

CĂN BẢN

# Phật Pháp



CHÙA DƯỢC SƯ, LÂM ĐỒNG

PL. 2563 - 2019

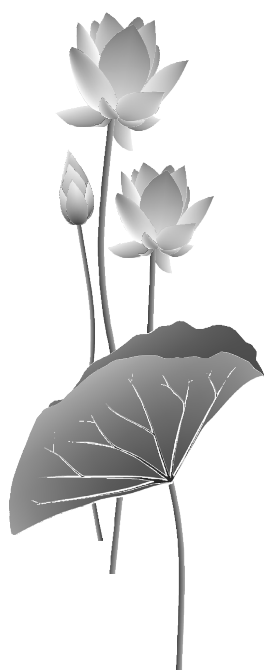
CĂN BẢN

# Phật Pháp

(Tái bản lần thứ 2)

*Tỳ-khêo-ni Hải Triều Âm toát yếu*

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO



*Tiểu Sử*

## Cố Đại Lão Sư Trưởng Hải Triều Âm

Sư trưởng pháp hựu Hải Triều Âm, tự Đại Thành, hiệu Bác Tế Từ Hòa, thế danh Nguyễn Thị Ni, sinh năm 1920 tại tỉnh Hà Đông, nay thuộc thủ đô Hà Nội.

Thân phụ là một công chức người Pháp, cụ ông Etienne Catallan. Thân mẫu là một y sĩ người Việt, cụ bà Nguyễn Thị Đắc. Vì thế Sư Trưởng còn có tên thế tục tiếng Pháp là Eugénie Catallan.

Thầy sanh trưởng trong gia đình nề nếp gia phong, được huân ướp một đời sống đạo đức, lễ nghi của người châu Á. Kiến thức văn hóa, trí tuệ sâu rộng từ trường học Tây phương. Thầy đã có một lối sống khuôn phép nhưng khoáng dãng, lịch sự nhưng cương trực.

Lấy xong bằng tốt nghiệp Diplôme D'étude Primaire Suprieur Thầy đi dạy học. Ngay khi còn tại gia, Thầy đã biểu lộ lòng từ bi. Ngày ngày dạy học, ngoài thời giờ Thầy vào các bệnh viện, trại mồ côi, dưỡng lão để giúp đỡ an ủi động viên những mảnh đời bất hạnh.

Cơ duyên được biết Phật pháp là do Sư cụ Thích Tuệ Nhuận. Bài pháp đầu tiên được nghe Sư cụ giảng tại chùa Quán Sứ là kinh Lăng Nghiêm, phẩm Quán Âm Quảng Trần và chương Đại Thế Chí niệm Phật. Lãnh hội được sự vi diệu của Phật pháp đem lại niềm an vui cho mọi người. Sau đó, Thầy thường in những cuốn kinh nhỏ phát cho các Phật tử tới chùa tụng kinh hằng ngày.

Quy y với Hòa-thượng Pháp chủ đương thời là ngài Thích Mật Ứng, được Ngài đặt cho pháp danh là Hải Triều Âm.

Thầy sáng lập gia đình Phật tử, mở các hội trường lão, thanh thiếu niên, nhi đồng ở Hà Nội, Hải Phòng. Ngoài ra Thầy còn viết bài cho tòa báo Bồ Đề của Sư cụ Thích Tuệ Nhuận, dưới bút hiệu là Thích Nữ Cát Tường Lan. Các bài pháp rất thực tế, đưa Phật pháp vào tư tưởng thanh thiếu niên trong thời đại giao thoa giữa

Nho giáo và Tây học ở những năm cuối của thập niên 40, thế kỷ XX.

Năm 29 tuổi, thâm ngộ lẽ vô thường, phước thiện thế gian không thể đưa đến giải thoát. Thầy xuất gia với Hòa-thượng Thích Đức Nhuận, ở Hà Nội (*Người sau này là đức Đệ Nhất Pháp Chủ GHPGVN*). Hòa-thượng cho y chỉ và thọ giới với Hòa-thượng Ni Tịnh Uyển, chùa Thanh Xuân, làng Phùng Khoang, Hà Nội.

Đến năm 1952, vâng lời Hòa-thượng Bốn Sư di cư vào Nam. Nhập chúng tại Ni trường Dược Sư, Gia Định, Sài Gòn. Vừa lo tu học, vừa hầu mẹ già bị bệnh bán thân, vừa lãnh việc chuyên giảng dạy cho Phật tử. Thầy tinh trì giới luật, nghe kinh Kim Cang lãnh ngộ được tông chỉ niệm Phật. Thầy tu quán Tứ Niệm Xứ để khai tuệ giác tỉnh, sở đắc về bộ kinh Lăng Nghiêm để khai tri kiến Phật.

Khoảng năm 1962, sau khi mẹ mất, vì muốn báo hiếu công ơn mẹ, Thầy nhập thất 5 năm ở chùa Vạn Đức, Thủ Đức, Sài Gòn. Những mong nhập Niệm Phật tam muội.

Năm 1968, Hòa-thượng Thích Thiên Tâm khai mở tông Tịnh-độ ở thôn Phú An, Đức Trọng, Lâm Đồng. Mời

Thầy về để cùng một số Ni chúng thành lập xã Hoa Sen, noi gương Tổ Huệ Viễn. Nơi đây, Thầy nhập thất tại tịnh thất Linh Quang, chuyên tâm niệm Phật.

Năm 1970, Hòa-thượng Thích Thanh Từ mở lớp tu thiền 3 năm ở Thiên viện Chơn Không, Vũng Tàu. Thầy là một trong 10 vị khóa đầu được Hòa-thượng chiêu sinh. Thầy theo khóa học thiền để hỗ trợ cho công hạnh tu Tịnh-độ. Sau thời gian tu tập, Thầy ngộ được tôn chỉ “Tri vọng vọng tan, chính là quán hạnh Tứ Niệm Xứ”.

Năm 1973, Thầy trở về Tịnh thất Linh Quang, Lâm Đồng nối tiếp công phu tu niệm.

Nhưng từ hoài bi nguyện độ sanh không bỏ, Thầy bắt đầu độ chúng, lúc đó chỉ có vài chục người. Đến nay đã thành lập 9 chùa Ni Liên, Linh Quang, Liên Hoa, Viên Thông, Hương Sen, Dược Sư, Lăng Nghiêm, Bát Nhã và Dược Sư 2. Đủ các căn cơ, già trẻ, lớn bé cho đến người tàn tật, trẻ mồ côi Thầy đều đưa tay tế độ, mong họ được kết duyên với Phật pháp. Phật tử quy y thì không biết bao nhiêu mà kể.

Mặc dù giác biết chúng sanh huyền có, vẫn dùng pháp huyền để độ chúng sanh. Ngày ngày lên lớp giảng dạy, từ sáng đến trưa, từ trưa đến chiều, lời lẽ uyên bác,



chỉ mặt phải, răn mặt trái. Nhắc đi nhắc lại, cặn kẽ từng lời, mong sao cho các con thấm nhuần kinh pháp. Lời giảng dạy của Thầy ai nghe cũng thấy đúng với tâm trạng của mình, hợp thời, hợp cơ, giản dị dễ hiểu, lại rất thực tế.

Đối với đại chúng, Thầy khiêm cung, giản dị, từ hòa. Nhưng nghiêm khắc đưa đại chúng vào khuôn khổ giới luật, nội quy. Sửa trị những xấu ác, nhưng bao dung những lỗi lầm chỉ cốt cho đại chúng thành những bậc pháp khí trong Phật pháp. Thầy một lòng lo cho đại chúng, từ tinh thần đến vật chất, hy sinh sức khỏe thời giờ, tận tình từ đời sống tạm thời đến rồi đi, tới đời sống đạo vị lợi ích vĩnh viễn trong kiếp tương lai. Suốt ngày trọn đêm không giờ phút nào Thầy ngơi nghỉ trong bốn phạm tự giác giác tha.

Tấm gương vô ngã vị tha của Thầy, không lời lẽ nào kể hết được. Hạnh đức của Thầy đã gieo vào tâm thức chúng con những ấn tượng khó phai. Lúc Thầy ở Chùa Liên Hoa, Bình Thạnh, TPHCM, học chúng đổ về học pháp rất nhiều, không đủ chỗ, Thầy sửa lại phòng tắm làm chỗ nghỉ cho mình, nhường phòng mình làm chỗ ở cho đại chúng. Còn nhớ những ngày đông giá rét ở xứ lạnh cao nguyên, ai ai cũng co ro lo tìm sự an ổn cho

mình. Riêng Thầy, áo mền ấm áp nhường tất cả cho các con, ráp những tấm vải thô vừa nặng vừa chẳng đủ ấm làm phần của mình.

Thấy đàn hậu lai trí kém tuệ ít, Thầy toát yếu lại những bộ kinh Hoa Nghiêm, Bát Nhã, Lăng Nghiêm, Pháp Hoa, Luật Tỳ-kheo-ni v.v... lời văn giản dị, xác thực để học chúng dễ nắm được yếu chỉ của kinh luật. Mắt đeo kính, dưới ánh đèn dầu, Thầy miệt mài đọc sách dịch kinh. Từng bộ kinh Hán văn dày cộm đầy những chữ với bộ óc tuổi già thật mỏi nhọc, Thầy vẫn hết sức cố gắng cặm cụi dịch sang Việt ngữ để đàn hậu lai có sách học tập. Thầy đã biên dịch, biên soạn, toát yếu hơn 100 đầu sách và in ấn không biết bao nhiêu mà kể. Mỗi một cuốn sách viết ra Thầy không để tên mình bao giờ, mà lấy tên của các đệ tử đặt vào sách (*sau này khi tái bản, chúng con đã mạn phép ghi tên Tôn Sư vào sách*). Ấn tống các kinh Di Đà, Phổ Môn, Dược Sư gửi khắp Bắc Trung Nam, để các Phật tử có kinh tiếng Việt. Mang bệnh giựt cơ trên đầu mấy chục năm nhưng chưa từng vì đó mà nghỉ ngơi. Năm 1983, vì muốn làm cuốn Hai Cánh Nhà Ni cho các Tỳ-kheo-ni mới thọ giới nắm vững giới điều, Thầy đã thức suốt cả tháng.

Một lòng tôn kính Phật Pháp Tăng, gặp bất cứ hình tượng Phật nào Thầy đều thành kính đảnh lễ. Tận tình học pháp, nghiên cứu pháp, truyền bá giáo pháp, cả đời Thầy nêu cao tấm gương vì pháp quên thân. Đối với Tăng Ni, Thầy khiêm cung, kính trọng, dạy hàng đệ tử chúng con suốt đời phải thực hành Bát Kính Pháp. Dạy chúng con nếp sống lục hòa, trên kính dưới nhường, lấy Giới Định Tuệ làm sự nghiệp chính của mình.

Thầy thường răn nhắc chị em phải tinh tấn tu hành để đền ơn thí chủ. Đời sống giản dị, tiết kiệm từng hạt gạo, tấm vải. Thường răn dạy chúng con không được phung phí vật dụng Tam-bảo, phải biết yêu tiếc như giữ tròn con mắt. Thầy kiệm đức kiệm phước trong từng hành động, 70 tuổi vẫn tự giặt áo, giảng mừng, không phiền nhọc một người hầu hạ. Mãi đến 80 tuổi, Phật sự đa đoan, tuổi già mỗi nhọc, Thầy mới cho hàng đệ tử chúng con trợ giúp. Đến khi già lão, thân suy yếu lại bệnh nhưng chưa bao giờ Thầy hiện tướng mỗi nhọc buồn phiền, gặp ai cũng nở nụ cười từ ái. Ai đến gần Thầy đều cảm nhận được sự mát mẻ từ bi, tất cả bao phiền não đều tiêu tan.

Bởi vì thấu đạt được chân lý “nhất thiết chúng sanh giai hữu Phật tánh”, nên con sâu cái kiến, hàm linh bào

thức, các loài chúng sanh, đã có duyên với Thầy đều được thừa hưởng ân đức Thầy ban bố, được thấm nhuần pháp vị. Lòng từ bi của Thầy không chỉ nhân loại được hưởng mà thấm nhuần đến từng cỏ cây, loài vật. Với chúng sanh, đói Thầy cho ăn, khát Thầy cho uống, rét Thầy cho áo mặc, niệm Phật để nó kết duyên với Phật pháp từ đời này đến đời sau. Thầy răn dạy chúng con “đó chính là những huynh đệ chúng ta từ kiếp trước, chỉ vì một chút lỗi lầm phải đọa làm thân chó, nên các con phải tận tình thương xót”.

Xếp đặt cho các con trong hiện tại đã đủ mọi bề khó khăn, lại còn lo mai này, Thầy về cõi Phật, các con nương tựa vào đâu? Thầy làm chùa, xây dựng cho hậu lai nơi ăn chốn ở. Nhưng thế sự vô thường, không bền chắc, chỉ có Phật pháp mới là nơi nương tựa vững vàng nhất. Thầy vì đàn hậu lai mở ra một đường lối tu hành rõ ràng. Năm 1988, Thầy viết một bài Di Chúc, để lại cho đàn hậu lai chúng con. Đó vừa là lời dặn dò, vừa là con đường tu hành của bản thân Thầy và cũng là kim chỉ nam chỉ lối đưa đường cho đàn hậu lai chúng con trên bước đường tu học.



Qua bao thăng trầm thế sự, Thầy vẫn như núi kia bất động trước cảnh đời dâu bể, vẫn cúi xuống tận lực đùm bọc che chở, nuôi dưỡng thánh chủng cho hàng đệ tử chúng con. Sức an định của Thầy như núi cao bất động trước phong ba của tám gió. Trí tuệ của Thầy như trăng sáng chiếu soi, phá tan bao hắc ám của đời sanh tử. Dù nói bao nhiêu cũng không đủ lời để tán dương hạnh đức Tôn sư.

Năm 2009 ngày 6 tháng 7 âm lịch, Thầy để lại bút tích như sau:

*Ký ca ký cốp  
Đóng góp nên công  
Nhẹ như lông hồng  
Bay về Cực Lạc.  
Hào quang sáng quắc  
Vẫy gọi muôn phương  
Cái bướm con mèo  
Trời người muôn loại.  
Mau mau tỉnh giấc  
Thoát xác vô minh  
Giải nghiệp hữu tình  
Lên đường giải thoát.*

Bốn năm sau ngày Sư trưởng để lại bút tích. Mừng 4 tháng 4 năm Quý Tỵ (13/5/2013) là ngày Vía đức Văn Thù Bồ-tát, cũng là ngày Kỷ niệm xuất gia lần thứ 64 của Thầy, một vầng hào quang rực rỡ xuất hiện trên đỉnh tháp khoảng từ 8 đến 12 giờ trưa.

Trước ngày vãng sanh, Thầy cho biết đã nhìn thấy đức A Di Đà, đức Văn Thù Bồ-tát, Phổ Hiền Bồ-tát cùng các thánh chúng đến đón.

11 giờ 56 phút, ngày 31 tháng 7 năm 2013 (nhằm ngày 24 tháng 6 năm Quý Tỵ): Thầy thu thần thị tịch, hoa sen trắng trắng vãng trời Tây. Thượng thọ 94 tuế thế, 60 hạ lạc.

Thí chủ xây Kim Quang tháp cúng dường tại Ni viện Dược Sư, Đức Trọng, Lâm Đồng, nơi an nghỉ cuối cùng của nhục thân trần thế.

*Thần thức lên miền An Dưỡng,  
Nghịệp chương bỏ lại trần lao.  
Hoa khai chín phẩm sen vàng,  
Phật rử nhất thừa thọ ký.*

Trong suốt những ngày tang lễ đều có vầng hào quang xuất hiện trên đỉnh tháp, dưới sự chứng kiến của những người tham dự.

Liên tiếp các ngày tuần thất cho đến tuần chung thất, cũng đều có hào quang xuất hiện và mây ngũ sắc trên bầu trời.

Sư trưởng đã thị hiện vô thường, để lại niềm nuôi tiếc khôn nguôi cho hàng trăm, hàng ngàn đệ tử xuất gia và tại gia trên khắp thế giới.

Chúng con mạo muội viết lên ít dòng để nêu lên một phần nào công hạnh của Tôn sư, mong rằng những người hữu duyên được mong ân pháp vũ.

*Nam mô Kim Quang tháp, Tào Động phái, pháp hựu Hải Triều Âm, tự Đại Thành, hiệu Bác Tế Từ Hòa, Đại lão Sư trưởng giác linh.*

*Chùa Dược Sư, ngày 7-7-2014*

*Trân trọng kính ghi  
đền ơn pháp nhũ*

*Thập bảo một câu lọt vào tai  
Thuộc bàu muôn kiếp vẫn còn hoài.  
Thận trọng tiến tu lên mãi mãi,  
Quần sanh trông đợi, hỡi ai ơi!*





# CĂN BẢN PHẬT PHÁP



*Soạn giả: HT. Thích Thông Bửu*

**S**ho tàng Phật pháp là gia bảo vô giá. Đức Phật thuyết truyền ròng rã 49 năm. Giáo pháp nhiều như rừng cây. Chỗ chúng ta học được chỉ là vài cái lá. Nhưng liễu nhập giáo pháp thì chỉ một câu cũng bảo đảm an vui giải thoát. Vì vậy cuốn Căn Bản Phật Pháp này hiện hữu. Kính mong quý vị cao minh chỉ giáo, thiện hữu góp lời, chúng tôi trân trọng tri ân.

Trước khi Niết-bàn đức Phật di giáo: “Giới luật còn là đạo Phật còn”. Tăng đoàn thay Phật phổ truyền giới luật suốt 25 thế kỷ, khắp 5 châu. Nấc thang đầu

tiên để lên lầu An Lạc là nhiếp phục mắt tai mũi lưỡi thân. Giữ gìn không cho năm giác quan buông lung. Sáu căn giảm thêm khát sáu trần để tiến tới buông bỏ được sáu trần. Tu tập rèn luyện làm sao cho oai nghi tế hạnh vững vàng.

Quan sát 18 giới: sáu căn huyễn hóa, sáu trần ảo ảnh, sáu thức mê lầm. Thế gian chấp đoạn (người chết là hết), chấp thường (linh hồn bất diệt). Các thứ tà kiến chỉ vì cho 18 giới là Ta, của Ta nên ái nhiễm tư hữu. Các pháp từ căn trần thức duyên sanh tạo muôn sự phân biệt, mở ra biết bao nhiêu phiền não trần lao. Bậc tu hành vượt qua 18 giới là nắm được chìa khóa vàng để mở cửa giải thoát. Xóa được tinh thần cá vị sẽ nhập đại thể.



**Con người cần Đức và Trí như chim phải đủ hai cánh. Phật tử tại gia gặp môn nào cũng tu, gặp pháp nào cũng học. Khác nào kẻ đang bị thả trôi giữa dòng, mặc cho loay hoay tự tìm cách giải thoát. Đạo tràng Diệu Pháp Liên Hoa, các Giáo Thọ Sư đã liễu lĩnh tiên phong mong tháo gỡ nỗi khó khăn này. Đã 7 năm nay cùng nhau hội thảo để việc diễn giảng dần dần vào phương pháp sư phạm. Tuyệt đối tôn trọng nhu cầu của môn sinh chớ không cứng nhắc sở trường của Thầy dạy.**

**Người diễn giảng nếu đã liễu đạt thì lời nói minh bạch, chúng nghe dễ hiểu. Nếu không thì đành “trích cú tầm chương”, trước lo liễu thông sự tướng, sau sẽ viên dung sự lý.**

**Bài học vỡ lòng là tin Phật Pháp Tăng, quy y Tam-bảo. Sáng vừa mở mắt, nhớ ngay bài thần chú Tịnh Khẩu Nghiệp,**

**Tịnh Thân Nghiệp, Tịnh Ba Nghiệp để suốt ngày nhớ bốn phận.**

**Điều hòa hơi thở mỗi ngày 4 lần. Mỗi lần từ 5 phút đến nửa giờ. Cần thực hiện 4 phương châm: Chậm, sâu, lâu, nhẹ.**

**Chỗ NẪM cần thoáng khí, không có những tiếng động náo loạn hoặc rập kiến, mùi hôi mốc ngộp thở. Tránh lạnh nóng các chướng duyên. Nằm theo kiểu cát tường của Phật. Ngủ để định thân mỗi ngày cần 6 giờ.**

*Thời khóa* { Từ 22h đến 24h: Ngủ.  
 Từ 24h đến 01h: Thức.  
 Từ 01h đến 05h: Ngủ.

**Tháng đầu chưa quen hẳn khó chịu. Về sau càng lâu càng khỏe mạnh, càng mở trí. Tuyệt đối không thức quá khuya. Cần âm dương quân bình. Dương suy sẽ**

kém trí nhớ, hay nóng giận hoặc bệnh hoạn. Thức giấc trước bình minh, tìm chỗ thoáng, thở không khí trong lành. Nửa đêm 1 giờ tịnh niệm để bừng khai trí tuệ. Trên đầu mỗi người đều có huyết Bách Hội. Hàng trăm thần kinh tụ hội nơi đây. Ai tự khai mở một điểm hồng nơi huyết này sẽ rất thông minh.

Muốn đếm 1, 2, 3 đến 4 đã ngủ là việc khó. Muốn thức giấc giờ nào tùy ý, không cần đồng hồ gọi, lại càng khó. Nhưng người ta làm được thì mình cũng làm được. Quan trọng ở chỗ có chịu khổ luyện hay không. Biết phương pháp, có người hướng dẫn chưa đủ. Cần niềm tin và chí kiên trì.

NGỒI kiết già, bán già hay trên ghế để thông chân cũng được. Quan trọng là thẳng cột sống, dù ngồi ở đâu, làm việc gì. Da thịt sát đất lâu ngày bị đau thấp

nên phải có đồ lót. Không được đong đưa hai chân, rung đùi, tréo chân, nghiêng một bên. Mỗi ngày cần tịnh niệm 4 thời Tý Ngọ Mão Dậu, đầu và cổ thẳng.

**ĐỨNG** trụ thẳng hai chân. Máu tụ đều, khí huyết mới thông. Đứng vững vàng như cái chuông úp.

Đi cất bước chân phải trước thì tim an. Tâm để ý rồi chân mới nhấc lên. Năm ngón chạm đất trước, gót đặt sau. Bước chân này sát đất, chân kia mới nhấc lên. Bước đi nhẹ nhàng khoan thai vững vàng như Tỳ-kheo đi trì bình. Bước đi đúng pháp là quý tướng.

Giữ mỗi bước đi cho bình an, chẳng những bên ngoài mà cả trong lòng. Tổ Huệ Năng dạy:

*Ngoại ly tướng tức Thiên.*

*Nội bất loạn tức Định.*

**Tập cho đến khi nào cắt đứt tạp niệm, bước đi thanh thản an hòa trong chánh niệm. Mỗi lần chân giậm xuống đất, biết rõ chân đang giậm sát đất. Tập cho cả sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) đều hòa đồng theo từng bước chân, hoặc vừa đi vừa nhất tâm niệm Phật. Không bước dài quá, không giơ chân cao quá. Tìm chỗ rộng rãi thuận tiện tập đi cho quen.**

**HAI BÀN TAY để ngửa, không cho hai phía nhân diện đụng nhau nên tay phải để trên đùi phải, tay trái để trên đùi trái. Như đun nấu thức ăn, lúc dầu chưa nên tăng lửa. Người tu điều hòa hơi thở chưa nhuyễn, khí huyết chưa thông. Nếu lưỡi cuốn lên nóc vọng mà cho 10 ngón tay hợp nhau thì sức nóng toàn thân sẽ như lửa đốt.**

Mỗi ngón tay có một sứ mạng khác nhau.

Ngón cái thuộc Mộc.

Ngón trỏ thuộc Hỏa.

Ngón giữa thuộc Thổ.

Ngón áp út thuộc Kim.

Ngón út thuộc Thủy.

Người nữ, phái yếu, xương tủy nhiều màu đen vì thiếu chất Kim nên phải tăng cường bằng cách đeo nhẫn ở ngón Kim. Năm ngón khít nhau, toàn thân âm dương điều hòa. Khi nào cảm thấy tê rần nóng ran cả 10 đầu ngón tay là đã có kết quả mới chuyển sang thế sau.

Bắt buộc ngồi kiết già. Phải trình độ đại học mới sử dụng tư thế này: Hai bàn tay chồng lên nhau, đầu hai ngón cái đụng nhau.





**UỐNG** quan trọng hơn ăn. Từng hợp nhỏ. Ngậm một lát cho nước miếng hòa vào. Súc súc vài lần rồi mới từ từ nuốt. Như vậy mới không hại dạ dày.

**ĂN** quân bình âm dương. Ăn chay rất tốt nhưng cũng phải chọn lọc. Trái cam giàu sinh tố. Ăn sáng và trưa rất bổ. Ăn chiều lại độc. Liên tục ăn cam buổi tối hại gan.

**Nhai** cơm nhuyễn rồi mới nuốt. Đừng vừa ăn vừa nói. Tối kỵ vừa ăn vừa tính toán công việc. Bữa ăn hợp vệ sinh, ở chỗ thoáng khí. Trong khi ăn tưởng niệm 5 điều:

1/ Xét bao công khó nhọc mới thành tựu miếng ăn.

2/ Xét đức hạnh mình có xứng đáng thọ dụng.

3/ Ngăn ngừa ba độc tham sân si.

**4/ Ăn chỉ để chữa bệnh đói gây.**

**5/ Lợi mình, ích người, phận sự có tròn không?**

**Tạm chia các thứ rau trái theo vị.  
Thí dụ:**

- 1) Canh nồng cải bẹ xanh.**
- 2) Canh chua khóm (thơm).**
- 3) Canh cay ớt hoặc gừng.**
- 4) Canh chát bắp chuối.**
- 5) Canh ngọt dưa hồng.**
- 6) Canh bùi khoai môn.**
- 7) Canh đắng khổ qua.**
- 8) Canh mặn củ cải muối.**
- 9) Canh lợ lợ cà rốt.**
- 10) Canh không vị bồ ngót.**

**Một vị chua có đến 10 thứ khác nhau. Người công quả đảm đang, khéo thay đổi món ăn, là ông thầy thuốc giỏi, quân bình đời sống đại chúng. Cơ lành canh**

**ngọt là nền tảng bình an. Các Tổ chọn kế dâng, không truyền trao kinh sách mà truyền y bát, tức là lấy hai sự ấm no làm trọng. Ngôi Tam-bảo xây dựng trên thế gian, muốn vững vàng cần thiết thực.**

**Chọn lọc chất bổ, quân bình âm dương. Các món khai vị, tráng miệng cũng như gỏi cần thay đổi (muối xả, muối gừng, muối tiêu, muối ớt, muối chanh, muối mè, muối đậu phộng, muối thập cẩm v.v...).**

**Lại tùy mùa, tùy thời tiết mà gia giảm món ôn, hàn, nhiệt. Những tháng lạnh thì trong người nóng, cần tăng món mát. Nhiệt nhiều sanh lở lưỡi.**

**Ăn chay nên kiêng các thực phẩm có chất hóa học. Lễ Vu Lan, Phật dạy dâng thức ăn trăm món, trái cây năm màu. Trăm món là trăm chất tinh hoa của vũ**

trụ. Năm màu là đủ chất vận hành của trời đất trăng sao. Mộc màu xanh. Hỏa màu đỏ. Thổ màu đen. Kim màu vàng. Thủy màu trắng.

Quanh mâm cơm sạch sẽ. Rửa tay rồi mới vào bàn ăn. Quá no, dạ dày không chỗ chứa hơi sẽ khó tiêu hóa, mất trí thông minh, sanh nhiều chứng bệnh. Không tham ăn, không sân giận khi ăn, không si mê mà ăn (tu 5 phép quán). Cổ đức nói: Vật theo tâm là chánh. Tâm theo vật là tà. Dù Thượng-tọa Hòa-thượng, nếu còn đắm vật chất thì chỉ là ma quái.



Hòa hợp là gốc an vui. Mâm cao cỗ đầy mà thiếu ấm cúng gia đình, sao bằng bữa cơm dưa muối trong cuộc sống hòa hợp.

Đạt an vui rồi mới đến giải thoát. Ba yếu tố bí quyết thành tựu an vui:

- 1. Trước khi nói hãy mỉm cười.**
- 2. Nhẹ nhàng thanh thản từng cử chỉ.**
- 3. Tập chỉ nghĩ đến điều tốt của người khác.**

Học và Hành sẽ thấy được sự nhiệm mầu. Bậc hướng dẫn đừng quá chủ quan, đừng để kẻ sơ cơ ngộp thở vì lý thuyết quá nhiều. Thấy họ đã thông hiểu, đừng vội tin là họ sẽ thực hành đúng. Cần thực tập tại lớp học, kiểm tra từng người. Ăn không tiêu phải có thuốc. Văn là nghe. Chưa biến hóa được phải có cách để biến hóa. Đạo Phật không phát triển, lỗi do người hướng dẫn không tròn trách nhiệm. Đại chúng tu học không kết quả, phải nghiên cứu xem vì sao để lo bổ túc. Thấy đạo tràng tiến chậm, phải lo canh tân phương pháp giáo huấn cho phù hợp. Bánh xe chánh pháp lăn chuyển đều nhịp, cuộc đời vui vẻ mới tươi nở được những

**nụ cười an vui.**

**Đức Phật dạy những phương pháp rất chuẩn xác để chúng ta đầy đủ hành trang lên đường giải thoát. Quy y Tam-bảo rồi đừng giậm chân tại chỗ mà tiến lên hàng phục phiến não, thực hiện an vui, cầu giải thoát luân hồi và cứu cánh thành Phật.**

**Phát tâm Bồ-đề là tự đánh thức Phật tánh sẵn có nơi mình, bấy lâu mê quên vùi lấp.**

**Con người có khả năng làm việc lớn nhưng với điều kiện là phải có nhiều người cộng tác. Cho nên chữ Hòa là căn bản thành công, do đây có hạnh phúc. Đức Phật xây dựng ngôi Tăng bảo ở thế gian để chỉ lối sống an vui cho loài người. Sống hòa hợp là quy y Tăng. Chưa tin ở sức đoàn kết là chưa quy y Tăng. Ngày nào thân chưa an, ý chưa vui, gia đình chưa hòa hợp thì chủ đích theo đạo Phật**

của ta chưa tròn, vì ta chưa thể nói đến hữu ích xã hội muôn loài. Lý thuyết dễ tin được việc quên mình vì người là gốc an vui đã khó, thực hiện được lại càng khó. Bởi khó nên phải tập từng cử chỉ nhỏ nhặt như cách chấp tay vái chào.

Nhiều gia đình gương mẫu thành một xã hội tốt đẹp có hợp quần, thương yêu, nhường nhịn, đùm bọc, giúp đỡ lẫn nhau. Gia đình chưa hòa hợp chưa đủ tiêu chuẩn là một gia đình trong đạo Phật. Gia đình là nền tảng để hiển hưng ngôi Tam-bảo ngoài xã hội và trong nhân loại.

Cốt lõi con người là tinh thần. Mắt là cửa sổ xuất phát thân sắc. Ông bố hay thầy giáo thân đã an, ý đã vui, sẽ truyền nội lực cho cả đoàn thể của mình trở thành một mái ấm hòa hợp. Tình bạn các học sinh thương mến nhau chân thật và bền bỉ là thứ thân ái trong sạch gương mẫu.

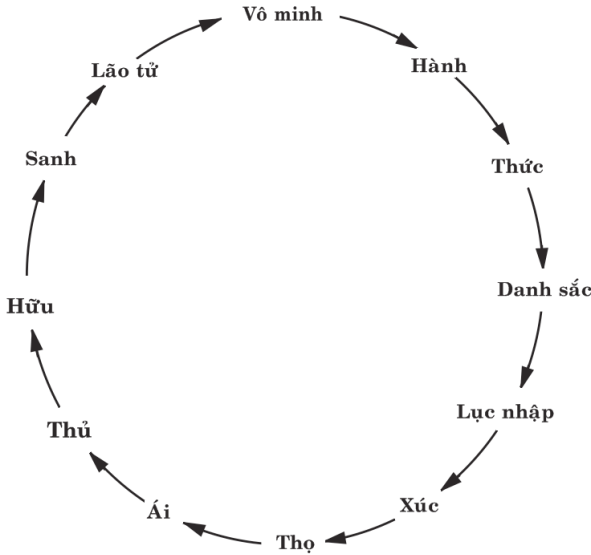
Những người lính mỗi ngày đồng ca chào cờ nên tình đồng đội được thật chặt. Trong chùa tiếng tụng kinh niệm Phật đồng thanh vang lên là yếu tố vững chắc xây nên hòa hợp đại chúng. Gia đình nên mỗi tối cùng nhau quy tụ tụng kinh trước bàn thờ Phật.



Đức Phật khởi đầu chương trình giáo dục, nói Kinh A Hàm dạy quan sát duyên khởi và như huyễn. Rồi mới tiến lên đại thừa. Rồi cùng là tối thượng thừa.

Muốn hết khổ phải đào tận gốc Tập, là cái nguyên nhân. Đức Phật tóm lược 12 nguyên nhân tiếp duyên cho nhau thành vòng luân hồi. Muôn loài ngu si ham sống trong đó. Ai sáng suốt mở một khoen đi ra thì cả vòng 12 khoen liền tan rã. Đã gọi là cái vòng thì đâu có đầu mối.





**Hiếu 12 nhân duyên là rõ gốc khổ.  
Hoàn diệt quán là con đường diệt khổ.**

**Nguyên nhân của Khổ là tập 84.000  
phiền não. Tóm lại là 5 độn sử: Tham, sân,  
si, mạn, nghi. Và 5 lợi sử là thân kiến, biên  
kiến, kiến thủ, tà kiến và giới cấm thủ. Vì  
đã huân tập từ vô thủy nên phiền não ẩn  
sâu trong tạng thức, âm thầm tẩm độc ba**

nghiệp thân miệng ý. Gặp duyên nó hiện hành và có khi bùng nổ rất mạnh. Không phải chỉ tụng kinh mà dứt trừ được. Phải tư duy quán sát và thanh lọc. Trải qua các thử thách, không bị sắc tài danh lợi cám dỗ. Những nghịch cảnh châm ngòi mà Bi Trí Dũng vẫn nở hoa mới chắc chắn khối tham sân si đã được hàng phục.

Người tu không tránh né, không lẩn trốn những bức xúc, những phũ phàng, vì đây là dịp để tự thấy mình. Những tham, sân, si, mạn, nghi, tà kiến, cứ từ tim não ruột non ruột già, lù lù ngạo nghễ hiện hình trong lời nói và việc làm của chúng ta. Phải quán như huyễn để tự thức tỉnh, đừng nhận giặc làm con. Kinh Viên Giác nói: “Tri huyễn tức ly. Ly huyễn tức giác”. Có thầy có bạn đồng tu là một may mắn lớn.

**Chính chúng ta đã tạo những nguyên nhân để tự chiêu cảm quả khổ thì chính chúng ta phải tỉnh ra mà tự cứu khổ. Đức Phật đã rọi đèn. Tăng lữ, đặc biệt các vị Giáo Thọ và Giảng Sư, chuyên môn chú trọng về kỹ thuật giáo dục và học vấn, đưa tâm linh nhân loại ra ánh sáng, hướng dẫn thế gian ra khỏi vòng sanh tử luân hồi. Lộ trình giải thoát đã mở rộng. Cung thỉnh Tăng Ni sinh và mười phương Phật tử lên đường.**



## MỘT HỌC VIÊN TỰ THUẬT



Tôi ước gì mình trẻ lại vài chục tuổi để đi học Phật pháp. Trước kia tôi nghĩ chỉ cần thỉnh kinh sách về nhà đọc là đủ. Nay vào đạo tràng, càng nghe càng thấy Phật pháp bao la. Càng tu tập càng thấy mình bé bỏng. Cái Ta thật vô lý phải lo tan biến nó đi.

Một hôm, tôi bạo dạn tìm gặp thầy Trưởng ban Giáo thọ. Cung kính đứng nghi thức tôn giáo, tôi quỳ bạch: “Phật pháp cao siêu rộng quá, con làm sao tu học hết?”.

– Sông nước đầy vơi là việc của sông nước. Con uống bao nhiêu thì đỡ khát bấy nhiêu.

– Phật tử chúng con liệu phải học đến bao giờ mới thâm nhập?

– Uống đến đâu hết khát ngay lúc đó, đâu phải đợi đến bao giờ. Thầy sẽ hướng dẫn con tập nói tiếng người và sống đúng tư cách một con người.

Thế rồi 3 năm trôi qua, tập ăn uống, ngủ nghỉ, tắm rửa, đi đứng nằm ngồi,... Từng bước chúng tôi xa lìa thô lậu. Luyện hơi thở, thọ năm giới, tập trung tư tưởng, học chánh niệm, dần dần chúng tôi sống đúng đạo người.

Trước kia tự cao tự đại, nóng nảy giận hờn, tham lam tật đố, nay tôi được nghe giảng: “Trong mỗi chúng ta ai ai cũng đủ 10 pháp giới tánh”.

Mỗi lần buồn, tôi thở dài não nuột. Có khi khóc lóc thảm thiết, oán thù kẻ đã làm khổ mình, muốn giết chết họ ngay. Sực nhớ ra địa ngục tánh đang hiện hành, tôi giạt mình tỉnh ngay, lo trở lại tánh người.

Có khi đam mê ái nhiễm, tôi tự nhủ: Ô, súc sanh tánh rõ ràng!

Đã vài lần bủn xỉn, tôi tự kêu gọi lương tâm để tránh mai sau đọa về ngã quỷ.

Cái thèm khát nó réo gọi, nó thúc đẩy, nó xô tôi nhào theo sự cám dỗ của vật dục. May thay! Tôi bỗng nhớ lời Thầy vắng vắng: “Thầy hướng dẫn các con nói tiếng người, sống tròn nhân cách”. Thế là tôi thoát tình trạng nguy khốn. Cần đem tánh người chuyển hóa ma tà!

Suốt 3 năm phấn đấu, canh giữ từng giây phút. Càng tu tĩnh bao nhiêu thì động càng ào ào đổ ra.

Đạo này tôi tự thấy tâm hồn bình lặng, không quá vất vả nữa. Tôi bạo dạn tới thăm Thầy.

Vẫn nụ cười hằng ngày, Thầy hỏi trước: “Con vật lộn với tam đồ, con người ở nơi con đã vinh thắng chưa? Con tìm Thầy để nhận sự truyền trao phải không?”. Thầy vừa hỏi vừa vẽ

một vòng tròn vào khoảng không và nói tiếp: “Con nhận vòng tròn pháp mầu linh diệu này rồi tập nói tiếng trời và đạt sự sống trời”.

Dứt lời, Thầy quay đi. Tôi đang chấp tay cúi đầu. Ngẩng lên thì bóng Thầy đã in lên nền xanh, sau giàn hoa. Tôi bối rối phân vân: “Hong Danh Bảo Sâm có câu “con không cầu phước báu cõi trời” mà sao Thầy lại dạy mình nói tiếng trời? Thầy vẽ cái vòng tròn ở hư không mà lại bảo truyền trao cho mình cái gì?”. Về nhà tôi suy nghĩ mãi.

Chiều chủ nhật nào tôi cũng đi nghe giảng, uống từng lời Thầy nói. Tôi tâm đắc nhất câu chuyện: Mẹ cho em bé uống sữa. Cái ly còn đọng vài giọt sữa để trên bàn. Anh của bé đã 3 tuổi bước tới, len lén mắt nhìn mẹ lại nhìn cái ly. Thấy mẹ cười, anh nhẹ nhàng hai tay cầm ly đưa vào miệng mút mót mấy giọt sữa. Chiếc ly đã thật khô nhưng anh đâu có chịu. Anh thè

chiếc lưới đỏ hồng xinh xinh ngăn ngủn để liếm quanh ly.

Đây là sự phấn đấu sinh tồn của con người! Trong xã hội có biết bao nhiêu những bức tranh chiến đấu với sự nghèo khổ để mút mót kiếm sống? Chúng tôi đã vâng lời Thầy tập nói tiếng người, sống tình người nên đã đi cúng dường, tham gia các công tác xã hội v.v... Thầy dạy quán 18 giới, quán 12 nhân duyên để dứt ái nhiễm, xả tư hữu, bớt thọ nhận, mở rộng tình thương. Thầy trò thở chung một bầu không khí mà sao tôi tự thấy cách Thầy xa quá! Giáo pháp lại càng xa! Cái vòng tròn cam go luôn ám ảnh đầu tôi. Sự hiền dịu trang nghiêm của Thầy khiến tôi quá sợ. Một cái sợ của niềm tôn kính.

Lại 4 năm nữa đi qua. Thời gian này đối với tôi quá ngắn. Tôi đã gặm từng chữ, nuốt từng lời, nhai từng tiếng của Thầy. Hy vọng được



chúng đắc, hầu mong được trao cái gì Thầy đã hứa. Dần dần cảm thấy yêu đời, ham tu.

Thầy giảng Pháp Hoa: “Muốn thành công phải luôn luôn song hành tình cảm và lý trí”. Thầy nhấn mạnh lời đối đáp của đức Văn Thù và ngài Di Lặc. Suốt năm, đi đâu, làm gì, tôi cũng nhớ đến 2 vị Bồ-tát, hiện thân của lý trí và tình cảm.

Khi ở tiểu học, tôi vẫn quán thế gian vô thường. Nay Phẩm Phương Tiện có câu “thị pháp trụ pháp vị, thế gian tướng thường trụ”, thật là quái lạ. May Thầy dùng Bát Nhã Tâm Kinh để soi tỏ: Không tướng là tánh của hữu tướng. Hữu tướng là diệu hữu của chân không. Vì thế nên vẫn nói: Cái tánh chân không của các pháp không sanh không diệt, không nhớ không sạch, không thêm không bớt.

Đến đây tôi bừng ngộ. Chân lông kẽ tóc tôi dựng lên vì sung sướng. Chiếc vòng tròn Thầy

vẽ trong hư không là Thầy trao cho tôi pháp không-tướng.

Gần kết thúc năm tu học thứ IX, tôi lại đến thăm Thầy để trình kiến giải. Năm nay Thầy 70 tuổi. Vẫn với nụ cười, Thầy dạy: “Các năm tới, Thầy sẽ dạy các con tập nói tiếng Phật”.

Trời là đầy đủ phước đức, tự tại, bá thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiên định. Làm những hạnh này mà thêm Bát Nhã, quán tam luân không tịch, tức là việc làm của cõi trời chuyển thành Bồ-tát hạnh, tức là tập nói tiếng Phật, phát tâm Bồ-đề...

Rời cung trời Đâu Suất, Bồ-tát Hộ Minh giáng trần, chào đời bằng một tuyên ngôn: “Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn”.

Một tay chỉ lên trời, một tay chỉ xuống đất nghĩa là chân ngã có mặt ở khắp trời đất. Nếu chỉ vào bản thân thì dù một tay hay hai tay cũng là nói về tiểu ngã.

Mỗi lần cây thay lá là một lớn thêm. Mỗi mùa Phật đản, chúng ta phải tự kiểm điểm đã giảm được bao nhiêu xấu xa ô nhiễm vô minh, đã tăng được bao nhiêu giới định tuệ.

Ngày Phật đản chúng ta dâng Phật cái gì? Phật không phải là con người thọ hưởng mà là gương mẫu phục vụ, không chỉ phục vụ gia đình xã hội mà phục vụ cả pháp giới hữu tình.

Chúng ta phải học, phải hành, phải tu, phải chứng để khỏi phụ công ơn Phật, để phục vụ chính mình và tất cả.



# CỐT TỦY GIÁO LÝ PHẬT



*Soạn giả: Tâm Tịnh*

**T**át nước biển cả, trải vô số kiếp rồi cũng vét tận đáy. Chí thành cầu đạo, tinh tấn không ngừng tất nhiên kết quả, nguyện nào không mãn.

Đức Pháp Tạng Tỳ-kheo xưa kia tích công bòn đức trải vô lượng kiếp. Nay đã thành Phật ở cõi An Lạc. Quang minh khắp chiếu, tiếp dẫn pháp giới chúng sanh lên ngôi bất thoái.

**Chúng ta từ vô thủy sanh tử luân hồi.**

**Nếu xương mà còn thì chất cao hơn núi Tu Di. Nước mắt đã khóc nếu có thể gom lại ắt chứa đầy bốn biển. Trải thời gian ấy, Phật đã thành đạo, còn chúng ta vẫn y nhiên là khách luân hồi. Hãy cùng nhau giác tỉnh, niệm Phật cầu về cõi Phật. Bốn ân ba cõi pháp giới chúng sanh đợi chờ!**

**Tịnh-độ lấy Tín Nguyên Hạnh làm tông chỉ. Chữ *TÍN* đứng đầu. Những vị đã đủ thiện căn phước đức nên sẵn có lòng tin thì dĩ nhiên khỏi bàn, còn chúng ta muốn tin phải hiểu.**

**Tin cõi Ta Bà đã do nghiệp xấu ác mà có thì nay sáu căn thanh tịnh làm nhân, đức Phật là thắng duyên tiếp dẫn, sẽ được về Tịnh-độ trang nghiêm. Đã nguyện xả uế nghiệp thì xả cho đến tận cùng, không còn gì phải xả nữa. Đã vui thủ tịnh nghiệp thì hân cầu cho đến tột đỉnh. Được vãng**

sanh rồi mới không dùng tâm thủ xả nữa. Thế gọi là *NGUYÊN THIẾT*.

Chấp trì danh hiệu Phật A Di Đà. An định thân tâm, sáu căn không phan duyên, tự tại chánh niệm. Được niệm Phật tương tục rồi tiến đến nhất tâm bất loạn. Miên mật cho tới ngày vãng sanh. Như thế gọi là *HẠNH CHUYÊN*.

Học kinh Lăng Nghiêm, không đại-ngộ, tiểu-ngộ thì cũng hiểu được thế nào là tánh A Di Đà vô lượng quang, vô lượng thọ. Đây là yếu tố để thiết lập lòng tin. Lý sự viên dung, mỗi niệm đang trường dưỡng đóa sen trong ao bửu báu bên cõi Phật.

1. Y kinh thực tập vi mật quán chiếu. Năm ấm, bảy đại đều là Như Lai Tạng. Để biết tánh A Di Đà chính là thật tướng của

tất cả thế gian. Đức Phật A Di Đà không những đang giáo hóa cõi An Lạc mà cũng đang có mặt ở ngay thân tâm mình.

2. Theo gương Đại Thế Chí Bồ-tát, mỗi niệm tập nhận bản tánh A Di Đà hiện đang lưu lộ ở sáu căn. Kinh gọi là kiến tinh hay căn bản Bồ-đề. Như thế tuy chưa chứng nhưng cũng biết rằng:

*“Đương đương thường hữu nhân cố.*

*Đương đương thường trụ pháp thân”.*

(Bồ-tát giới)

3. Rồi lại theo đức “đại từ bi, năng hỷ xả, Quán Âm Như Lai thường hành bình đẳng nguyện”. Tập quan sát tất cả thủy lục không hành, bò bay máy cưa cho đến những vi tế côn trùng, các loài vi khuẩn đang gây trăm thứ bệnh hoạn, cõi âm, quỷ thú v.v... Thật tướng đều vô lượng quang, vô lượng thọ, đồng thể với Phật, không

hai không khác. Hành giả luyện con mắt tập thấy “phàm đã có hình tướng đều hư vọng”. Duyên sanh nghiệp báo thật là đáng thương.

Đức Thích Ca, liệt vị Tổ Sư, chỉ mong chúng sanh ra khỏi nhà lửa, trở về bản tâm chân thật của mình để cùng nhau thành Phật. Đã là Phật tử nên đáp đúng bản hoài chư Phật. Khi vua Lương Võ Đế trình Tổ Đạt Ma đã làm bao nhiêu chùa, cúng dường bao nhiêu Tăng. Tổ đáp: “Không có công đức”. Ý Tổ khuyên vua hướng về việc này: Làm phước rất quý nhưng đừng quên tuệ nghiệp.

Bởi vì chân tâm chúng ta là nhất chân pháp giới. Mỗi niệm mống lên thành duyên thọ sanh. Mê chân khởi vọng, nhiễm ba độc tham sân si liền tương ứng với địa ngục, ngã quỷ, bàng sanh, A-tu-la. Niệm năm giới là vào cảnh người. Bá



**thí, thiên định đưa về cõi trời. Tâm vô ngã sống theo bốn đế là hàng Thanh-văn. Tâm vô ngã lo giải thoát 12 nhân duyên, tương ứng với thánh Duyên-giác. Tâm Bồ-đề thực hiện sáu độ vạn hạnh tức là pháp giới Bồ-tát. Còn niệm Phật thì Kinh Quán Vô Lượng Thọ dạy rằng: “Tâm này là Phật, tâm này làm Phật”.**

**Y giáo lý Hoa Nghiêm giảng như trên, ta mới hiểu làm sao tâm chúng sanh bản thể toàn chân mà nay hóa vọng. Tướng hư vọng dấy, thể tánh vẫn chân! Tùy duyên mà thể chất bất biến. Bất biến nhưng vẫn tùy duyên. Không duyên vào danh hiệu Phật, ắt dễ duyên vào các pháp giới phàm mê. Cứ một niệm danh hiệu Phật là tiêu được 80 ức sanh tử trọng tội.**

**Then chốt là nhận được tánh Phật của mình vô lượng quang, vô lượng thọ để thiết lập một lòng tin chắc thật: Đúng**

**như lời Phật dạy, mình và hết thảy chúng sanh vốn có đầy đủ khả năng thành Phật.**

**Đời người như bọt biển dễ vỡ. Mộng rồi lại mộng. Sống chết trong si mê. Niệm Phật là tiếp thông với quang minh vô lượng. Chuyển hóa vô minh u ám về tương ứng với vô lượng giác. Nam mô Pháp Giới Tạng Thân A Di Đà Phật. Bốn mươi tám điều nguyện kỳ vĩ, đại từ bi lực thấm thấu vô biên.**

**Phật và chúng sanh đồng một thể tánh, vốn vẫn tuyệt đãi viên dung không thể nghĩ bàn. Tâm chúng sanh cùng Phật ở khắp pháp giới. Cõi An Lạc của Phật A Di Đà hiện đang ở trong tâm mỗi chúng sanh. Chuyên niệm “Nam mô A Di Đà Phật” tức là đủ duyên thanh tịnh, buông sạch căn bản sanh tử. An định sống với tánh nghe (căn bản Bồ-đề). Lâu dần, như trong phần Tam Ma kinh Lăng Nghiêm**

nói, năm ấm lần lượt tiêu tan. Sanh diệt diệt hết, tịch diệt hiện tiền là chứng được tánh vô lượng quang thọ.

Cho nên dù niệm thầm hay ra tiếng. Quan hệ là hành giả phải nghe rõ sáu chữ “Nam mô A Di Đà Phật” cho đến khi nhập Niệm Phật Tam Muội thì vào vô niệm. Pháp hành thật giản dị mà kết quả thật nhiệm mầu.

Trung gian chưa kịp mà tuổi thọ đã hết thì theo nguyện lực Phật A Di Đà tiếp dẫn về cõi An Lạc, bảo đảm vĩnh viễn chỉ tiến không thoái.

Con người từ sáng đến tối, từ khi ở thai mẹ ra cho tới lúc vào quan tài, mắt thấy tai nghe... sáu căn luôn luôn ở trong kiến hoặc, tư hoặc. Phân biệt điên đảo, ba độc tham sân si đẩy vào đọa lạc. Để tự giác, ta quán ba cái ai có dè:

**1- Tôi tưởng đang thấy quả cam ở ngoài vườn. Ai có dè tôi đang nhìn ở trong mắt tôi** (ánh sáng mặt trời chiếu vào trái cam, phản chiếu qua con ngươi vào thị giác thần kinh, hiển lên một hình ảnh. Tôi tự cho là mình đã thấy trái cam).

**2- Tôi cứ tưởng tôi thấy quả cam thật. Ai có dè tôi chỉ thấy cái bóng ảnh do ánh sáng mặt trời đặt vào thần kinh trong mắt.**

**3- Ở thì tôi chỉ nhìn thấy cái ảnh. Tôi yên chí bóng này đã phản ảnh trung thực quả cam kia. Ai có dè tôi chỉ thấy được theo nghiệp và tùy duyên** (mắt người nhìn thấy quả cam như chúng ta đang thấy. Mắt cua tròn và lồi ra bên ngoài thì hình ảnh hiện ra trong mắt cua, nhất định không giống quả cam trong mắt người. Kiến, gà v.v... hẳn thấy khác. Vậy hình ảnh nào đúng? Kinh dạy người thấy biển nước. Ông trời thấy là ngọc lưu ly).

Như vậy, các pháp được nhìn bằng những con mắt nghiệp báo, rõ ràng hư vọng. Chỉ các Thánh nhân biết bằng tánh giác viên minh mới không bị nghiệp báo đánh lừa. Còn có thân, còn đeo con mắt, là còn ở trong vòng nghiệp báo.

Chúng sanh ôm chặt những cái bóng giả huyền để mà đắm chấp. Hằng ngày ta ăn cơm, uống nước, thở không khí để nuôi thân. Tắm thân bằng đất nước gió lửa, mai đây sẽ phải trả về đất. Cảnh là y báo. Thân là chánh báo. Cái báo chướng mà cứ nhận bướng là thể chất của mình, tận tình cung phụng, buông lung tạo tội. Do đây luân chuyển sáu nẻo, đọa ba đường ác, gánh chịu vô biên kịch khổ, không hẹn ngày giải thoát.

**Quả thật, vô minh thâm căn cố đế đã khống chế bức bách chúng ta trong mặt trận mê hồn. Nay được đèn chánh pháp soi giác, chúng ta phải để lòng tự đánh thức mình từng giây phút, từng phân biệt, từng tâm niệm mới hy vọng hồi tỉnh.**

**Những âm thanh chỉ là không khí dao động. Làn sóng âm ba đập vào lá nhĩ. Biết đây là trò chơi của hai trần động và tĩnh làm duyên. Cái tai nghiệp báo làm nhân. Chúng ta mới không bị khen chê lay chuyển. Hãy tập buông, buông sạch sành sanh. Buông vọng thân, vọng cảnh, vọng tâm để quay về “Nam mô A Di Đà Phật”. Tập sống với tánh vô lượng quang, vô lượng thọ của mình. Đây là điểm chủ yếu. Tin mình đã có thuyền vô sanh. Nương nguyện lực Phật làm tay chèo lái, đưa về cõi Phật để học sự nghiệp tự giác giác tha cho đến ngày viên mãn.**

Vườn hồng rực rỡ những màu xanh đỏ. Hương thơm phảng phất khắp không gian. Từng đàn chim sẻ ríu rít đi kiếm ăn. Những con ong tung tăng lo hút nhị. Cô thiếu nữ vừa hái hoa vừa hát:

Hoa hồng hé nở mát tươi. Hương hoa vui đẹp lòng người. Chỉ vài ngày qua, từng cánh tàn rơi, màu sắc phai nhạt biến thành đất đen.

Cô gái hái rau trong vườn hát đáp: Lời nói trí tuệ mở mắt thế gian. Chúng ta yêu quý tấm thân, cứng chiều cung phụng. Bao nhiêu diễm lệ yêu kiều đã khiến cả nhân loại giận mừng ngọt đắng. Các vua quan tan nhà mất nước. Theo với thời gian, già lão hao mòn, bệnh tật tiêu tụy. Rốt cuộc chỉ là những tử thi trương phình thối nát, người ta kinh sợ.

Thiếu nữ hát tiếp: Hoa nở từng bừng sẽ héo queo. Thân ta già chết sẽ điêu tàn. Thế

**gian mưa nắng vô thường, nhục vinh thay  
đổi. Ai ơi! Mau niệm Phật A Di Đà! Nam mô  
A Di Đà Phật! Nam mô A Di Đà Phật!**

*Nam mô Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật.*





Bút tích của Cố Sư trưởng Hải Triều Âm viết thư dâng  
HT Thích Thông Bửu ở chùa Quán Âm, Phú Nhuận, TPHCM

Ngày 16. 12. Tân Mùi (1991)

Hình bạch Thầy.  
Xiet bao vui mừng được tin Thầy bình an  
trở về tu hành. Con định đến thăm thầy  
ngay, nhưng tuổi già e ngại đường xa.  
Con đành nhờ Ni Sư chùa quý Sư cô đi hộ.  
Con thay mặt tất cả những ai đã được  
nghe Thầy giảng Pháp Hoa khi xưa và hiện  
nay, kính lễ dâng cúng chút tình tài,  
gợi là tác lòng biết ơn và mong được đến  
ôn. chúng con thiết tha cầu nguyện tam  
bảo gia hộ Thầy chúng con tiếp tục đi đường  
Pháp-Hoa, mãi mãi cho tới ngày thành  
công mãn quả Vô Thượng Bồ đề.  
Trong số quý vị đến thăm Thầy hôm nay  
có Nguyễn-Châu là học trò cũ của Thầy ở  
chùa Quán-Âm. Lại có cô Vinh Lạc hiện  
là nguyên tron đời trụ Pháp-Hoa, là đã đi  
song bộ Pháp-Hoa-Thông-nghiã của ngài  
Hàm-sơn sang tiếng Việt và nước ao được  
gặp Thầy để các lãnh giáo.

Đây là học trò mới của Thầy.  
Các bậc tiên bối, vì sợ quên thân, chớ  
đủ gian nan. Rõc mong Thầy không vì  
hoàn cảnh mà dưng mắt chí' nguyện  
ngộ nhập Phật trí kiến, để đủ' giảng  
hiện, đời đời khai thị cho hậu thế.

Ân đức này quả là chúng con không  
lâm sao báo đáp nổi. Chỉ đành đem  
thân tâm nhỏ cảm ân sâu để cố gắng  
từ giác giác tha trong muôn một.

Xin Thầy từ miễn chúng mình.

Đệ Kheo Ni Hải-Trúc - Ấm

---

---

# CĂN BẢN PHẬT PHÁP

*Tỳ Kheo Ni Hải Triều Âm*

## NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

53 Tràng Thi - Hoàn Kiếm - Hà Nội  
ĐT: 024.37822845 - Fax: 024.37822841  
Email: nhaxuatbantongiao@gmail.com

---

Chịu trách nhiệm xuất bản  
**Giám đốc - Tổng biên tập**

....

Biên tập: ....

Trình bày & bìa: **Khánh Chi**

Sửa bản in: **Tỳ-kheo-ni Bảo Giác**

*Đơn vị liên kết:*

Chùa Dược Sư

*Địa chỉ:*

Thôn Phú An, xã Phú Hội,  
huyện Đức Trọng, tỉnh Lâm Đồng.

---

Số lượng in: ... bản, khổ 14,5x20,5cm.

In tại: ..... Số ĐKXB: .... /CXBIPH/.../

TG. Mã ISBN: ..... QĐXB: 228/QĐ-

NXBTG ngày ..... In xong và nộp lưu  
chiếu năm 2019.