điểm của Thần Tú hoàn toàn không sai lầm, vì có lý khi giả định rằng chính thầy của Thần Tú, đã cùng có quan niệm như vậy, cho dù quan điểm của Ngũ Tổ không được tuyên bố rõ ràng như Thần Tú. Thực vậy, giáo pháp của Hoàng Nhẫn có thể lý giải theo hai đường lối, một của Thần Tú và một của Huệ Năng. Hoàng Nhẫn là một vị thầy vĩ đại của Thiền tông, và qua ngài đã xuất sinh nhiều nhân vật lỗi lạc mà sau đều trở thành những vị thượng thủ dẫn đạo tông phong. Trong các vị ấy, Thần Tú và Huệ Năng là nổi bật nhất trong nhiều phương diện, và sự phân phái bắt đầu nảy sinh từ nơi họ. Thần Tú lý giải giáo lý của Hoàng Nhẫn theo ngộ giải của riêng mình, và Huệ Năng thích ý chỉ Thiền của Hoàng Nhẫn theo sự bừng chiếu tuệ giác của mình. Và như đã giải thích, thời gian đã chứng minh cho giáo lý nào trội vượt hẳn, vì giáo lý ấy hoàn toàn thích ứng với tư tưởng và tâm lý của người Trung Hoa.

Chính giáo pháp của Hoàng Nhẫn hoàn toàn có khả năng nghiêng về khuynh hướng tương tự như Thần Tú, vì Hoàng Nhẫn có vẻ như đã dạy đệ tử “luôn luôn phải biết bản tâm” thường phải canh chừng tâm ý. Ngũ Tổ là đệ tử của Bồ Đề Đạt ma, đương nhiên phải tin vào cái tâm mà nó bao trùm khắp cả pháp giới này, cũng như tâm lưu xuất vô số hình tướng, nhưng chính trong tự thể là nhất như, không cấu nhiễm, và chiếu sáng như mặt trời không gợn mây “Tự biết bản tâm của mình” có nghĩa là giữ cho tâm được trong sáng không còn bị những đám mây mù bản ngã che khuất, để cho ánh sáng thanh tịnh còn được nguyên toàn và vẫn thường chiếu diệu. Nhưng ngay quan điểm này, ý niệm về tâm và mối tương quan của

tâm với thế giới phồn tạp đã không được xác lập một cách rõ ràng, nên có rất nhiều khả năng tâm này sẽ tương giao với nhiều khái niệm lầm lẫn.

Nếu tâm vốn thường thanh tịnh, không cấu nhiễm thì tại sao nó cần phải được phủ bụi, lau chùi, mà bụi ấy vốn không có chỗ nào để dấy khởi ? Phải chăng việc “ quét bụi” này cũng giống như việc “ canh chừng tâm ý”, là một tiến trình không được bảo chứng của các hành giả Thiền ? Việc quét bụi quả thực là một sự sắp xếp hoàn toàn không cần thiết . Nếu như toàn thể pháp giới này lưu xuất từ tâm, tại sao không để nó sinh khởi theo ý muốn ? Cố gắng ngăn chặn sự sinh khởi ấy bằng cách “ canh chừng tâm ý”- có phải điều này đang khuấy rầy tâm chăng ? Điều hợp lý và tự nhiên nhất đối với tâm là hãy trả về cho nó hoạt dụng sáng tạo và chiếu soi.

Giáo lý “ canh chừng tâm ý” của Hoằng Nhẫn có thể nhằm canh chừng cái ý thức về ngã tính của chính hành giả đã tạo nên chướng ngại cho Bản tâm. Nhưng đồng thời, cũng có lắm nguy hiểm cho hành giả khi hành xử hoàn toàn tương phản với tinh thần giáo lý không can thiệp. Đây là một điểm tế nhị, và các Thiền sư phải xác quyết về vấn đề này- không những trong ý niệm mà còn cả trong phương pháp tu tập. Chính Thiền sư phải có một ý tưởng dứt khoát khi muốn thành tựu việc nhận ra bản tâm cho đệ tử mình, nhưng về sau, họ thường không công phu khế hợp với sự hướng dẫn của thầy. Do nguyên nhân này, các phương pháp hướng dẫn tu tập cũng phải đa dạng, không những thích ứng với từng người mà còn đáp ứng từng thời đại. Và cũng vì lý do ấy, những sự đối lập lại càng càng khẳng định quyết liệt trong hàng môn đệ hơn là giữa các bậc thầy xiển dương các pháp môn tu tập khác nhau.

Khuynh hướng của Thần Tú dạy môn đồ đệ tử phương pháp “ canh chừng” hay “ quét bụi” hơn là phương pháp “ để mặc”. Tuy nhiên, phương pháp sau cùng này lại tránh được những cạm bẫy nghiêm trọng mà người tu có thể sa vào, vì đó là nơi hội ngộ cơ bản giáo lý *tính không*. Đó là tư tưởng “ xưa nay một vật”

Khi Huệ Năng tuyên bố : “ xưa nay không một vật” thì yếu chỉ tư tưởng Thiền của Ngài đã được định hình. Từ đó, chúng ta nhận ra được khoảng cách khác biệt giữa Ngài và các vị Tổ sư tiền bối cũng như với các vị Thiền sư đương thời. Yếu chỉ này trước đây chưa được định hình rõ nét như thế.

Các Thiền sư cùng thời với Huệ Năng trình bày Tâm trong mỗi tâm thức cá nhân, và cũng như tính tuyệt đối thanh tịnh của tâm này, ý tưởng hiện hữu của tâm ấy cùng bản tánh thanh tịnh tuyệt đối như thế gọi lên sự hiện hữu một thực thể riêng biệt, cho dù thực thể ấy có thể được xem là siêu trần và trong suốt. Và kết quả là phải khai quật thực thể ấy ra từ đồng vật thể hỗn trược (trái ngược với chân tính bồ đề vốn hằng thanh tịnh).

Ngược lại tư tưởng của Huệ Năng về tính không có thể đầy hành giả vào hố thẳm, nơi chắc chắn sẽ tạo nên một cảm giác tuyệt vọng ngất trời. Triết lý Bát Nhã, cũng như triết lý của Huệ Năng, có chung một hiệu quả ấy. Để nhận ra được, hành giả cần có một trực kiến tôn giáo sâu thẳm, thể nhập được vào chân lý tính không. Được biết Huệ Năng có được sự giác ngộ khi nghe tụng kinh Kim Cang, kinh này thuộc văn hệ Bát Nhã trong kinh Đại thừa. Qua đó, chúng ta thấy biết ngay được điểm xuất phát của Huệ Năng.

Ý tưởng nổi bật thịnh hành mãi đến thời Huệ Năng là Phật tính mà tất cả các loài hữu tình đều vốn có. Phật tính này hoàn toàn thanh tịnh, không nhiễm ô như tự thể của mỗi chúng sanh. Do vậy, công phu của hành giả là thể thiện tự tánh của chính mình, đó là Phật tánh, vốn thanh tịnh từ uyên nguyên. Nhưng như đã trình bày trước đây, về mặt thực hành, ý tưởng này thường có khả năng dẫn hành giả đến khái niệm phân biệt trong khi duy trì ý thức thanh tịnh của tâm đằng sau một thứ hỗn độn u tối bao bọc lấy ý thức ngã tính của mình, công phu thiền định của hành giả có thể đạt đến sự chiếu sáng ở đài gương tâm, trong đó, hành giả hy vọng thấy được khuôn mặt tự thể thanh tịnh ngàn đời của mình phản chiếu. Loại Thiền định này có thể được gọi là tĩnh. Nhưng kiểu Thiền mặc chiếu hay

quan sát thanh tịnh của tâm lại có tác dụng như là tự sát. Huệ Năng cực lực phản đối loại Thiền định này

(Trích : Thiền và pháp vô niệm).

(Trích một phần những pháp tu thiền để chúng ta thấy Thiền rất hay rất tuyệt nhưng đạt đến chỗ rốt ráo tận cùng thì rất khó, nếu không phải căn cơ bậc thượng thì khó đi đến nơi về đến chốn được. Tinh thần Thiền là vô chấp, chấp không cũng không được, chấp có cũng không xong. Chấp không rơi vào trạng thái ngoan không, chấp có dính chặt vào một chỗ, làm sao vượt qua khỏi trạng thái chấp không và chấp có, mới đúng ý của Thiền. Nhưng bản chất chúng sanh đã từ lâu ưa chấp, nay làm cho không chấp thì thật khó và rất khó...)

ƠN NGHĨA TƯƠNG QUAN

Sở dĩ ta hiện hữu xác thân này là có từ cha và mẹ cùng với mọi người trong xã hội con người lẫn cả cây cỏ, hoa lá, núi sông, gió mưa v.v.. để ta tồn tại và có mặt ngày hôm nay. Vì thế ta hiện hữu là hiện hữu với sự có mặt với con người, với muôn loài và với thiên nhiên. Không có cha mẹ ta, thì sẽ không bao giờ có ta. Nên ta phải luôn nghĩ đến sự hiện hữu của cha và mẹ ta. Phải nhìn sâu vào sự sống của ta để luôn nghĩ đến công ơn của cha của mẹ. Khi ta nhìn sâu vào để thấy công ơn của cha mẹ đối với ta, thì ta mới toát ra được chất liệu hiếu kính và thương yêu. Nếu chúng ta không có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi để nhìn sâu và thấy rõ được những công ơn to lớn ấy, thì ta sẽ không có được sự hiếu kính, hoặc nếu có, thì cũng không phải là sự hiếu kính đích thực. Ta chỉ có sự hiếu kính đích thực, khi nào ta có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi.

Nhìn bàn tay của ta, nhìn trái tim của ta, nhìn tâm hồn của ta và ta thấy được trong tất cả yếu tố đó đều có mặt của cha mẹ ta. Và

khí ta thấy được rằng, trong sự hiện hữu của mình luôn có cha mẹ, thì đó là sự hiện hữu có gốc rễ và mình sẽ không cảm thấy bị lạc loài. Đây là điểm hết sức quan trọng, khi thế kỷ 21 này, người ta có khuynh hướng làm ra những con người nhân tạo. Và khi những con người nhân tạo bằng máy bắt đầu xuất hiện trên trái đất chúng ta, thì trái đất chúng ta sẽ có một thảm họa và thế giới con người sẽ là một thảm họa, bởi vì những con người được “sinh ra” bởi thai nhân tạo sẽ không biết được cha mẹ nó ở đâu, nó không có gốc rễ. Khi đã không có gốc rễ, nó sẽ hành động theo thú tính hoàn toàn. Nó sẽ hành động theo cảm giác bơ vơ, lạc lõng như một loài không có gốc rễ và đó là cái nguy hiểm cho thế giới con người. Các nhà đạo đức, các nhà học giả trên thế giới vẫn còn đang tranh cãi nhiều về vấn đề này. Người ta giả tưởng rằng, khi mà thế giới con người ra đời bằng bào thai nhân tạo, người ta vẫn chưa tưởng tượng ra được thế giới con người lúc đó sẽ như thế nào, nhưng chắc chắn rằng, nó sẽ thấp kém hơn, sẽ bi đát hơn thế giới con người chúng ta đang có mặt. Bởi vì sao ? Bởi vì trong sự tương quan, khi chúng ta nói một em bé mà em bé đó không nghe, thì chúng ta có thể nói với cha mẹ nó, với cô dì, chú bác, hoặc có thể với ông bà nội, ông bà ngoại của nó... Nhưng, một đứa bé được sinh ra từ bào thai nhân tạo, khi nó hư hỏng mình sẽ nói với ai đây ? Một con người có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, mình sẽ rất vinh dự khi mình thấy rằng, mình có mặt là bởi vì cha mẹ mình đã có mặt, và cha mẹ đã luôn luôn có mặt ở trong mình. Dù mình có đi bất cứ ở đâu, chỉ cần nhìn bàn tay của mình trong chánh niệm, tỉnh giác và từ bi mình sẽ tiếp xúc được với cội rễ của mình và từ đó cảm giác cô đơn của những người con tha hương sẽ không có cơ hội trỗi dậy.

Chúng ta đi những bước đi là không những đi cho chúng ta, hay đi cho cá nhân ta, mà đi cho cha mẹ mình. Cha mẹ mình có an toàn hay không, là tùy thuộc vào bước chân an toàn của chính mình. Mình cười, mình thở cũng là cười và thở cho cha mẹ mình. Ngay cả mình học, mình đỗ đạt, cũng chính là học và đỗ đạt cho cha mẹ mình. Kỳ thi Đại học vừa qua, có những em thi bị rớt không vào Đại

học được, trong gia đình cha mẹ của mấy em thì bị rớt buồn thiu như nhà có đám tang vậy, dọn cơm ra không ai ăn được cả. Rõ ràng là chúng ta đâu phải học cho cá nhân mình, mà học cho cha mẹ mình, cho anh em mình, cho gia đình mình, và cho cả xã hội mình. Người đệ tử Phật nhìn sâu vào sự kiện hiện hữu của mình, mình sẽ nhận ra rằng, mình luôn luôn hiện hữu với cha mẹ mình, với anh chị em mình, với bạn bè mình và hiện hữu cho xã hội. Khi nghe bạn mình thì rớt, chúng ta cũng ăn không được. Rõ ràng, mình đâu chỉ học cho riêng mình, mà còn học cho bạn mình.

Ta hiện hữu là hiện hữu với Thầy của mình, trong đời sống của mình có Thầy của mình. Nếu mình có những hành xử sơ suất, thì không những mình bị thiệt thòi, đau khổ mà Thầy mình cũng buồn, cũng đau khổ. Vì thế, người học trò tốt nghiệp ra làm việc thành công ở bất cứ nơi nào, sự thành công đó đều có sự hiện hữu thành công của Thầy mình, nếu có thất bại thì Thầy mình cũng bị thất bại theo. Như vậy, mình tu không phải chỉ tu cho mình, mà còn tu cho Thầy mình, cho cha mẹ mình, cho bạn bè mình và cho cả xã hội của mình. Mình học không phải chỉ đem vinh quang cho bản thân mình, mà còn đem vinh quang cho Thầy mình, cho những người đồng cảm với mình. Trong mỗi động tác đều có cha mẹ, có Thầy, có bạn của mình. Nếu động tác của mình sơ suất, xuống hố sâu vực thẳm, thì Thầy của mình, cha mẹ mình cũng rơi xuống hố sâu, và bạn bè cũng vậy. Nếu động tác của mình thăng tiến, thì mình thăng tiến, cha mẹ mình thăng tiến, Thầy mình cũng thăng tiến và bạn mình cũng thăng tiến. Khi có chánh niệm tỉnh giác, mình sẽ thấy được như vậy, thì trong từng giây từng phút mình đi đâu, ở đâu cũng có cha mẹ, có Thầy, có bạn bè ở trong mình. Nếu mình không có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, thì mình sẽ không thể biết ơn cha mẹ, biết ơn Thầy, bạn một cách sâu sắc được. Nhìn kỹ mình sẽ thấy trong đời sống của mình có sự hiện hữu của tất cả mọi người.

Chúng ta ăn cơm trong chánh niệm, chúng ta quán thấy những thực phẩm mà chúng ta đang ăn là từ những người nhà bếp. Từ khâu đi chợ mua về, rồi mỗi kiến thức của nhiều người cùng nấu

và chế tác ra các món, như cơm, canh, đồ xào, món trộn, món luộc, tương, rau v.v...kể kê bàn, dọn chén, lau chùi v.v.. trải qua bao công đoạn gần mới có thức ăn để ta ăn. Rồi ta quán niệm nhân duyên xa từ bát cơm, đâu phải chỉ những người nhà bếp, mà còn có mặt của những người nông dân, có mặt của các chị bán rau, có mặt của bác thợ rèn, nếu không có bác thợ rèn, thì không dao để cắt, để gọt. Có người làm đậu khuôn, có người làm nấm, có người làm chả, có người bửa củi, có người xay gạo, giã gạo, nấu cơm, có bác xe thồ, có ông giám đốc và nhân viên nhà máy điện, máy nước, có những nhà sản xuất chén bát, có giám đốc và nhân viên ngân hàng, có anh công an v.v...rất nhiều nhân và duyên để cho ta có một bát cơm, một chén canh ngon đưa vào miệng để ăn, để nuôi mạng sống. Chúng ta thấy bát cơm của ta ăn là một bát cơm được tạo ra từ một trường bách khoa thực tiễn của đời sống. Nên nhìn sâu vào bát cơm chúng ta thấy có nhiều công sức của rất nhiều người kể xa người gần, để có được bát cơm ta ăn, ta cảm thấy rất hạnh phúc và rất sung sướng. Ăn một miếng cơm mà đã có mặt nhiều người như vậy, nếu mình ăn với một lòng tham, ăn lật đật, ăn làm sao cho được nhiều, ăn không suy nghĩ, thì làm sao xứng đáng ! Thường mình hay phụ bạc với nhau một cách tệ tình, nếu mình ăn không có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi trong khi ăn, mình sẽ khen ngon, chê dở, chê ít, chê nhiều, chê mặn, chê nhạt, chê cay, chê thú vị v.v..

Mình nghĩ mà xem ! Mẹ mình ở nhà đi chợ mua đồ về, lật rau, nấu cơm, nấu nước, nấu canh, kho cá Rồi dọn sẵn lên bàn cho mình, hay vợ mình, chị mình cũng nấu cơm, nấu canh, rồi dọn sẵn lên bàn cho mình bằng tất cả tấm lòng, bằng nhiều công sức và thời gian mới có được mâm cơm đầy đủ thơm tất dọn sẵn. Thế mà, mình đi làm việc về đến nhà, vào bàn ăn, rồi chê mặn, chê nhạt, hoặc chỉ lừa lừa ba miếng cho xong chuyện, hoặc vừa ăn vừa bấm điện thoại, hoặc vừa ăn vừa xem tivi, xem bóng đá. Ta sống và ăn như vậy, thì đời sống của ta quả thật là phụ bạc và vô vị ! Tại sao mẹ mình, vợ mình, chị mình đã thương và lo cho mình những thực phẩm để ăn như vậy, mà mình không ngồi để ăn cho đàng hoàng và sâu sắc, để

thấy tâm hồn của mẹ mình, của vợ mình, của chị mình có mặt ở trong tô canh, ở trong bát cơm ? Ăn mà không biết những gì đã tạo nên cái ăn ấy, thì ăn như thế gọi là ăn vô vị. Khi con người quên mất, hay coi thường ân nghĩa của cha mẹ mình, của những người thân thương của mình, thì người đó có thể gọi là hạng người vô ơn bạc nghĩa trong cuộc đời này. Gọi là “ thực bất tri kỳ vị” ăn mà không biết mùi vị ngon dở...không nhớ ơn nghĩa ...Những người như vậy gọi là những người đánh mất lương tâm trong cuộc sống, sống mà dường như đã chết, chết đây là chết cái tâm là vậy, chết từ trong dòng họ mình, chết trong tâm của những người thân mình, sống không có chất liệu hạnh phúc là vậy.

Thực tập chánh niệm, tỉnh giác và từ bi là lấy lại năng lượng của tâm, lấy lại tự chủ của mình trong cuộc sống hằng ngày của mình, để trong đời sống hằng ngày của con người. Khi nào cũng có mặt của cha mẹ mình, thầy mình, bạn bè mình, những người thương yêu của mình, đồng loại của mình, và cả muôn loài nữa. Ta nhìn thấy thực phẩm trong một bữa ăn, có mặt của thực vật lẫn động vật đã mất đi sự sống để cho ta có thức ăn ngày hôm nay. Khi một thực vật được hoàn thành để trở thành thức ăn, tức là từ cây lúa, cây rau trưởng thành cho đến thu hoạch cho đến nay, thì không biết bao nhiêu loài chúng sanh phải chết trong thực vật đó, để cho mình được ăn. Bao nhiêu con sâu, con kiến, trứng sâu, trứng kiến, con trùn con dế v.v.. phải hy sinh thân mạng nó dưới lưỡi cày, lưỡi cuốc, bởi thuốc xịt rầy, bởi dưới sự đốt rác đốt rơm, phát bờ, tháo nước v.v...để mình có được một miếng rau tươi, để mình có được bát cơm thơm dẻo.

Cho nên, nếu ăn một miếng cơm mà có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, thì mỗi miếng cơm là một niềm hạnh phúc lớn, chứ không phải đến lúc ăn no mới hạnh phúc. Khi đưa muỗng cơm chạm vào trong miệng mình, đó là một hạnh phúc lớn, một cảm giác kỳ lạ trong đời sống của chính mình. Hạnh phúc lớn là ở đó, chứ không phải hạnh phúc ở nơi miếng thịt to, con cá lớn, ly bia, ly rượu, hay những thức ăn đặc tiền, mỹ vị, sơn hào hải sản v.v.. Chúng ta ăn ít

cũng được, nhưng mà phải ăn trong chánh niệm, tỉnh thức, ăn cho sâu sắc, ăn trong hạnh phúc.

Với chánh niệm tỉnh giác và từ bi, hành giả tu tập, dù bất cứ nơi đâu, thời gian nào, nguyện không bao giờ là kẻ phản bội vô ơn. Ở trong gia đình nguyện xây dựng cuộc sống tốt đẹp hạnh phúc, ra ngoài xã hội nguyện làm người tử tế lương thiện. Đối với người tu tập có chánh niệm tỉnh giác và từ bi, vị ấy phải biết rõ rằng, trong đời sống ta nên làm gì và không nên làm gì. Vị ấy sống ở đâu làm đẹp ở đó, sống ở đâu đem lại sự bình an ở đó, nơi nào vị ấy đến nơi đó bình yên và an lạc cho nơi đó.

Bởi vậy, chánh niệm tỉnh giác là nếp sống đem lại hạnh phúc, là văn hóa, là đạo đức, là tuệ quán minh triệt, là niềm tin trong sáng, thuần tịnh. Công hạnh của người đệ tử Phật là gì ? là nếp sống hiền thiện, tỉnh giác và từ bi, có quán chiếu, có niềm tin trong sáng thuần tịnh. Trong chánh niệm có giới, tức niềm tin có đạo đức. Trong chánh niệm có định, tức là sự vững chãi. Và chánh niệm có tuệ, tức có sự quán chiếu sâu sắc. Chính những cái đó tạo nên hạnh phúc của người đệ tử Phật.

Trong đời sống của một con người, có khi thăng, khi trầm, khi tán, khi tụ, khi vui, khi buồn. Đời sống của một gia đình cũng vậy, khi thăng, khi trầm, khi tán, khi tụ, khi buồn, khi vui. Giàu đó rồi lại nghèo đó, vinh đó rồi lại nhục đó, phú quý đó, rồi lại cơ hàn đó, đoàn tụ đó rồi phân ly đó. Ta nhìn kỹ, thì gia đình nào cũng có tình trạng ấy hết, nhưng mà gia đình có chất liệu của đệ tử Phật, thì khi giàu mình cũng có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, khi vinh cũng như khi nhục, khi được cũng như khi mất, khi vui cũng như khi buồn, luôn giữ được chất liệu chánh niệm, tỉnh giác và từ bi. Nếu mình mất chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, mất niềm tin trong sáng, trong đời sống hằng ngày, thì người đệ tử xem như là mất hạnh, mất nét, mất nếp sống của mình. Và khi nếp sống của mình đã mất, thì mình không còn có cơ hội gì để gọi là biết ơn thầy, bạn, cha mẹ, và mọi người. Mỗi khi đã không biết ơn thì làm sao để bảo vệ mình ? Có

biết ơn cha mẹ, mình mới bảo vệ thanh danh của cha mẹ mình. Có biết ơn thầy, mình mới bảo vệ danh tiết của Thầy, mình mới đi theo cái khí tiết của Thầy mình. Có biết ân bạn bè, thì mình mới sống có đạo nghĩa. Có biết ân quê hương xứ sở, thì mới bảo vệ quê hương. Có biết ơn con người, thì mình mới chăm sóc, mới trân trọng quyền sống của con người.

Chúng ta thấy ân nghĩa, hiếu kính, nhân quyền, cũng đều từ nơi chánh niệm tỉnh giác, từ bi mà ra cả. Nếu không có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, thì không có tuệ, không có tuệ thì đâu có thấy được sự liên hệ giữa mình và người. Giới định tuệ là chất liệu xuyên suốt trong mọi lãnh vực, trong mọi hành xử của người đệ tử Phật, mà chánh niệm, tỉnh giác và từ bi cần phải thực tập miên mật để giới định tuệ luôn luôn sống và hiện tiền./.

(Trích : Một thời làm điệu : HT Thích Thái Hòa)



NHIẾP PHỤC MA QUÂN

Ma ở đây là chỉ cho dục vọng và những điều kiện giúp cho dục vọng phát sinh. Bởi vì, dục vọng đưa đẩy chúng ta đi vào bóng tối, nên dục vọng được gọi là ma. Ta sống ở giữa ban ngày, mà ta vẫn đi trong bóng đêm, nếu ta sống theo dục vọng. Ma ở đây cũng chỉ là những tri giác, những nhận thức sai lầm của chúng ta. Chính những nhận thức sai lầm đó, đưa ta đi tới bóng đêm và cuộc sống của chúng ta trở thành ra bóng đêm.

Bất cứ cái gì liên hệ đến dục vọng, thì cái đó đều đưa tới sai lầm. Hạnh phúc do dục vọng đem lại, thì hạnh phúc đó cũng chỉ là hạnh phúc tạm thời, hạnh phúc không chân thật, hạnh phúc giả.

Như vậy, nội ma là những ham muốn không chánh đáng ở trong tâm của chúng ta, và ngoại ma là những tệ nạn xã hội mà mình bị vướng vào, con cháu mình bị vướng vào, những người thương của mình bị vướng vào.

Tham nhũng là một loại ma. Và những người tham nhũng là ma. Bởi khi tham nhũng phát triển, thì công lý không còn và mình sống với tham nhũng tức là mình sống với ma, một loại ma xã hội. Buôn lậu là một loại ma, Ma túy cũng là một loại ma. Mua dâm, bán dâm cũng là một loại ma. Khi công lý không còn, nhân cách không còn được tôn trọng, Phật tính bị khuất lấp, Thánh tính bị lu mờ, thì tất cả loại ma tha hồ tung hoành, chúng làm hư hỏng xã hội và đưa xã hội đi vào bóng đêm.

Như vậy, người đệ tử Phật có bốn phận nhiếp phục ma quân. Chúng ta muốn nhiếp phục được ma quân bên ngoài, thì trước hết chúng ta phải nhiếp phục được các loại ma dục vọng ở trong tâm của chúng ta. Và chúng ta cũng phải nhiếp phục được các loại ma ở trong gia đình của chúng ta. Có khi con mình dễ thương như thế mà bỗng chốc trở thành ma. Có khi anh chị mình đang dễ thương như vậy mà bỗng chốc trở thành ma. Có khi chồng mình, vợ mình đang dễ thương như vậy mà bỗng chốc trở thành ma. Nên, ta phải làm thế nào để mình nhiếp phục được các loại ma ở trong tâm mình và ở

trong gia đình mình, thì mới có thể nhiếp phục được những loại ma ngoài xã hội.

Có một Phật tử nữ nọ, cô ta là cán sự y tế, chồng làm bác sĩ ở bệnh viện, cô ấy nói rằng, cô đã nói với chồng mình là : “Anh kiếm tiền không chính đáng, không minh bạch trong sạch mà đem về đưa em, em sẽ không nhận, bởi vì nếu nhận, sau này con mình sẽ trả không nổi, gia đình mình sẽ không yên ổn, hạnh phúc gia đình sẽ không dài lâu”. Như vậy, cô ấy đã thấy được, không để cho ma bên ngoài xâm nhập vào gia đình , vào trong đời sống của chồng mình và của con mình. Đó là một người vợ thông minh. Phải thông minh lắm, bản lĩnh lắm, mới có sự tư duy và suy nghĩ như vậy, nói được những câu như vậy với chồng mình. Thường thường có những người vợ rất tốt, nhưng cũng có những người vợ rất kém, chồng đi làm việc mà đem tiền về ít là cảm râm dũ lắm. Nếu người chồng có tu tập chánh niệm, sẽ nói với vợ mình rằng : Em có ưa ma không, anh sẽ bắt ma về cho em ? Tham những, hồi lộ, tất cả những thứ đó là ma, là đem ma về ở trong gia đình mình, mà không thấy, không hay không biết.

Gia đình nào có người vợ, người chồng, người con, người cháu, có chánh niệm tỉnh giác và từ bi, thì gia đình đó sẽ loại trừ được ma không xâm nhập trong gia đình mình. Người có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi nói cho người không có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi biết rằng : Chị hay anh đi ra ngoài xã hội lấy của không chính đáng, của người ta đem về trong nhà làm của mình cho nhiều, rồi con cái thấy tiền nhiều như vậy, chúng bắt đầu ăn tiêu xa xỉ, phung phí, từ mặt này đến mặt khác, khi đó mới thấy gia đình bắt đầu sinh ra đủ chuyện không lành, con cái ăn chơi, chồng hay vợ say xỉn, cờ bạc, cá độ v.v.. Lúc này nghĩ chắc là ma nó vào trong nhà quấy phá, rồi đi coi bói, mời thầy cúng tế, trấn yểm bùa ngãi. Trong lúc đó mình không thấy con ma đang ngự trị trong nhà mình từ lâu. Rồi lại nói sao gia đình mình sao hôm nay làm ăn xui xẻo. Và bắt đầu đi cầu đảo am này miếu nọ, thầy bùa thầy ngãi v.v..để cho hết xui !!

Phải đề phòng ma đừng cho đi vào tâm trí của mình, nơi gia đình mình, nơi những người thân yêu của mình. Và nếu không có biết, lỡ ra, mai kia, một nọ người chồng hay người vợ của mình mà tham nhũng, hối lộ bị luật pháp phát hiện, thì cuối cùng bị truy tố đưa ra tòa xử án, đi ở tù, rồi lúc đó mới than khóc rằng, chồng hay vợ tôi hay con cái của tôi đã bị Ma bắt nó rồi.

Nên mình phải có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi để giúp mình và người thân yêu của mình không bị rơi vào vòng xoáy của ma. Chúng ta phải biết rằng, sức hấp dẫn của tiền bạc, danh lợi, sắc đẹp, của cá thịt, của rượu bia, nó rất là mạnh và vĩ đại. Nếu ta không có sức mạnh của chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, thì không thể nào đẩy lùi chúng ra khỏi đời sống của ta được đâu !

Chúng ta thấy rằng, chánh niệm tỉnh giác và từ bi là một phương pháp hữu hiệu để chữa trị bệnh tà kiến, bệnh ma mà mình có thể cứu mình và giúp những người khác thoát khỏi vòng lưới của ma. Thoát ra khỏi sự thèm khát của ma dục lạc, để đến nơi bình an chân thật.

Hễ có chính niệm, tỉnh giác và từ bi là mình tự cứu lấy mình và giúp được những người thân yêu trong gia đình mình và những người ngoài xã hội. Nếu mình thiếu chánh niệm, tỉnh giác và từ bi thì bản thân mình sẽ bị ma trói buộc và không thể cứu giúp được bất cứ ai, dù là người thân thiết nhất. Nếu có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi, và biết sử dụng phương pháp này cho sự nghiệp trong đời sống của mình, thì có nhiều cơ hội để thành công.

Chúng ta có nhà cao cửa rộng, phương tiện đầy đủ, nếu không có chánh niệm, tỉnh giác và từ bi thì những thứ của cải vật chất ấy nó trở thành nỗi lo, nỗi sợ nó cũng biến thành tài sản của ma chứ không phải của mình. Những gì không đem lại an vui thì đều là quyền thuộc của ma. Ý nghĩa của ma, nội dung của ma là làm cho tâm con người bấn loạn, lo âu sầu muộn, bất an trong cuộc sống. Vì thế để đối trị nội ma và ngoại ma bằng cách thực tập chánh niệm, tỉnh giác

và từ bi, mới có khả năng thoát khỏi vòng vây của ma, để đến bến đỗ bình yên được./.

(Trích : Một thời làm điệu – HT Thích Thái Hòa)



TÂM VÀ HÌNH KHÁC TỤC

Người tu gọi là những người “ tâm hình dị tục” là tâm và hình khác nhau với thế tục. Có nghĩa cách sống của người tu gọi là ngược dòng đời. Khác đời có nghĩa là nội dung và hình thức khác nhau với đời. Người đệ tử Phật có nội dung và hình thức khác với người đời, nên gọi là dị tục, dị là khác, tục là thế tục. Tâm thế tục là tâm gì ? Tâm thế tục là tâm chúng sanh, tâm luôn hướng đến ngũ dục, tâm tham dục, tâm nhiễm ô, tâm cố chấp, tâm chấp ngã chấp nhơn, tâm tà kiến, tâm đầy đủ tham, sân, si. Tâm hưởng thụ, tâm thụ động, tâm kiêu căng ngã mạn v.v.. Ngược lại tâm người tu là tâm thanh tịnh, tâm trong sạch, tâm bao dung, từ bi, hỷ xả, tâm luôn mong muốn ly dục, tâm luôn hướng đến cứu độ chúng sanh, tâm buông xả, tâm ly ngã, ly sân, ly si v.v... Có thể nói tâm thế tục gọi là tâm chúng sanh, tâm hành giả tu tập gọi là tâm ly dục.

Trong tâm có những chất liệu chúng sanh chạy, nếu đem những cái chất “ chúng sanh chạy” đó gặp với nhau thì sẽ xảy ra bất ổn, bất an. Sự biểu hiện của tâm chúng sanh chạy như thế nào ? Nó biểu hiện hết sức thô bỉ và dữ dằn. Trong cuộc sống thường ngày chúng ta thường gặp, thường chứng kiến một người với tâm chúng sanh chạy như thế trong gia đình mình và ngoài xã hội. Họ điều khiển hành động và ngôn ngữ của họ đối với những người thân, những người chung quanh. Và nếu hai người cùng có tâm chúng sanh chạy đối xử với nhau thì ngôn ngữ và hành động của họ diễn ra và đối xử với nhau, nếu nghe và thấy, thì hết sức kinh dị. Miệng khua chân tay quơ múa, ngôn ngữ bất thường. Vì thế cuộc sống tự thân của họ và gia đình họ không an lạc không hạnh phúc, xã hội cũng còn trật tự, nếu thiếu phước chúng ta ở trong môi trường đó

không khác gì đang ở trong địa ngục. Ai là đệ tử của Phật mà có tâm chúng sanh như thế, thì không phải là đệ tử của Phật, mà đệ tử của ma, của A Tu la.

Tâm của người đệ tử Phật là tâm có nội dung của Giới, của Định và của Tuệ. Tâm có nội dung của giới, tức tâm có niềm tin, có lương tri, biết hổ thẹn với chính mình và người khác mỗi khi làm điều gì sai và nói sai. Vì vậy mà khi mình làm bất cứ công việc gì, mình cũng luôn soi xét lại cái tâm của mình. Mình đem 100 đồng, hay 10 kg gạo bố thí cho người nghèo, trên hình thức đó là một hành vi tốt, nếu hành vi tốt đó được khẳng định với tâm thương yêu thật sự. Mình phải xem lại, mình chia sẻ như thế này là với một động cơ nào. Đôi khi vì dư thừa, hay vì một lý do nào đó nên mình mới chia sẻ, rồi mình bắt người nhận phải cảm ơn mình, nhớ ơn mình, thì đó không phải là điều tốt. Tốt và xấu, thiện hay ác không phải nơi vật cho mà ở nơi động cơ cho và hành động cho, gọi là của đem cho không bằng cách cho là vậy.

Nếu vật dư thừa, mình đem cho, mà người ta không nhận, thì mình phải đem đi vứt, và nếu để trong nhà thì chật nhà, và nếu để tiếp nữa, thì nó sẽ bị thối hoặc bị hư. Nên khi ta lấy một tặng phẩm ra để cho người, ta phải hỏi lại ta rằng, cái này có phải là cái của mình dư hay không . Nếu mình thấy rằng, đó là cái dư của mình, mình đem cho, thì người nhận có phước mà người cho không có phước gì cả. Đó là điều mà ta cần phải nhìn thật sâu để thấy. Có đôi người cứ thắc mắc, không hiểu vì sao, mình cứ đem của đi bố thí, đi giúp đỡ người khác hoài, mà sao cứ bị tai họa mãi ? Bị người trở mặt vô ơn là vì sao? Không có ai đi cúng dường bố thí với tâm thanh tịnh và thành kính mà bị tai nạn cả, mà bị tai nạn là do bố thí hay cúng dường bằng những phẩm vật dư thừa, với tâm không thanh tịnh mà ra.

Có một anh thí sinh nọ, sắp đến ngày thi anh định lên chùa lễ Phật cầu nguyện cho việc thi cử để được suông sẻ, trước khi đến chùa lễ Phật anh ghé nhà vị thầy tướng số xem một quẻ thử hên xui

ra sao. Gặp vị thầy tướng số nhìn khuôn mặt anh bằng lòng ngay và nói rằng : Anh bốc cái quẻ này rất tốt, có khả năng 90% là anh thi đậu cao kỳ này, thôi tôi có cô gái út sẽ gả cho anh làm vợ sau khi thi đậu về, và bao nhiêu chi phí đi thi tôi lo liệu cho anh, anh yên tâm cho việc thi cử cho tốt. Anh nghe vị thầy tướng số nói như vậy, anh quá đổi vui mừng và thẳng đến chùa lễ Phật cầu nguyện. Sau khi lễ Phật trở về ghé lại nhà thầy tướng số rồi mới về nhà. Không ngờ trở lại nhà vị thầy tướng xem lại thấy sắc diện sáng sủa hanh thông của anh thí sinh khi trước không còn, hào khí không còn, vị thầy tướng số mới nói, hôm trước thôi hứa với anh như vậy, vì tôi thấy vàng hào quan sáng tốt của anh báo hiệu điềm lành, nay không còn nữa nên tôi không thể hứa với anh như trước nữa. Anh thí sinh này không còn phần khởi hy vọng như trước nữa thất thiếu ra về, chưa đi thi đã thất bại ê chề !

Vì sao trước khi chưa lễ Phật tinh thần minh mẫn sáng sủa, hào khí thịnh vượng, có nhiều điềm tốt lành, sau khi lễ Phật thì tướng tốt không còn mà hiện tướng xấu là do đâu ? Vì khi chưa lễ Phật, chưa gặp vị tướng số tâm của anh đều hướng sự cung kính nơi Phật, nhưng sau khi nghe vị tướng số cho biết sẽ thi đậu cao và hứa sẽ cho làm rể nhà ông ta, bao nhiêu sự tốt đẹp và hy vọng, khiến chàng thí sinh tâm không còn thành kính khi lễ Phật nữa, tâm danh lợi nảy sinh, nên Phước tổn nghiệp tăng, tướng tốt ẩn tàng, lộ bày tướng xấu, tướng bất an hiện ra, nên ông thầy tướng từ chối lời hứa tốt đẹp với anh. Tâm thay đổi thì hoàn cảnh và sự việc thay đổi. Anh chàng thí sinh do tâm không thanh tịnh và tâm không thành kính khởi tâm danh lợi, mà từ tướng tốt hanh thông chuyển thành tướng xấu và mọi việc không suông sẻ là vậy.

Hiểu được tâm thành kính và tâm thanh tịnh, ta thấy ở trong kinh Địa Tạng, tại sao dạy ta rằng, phải đem vật thực mới làm ra, chưa có sử dụng gì cả để cúng dường Phật, Pháp, Tăng, thì mới có phước đức, không được đem những thứ mình đã dùng rồi để dâng cúng, bởi vì cúng như vậy không có phước. Ta phải hiểu câu kinh ấy để thực hành. Hay gần đây, chủ quán bán thức ăn, lấy thức ăn thừa

dọn khách, cộng đồng mạng phản ứng không những chủ tiệm bị phạt mà từ đó về sau không có khách đến ăn nữa nên phải nghỉ bán.

Thí như, nếu ta chiêm nghiệm thật sâu và hết sức thực tế, thử hỏi trong bản thân mình, nếu bị thịt dư, thì sẽ như thế nào ? Máu dư thì ra sao ? Rồi cũng bị huyết áp cao, rồi phải đi giải phẫu... Mình đến nhờ người khác giải phẫu để mình được tồn tại, mình sống, thì tất nhiên là mình phải cảm ơn người kia và người kia có phước hơn mình phải không ?

Nhìn thật sâu sắc mình mới thấy được điều đó. Rất nhiều người cứ thắc mắc và nói rằng, sao tôi tu ghê lắm, tôi làm phước nhiều lắm, tôi bố thí ghê lắm, tôi cúng dường nhiều lắm, mà sao đủ thứ tai nạn trên đời cứ ập đến với gia đình tôi, với bản thân tôi ! Thực ra nghiệm cho cùng là xưa nay mình chỉ toàn làm chuyện “dã tràng xe cát mà thôi” chứ có phải bố thí, cúng dường gì với tâm thanh tịnh đâu nào ! Nên làm cái gì chúng ta cũng phải có chánh niệm tỉnh giác, làm cái gì chúng ta cũng phải quán chiếu thật sâu sắc để gạn lọc những tạp niệm và vọng niệm ở trong tâm mình, làm cái gì chúng ta phải nhìn cho thật sâu. Cho nên, tâm của người đệ tử Phật, nó phải khác với tâm người đời là vậy.

Ví thế mỗi lần bố thí cho ai vật gì chúng ta thầm niệm bài kệ rằng

“ Ngã kim hành bố thí

Đương nguyện chúng sanh

Xả ly tham dục ý

Nhập không đạo vị”

Nghĩa là : “ Tôi nay thực hành hạnh bố thí

Xin nguyện cho hết thấy chúng sanh

Loại bỏ hết ý tham dục ở trong tâm

Để thể nhập đời sống trung đạo”

Cũng tùy là hành động bố thí mà, tâm có cạn, có sâu, rộng, hẹp, nhiễm hay tịnh mà đem lại lợi ích cho chính mình và đối tượng

tiếp nhận. Nên dù là những hành động như ăn cơm, mặc áo, đi đứng, hay nằm ngồi, giúp đỡ người nghèo, nói năng hay làm bất cứ việc gì thì tâm của người tu tập cũng phải hoàn toàn khác người thế tục. Tâm thì có chánh niệm tỉnh giác, rộng lớn minh mông; hình thì điềm đạm nhẹ nhàng mà sâu lắng. Chỉ cần nhìn vào là biết ngay chính là con của Phật, không cần phải giới thiệu gì cả. Khi xưa Ngài xá Lợi Phất nhìn thấy tướng đi của tôn giả A Thuyết Thị (Pi. Assaji) một trong 5 nhóm ông Kiều Trần Như mà Ngài mến mộ bỏ đạo theo tu với Phật trở thành trưởng tử của Như Lai.

Người tu ăn mặc ở đâu khác tục, mặc áo nâu sồng, gọi là áo hoại sắc, tức là loại áo đã hủy hoại màu sắc chính nên gọi là hoại sắc. Các màu sắc chính là xanh, vàng, đỏ, trắng, hồng v.v... còn màu hoại sắc pha trộn giữa màu đen với màu đỏ, màu vàng trở thành một màu. Nói lên ý nghĩa từ chối những màu sắc gợi ý tham dục của người đời, màu hoại sắc khiến cho nhìn vào không còn đẹp, không còn ham muốn, nên gọi là hoại sắc. Chiếc áo hoại sắc nói lên ý nghĩa phân biệt áo chính sắc với áo hoại sắc. Người đời cũng mặc áo, người tu cũng mặc áo nhưng không đi theo cách ăn mặc của người đời, người tu có cách ăn mặc của người tu. Vì thế, người đời phải đi theo dòng chảy của sanh tử. Người tu cũng mặc áo, ăn cơm nhưng không đi theo dòng chảy của sanh tử, mà có khả năng phá hủy dòng chảy sanh tử ấy, để đi về quê hương bến giác.

Vì vậy, người biết tu tập, người ấy không chạy theo hình sắc, mà biết buông bỏ hình sắc để quay về với tự tính giác ngộ. Nên mọi hình sắc không thể trói buộc, giam cầm, nhận chìm những người biết tu tập.

Tâm người biết tu tập, vốn là tâm đã dị tục rồi, bây giờ hình cũng dị tục, tức là mặc chiếc áo hoại sắc. Ta không đi theo cái sắc tướng bên ngoài, ta không đi theo với cái sắc trần bên ngoài, để ta có cơ hội đi sâu vào đời sống bên trong. Khi đã mặc chiếc áo hoại sắc rồi, tiếp tục mặc chiếc áo hoại danh thì đời tu mới an ổn. Tức không đắm chìm nơi danh lợi, từ khước danh cao lợi lớn thì sự tu tập mới

thanh tịnh. Không đi theo sắc và danh thì đời tu mới vững vàng bền chắc, đó là bước tiến rất tốt trên sự nghiệp tu tập. Người tu không ham bất cứ một danh xưng nào, sự ca ngợi nào của người đời, không đắm chìm vào bất cứ một danh hư huyền nào mà người đời phong tặng cho mình, thì khi đó mình mới có khả năng đi về quê hương tâm linh của mình, mình mới tiếp cận được cái rộng lớn vô biên bên trong đời sống của mình. Đã là người tu tập rồi, mà có quá nhiều chức vụ, thì không có một quê hương nào để đón chào mình. Nếu đi tu mà có quá nhiều chức vụ là một sự bất hạnh chứ không phải là hân hạnh. Nhưng người đời lại cho đó là một vinh hạnh, nên giả như trong một cuộc họp có ai đó họ không giới thiệu chức vụ của mình ra, hay thiếu đi một chức vụ nào đó, thì họ buồn lắm và sẽ sinh sự với người kia, hay bỏ đi ra về, buồn lắm không vui tí nào.

Nếu người tu có chánh niệm tỉnh giác, thì thấy rằng, trong người mang quá nhiều hình sắc, quá nhiều danh tướng, áo tướng vào, thì đó là nỗi bất hạnh rất lớn. Nếu không nhận biết được như vậy, thì mình sẽ chạy theo và rơi vào cạm bẫy của ma, cạm bẫy của dục vọng và không bao giờ gặp được Như Lai.

Vì vậy, người thực tập chánh niệm, tỉnh giác phải luôn biết rõ tâm mình, và biết rõ hình thức mà mình đang có mặt. Nhờ biết rõ có chánh niệm tỉnh giác ở nơi tâm, cho nên tâm mình là tâm khác tục. Khi mà nơi tâm mình thắp lên ngọn đèn của ý thức chánh niệm, thì tâm của mình trong giây phút đó là tâm hoàn toàn khác tục, tâm đó là tâm của Phật. Và khi mình mặc chiếc áo mà thắp lên ngọn đèn chánh niệm tỉnh giác vào trong lúc mặc, thì cách mặc đó và chiếc áo đó là chiếc áo của Phật. Nên chiếc áo đó hoàn toàn khác tục, dù mình đang mặc chiếc áo màu đà màu vàng, hay màu xám. Giả như mình mặc áo vàng, áo xám hay áo đà mà thiếu chánh niệm tỉnh giác, thì áo đó cũng chỉ là áo đà, áo tím mà thôi.

Tâm khác tục của người đệ tử Phật là khác ở chỗ nào ? Người đời họ thương, đệ tử Phật cũng thương. Người đời họ yêu, đệ tử Phật cũng yêu. Nhưng người đời thương và yêu ở trong vụ lợi, trong

vướng mắc, đệ tử Phật thương và yêu bất vụ lợi, không vướng mắc đó là sự khác nhau, chứ mình không phủ nhận cái thương hay cái yêu. Siêu việt và thực tiễn là ở chỗ đó. Như vậy tâm thương yêu của đệ tử Phật khác với tâm thương yêu của người đời. Cho nên gọi là tâm khác tục. Và khi mà tâm thương yêu bất vụ lợi, thì mình tặng một cái gì cho người mình thương đều là bất vụ lợi.

Nếu ta thương với tâm có ý vụ lợi, thì ta là người câu cá và người thương là con cá bị ta câu. Đệ tử Phật không phải là những người câu cá, mình thương là mình thương thôi, trong đó không có cái gì mang tính cách vụ lợi cả. Và mình hiến tặng cho mọi người, là mình hiến tặng không có chi vụ lợi hết. Vì cái tâm như vậy, nên gọi là tâm khác tục.

Người đệ tử của Phật đi đến đâu là an toàn đến đó, đi tới đâu là hạnh phúc đến đó, đi tới đâu là bình an tới đó. Mình cứu giúp ai là mình cứu giúp một cách bất vụ lợi, nên mình chỉ cứu giúp thôi, mà không có kể công. Nếu mình có kể công, tức là mình cứu giúp có vụ lợi, và chứng tỏ là tâm của đệ tử Phật và tâm của người đời không khác gì nhau.

Ví như một vị thầy hướng dẫn cho các đệ tử tu học, nhưng giả như có một hay nhiều người nào đó không theo ý của vị thầy, vị thầy ấy nổi cáu lên, và nói rằng : “ Ta đã dạy cho các người như thế rồi, mà vẫn còn như thế à ! ”. Nói như vậy, chứng tỏ rằng dạy có vụ lợi, nên khi những người kia không làm theo ý của mình, thì mình bắt đầu nổi cáu lên và kể công.

Như vậy, chứng tỏ rằng tuy làm thầy dạy cho người, nhưng chưa phải là chân sư. Và nếu như các vị không thông minh nhận ra, quý vị cũng sẽ bị mắc kẹt ở nơi cái không chân sư rồi, và quý vị sẽ bỏ lỡ mất cơ hội để đi đến với đời sống rộng lớn bên trong của mình rồi.

Ta làm được việc gì cho đời là ta cứ làm, và làm cho hết tấm lòng của ta, còn thành công hay thất bại không phải nơi tấm lòng của ta mà ở nơi duyên nghiệp của cuộc đời và của người đời.

Với tâm thương yêu vô vụ lợi, với tâm cứu giúp vô vụ lợi, với tâm đồng cảm, bao dung bất vụ lợi, thì phong thái của người đó đối với đời khác hẳn. Phong thái ấy ta cần phải học tập mỗi ngày. Nếu không, thì nó dễ rơi vào cái bẫy của vụ lợi.

Hễ mình có vụ lợi là mình có sợ hãi, có lo âu, có ghen tuông, có ganh tị và hạnh phúc cũng theo đó mà bay đi. Khi nào chúng ta thấy mình thương yêu mà không có tâm vụ lợi, cứu giúp không có tâm vụ lợi, đồng cảm không có tâm vụ lợi, cộng tác với nhau không có tâm vụ lợi, thì ngay trong chính những việc làm đó là đã ly dục rồi. Dục đã ly thì phiền não sẽ không có, an lạc thanh tịnh không cầu sẽ đến.

Hễ mình muốn có hạnh phúc, muốn có an lạc, muốn có cao quý, thì mình phải có những chất liệu ly dục. Nếu không có được chất liệu này, thì ta càng làm là ta càng thêm gây rối cho đời mà khổ lụy cho mình.

Xã hội ngày nay, thế giới ngày nay, con người sống với điện toán, điện tử, chỉ để tâm hướng ra bên ngoài, không quay vào bên trong, nên cuộc sống không có an ổn không có hạnh phúc. Sống lệ thuộc vào máy móc, điện đài quên đi mất tiềm năng sẵn có của mình, bản tánh hiền thiện cũng theo đó mà ẩn khuất, vì thế sự bạo hành, sự bạo động luôn xảy ra bất cứ nơi nào dù thôn quê hay thành thị đều xảy ra tệ nạn như nhau. Biến con người không thành con người, mà con thú cũng không phải con thú nữa. Đó là nguy cơ của con người trong thế kỷ 21.

Cho nên, việc điện tử hóa cuộc sống con người chỉ có cái lợi về vật chất, nhưng hại về tinh thần, đánh mất tinh thần. Vì thế các nhà lương tâm xã hội học bắt đầu thiết lập những trung tâm tu tập chánh niệm, tỉnh giác và từ bi cho thế giới con người.

Khi đời sống con người đã được cơ giới hóa, điện tử hóa mọi vấn đề, thì con người bây giờ sẽ là cái máy hoặc con người bây giờ bị vứt ra khỏi cái máy. Con người sẽ là cái máy hay con người bị vứt ra khỏi cái máy, đó là những nguy cơ cho con người ở thế kỷ 21. Con người bị bận rộn bởi máy móc và nô lệ máy móc, nên đời sống con

người sẽ bị chết bởi máy móc. Và máy móc làm thế cho con người, thì con người trở nên nhàn rỗi, và con người sẽ bị chết trong nhàn rỗi. Tình trạng ấy, nếu không có những trung tâm tu học, trung tâm thực tập chánh niệm tỉnh giác và từ bi, hay những trung tâm niệm Phật, thì con người sẽ khủng hoảng nhiều mặt và thế giới con người sẽ cực kỳ bi đát và bế tắc, chứ không phải như những Nhà thiết kế mô hình xã hội theo điện tử tưởng tượng đâu.

Vì vậy, mỗi người chúng ta phải tu tập và phải biết thực tập chánh niệm tỉnh giác và từ bi cho thực tiễn chuyên để tự cứu lấy chính mình, chứ không phải ngồi chờ đợi Phật, Bồ tát đến cứu mình đâu, nếu mình không tự cứu mình. Tự mình phải cứu lấy mình, trước khi có sự cứu giúp của người khác, đó là cách nghĩ của người đệ tử Phật, và với cách nghĩ này sẽ tạo nên tâm và hình của người con Phật khác với đời, thì hình thức và cách sống hiển nhiên là phải khác./.

(Trích từ tập: Một thời làm điện – HT Thích Thái Hòa- xuất bản 8/7-2022)



CÔNG HẠNH CỦA BỒ TÁT

Thế giới vô sanh là thế giới của Phật và Bồ tát, bước chân vào thế giới đó, ai cũng hiền lành, ai cũng dễ mến, những người trong thế giới đó thông minh đẹp đẽ. Muốn sanh vào thế giới đó cần phải tu rất miên mật mới có thể sanh vào, trong thế giới đó ai cũng là người tốt, không có người ác, người tà kiến, thế giới này tu nhiều mới được vào.

Các vị Bồ tát trong thế giới ấy thân tâm đều thanh tịnh, cho nên họ ở trong chúng không có việc bất hòa xảy ra, không làm điều gì bất như ý đến ai. Bồ tát không thích ai biết đến mình, không thích ai tôn xưng mình, ca ngợi mình, đề cao mình, các vị Bồ tát này cất hết mọi duyên bên ngoài. Bồ tát quán sát việc gì xấu liền xuất hiện để giúp đỡ con người, không chờ đợi thỉnh mời.

Thứ đến Bồ tát không bao giờ tranh cãi, tranh dành với ai, ai đến trước ngồi trước, ai đến sau ngồi sau, không chen lấn dành chỗ. Bồ tát ngồi đâu cũng được gọi là thanh tịnh địa. Hành giả xét lại mình còn nhiều điều tệ ác, tức mình đang ở trong ba đường ác. Thế giới ngã quý là thế giới nghèo đói thiếu thốn; Thế giới địa ngục là thế giới không có tự do; Thế giới súc sanh là thế giới con người ngu si đần độn, không phân biệt phải trái, đạo đức lương tri; Thế giới A Tu la là thế giới con người khi đối xử với nhau bằng tay chân, gây gộc, giận hờn hơn thua ... Nếu ta đang ở trong không gian này tức ta đang堕 vào ba đường ác, nên phải cấp tốc đi ra khỏi.

Hạnh của Bồ tát có điểm đặc biệt, thích làm những việc khó làm, phần nào khó khổ Bồ tát ra tay gánh vác, vì họ biết rằng, phần này là phần tích lũy công đức nhiều nhất, những cái nào dễ, có quyền có lợi Bồ tát nhường cho người khác. Sống với những người này chúng ta thấy an lạc, thích thú ưa gần gũi. Những gì khó, những gì khổ Bồ tát dám nhận làm hết. Bồ tát thích làm những việc khó làm, Bồ tát đa năng đa tài việc gì làm cũng được hết. Còn thế giới phàm phu việc gì khó, ai cũng lấy mắt nhìn, sợ khó sợ khổ. Bồ tát làm những việc khó nhọc mà không mong thọ hưởng, Bồ tát thích làm cho người khác hưởng, còn phàm phu thích hưởng của người khác chứ không thích làm. Phàm phu làm thì sợ cực sợ khổ, nhưng khi hưởng thụ thì đưa tay làm liền. Trên đời này ai cũng thích thành quả của người khác, chứ không bao giờ chịu làm cho người khác. Bồ tát thích hưởng cái của mình làm chứ không thích cái của người khác làm. Bồ tát xuất hiện trên đời này họ làm không cho ai biết, không cho ai trả ơn, họ làm xong rồi biến mất, đó là hạnh nguyện của Bồ tát, họ cứu đời, giúp đỡ xong họ đi, muốn gặp họ cũng khó thấy. Các thiện tri thức xuất hiện giúp đời trong những giai đoạn khó khăn, nhưng muốn trả ơn họ thì không thấy họ.

Trong kinh Pháp Hoa gọi thế giới này như nhà lửa đang cháy; trong nhà có nhiều con vật tranh nhau ăn thịt nhau, mà mọi người không hay biết nhà đang bị lửa cháy. Nên khi biết phải mau ra khỏi nhà lửa đến bãi đất trống mới an toàn.

Trong thế giới này có nhiều loại chúng sanh sống đan xen nhau mà không bị trở ngại cho nhau. Trong thế giới loài người này, có người có duyên với ma, có người có duyên với quỷ, thần, với Bồ tát, chư thiên, thánh hiền v.v... Tuy cùng ở chung trong một thế giới, loài nào sinh hoạt theo loài đó đan xen với nhau mà không trở ngại nhau. Ví như trong màng hình Ti vi, trong đó có nhiều kênh, nhiều đài; tuy cùng một màng hình, khi ta mở kênh nào ra kênh đó, các kênh không bị trở ngại nhau. Thế giới chúng ta đang ở đây cũng vậy, Phật thánh, quỷ thần, ma đều sống chung với nhau một cõi, gọi là phàm Thánh đồng cư. Vì thế có người xuất hồn lên cõi trời, có người xuất hồn lên cõi Thánh, có người xuất hồn xuống địa ngục v.v.. Bồ tát xuất hiện trên đời để đáp ứng nhu cầu của chúng sanh, nên Bồ tát có đa hạnh đa tài, việc gì làm cũng được. Bồ tát thị hiện dưới nhiều hình thức, thấy Phật thì lạy, thấy chùa hư thì sửa, thấy Tăng thì lạy, đấy là hạnh nguyện của Bồ Tát./.



LÀM PHẬT SỰ

Phật sự là việc làm của Phật, việc làm của Phật thì khác với việc làm của chúng sanh. Việc làm của Phật thì “vô ngã vị tha” ngược lại việc làm của chúng sanh, với tâm phàm phu thì “vị ngã vô tha” “Cộng tha bất cộng tự”, Tức vì người khác mà quên vì mình, ngược lại không vì người khác mà chỉ vì mình; vơ vét của người khác làm của riêng cho mình, không bao giờ thí cho người khác một đồng dù họ có đói khổ cũng mặc kệ. Thường chúng ta hay nghe nói Phật sự, nhưng chưa thấu hiểu Phật sự là thế nào, ai là người làm được Phật sự. Ta thường nghĩ Phật sự là việc của Phật làm chứ mình đâu có khả năng làm, hay chỉ có mấy vị xuất gia mới làm được Phật sự, ngoài ra cư sĩ không thể làm được. Tất cả những ý trên chỉ đúng một phần chứ chưa đúng hoàn toàn. Trước hết chúng ta hiểu ý nguyện xuất thế của Phật trong cõi Ta bà này là gì ? Và những người đệ tử Phật kế thừa Phật là kế thừa việc gì ?

Ý nghĩa và ý nguyện của Phật thị hiện nơi cõi đời là để cứu khổ độ mê, khai ngộ cho chúng sanh trở về bến giác. Với mục đích của Phật trước cứu cái khổ cho chúng sanh sau khai mở trí tuệ cho chúng sanh, và đệ tử của Phật cũng vậy là cứu khổ cho chúng sanh nên có câu “Thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh”. Cho nên việc cứu khổ cho chúng sanh là việc làm Phật sự, như vậy không nhưt thiết chỉ những việc trong chùa gọi là Phật sự, như xây chùa độ Tăng là Phật sự, nhưng tất cả những việc nào làm cho chúng sanh hết khổ về thân, hết khổ về tâm đều là Phật sự.

Con người có hai thứ khổ, khổ thân và khổ tâm. Khổ thân như đói khát, bệnh tật, thiếu thốn vật chất v.v... Những thứ khổ về thân có thể làm cho mau hết và dễ hết hơn khổ tâm. Ví như ai đang đau cho uống thuốc thì hết đau, đang đói cho ăn hết đói, đang nghèo cho tiền của liền hết nghèo. Nhưng khổ tâm thì khó giúp cho hết khổ liền như khổ thân, trừ những người có thiện căn tốt. Ví như người đang gánh nặng bảo thả gánh nặng xuống liền hết nặng thì hết khổ, nhưng người đang buồn bảo xả bỏ cái buồn trong tâm liền hết khổ thì khó có ai thực hiện được. Muốn xả bỏ cái khổ về tâm mau chóng cho người, phải là người có đạo cao đức trọng thì mới có khả năng khai mở trí tuệ của chúng sanh, còn ngoài ra chúng ta phải dựa và lời dạy của Phật Tổ mà thực tập dần dần mới khai thông trí tuệ chúng ta mới bớt khổ.

Có câu chuyện về Phật sự như sau để chúng ta sáng tỏ thêm ý nghĩa Phật sự : Có hai thầy trò nọ, cùng nhau đi thăm viếng chùa một nơi khác, khi đi không đủ tiền để thực hiện chuyến đi. Vị thầy mới ghé nhà đạo hữu quen thân mượn tiền. Vào nhà đạo hữu Ưu bà di, bà này thấy vị thầy đến nhà rất vui vẻ đón tiếp niềm nở, thầy mới nói rằng hôm nay hai thầy trò đi xa không đủ tiền lộ phí, bà cho thầy mượn 500.000 đồng để đi. Bà đạo hữu này rất hoan hỷ, không những bà sẵn sàng cho mượn mà bà còn cúng dường thêm. Thầy nói, bà cúng dường vào dịp khác, đây là dịp tôi chỉ mượn thôi, sau đó thầy cười lấy tiền rồi hai thầy trò cùng đi. Hai thầy trò đi bộ đến bến xe để đón xe đi. Mới bước lên xe ngồi, đợi đúng giờ xe mới chạy, bấy

giờ có hai cha con mặc đồ tang chế, đến chỗ Thầy quỳ khóc lóc, thưa với Thầy “vợ con mới mất không đủ tiền nuôi con, Thầy ơi, Thầy giúp con với”. Vị Thầy nghe nói như vậy, lấy 500.000 đồng vừa mới mượn bà đạo hữu trao cho hai cha con người đi xin ấy và dặn “500.000 đồng này không được ăn tiêu hết, chỉ tiêu 2/3 cho gia đình ông thôi, còn 1/3 ông phải đem chia sẻ lại cho những người nghèo hơn ông nghe chưa”. Người kia dạ, cảm ơn Thầy rồi đi.

Bấy giờ người học trò thấy Thầy lấy tiền mượn cho hết hai cha con người kia như vậy, bằng im lặng nhìn thầy, Thầy nhìn người học trò và bảo rằng, Thầy trò mình đi bộ trở về chùa thôi, không đi nữa. Như vậy, thầy trò mình đã đi rồi, và đã làm Phật sự rồi.

Danh từ và ý nghĩa Phật sự lần đầu tiên người học trò được nghe và được thấy và được thầy dạy trực tiếp đầy ý nghĩa và xúc động tấm lòng từ bi của Thầy. Phật sự là việc làm của Phật, việc làm ấy là việc làm cho chúng sanh từ không có phước đức trở nên có phước đức; làm cho chúng sanh đã có phước đức, thì khiến cho phước đức của họ càng lúc càng tăng trưởng; và đối với những chúng sanh đã tăng trưởng được phước đức rồi, thì khiến phước đức của họ càng lúc càng được viên mãn như Phật. Và Phật sự là việc làm của Phật. Việc làm ấy là làm cho chúng sanh, từ không hiểu biết, giúp cho họ hiểu biết, họ đã có hiểu biết, thì giúp cho sự hiểu biết của họ được tăng trưởng và họ đã có sự hiểu biết tăng trưởng thì giúp cho họ có sự hiểu biết toàn diện như Phật.

Phật sự không phải là mớ lý thuyết, không phải là những kiến thức kinh điển, mà chính là cuộc sống bình thường của mỗi người tu. Phật sự là việc làm một cách tự nhiên, như đói thì ăn, khát thì uống, buồn ngủ thì đi nằm. Cũng vậy, không có tiền thì mượn lo công việc, khi có tiền người cần thì giúp một cách trong sáng. Người làm Phật sự phải bằng con tim với bàn tay rộng mở; làm Phật sự không vì danh, không vì tướng như thế Phật sự ấy mới ở mãi trong lòng của mọi người qua năm tháng không mờ phai. Có những vị thầy làm Phật sự bằng trái tim như thế khiến cho Phật pháp không những

trường tồn mà là một nét đẹp chân chính mà người đời và các đoàn thể khác không có. Đáng ghi nhớ và đáng noi theo theo là vậy.

(Trích : Một thời làm điệu – HT Thích Thái Hòa -)



TU HÀNH CÓ THOÁT ĐƯỢC NGHIỆP BÁO HAY KHÔNG ?

Có vị Thầy nói với các đệ tử rằng: “ Tuy thầy tu hành, nhưng cũng lắm gặp việc tai ương và sẽ chết trong nghiệp binh đao, nếu không biết tu tập”. Các đệ tử hỏi, bạch Thầy, đó là dư báo nhiều đời trước hay đời nay vậy Thầy ? Như vậy, tu có thoát được dư báo không ? Thầy bảo, được chứ, nếu thật sự quyết tu, thì nghiệp nặng chuyển thành nhẹ, chuyển quả báo nhiều đời thành một đời, chuyển quả báo một đời thành một năm, chuyển quả báo một năm thành một mùa, chuyển quả báo một mùa thành một tháng, chuyển quả báo một tháng thành một tuần, chuyển quả báo một tuần thành một ngày, quả báo một ngày thành một giờ.... Nghĩa là do năng lực tu tập của mình mà các quả báo xấu có thể chuyển đổi. Đối với những quả báo bất định, tức quả báo nhẹ thì mình tu tập dễ chuyển đổi hơn, nhưng đối với những quả báo đã hình thành nhất định, thì rất khó chuyển đổi và nếu có thể chuyển đổi được, thì cần phải có rất nhiều thời gian công phu tu luyện. Thời gian ấy không phải chỉ một đời mà phải trải qua nhiều đời mới làm thay đổi được với những quả báo bất định, tức quả báo nặng. Ví thế, trong kinh Kim Cang nói, đối với những người tu tập tinh chuyên, thọ trì đọc tụng kinh mà bị người khác kinh chê, mắng chửi, khi dễ, thì biết rằng tội nghiệp của người ấy, đáng đọa vào địa ngục vào đường dữ, nhưng do đời này bị người khinh chê, mắng chửi, nên tội nghiệp đời trước của người ấy bị tiêu diệt, người ấy sẽ chứng đắc được Tuệ giác vô thượng.

Và vị Thầy nói với đệ tử rằng, Vì vậy, ở đời không có cái gì là không thay đổi, chỉ khác nhau là nhanh hay chậm, xấu hay tốt mà thôi.

Nghiệp nặng giống như tù nhân phạm tội nặng, luật pháp kết án tù chung thân, hay tử hình muốn hết tán tù phải trải qua năm tháng lâu dài mới xong, dụ như định nghiệp; còn bất định nghiệp là tội nhẹ, như tù nhân kết án 5 năm hay 10 năm thì sớm ra khỏi tù, và mỗi năm có lệnh ân xá cũng được rút ngắn lại 10 năm còn 5 năm, với tội phạm 5 năm còn lại 3 năm, tùy theo tù nhân tuân thủ nội quy của trại cai tù quy định. Như vậy, nghiệp nặng nghiệp nhẹ, thay đổi hay không thay đổi được ta có thể hiểu được và có thể áp dụng được cho cuộc sống hiện tại của chúng ta, góp phần an vui hạnh phúc cho tự thân, cho gia đình và xã hội ./.



THỈNH CHUÔNG

Chuông là một pháp khí trong thiền môn, có ý nghĩa dùng để thức chúng. Chuông có nhiều loại, lớn gọi đại hồng chung, vừa gọi tiểu hồng chung, chuông u minh, chuông gia trì. Chuông dùng để đánh sớm khuya gọi là chuông U minh, với tính cách dùng tiếng chuông để thức tỉnh hương hồn cõi âm, nên gọi chuông U minh. Chuông gia trì dùng để đánh trong những lúc tụng kinh bái sám. Chuông thức chúng là chuông dùng để đánh báo hiệu chúng biết đến giờ tụng kinh, thiền tập, ăn cơm, hay chấp tác v.v.. tiếng chuông là một hiệu lệnh mọi người đều phải chấp hành tuân thủ cho đúng giờ giấc.

Mỗi lần đánh đại hồng chung, hai bài kệ đầu được xướng lên là :

“Nguyện thử chung thỉnh siêu pháp giới

Thiết vi u ám tất giai văn,

Văn trần thanh tịnh chứng viên thông

Nhứt thiết chúng sanh thành chánh giác”.

Nghĩa là Nguyện tiếng chuông này thấu cả pháp giới

Xa xôi tới tận trong núi Thiết vi thấy đều nghe

**Nghe tiếng chuông này rồi, trần cấu được thanh tịnh, chứng
bực viên thông.**

Nguyện tất cả chúng sanh đều thành chánh giác.

Bài thứ hai :

“Văn chung thỉnh, phiền não khinh

Trí tuệ trưởng, Bồ đề sanh,

Ly địa ngục, xuất hỏa khanh

Nguyện thành Phật, độ chúng sanh”..

Nghĩa là : Nghe tiếng chuông, phiền não nhẹ

Trí tuệ lớn, Bồ đề sanh

Lìa địa ngục, ra khỏi hầm lửa

Nguyện thành Phật, độ chúng sanh.

**Ý nghĩa và ý nguyện của tâm nguyện người đánh chuông là cầu
nguyện cho mọi chúng sanh kẻ âm hay người dương, khi nghe
chuông phiền não được tiêu trừ, trí tuệ tăng trưởng, tâm Bồ đề phát
sanh, rời địa ngục, ra khỏi hầm lửa, nguyện thành Phật sẽ độ chúng
sanh.**

**Với ý nghĩa như thế nên người đánh chuông, và người nghe
chuông phải giữ tâm thanh tịnh, lắng lòng nghe chuông. Cả hai kẻ
đánh người nghe đều có lợi lạc, nếu không sẽ không có công đức mà
phước đức tổn giảm. Vì thế có câu kệ khuyên người nghe chuông
nên biết lo sợ như vậy.**

Nghe chuông ngộ bất khởi

Trí tuệ tổn, Thiện thần sân,

Một hậu họa xà thân....

Nghĩa là : nghe chuông nằm không dậy

Phước đức trí huệ tổn giảm, Thiện thần không vui

Sau khi chết đọa làm thân rắn ..

Vì thế mỗi khi nghe chuông phải thầm đọc bài kệ do Hòa thượng Nhất Hạnh chế tác từ các ý nghĩa nghe chuông như sau:

Ba nghiệp lắng thanh tịnh

Gởi lòng theo tiếng chuông

Nguyện người nghe tỉnh thức

Vượt thoát nẻo khỏi đau buồn.

Người đánh chuông với tâm không chánh niệm, thì tiếng chuông vang lên người nghe cảm thấy không yên. Trước khi đánh chuông và đang khi đánh chuông, phải đứng thật yên lặng, hay ngồi thật yên lặng, tập trung tâm ý lại, theo dõi ba hơi thở ra vào thật sâu, sau đó chấp tay vái, nắm dùi chuông lên, với ý thức rõ ràng, đưa dùi chuông chạm nhẹ vào chuông để thức chuông... Sau đó đưa dùi chuông đánh nhẹ vào chuông và chuông sẽ vang lên tiếng.

Rồi ta tập trung tâm ý để theo dõi tiếng chuông ngân lên ngắn hay dài, âm phát ra thanh hay đục, tiếng ngân là tròn hay chưa tròn. Thỉnh chuông là một công phu tu tập, nếu ta thỉnh chuông với tâm như thế nào, thì tiếng chuông sẽ phản hồi đúng như tâm ta vậy.

Ta thỉnh chuông với tâm vội vã, thì tiếng chuông cũng vội vã như tâm ta vậy, ta thỉnh chuông với tâm đắm thắm, sâu lắng thì tiếng chuông ngân lên cũng sâu lắng, đắm thắm như tâm ta vậy. Ta thỉnh chuông với tâm nguyện rộng lớn, thì tiếng chuông ngân lên lan xa và rộng lớn như tâm ta vậy, và ta thỉnh chuông với tâm ý thức trọn vẹn, thì tiếng chuông ngân lên cũng trọn vẹn.

Nên mỗi lần đánh chuông là mỗi lần thực tập tâm chánh niệm. Đánh chuông trong chánh niệm là một phương pháp tu tập, là công phu tu tập là một trong các thời khóa tu tập. Với tâm niệm tiếng

chuông hướng đến kẻ âm người dương, kẻ còn khỏe mạnh kẻ thác được siêu thăng. Âm dương hai cảnh thấy đều lợi lạc.



NGÃ LÀM TA VUI CŨNG LÀM TA KHỔ

Pháp tu trong đạo Phật khác xa với các pháp tu của các đạo khác là cái “Ngã”. Mục đích của đạo Phật tu là để đạt đến cái “vô ngã”. Còn các đạo khác tu là “bảo vệ cái Ngã”. Vì thế tu trong đạo Phật mới vượt thoát luân hồi, còn các đạo khác vẫn còn trong luân hồi lục đạo. Đạo Phật gọi “vô ngã là Niết bàn”, như vậy đạo Phật nói Niết bàn không phải là cõi để hứa hẹn sau khi chết có cõi dành riêng cho người, mà có ngay tại đây và bây giờ nếu biết thực tập được “vô ngã” thì thiên đường sẽ hiện, địa ngục tiêu tan.

Đạo Phật nghe nói rất dễ thực hành, sao lại có nhiều người càng tu càng tiến, lại không ít người càng tu càng tụt là do đâu ? Thời gian tu, 30 năm, 50 năm không quan trọng, quan trọng trong khoảng thời gian đó, ta đã làm được những gì. Thời gian dài ngắn không quan trọng, quan trọng là ta đã đóng góp gì cho đạo pháp và dân tộc. Với bản thân ta đã trưởng thành hay không, đã hóa giải những phiền não tồn đọng trong ta chưa. Biết từ bỏ chưa, biết xả ly chưa ? Tại sao ta phải từ bỏ, từ bỏ là một sự hy sinh cao quý để ta có cơ hội ra khỏi trần lao nghiệp chướng.

Sống ở đời người ta sống dựa trên cái Tôi, cái Tôi làm cho con người có động lực để sống, để vươn lên những cái khó khăn trong cuộc đời, là điều đương nhiên. Nhưng mà chúng ta sử dụng cái Tôi không phù hợp, thì nó sẽ phản tác dụng, nó sẽ làm cho ta đau khổ và mọi người đau khổ vì cái Ta, cái Tôi của mình. Ở đời phần lớn cái Tôi làm cho ta đau khổ nhiều hơn là làm cho ta hạnh phúc.

Trong giáo lý đạo Phật ta thường nghe câu “vô ngã vị tha”. Tuy từ bốn chữ nhưng nói lên hết ý nghĩa sự tu tập của người cầu giải thoát giác ngộ. Người nào có “vô ngã” mới thực hành được vị

tha, bèn không cái vị tha là núp dưới hình bóng của cái ngã. Ví dụ như người ta vị tha, bố thí là vị tha nhưng bố thí với tâm mong cầu danh tiếng, hay bố thí để mong được cái gì đó, thì đó cũng còn cái ngã, nên chưa gọi là bố thí Ba la mật. Bố thí Ba la mật là bố thí vô ngã vị tha. Vì hạnh phúc, vì an vui đến với mọi người mà bố thí với tâm không vương bận mới thật là chân chánh bố thí. Trong kinh Kim Cang gọi là “Ung vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm” tức không để tâm dính mắc bất cứ một pháp nào mới thật sự là tu tập. Nếu tâm đạt được trạng thái “ung vô sở trụ” thì chúng ta đạt được tự tánh, nhận diện được bản lai diện mục xưa nay của ta, không nhọc nhằn năm tháng khổ tu tìm cầu giải thoát.

Vậy tu để giải thoát là giải thoát cái gì ? Tức giải thoát cái ngã và ngã sở. Do mê chấp cái Ta và cái của Ta nên chúng sanh trôi lăn trong sanh tử luân hồi. Muốn giải thoát ra khỏi cái Ngã pháp tu trong đạo Phật, nhất là Thiền tông với mục đích “kiến tánh” tức nhận thấy được tự tánh thanh tịnh của mình, thì mọi vô minh phiền não rơi rụng. Ví như mặt trời xuất hiện màng đêm tối tăm liền tan biến, mọi sự mọi vật sẽ hiển bày.

Như vậy sự tu tập để kiến tánh thành Phật là việc không phải khó, ai cũng thực hành được, nếu chúng ta quyết tâm quyết chí, và thực hành đúng đường lối phương pháp tu tập, không bị lạc vào các tà pháp khác, thế là được./.



KHÔNG AI CHÊ

Lời khai thị của vị giáo thọ sư cho các đệ tử sắp đi thọ giới Tỳ kheo, để trở thành một phụng sự viên trong ngôi nhà Phật giáo như sau :

Này các vị, nay các vị sắp lên hàng chúng trung tôn, nên phải nhớ mấy điều sau đây. Trách nhiệm và bổn phận Tỳ kheo là “Thượng cầu Phật đạo hạ hóa chúng sanh, vào nhà Như Lai, mặc áo Như Lai, ngồi tòa Như Lai”. Tức là trên thì cầu thành Phật, dưới

mong cứu độ chúng sanh. Nhà Như Lai là tâm từ bi, áo Như Lai là tâm nhẫn nhục, Tòa Như Lai là tòa Pháp không, pháp không là pháp không phân biệt, vô ngã vị tha.

Không ai chê một ông thầy tu không có kiến thức, không ai chê ông thầy tu nghèo thiếu, quê mùa. Nhưng người ta chê ông thầy tu không chân thật, ông thầy tu thiếu đạo hạnh.

Không có kiến thức thì có thể tìm được, nhưng cái không chân thật thì khó giữ gìn. Cái chân thật là cái hiền lành, trong mỗi công việc làm đều tận tâm tận lực, không hề có một ý niệm riêng tư, tự tư tự lợi. Cho nên cái chân thật phải trân trọng luôn luôn giữ gìn trong mọi công việc, mọi sự tu tập. Vì thế gọi là đạo Phật. Phật là gì ? Phật là người nói như thế nào làm như thế ấy, nên gọi là Phật là vậy. Đệ tử Phật là học theo Phật sự chân thật, có thật mới giặt được đạo là vậy.

Tự hỏi Mình là ai ? Mình là người tu. Tu để làm gì ? Để phụng sự- Bạn có thể không có tiền, không có nhà, không có xe đẹp đắt giá. Nhưng không thể không có lý tưởng. Lý tưởng cần phải có, cần phải nhớ. Nếu quên ta sẽ trở thành người trần tục. Thế lý tưởng như người đi biển không có la bàn định hướng con tàu không bao giờ cập được bến là vậy./.



GIỚI LUẬT VÀ MẠNG MẠCH PHẬT GIÁO

Người xuất gia chính là những hành giả phát tâm đại nguyện theo tinh thần của Bồ tát “ Pháp môn vô lượng thệ nguyện học”. Quan trọng nhất là học và hành trì về giới luật. Giới luật là bước đi đầu mang nền tảng vững chắc giúp hành giả không rơi vào giới cấm thủ. Những điều giới luật Thế Tôn thuyết ra nhằm duy trì mạng mạch Tăng già, vì hạnh phúc an lạc cho tất cả chúng sanh. Vì thế, hành trì giới luật là thực hành nếp sống khuôn mẫu phạm hạnh, là chuẩn mực đạo đức của Phật giáo nói riêng và xã hội nói chung.

NỘI DUNG CỦA CÁC LOẠI GIỚI.

Mục đích của giới luật là giúp cho hành giả thanh tịnh thân, ngữ, ý và đạt được bốn quả vị Thánh. Mặc dù giới luật chỉ nhằm vào một mục đích, nhưng tự thân của giới được phân thành nhiều loại khác nhau. Trước hết theo các nhà Phật giáo Bắc truyền giới được phân thành ba loại : Nhiếp luật nghi giới- Nhiếp thiện pháp giới – Nhiều ích hữu tình giới.

- Nhiếp thiện pháp giới, còn gọi là biệt giải thoát luật nghi, gồm các giới tại gia cũng như xuất gia. Đó là 5 giới, 8 giới tức Bát Quan trai giới, 10 giới tức Thập thiện giới. Cụ túc giới tức 250 giới Tỳ kheo, 230 giới Tỳ kheo Ny.

- Nhiếp thiện pháp giới : Nghĩa là lấy việc thực hành các điều thiện làm giới.

- Nhiều ích hữu tình giới : nghĩa là lấy việc làm lợi ích chúng sanh làm giới.

Về sau, do thấy mối liên hệ biện chứng của ba pháp Giới-Định-Tuệ, các luận sư nêu lên một cách phân chia khác. *Biệt giải thoát giới*, bao gồm ý nghĩa của nhiếp luật nghi giới. *Định cộng giới*. Lấy Định (Samadhi) là Giới- nghĩa là do tu tập thiền định mà tâm thanh tịnh, Giới thể được cụ túc và giải thoát là do định sanh. *Đạo cộng giới* lấy Tuệ (Panna) làm nền tảng cho Giới, nghĩa là do tu tập vô lậu nghiệp mà được trí tuệ vô lậu. Giới thể viên mãn và có được giải thoát là do Tuệ sanh.

Có thể thấy, Giới-Định-Tuệ luôn đan xen với nhau cả ba được ví như chiếc kiềng ba chân, khi một pháp được hành trì, hai pháp còn lại cũng ẩn tàng trong đó. Đây là ba thành tố, không thể thiếu trên con đường giải thoát do Đức Phật đã khám phá. Bất cứ ai muốn đoạn tận khổ đau, có một cuộc sống an lạc, hạnh phúc trong hiện tại và tại đây, cuối cùng đạt được giải thoát sanh tử thì phải kinh qua con đường này.

NỘI DUNG CỦA GIỚI BỒN

Ý nghĩa của giới bốn là sự thoát khỏi những trói buộc hay phiền não của cuộc sống và đưa đến sự chứng ngộ Niết bàn. Theo giáo lý Phật giáo, sự thanh tịnh của một người tùy thuộc vào các việc làm tốt (thiện nghiệp) được người ấy thể hiện qua thân, khẩu, ý. Giới thực hành những thiện nghiệp và tránh xa mọi hành động xấu ác (bất thiện nghiệp) của thân, khẩu, ý. Bởi bất thiện nghiệp sẽ đưa người ta đến cảnh giới khổ đau, trong khi ấy các thiện nghiệp sẽ dẫn con người đến trạng thái an lạc và cuối cùng chứng đắc Niết bàn. Chức năng của giới rất vô cùng quan trọng đối với nếp sống người tu tập. Do vậy, giới thường được xem là thứ thuốc chữa bách bệnh cho tất cả chúng sanh.

Giới bốn gồm các giới điều cùng với những hướng dẫn về phương pháp sám hối, đối với một số giới điều mỗi khi hành giả vi phạm. Giới có nhiều loại, 5 giới, 8 giới, 10 giới cho tại gia cư sĩ, 10 giới của Sa di xuất gia. 227 giới cho Tỳ kheo theo truyền thống Theravada – Nam truyền- Thượng tọa bộ hay 250 giới Tỳ kheo theo truyền thống Mahayana – Bắc truyền- Đại chúng bộ. Theo luật định, hai chúng Tỳ kheo và Tỳkheo ni mỗi tháng tụng đọc giới bốn hai lần (30 – 15). Sự tụng đọc giới bốn nhằm hai mục đích: 1/ Giúp Tỳ kheo và Tỳ kheo ni nhớ lại toàn bộ giới điều đã thọ nhận. 2/ Tạo cơ hội cho các thành viên của Tăng già nhận biết được các lỗi lầm mà họ có thể phạm (nhưng không tự xác định), trong khi giới bốn được tụng đọc, để thành tâm phát lồ sám hối.

NỘI DUNG GIỚI LUẬT .

Để điều chỉnh, sắp xếp hợp lý và thích đáng cho cuộc sống đoàn thể của một cộng đồng, Tăng già phải tồn tại như thế nào cho đúng chân nghĩa, cần phải có những nguyên tắc, điều luật nhất định, tức phải thực thi Tăng già Yết ma một cách nghiêm túc Đây là điểm giới luật vô cùng quan trọng đối với sự tồn vong hay hưng thịnh của Tăng già. Tăng già Yết ma Pali gọi là Samgha-Kamma – Hán dịch là “tác pháp biện sự”

Được giải thích “vạn sự do tư thành cố”, nghĩa là tất cả công việc của Tăng già đều dựa vào đây mà thành tựu viên mãn. Để phân biệt hành vi của cá nhân và tập thể, từ Kama thay vì dịch “nghệp” tức là hành động có tác ý, các vị giới sư phiên âm là “Yết ma”, hay nói cho đủ là “Tăng già Yết ma”, tức hành vi của Tăng, hay sự biểu quyết của Tăng. Nói như vậy nhằm phân biệt hành vi của các tập thể hay tổ chức thể gian khác với hành vi của Tăng già, tức tập thể các vị xuất gia.

Trong các tổ chức xã hội khi cần có một quyết định chung những người tham dự biểu quyết phải hội đủ một số điều kiện cần thiết để xác định tư cách của thành viên, những điều kiện để tạo nên tư cách lại căn cứ vào chức năng của cá nhân ấy trong quan hệ tập thể. Ở phạm vi Tăng đoàn, thành phần Tỳ kheo với yếu tố xác quyết tư cách không chỉ là chức năng mà là phẩm chất. Vì thế, sự thanh tịnh của mỗi Tỳ kheo qua việc tuân giữ các giới điều chính là bản chất của vị ấy. Đây là nét riêng biệt của Phật giáo.

Theo Yết ma Yếu chỉ, dựa trên tác nhân để phân chia, có ba loại Yết ma.

a/ Tâm niệm Yết ma : Nghĩa là tự mình nghĩ và nói ra trước bàn thờ Phật, mà không cần có người thứ hai chứng kiến. Loại này được áp dụng cho những công việc như Bồ tát, tâm niệm Tự tứ.

b/ Đối thú Yết ma : Là sự tác pháp giữa hai hoặc ba vị Tăng. Một người nói, một hay hai người còn lại lắng nghe.

C/ Tăng pháp Yết ma : chủ yếu có ba loại :

- Đơn bạch hay bạch nhất : Nghĩa là một lần tác bạch (tuyên bố) lý do công việc cần phải làm giữa Tăng (Tăng sự) thì việc ấy liền thành tựu.

- Nhị bạch : Nghĩa là một lần tuyên bố, một lần yết ma (biểu quyết) thì Tăng sự mới thành tựu.

- Bạch tứ : Là một lần tuyên bố, ba lần biểu quyết thì Tăng sự mới thành tựu.

Theo thống kê của Yết ma yếu chỉ có 44 pháp thuộc đơn bạch Yết ma. Thông thường bản chất công việc trong 44 pháp vốn đơn giản, chỉ cần một lần tuyên bố cho Tăng biết là đủ. Bạch nhị yết ma có tất cả 73 pháp, các Tăng sự này có tầm quan trọng hơn lần thứ nhất, vì vậy sau khi tuyên bố xong cần phải có sự biểu quyết thuận của chúng Tăng. Trong khi ấy, bạch tứ Yết ma có 39 pháp. Đây là trường hợp của những Tăng sự quan trọng nhất và các tăng sự này chỉ thật sự thành tựu sau một lần tuyên bố và ba lần biểu quyết thuận của chúng Tăng.

Như vậy, Tăng già Yết ma, là các quyết định của Tăng đoàn căn cứ trên nền tảng của sự thanh tịnh và hòa hợp, bao gồm những nguyên tắc đòi hỏi phải tuyệt đối tuân thủ và được áp dụng tùy theo đối tượng của việc làm với mục đích duy trì và phát triển những hoạt động của Tăng già theo chiều hướng thanh tịnh và hòa hợp. Tóm lại, những điều này cũng không nằm ngoài bài kệ mà đức Phật đã dạy :

Không làm các điều ác

Thành tựu các hạnh lành

Tâm ý giữ trong sạch

Chính lời chư Phật dạy

(Pháp cú 183).

TÂM QUAN TRỌNG CỦA GIỚI LUẬT.

Giới luật duy trì mạng mạch : Giới luật mà Thế Tôn đã chế ra “ Tùy phạm tùy kết” Nghĩa là nhân có người vi phạm, Phật mới chế. Giới điều đó có thể thay đổi uyển chuyển theo thời gian và từng quốc gia. Thế Tôn ra đời vì mục đích giải thoát cho chúng sanh khỏi sinh tử luân hồi nên giới luật của Ngài hoàn toàn không mang tính chất cưỡng chế. Ngược lại, đều vì lợi ích an lạc, giải thoát cho tất cả.

Giới là nền tảng của đạo Phật, vì duy trì và phát triển của chánh pháp luôn tùy thuộc vào sự hiện diện của giới luật: “ *Giới luật là mạng mạch của Phật pháp, giới luật còn thì Phật pháp còn, giới luật*

mất thì Phật pháp cũng hoại diệt". Giới luật được xem là hiện thân của Đức Phật, là bậc thầy tôn kính, là người hướng đạo cho Tăng già kể từ khi Đức Phật diệt độ. Do đó, giới luật đóng vai trò quan trọng và then chốt trong nếp sống của người xuất gia. Đức Phật dạy: *"Giới là nền tảng của bốn niệm xứ, bốn chánh cần, bốn như ý túc, năm căn, năm lực, bảy bồ đề phần, và tám chánh đạo phần. Ví như đất là nền tảng, không có nó thì các loài động vật không thể di chuyển. Cũng thế, không có giới thì 37 phẩm trợ đạo không thể được tu tập viên mãn"*

Đạo Phật có vô lượng pháp môn để tu, đối trị vô số phiền não, nhưng tất cả thu tóm trong 37 phẩm trợ đạo, là con đường duy nhất đưa hành giả từ phàm phu lên bậc thánh. Trong 37 phẩm trợ đạo, giới là nền tảng của tất cả pháp môn. Kinh Hoa Nghiêm nói : *"Niết bàn lấy giới làm nền tảng, đạo vô thượng Bồ đề lấy giới làm gốc, là chiếc phao nổi cho người qua bể khổ"*. Giới sản sinh ra mọi công đức lành cho chính tự thân người hành trì và đem lại an tịnh lợi lạc cho những người xung quanh. Đức Phật giải thích, nếu một Tỷ kheo thiện xảo trong giới luật, chắc chắn sẽ thành tựu 7 đức tánh: *"Biết vi phạm; biết không vi phạm; biết phạm nhẹ, biết phạm nặng; cả hai giới bốn được khéo truyền lại một cách rộng rãi, khéo điều chỉnh, khéo phân loại, khéo quyết định, bốn thiện có được không khó khăn không mệt nhọc; không phí sức, do đoạn trừ các lậu hoặc tự mình với thắng trí, ngay trong hiện tại, chứng ngộ, chứng đạt vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát"*. Giới luật có chức năng vô cùng quan trọng đối với người xuất gia. Chính giới luật là thước đo nhân phẩm đạo đức của mỗi người xuất gia trong Tăng già. Kinh Hoa Nghiêm nói : *"Người trì giới được Long, Thiên ủng hộ, ngoại ma kính sợ. Người phá giới thì quỷ gọi là đại tặc, đi đến đâu thì quỷ quét hết dấu chân"*

Vì thế trong cuộc sống thường nhật, nếu người xuất gia thiếu oai nghi sẽ khiến người đời ty hiềm, sanh tâm khinh thường Huống chi người xuất gia giữ giới hạnh, phạm trai phá giới, chẳng những bị bạn đồng tu xa lánh, long thiên hộ pháp không hộ trì, lại bị người đời hủy báng, phá đi chánh kiến của người Phật tử, làm cho nhiều

người xa lánh Phật pháp, ảnh hưởng đến uy danh, cũng như sự tôn vinh chánh pháp. Người phá giới có năm tội lỗi.

- 1/ Tự hại mình – 2/ Bị người trí khiển trách- 3/ Tiếng xấu đồn xa- 4/ Khi sắp mạng chung tâm hối hận- 5/ Chết rồi堕 vào ba đường ác.

Cho nên, Đức Phật dạy : *“Này các Tỳ kheo, hãy sống đầy đủ giới, đầy đủ giới bổn, được chế ngự với sự chế ngự giới bổn, hãy sống đầy đủ oai nghi chánh hạnh, thấy sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhất, chấp nhận và học tập trong các học pháp, đã sống đầy đủ giới, vậy không có gì cần làm thêm nữa”*

Như vậy, năng lực của giới là thành trì vững chắc ngăn chặn các lậu hoặc phát sinh từ thân, khẩu, ý. Luận đại trí độ nói : *“Người nào muốn cầu sự lợi ích lớn, thì trước hết phải kiên trì tịnh giới như ngọc báu, như giữ thân mạng, vì giới là chỗ an trú của tất cả thiện pháp. Người trì giới đến khi mạng chung dù bị gió đao róc thịt xương gân mạch rút đứt, nhưng tâm vẫn không sợ hãi”*

GIỚI LUẬT LÀ CHUẨN MỰC CHO NẾP SỐNG PHẠM HẠNH

Để làm chuẩn mực cho nếp sống phạm hạnh Đức Phật dạy chúng ta hãy trang bị cho mình bằng những giới hạnh, khoác trên mình bằng chiếc áo giáp thiền định và hãy chuẩn bị cho mình một hành trang trí tuệ. Vì: *“ Đây là giới, đây là định, đây là tuệ. Định cùng tu với giới sẽ đưa đến quả vị lớn, lợi ích lớn. Tuệ cùng tu với định sẽ đưa đến quả vị lớn, lợi ích lớn. Tâm cùng tu với tuệ sẽ đưa đến giải thoát hoàn toàn các món lậu hoặc, tức là dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu”*. Đức Phật khẳng định tầm quan trọng của Giới-Định-Tuệ, giữa chúng có mối quan hệ hữu cơ mật thiết với nhau. Chính giới luật ngăn ngừa các tội lỗi phát sinh từ thân, khẩu, ý đưa đến thân tâm an tịnh, khi tâm vắng lặng không vẩn đục thì ánh sáng trí tuệ

xuất hiện, sẽ đưa đến đoạn tận các lậu hoặc chứng thánh quả. Đó cũng chính là nếp sống phạm hạnh của người xuất gia.

Vậy nếp sống phạm hạnh hiểu theo nghĩa rộng là cuộc sống thanh tịnh, hành động thánh thiện, hay nguyên tắc của cuộc sống độc thân để bảo đảm nền tảng vững chắc cho lý tưởng giải thoát. Đời sống này còn có ý nghĩa là tinh tấn thực hành, là sự nỗ lực liên tục để đối trị lại mọi sự khát ái, dục thủ và bất tịnh để hướng đến một đời sống thanh tịnh tuyệt đối. Mục đích của đời sống này nhằm đoạn trừ tất cả bất thiện pháp, những phiền não do tham, sân, si tạo ra từ vô lượng kiếp về trước, từ đó làm động lực thúc đẩy cho sự tu tập giải thoát giác ngộ.

Đời sống phạm hạnh của người xuất gia luôn dựa trên nền tảng giới luật, đối lập với cuộc sống thế tục, vốn luôn hàm chứa những yếu tố dục vọng và khổ đau. Đời sống phạm hạnh đó cần hội đủ hai yếu tố. Về hình thức, vị ấy từ bỏ gia đình, sống độc thân, không bà con quyến thuộc, cạo bỏ râu tóc, từ bỏ mọi thứ dục vọng mà người bình thường được thọ hưởng, sống theo Pháp tứ y (Tứ thành chủng) của người xuất gia. Về nội dung, vị ấy hành trì đầy đủ giới luật, tinh tấn tu tập thiền định và trí tuệ. Vị ấy thuần thực trong chánh pháp của Đức Phật, từ bỏ các ác pháp và thực hành các thiện pháp để tăng tiến trên đời sống giải thoát của mình. Để thành tựu mục đích đời sống phạm hạnh, hành giả phải thực hành theo nếp sống mẫu mực trọn vẹn của một Thánh giả A la hán, bao gồm bốn sự thanh tịnh dưới đây : “ Sự thanh tịnh về biệt giải thoát luật nghi (Đó là khả năng đề kháng những dòng nước lũ ô nhiễm từ bên ngoài ngang qua các hành vi hay nghiệp đạo, tràn ngập vào tâm làm cho tâm dơ bẩn). Sự thanh tịnh về phòng hộ căn môn (Đó là sự kiểm soát các giác quan, những cánh cửa mà ô nhiễm có thể đi xuyên vào trong tâm. Sự thanh tịnh về phương diện sinh sống (Tức là sinh sống theo bốn truyền thống của chư Phật, gọi là Tứ Thánh chủng). Sự thanh tịnh do chánh niệm tỉnh giác (Nghĩa là luôn chánh niệm tỉnh giác trong bốn oai nghi, đi, đứng, nằm, ngồi ..)

Về nguyên tắc, con đường để thành tựu bốn sự thanh tịnh hay đời sống phạm hạnh nói trên chính là Giới-Định—Tuệ. Dựa trên cơ sở Giới-Định-Tuệ, trong đó lấy giới làm nền tảng căn bản, Đức Phật đã thành tựu viên mãn nếp sống phạm hạnh và hoàn toàn thanh tịnh tuyệt đối, Ngài chỉ rõ nếp sống ấy cho chúng ta một cách đầy đủ trong kho tàng giáo lý. Nương vào nếp sống này để tu tập, hành giả sẽ thoát khỏi mọi khổ đau hoàn toàn.

Kết luận : Nhập vào hàng ngũ xuất gia, việc giữ gìn giới luật và thực tập nếp sống phạm hạnh là điều không thể thiếu. Là trưởng tử Như Lai, ngoài việc tự mình tu tập để giải thoát, chúng ta phải đảm đương trọng trách giữ gìn gia tài Phật pháp mà Đức Thế Tôn đã để lại. Thân bên ngoài chặt đứt mọi giao duyên với bạn ác, gọi là xa lìa tướng uế tạp của thân; tâm bên trong dứt bỏ các tư duy phân biệt xấu xa điên đảo, gọi là xa lìa tướng uế tạp của tâm. Muốn thực hiện được điều này cần phải cố gắng thực tập theo tinh thần giới luật. Lối cảnh tỉnh của Thế Tôn là kim chỉ nam cho người con Phật, để giữ gìn giếng mối Phật pháp. Với nếp sống phạm hạnh thanh tịnh lấy giới luật làm thầy, giữ gìn giới luật từ thân, khẩu, ý, hộ trì các căn, đối trị các phiền não sân hận, kiêu mạn, sống thiếu dục tri túc... thì bước đầu đã thành tựu về Giới. Điều này sẽ giúp cho tâm dễ định tĩnh, tâm thuần tịnh trong sáng là kết quả của thành tựu Định và Tuệ. Giới Định Tuệ là con đường đưa chúng ta thoát khỏi khổ đau và là con đường độc nhất đưa đến hạnh phúc sau cùng, đến Niết bàn tối thượng. Đó chính là ý nghĩa, giá trị đích thực của giới luật để định hướng một đời sống an lạc giải thoát, cho hiện tại và mai sau ./.

(*Trích: Giới luật và mạng mạch Phật giáo – SC Thích nữ Tuệ Phương- VHPG số 392- 1-7- 2022*)



TÂM SANH TỬ KHÔNG THA THIẾT

Vì sao chúng ta niệm Phật không nhất tâm, hay bị vọng tưởng và hôn trầm xâm nhập trong những lúc công phu tu tập ?

Niệm Phật không chuyên, công phu không đắc lực, lúc đầu tinh tấn lúc sau dần không muốn niệm, trước siêng sau biếng lần lần bỏ cuộc. Khi niệm Phật nếu không vọng tưởng thì hôn trầm xuất hiện, tất cả những trạng thái này do nguyên nhân từ đâu ?

Trạng thái này ai cũng có, vậy làm thế nào để giải quyết nó đây ? Theo các lời khai thị của các vị Tổ sư, tất cả đều do Tâm sanh tử của ta không tha thiết mà ra. Vậy tâm sanh tử là tâm gì ? Tức là ta không quyết liệt để tâm hướng đến thoát ra ngoài sanh tử. Sanh tử là từ nói tắt , nói cho đủ là “ sanh tử luân hồi” nghĩa là hết sanh lại tử, tử rồi lại sanh.

Chúng ta rõ biết pháp môn Tịnh độ rất thù thắng, biết công đức của danh hiệu Phật không thể nghĩ bàn, thế nhưng câu Phật hiệu càng niệm càng thấy vô vị, càng thiếu công lực, đến sau cùng thậm chí bỏ luôn, không còn niệm nữa. Do nguyên nhân gì ? Nguyên nhân căn bản do tâm sanh tử không tha thiết.

Các lời dạy của các vị Tổ sư rằng, mọi thứ khổ nhất ở thế gian chẳng qua là khổ sanh tử, không liễu sanh tử, thì sanh tử, tử sanh. Ra khỏi bào thai này lại nhập vào bào thai khác. Thế cũng đã khổ lắm rồi, hướng hồ không thoát ra khỏi luân hồi, khó tránh đọa vào bụng heo, bụng chó, bụng ngựa, bụng trâu, bò v.v.. chỗ nào cũng vào, đầu thai làm heo, làm chó, trâu, bò ngựa v.v...

Cái thân làm người thì khó được nhưng lại dễ mất, nếu có một ý niệm sai biệt liền đọa vào ba đường ác, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Tam đồ dễ vô mà khó ra, thời gian ở địa ngục vừa dài lâu lại vừa khổ sở bức bách vô cùng.

Ngài Ấn Quang nói : “ Con người ở thế gian, việc gì cũng có kế hoạch lo toan, duy việc sanh tử thì bỏ qua một bên không màng tới, chờ đến khi mạng chung thì theo nghiệp mà đi đầu thai, không biết

tâm thức lúc này lại tiếp tục đầu thai về đâu ? cõi trời hay cõi người, hay ba đường ác. Một khi đọa lạc vào, trăm ngàn kiếp khó có ngày trở lại làm thân người, cho nên pháp liễu sanh tử không thể không thường xuyên đề cập, nhắc nhở”.

Sau khi chết đi về đâu ? chúng ta chưa biết được, nếu công phu tu tập chưa đắc lực. Đây là đại sự mỗi người cần phải quán niệm thường xuyên. Chúng ta suốt ngày cứ bận rộn với những việc không cấp bách, không quan trọng, cứ lo tranh chấp với những việc không quan hệ gì với sanh tử, chưa bao giờ cho việc sanh tử là trọng đại, cũng không biết lo sợ cái khổ của luân hồi lục đạo, cũng không nghĩ sau khi chết sẽ đầu thai về cõi nào ?

Đôi lúc nhìn thấy bạn bè, người thân đột ngột qua đời, tạm thời có chút cảm động, cảm xúc, thế nhưng nhanh chóng bị những việc cấp bách của thế gian chôn vùi trong quên lãng. Tuy nhiên có niệm Phật vài câu, nhưng niệm rồi có thể được vãng sanh không ? Nếu không vãng sanh thì đời sau sẽ phải chịu khổ khi đọa vào ba đường ác. Vì thế hãy quán chữ Tử hằng giờ hằng phút trong mỗi ngày.

Mỗi khi thấy người chết, mình thường tự nhủ, lần này về nhà mình nhất định phải tu, phải niệm Phật cho tốt hơn, buông xả hết mọi thứ duyên. Thế rồi, chỉ qua một vài ngày, tánh nào vẫn hoàn tật đó, trước đây lãng xãng với những việc không cần thiết thế nào thì giờ vẫn cứ lãng xãng như thế ấy. Kết quả sau khi chết phải chịu sa đọa vào ba đường ác, cho nên Tổ dạy chúng ta luôn quán niệm chữ Tử là vậy.

Tổ Ấn Quang khai thị rằng : “ Muốn tâm không tham chuyện bên ngoài, phải chuyên tâm niệm Phật, dù không thể chuyên cũng bắt nó chuyên, không thể niệm bắt nó phải niệm, không thể nhất tâm, bắt nó phải nhất tâm”

Không có pháp đặc biệt nào khác, chỉ đem cái chữ Tử quán niệm thường xuyên. Nghĩ rằng, ta sẽ chết, trước sau cũng phải chết. Đời nay may mắn được làm thân người, được gặp Phật pháp, nếu không siêng năng tinh tấn tu tập, không nhất tâm niệm Phật, cầu

sanh Tây phương, khi hơi thở không còn, thì chắc chắn sẽ vô chảo dầu sôi, lò than, chảo nước nóng, núi đao rừng kiếm, chịu khổ không biết bao nhiêu, lúc đó cầu ra khỏi chỗ đó cũng khó có được. Muốn niệm một niệm Phật cũng không được, cho dù ra khỏi địa ngục, còn phải đọa vào ngạ quỷ, bụng to cổ nhỏ, đói khát triền miên, không từng nghe thấy danh từ cửa nước, rất khó có được một bữa ăn tạm no, chưa nói đến ăn ngon. Sau khi thoát ra khỏi kiếp ngạ quỷ, lại làm súc sanh, bị người cưỡi trên lưng, bị đánh bị đập, đi xa chở nặng, cuối cùng đem thân làm thức ăn cho con người, bị nước sôi, lửa nóng khổ thân, bị xào bị nấu, xương thịt trở thành thức ăn cho con người và các loài khác. Nếu ra khỏi súc sanh làm lại được thân người, thì ngu si vô trí, tánh tình hung hăng, lấy việc tạo nghiệp làm đức năng, cho việc tu tập là gông cùm, xiềng xích, là khổ sở, là đọa đầy. Được làm thân người không quá ba mươi năm rồi chết, trở lại sa đọa vào ba đường ác, lại tiếp tục luân hồi trong lục đạo, dù muốn ra khỏi cũng không làm chủ được mình. Khéo biết quán tưởng như thế, việc cầu sanh Tịnh độ mau thành tựu.

Nếu có quán tưởng như thế, thì chúng ta mới biết sợ biết lo trong mọi thời, mọi lúc mọi nơi đều tiết lộ tâm sanh tử vô cùng tha thiết, một khi tâm sanh tử tha thiết chắc chắn tâm cầu vãng sanh tha thiết, vì thế hoa sen nơi Tịnh độ có phần, chắc chắn tâm cầu vãng sanh sớm có ngày vãng sanh.

Hiện tại ở thế giới loài người cũng quá khổ, huống nữa ở nơi ba đường ác. Vì sao phải cầu vãng sanh ? Vì ở thế giới này đầy dẫy sự khổ, khổ thân, khổ tâm, khổ hoàn cảnh. Đối với thân luôn bệnh tật, đối với tâm mê mờ bất giác, đối với đạo thầy tà bạn ác vô số kể, đối với xã hội pháp luật luôn thay đổi, đối với thời tiết, nắng mưa, bão lụt, động đất sóng thần, dịch bệnh v.v diễn ra liên tục. Bên trong không yên tâm, bên ngoài không yên thân làm sao tu cho có kết quả là việc vô cùng khó khăn. Vì thế, cần phải cầu sanh tịnh độ, vì ở Tịnh độ dễ tu dễ thành, không có khổ về tâm và không có khổ về thân, vì cùng ở chung với các bậc Thánh làm bạn. Nên gọi là cõi Cực

lạc, thế giới Tịnh độ gọi là cực lạc, ngược lại cõi nhân gian gọi là cực khổ, hai cảnh giới khác nhau trên hai lãnh vực tâm lý và vật lý.

Quán niệm cảnh giới khổ nơi thế giới ta ở như vậy, nên sớm niệm Phật cầu sanh Tây phương, một phút không chần chừ, không luyến tiếc bất cứ thứ gì ở trần gian này nữa. Vì thế lúc lâm chung tâm ta không một chút lưu luyến nên việc vãng sanh được nhẹ nhàng. Hiểu được như thế ngày đêm chúng ta không ngừng dụng công, nghĩ đến sanh tử đại sự, nghĩ đến vô thường nhanh chóng nên dù một phút cũng không dám buông lung. Cho nên kiên trì niệm Phật không gián đoạn.

Luôn nghĩ mình như đang rớt xuống vực sâu, lúc nào cũng muốn được thoát lên, tâm niệm Phật cầu sanh Tây phương lại cũng như thế, nên ma nghiệp dễ tiêu trừ. Điều quan trọng khi muốn thoát khổ, từng niệm đều biết sợ chết sẽ bị đọa xuống tam đồ ác đạo. Câu Phật hiệu tự nhiên sẽ thành thực, tịnh nghiệp tự nhiên sẽ thành. Tất cả trần cảnh không thể đoạt mất chánh niệm của mình.

Niệm Phật không bị hôn trầm thì tán loạn, đó là hiện tượng niệm Phật tâm không được tha thiết, niệm lấy lệ, niệm như học trò trả bài cho cô giáo. Nếu niệm Phật với tâm khẩn cấp như cần đang cầu cứu ra khỏi lửa cháy, như nước đang ngập, như giặc cướp đang đuổi giết, thì tâm mới không bị tán loạn hay hôn trầm làm chủ.

Ngài Ấn Quang treo một câu đối để nhắc nhở mình : Đạo nghiệp chưa thành, nào dám để tâm này tán loạn, cái chết sắp đến, xin tạ từ mọi thứ xã giao.

- Đại sư Tĩnh Am trong bài văn khuyên phát Bồ đề tâm được Ấn Quang đại sư vô cùng tán thán, trong đó miêu tả cái khổ của sanh tử cũng là trạng huống đời đời kiếp kiếp trong lục đạo luân hồi của chúng ta.

“ Ta cùng chúng sanh, từ bao kiếp trước, quanh quẩn trong tử chưa hề thoát ra, lúc làm người, lúc sanh cõi trời, khi chui vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, cống đen sáng mở tối lại chui vào, hang sắc

tạm rời lại đi vô, leo lên núi đao, thân không còn mảnh da nguyên vẹn, vịn vào hàng cây kiếm, từng ô thịt bị rách bươm.

Viên sắt nóng không trù được cơn đói, vừa nuốt vào gan ruột nát tan, nước đồng sôi không giải được khát, uống vào thịt xương tan nhừ, cưa bén xẻ thân đứt xong liền lành lại tiếp tục tái diễn, gió nghiệp thổi qua chết xong lại sống, trong thành rực lửa, tiếng thét thảm thương, trên bàn ngà nướng, vang vọng tiếng gào tê tái. Nơi ngực băng hàn, thân hình xanh như nhụy sen xanh, máu thịt rã nát lại đỏ như sen đỏ trở hoa.

Trong chốn địa ngục, một đêm sống chết đến cả vạn lần so với nhân gian, một buổi hành hình lâu tròn thế kỷ, bao phen lính ngục trừng trị một mỗi, nào ai chịu tin lời răn của Diêm Vương. Lúc bị hình phạt mới biết khổ, hối hận cũng đã muộn rồi ! Khi được thoát ra thì liền quên ngay, vẫn nghiệp cũ lại gây như trước.

Đánh con lừa văng máu nào hay chính mẹ mình đang đau khóc, xua heo vào giết, nào hay chính cha mình sắp rã thân.

Ăn thịt con mà không hay không biết, Văn Vương cũng thế, ăn thịt song thân mà nào có biết, phạm phu nhân gian cũng thế thôi. Năm xưa ân ái, nay thành oan gia, ngày trước oán thù nay là cốt nhục.

Đời trước là mẹ đời này làm dâu, thưở xưa là cha nay lại làm chồng, có thần thông túc mạng soi thấy, thật đáng hổ thẹn, đáng kinh đáng sợ, lấy thiên nhãn mà nhìn, thật đáng buồn cười tội nghiệp.

Trong vũng phân nhơ, bao bọc mười tháng, qua đường ngập máu để được sanh ra, thật đáng thương quá, bé thơ biết gì, mọi sự chẳng hiểu.

Lớn lên dần hiểu, tham dục liền sanh, loáng thoáng đã già đau bệnh tìm tới, vô thường nhanh chóng cũng đi theo sau. Gió lửa giao tranh, thần thức bấn loạn, khí huyết vơi cạn, da thịt khô dần, từng lỗ chân lông như bị kim đâm, mỗi một khiếu huyết đang bị dao cắt.

Rùa đem bị nấu, lột được vỏ ra, tưởng chừng còn dễ, thần thức rời khỏi xác thân, khó gặp bội phần. Tâm con người thường không vững, như kẻ lái buôn bốn ba khắp chốn, còn thân thì không định hình, như nhà cửa cứ mãi đổi thay, nhiều như bụi trần trong thế giới cũng không sao đếm hết số lần sanh tử luân hồi khổ đau. Ba đào bốn biển lường sao cho hết nước mắt biệt ly ? Xương cốt chất chồng trội hơn núi cao, đầy đầy thây chết nhiều hơn đại địa. Giá như không được nghe lời Phật dạy, việc ấy ai thấy ai nghe. Không xem kinh Phật lý này ai hiểu, ai biết. Thế mà, có kẻ vẫn mãi tham luyến, vẫn cứ si mê. Một lỗ trăm sai. Thân người khó được lại dễ mất, vận may dễ qua khó tìm trở lại. Đường đời mờ mịt, biệt ly dài lâu, tam đồ ác báo rồi phải tự thọ. Khổ không thể kể xiết, nào ai thể cho . Cho nên phải quyết tâm đoạn dứt dòng sanh tử, vượt nẻo ái hà, mình với người cùng thoát, cùng lên bờ giác. Công lao muôn kiếp chính là bắt đầu từ nay.

Sư Ưu Đàm đời nhà Nguyên có bài
Quay nhìn hải cẩu chất như núi
Nước mắt phân ly thành sông biển lớn
Thế giới cuối cùng cũng hư hoại
Đời người qua mau như búng tay
Có gì vui đâu kiếp con người
Trải qua ngàn lần thay đổi mãi
Lúc làm thân nam khi thân nữ
Mang lòng đội sừng bao vạn kiếp
Không nhân đời nay sanh Tịnh Độ
Lạc bước đầu thai thì muộn rồi.

Ba phần cơ bản của pháp môn Tịnh độ là tin sâu nguyện thiết, hành chuyên. Nếu tâm sanh tử không tha thiết, thì lấy đâu tin sâu nguyện thiết, không tin sâu nguyện thiết, sao có thể vãng sanh được ?

Cổ nhân nói :

“Cuộc đời cứ già đi trong bận rộn

Mấy ai chịu ngưng trước khi lìa đời”

Đại đa số con người bị già đi trong những chuỗi ngày lằng xằng bận rộn, không mấy ai nghĩ đến cái chết để sớm buông xả bớt những chuyện của thế gian, cứ như thế khi ta lâm chung sẽ đi về đâu ?

Việc lớn sanh tử từ vô lượng kiếp đến nay, không chỉ niệm vài câu Phật hiệu một cách lơ là, hữu khẩu vô tâm mà có thể giải quyết được vấn đề.

Câu Phật hiệu của chúng ta thường xuyên bị xen tạp, đánh mất hoặc gián đoạn. Nếu thật sự muốn ngay trong đời này vãng sanh thì cố gắng ngay nơi tín nguyện mà hạ thủ công phu cho tốt, muốn tín nguyện vững mạnh, trước tiên phải có tâm sanh tử tha thiết.

Lời khai thị của Hám Sơn đại sư :

“Khai thị niệm Phật thiết yếu” : Pháp môn niệm Phật cầu sanh Tịnh độ này, vốn là vì muốn liễu sanh tử đại sự, nên nói niệm Phật liễu sanh tử, nay người phát tâm vì muốn liễu sanh tử nên mới chịu niệm Phật, chỉ nói niệm Phật có thể liễu sanh tử, nếu không biết căn gốc của sanh tử thì hướng về đâu mà niệm. Nếu cái tâm niệm Phật kia không đoạn được căn gốc sanh tử, làm sao lại liễu thoát được sanh tử.?

Thế nào là căn gốc của sanh tử ? Người xưa nói: “ Nghiệp bất trọng bất sanh Ta bà, ái bất đoạn bất sanh Tịnh độ” cho thấy ái căn là gốc rễ của sanh tử.

Tất cả chúng sanh hứng chịu cái khổ của sanh tử đều do lỗi của ái dục, suy rộng ra ái căn không phải chỉ một đời này mới có, cũng chẳng phải một, hai, ba, bốn đời trước đã có, nó từ vô thủy khi bắt đầu có sanh tử đến nay, đời đời kiếp kiếp, thụ thân xả thân đều do ái dục mà lưu chuyển.

Hãy nghĩ xem từ hiện nay lui về ngày xưa, đã từng có một ý nghĩ nào xa lìa ái căn đâu, cái chủng tử ái căn chôn chặt sâu dày nên sanh tử cũng vô tận.

Nay phát tâm niệm Phật, chỉ biết cầu sanh Tây phương một cách trống không, ngay đến danh từ ái là gốc của sanh tử cũng không biết, thì lấy đâu ra ý niệm để đoạn, như vậy một mặt niệm Phật, mặt khác thì cứ tăng trưởng gốc sanh tử. Niệm Phật như thế không tương quan gì đến việc sanh tử.

Mặc cho bạn niệm Phật đến mức độ nào, đến khi lâm chung, chỉ thấy ái căn hiện ra, khi đó mới biết niệm Phật chẳng được gì, rồi oán trách niệm Phật không linh, hối hận đã muộn.

Cho nên khuyên người niệm Phật ngày nay, trước phải biết ái là căn gốc của sanh tử, từng niệm đều phải đoạn ái căn. Người tại gia niệm Phật, mắt nhìn con cháu, gia duyên tài sản, không một thứ gì không thích, thật từng việc từng ý nghĩ đều nóng lòng lo âu sinh kế sống chết, như toàn thân ở giữa đồng lửa vậy.

Khi niệm Phật trong tâm chưa từng có một ý nghĩ buông bỏ ái căn (sự ham thích), chỉ nói vì sao niệm Phật không tha thiết, nào hay ái nó đang làm chủ tể, khiến việc niệm Phật chỉ ở ngoài da, như thể dù Phật hiệu cứ niệm, ái căn cứ mặc tình tăng trưởng.

Nhất là lúc tình cảm con cái hiện ra, xem lại câu Phật hiệu của mình có thể chống chọi lại cái ái này không ? Nếu không thì làm sao đoạn được sanh tử. Ái duyên này đã huân tập quen thuộc quá nhiều đời rồi, niệm Phật thì mới phát tâm, còn rất xa lạ lại không thiết thực, nên không đắc lực. Phải biết tình cảm yêu thương ở trước mắt này không làm chủ được, đến khi lâm chung chắc chắn cũng sẽ không làm chủ nổi.

Cho nên khuyên người niệm Phật, điều kiện đầu tiên phải có tâm biết tha thiết với sanh tử, tâm tha thiết muốn đoạn sanh tử, phải từng ý niệm muốn chặt đứt gốc rễ của sanh tử, được như vậy mỗi ý niệm đều giúp ta liễu thoát sanh tử, hà tất phải chờ đến lúc ba mươi tháng chạp (ý nói lúc lâm chung) mới liễu thoát, quá muộn ! Phải

nói : trước mắt đều là việc sanh tử, đều muốn giải quyết cho xong, từng ý niệm đều thật sự tha thiết, đều như từng nhát dao chém thẳng vào sanh tử, dụng tâm được như vậy, nếu không ra khỏi được sanh tử thì chư Phật đều nói hư vọng sao ?

Bởi thế, tại gia hay xuất gia, chỉ cần hiểu được tâm sanh tử, chính là thời tiết xuất ly sanh tử vậy, không còn diệu pháp nào hơn.

Trung ngôn nghịch nhĩ, thuốc đắng là thuốc hay. Tổ sư vô cùng từ bi, đọc hết đoạn khai thị này, chúng ta như bắt được bảo vật, bài khai thị này gọi là “niệm Phật thiết yếu” thật đúng với danh xưng.

Lời khai thị này chỉ ngay vào nguồn gốc của căn bệnh, tuy không dài lắm, nhưng chất lượng của nó trong Tịnh tông thật không thấp, đối với việc chỉ dẫn chúng ta cách niệm Phật, thiết thật có chỗ rõ ràng để hạ thủ công phu.

Như vậy, hai điểm trở ngại niệm Phật mà không được vãng sanh là do tâm nguyện rộng không, thứ hai là để Ái làm chủ tể, niệm Phật chỉ để ngoài da. Tự mình hoàn toàn không có tâm xuất ly, không có chân tín nguyện thiết thực, những việc làm hằng ngày chỉ là bề mặt, như thế làm sao vãng sanh được ? Chư tổ nói pháp môn niệm Phật là “vạn người tu, vạn người thành” thế nhưng hiện nay vạn người tu chỉ có vài ba người đạt. Vấn đề xuất phát từ chỗ nào ? Ngài Vĩnh Minh nói “Vạn người tu vạn người thành, là chỉ cho những người có đầy đủ tín nguyện”. Chân tín nguyện thiết thì vạn người tu vạn người đạt. Tín không chân, nguyện không thiết mới biến thành vạn người tu vài ba người đạt.

Vấn đề tồn tại một cách phổ biến của chúng ta là : Tín, Nguyện, Hành không đủ chất lượng, không thể nói là không tin, mà là bán tín bán nghi, cũng chẳng phải không có nguyện, vừa nguyện lại vừa do dự, không phải không có hành, cái hành đó như phơi đồ một nắng mười mưa làm sao khô được. Tỷ dụ vãng sanh cần có 100 % mà tín nguyện của chúng ta chỉ có 10 % niềm tin, 10 % tâm nguyện thì làm sao vãng sanh được.

Vì sao tín nguyện hành không đủ, nguyên nhân căn bản vẫn là không có tâm xuất ly. Tâm xuất ly ở đây chính là tâm nhằm chán Ta bà, vui cầu Cực lạc. Người xưa nói : nguyện rời khỏi Ta bà như kẻ tội mong ra khỏi ngục tù, nguyện sanh Tây phương như gã cùng tử xa quê lâu ngày mong trở về quê cũ. Nay chúng ta một chút tâm này cũng không có, phải biết tâm xuất ly chính là nội hàm của tín nguyện.

Đại sư Hám Sơn khuyên chúng ta buông xả, lời nói thống thiết, chẳng qua là muốn thúc giục chúng ta, bởi vì chúng ta bị mê mờ đại khờ quá lâu rồi ! Đối với việc sanh tử không hề động lòng dốc tâm, ai cũng nói : khó buông xả quá ! Buông không nổi ! Buông không được ! Kỳ thật, có gì mà không buông được ? Chỉ là chúng ta nuôi tiếc không chịu buông ! Hãy nghĩ xem có đúng vậy không ?

Nuôi tiếc con cái, nuôi tiếc tài sản, nuôi tiếc bạn bè, người thân, nuôi tiếc sự cung kính, khen tặng của người đối với mình, nuôi tiếc danh vọng địa vị v.v.. Những thứ này đều là từng lớp dây xiết chặt chúng ta trong lục đạo luân hồi. Nuôi tiếc không buông xả thì là gốc rễ của sanh tử tiếp tục tăng trưởng bám sâu đến vô lượng kiếp rồi vô lượng kiếp nữa, không biết đến bao giờ mới có ngày ló đầu ra được. Đối với ái chúng ta cứ ôm giữ trong lòng, còn đối với hận thì nhớ mãi không quên, như vậy thì làm sao mà vãng sanh ? Cho nên trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, Phật than rằng : “ Người ôm chấp vợ con, nhà cửa, tài sản còn hơn kẻ bị nhốt tù, bị nhốt trong tù còn có ngày phóng thích, tâm ôm chấp vợ con không có ngày viên ly”.

Một ngày trong 24 giờ chúng ta hãy nghĩ xem, được bao nhiêu giờ để tâm nhớ đến Cực lạc ? Bao nhiêu giờ lo và sống với Ta Bà ? Thời gian lo sống với Ta Bà rất nhiều, Tâm nhớ Cực lạc rất ít. Trong 24 giờ có được 10 phút nghĩ đến vãng sanh không ? Tỷ lệ này thật chênh lệch một trời một vực.

Tình trạng sống một ngày như vậy, nếu mỗi ngày đều như thế, một năm trôi qua lại một năm, chúng ta lấy gì để đi Tây Phương ? Mới biết chúng ta đang bị nguy hiểm biết dường nào ! Hòa Thượng Hải

Hiền dạy những người niệm Phật rằng : “ Niệm Phật cho tốt, thành Phật mới là đại sự, những thứ khác đều là giả”. Trên đời tất cả mọi thứ đều là giả tạm, chỉ có niệm Phật thành Phật mới là thật, luôn mong sớm về Tây Phương Cực lạc, được như vậy việc cầu vãng sanh mới chắc thật, không rỗng tếch. Bằng không phải cố gắng nỗ lực dụng công.

Chúng ta niệm Phật bao nhiêu năm rồi hy vọng có được vãng sanh không ? Việc này không cần hỏi ai, tự hỏi chính mình ! Đại sư Ngẫu Ích có một tiêu chuẩn để đo lường.

“Thế tình nhạt đi một phần, niệm Phật tự có một phần đắc lực, sinh kế của Ta Bà nhẹ đi một phần, vãng sanh Tây Phương liền thêm một phần vững chắc, việc này chỉ có tự hỏi tâm mình, không cần phải hỏi thiện tri thức, vì họ chỉ khuyên nên nhạt thế tình, nhẹ sinh kế, chuyên tu xuất ly là chính yếu”.

Tự tâm mình phải hiểu rõ : đối với thế giới Ta bà này tiêu cực, mới có thể tích cực với Tây Phương Tịnh độ, đối với Ta Bà càng buông xả, mới càng nắm bắt được Tây Phương Cực lạc. Tình cảm với thế gian càng nhẹ, với Cực Lạc mới càng sâu, sinh kế của thế gian nhẹ đi một phần hoặc mười phần, niềm hy vọng vãng sanh Tây Phương sẽ được một phần đến mười phần. Vì thế Hòa thượng Hải Hiền mới nói “” A Di Đà là căn gốc của ta”

Hám Sơn đại sư khai thị rằng : “ Tu hành quan trọng nhất là phải vì sanh tử tâm thiết. Tâm sanh tử không tha thiết, làm sao dám nói niệm Phật thành phiền ? Vả lại chúng sanh từ vô lượng kiếp đến nay, niệm niệm vọng tưởng, tình căn phủ lấp kiên cố, đời này từ lúc ra đời có từng khởi lên ý niệm thống thiết vì sanh tử chăng ? Mỗi ngày từng niệm đều thuận theo thế tình, không thường phản tỉnh. Nay muốn dùng tín tâm phù du hư vọng để đoạn sanh tử nhiều đời. Khác nào rải từng giọt nước mong cứu đám lửa đang cháy, nào có lý này ? Quả vì sanh tử tâm thiết niệm niệm như cứu lửa đang cháy trên đầu, như sợ mất thân người trăm kiếp khó được lại.

Phải nắm chặt câu Phật hiệu, quyết vượt qua vọng tưởng, ở tất cả mọi nơi niệm niệm phân minh không bị vọng tưởng che lấp chướng ngại, có thể hạ thủ công phu một cách tích cực tha thiết như vậy, lâu dần thành thói quen, tự nhiên tương ưng, dù không cầu thành phẩm mà công phu tự thành phẩm.

Nếu đem việc niệm Phật làm hình thức bên ngoài, thì cũng chẳng lợi ích gì, đến tận vị lai tế cũng không bao giờ thành công. Nên phải lập tức đồng mãnh chuyên cần, chớ chậm trễ. Niệm Phật phải vì sanh tử tâm tha thiết, trước phải đoạn ngoại duyên, chỉ giữ một niệm là câu A Di Đà Phật xem như mạng sống của mình, niệm niệm không quên, niệm niệm không dứt, đi đứng nằm ngồi, cuối xuống đứng lên, động tĩnh, rảnh rang hay bận rộn trong tất cả mọi lúc mọi nơi, không si không mê, không vướng những duyên khác dụng tâm như thế, lâu dần thành thói quen, thậm chí trong giấc mộng cũng không quên, khi ngủ lúc thức đều như nhau, công phu sẽ miên mật thành phẩm, được xem là đặc lực.

Từ nay đem hết cái tâm vọng tưởng, truy cầu phan duyên lúc bình sanh, tóm thâu toàn bộ lại để buông xả, tập trung hợp nhất với câu A Di Đà Phật, hầu trở về với tự tánh Di Đà của mình. Niệm niệm không thay đổi, tâm tâm không dứt đoạn, xưa kia vọng tưởng, tạo thành nhân ô nhiễm luân hồi, niệm Phật một câu chính là tịnh nhân ra khỏi sanh tử, nếu có thể đem tịnh niệm này xông đi những nhân tố ô nhiễm khổ đau biến thành nhân tố chân chính của Tịnh Độ, thì lập tức khiến những nhân quả khổ đau từ vô lượng kiếp đến nay trở thành nhân quả an lạc của Tịnh Độ ./.

(Trích từ tập “ Sanh tử tâm thiết” của Pháp sư Tự Liễu- Cư sĩ Diệu Hà dịch – in năm 2017- tại nhà xuất bản Hồng Đức)



CÁC PHƯƠNG PHÁP BẢO VỆ SỨC KHỎE KHÔNG CẦN DÙNG THUỐC

- 1/ Tập thể dục là Thuốc**
- 2/ Tiếng cười là Thuốc**
- 3/ Thái độ tích cực là Thuốc**
- 4/ Tình yêu là Thuốc**
- 5/ Bình an là Thuốc**
- 6/ Chế độ ăn uống cân bằng phù hợp lành mạnh là Thuốc**
- 7/ Từ bỏ oán hận, hận thù là Thuốc**
- 8/ Tôn trọng bản thân là Thuốc**
- 9/ Uống đủ nước là thuốc**
- 10/ Giấc ngủ là thuốc**
- 11/ Tử tế lương thiện là Thuốc**
- 12/ Từ bỏ lòng tham là Thuốc**
- 13/ Suy nghĩ tích cực và suy nghĩ đúng đắn là Thuốc**
- 14/ Ăn chay đủ chất là Thuốc**
- 15/ Du ngoạn và đi bộ trong tự nhiên là Thuốc**



SỐNG CÓ HẠNH PHÚC

- 1/ Thường xuyên tập thể dục**
- 2/ Cười với tâm hoan hỷ**
- 3/ Đam mê làm việc thiện, tích cực làm lành**
- 4/ Thương yêu và giúp đỡ những hoàn cảnh nghèo khổ, những người cô thế, những tình huống khó khăn**
- 5/ Ăn uống điều độ, không lãng phí thức ăn**

- 6/ Không sân, không tham, không tật đố, giận hờn**
- 7/ Không bồn sển, không nghĩ về riêng cho mình, luôn nghĩ đến những người khác, những hoàn cảnh khó khăn**
- 8/ Khô tự cao tự đại, không cậy thế ỷ quyền**
- 9/ Khiêm cung, tôn trọng với mọi người**
- 10/ Không uống rượu bia, những chất kích thích**
- 11 Ăn đúng giờ ngủ đúng giấc**
- 12/ Làm việc không quá sức, không quá thời gian.**
- 13/ Nguyên làm người tử tế, hiền lành nhã nhặn**
- 14/ Luôn suy nghĩ những điều có lợi cho người khác**
- 15/ Ăn chay nhiều hơn ăn mặn**
- 16 /Đi bộ trong tư thế thẳng thơi, nơi thiên nhiên thoáng mát. v**



ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO TỪ TỨ NHIẾP PHÁP

Đạo đức là những khuynh hướng tốt phát xuất từ những lời nói và hành vi bên ngoài khiến mọi người thấy an lạc, lợi ích. Là những vấn đề liên hệ đến giá trị tốt xấu, thiện, ác của đời sống, biểu hiện qua những hình thức khác nhau như lương tâm, trách nhiệm, bổn phận.

Tứ nhiếp pháp là bốn phương pháp để nhiếp hóa, cảm hóa, hướng dẫn chúng sanh trở về với con đường đạo đức (Bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự.)

Đạo đức Phật giáo được xây dựng trên cơ sở hệ thống giáo lý, đó là mối quan hệ giữa Giới, Định và Tuệ đi đến hoàn thiện bản chất con người và đạt được giải thoát.

Đạo đức và hạnh phúc tồn tại song song không thể tách rời. Ở đâu có đạo đức ở đó có hạnh phúc. Tư tưởng, Từ bi, Hỷ xả,, Cứu khổ, Cứu nạn của Phật giáo vẫn được nhân loại tiếp thu và phát

huy trong đời sống xã hội. Những quy tắc đạo đức của Phật giáo có nét tương đồng với các quy tắc, chuẩn mực của đạo đức xã hội, vẫn được nhân loại tin theo và khuyến khích phát huy. Trong đó hết sức cần thiết là Tứ nhiếp pháp, là Bố thí, Ái ngữ, Lợi hành, và Đồng sự. Tứ nhiếp pháp là bốn phương pháp để nhiếp hóa, cảm hóa chúng sanh, hướng dẫn chúng sanh trên con đường phước thiện, đạo đức, sống để người khác thương yêu, và mình cũng thương yêu người khác. Bốn phương pháp này không chỉ áp dụng cho mỗi cá nhân mà còn dùng cho cả tập thể nữa.

Bố thí là một nghĩa cử cao đẹp, nhằm hướng con người đến giá trị tối thượng, bố thí không những mang đến cho chúng ta niềm vui, mà còn giúp cho tha nhân vui đi bớt nỗi khổ niềm đau, ít nhiều họ sẽ cảm thấy an ủi, hơn nữa chính nhờ sự bố thí trong lúc cần thiết nhất đưa con người ra khỏi hệ lụy, ngờ vực, làm tiền đề cho sự thành tựu sau này. Bố thí giúp cho chúng ta mỗi ngày tăng trưởng được tâm thiện lành, nhìn thấu cuộc đời và hiểu hơn về những thân phận bọt bèo trong kiếp nhân sinh.

Bố thí không những mang tặng vật chất trên hình thức mà hơn thế nữa chính là dẫn dắt tha nhân có được định hướng trong cuộc sống, thấy được màu nhiệm trên đường đạo chơn chánh, lập chí nguyện về cứu cánh vô thượng đạo Bồ đề, hiểu bản chất cuộc đời là huyễn hóa hư vô. Bố thí là phương pháp truyền trao cho người thoát khổ, khi hiểu cuộc đời là vô thường, chúng ta tâm niệm rằng phải hoàn tất cuộc đời với một sự chân thành nhất, để hy sinh phục vụ cho đời trọn vẹn, vì vô úy thí, chính là sự kiên định, vững vàng của chính mình mà giúp tha nhân đi trên con đường một cách an nhiên, tự tại, hình thành nên một nội lực mạnh mẽ vô cùng. Điều đó cũng có công năng như việc giữ giới trong sạch. Đây là duy trì một nếp sống đạo đức thiện lành, nỗ lực kiên tránh những điều bất thiện từ thân khẩu ý.

Ái Ngữ và lợi hành : Ái ngữ đem lại cho người nghe một sự dễ chịu, bình an, không lo lắng sợ hãi. Ái ngữ là dùng những lời nói yêu

thương, nhẹ nhàng, nhu hòa khiến người nghe luôn được dễ chịu, an ổn, không đau buồn lo sợ, thương tổn. Một lời nói thô tháo nói ra tuy dễ dàng, nhưng có thể khiến người nghe, lo lắng bất an, đau buồn, giận tức suốt từng năm, từng tháng. Cổ nhân có nhắc “uốn lưỡi bảy lần trước khi nói”, chính là nhắc nhở mình một khi nói ra lời nào cũng phải suy nghĩ cân nhắc thật kỹ. Vì lời nói tuy nhẹ nhàng nhưng ẩn chứa biết bao thâm sâu, khiến cho người nghe khổ đau qua từng năm tháng. Như khi chúng ta đi thăm bệnh, lúc họ đang đau đớn, chiến đấu với cái đau thể xác, thì không nên trách họ là tại bạn ăn uống không kiên cử, không điều độ, hay chạy xe quá tốc độ, hay thức quá khuya, hay nhịn ăn tiết kiệm v.v... nên dẫn đến hậu quả như thế này . Thay vào đó bằng những lời lẽ an ủi, khuyến khích, mong cầu cho họ khỏe mạnh, tai qua nạn khỏi, bệnh tật sớm lành. Cũng là lời nói mà đem lại sự an vui, cũng là lời nói đem lại sự bất an. Mỗi người trong chúng ta ai cũng ưa thích người khác đối xử với mình dễ chịu, nhẹ nhàng hòa nhã. Vì vậy, chính mình nguyện sẽ làm một người tốt, người tử tế làm thế nào để người khác cảm nhận được những điều vui, không làm cho người phải buồn lo tức giận vì lời nói của mình.

Lợi hành : Là thực hành những điều có lợi cho người khác. Bồ thí và ái ngữ là hai pháp đem lại lợi ích cho người khác trên hai mặt vật chất và tinh thần. Vì thế bồ thí là đem trao tặng niềm vui, sự an ủi, chia sẻ cho người khác. Ái ngữ là dùng lời nói dịu dàng, nhu hòa khiến cho người nghe có được sự dễ chịu an lạc trong tâm hồn của họ, tăng trưởng mối quan hệ và cùng nhau huân tập tăng trưởng những giá trị đạo đức cao thượng. Từ đó giữa mình và người tăng trưởng được thiện căn, vì mình đem đến sự an lạc cho người khác và chính mình cũng cảm thấy an lạc.

Trên tất cả sự cứu giúp bằng lợi hành, là dẫn người ta ra khỏi con đường tội ác, để không sa đọa vào ba đường ác. Hay nói cách khác, người ít tịnh tín ta khuyến khích tăng trưởng tịnh tín, người hay làm ác ta tìm phương tiện ngăn chặn không cho làm ác, người xan tham keo kiệt, ta khuyến khích họ thấy sự lợi ích của thí xả. Tất

cả những điều trên đều là pháp lợi hành, là những hành động đưa đến lợi mình lợi người, lợi cả hai, trên hai lãnh vực tinh thần và vật chất.

Đồng sự : Theo tinh thần Phật dạy, cuộc sống con người trong đời này là một chuỗi dài nhân và duyên, *“cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không, cái này diệt thì cái kia diệt”*. Cuộc sống là sự kết nối nhân duyên mới tồn tại và phát triển. Một nhân nếu không có duyên thì mọi sự mọi vật không thành nên. Vì thế tinh thần đồng sự là tinh thần cơ bản để đưa đến thành công trong mọi sự mọi việc, đời cũng như đạo. Với tinh thần đó *“ Một cây làm chẳng nên non, ba cây chụm lại thành hòn núi cao ”* là vậy. Với tinh thần này, trong thời kỳ kháng chiến chống giặc xâm, cán bộ cách mạng đã áp dụng *“ ba cùng ”* cùng ăn, cùng ở, cùng làm với dân, biết được lòng dân, lấy được lòng dân, vì thế việc kháng chiến, đấu tranh đánh giặc ngoại xâm đem lại thắng lợi thành công.

Cuộc sống lúc nào cũng có những hoàn cảnh khó khăn, bất như ý, ai trong chúng ta cũng cần có sự yêu thương giúp đỡ đùm bọc hỗ trợ cho nhau, san sẻ để cuộc sống trở nên có ý nghĩa và giá trị hơn. Vì thế, việc luôn đặt mình vào suy nghĩ hay hoàn cảnh sống của kẻ khác, chính là phần nào giúp họ có được sự cảm thông, yêu thương và tháo gỡ những khó khăn khúc mắc. Chúng ta mỗi ngày phải luôn trau dồi tâm từ bi, bao dung đi vào cuộc đời này với tất cả chí nguyện vì cứu độ chúng sanh, đem lại an lạc, bình an đến cho mọi người, trên tinh thần không phân biệt, thương yêu và thấu cảm được với người. Chúng ta và mọi người cùng bước đi trên hành trình hoàn thiện giá trị đạo đức, nhân cách con người là để góp phần tạo nên sự phát triển của xã hội, của nhân loại, mỗi người sống biết nghĩ về nhau, biết chia sẻ nhau, có như vậy cuộc sống mới có ý nghĩa hơn, mình và người cùng đạt được hạnh phúc, giúp cho xã hội an bình thịnh vượng.

Áp dụng Tứ nhiếp pháp đem lại đạo đức trong mỗi người, hướng đến đời sống cao thượng. Thực hành pháp này chính là ta

luôn tâm niệm ở ngay tại thân, khẩu, ý luôn có sự tỉnh thức và vì nghĩ đến tha nhân. Như sứ mệnh của Bồ tát là hành giả luôn biết lắng nghe, từ đó dùng trái tim yêu thương, từ bi của mình mà cứu giúp người thoát khỏi những khổ đau, ngờ vực. Thực hành bốn pháp này cũng chính là giúp chúng ta nuôi dưỡng tâm mình mỗi ngày tăng trưởng thiện căn, như pháp Bồ thí không chỉ phát triển lòng từ bi nơi mình mà còn giúp người khác cảm thấy an lạc. Bốn pháp tu này có mối tương duyên lẫn nhau mà thành tựu được chí nguyện hướng đến giải thoát cho mình và người, bốn pháp này thành tựu sẽ duy trì được sự đoàn kết đại chúng, trong mọi thành phần không phân biệt giai cấp, bốn pháp này là pháp Bồ tát độ chúng sanh, dẫn dắt chúng sanh từ khổ qua vui từ mê đến ngộ.

Kết : Giáo lý của Phật dạy, hướng dẫn con người đến cuộc sống chân thiện mỹ, bằng những triết lý đi vào đời sống mang tinh thần vị tha, bình đẳng, bác ái. Điều này minh chứng qua sự đóng góp tích cực trong việc xây dựng một nền tảng giá trị đạo đức truyền thống và tinh thần từ bi hỷ xả, cứu khổ cứu nạn của Phật giáo. Đạo đức của Phật giáo có những nét tương đồng với các quy tắc luật pháp, của nền đạo đức xã hội, được nhiều người tin theo và khuyến khích phát huy. Đạo đức của Phật giáo là quy tắc mà xã hội con người thời nào cũng rất cần đến để duy trì nền đạo đức và sự an bình xã hội. Đạo đức Phật giáo là một phương pháp giúp cho cuộc sống con người sống lành mạnh, hạnh phúc. Tứ nhiếp pháp chính là phương pháp khéo léo giúp mình và người hoàn thiện đạo đức một cách có hiệu quả. Dem lại tình yêu thương, sự đoàn kết, đem lại chân thiện mỹ trong đời sống, xây dựng một xã hội an lạc thái bình trên hai lãnh vực tinh thần và vật chất ./.

(Trích và bổ sung từ Đạo đức học Phật giáo từ Tứ Nhiếp pháp- SC Thích nữ Huệ Thùy - VHPG Xuân Quý Mão- 2023- số 404)



NGÀY – THÁNG- NĂM

Tháng 01 còn gọi là tháng giêng, hay chánh nguyệt. Tức tháng đầu trong một năm, người ta không gọi tháng một, mà gọi chánh nguyệt, hay tháng giêng. Chánh còn gọi là chính; Nguyệt còn gọi là nguyệt nghĩa là tháng. Chữ Chánh chuyển thành chữ Giêng.

Tháng 12 thường gọi là tháng chạp. Chữ Lạp chuyển thành chữ Chạp. Nghĩa chữ lạp là “Thịt cá ướp muối”. Là tháng người ta thường ướp thịt cá để chúng bị cứng tất niên ăn Tết theo tập tục người Tàu, nên gọi tháng này là lạp nguyệt (nguyệt là tháng). Như Lạp xưởng, một món ăn làm bằng thịt trộn với diêm tiêu, nhồi vào ruột lợn rồi phơi khô hay sấy khô. Lạp có nghĩa là đèn sáp, đèn bạch lạp, tức đèn sáp.

Tháng 12 còn gọi là tháng chạp, tháng người ta hay sửa sang lại mô mả để chúng bị đón Tết. Như vậy chữ tháng 12 gọi là tháng chạp nó phát xuất từ việc chúng bị đón Tết, người ta lo sửa sang mô mả, chúng bị thức ăn thịt ướp muối để cúng tất niên, nên có tên tháng chạp là vậy.

Tháng âm lịch có 30 ngày, tháng thiếu có 29 ngày, được chia làm 3 tuần trong một tháng; mỗi tuần có 10 ngày. Tuần đầu gọi là Thượng tuần, tuần thứ hai gọi Trung tuần, tuần thứ ba gọi Hạ tuần.

Thí như trong ba tháng hạ đã xong, khi tác bạch an cư Tự tứ thường đọc cửu tuần đã mãn, tức chín tuần đã xong, chín tuần việc an cư kiết hạ đã hoàn tất.

Thời gian 10 năm gọi là tuần, ví như người 60 tuổi gọi là tuổi lục tuần. Chữ tuần được gọi cho một thời gian nào đó, hoặc ngày, tuần, tháng, hoặc năm v.v... Như trai tuần là tuần ăn chay, như 30, 01, 14, 15, 08, 23. Người mất sau khi chết, 7 ngày gọi sơ thất trai tuần, 21 ngày tam thất trai tuần, 49 ngày gọi chung thất trai tuần .v.v...

Dương lịch mỗi tháng có 31 ngày, tháng thiếu có 30 ngày hay 29 ngày. Giữa tháng âm và tháng dương chênh lệch nhau mỗi tháng 1 hoặc 2 ngày. Vì thế cứ ba hay hai năm bên tháng âm có một tháng

Nhuận là vậy. Tháng nhuận là năm đó có 13 tháng trong một năm chứ không phải 12 tháng .

Dương lịch một tháng có 4 tuần, mỗi tuần có 7 ngày. Ngày đầu tuần là ngày Chủ nhật, chủ nghĩa là chính, là đầu, rồi đến ngày thứ 2 cho đến ngày thứ 7 là ngày cuối tuần. Trung Quốc gọi ngày thứ 2 là Tinh kỳ nhật, là ngày đầu tuần. Như vậy có hai cách tính, một là tính theo thông thường nhiều người ứng dụng cho công việc làm trong tuần, thì gọi ngày thứ hai là ngày đầu trong tuần. Còn nếu tính theo thứ tự 1,2,3 thì ngày chủ Nhật là ngày đầu. Như vậy ngày chủ nhật là ngày giao thoa giữa đầu tuần và cuối tuần. Đầu tuần cũng được mà cuối tuần cũng được. Có lẽ ngày Chủ Nhật phát xuất từ trong kinh Thánh đạo Công giáo nói rằng : Đức Chúa Trời sáng tạo ra thế giới và loài người trong 6 ngày, đến ngày thứ 7 tức chủ nhật Chúa nghỉ. Vì thế Đạo Công giáo và Tin lành họ xem trọng ngày Chủ Nhật, ngày chủ Nhật là ngày của Chúa, mọi người hãy nghỉ hết mọi việc thế gian, dù có bận rộn bao nhiêu đi nữa, cũng phải ngưng nghỉ để đến Thánh đường để tưởng niệm ơn Chúa, đọc Thánh kinh.... Vì thế đạo Công giáo và Tin lành có ngày sinh hoạt định kỳ vào ngày chủ Nhật trong mỗi tháng.

Lịch Dương là nét sinh hoạt văn hóa của các nước phương Tây. Còn lịch âm là nét sinh hoạt văn hóa phương Đông, căn cứ vào mặt trăng mà chế tác ra lịch âm. Vì thế ngày trăng tròn là ngày rằm (ngày 15) gọi là bạch nguyệt là ngày có trăng, còn ngày 29,30 không trăng gọi là hắc nguyệt, là ngày không có trăng.



ỨNG DỤNG THIỀN TRONG NẾP SỐNG CỦA HÀNH GIẢ HIỆN TẠI

(sc Tuệ Phương)

Ngày nay, Thiền định không những được biết đến qua tên tuổi các vị Thiền sư, qua những công án thiền, mà còn thực sự đi sâu vào đời sống tu tập của Tăng Ni, Phật tử và những người mến mộ đạo Phật được tổ chức nhiều nơi trong nước và ngoài nước. Từ đó nếp sống hành thiền đã đi sâu vào đời sống. Đây thực sự là một phương thức minh triết, trở về nếp sống tu tập thiền định để chuyển hóa tâm thức, nhằm đem lại bình an nội tại trong xã hội văn minh, hiện đại ngày nay.

Giới thiệu về Thiền : Bởi mang ý nghĩa “ Bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền” Thiền (trở nên) là cái phi lý nhất, khó quan niệm nhất trong đời. Tuy nhiên, ta cũng có thể hiểu Thiền từ nhiều phương diện khác nhau.

Định nghĩa về Thiền Thiền tiếng Pali là Jhana, Phạn ngữ là Dhyana, từ Jhana hay Dhyana có nghĩa là Tĩnh lự, hay tư duy. Trong đó tĩnh lự là để tâm vắng lặng mọi vọng thức điên đảo, mọi tư tưởng tư lự (mang tính chất thiền chỉ) ; tư duy là suy nghiệm, nghiên cứu suy tư đối tượng của tâm thức (mang tính chất thiền quán). Từ ghép “ Thiền định”, với “Định” Phạn ngữ gọi là Samadhi, đi từ động từ căn “ Định ” được hiểu là một phương pháp làm cho tâm vắng lặng, đưa tâm đến trạng thái chuyên chú, nhất tâm.

Thiền sư Huệ Hải định nghĩa về thiền như sau : “Vọng niệm chẳng sanh là thiền, thấy bản tánh là định” cũng trong ý nghĩa đó , Lục Tổ Huệ Năng nói : “ Bên ngoài dứt hết các huyền tướng ấy gọi là thiền, bên trong đoạn trừ tất cả các tâm niệm loạn động, tà vạy ấy gọi là định”.

Từ các định nghĩa trên, ta thấy thiền định là một phương pháp làm cho thân chánh tâm an, dứt trừ mọi ràng buộc vọng động, hướng tâm thẳng vào đối tượng để khám phá sự thật của chính nó.

Thiền gọi đó là “Ngộ”, Ngộ là ý nghĩa quan trọng trong thiền. Thiền không thể thiếu sự chứng ngộ, sự chứng ngộ không tách rời thiền. Đó là chất keo tạo nên nên ý nghĩa rốt ráo và đầy ý vị trong thiền.

Phân loại : Theo truyền thống tu tập, thiền của Phật giáo gồm có hai nhánh lớn là: thiền chỉ và thiền quán.

Thiền chỉ : Tự điển Phật học của Đoàn Trung Còn định nghĩa : “ Chỉ” tiếng Phạn là Samatha, tức là ngưng lại, tắt đi... là ngưng tắt cái tâm náo động của mình, khiến cho tâm định chỉ về một nơi. Nói cho dễ hiểu “ chỉ ”là dừng lại, là “ Chết tâm nhất xứ” . Bởi vì tâm chúng sanh như con vượn chuyền cành lao xao loạn động nên muốn định, trước phải dùng thiền chỉ, một hình thức chú tâm trên một đối tượng nhất định. Chẳng hạn như trú tâm vào hơi thở vào và ra, bạn chỉ ý thức về hơi thở vào rầm tuyệt nhiên không để tâm rong ruổi theo trần cảnh. Đây là bước đầu tiên của người hành thiền vậy.

Thiền quán (vipassana) : là phương pháp tu tập bằng cách theo dõi, phân tích một đối tượng qua cái nhìn tư duy vận chuyển trên nền tảng Duyên khởi hay ba pháp ấn, tức là chánh tư duy. Thiền quán là sắc thái trí tuệ đặc biệt của thiền Phật giáo.

Thiền chỉ và thiền quán đều thể hiện rõ đặc trưng của thiền là tịnh chỉ, là định, là hướng đến tuệ. Cho nên, điểm gặp nhau đáng chú ý của hai loại thiền này là cùng dùng đến điểm chú tâm. Bởi nếu “ chỉ” là dừng tâm thì cũng phải dùng tâm trên một đối tượng nào đó và nếu “quán” là chiếu soi, là nhìn và thấy thì cũng phải có sự trú tâm trên đối tượng cụ thể, sự soi chiếu mới đưa đến nhất tâm được. Chỉ và quán là hai pháp tu của thiền Phật giáo, tùy căn cơ, trình độ và tùy “ hoàn cảnh tâm” mà chọn thiền chỉ hay thiền quán cho thích hợp. Hành giả cần biết rõ mình đang cần chỉ hay quán cho tâm hiện tại. Xét cho cùng, phương thức thực hành thiền định rốt ráo nhất vẫn là chỉ quán song tu.

THIỀN VÀ TƯ TƯỞNG SỐNG tinh thần vô cầu.

Tinh thần vô cầu không nên hiểu theo nghĩa ngộ nhận là không được mong cầu gì cả, chỉ ăn không ngồi rồi, ai cho gì thì tốt, không

cho cũng tốt; không phải theo chiều hướng thụ động như vậy. Vô cầu ở đây chính xác là thiếu dục tri túc, là biết đủ với những gì mình đang có. Chúng không phải là một giáo lý khuyến khích sự tự mãn mà biểu lộ thái độ sống biết đủ với những nhu cầu chính đáng của con người.

Thiếu dục tri túc : Nguyên nghĩa là ít ham muốn- biết đủ. Pháp này thuộc về lãnh vực đạo đức, giới hạnh, là hệ quả của tri thức sâu xa bắt nguồn từ sự chứng ngộ của Đức Phật. Tri thức ấy, về nhận thức là xác chứng theo nguyên lý duyên khởi hình thành nên vũ trụ vạn hữu, về mặt giới đức là từ bỏ hai cực đoan sống đam mê trong dục vọng và khắc khổ hủy hoại bản thân. Tuy nhiên, nó hoàn toàn không phải là một giáo điều cứng nhắc trói buộc con người, vì nói biết đủ chứ không nói bao nhiêu là đủ cũng như nói ít ham muốn, chứ không nói chừng nào mới là ít ham muốn. Nên thiếu dục tri túc giúp chúng ta cân bằng lại sự sống, không đắm vào thỏa mãn những dục lạc bản thân. Hai cực đoan này, lúc đi tìm thầy học đạo, Đức Phật đã kinh qua nhưng thật sự không đem lại hạnh phúc cho bản thân. Từ bỏ hai cực đoan này, đi trên con đường trung đạo, Ngài đã giác ngộ. Khi thành Chánh giác, Đức Phật liền nhớ đến những người bạn cùng tu với mình đang mắc phải hai cực đoan này không thể tu tập giải thoát được. Ngài liền rời cội Bồ đề ở Ưu lâu tần loa (Uruvela) chỗ chư Thiên đọa xứ để độ cho năm anh em Kiều Trần Như (Kodanna). Mở đầu bài Sơ chuyển pháp luân, Đức Phật dạy : “*Này Kiều Trần Như ! Năm ông hiện nay đang mắc phải một cái bệnh hiểm nghèo là bệnh chấp chặt một phía. Bất nhục thể phải chịu khổ chỉ càng khiến tâm thần thêm rối loạn. Trái lại, cho thân trọng bên này hoặc bên kia, đều không thể thành tựu đại đạo căn bản. Vấn đề này, ta đã thấu rõ khi còn ở trong vương cung và khi ta cùng các ông tu khổ hạnh sáu năm. Xa lìa ép xác khổ hạnh lẫn dục lạc đó là con đường trung đạo, đưa đến giác ngộ tối cao*”.

Do đó, khi dạy về thiếu dục tri túc, Đức Phật không có ý định thắt chặt những nguyện vọng, những nhu cầu của con người. Sự thật, dạy thiếu dục tri túc, Đức Phật chỉ nhắm đến khía cạnh tâm lý,

thấy rằng về mặt tâm lý, thiếu dục tri túc có tác dụng chữa khỏi những ham muốn không biết đủ, gây nên những khổ não, giày vò bất an cho con người. Lại nữa, thiếu dục tri túc còn giúp con người bình đẳng trước hạnh phúc, vì hạnh phúc hoàn toàn phụ thuộc vào thái độ tâm lý con người, chứ không phụ thuộc vào vật chất nhiều hay ít. Nên Đức Phật dạy : “ Biết vừa đủ thì dù nằm trên đất cũng thấy an vui, không biết vừa đủ thì dù ở trên thiên đường cũng không vừa ý”. Cũng trong ý nghĩa đó, nhà Nho Nguyễn Công Trứ đã nói “ Biết đủ là đủ, đợi bao giờ mới đủ” . Đây là nhân tố khiến chúng sanh bất an và đau khổ.

Con đường đoạn tận khổ đau không gì ngoài phương thức sống ly dục. Ở đây ly dục không có nghĩa là phủ nhận sự hiện diện của vật chất mà sử dụng vật chất ở vị thế của người chủ, không phải một nô lệ. Khi chúng ta là chủ, tài, sắc, danh, thực, thù đều không cảm dỗ được ta. Nên đời sống thiếu dục tri túc của một tu sĩ không những làm cho tự thân thanh tịnh giải thoát mà còn giúp cho xã hội an định nữa.

Tuy nhiên sự thể hiện thiếu dục tri túc của Phật giáo không chỉ dừng lại trong phạm vi dục giới, sắc giới, và vô sắc giới mà với cả ý niệm về Niết bàn cũng vậy. Nghĩa là không nghĩ thiện, không nghĩ ác, không xa lìa sanh tử, cũng không ham thích Niết bàn, không chấp trú pháp vô vi, không chấp xả pháp hữu vi mà vượt ra ngoài phạm trù nhị nguyên đối đãi. Thậm chí, ngay cả ý niệm về thiếu dục tri túc của hành giả cũng phải xả, chỉ sống với phương châm “ im lặng như chánh pháp, nói năng như chánh pháp”. Cái im lặng không còn ý niệm hữu vô, thường-đoạn, sinh –diệt, khứ-lai. Cái im lặng bởi không còn cái bóng dáng của tham, sân, si chủng tử bất thiện. Chính giây phút đó mỗi hành động, đi, đứng, nằm, ngồi đều chứa đựng Phật pháp, đều thể hiện tinh thần vô trụ vậy.

Tinh thần vô trước : Đức Phật dạy nguyên nhân của khổ đau là do vô minh dẫn đến tham ái và chấp thủ, mà căn bản là tham, sân, si. Càng bớt tham, sân, si thì càng an lạc hạnh phúc, hay nói cách

khác, khi vắng mặt, tham, sân, si sẽ tự tại giải thoát. Sở dĩ chúng sanh chìm đắm trong mọi phiền não và khổ đau là vì bệnh chấp ngã, chỉ cần đoạn trừ được ngã chấp thì phiền não sanh tử không còn. Đoạn trừ ngã chấp có nghĩa là không chấp trước cái ngã và ngã sở nữa. Sự xả bỏ của cái thân mạng và những cái ngã chấp đây là của ta, đó là xả ly ngã sở. Sự xả bỏ tâm niệm và ý niệm chấp đây là ta, đây là tự ngã của ta, đó là xả ly ngã. Cho nên, Đức Phật dạy : “ Nay các Tỳ kheo, phàm sắc gì quá đi, hiện tại, vị lai, hoặc trong hay ngoài, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần cần phải được như thật quán với chánh trí : Cái này không phải là của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải là tự ngã của ta. Phàm thọ gì, tưởng gì, hành gì , thức gì...thuộc quá, hiện tại, vị lai hoặc trong hay ngoài, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần cần phải được như thật quán với chánh trí: Cái này không phải là của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta.

Nay các Tỳ kheo, bậc đa văn thánh đệ tử nhằm chán đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Do nhằm chán vị ấy ly tham và giải thoát. Khi giải thoát biết rằng đã giải thoát. Trong sự giải thoát trỗi dậy: Ta đã được giải thoát”. Vị ấy biết rõ : Sinh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm xong, không còn trở lại trạng thái này”.

Chấp ngã là chấp ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, thức là ngã. Con người chấp cả năm uẩn là ngã, hoặc chấp từng uẩn riêng là ngã, như chấp sắc là ngã, thọ là ngã, hay hành là ngã. Nhưng dù chấp cả năm uẩn hay một uẩn cũng dẫn đến phiền não khổ đau. Vì con người không hiểu rõ thân ngũ uẩn là giả tướng của năm yếu tố sắc, thọ, tưởng, hành, thức tạo thành, nó không phải là một thực thể, mà chỉ là sự giả hợp, nó luôn luôn thay đổi và biến hoại. Chấp năm uẩn kết hợp lại làm ngã tức chấp thân là một cá thể tồn tại độc lập, là một chủ thể có tự tính. Nhưng thật ra bản chất của nó là do năm uẩn kết hợp tạo thành, năm uẩn nương vào nhau mà tồn tại và luôn ở trạng thái sinh diệt và biến dị. Đức Phật đưa ra sự tác hại của chấp ngã: “ Ai khởi lên ý nghĩ: “ *Cái này chắc chắn là của ta, nay không*

còn của ta nữa,. Cái gì chắc chắn của ta, chắc chắn ta không được cái ấy. Suy nghĩ như vậy, nó phiền muộn than vãn, khóc lóc, đấm ngực, đưa đến bất tỉnh”. Còn những ai cho rằng : “ Sau khi ta chết, sẽ thường hằng, thường tồn, thường tại mãi mãi. Khi nghe Đức Phật giảng pháp, sẽ bạt trừ được kiến xứ, tịnh chỉ được các hành, từ bỏ mọi sanh y, đoạn trừ khát ái”. Thời vị ấy sầu muộn...vì nghĩ rằng mình sẽ bị hoại diệt, không còn tồn tại. Cho nên mọi khổ đau khởi lên đều do chấp năm thủ uẩn này, là ta, là của ta, là tự ngã của ta. Sắc là vô thường, cái gì vô thường là có khổ. Vậy để diệt trừ tham, sân, si chúng ta phải làm thế nào ? Trong kinh Kim Cang Đức Phật dạy : “ Ứng vô sở trụ nhi sanh ký tâm”- Nghĩa là không nên trú vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không trú vào tài sản, danh lợi, ngã, nhơn, chúng sanh, thọ giả... mà sanh tâm phân biệt chấp thủ ngã tướng. “ Không trụ” ở đây không có nghĩa là nhắm mắt, bịt tai giữa cuộc đời, cũng chẳng phải rời xa hay chạy trốn cuộc đời, mà chính trong cuộc đời ác trược này, ngay tại đây, ta vẫn hít thở, vẫn sống, vẫn nhìn... Nghĩa là, đối với năm giác quan, ta vẫn sử dụng nhưng theo thái độ khác. Nhìn chỉ là nhìn, nghe chỉ là nghe, ngửi chỉ là ngửi, nếm chỉ là nếm, mà thôi. Ở đây, không phải mắt, tai, mũi, lưỡi, mất tác dụng mà chúng vẫn làm mọi việc, nhưng hoạt động dưới ánh sáng vô ngã, vô trụ, vô nhiễm, đã thoát ra khỏi mọi hệ lụy cuộc đời. Như Đức Phật từng dạy :: “ Trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy, trong cái nghe sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ, tưởng sẽ chỉ là thọ; tưởng; trong cái thức tri sẽ chỉ là cái thức tri. Như vậy là đoạn tận khổ đau” . Được như thế, dù ở đâu, trong hoàn cảnh nào, mọi thanh sắc có quyền rũ đến đâu thì lòng vẫn an nhiên tự tại, không sợ bất cứ điều gì nữa, khi đó có xông pha giữa cuộc đời và dạo đi khắp các xứ sở cũng không bị cuộc đời chi phối. Vì ngộ được ý nghĩa đó nên ngài Bàng Uẩn nói rằng : “Thể tự vô tâm nơi vạn vật- Đâu sợ vạn vật thường nhiễu quanh”.

Am hiểu tinh thần này Quốc sư Vạn Hạnh đã đóng góp vai trò quyết định trong cuộc chuyển giao nhà Tiền Lê- lập ra nhà Lý, đứng đầu là Lý Công Uẩn, học trò của Ngài. Từ đó, mở ra triều Lý là giai

đoạn thịnh thế của Phật giáo Việt Nam thời Trung đại. Làm một việc có giá trị lịch sử muôn đời như vậy, nhưng trong thị tịch, Thiền sư Vạn Hạnh chỉ viết

*“ Nhậm vận thịnh suy vô bố úy- Thịnh suy như lộ thảo đầu phô”
(Vận động tùy theo quy luật thịnh suy- Xem thịnh suy chỉ như sương mai trên đầu ngọn cỏ).*

Không còn bảo thủ, cố chấp về tư tưởng, sở kiến, sở hành, do đó chúng ta không bị ràng buộc, chi phối và phiền não khổ đau. Ngã chấp được đoạn tận đồng nghĩa với tham, sân, si không còn, chúng ta sẽ giải thoát khỏi những nỗi lo sợ và bất an. Không còn thấy tự ngã, tức là một cái ta riêng biệt với những cái ta khác, tất nhiên ta sẽ sống một đời sống hữu ích cho mình và cho người, dám hy sinh cho tất cả.

ỨNG DỤNG THIỀN TRONG NẾP SỐNG HÀNH GIẢ THỜI HIỆN ĐẠI.

Tinh tấn thực hành thiền để xây dựng nếp sống minh triết.

Từ lâu, Thiền tông đã được xem là suối nguồn tinh thần của người dân Việt Nam. Cuộc sống mọi người sẽ an lạc, hoàn thiện hơn khi tu tập theo tinh thần Phật giáo. Bởi Phật giáo khước từ những bạo động, chấm dứt nguyên nhân dẫn đến khổ đau, chỉ rõ cho con người biết đâu là con đường đưa đến xấu ác, tội lỗi, đâu là con đường đến với đời sống cao thượng. Thực tập thiền là thực tập khả năng thương yêu, bao dung và tha thứ biết ôm ấp và chia sẻ những khó khăn của người mình thương, để tạo ra chất liệu hiểu biết và thương yêu, an lạc và hạnh phúc trong đời sống hằng ngày. Khi trong tâm thật sự có an lạc và hạnh phúc do tu tập đem lại, chúng ta sẽ không thể nào đi tìm kiếm những ảo tưởng bên ngoài.

Xã hội bình an và hạnh phúc khi nào con người biết dừng lại và chuyển hóa những yếu tố tiêu cực đang hiện hữu trong tự thân, để xây dựng nếp sống cao đẹp, để có chất liệu của con người và bảo vệ tình người, tình đồng loại. Vì vậy, thế giới ngày nay đang kêu gọi con người phải hiểu nhau, thương nhau, cùng nhau tạo dựng một xã hội

bình an và hạnh phúc dựa trên nguyên tắc hòa bình, không tranh cãi. Do đó, thực tập thiền với nếp sống hiểu biết và thương yêu là rất cần thiết. Đừng nghĩ rằng thực tập thiền là thực tập cho Phật giáo. Chúng ta thực tập thiền để có an lạc và hạnh phúc trước, sau đó đem nguồn năng lượng tích cực đó đến với người khác; tự độ - độ tha lưỡng lợi.

Kiến tạo nếp sống tỉnh thức : Như trong căn phòng được thắp sáng bởi một ngọn nến lung linh, bóng tối sẽ tan biến và chúng ta nhìn thấy rõ từng vật dụng trong đó. Cũng vậy, khi chánh niệm tỉnh giác được thắp lên, mọi vọng tưởng sẽ biến mất, chúng ta sẽ ý thức tất cả những ý niệm như chúng đang là. Chúng ta sẽ biết mình đang làm gì, nói gì, nghĩ gì. Ba nghiệp thường xuyên được kiểm soát như vậy, chúng ta sẽ nhanh chóng có niềm an lạc hạnh phúc trong hiện tại. Nếp sống tỉnh thức như Đức Phật dạy : “ *Đừng tìm về quá khứ / Đừng tưởng đến tương lai / Quá khứ đã không còn / Tương lai thì chưa tới / Hãy quán chiếu sự sống / Trong giờ phút hiện tại / Kẻ thức giả an trú / Vững chãi và thanh thoi*”.

Thật vậy, nếu như một người tập thiền đợi đến giờ nhất định mới đi vào tọa thiền để có được sự chánh niệm tỉnh giác thì người hành thiền ấy chưa phải là người thực tập thiền giỏi. Một người hành thiền giỏi là người biết ứng dụng thiền đi vào đời sống có hiệu quả nhưng không đánh mất đi sự chánh niệm tỉnh giác của mình. Như ở trong thiền đường, ngồi im lặng và theo dõi từng hơi thở để cho thân và tâm tĩnh lặng, tự chủ và an lạc thì chúng ta cũng phải biết áp dụng thiền như thế nào đó để cho ta ở trong thiền đường hay trong một môi trường khác thì tâm vẫn được an lạc.

Lại nữa, việc hành trì thiền định liên tục trong đời sống sẽ tạo sự chuyển hóa nội tâm, bước vào sự quân bình thân tâm để triệt tiêu những tác nhân gây rối loạn tâm lý thường xuyên quá nhiều, kích thích các dục hoạt động trong đời sống hằng ngày. Thật ra các dục ở đời sống được thể hiện bởi lòng ham muốn, khát khao thỏa mãn tâm ý con người. Chúng là kết quả của sự khổ đau đè nặng lên thân phận

kiếp người, đúng như lời Phật dạy : “ *Từ tham dục nảy mầm khổ đau / Từ tham dục nảy mầm sợ hãi/ Với ai thoát khỏi vòng tham dục/ Không còn khổ đau, và sợ hãi*” (*Pháp Cú 214*)

Thiền định là con đường trở về thực tại, thường xuyên chánh niệm tỉnh giác trong mọi nẻo đường của ý tưởng, hành vi. Khi tâm đã làm chủ các pháp, những trạng thái biến chuyển tâm lý bị ức chế bởi sầu, bi, khổ, ưu, não, thất vọng, lo lắng, sợ hãi trong tâm hồn được thanh lọc, tẩy rửa để rồi tự phá hủy mọi gông cùm của thực tại, được đúc kết từ sự tham dục từ vô thủy của con người. Chính sự duy trì chánh niệm tỉnh giác giúp chúng ta vượt ra khỏi sự hỗn loạn đang chế ngự trong cõi lòng của mỗi người. Thực tại là cuộc sống đang là, một sự thanh thản tâm hồn trong chánh niệm tỉnh giác. Tại đây sự quân bình thân tâm trở về với chính mình trong từng giây phút: “ *Thở vào tâm tĩnh lặng/ Thở ra miệng mỉm cười/ An trú trong hiện tại/ Giây phút đẹp tuyệt vời*” (*Kinh Quán niệm hơi thở- HT Nhất Hạnh*)

Chánh niệm tỉnh giác thường xuyên có mặt thì tâm thức được lắng đọng. Đây là phương cách để tẩy sạch các hạt giống chất chứa sự nhiễm ô, nhằm đạt đến sự tĩnh lặng an lạc và giải thoát. Tất nhiên, một tâm thức trong sáng như thế sẽ vận hành theo một chiều hướng mới, tạo ra một loạt hoạt động, lời nói và ý nghĩ tốt lành. Khi bước vào đời sống nội tâm, chúng ta cần có sự bình an nội tại để quan sát, thẩm thấu chân lý. Nên cần có nếp sống hành thiền thường xuyên mới có thể chuyển hóa các hạt giống phiền não đang còn tồn đọng trong tâm thức. Giống như một tấm gương trong suốt phản chiếu mọi đối tượng khi được soi rọi vào mà không hề dính mắc một chút mảy may bụi trần. Cũng vậy, hành giả phải thường xuyên quan sát sự vận hành của tâm trong chiều hướng thanh tịnh, để viễn ly và trừ bỏ mọi tác nhân gây nhiễu loạn tâm thức, từ đó tâm thức mới được khai phóng và thoát ra khỏi lớp sương mù ảo giác giữa cái ngã và chân lý. Trong kinh *Giáo Giới La Hầu La*, Đức Phật đã dạy La Hầu La phải phản tỉnh và phản tỉnh nhiều lần nhằm điều chỉnh tâm thức trước khi làm, đang làm và sau khi làm để tâm thức khỏi phải

lo âu sợ hãi. Đây chính là phương pháp tịnh hóa ba nghiệp mà dù ta ở đâu và làm việc gì, lúc nào cũng có thể thực hiện được.

Đi vào thiền định là đi vào con đường nhận rõ và không chấp thủ các vọng niệm của tâm thức và tại đó cái ngã không còn cơ hội để len lỏi khắp nơi. Như La Hầu La, sau khi phản tỉnh nhiều lần về ba nghiệp trước khi làm, đang làm và sau khi làm thì mọi hạt giống bất thiện đã bung vỡ không còn mầm mống để đâm chồi nữa. Cũng thế, với tâm tĩnh lặng tỉnh giác, bạn sẽ có sự cân bằng nội tại, một trạng thái tâm lý thoải mái và hoàn toàn tự do.

KẾT LUẬN : Những nan giải và phức tạp trong cuộc sống thường nhật sẽ được giải quyết triệt để, nếu như con người biết thực tập đời sống thực hành thiền định. Tất nhiên, hành giả phải biết điều chỉnh tâm thức như thế nào để tâm được tĩnh lặng và tự chủ. Đồng thời, sử dụng chánh tinh tấn để duy trì sự miên mật. Có như thế, chúng ta mới bước ra ngoài vùng tâm lý rối loạn bởi những định kiến sai lầm và những tác nhân bên ngoài thường xuyên kích động, quấy nhiễu tâm thức. Chính nhờ sự thực tập làm cho tâm thức tĩnh lặng mọi lúc, mọi nơi một cách đều đặn đã làm lắng đọng và tẩy rửa mọi vết nhơ, tạo nên sự bình lặng trong tâm thức. Thiền định là chìa khóa có thể làm hóa giải những bức xúc trong tâm và bên ngoài đời thường. Rõ ràng, thiền định đã đưa đến nếp sống văn hóa ứng xử lên đỉnh cao nhất trong các mối liên hệ giữa con người với con người và các mối quan hệ cộng hưởng chung quanh. Với nếp sống chánh tỉnh giác như vậy, tất nhiên hạnh phúc sẽ có mặt mà bất cứ ai đi vào con đường này cũng đều được lãnh hội. Phật giáo xây dựng hạnh phúc bằng tất cả niềm tin nhận chân sự thật khổ đau và đoạn tận khổ đau. Nếp sống thiền định là nếp sống có giá trị thiết thực hiện tại, đến để mà thấy. Cốt lõi của một đời sống hạnh phúc có ngay trong đời sống bình nhật, khi một tâm thức có nhân cách hoàn mỹ, tâm hồn trang trải lòng từ đối với mọi loài và được soi sáng bằng trí tuệ vô biên.

(Trích : Ứng dụng thiền trong nếp sống của hành giả thời hiện đại - SC Thích nữ Tuệ Phương - VHPG số 394-nnn1—2022)



LÝ TƯỜNG GIẢI THOÁT

Theo quan niệm của Phật giáo Nguyên thủy có hai loại Niết bàn, Hữu dư y Niết bàn và Vô dư y Niết bàn. Hữu dư y Niết bàn là trạng thái phiền não đã đoạn tận nhưng nhục thân còn dư tàn. Như Lục Tổ Huệ Năng. Vô dư y Niết bàn tức chỉ cho các vị Thánh A la hán đã nhập Niết bàn. Tiêu biểu như Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên...

Lộ trình tu tập có những vị chứng thánh mau, có những vị chứng thánh chậm, chứng thánh mau như Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên, Ca Diếp... chứng thánh chậm như Châu Lợi Bàn Đạc, A Nan v.v...

Lý tưởng giải thoát của Đạo thừa Phật giáo trải qua thời kỳ bộ phái, Phật giáo Đại thừa được hình thành, ảnh hưởng của các vị luận sư nổi bật tại Ấn độ thời đó, như Bồ tát Mã Minh với Đại thừa Khởi Tín luận. Bồ tát Long Thọ với Trung luận và Đại trí Độ luận. Bồ tát Đề Bà với Bách Luận, Bồ tát Vô Trước với Pháp Duy Thức tông và Du Già Sư địa luận. Bồ tát Thế Thân với Nhiếp Đại thừa luận và Câu xá luận đã làm cho Phật giáo Đại thừa phát triển.

Về lý luận, Phật giáo Đại thừa đã bổ sung thêm nhiều pháp tu phù hợp với bối cảnh xã hội với nhiều phương pháp hóa độ của chư Phật như Phật Di Đà, Phật Dược Sư, Phật Đa Bảo, Phật Di Lặc... và chư vị Bồ tát như Bồ tát Văn Thù, Bồ tát Phổ Hiền, Bồ tát Quan Âm, Bồ tát Đại Thế Chí, Bồ tát Địa Tạng, Bồ tát Dược Vương, Dược Thượng, Nguyệt Quang Biến Chiếu, Nhật Quang Biến chiếu v.v..

Về thực tiễn, Phật giáo Đại thừa nêu cao tinh thần lợi tha. Để chứng đến quả vị Đẳng giác Bồ tát, hành giả phải tu tập trải qua 50 địa vị Bồ tát như, Thập Tín, Thập Trụ, Thập Hạnh, Thập hồi hướng và Thập Địa.

Các Bồ tát với đại nguyện giáo hóa chúng sanh cùng khắp; tiêu biểu trong phẩm Phổ môn, hình ảnh Bồ tát Quan Thế Âm hóa hiện 33 ứng thân để cứu độ chúng sanh qua các thân khác nhau như thân

Phật, Thanh văn, Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, Trưởng giả, Cư sĩ, Bà la môn, Dạ xoa, thần kim cang v.v.. để hóa độ chúng sanh trong những hoàn cảnh khác nhau. Để thực hành hạnh nguyện lợi tha độ sanh, các Bồ tát nỗ lực tu tập sáu Ba la mật gồm Bố thí, trì giới, Nhẫn nhục, Tinh tấn, Thiền định và Trí tuệ.

Ngoài hai cảnh giới Niết bàn như Phật giáo Nguyên thủy, Phật giáo Đại thừa còn có thêm hai cảnh giới khác là Vô trụ xứ Niết bàn và Tự tánh Thanh tịnh Niết bàn. Bồ tát với tâm từ bi bao la rộng lớn thương xót chúng sanh đau khổ nên không trụ nơi Niết bàn, dùng Bát nhã cứu độ chúng sanh, nên không trụ trong sanh tử. Như trong kinh Bát nhã có ghi rằng “ Quán Tự Tại Bồ tát hành thâm Bát nhã ba la mật đa, thời chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết chúng sanh”. Đó là vô trụ xứ Niết bàn của Bồ tát Quán Thế Âm trong việc dùng trí tuệ hóa độ chúng sanh tu tập giải thoát khổ đau, cảnh giới Tự tánh thanh tịnh Niết bàn (hay còn gọi bản lai thanh tịnh Niết bàn, Tánh tịnh Niết bàn) là chỉ cho tự tánh xưa nay vốn thanh tịnh, có đầy đủ công đức không thể nghĩ bàn, nhưng do chúng sanh bị khách trần phiền não ngăn che nên không nhận ra, chỉ có các bậc Thánh chứng ngộ mới rõ biết.

Có thể thấy, giữa quan điểm về giải thoát của Phật giáo Nguyên thủy và Phật giáo Đại thừa đều cùng một nền tảng là giáo lý của Đức Thế Tôn, tôn trọng chánh pháp căn bản như : Tứ đế, Tam pháp ấn, Duyên khởi hay Thập nhị nhân duyên, Nhân quả Nghiệp báo, Bát chánh đạo, Ngũ uẩn, Luân hồi, Bình đẳng, Tam vô Lậu học v.v.. nhưng trong đó Duyên khởi làm nền tảng và chúng xuất gia và tại gia nỗ lực đạt được sự giác ngộ giải thoát.

Tóm lại, Lý tưởng giải thoát của Phật giáo Nguyên thủy và Đại thừa đều rất thiết thực cho lộ trình tu tập của hàng xuất gia và tại gia. Để tiến bước trên con đường giác ngộ mỗi mỗi chúng ta đều cần sự nỗ lực tu tập tinh nghiêm của tự thân và sự hộ trì chánh pháp của hàng cư sĩ tại gia. Hành giả đó đêm ngày hạ thủ công phu ngõ hầu thành tựu đạo đức giải thoát tự thân và đem chánh pháp truyền bá

lợi ích tha nhân, khiến cho Phật pháp mãi rạng ngời trong lòng dân tộc Việt Nam khắp thế giới nói chung./.

(Trích : Lý tưởng giải thoát của Phật giáo Nguyên Thủy và Phật giáo Đại thừa- SC Thích nữ Thắng Tâm – VHPG -1-8- 2022- số 394)



TÍN NGƯỠNG TRONG ĐỜI SỐNG CON NGƯỜI VIỆT NAM

Việt Nam là đất nước đa tín ngưỡng, đa tôn giáo, theo nhận định của Ban tôn giáo chính phủ Việt Nam có khoảng 95% dân số có đời sống tín ngưỡng và tôn giáo. Riêng lãnh vực tôn giáo Việt Nam có khoảng hơn 26,5 triệu tín đồ chiếm 27% dân số, 43 tổ chức thuộc 16 tôn giáo được nhà nước công nhận cấp chứng nhận đăng ký hoạt động. Điều này cho thấy tín ngưỡng là một nét văn hóa nổi bật của nền văn hóa Việt Nam. Niềm tin tín ngưỡng tôn giáo hòa quyện với đời sống tinh thần con người được duy trì và thừa kế từ đời này sang đời khác.

Tôn giáo ảnh hưởng gia đình trên các mặt giáo dục, tình cảm, hiếu thuận, duy trì truyền thống. Việt Nam thống kê có khoảng 60.000 vụ/ năm về xu hướng ly hôn tương đương 25% vụ/1000 dân, có nghĩa là 4 đôi đăng ký kết hôn thì có một đôi ra tòa. Có 4 nguyên nhân dẫn đến ly hôn. 1/ Mâu thuẫn về lối sống, 27,7%- 2/ Ngoại tình 25,9 %,- 3/ Kinh tế 13% - 4/ Bạo lực gia đình 6,7%.

Hiện nay, chưa có nghiên cứu nào rõ ràng về sự liên quan giữa tôn giáo và ly hôn. Tuy nhiên, từ thực tế cuộc sống có thể suy luận những người theo đạo có thể giảm khả năng ly hôn ly thân là điều khá đặc biệt. Những người ly hôn ly thân thì lại làm tăng khả năng theo đạo. Mặc dù không phải tôn giáo nào cũng có nội dung quy định những ràng buộc về đời sống hôn nhân và bền duy trì hôn nhân của tín đồ. Song niềm tin và sự thực hành tôn giáo có sự ảnh hưởng khá mạnh mẽ đến hành vi của các cá nhân trong đời sống hôn nhân và sự bền vững gia đình.

Trong Phật giáo, cần nhận ra rằng hôn nhân được coi là quyết định hoàn toàn thuộc về đời sống riêng tư, cá nhân và không phải là nhiệm vụ tôn giáo. Tuy nhiên, trong mối quan hệ vợ chồng, Phật giáo dạy rằng, để duy trì cuộc sống hôn nhân bền vững, mỗi người khi làm vợ, làm chồng không chỉ giữ gìn và thấp sáng lửa tình yêu chia sẻ niềm vui, nỗi buồn mà còn có tính trách nhiệm bốn phận với nhau và với chính cuộc sống mà cả hai cùng tạo dựng. Do đó, để có được sự bền vững trong hôn nhân phải có sự hiện diện của 5 giới của người cư sĩ, và kèm theo đó 5 bốn phận của vợ và chồng.

5 Bốn phận của chồng đối với vợ là : 1/ thương yêu, 2/ chung thủy, 3/ săn sóc đời sống vật chất , 4/ Trao quyền quản lý gia đình, 5/ Kính trọng gia đình vợ.

5 Bốn phận của vợ đối với chồng là 1/ Kính trọng chồng, 2/ Chung thủy với chồng, 3 Quản lý gia đình tốt , 4/ Siêng năng làm việc, 5/ Đối đãi thân thiện với gia đình chồng./.



TINH THẦN NHẬP THỂ PHẬT GIÁO ĐẠI THỪA

Phật giáo là một tôn giáo lớn, vì thế những đường lối cũng như giáo pháp của Đức Phật dạy không chỉ là phương thức chuyển hóa khổ đau, mà còn là triết lý sống. Đường lối tu tập của Đức Phật khi còn tại thế cùng với tư duy hành động không xa rời chúng sanh. Tinh thần Phật giáo đi vào đời được thiết lập từ bước sơ khởi khi đạo Phật bắt đầu hình thành. Ngày nay, thuật ngữ “Phật giáo nhập thế” đã trở nên quen thuộc và phổ biến. Tinh thần nhập thế có nghĩa là không phải chỉ lo tu học Phật pháp mà thờ ơ với đời, cũng không phải sống với đời mà xa rời đạo. Như bài kệ của Lục Tổ Huệ Năng :

Phật pháp tại thế gian

Bất ly thế gian giác

Ly thế mịch Bồ đề

Kháp như cầu thổ giác.

Nghĩa là : Phật pháp tại thế gian, - Không rời thế gian mà tìm sự giác ngộ, Nếu xa lìa thế gian mà tìm cầu sự giác ngộ - Thì không khác gì đi tìm lông rùa, sừng thỏ. Từ thời Đức Phật cho đến chư vị Tổ sư đều khuyến tấn tư tưởng này. Ở thời nhà Trần đó là “Hòa quang đồng trần” tức hòa nhập với thế gian. Đến đời hiện tại, Thiền sư Thích Nhất Hạnh tiếp nối truyền thống đó đã đưa ra khái niệm về “Phật giáo dân thân” hay “Phật giáo đi vào đời”. Nhiều khái niệm thuật ngữ Phật giáo nhập thế. Nhiều nhà nghiên cứu đã tìm hiểu và định nghĩa về khái niệm này. Học giả phương Tây Allie B King cho rằng “ Phật giáo nhập thế, là một hình thức đương đại của Phật giáo, tham gia tích cực nhưng không bao giờ bạo lực để giải quyết những vấn đề xã hội, kinh tế, chính trị, môi trường, ở trạng thái tốt nhất, sự tham gia này, không tách rời khỏi tinh thần của Phật giáo, mà là một biểu hiện của nó”. (HT Huyền Diệu thuyết phục hai nước Nepal và Chấm dứt chiến tranh năm...)

Tác phẩm Hoa sen trong biển lửa của Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh đã giới thiệu tư tưởng đạo Phật dân thân, hay Phật giáo nhập thế. Đạo Phật đi vào cuộc đời đến công chúng giữa thời buổi nhiễu nhương. Quyển sách này đề cập rất nhiều về phong trào Phật giáo gắn liền với đời sống dân tộc. Nhà phê bình Dạ Thảo nêu lên điểm khác biệt của đường lối Phật giáo đối với các học phái khác : “ Ở bất cứ nước nào trên thế giới cũng vậy, khi bước chân đến, đạo Phật cũng thích nghi ngay với phong tục, khí hậu, nhân tính để biến thành một lối sống cho quần chúng. Ở Việt Nam cũng thế, Phật giáo đã hòa hợp trong cá tính dân tộc, đã cùng dân tộc xây dựng nên một quốc gia độc lập”.

Còn học giả Thích Đồng Thành đưa ra khái niệm về Phật giáo nhập thế như sau “ Trên thực tế, Phật giáo nhập thế là một loại phong trào trong Phật giáo rộng khắp, bao gồm cộng đồng cư sĩ cũng như các tu sĩ, phương Tây cũng như phương Đông. Bên cạnh việc duy trì sự phát triển tâm linh hướng nội, Phật giáo nhập thế

cũng nhằm mục đích giảm bớt khổ đau và áp bức xã hội thông qua cải cách chính trị và xã hội. Do đó, Phật giáo nhập thế phản ánh mặt tích cực của Phật giáo trong việc áp dụng giáo lý một cách hoạt động và xa hơn so với truyền thống.”

Như vậy, các quan điểm của mỗi học giả đã phần nào khái lược tư tưởng này. Tuy hình thức, nội dung diễn đạt có khác nhau nhưng nhìn chung đều hướng đến giáo lý đạo Phật tiếp cận với quần chúng nhân dân. Đạo Phật từ xưa đến nay, luôn trên tinh thần hòa hợp, từ bước sơ khởi đến phát triển Phật giáo không những không tách mình khỏi thế sự mà còn dấn thân một cách tích cực vào cuộc đời, vào nếp sống con người ở từng địa phương để chuyển hóa, xây dựng cuộc sống cao đẹp, thánh thiện hơn. Đó là đặc tính nhập thế của Phật giáo trong mọi thời đại, mọi không gian, không phân biệt địa phương, chủng tộc, giàu nghèo và giai cấp.

Đời sống của Đức Phật và Tăng đoàn luôn vì mục đích lợi sanh, ngay từ thuở ban đầu sau khi Phật thành đạo, tính nhập thế đã được Đức Phật tuyên dạy : “ Này các Tỳ kheo, hãy lên đường thuyết pháp, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chúng sanh, vì lòng thương tưởng cho đời, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư thiên và loài người”. Đức Phật chỉ dạy hàng đệ tử đem giáo pháp lan tỏa khắp nhơn gian vì lòng thương tưởng cho đời. Đây là lý tưởng nhập thế tồn tại cho đến ngày hôm nay. Ở nước ta, Phật giáo đời Trần cũng đánh dấu một giai đoạn thật sự hòa nhập vào đời sống cả hình thức lẫn nội dung. Đạo không tách rời đời và đời cũng không thiếu vắng đạo, nó trở thành một hợp thể linh động sáng tạo và diệu dụng trong mọi hoàn cảnh, có thể nói, các vị vua, các vị thiền sư đã vận dụng tính uyển chuyển, tùy duyên hay nhập thế để tạo cho Phật giáo Đại Việt một nét đặc trưng.

Trong thời hiện đại, tuy việc Phật giáo nhập thế về hình thức có nhiều sự thay đổi, nhưng bản chất vẫn được thiết lập trên nền tảng truyền thống. Hiện nay có nhiều cách thức đưa đạo vào đời, trong đó các việc tổ chức như, khóa tu mùa hè, khóa tu Phật thất, khóa Thiền,

khóa tu an lạc, khóa tu gieo duyên, hành hương xứ Phật, búp sen v.v dành cho các lứa tuổi người lớn, thanh thiếu niên, học sinh và trẻ con, tất cả đều được thực tập tu học. Các khóa tu tập này được nhân rộng lan tỏa khắp cả nước, các tỉnh thành các chùa đều có tổ chức, là những hình thức hữu hiệu đem Phật pháp đến muôn nơi. Các khóa tu Phật thất dành cho người lớn, khóa tu mùa hè dành cho sinh viên, học sinh, khóa tu búp sen dành cho trẻ nhỏ, như vậy Phật giáo Việt Nam ngày hôm nay không còn quan niệm “trẻ vui nhà già vui chùa” như ngày xưa nữa. Ngoài ra còn có các khóa tu trì chú Đại Bi, Dược Sư, Pháp Hoa v.v.. và các đoàn thể tu tập như Đoàn Phật tử, Doanh nhân Phật tử, Tiểu thương Phật tử, y khoa Phật tử, văn nghệ sĩ Phật tử, giáo dục Phật tử v.v.. tổng số ước lượng trên ba ngàn cơ sở đơn vị tổ chức tu tập trong cả nước.

Với thời đại công nghệ 4.0 việc đem đạo vào đời là một hình thức rất mới mẻ, rất thuận lợi và hữu ích. Bất luận ở đâu, thời gian nào, dù thành thị hay thôn quê, ở hải đảo, vùng sâu vùng xa hay ở các nước ngoài, mọi người đều có thể tiếp cận các khóa tu học đã được tổ chức mới hay đã qua đều có thể tiếp nhận mà không cần một điều kiện nào. Mọi người tuy ở tại nhà nhưng như trực tiếp đối diện được nghe được thấy hình ảnh và âm thanh thuyết giảng của các vị giảng sư, các vị cư sĩ, không gian tu học của các đạo tràng sẽ hiển hiện ngay nơi mình đang ở. Học Phật thời nay không tốn thời gian và không gian như ngày xưa nữa. Người học Phật thời nay so với ngày xưa cách nhau một trời một vực, không những tăng trưởng về số lượng, đơn vị cơ sở, con người mà còn nâng cao sự hiểu biết giáo pháp Phật dạy về chất lượng và số lượng. Và Phật giáo ngày nay không còn đóng khung trong tín ngưỡng tôn giáo mà là chung cho tất cả người có theo đạo hay không theo đạo, cho đến lan tỏa và tiếp nhận các tín đồ khác như Công giáo, Tin lành, Cao Đài, Hòa Hảo v.v.. đều cùng lắng nghe và theo dõi các bài pháp thoại của chư vị giảng sư thuyết giảng và các hình ảnh Phật sự diễn ra khắp trong cả nước và ngoài nước. Với công nghệ 4.0 mọi người học Phật tìm hiểu Phật pháp quá nhanh và tiện lợi, cộng thêm có rất nhiều giảng

sư, pháp sư tài năng uyên bác về Phật học, kinh sách tự do in ấn lưu hành, trên mạng, và các điểm phát hành, cùng sự hành trì thành công của những vị chuyên tu thật học đem chia sẻ với mọi người một cách trung thực và chính xác. Thật là một khoản thời gian không gian tuyệt vời cho những ai thích học ham tu mà trước đây chưa từng có, thời gian còn lại của kiếp người không tu không học bỏ lỡ cơ hội để trôi qua thật đáng tiếc.

Sự học Phật dung thông cho bốn chúng Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, cư sĩ nam, cư sĩ nữ, cả hai phái xuất gia và tại gia cùng diễn giảng pháp pháp cùng chia sẻ sự tu học đến đại chúng, cùng nghe cùng ứng dụng thực tập, để có sự an lạc hạnh phúc ngay trong cuộc sống đầy nhiễu nung bất ổn này. Trong Phật giáo có rất nhiều nhân tài cả Tăng Ni lẫn cư sĩ thuyết giảng pháp pháp, các bài pháp thoại uyên thâm Phật học của các vị giảng sư và cư sĩ, được nhiều người tiếp nhận, đã đáp ứng nhu cầu tâm lý của người nghe. Chính vì vậy được nhiều người động viên khích lệ nhau cùng nghe cùng tìm hiểu. Đó là cách đem đạo vào đời nhanh nhất, thuận tiện nhất. Với sự biện tài thuyết giảng lưu loát của các vị giảng sư, của chư Tăng và cư sĩ khiến cho người nghe càng nghe càng thích, đó là nguyên nhân tinh thần tìm hiểu Phật pháp vượt ra ngoài giới tuyến Phật pháp, không còn gói gọn trong giới tín đồ Phật giáo mà còn vươn xa đến những con chiên của các đạo Công Giáo, Tin Lành, Do Thái giáo, Hồi giáo v.v.. Những bài pháp được thuyết giảng trình bày đáp ứng nhu cầu thực tế cuộc sống con người và không trái với khoa học thực nghiệm, vì thế giáo lý đạo Phật được nhiều người đón nhận tìm hiểu và thực tập.

Đạo Phật ngày nay không còn khép mình trong ngôi nhà riêng của mình, mà còn lan tỏa và hóa thân đến các đạo khác qua các hình thức tu tập như Thiền tập và ăn chay là hai yếu tố quan trọng của Phật giáo Đại thừa. Hai phương pháp này giúp họ tháo gỡ được những tâm lý bất an, khổ đau buồn giận mà còn giúp cho họ có một cơ thể khỏe mạnh yêu đời. Giáo lý đạo Phật giúp cho họ thật sự có hạnh phúc an lạc ngay trong giờ phút hiện tại này chứ không phải

hứa hẹn đến kiếp sau hay đời sau. Đạo Phật chỉ cho con người cách có hạnh phúc ngay bây giờ và ở đây, nếu biết áp dụng tu tập đúng phương pháp.

Phật giáo thời cận đại, người tiên phong đưa đạo vào đời là Thiền sư Thích Nhất Hạnh, Ngài đã tổ chức nhiều chương trình tu học cho các Tăng Ni, Phật tử trong và ngoài nước từ năm 1964 đến nay. Ngài là người khởi xướng cải cách sự tu học cho lớp Tăng Ni trẻ tiếp cận với văn hóa thế sự, khuyến khích Tăng Ni học thêm thế học để trợ duyên cho việc tu học thêm nhiều thuận tiện, nhờ vậy giới Tăng Ni trẻ có cơ hội thấy rộng nhìn xa trong việc tu tập và hoằng pháp lợi sanh. Hòa thượng là người khởi xướng thành lập trường Đại Học Vạn Hạnh để đào tạo giảng dạy cho lớp Tăng Ni trẻ, thành lập trường thanh niên phụng sự xã hội, nói lên tinh thần Phật giáo dẫn thân vào đời. Đồng thời Hòa thượng còn biên soạn nhiều tập sách như Đạo Phật ngày nay, Nói với tuổi 20, nẻo về cõi ý, Bông hồng cài áo, Đường xưa mấy trắng, được tỷ phú người Ấn phát tâm tài trợ đóng thành phim cuộc đời Đức Phật, Hoa sen trong biển lửa, Giận, phép lạ của sự tỉnh thức, Bước tới thanh thoi, kinh quán niệm hơi thở, Thiền môn nhật tụng, Việt Nam Phật giáo sử luận v.v... Hòa thượng đã sáng tác trên 120 đầu sách, được phát hành trên các nước phương Tây, nội dung đều nhắm đến thay đổi cách tu cách học cũ, vì thế Phật giáo mới hòa nhập kịp xu thế phát triển của xã hội đương thời.

Cuộc chiến tranh hai miền Nam Bắc (1945-1975) gây tan thương cho quê hương đất nước, tổn thất nhân mạng, thiệt hại của cải nhà cửa ruộng vườn . Năm 1964 nhận thấy sự vô nghĩa của chiến tranh, Hòa thượng không nỡ ngồi nhìn đất nước luôn chịu chiến tranh, Hòa thượng đơn phương ra nước ngoài vận động hòa bình cho đất nước để chấm dứt chiến tranh. Với tâm niệm tốt nhưng chính quyền miền Nam trước 1975 gán cho cái tội phản chiến, phản chế độ nên Hòa thượng không được trở về lại Việt Nam vào những năm 1966. Trong thời gian ở trên các nước phương Tây, Hòa thượng đi giảng dạy các trường Đại học và tổ chức nhiều đạo tràng, nhiều

khóa tu, biên soạn nhiều kinh sách nói về các phương pháp tu tập đem lại an lạc cho tự thân và tha nhân ngay trong hiện tại. Các sách Hòa thượng biên soạn được các giới trí thức và tuổi trẻ phương Tây đón nhận nồng nhiệt. Vì thế xu hướng Phật giáo nhập thế của Hòa thượng thành công rực rỡ. Có sự tham gia của các nhà trí thức, các nhà chính trị, các tỷ phú, các Mục sư, Linh mục, các nhà trí thức khoa học, nhất là tầng lớp tuổi trẻ phương Tây hưởng ứng đông đảo. Các giới trí thức như kỹ sư, kiến trúc sư, bác sĩ, giáo sư v.v...sau khi thấm nhuần giáo lý đạo Phật họ từ giả địa vị và quyền lợi họ đang sinh hoạt chuyển qua phát nguyện xuất gia tu học gia nhập Tăng đoàn. Họ cảm nghĩ rằng xuất gia tu học họ sẽ làm lợi ích nhiều hơn cho mọi người và bản thân họ, hơn là chức vụ và tiền tài ở thế tục.

Mỗi một lần tổ chức khóa tu thu hút số lượng người tham dự từ 1000 người đến 10.000.000 người đến từ trên 40 quốc gia. Hòa thượng không những thuyết giảng tại đạo tràng tu học mà còn những nơi công cộng và các giảng đường tu viện của Công giáo, Tin Lành , Hồi giáo họ cũng mời Hòa thượng đến thuyết giảng. Số lượng tín đồ đến thánh đường nghe Hòa thượng thuyết giảng còn đông hơn ngày Noel.

Có thể nói Hòa Thượng Nhất Hạnh là người Việt Nam duy nhất, còn là nhà hoằng pháp thứ hai, sau Lat Ma Tây Tạng trên thế giới trong một thời gian ngắn đã đưa đạo vào đời nhanh nhất và nhiều nhất, để mọi người cùng biết đến đạo Phật, áp dụng lời Phật dạy vào cuộc sống. Điều kỳ lạ nhất là Hòa thượng thuyết giảng nhưng không bao giờ làm phật lòng các đạo khác, Hòa thượng dung hòa được lời dạy của Phật và lời dạy của Chúa, nên mọi người khác tôn giáo không thấy có sự khác biệt. Vì thế nên không có sự chống đối, xung đột, mà còn có sự hòa nhập, cùng tu cùng học nhưng vẫn giữ niềm tin cũ của đạo họ, không bắt buộc phải cải đạo. Mảnh đất phương Tây là thủ phủ của các đạo Công giáo, Tin lành, Do Thái và Hồi giáo, nhưng Hòa thượng vẫn an nhiên tự tại hành đạo thuyết giảng không bị chống đối kỳ thị, mà còn làm cho các đạo khác tăng thêm sự hiểu biết và lòng tin đối với đạo Phật, đồng thời nhờ những

tư tưởng Phật học, các đạo khác họ áp dụng và cải tiến cách sinh hoạt cũ của họ để thích hợp với thời đại khoa học phát triển.

Tại nước Pháp Hòa thượng thành lập đạo tràng gọi là Mai Thôn gồm có bốn chùa, chùa Pháp Vân, chùa Sơn Hà dành cho chư Tăng, chùa Cam Lộ, chùa Từ Nghiêm dành cho chư Ni, ngoài ra có các xóm Trung, xóm Hạ, xóm Đoài, Đầu thôn v.v..để dung nạp các thiền sinh các nơi đến cũng không đủ chỗ dung chứa. Mỗi lần tổ chức có thiền sinh trên 40 nước đến tham dự, như Âu châu, Úc châu, Mỹ châu, Tân Tây lan v.v.. đều quy tập về Làng Mai, số lượng thiền sinh tham dự từ ngàn người trở lên. Mỗi lần tổ chức như vậy, các pháp thoại và hình ảnh của khóa tu được truyền đi các nước. Vì thế sự ảnh hưởng của các khóa tu Làng Mai được nhiều người tuổi trẻ, trí thức biết đến và theo dõi. Ngoài số lượng thiền sinh cư sĩ tại gia còn có cả 1000 Tăng Ni là đệ tử xuất gia của Hòa thượng có mặt khắp các châu lục tu học và hành đạo.

Sự hiện của của Hòa thượng không những ở các nước tư bản mà còn đến thuyết giảng các nước Chủ nghĩa xã hội nữa, như Trung Quốc có mời Hòa thượng thuyết giảng và cho phép xuất bản 30 đầu sách của Hòa thượng biên soạn tại Trung Quốc. Năm 2005 Hòa thượng được nhà nước Việt Nam mời về nước, từ đó về sau Hòa thượng về lại quê hương bốn lần cho đến ngày lâm bệnh. (2005, 2007, 2008, 2017). Mỗi lần về là cơ hội để Hòa thượng kết nối lại truyền thống dân tộc và đạo pháp, các giới trí thức và tuổi trẻ hưởng ứng đông đảo. Và các đầu sách của Hòa thượng biên soạn cũng được nhà nước cho phép in ấn và phát hành.

Hòa thượng là người có nhiều tài năng, nói được nhiều thứ tiếng như Anh, Pháp là hai ngôn ngữ Hòa thượng thông thạo nhất. Với vốn luyện ngôn ngữ ngoại quốc như vậy rất thuận lợi cho việc thuyết giảng cho những người phương Tây không cần qua thông dịch. Hòa thượng còn am hiểu rất nhiều lãnh vực khoa học , kinh tế, chính trị, văn hóa, triết học, sử học, thơ văn v.v.. Có thể nói Hòa thượng ngoài chức vụ chính là nhà truyền giáo còn là nhà văn, nhà

thơ, nhà sử học, nhà dịch thuật, nhà biên soạn, nhà ngoại giao, nhà từ thiện, nhà vận động hòa bình, nhà từ thiện v.v...

Hòa thượng áp dụng phương pháp tu học cho đại chúng gọi là “Hiện tại lạc trú” tức thiền chánh niệm, phương pháp tu học này, thích hợp với giới tuổi trẻ và trí thức, đã đem lại sự chuyển hóa thân tâm họ những nỗi khổ niềm đau, đồng thời hóa giải những mối xung đột bất đồng trong gia đình, bạn bè, người thân và tập thể. Phương pháp thiền chánh niệm được chiết xuất ra từ pháp thiền gọi là “An ban thủ ý” được Hòa thượng chế tác làm mới theo phong cách truyền thống Việt Nam. Gọi là pháp “Hiện tại lạc trú” nghĩa là “Bây giờ và ở đây”. Sự tu tập này nếu mọi người áp dụng đúng phương pháp thì sẽ tháo gỡ được những khổ đau phiền muộn trong tâm tư, chỉ thực tập trong thời gian ngắn từ một tuần đến hai tuần thì thành công, thấy có ngay an lạc. Đã có rất nhiều người của các giới tuổi trẻ và trí thức các nước phương Tây thực tập thành công và hiệu quả ngay trong lúc thực tập chứ không hứa hẹn chờ đợi kiếp sau.

Thường lời dạy của các đấng giáo chủ các đạo khác sẽ có thiên đường hạnh phúc cho người có đức tin ở kiếp sau trên nước Chúa, nhưng theo lời Phật dạy thì hạnh phúc hay thiên đường sẽ có ngay bây giờ và ở đây, nếu người nào biết chuyển hóa thân tâm theo nếp thiện, gọi là “hiện tại lạc trú”, tức ngay trong hiện tại có an lạc chứ không đợi ngày mai. Ví như khi khát nước thì cứ uống nước sẽ thấy bớt khát ngay, chứ không phải đợi sau khi đào giếng mới uống nước thì còn lâu.

Với cách làm mới sự tu học như vậy, sự tu tập này thích hợp với các giới trí thức và tuổi trẻ, sự tu tập này không mang tính cách tôn giáo và nghi lễ nên được mọi người chấp thuận, không lễ lạy và tụng niệm nhiều, nên không gây cho người thực tập tâm nhàm chán và mệt mỏi. Chỉ ngồi tĩnh tọa theo dõi hơi thở và đi thiền hành là hai động tác cơ bản trong đạo tràng Làng Mai. Với sự chế tác làm mới lại phương pháp tu học không rập khuôn theo truyền thống cũ mà

cũng không xa rời tinh thần tu tập, nên đã chuyển hóa được những nỗi khổ niềm đau của mọi người. Ví như một cây, nếu không nức thêm chồi, thêm nhánh, thêm cành lá, thêm rễ mới, thì cây ấy trước sau cũng phải rụi tàn. Đạo Phật cũng thế, phải biết làm mới cho thích hợp với thời đại mới. Đạo Phật là một thực tại linh động chứ không phải là món đồ cổ để trong bảo tàng. Đạo Phật phải chuyển hóa thay đổi, gọi là “Hiện đại hóa đạo Phật”. Thế gian gọi là đổi mới, đổi mới chính trị, đổi mới kinh tế, văn hóa, giáo dục ...thì đất nước mới phát triển được, dân chúng mới thoát nghèo thoát khổ. Đạo Phật cũng vậy, nhờ có chuyển hóa mới thích hợp với thời đại mới, và đạo Phật đã thành công theo kịp đà phát triển của xã hội.

Năm 2005 nhờ chuyến về thăm quê hương VN của Hòa thượng Nhất Hạnh mà Việt Nam được các nước phương Tây tin tưởng cho gia nhập hiệp hội WTO, và từ đó việc trao đổi hàng hóa của Việt Nam với các nước phương Tây dễ dàng thuận lợi, nhờ thế kinh tế Việt Nam bắt đầu khởi sắc cho đến ngày nay. Như vậy Hòa thượng là cầu nối giữa Việt Nam và các nước phương Tây đem lại sự thân thiện trên lãnh vực kinh tế và chính trị, Hòa thượng là một nhà truyền giáo mà cũng là nhà ngoại giao đặc biệt, mang sứ mệnh hòa giải hòa bình thân thiện. Năm 1973 Hòa thượng được đề nghị trao giải Nobel. Hòa thượng là người có sức ảnh hưởng lớn trên thế giới. Hòa thượng về Việt Nam 4 lần, 2005, 2007, 2008 và 2018. Hòa thượng sáng lập dòng tu “Tiếp hiện”. Đối với Phật giáo Việt Nam Hòa thượng có công lao rất lớn trên việc hiện đại hóa đạo Phật, đối với các nước phương Tây Hòa thượng là người truyền cảm hứng cho họ biết đến đạo Phật tìm hiểu và thực tập lời Phật dạy. Những cuốn sách Hòa thượng biên soạn được nhiều người ưa chuộng như: Phép lạ của sự tỉnh thức, Đường xưa mây trắng, Giận, Hoa sen trong biển lửa, Hạnh phúc trong tay v.v.... Hòa thượng ngoài là một tu sĩ còn là nhà truyền giáo, thuyết giáo, nhà văn, nhà thơ, nhà sử học, nhà triết học, nhà từ thiện, nhà truyền cảm hứng, nhà tâm lý học, học giả, soạn giả, dịch giả, nhà ngoại giao, nhà ngôn ngữ học v.v.. Sau cơn bệnh xuất huyết não, Hòa thượng được các y bác sĩ tài giỏi tận tụy

chăm sóc điều trị, Hòa thượng được bình phục nhưng đi lại và nói năng không còn như trước, chỉ ngồi xe lăn. Từ Pháp Hòa thượng về đạo tràng Làng Mai ở Thái Lan điều dưỡng cho gần Việt Nam và năm 2018 Hòa thượng trở về Việt Nam ở chùa Từ Hiếu thành phố Huế, chùa mà ngày xưa Hòa thượng xuất thân tu học. Hòa thượng sinh năm Bính Dần – 1926 viên tịch ngày 22/1 năm 2022 năm Nhâm Dần thọ 96 tuổi. Hòa thượng tên thật là Nguyễn Đình Lang sau đổi thành Nguyễn Xuân Bảo, tại làng Thành Trung, huyện Quảng Điền tỉnh Thừa Thiên Huế là người con kế út trong gia đình. Hòa thượng được các tờ báo đánh giá là nhà lãnh đạo Phật giáo có ảnh hưởng lớn thứ hai ở phương Tây sau Đức Đạt Lai Lạt ma Tây Tạng.

Sau các chuyến về Việt Nam nhiều Thanh thiếu niên ham mộ pháp tu của Hòa thượng, có trên 300 nam cả nữ tình nguyện theo tu học, vì thế Hòa thượng thành lập đạo tràng tại chùa Bát Nhã, gọi tu viện Bát Nhã thuộc thành phố Bảo Lộc tỉnh Lâm Đồng, khuôn viên rộng 30 hecta. Được một thời gian ... nhưng thiếu duyên nên giải tán ngày 30/9 năm 2009. Sau đó đạo tràng này dời qua Thái Lan sinh hoạt, được nhà nước Thái Lan cấp đất xây dựng sinh hoạt cho đến nay.

Cuối năm 2014 Hòa thượng bị cơn xuất huyết não, điều trị tại bệnh viện ở Pháp rồi qua Mỹ sau đó Hòa thượng được hồi phục, nhưng không còn đi lại và nói năng như trước nữa. Hòa thượng trở về Việt Nam lần cuối vào tháng 11/2018 ở tại chùa Từ Hiếu cho đến ngày viên tịch.

Trên đây chúng ta ôn lại một số nét trong công việc hiện đại hóa đạo Phật Việt Nam nói riêng và đạo Phật các nước phương Tây nói chung. Để chúng ta thấy đạo cũng như đời nếu không uyển chuyển cách sinh hoạt đời thường cũng như sự tu học thì chúng ta không phát triển về vật chất cũng như tinh thần. Đất nước Việt Nam nếu không thay đổi uyển chuyển thì kinh tế và chính trị không phát triển được như ngày hôm nay. Song song theo đó đạo Phật cũng hiện đại hóa, phải thay cũ đổi mới, mới tồn tại và phát triển. Người có

công lao lớn nhất dám nghĩ dám làm là Hòa thượng Thích Nhất Hạnh người tiên phong khởi xướng. Chúng ta vinh hạnh tự hào đã có một người Việt Nam đã làm rạng rỡ nước nhà mà còn vinh danh trên thế giới.

08/3/ 2023.

Tóm lại Hòa thượng ngoài là một tu sĩ còn là nhà truyền giáo, nhà thuyết giáo, nhà văn, nhà thơ, nhà sử học, nhà triết học, nhà từ thiện, nhà truyền cảm hứng, nhà tâm lý học, học giả, soạn giả, dịch giả, nhà ngoại giao, nhà ngôn ngữ học, nhà tư vấn, nhà kết nối tình yêu thương, nhà hóa giải hận thù, nhà vận động hòa bình, nhà hóa giải chiến tranh, nhà môi trường, nhà tháo gỡ tâm lý căng thẳng mọi người. Thiết thực nhất Hòa thượng là đầu tàu đưa Phật giáo Việt Nam Hiện đại hóa và Phật giáo trên thế giới sinh hoạt ổn định và phát triển bền vững. Hòa thượng tuy đã vắng bóng nhưng hình ảnh những buổi thuyết giảng của Hòa thượng trên các nước cũng như ở Việt Nam trong các chuyến về thăm quê nhà vẫn còn trên mạng, mọi người cùng nghe, cùng tìm hiểu và các đầu sách của Hòa thượng biên soạn được các giới sinh viên, trí thức học giả, chính trị v.v luôn tìm hiểu tham khảo. Và Hòa thượng là người làm cầu nối để Việt Nam gia nhập vào hiệp hội WTO để Việt Nam giao thương buôn bán với các nước phương Tây, nhờ đó từ năm 2005 đến nay kinh tế Việt Nam vươn ra các nước ngoài, kinh tế phát triển mạnh nhất và nhanh nhất so với các nước trong khu vực.

Có thể nói Phật giáo Việt Nam đóng một vai trò quan trọng trong nước nhà và các nước trên thế giới, góp phần ổn định kinh tế và thay đổi một số vấn đề chính trị có thể đưa đến thù hận và chiến tranh. Giúp các đạo Thiên chúa, Tin Lành, Hồi giáo đoàn kết sống hòa bình thân thiện với nhau v.v... Hòa thượng là vị chân tu góp phần xây dựng đất nước và đạo pháp dân tộc, xứng danh là Đạo pháp đồng hành cùng dân tộc./.

**Kinh Quán Niệm Hoi thờ Thiền Môn Nhật tụng- Bước tới
thảnh thơi- Việt Nam Phật giáo sử luận (Nguyễn Lang)**



NIỀM TIN TRONG PHÁP MÔN TỊNH ĐỘ

Cuộc sống của chúng sanh luôn có những thử thách và khổ đau, nhất là đối với con người. Vì vậy đã xuất hiện những con người vĩ đại, tự mình đi tìm lối giải thoát xa rời khổ đau cho mình và người khác. Đó cũng là nguyên nhân hình thành nên các tôn giáo trên thế giới, trong đó có Phật giáo. Mục đích của các tôn giáo là hướng dẫn con người đến chân thiện mỹ trong đời sống hiện tại và sau khi chết đi.

Người xưa từng nói : “ Như nhưn ẩm thủy, noãn lãnh tự tri” nghĩa là người thật sự uống nước mới biết được nóng lạnh của nó. Cũng vậy, người nào thực hành tinh chuyên theo phương pháp tu hành của một tôn giáo thì người đó mới đạt được mục đích, mới cảm nhận sự giải thoát về tâm linh, biết được giá trị con người. Người chuyên tu tập về pháp môn Tịnh độ cũng vậy, họ có niềm tin sau khi chết sẽ được vãng sanh về cõi Tịnh độ của Đức Phật A Di Đà. Tất nhiên muốn sanh về những cõi đó, cần phải thực hiện các điều kiện tất yếu.

Kinh Hoa Nghiêm nói “ Tín vi đạo nguyên công đức mẫu, trưởng dưỡng nhất thiết chư thiện căn” , lòng tin chính là mẹ đẻ ra các công đức, làm cho các căn lành sinh trưởng và phát triển. Người nào muốn sanh về cõi nước Cực lạc Phật A Di Đà, cần hội đủ ba điều kiện là Tín, Hạnh và Nguyện. Trong đó niềm tin đứng đầu, tin rằng cõi Phật đó trang nghiêm thanh tịnh, tin bản thân đủ khả năng tu tập để sanh về cõi đó. Như vậy niềm tin là liều thuốc về tinh thần, khi chúng ta có đủ sức mạnh về tinh thần thì làm gì cũng sẽ đưa đến kết quả tốt. Tuy nhiên lòng tin cần có trí tuệ, nghĩa là lòng tin đặt đúng chỗ, tin đúng đối tượng, tin về những gì thật sự có ích lợi, niềm tin chắc thật không mù quáng. Nếu lòng tin không có sự suy xét rõ ràng sẽ rơi vào mê tín. Đối với Phật tử niềm tin đó gọi là Chánh tín, vì Phật pháp là con đường đem lại lợi ích cho tất cả chúng sanh.

Nhưng một niềm tin thuần túy chưa đủ để đưa Phật tử ra khỏi khổ đau, cũng không dẫn đến chân hạnh phúc mà cần phải kết hợp, xây dựng trên nền tảng của trí tuệ và thực nghiệm thì con người mới có thể tự giải thoát khỏi nghiệp lực và khổ đau. Tin Phật cần phải hiểu lời Phật dạy, từ đó áp dụng thực hành nhằm mang lại an vui hạnh phúc cho mình và người. Nếu chỉ nghe người khác nói về Đức Phật A Di Đà và phát khởi lòng tin không thôi thì vẫn chưa đủ mà còn phải chứng thực. Bởi vì Phật dạy “Tin Ta mà không hiểu Ta tức là hủy báng Ta”. Có câu chuyện như vậy : Gia đình nọ cha và mẹ đi làm xa căn dặn con ở nhà coi chừng cửa ngõ kẻ trộm vô nhà lấy cắp đồ trong nhà. Đêm hôm ấy trong làng có gánh hát tổ chức tại sân làng, anh ta mê hát nếu ở nhà thì không đi xem hát được, anh mới nghĩ ra cách cha mẹ bảo giữ cửa ngõ thì mình tháo cửa chốt kỹ rồi đi xem hát thì an toàn cho việc đi xem hát, thế là anh tháo cửa chốt rồi đi xem hát. Xong sau khi xem hát về nhà không có cửa ản trộm vào tha hồ lấy hết đồ. Té ra anh ta không hiểu lời dặn của cha mẹ, giữ cửa ngõ là giữ những thứ quý giá ở trong nhà chứ không phải việc giữ cửa ngõ là xong.

Người tin Phật cũng vậy, chỉ căn cứ trên lời dạy của Phật, nhưng không suy xét hiểu được ý Phật nói, nên chỉ giữ trên hình thức, thực hành trên hình tướng, còn ý nghĩa thâm sâu thì không hề hay biết. Vì thế càng tu càng thấy bất an và đau khổ là vậy, tu chỉ chuyên bề tín ngưỡng lễ lạy đọc tụng mà không thay đổi tâm tính, còn về phần thực hành thì không áp dụng trong cuộc sống nên mọi việc đâu vào đó. Trong văn Cảnh Sách có câu “ Bước đi năm trước, tất bước không dờ”, tức những tập khí năm xưa nay vẫn còn nguyên như ban đầu không thay đổi. Thế rồi đổ thừa cho Nghiệp, vì tu là chuyển nghiệp mà lại đổ thừa cho nghiệp là việc sai lầm.

Tin Phật mà không hiểu ý lời Phật dạy chỉ áp dụng hình thức bên ngoài thì trái lời Phật dạy lòng tin đó ngược lại ý của Phật, trở thành người phá hoại, hay hủy báng lời Phật. Cũng vậy với Pháp môn Tịnh độ lòng tin đối với Phật A Di Đà và cõi Cực lạc cần phải đặt trên nền tảng của trí tuệ. Đạo Phật gọi là đạo trí tín là đạo tin

bằng lý trí chứ không phải tin bằng sự mê tín, cuồng tín. Điều này, chúng tổ đạo Phật đề cao sự nỗ lực cá nhân. Con người có được giải thoát hay không, có được giác ngộ hay ra khỏi luân hồi hay không là do chính bản thân mình. Vì vậy, ngoài niềm tin đối với Đức Phật và giáo pháp Ngài truyền trao còn phải tin vào bản thân mình, chính bản thân chúng ta sẽ là người tiếp nhận và thực hành giáo pháp Đức Phật. Và chính mình người sẽ là người đạt được kết quả tu tập do bản thân mình đem lại, chứ không ai thay thế cho mình được. Như vậy, niềm tin rất cần thiết và quan trọng trong tôn giáo. Đó cũng là con đường để chúng ta đi đến kết quả của sự tu tập.

Tóm lại : Cõi Tịnh độ là sự mong muốn, ao ước của con người về một thế giới tốt đẹp, nơi mà con người bớt đi mọi khổ đau thay vào đó là sự an vui hạnh phúc. Đây không chỉ là ước muốn con người nói riêng và tất cả chúng sanh nói chung mà còn là mục đích của những bậc giáo chủ các tôn giáo nhằm tạo ra cho con người một con đường giải thoát, xa lìa mọi khổ đau ở thế gian. Cũng chính nhờ sự nhìn nhận riêng của mỗi người nên cõi Tịnh độ được diễn đạt theo hai hướng: Một hướng là cầu sự an lạc của nội tâm, hướng đến sự giác ngộ của tự thân đề cao tinh thần tự giác ; Một hướng là cầu mong sự giúp đỡ bên ngoài và đặt trọn niềm tin vào nơi đó. Như vậy, sự mong cầu khác nhau, đều do sự nhìn nhận, suy nghĩ của mỗi người, vì những cõi an lạc đó đều là mục đích cho con người hướng đến và niềm tin chính là cánh cổng mở ra con đường đi đến mục tiêu.

Tất cả đều là phương tiện mở ra để dẫn dụ con người có một cuộc sống an lạc ngay trong hiện tại, chỉ là chúng ta có chọn đúng con đường hay không mà thôi. Và vấn đề đạt đến mục đích đó, ngoài việc đặt trọn niềm tin và nỗ lực của sự thực hành theo chánh pháp của Phật, thì trong hiện tại chúng ta cũng phải sống tốt, đem lại bình an cho mình và người khác. Và nếu hiện tại chúng ta đã thành tựu được vậy thì tương lai chắc chắn sẽ sinh về quốc độ của chư Phật như mong muốn. Đức Phật dạy các pháp Ngài đã thuyết như ngón tay chỉ mặt trăng, khi các pháp đã được thuần thiện, mục đích cuối

cùng của con người không còn phân biệt mà sẽ trở thành một nơi chung cho tất cả. Nhân quả thế gian là chung cho tất cả chúng sanh, khi một người tạo nhân thiện thì sẽ có được kết quả thiện. Do đó, quan trọng nhất vẫn là sự thực hành của mỗi cá nhân, đạt được mục đích giải thoát hay không đều do chính bản thân mình. Một người khi tâm thanh tịnh thì không còn ham muốn phải sanh về cõi nào khác, mà chính nơi người đó là cõi Tịnh độ rộng lớn, có thể dung chứa tất cả và giải thoát mọi hạn cuộc trên thế gian này./.

(Trích : VHPG số 403 – 15-12-2022 . “Định nghĩa cõi Tịnh độ theo các kinh và tiến trình lịch sử kết tập kinh A Di Đà” SC Thích Nữ Hạnh Liên.)



THIỆN VÀ TỊNH THEO CÁCH NHÌN CỦA THIỀN SƯ

Thiền sư Chân Nguyên nói “ Cực lạc không rời pháp giới, đến chỗ cuối cùng thì chung một giác tánh trong sáng chứ không có riêng. “ Như như diệu trạch không thừa thiếu, bình đẳng Di Đà chiếu mười phương”. Pháp giới bao dung không thiếu không dư, tự tánh Di Đà ai cũng có, và soi sáng khắp mười phương. Như vậy theo cái nhìn của Thiền sư Chân Nguyên đứng về mặt lý tánh thì Thiện và Tịnh không hai không khác.

Tổ sư Nguyên Thiều (1648- 1728) cũng ứng dụng Tịnh độ trong thiền phái làm phương pháp chánh niệm tu tập. Tổ sư dạy quy tắc niệm Phật cần yếu trong 10 bài trong đó có đoạn : “ Xuất gia cần yếu niệm Phật, niệm niệm yếu sanh Cực lạc, niệm đáo bất niệm nhi niệm, Di Đà tất tùy tha đắc” . Xuất gia phải cần chuyên niệm Phật, mỗi niệm đều cầu sanh về nước Cực lạc, niệm đến khi không niệm mà có niệm thì Đức Di Đà sẽ hiện ra trước mắt.

Thiền sư Vĩnh Minh Diên Thọ cho rằng :

Có thiền không Tịnh độ

**Mười người tu chín người trật
Có thiền có Tịnh độ
Muôn người tu không mất một người**

**Ai ơi lòng thật chớ nghi
Tu hành đắc chí liễu kỳ tử sanh
Tuy rằng vạn quyển thiên kinh
Chẳng qua sáu chữ Hồng danh rất mầu**

Sáu chữ Nam Mô A Di Đà Phật rất mầu nhiệm, tóm thâu cả vạn quyển thiên kinh. “Tuy rằng vạn quyển thiên kinh, Chẳng qua sáu chữ Hồng danh rất mầu, Vui lòng một chuỗi giới châu, Sớm khuya tưởng niệm công phu mà lần”.

Trong Văn tế cô hồn Nguyên Du “Kiếp phù sinh như hình bào ảnh, có câu rằng : vạn cảnh giai không- Ai ơi lấy Phật làm lòng- Tự nhiên siêu thoát ở trong luân hồi. “Ai ơi lấy Phật làm lòng” tức lấy tâm của Phật làm lòng của mình, lấy nguyện của Phật làm nguyện của mình, lấy hạnh của Phật làm hạnh của lòng mình, vì lòng mình với lòng của Phật là một, nghĩa là cùng một tâm không khác, thì nhất định ngay đó sẽ được siêu thoát cõi luân hồi.

Trong kinh Bảo Tích phẩm Pháp hội quán Vô lượng thọ Đức Phật giảng về thế giới Cực lạc cho hoàng hậu Vi Đề Hi như sau : “ Phật Di Đà cách đây chẳng xa, bà nên nhiếp niệm quán kỷ cõi nước ấy thì tịnh nghiệp được thành. Nay ta vì bà mà nói rộng các pháp quán, cũng khiến đời vị lai tất cả hàng phàm phu, những người muốn tu tịnh nghiệp được thọ sanh Tây phương Cực lạc quốc độ. Nay Vi Đề Hi ! Người muốn sang nước Cực lạc ấy nên tu ba phước : Một là hiếu dưỡng cha mẹ, kính thờ bậc sư trưởng, có tâm nhân từ chẳng giết hại và tu tập 10 nghiệp lành. Hai là thọ Tam quy, đầy đủ các giới cấm và chẳng sai phạm oai nghi. Ba là phát Bồ đề tâm, sâu tin nhân quả, đọc tụng kinh điển Đại thừa, và khuyên dạy sách tấn người tu

hành. Ba sự như vậy gọi là tịnh nghiệp. Nay Vì Đề Hi ! Ba nghiệp ấy là chánh nhân tịnh nghiệp của tam thể chư Phật quá khứ vị lai hiện tại”.

Đức Phật dạy muốn được vãng sanh đầu tiên phải tu ba phước, thực hiện hiếu đạo và tu 10 thiện nghiệp, thọ tam quy, đó là chánh nhân tịnh nghiệp, phải phát Bồ đề tâm, tin sâu nhân quả, đọc tụng kinh điển Đại thừa. Nếu hành giả thực hiện trọn vẹn ba phước như vậy thì việc vãng sanh Cực lạc sẽ thành tựu viên mãn./.



BIẾT ƠN

Để tỏ lòng biết ơn cây Bồ đề che mưa che nắng suốt 49 ngày đêm thiền định dưới gốc cây. Đức Phật đã đứng cách một khoản x, chăm chú nhìn cây trọn 7 ngày. Vì vậy, tri ân là những bài học sâu sắc đầu tiên Đức Phật truyền dạy cho chúng ta.

Trong kinh Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật từng răn “ Nếu có chúng sanh biết báo đền, người này đáng kính, ân nhỏ còn chẳng quên huống là ân lớn. Cho dù người ấy rời nơi đây ngàn do tuần, trăm ngàn do tuần mà chẳng là xa, vẫn không khác gần Ta. Vì sao ? Tỳ kheo nên biết, Ta thường khen ngợi biết báo đền. Lại có các chúng sanh chẳng biết báo đền, ân lớn còn chẳng nhớ há huống nhỏ, người đó chẳng gần Ta, Ta chẳng gần người đó. Ngay cho họ đắp Tăng già lê ở sát bên Ta, người này vẫn xa Ta. Vì sao, Ta thường chẳng nói về người không báo đền. Thế nên, các Tỳ kheo, nghĩ báo đền, chớ học không báo đền, như thế này các Tỳ kheo, nên học điều này.

Có thể thấy, từ sự biết ơn mà gần với Phật hơn, giúp cuộc sống trở nên ý nghĩa chan hòa yêu thương hơn. Ta biết ơn mỗi chén cơm ta ăn vì trong từng hạt gạo chứa đồng công lao cực khổ của người nông dân, những người tâm từ yêu thương của người nấu. Ta biết ơn những cành cây ngọn cỏ vì sự trong lành chúng đã phủ lên Trái đất

này. Ta biết ơn mỗi sáng mai thức dậy, dù có thể vẫn lăn lộn trong biển khổ cuộc đời, nhưng ta còn sống, còn tình yêu là còn tất cả ./.

Biết ơn mọi người : Cha mẹ là người yêu thương ta vô điều kiện, không ai nhịn đói cho ta no, không ai chịu bất hạnh cho ta hạnh phúc, ngoài hai người, cha và mẹ là những người luôn cho ta những thứ tốt đẹp nhất mà không bao giờ cần chúng ta đền đáp. Vì vậy, hãy cảm thấy mình còn may mắn và hạnh phúc khi cha mẹ còn đồng hành bên mình, đừng quên nói một lời cảm ơn đến cha mẹ.

Ngoài tình thương từ gia đình cha mẹ, chúng ta còn có nhiều tình yêu thương trong cuộc đời, được nối kết từ những mối tình yêu thương của bạn bè, của tình thầy trò, tình đồng nghiệp, tình làng nghĩa xóm, đã quan tâm và giúp đỡ để ta có một cuộc sống trọn vẹn. Không ai trong cuộc đời có thể vượt qua tất cả mọi thứ mà không nhờ sự động viên, sự giúp đỡ từ người khác. Hãy cảm ơn họ đã và đang giúp đỡ mình trong những lúc khó khăn về vật chất hay tinh thần. Hãy một lần ngẫm lại, để thấu hiểu nếu không có người tận tâm tận lực giúp đỡ thì ta có thể vượt qua khó khăn, để thành công như hôm nay không. Lại còn nhiều lời cảm ơn đến những người đã và đang hy sinh thầm lặng, nơi biên giới, hải đảo xa xôi, đầu sóng ngọn gió, ngày đêm miệt mài bảo vệ biên cương bờ cõi, để cho chúng ta có cuộc sống yên bình, và với những người ngày đêm miệt mài lao động để tạo ra của cải vật chất và các phương tiện sinh hoạt, để đem lại cuộc sống bình yên ấm no trên mảnh đất quê hương này. Bởi khi chúng ta sống giữa một xã hội biết ơn, chính sự biết ơn đó sẽ đem lại cho ta sự hạnh phúc, và sự gia tăng gắn kết mọi người với nhau. Sự an vui được gia tăng và sự đau buồn sẽ giảm đi, cuộc sống lại càng có ý nghĩa hơn.

Biết ơn vạn vật : Con người từ sinh ra cho đến khi nhắm mắt lìa đời luôn có sự đồng hành và che chở của thiên nhiên. Bởi sự sống của loài người đều được duy trì bằng những thứ dinh dưỡng đến từ thiên nhiên, cho nên thiên nhiên như một người mẹ hiền che chở và bao dung chúng ta, nhưng con người có mấy ai hiểu được ý nghĩa

cao quý đó. Trong kinh gọi tri ân thủy thổ, là nhớ ơn đất đai, cây cối, nước, lửa v.v.. Vì những thành phần này cho ta cơm ăn, nước uống, không khí để thở, áo mặc, nhà ở v.v.. chúng ta mới sống còn, mới khỏe mạnh.

Vì thế, không những yêu quý thiên nhiên mà còn phải biết ơn thiên nhiên và bảo vệ thiên nhiên. Bảo vệ thiên nhiên tức bảo vệ sự sống của con người và các loài động vật. Đây chính là tâm từ bi rải khắp muôn loài là hạnh từ của Bồ tát./.



SỰ PHÁT TRIỂN LỚN MẠNH CỦA CÁC ĐẠO TRÀNG PGVN TRONG NHỮNG NĂM QUA

Trong cả nước có nhiều đạo tràng tu tập như sau :

- Đạo tràng Bát Quan Trai : có 1.242 đơn vị**
- Đạo tràng Thiền : có 35 đơn vị**
- Đạo tràng niệm Phật, Phật thất : có 698 đơn vị**
- Đạo tràng Pháp Hoa có 80 đơn vị**
- Đạo tràng Dược Sư có 40 đơn vị**
- Đạo tràng Đại Bi có 81 đơn vị**

Các mô hình đạo tràng khác như Mật tông, Địa Tạng, Lương Hoàng Sám có 103 đơn vị. Tổng số đạo tràng sinh hoạt là 2.725 đơn vị . Tổng số người tu học 311.960 người.

Ngoài ra còn có các khóa tu mùa hè, khóa tu an lạc, đoàn Phật tử, Doanh nghiệp, tiểu thương, y khoa, giáo dục, văn nghệ, từ thiện, nghi lễ v.v..

Chúng ta thấy các khóa tu, các đạo tràng, các sinh hoạt của Phật giáo ảnh hưởng gắn liền với cuộc sống nhân sinh có thể nói trên 70% dân số. Số lượng người tu tập trên mọi hình thức mọi sinh hoạt, góp phần ổn định an ninh trật tự xã hội đồng thời góp phần xây dựng phát triển đạo pháp vững mạnh trong mọi cuộc sống con người.



MỤC LỤC

THIỆN VÀ PHÁP MÔN VÔ NIỆM.....	7
ƠN NGHĨA TƯƠNG QUAN.....	19
NHIẾP PHỤC MA QUÂN.....	26
TÂM VÀ HÌNH KHÁC TỤC.....	29
CÔNG HẠNH CỦA BỒ TÁT.....	37
LÀM PHẬT SỰ.....	39
TU HÀNH CÓ THOÁT ĐƯỢC NGHIỆP BÁO HAY KHÔNG ?.....	42
THỈNH CHUÔNG.....	43
NGÃ LÀM TA VUI CŨNG LÀM TA KHỔ.....	45
KHÔNG AI CHÊ.....	47
GIỚI LUẬT VÀ MẠNG MẠCH PHẬT GIÁO.....	48
GIỚI LUẬT LÀ CHUẨN MỰC CHO NẾP SỐNG PHẠM HẠNH.....	54
TÂM SANH TỬ KHÔNG THA THIẾT.....	56
CÁC PHƯƠNG PHÁP BẢO VỆ SỨC KHỎE KHÔNG CẦN DÙNG THUỐC...	68
SỐNG CÓ HẠNH PHÚC.....	68
ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO TỪ TỬ NHIẾP PHÁP.....	69
NGÀY – THÁNG- NĂM.....	74
ỨNG DỤNG THIỀN TRONG NẾP SỐNG CỦA HÀNH GIẢ HIỆN TẠI.....	76
LÝ TƯỞNG GIẢI THOÁT.....	85
TÍN NGƯỠNG TRONG ĐỜI SỐNG CON NGƯỜI VIỆT NAM.....	88
TINH THẦN NHẬP THỂ PHẬT GIÁO ĐẠI THỪA.....	89
NIỀM TIN TRONG PHÁP MÔN TỊNH ĐỘ.....	100
THIỆN VÀ TỊNH THEO CÁCH NHÌN CỦA THIỀN SỰ.....	104
BIẾT ƠN.....	105
SỰ PHÁT TRIỂN LỚN MẠNH CỦA CÁC ĐẠO TRÀNG PGVN TRONG NHỮNG NĂM QUA.....	107

Quý vị tìm đọc thêm các bài viết tại:

Chuatambaotamky.blogspot.com