

# NGUỒN AN LẠC

HT.Thanh Từ



Thường Chiếu, PL 2545 - TL 2001

*Nguồn*

*<http://thuvienhoasen.org>*

*Chuyển sang ebook 21-7-2009*

*Người thực hiện : Nam Thiên – [namthien@gmail.com](mailto:namthien@gmail.com)*

*[Link Audio Tai Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)*

## Mục Lục

CHÚNG TA ĐI CHÙA ĐỀ CẦU XIN HAY ĐỀ TU HỌC THEO PHẬT ?

SUY NGHĨ VỀ THẾ KỶ MỚI CỦA NGƯỜI TU PHẬT

**MỘT CHỮ XẢ**

**NGƯỜI TU PHẬT LÀ NGƯỜI TÌM VỀ NGUỒN AN LẠC GIẢI THOÁT**

**NGUỒN GỐC CỦA ĐẠO PHẬT**

TỪ BI VÀ TRÍ TUỆ

MÌNH LÀ CÁI GÌ?

PHẬT PHÁP LÀ THUỐC TRỊ TÂM BỆNH CHO CHÚNG SANH

CHỖ GẬP GỖ VÀ CHỖ KHÔNG GẬP GỖ GIỮA THIỀN TÔNG VÀ TỊNH ĐỘ TÔNG

NGŨNG CHỨA UỐNG SỮA CHỨA NƯỚC

## LỜI ĐẦU SÁCH

Quyển sách "**Nguồn an lạc**" này, được biên tập từ các bài giảng phổ thông của Hòa thượng Viện trưởng Thiền viện Trúc Lâm và các Thiền viện trực thuộc, cũng như đạo tràng các nơi.

Gần đây, nhận thấy nhu cầu học Phật và nhất là lòng hâm mộ tu thiền của giới Tăng Ni cũng như Phật tử ngày càng cao, nên chúng tôi đã xin phép Hòa thượng biên tập lại các bài giảng của Ngài, nhằm đáp ứng phần nào nhu cầu trên. Được sự chấp thuận và kiểm chứng của Hòa thượng, quyển sách ra mắt độc giả với tất cả sự tận tâm tận lực của chúng tôi.

Tuy nhiên, vì là văn nói nên tác phẩm không sao tránh khỏi sự trùng lặp tất yếu của nó. Rất mong độc giả đạ ý quên lời. Được vậy, hi vọng quyển sách Nguồn an lạc này sẽ đem lại nhiều lợi ích thiết thực cho bạn đọc.

**BAN BIÊN TẬP**  
**Thường Chiếu, PL 2545 - TL 2001**

## CHÚNG TA ĐI CHÙA ĐỂ CẦU XIN HAY ĐỂ TU HỌC THEO PHẬT ?

*Giảng tại chùa Sắc Tứ Quan Âm - Cà Mau - 2000.*

Bài giảng hôm nay, chúng tôi sẽ giảng đề tài rất bình dị là: "Chúng ta đi chùa để cầu xin hay để tu học theo Phật?" Đây là một đề tài có thể nói rất gần với quý Phật tử.

Quý Phật tử xét thật kỹ xem từ trước đến giờ, chúng ta đi chùa là vì cầu xin hay để tu học theo Phật? Đa số đều cầu xin, phải không? Mỗi khi đến chùa, Phật tử hoặc là cúng hoa quả hoặc là cúng nhang đèn. Khi cúng rồi, quý vị quỳ xuống nguyện Phật cho gia đình con bình an, cho con cháu con thi đậu, cho tất cả trong gia quyến đều gặp may mắn v.v... như thế là xin hay tu?

Như vậy chúng ta đi chùa cầu xin Phật cho điều này, cho điều kia, cho đủ thứ hết. Nhưng rốt cuộc rồi tất cả những gì chúng ta xin có được như ý hết không? Điều này tôi không khẳng định là được hay không được. Có thể một số người xin được, nhưng đa số người xin không được, phải không?

Thí dụ, khi con cái thi cử, cha mẹ là Phật tử thế nào cũng tới chùa xin Phật gia hộ cho con mình thi đậu. Như vậy các Phật tử được cha mẹ cầu xin đều đậu hết hay vẫn có người rớt? Tại sao cùng xin với nhau, Phật lại cho người đậu, kẻ rớt? Vậy là Phật không công bình rồi. Đức Phật đối với chúng sanh chỉ một lòng từ bi bình đẳng, thương như con một, không bỏ người nào, tại sao có người xin Phật cho, có người xin Phật không cho? Như vậy vấn đề này chưa thể khẳng định đúng hay sai.

Chúng ta tự nghiệm xét những gì chúng ta xin đó, nếu được hết thì chắc rằng Phật tử đều giàu, đều vui vẻ, không ai khổ phải không? Nhưng kiểm lại trong giới Phật tử có giàu hết chưa, có hết khổ hoàn toàn chưa? Nếu Phật cho thì phải cho đều, người này cho thì người kia cũng phải cho. Sao có người xin được, có người xin không được? Chúng ta nghĩ sao về điều này? Tôi gợi ý để rồi quý Phật tử tự nghiệm tự xét.

Cũng như những người gặp tai nạn, cầu nguyện đức Quan Thế Âm cứu độ, tất cả đều cầu được hay có người được, có người không được? Như vậy Phật và Bồ-tát hình như thương người này, không thương người kia. Nhưng thật ra Phật, Bồ-tát có như vậy không?

Tất cả chúng ta do yếu lòng, nhẹ dạ nên gặp tai nạn, gặp khó khăn thì lúc nào cũng ỷ lại. Ỡ lại Phật, ỷ lại Bồ-tát. Cầu xin Phật, Bồ-tát an ủi cứu giúp mình bớt khổ. Nhưng sự thật việc cầu xin đó đâu có gì bảo đảm được trăm phần trăm. Vậy mà tất cả Phật tử chúng ta đi chùa tới đâu cũng xin, cũng cầu. Nếu xin cầu thì không phải là tu, còn tu thì không có cầu xin.

Nên kết luận lại, Phật tử chúng ta đi chùa là để tu theo Phật hay để xin Phật cho mình được phước đức?

Tôi thường thí dụ, quý Phật tử có bệnh đi tới phòng khám của bác sĩ. Khi tới phòng khám, lẽ ra phải để cho bác sĩ khám, cho toa, mua thuốc uống. Nhưng có người tới phòng khám chỉ chấp tay nói rằng: "Thưa bác sĩ, bác sĩ cứu giùm tôi cho hết bệnh." Đó, cứ nặng nề đòi như vậy. Bác sĩ biết nói làm sao đây? Chắc cũng đầu hàng luôn, không biết sao cứu được. Nếu là người bệnh thì yêu cầu bác sĩ

xem bệnh, rồi cho toa chúng ta mua thuốc uống, bệnh mới lành. Chúng ta không chịu cho xem bệnh, không chịu xin toa, mà cứ đòi bác sĩ cho hết bệnh, như vậy bác sĩ biết nói sao đây? Đó là điều hết sức lầm lẫn.

Kể nữa, có người được bác sĩ khám bệnh, cho toa, bảo phải về mua thuốc uống. Nhưng người không chịu mua thuốc, cứ cầm toa đọc hoài, đọc thuộc lòng. Thuốc lòng cái toa hết bệnh không? Chắc rằng không hết. Chỉ khi nào mua thuốc uống thì mới lành bệnh.

Chúng ta ngày nay đến với Phật giống hệt như những người bệnh đến với bác sĩ. Không cần bác sĩ khám, không cần bác sĩ cho toa mà cứ chấp tay cầu bác sĩ cứu cho tôi hết bệnh thôi. Điều này bác sĩ cũng bó tay. Quý vị đến chùa, cứ xin Phật cho con cái này, cho con cái nọ v.v... thì Phật sẽ làm sao? Phật đã từng tuyên bố: "Ta không có quyền ban phước xuống họa cho ai." Mà không ban phước xuống họa thì Ngài cho được không? Nên có người xuyên tạc, như vậy thì Phật bất lực quá, Phật không có khả năng, xin Phật không có kết quả.

Trong đạo Phật luôn luôn dạy rằng "Phật là một bậc Đạo sư", là vị thầy chỉ đường cho chúng ta ra khỏi nẻo luân hồi đau khổ, giúp cho chúng ta tránh những hiểm nguy trong cuộc đời này. Phật là người chỉ đường nhưng nếu chúng ta không chịu đi thì lỗi tại chúng ta, chớ không phải lỗi tại Ngài. Ngài không thể cho chúng ta hết khổ đau. Vì thế có người cho Phật bất lực, nhưng với người biết nghĩ suy, biết nhận định thì chính lời nói đó là lời nói chân thật.

Như chúng tôi bây giờ, thật tình chỉ hiểu Phật pháp, chỉ tu để tâm được yên tịnh và chỉ dẫn lại cho quý Phật tử cùng tu. Chớ tôi cũng đâu có quyền cho Phật tử được hết bệnh, đâu có quyền cho Phật tử gặp cảnh khổ được hết khổ. Tôi chỉ giảng dạy lời Phật cho quý Phật tử hiểu, ứng dụng, dẹp hết các phiền não, đó là Phật tử tu. Nếu tu được thì phiền não sạch, chớ tôi đâu có giúp gì cho quý vị.

Quý vị nghĩ kỹ, chúng ta là Phật tử tức là con của Phật. Phật là bậc giác ngộ mà con của Phật có giác ngộ chưa? Nếu không giác ngộ trăm phần trăm như Phật, thì ít ra chúng ta cũng giác ngộ được một phần trăm, tí xíu vậy đó. Phật trăm phần, chúng ta được một phần cũng tạm gọi là con của Phật. Chớ Phật thì trọn vẹn còn mình thì không có chút nào, làm sao gọi là con Phật. Cái giác ngộ nhỏ nhất, gần nhất là giác ngộ được lý nhân quả.

Đức Phật dạy, tất cả chúng ta muốn được quả lành thì phải gieo nhân lành. Chúng ta muốn quả dữ, quả ác thì gieo nhân ác. Nhân lành sẽ đưa đến quả lành, nhân ác sẽ đưa đến quả khổ. Như vậy cái khổ, cái vui đều do chúng ta tạo mà ra, chớ Phật không làm thế được. Phật dạy rất thực tế.

Tôi thí dụ, một anh nông phu muốn làm ruộng trúng thì phải lựa giống, mua giống tốt. Giống tốt đó là nhân khiến sẽ được quả tốt là những bông lúa chín vàng, no đầy. Những bông lúa chín vàng, no đầy có được là nhờ những hạt giống tốt. Nhân đã có thì quả sẽ có. Có anh nông phu nào ngậy ngô đến nỗi không chịu gieo giống lúa mà cứ ra ngoài đồng chấp tay cầu Phật cho con lúa đầy đồng không? Có ông Phật nào trên trời, trên mây rải giống xuống cho lúa mọc được không? Hay là chính tay mình gieo giống, rồi mình mới gặt được kết quả do công phu của mình làm ra.

Rõ ràng lẽ thật của cuộc sống này là chúng ta tự tạo nhân tốt hay tạo nhân xấu, từ nhân đó đưa tới quả tốt hay xấu, chớ không ai có quyền chen vô hết. Đó là một chân lý, một lẽ thật mà chúng ta không chịu tin, cứ đòi Phật cho không thôi, đòi thế này, đòi thế kia.

Như khi tôi lên Châu Đốc thấy một số Phật tử, nhất là từ tháng giêng tới tháng ba, nhằm thời gian vía Bà, người ta đi đông là đông. Từ các tỉnh, thành phố lên, để làm gì? Để vay tiền Bà về làm ăn cho phát đạt. Họ cứ quan niệm rằng mượn của Bà chừng năm ba chục ngàn, về làm ăn sẽ giàu. Quý vị

thấy nghĩ vậy đúng hay sai? Tôi chỉ cần nói đơn giản rằng nếu Bà thương người tới vay tiền, Bà cho làm ăn phát đạt giàu có, thì từ Châu Đốc tới Long Xuyên, ai cũng giàu hết. Tại sao vậy? Vì ở gần Bà, tốn ít chục bạc tiền xe là đã tới rồi, tiếc gì mấy chục mà không đi vay? Còn những người ở xa như thành phố Hồ Chí Minh hay dưới Cà Mau lên vay xa quá. Vậy thì người ở gần vay nhiều nên phải giàu nhiều, nhưng nhìn lại dân ở gần đó vẫn nghèo, vẫn có những người rất khổ sở, rách trước rách sau. Sao họ không tới vay cho được giàu? Hay họ vay hoài không giàu nên phải chịu nghèo. Như vậy có đúng là Bà cho vay thì được giàu không?

Có những điều rất thực tế mà không ai dám nói. Thí dụ khoảng trăm người lên vay tiền của Bà, về có chừng năm mươi người làm ăn phát tài, họ liền khoe: "Tôi nhờ năm nay vay tiền của Bà về làm ăn phát tài." Còn tám chín chục người vay, nhưng làm ăn lỗ lã, thua thiệt lại làm thình, không dám nói. Vì họ không dám nói nên đâu có ai biết. Thiên hạ chỉ biết người phát tài mà không biết những người không có gì. Đó, lẽ thật ở chỗ nào?

Trong một trăm người, có người phước nhiều, có người phước ít. Người có phước làm ăn phát tài, lấy cố vay tiền Bà được phát tài. Còn người vô phước làm ăn thất bại, sao lại làm thình không đổ thừa tiền Bà không có giá trị? Tại không dám nói. Nên người ta cứ nghe đồn đằng kia, đằng nọ có người vay tiền Bà về làm ăn khá. Thế là ủa nhau kéo đi vay. Chúng ta không chịu nghiệm, không chịu xét nên rồi bị rơi vào mê tín. Mê tín là lòng tin mù quáng, không có lẽ thật, không đúng chân lý.

Chúng ta là Phật tử hiểu Phật pháp thì phải thực hành theo lời Phật. Chúng ta muốn làm ăn khá thì chúng ta phải biết ăn ở tốt với mọi người, xử sự công bằng với mọi người. Trong cuộc sống chúng ta đừng giành phần hơn về mình mà luôn luôn biết nhường nhịn nhau. Nhờ có phước chúng ta làm ăn mới tốt. Người không chịu thực hành như vậy, cứ đi vay chỗ này, xin chỗ kia, rốt cuộc không được gì hết mà chỉ chuốc khổ. Hiện tại không được mà vị lai cũng không có chút phước đức nào. Nên quý Phật tử phải tin tưởng đức Phật là một vị đã giác ngộ, chỉ cho chúng ta những lẽ thật trong cuộc đời để chúng ta ứng dụng tu, ứng dụng thực hành thì chúng ta sẽ đạt kết quả tốt.

Khi chiều chúng tôi đã làm lễ qui y cho một số Phật tử. Trong lễ qui y có những vấn đề mới nghe quý Phật tử thấy hơi lạ một chút. Như nói rằng, qui y Phật rồi khỏi địa ngục, qui y Pháp rồi khỏi địa ngục, qui y Tăng rồi khỏi địa ngục súc sanh. Trong nhà Phật nói ba đường khổ là địa ngục, địa ngục, địa ngục, địa ngục. Nếu qui y Phật rồi khỏi rơi vào địa ngục, qui y Pháp rồi khỏi rơi vào địa ngục, qui y Tăng rồi khỏi rơi vào địa ngục. Nếu qui y là chỉ hứa suông thôi mà thành công liền thì dễ quá! Ở đây tôi sẽ giải thích thứ tự cho quý vị hiểu.

Như chúng ta đã biết Phật là bậc giác ngộ sáng suốt. Qui y Phật tức là trở về con đường sáng suốt. Trở về con đường sáng suốt thì chúng ta không rơi vào chỗ u minh, tối tăm. Địa ngục là chốn u minh cho nên Bồ-tát Địa Tạng phát nguyện xuống địa ngục để độ chúng sanh. Vì vậy, Ngài làm Giáo chủ ở cõi địa ngục, gọi là U Minh giáo chủ. Chúng ta đi con đường sáng thì không rơi vào chỗ tối, nhưng phải đi chớ không chỉ hứa. Nếu Phật tử hứa rằng tôi qui y Phật rồi khỏi địa ngục, ngang đó không tu tập thì có khỏi địa ngục không? Chắc chưa khỏi.

Tôi lặp lại ví dụ anh nông phu, anh được hạt giống tốt và gieo xuống. Biết rằng nhân tốt thì quả sẽ tốt, đó là lẽ thật. Nhưng từ ngày gieo giống cho tới ngày cây lúa đơm bông kết quả, phải làm sao? Gieo giống rồi chúng ta phải chăm sóc, nhổ cỏ, bón phân, chúng ta còn phải theo dõi sâu rầy. Cuối cùng đủ điều kiện thì bông lúa mới được tốt, được no đủ, được chín vàng.

Cũng như vậy, khi chúng ta nguyện qui y tu theo Phật, đó là nhân để đi tới quả giác ngộ. Nhưng từ nhân tới quả đòi hỏi chúng ta phải liên tục theo dõi, phải cố gắng tu hành mới được kết quả như vậy. Chớ không phải qui y rồi nói: "Ngang đây tôi khỏi địa ngục", đó là sai lầm.

Qui y Pháp khỏi đọa nga qui, nga qui tức là loài qui đỏi. Bởi vì Phật dạy chúng ta tu phải có lòng từ bi thương yêu mọi người. Có lòng từ bi thì ai khổ chúng ta giúp. Chúng ta không nỡ gian lận, hiềm độc, bòn rút người khác mà phải mở lòng từ bi thương xót, cứu độ người ta. Vì có lòng từ bi nên không có tâm bòn sên, tâm keo kiệt, tâm hiềm độc. Vì vậy không đọa làm loài qui đỏi. Không bao giờ chúng ta tạo nhân tốt mà lại có kết quả xấu được.

Cho nên qui y Pháp rồi thì tránh khỏi làm loài qui đỏi. Vì vậy khi đã qui y rồi, chúng ta phải tập tâm từ bi. Mỗi ngày mỗi mở rộng, mỗi ngày mỗi thực hành đúng như vậy, thấy ai khổ ai đỏi chúng ta dùng phương tiện giúp. Thực hành đúng pháp Phật dạy tránh khỏi loài nga qui, nhất định không sai chạy.

Qui y Tăng rồi khỏi đọa làm súc sanh. Tại sao? Vì súc sanh là si mê. Bây giờ mình theo chư Tăng, chư Tăng dạy cho mình biết đây là thiện, đây là ác, đây là tội, đây là phước, đây là chánh, đây là tà. Giải trạch cho mình biết rõ, nhờ biết rõ nên mình tránh tội làm phước, tránh ác làm lành, tránh tà làm chánh. Kết quả mình không đọa làm súc sanh. Như vậy từ nhân đến quả không sai chạy nếu chúng ta làm đúng. Nhưng có nhân mà không săn sóc, không chăm bón thì kết quả không bao giờ đúng hết.

Chúng ta đến với đạo Phật là đến với tâm hồn chân thật, phải dụng công tu hành, không phải đến với đạo Phật bằng cách cầu xin. Nếu quý Phật tử gẫm kỹ, nhớ cho rõ ràng, từ hồi biết đi chùa cho tới bây giờ, mình tu theo Phật hay là cầu xin Phật? Chắc tu ít, cầu xin thì nhiều. Đó là điều đáng buồn mà cũng rất đáng thương. Nếu Phật tử cứ đi cầu xin hoài thì đạo Phật đã mất rồi. Dầu còn chùa, còn Phật tử cũng không còn đạo Phật, vì Phật dạy tu mà mình có tu gì đâu? Nên nhiều người đi chùa mười năm, hai mươi năm nhưng phiền não ngày càng tăng chớ không giảm. Đi chùa nhiều mà sân cũng lắm, giận cũng nhiều thì có hiệu quả gì đâu.

Đến với Phật là để tu, để chừa bỏ những thói xấu. Nhưng đến với Phật lâu mà những thói xấu không giảm, ngược lại càng tăng, đó là tu theo Phật hay là gì? Lỗi tại đâu? Tại vì chúng ta không chịu tu mà chỉ có xin. Xin không được rồi đâm ra chán, mà chán rồi thì nghe ai đồn đại đằng kia miếu Bà, miếu Ông gì đó xin chi cũng được, linh lắm. Thế là Phật tử liền mang bó hương, đĩa quả tới xin. Vì xin cho nên dễ lạc đường tà. Còn nếu chúng ta biết tu, hiểu lời Phật dạy, ứng dụng tu thì chúng ta hết khổ. Hết khổ bằng lẽ thật chớ không phải hết khổ bằng tưởng tượng.

Chúng ta đến với đạo Phật là để tu, mà tu thì phải làm sao? Phật dạy lấy nhân quả làm căn bản. Chúng ta gieo nhân tốt rồi còn phải cố gắng duy trì, bảo vệ thì sẽ được quả tốt. Nếu chúng ta gieo nhân xấu thì phải rơi vào cảnh khổ, không nghi ngờ. Như vậy người Phật tử là người biết chọn nhân để gieo, tránh nhân dữ không cho nó sanh khởi, đó là chúng ta tu.

Biết như vậy, hiểu như vậy, thấy như vậy, đó là chúng ta có tỉnh có giác. Còn không hiểu như vậy là không có tỉnh, không có giác. Biết được, nhận chân được lý nhân quả của Phật đó là chúng ta đã giác một phần rồi. Nếu biết nhân quả do mình gây, mình chịu thì chúng ta có kêu trời kêu Phật gì nữa không? Gặp khổ có kêu trời, gặp vui có tạ ơn trời không? Tất cả những điều đó là do nhân mình gây, quả mình hưởng. Biết rõ như vậy thì chúng ta là người tỉnh.

Hơn nữa người tin nhân quả là người gan dạ, can đảm, còn người không tin thì không gan dạ, không can đảm, tại sao vậy? Bởi vì tin nhân quả nên việc gì tốt là do mình tạo thì mình thành công. Mình thành công là do nhân mình làm nên quả mình hưởng, không có gì ngạo mạn cho mình là hơn. Nếu mình gặp điều xấu là do nhân mình không khéo tạo cho nên quả xấu đến với mình. Như vậy là cũng tại mình chớ không trách ai hết.

Ở đời thiên hạ hay đổ thừa tại cái này, tại cái kia, ít khi nào mình làm một điều dở, một điều xấu mà nói lỗi đó tại tôi. Tại cái này, tại cái kia tôi mới làm vậy đó, đổ bên này, đổ bên nọ, đổ bên kia, đó là trốn tránh trách nhiệm. Nếu chúng ta hiểu được lý nhân quả, việc tốt hay xấu đến với chúng ta đều do chúng ta tạo. Cho nên bây giờ nó đến mình can đảm nhận, dám làm thì dám chịu, có trách ai đâu. Như vậy là mình can đảm, không trốn tránh trách nhiệm.

Phật tử bây giờ yếu đuối quen rồi nên không dám nhận trách nhiệm. Không can đảm nhận trách nhiệm thì trên đường tu làm sao tu chân chánh được? Muốn tu chân chánh tất cả chúng ta phải gan dạ, phải can đảm thì sẽ có kết quả trăm phần trăm, không nghi ngờ. Ngược lại, chúng ta chưa phải là những người tu theo lời Phật dạy mà chỉ bắt chước thôi.

Bước đầu tu theo Phật là qui y Tam Bảo, tức chúng ta tạo ba cái nhân. Nhân thứ nhất là nhân sáng suốt để khỏi xuống địa ngục, nhân thứ hai là nhân từ bi để khỏi làm nạ qui, nhân thứ ba là nhân trí tuệ để khỏi làm súc sanh. Ba nhân này tạo rồi, chúng ta nuôi dưỡng cho nó tăng trưởng thì nhất định tránh được ba đường ác, không nghi ngờ. Đó là chúng ta tu.

Phật không chỉ dừng ngang đó mà còn dạy chúng ta phải giữ năm giới. Phật không cho chúng ta làm năm điều. Năm điều đó là: không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu, không hút á phiện, xì ke, ma túy.

Chúng ta giữ năm điều này là tu nhân gì? Nếu không giết người, không hại người thì chúng ta tránh khỏi người thù oán, tránh khỏi người giết hại, tránh khỏi tù tội. Giữ được nhân đó, tu được nhân đó thì hiện tại chúng ta không bị người thù oán, rình rập giết lại, không phải bị tù tội vì phạm pháp. Phật dạy nếu đời này giữ giới không sát sanh, không giết người thì đời sau sanh ra được tuổi thọ dài. Cái nhân mình không làm cho mạng người ta ngắn thì cái quả mình sẽ được tuổi thọ dài. Đó là nhân và quả theo nhau.

Tu nhân không trộm cướp thì sau này mình không bị tù tội, không bị người oán ghét. Của người mình không lấy, không cắp, không trộm thì tự nhiên mình là người lương thiện, người tốt, không bị tù tội, không có nguy hiểm xảy đến. Đời sau chính nhờ nhân tốt đó mà được quả sanh ra có của cải nhiều, dư dả.

Không phạm tội tà dâm tức là sống một cách trinh bạch. Trinh bạch là trong sáng, mà trong sáng thì đời sau sanh ra trở thành người đẹp đẽ, trang nghiêm. Như vậy quả với nhân đều theo nhau, chớ không tách rời.

Không nói dối, không nói lừa gạt, ác độc v.v... thì đời sau sanh ra nói năng lưu loát, người nghe kính tin. Ngày nay sanh ra mình nói ngọng, nói cà lăm là biết đời trước mình nói không hiền. Nói không hiền cho nên quả bây giờ phải chịu như vậy. Biết rồi ráng tu, nói hiền lại thì đời sau sẽ được tốt đẹp hơn.

Nếu đời này chúng ta ngu tối, học hành không thuộc v.v... thì biết đời trước mình đã phạm lỗi uống rượu mạnh, hút á phiện, xì ke ma túy cho nên bây giờ phải khổ, gầy ốm, tật nguyền, ngu dại.

Cho nên biết tu thì nhân nào quả nấy, còn không biết tu thì phải chuốc lấy khổ. Ai muốn đi tới chỗ tốt, hưởng điều tốt thì phải làm những gì Phật chỉ dạy. Từ nhân đi đến quả chớ không có cái ngẫu nhiên, cũng không có ai ban cho hết. Phật không rảnh để ban cho mình. Nếu ban cho mình thì chắc Phật không dạy nhân quả.

Hiểu như vậy chúng ta mới thấy trên đường tu, mình phải là người biết tìm hiểu chánh pháp, biết tu hành chớ không phải tới với đạo để cầu xin. Quý Phật tử làm lành, làm phải thì được mọi người thương, mọi người quý. Còn làm dữ, làm ác thì bị người ghét bỏ. Rõ ràng không phải Phật, không phải thần thánh khiến người khác thương mình; cũng không phải Phật, không phải thần thánh khiến người khác ghét mình. Thương, ghét đều do mình tạo mình gây, thì mình phải chịu.

Tất cả quý Phật tử nghĩ cho kỹ xem đức Phật dạy có đúng với lẽ thật hay không, có hợp với chân lý hay không? Nó là lẽ thật nhưng tại vì Phật tử ít chịu tu hay nói cách khác là lười biếng tu, muốn xin cho khỏe. Lạy Phật xin một cái cho rồi còn tu lâu quá! Chúng ta tu phải biết cái gì thật, cái gì không thật. Cái thật thì chúng ta phải hành, còn cái không thật thì chúng ta phải bỏ, mới gọi là tu.

Khi quý vị nhận phái qui y, trong đó có một bài kệ bốn câu:

*Chư ác mạc tác  
Chúng thiện phụng hành  
Tự tịnh kỳ ý  
Thị chư Phật giáo.*

Dịch:

*Không làm các việc ác  
Vâng làm các điều lành  
Giữ tâm ý trong sạch  
Đây là lời Phật dạy.*

Lời dạy của chư Phật gọn, tóm lại chỉ có bốn câu kệ. Bốn câu kệ đó có ba điểm.

**1) Điểm thứ nhất là đừng làm các điều ác.** Không làm tất cả điều ác tức là giữ năm giới cấm. Bởi vì giới là ngăn là chặn. Ngăn chặn tức là ngừa đón. Nếu chúng ta giữ năm giới là chúng ta không bị khổ, không bị lụy. Cho nên trong nhà Phật ví dụ giới cũng như hàng rào bên cạnh hồ tắm. Nếu tới mí rào, đụng rào chúng ta dội lại đừng đi nữa thì không rơi xuống hố. Còn nếu tới mí rào mà làm cho lung lay rào để ra khỏi thì bảo đảm rơi xuống hố! Nên nói giới là ngừa đón.

Phật tử giữ năm giới là ngừa đón khỏi rơi vào các tội lỗi, khỏi rơi vào những khổ đau hiện tại và mai sau. Phật dạy chúng ta tu trước phải giữ giới, có nghĩa là chúng ta phải đừng hết những điều tội lỗi dẫn đến sự hiểm nguy. Chúng ta đừng lại đừng bước thêm nữa, thì mới có thể tránh các họa hoạn. Vì vậy nên nói nhờ giữ giới mà ngừa được các thứ hiểm nguy.

**2) Điểm thứ hai "Chúng thiện phụng hành" tức là vâng làm tất cả điều lành.** Điều lành là điều gì? Tôi sẽ đi chi tiết để quý Phật tử thấy rõ. Như chúng ta giữ giới không sát sanh tức là không giết hại người, đó là chúng ta không bị rơi vào chỗ người oán thù, người giết hại hoặc tù tội. Như vậy chỉ bảo đảm an lành cho mình chớ chưa làm lợi ích cho người. Muốn vâng làm các điều lành, phải làm gì nữa? Thay vì trước chúng ta không giết hại người, bây giờ thêm một điều nữa là cứu giúp, bảo trợ cho người. Cứu giúp, bảo vệ cho sanh mạng người được an toàn, cho người bớt khổ, đó là điều lành.

Không làm ác lại làm lành nên có phước. Thành ra giữ giới là phước nhỏ chỉ ngăn ngừa được tội lỗi của mình, còn làm lành mới là phước lớn vì lợi ích cho người. Mình đã không giết hại mà lại còn giúp đỡ, còn bảo vệ để gìn giữ sanh mạng cho người, đó là điều lành.

Quý vị thấy có hai mặt, một mặt đừng tội lỗi gọi là đừng làm các điều ác, một mặt làm những điều tốt lành để giúp đỡ chúng sanh, gọi là làm các việc lành. Chúng ta cứ căn cứ vào năm giới để thấy những điều lành phải làm.

Giới thứ nhất không giết người ngược lại còn cứu người, bảo vệ cho người được an toàn. Đó là làm lành.

Giới thứ hai không trộm cắp. Tránh không trộm cắp của người khác, đó là tránh tội lỗi nguy hiểm của mình. Kế đến còn rộng rãi, ai thiếu nghèo mình giúp đỡ gọi là bố thí. Chúng ta không ăn trộm của người mà còn bố thí giúp đỡ người, đó gọi là làm lành.

Giới thứ ba không được tà dâm. Mình giữ không tà dâm để cho gia đình được an ổn, cho tư cách mình được trinh bạch, đó là cái tốt của mình. Nhưng nếu chỉ giữ cho mình không thì chưa phải là làm lành. Muốn làm lành chúng ta phải làm sao? Chúng ta phải dạy cho con cháu, cho những người chung quanh biết sống hạnh trinh bạch, biết làm những điều tốt, đừng làm những điều quấy, điều nhơ. Đó là giúp cho người được tăng trưởng hạnh tốt ở trong xã hội. Như vậy chúng ta có phước.

Thứ tư, không nói dối. Không nói dối thì giữ được uy tín của mình, giữ lòng tin của mọi người đối với mình. Nếu muốn có phước thì phải nói lời chân thật, lời hòa nhã, hiền lành. Không nói dối mà chúng ta còn nói những lời đúng lẽ thật, đúng chân lý, đó là làm lành.

Thứ năm, không uống rượu mạnh, uống say, không hút á phiện, xì ke, ma túy. Đó là chúng ta tránh được những hiểm nguy cho mình. Nếu muốn làm lành chúng ta phải khuyên, nhắc nhở những người bạn, hoặc con cháu mình tránh làm những điều ấy, đó là làm phước.

Như vậy tu Phật, chặng thứ nhất là chúng ta phải ngừa đốn đừng phạm tội lỗi, đó là giữ giới. Chặng thứ hai, chúng ta phải làm những điều lành để trở thành một người hữu ích cho xã hội, hữu ích cho đời, đó là làm lành.

**3) Điểm thứ ba, "Tự tịnh kỳ ý" tức là phải làm cho tâm ý mình trong sạch.** Làm sao để giữ cho tâm ý trong sạch? Cái gì làm nó nhơ uest? Đây là vấn đề tôi phải giải thích hơi nhiều.

Trước khi nói tâm ý trong sạch, tôi xin nói tâm ý nhơ nhớp. Sao gọi là tâm nhơ nhớp? Thí dụ thấy người để món đồ tốt, ta sanh lòng tham muốn lén lấy. Muốn lén lấy, đó là tâm ý nhơ nhớp. Hoặc người ta thấy điều sai trái nên chỉ cho mình, mình nổi nóng cự lộn người ta, đó là tâm ý nhơ nhớp. Thấy người làm ăn phát đạt, mình thua kém rồi ganh tỵ, thù oán người, đó là tâm ý nhơ nhớp.

Khi chúng ta biết tu rồi phải gạn lọc tâm ý cho được trong sạch. Nếu cứ nuôi dưỡng tâm ý nhơ nhớp thì chúng ta sẽ tạo nên những lỗi lầm, những tội rất lớn ở mai sau. Thân chúng ta làm lành, miệng chúng ta nói lành đó là tốt, nhưng nếu tâm ý chúng ta chưa được lành, chưa tốt thì cũng có ngày nó xúi thân, miệng mình làm quấy, làm lỗi. Cho nên thứ ba là phải gạn lọc tâm ý, vì nó là gốc.

Giữ cho tâm ý trong sạch bằng cách nào? Ví dụ thường ngày trong sự tiếp xúc qua lại, mình hay có tật xấu là nóng nảy. Khi nổi nóng lên thì nói bậy, làm bậy đủ thứ hết. Như vậy chúng ta biết mình có tật xấu là nóng giận. Sự nóng giận đó ở trong tâm ý mình. Cái xấu cái nhơ ở trong tâm mình, mình phải làm sao lọc bỏ nó ra thì hết nhơ, hết xấu.

Phật dạy rất rõ, nếu người nào bị bệnh nóng giận thì phải uống tới hai toa thuốc. Toa thứ nhất là toa thuốc nhẫn nhục, toa thứ hai là toa thuốc từ bi. Khi nổi nóng lên, lúc đó quý vị làm gì trước? La trước phải không? La không được thì đánh. Như vậy từ ý nổi nóng rồi miệng la, la chưa xong thì tay đánh. Thế là thân tạo nghiệp ác, miệng tạo nghiệp ác từ ý nghĩ ác.

Nên khi nổi nóng lên, quý vị phải làm sao trị cơn nóng đó? Chạy đi lấy nước lạnh uống cho nó mát lại phải không, nhưng nước qua khỏi cổ một chút thì nhớ lại rồi nổi nóng nữa, chẳng lẽ uống nước nữa?



Cứ mỗi lần nóng là uống nước, uống tới chiều cho bể bụng luôn. Đó chưa phải là phương pháp cứu mình. Do đó phải dùng hai phương thuốc từ bi và nhẫn nhục mới trị được bệnh này.

Đó là biết thuốc của Phật cho để trị bệnh, chớ còn không thì chúng ta tu Phật bao nhiêu năm mà khi bệnh không biết làm sao để trị. Học Phật mà cứ đọc kinh này, sách kia nhưng không biết trị bằng cách nào. Như vậy là chúng ta chưa phải thực tế. Khi có bệnh phải dùng thuốc liền, dùng thuốc rồi thì có hiệu quả.

Bởi có thuốc mà không chịu uống rồi cứ kêu bệnh hoài. Nếu không uống thuốc để bệnh tái phát liên miên, đó là tự mình phá hoại, tự mình làm khổ mình. Nên người biết tu là đem pháp của Phật dạy ứng dụng cho bản thân mình được an lành, nội tâm mình được trong sạch. Đó là khéo tu, tu như vậy mới là tu thật, còn nếu tu như lâu nay là tu chưa thật.

Có một số Phật tử khi sửa soạn đi đâu xa, lại trước bàn Phật thắp hương cầu nguyện, Phật gia hộ cho con đi đường được bình yên, được an lành. Nhưng ra đường ai nói trái ý liền tát tai người ta. Như vậy bình yên, an lành được không? Khi nổi giận tát tai người ta Phật can đâu có kịp. Can không kịp thì làm sao mà gia hộ? Quý vị mới thấy, muốn bình yên, muốn an lành thì nguyện ai? Nguyện cho mình bình tĩnh, sáng suốt, biết đem thuốc của Phật uống, để trị bệnh nóng giận thì mới được bình yên, an lành.

Chúng ta phải khéo đem lời Phật dạy ứng dụng tu cho bản thân mình thì sẽ được kết quả tốt. Quý vị thấy khi nổi giận lên thì tâm mình ngàu đục, xấu xa. Chúng ta biết nhẫn nhịn thì không nói bậy. An nhẫn thì tâm lặng xuống, lặng xuống thì nó trong sạch. Đó là tu tâm ý cho trong sạch.

Bây giờ giả sử thấy người ta có món đồ quý, mình khởi niệm tham. Tham là ý niệm trong sạch hay nhớ đục? Tham tức là nhớ đục. Khởi niệm tham thì phải tu làm sao? Uống thuốc nào cho hết bệnh tham? Khi chúng ta khởi niệm tham vì chúng ta nghĩ đó là đồ quý, đồ đẹp v.v... Phật dạy phải tu pháp bố thí để trị bệnh tham. Những gì dư mình cho hết. Cho hết thì của người ta mình không còn tham. Cho được thì không còn tham, mà tham thì không thể cho. Được một triệu thì muốn hai triệu, hai triệu thì muốn bốn triệu, cứ chồng lên chớ không dừng.

Nên người ta thường nói túi tham không đáy. Bỏ bao nhiêu cũng tuột hết, không bao giờ thấy đầy. Thấy đầy nghĩa là có một triệu đồng, mình biết một triệu đồng đủ cho gia đình sống một tháng. Bây giờ giả sử dư chút ít, có ai cần mình sẵn sàng giúp, đó là bố thí. Nếu dư mình giúp người thì không tham. Nếu tham thì không bao giờ giúp. Quý vị để ý người nào tham nhiều, họ dư bao nhiêu thì dư chớ ai xin họ không cho. Người có dư liền giúp, người đó sẽ hết tham. Bệnh này để trị chớ không khó, chỉ một toa thôi. Một toa là lạnh bệnh.

Tất cả chúng ta có bệnh, Phật dạy lấy thuốc mà trị chớ không phải cầu Phật cho, nhưng Phật tử cứ xin Phật cho. Bởi xin cho nên lâu ngày không hiệu nghiệm thì muốn bỏ Phật, vì thấy Phật không giúp mình được. Không được thì theo Phật có lợi gì? Nếu chúng ta biết lời Phật dạy để trị tâm bệnh thì chúng ta ứng dụng tu, tự nhiên tâm chúng ta trong sạch. Tâm trong sạch rồi mọi bệnh theo đó đều hết. Đó là tôi nói tu bằng cách dùng thuốc của Phật để trị bệnh cho mình.

Như vậy chúng ta càng tu tâm càng trong sáng, tâm trong sáng thì phiền não đâu còn. Nếu tu mà cứ phiền não người này, giận hờn người kia thì tâm chưa trong sáng, vẫn còn nhớ đục. Nhớ đục cho nên không đi tới đâu hết, càng tu thì càng thấy khổ chớ không vui. Nếu tâm trong sáng thì càng tu càng tươi càng vui càng mát mẻ, không có khổ. Tu đúng mọi điều tốt sẽ đến với mình, tu sai thì mọi việc phiền não sẽ đến với mình, không nghi ngờ. Đó là một lẽ thật.

Chúng ta thấy chỉ cần có ba câu thôi mà Phật dạy mình tu hết sức là đầy đủ: Một là đừng làm các điều ác tức là giữ trọn năm giới. Hai là làm tất cả việc lành. Ba là giữ tâm ý trong sạch. Đó là lời dạy của chư Phật. Chư Phật dạy gọn và đủ trong bốn câu kệ đó. Chỉ cần chúng ta ứng dụng thường xuyên thì bản thân chúng ta rất tốt đẹp.

Phật tử chúng ta biết rồi thì tránh điều gì sai, việc chưa đúng chúng ta sửa, việc gì đúng chúng ta thực hành. Đó là người khéo tu, khéo nhận định. Nếu khéo tu, khéo nhận định là người có trí tuệ, thông minh. Không phải chúng ta học đạo thật nhiều mà gọi là hay. Chúng ta học được điều nào ứng dụng tu ngay điều đó là chúng ta khéo, chúng ta hay.

\* \* \*

Tóm lại, chúng ta đến chùa là để cầu xin Phật hay là để tu theo Phật? Quý vị xác định mình từ trước đến giờ cầu xin hay là tu. Nếu lỡ đã cầu xin thì bây giờ phải làm sao? Bây giờ phải tu, đừng cầu xin nữa. Đức Phật đã không hứa, không nhận thì Phật đâu có cho.

Mong rằng tất cả quý Phật tử nghe, hiểu và nỗ lực tu tập đúng như pháp đức Phật đã dạy, thì chắc chắn sẽ được an vui hạnh phúc.

02

## SUY NGHĨ VỀ THẾ KỶ MỚI CỦA NGƯỜI TU PHẬT

*Giảng tại Thường Chiếu - 1998.*

Nhân loại sắp bước vào thiên niên kỷ mới với một nền văn minh ngày càng rực rỡ. Khoa học hiện đại được xem gần như là vạn năng, phục vụ mọi nhu cầu vật chất trong đời sống của con người. Thế nhưng, con người đã thật sự hạnh phúc, thật sự chấm dứt khổ đau hay chưa? Đó là điều chúng ta cần phải suy gẫm.

Đức Phật sau bốn mươi chín ngày đêm thiền định dưới cội bồ-đề, khi sao Mai vừa mọc Ngài liền thành đạo và tuyên bố: Như Lai là người đã diệt tận cội gốc vô minh, chấm dứt mọi khổ đau, thật sự an vui giải thoát. Bài pháp đầu tiên tại vườn Lộc Uyển là bài Tứ Diệu Đế, đức Phật nói về bốn chân lý chắc thật của cuộc đời là Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Trong đó, khổ là một lẽ thật của cuộc đời. Mới nghe qua, chúng ta thấy dường như đạo Phật thật là bi quan. Nhưng đi sâu vào, thâm nhuần giáo lý của đức Phật rồi, chúng ta thấy ngược lại. Bởi Phật nói khổ (khổ đế) là ở trên quả mà nói, vì quả là cái người ta dễ thấy dễ biết. Khi biết được quả rồi, thì Ngài liền chỉ đến nhân. Nguyên nhân nào tạo ra quả khổ ấy (tập đế). Khi biết rõ nguyên nhân rồi, chúng ta liền dẹp hết nhân (đạo đế) thì khổ nhất định sẽ không còn, chừng ấy quả an vui giải thoát sẽ hiện tiền (diệt đế). Vậy vui là mục đích đức Phật nhắm đến, khổ là chỗ đức Phật chỉ ra để chúng ta tìm lại nguyên nhân và dẹp sạch nó đi thì quả vui sẽ đến với chúng ta.

Các nhà khoa học cũng thế, luôn luôn phăng tìm manh mối của vạn tượng sum la này; căn cứ trên quả mà phăng tới nhân, không bao giờ đi từ nhân tới quả. Vì quả dễ thấy, dễ nói hơn nhân. Ví dụ bây giờ chúng ta có quả cam ngon, người thưởng thức được quả cam sẽ hỏi: Quả cam này từ đâu mà có? Tự nhiên chúng ta sẽ giải thích: Từ hạt cam ương lên, nảy mầm, ra cây, có lá, có hoa rồi kết thành trái. Vậy quả là cái hiện thấy, chứng minh được. Còn nhân thì đã cũ đã xưa rồi, chúng ta khó có thể chỉ cho người khác thấy tường tận được. Đó là việc cụ thể. Cho nên tinh thần Phật dạy rất thích hợp với khoa học hiện giờ, hay ngược lại khoa học hiện giờ rất thích hợp với tinh thần của đạo Phật. Vì thế, đạo Phật rất thực tế, luôn trung thực với cuộc đời chứ không phải bi quan yếm thế như nhiều người vẫn nghĩ.

Có thể nói, trở lại phăng tìm cội gốc của mọi sự khổ để diệt trừ nó, sống lại với con người chân thật của chính mình là một việc làm khoa học trên khoa học. Tại sao chúng tôi dám nói như vậy? Là vì khoa học tìm kiếm phát minh về vật chất để phục vụ cho con người vật chất. Mà con người vật chất lại là một con người tạm bợ, vô thường, sáng còn tối mất.

Khoa học có thể công hiến cho nhân loại những thành tựu mới lạ tinh vi nhằm thỏa mãn cuộc sống tiện nghi cho họ, nhưng không thể ngăn chặn được lòng tham lam, sân hận, si mê nơi con người. Mà hễ còn tham lam, sân hận, si mê là còn khổ đau. Bởi vì với một con người đầy dẫy tham sân si, thì càng phát minh chỉ càng đưa đến tranh đấu, giành giựt và cuối cùng đi đến đánh nhau rồi chết chóc, thù hận mà thôi.

Thí dụ chỉ cần một trái bom nguyên tử trong bàn tay của kẻ hiếu chiến thì không quá một phút, có cả hàng vạn người tan nát ra tro, chưa kể đến những tổn thất vật chất khác nữa, thật là tội lỗi! Như vậy khoa học chỉ càng gieo rắc khổ đau thêm cho nhân loại, chứ không thể đem đến an vui hạnh phúc được. Nói như vậy không có nghĩa chúng tôi phủ nhận những thành tựu lớn lao của khoa học. Nhưng nếu được vừa tìm lại mình, vừa biết hết bên ngoài thì hay biết mấy! Đức Phật dạy chúng ta xoay lại chính mình trước, đoạn tận mọi thứ phiền não si mê rồi thì tự nhiên sẽ chinh phục được vũ trụ bên ngoài sau, là vì vậy.

Chúng ta dù biết hết cả vũ trụ ở ngoài mà không biết mình thì đã thực tế đâu? Phát minh được những việc bên ngoài, giúp đỡ cho cái thân tạm bợ mà cho là quan trọng, trong khi phát minh cái chân thật bất sanh bất diệt của mình để nhận và sống được với nó thì chúng ta lại xem thường, lại lơ là! Tại sao các nhà bác học giam mình trong phòng kín nghiền ngẫm về một vấn đề nào đó thì cho là tích cực; trong khi ngồi lại, thiền định yên lặng để tìm ra con người chân thật nơi mình thì lại xem là tiêu cực? Như vậy cái nhìn của chúng ta có đúng không?

Đạo Phật là đạo của trí tuệ và từ bi, đạo của giác ngộ giải thoát. Tất cả pháp môn của Phật dạy đều phải trở về chỗ chân thật của mình bằng chính định lực và trí tuệ của mình. Trở về được chỗ chân thật là an vui hạnh phúc, chấm dứt mầm mống của mọi sự khổ đau. Lúc đó, chúng ta mới có thể thông cảm, tha thứ, thương yêu và giúp đỡ đồng loại như chính bản thân mình. Cho nên chúng ta cứ cầu giải thoát, mà không biết giải thoát ra sao, muốn được hạnh phúc mà không biết thế nào là hạnh phúc? Thật ra hạnh phúc chân thật trong đạo Phật chính là giác ngộ giải thoát. Mà giải thoát là biết cái hư giả của thân và tâm này, nên không còn lệ thuộc vào nó, không chạy theo nó, không còn tạo nghiệp nữa. Không còn tạo nghiệp tức là không còn khổ đau. Không còn khổ đau tức là hạnh phúc.

Với người biết tu thì cuộc sống vật chất của thân tứ đại này không có gì quan trọng cả. Phải làm chủ được mình, giúp mọi người cùng vượt lên trên những thứ phiền não trói buộc, sống an vui giữa những thay đổi của cuộc đời, chết thảnh thơi nhẹ nhàng như thay một chiếc áo mới, là mục đích chính của người tu Phật. Chúng ta nhìn lại xem những vị tu hành thâm nhập đạo lý sâu, sống được

với đạo, không bao giờ lắc đầu chắc lưỡi thờ dài, mà thường cười hoài. Bao nhiêu đó cũng đủ cho thấy đạo Phật đến với cuộc đời như thế nào rồi. Đặc biệt là đạo Phật ở nước ta.

Trong thời Lý-Trần, đạo Phật được xem như Quốc giáo. Với một nền giáo lý nhập thế cơ bản, Phật giáo Việt Nam luôn có mặt, luôn gắn bó với vận mệnh của đất nước. Lúc thăng lúc trầm, khi ẩn khi hiện, nhưng chưa bao giờ vắng thiếu trên đất nước ta. Đó chính là chân tinh thần đạo pháp không lìa thế gian, không lìa cuộc đời mà có vậy. Nếu không thế thì đạo Phật không thể tồn tại trong lòng dân tộc, trong lòng nhân loại được.

Cho nên khoa học càng tiến thì nền tảng đạo đức của con người lẽ ra phải càng cao, giá trị tâm linh phải càng sáng mới có thể dùng bớt những nguy cơ cho nhân loại. Nếu chúng ta chưa thấy rõ tầm quan trọng đó thì nền khoa học hiện đại bước vào thế kỷ mới sẽ không thể cứu vãn nhân loại thoát khỏi mọi thứ hiểm họa được. Thiên tai, bệnh tật, chiến tranh, nghiện ngập v.v.... đều xuất phát từ một nền tảng đạo đức suy đồi, từ lòng tham lam và si mê vô bờ của con người.

Chúng tôi thiết nghĩ, không thể có được nguồn an vui hạnh phúc chân thật khi con người chưa nhận ra và diệt trừ được nguồn gốc của khổ đau. Không thể có được một nền văn minh sáng rực khi giá trị tâm linh của con người đã bị lu mờ. Muốn thế, nhân loại phải biết trở lại với cái chân thật luôn hằng hữu bên mình. Bởi vì phát minh và làm chủ được chính mình cũng có nghĩa là phát minh và làm chủ được toàn thể vũ trụ này.

Muốn thế, chúng ta hãy thử một lần đến và chiêm nghiệm giáo lý của đức Phật bằng chính sự thực hành của mình xem sao!

### 03

## MỘT CHỮ XẢ

*Giảng tại Thiền viện Chân Không - 1998.*

Vấn đề tôi nói hôm nay là một chữ **XẢ**. Quý vị biết ngược với xả là gì không? Là cố chấp, nắm chặt. Cố là chặt, chấp là nắm; cố chấp là nắm chặt. Khác với nắm chặt là buông bỏ.

Mới nghe đơn giản quá nhưng xét kỹ, quý Phật tử sẽ thấy tất cả chúng ta sống trên thế gian này, ai cũng than buồn than khổ, gốc tại cố chấp thôi, chớ không có gì khác. Bây giờ muốn hết buồn, hết khổ thì chúng ta phải làm sao? Phải xả, phải buông bỏ. Buông bỏ thì hết khổ. Như vậy quá giản đơn, quá tầm thường. Chỉ cần quý Phật tử thực hiện được điều chúng tôi nhắc thì sẽ bớt khổ ngay trong cuộc sống hiện tại này.

Lâu nay chúng ta cố chấp những gì mà bây giờ phải buông xả? Trước hết là chúng ta cố chấp những điều phải, quấy. Thường thường ở thế gian ai cũng nghĩ điều mình nói, mình làm là phải nhưng người khác nói ngược lại, làm ngược lại thì cho là người khác quấy. Mình phải họ quấy mà họ không chịu nghe, không chịu làm theo mình, nên mình giận. Nhất là trong gia đình, cha mẹ thấy điều đó phải mà bảo con cháu không chịu làm theo thì nhất định là giận. Mà giận là vui hay buồn? Giận là buồn, buồn rồi khổ. Có một Phật tử nói với tôi thế này:

- Con cháu của con bây giờ khó dạy quá!

Tôi hỏi:

- Sao đạo hữu nói khó dạy?

- Thưa Thầy, mình là cha nó mình hót tóc ngắn. Mình thấy hót tóc ngắn dễ chịu, mát mẻ. Bây giờ nó để tóc tới cổ mà rầy nó không chịu nghe. Nó còn nói: "Bây giờ thanh niên ai cũng để tóc dài mà ba biểu hót ngắn, giống ông già quá, sao con làm được." Chúng nó còn nhỏ mười chín, hai mươi tuổi mà đeo kính trắng, mình rầy nó: "Bộ mày mù sao mà đeo kính?" Nó nói: "Ba không thấy sao, người trí thức họ đeo kính trắng. Con lớp mười hai rồi, con trí thức rồi, con đeo kính trắng có sao đâu?!"

Đó, ông than con cháu ngày nay dạy không được. Quý vị thấy thế nào? Bởi vì thường lúc nào chúng ta cũng có cái nhìn theo quan niệm của mình. Quan niệm của mình như vậy là phải, con cháu không chịu nghe theo thì mình giận, cho nó là quấy, là con ngỗ nghịch, con bất hiếu v.v... Khi đã như vậy rồi thì gia đình còn đầm ấm không, còn vui không? Tôi mới giải thích cho Phật tử đó nghe:

- Đạo hữu nhớ như ở lứa tuổi của tôi, ông thân tôi hồi xưa để tóc bới có một củ tỏi phía sau. Tới chừng lớp của tôi lớn lên thì hót tóc, ông tôi không vui. Ông nói bọn nhỏ vẫn mình quá, không có theo ông bà và dẫn sách Nho nói: "Thân thể phát phu thọ ư phụ mẫu, bất thương cảm hiếu chi thì già." Nghĩa là râu tóc da thịt này là nhận nơi cha mẹ, gìn giữ nó đừng cho thương tổn là cái hiếu đầu. Bây giờ mình cạo nó là bất hiếu rồi. Như vậy ông già nhìn lại mình hót tóc thì ông già buồn, còn mình nhìn lại ông già thì thấy ông già lạc hậu phải không? Thế thì ai đúng? Để tóc bới đúng hay hót ngắn đúng? Nếu hai bên cứ cố chấp, ông già nghĩ ông già đúng, người con nghĩ người con đúng thì gia đình có bình an không? Chắc là bất an.

Chúng ta phải hiểu thời xưa học theo Nho giáo thì để râu để tóc là phải. Nhưng thời sau này khác hơn vì nước mình lệ thuộc Pháp, người Pháp đi làm việc hót tóc ngắn cho sạch sẽ mà mình cứ bảo như ông già để tóc, vậy thì lạc hậu mất rồi. Ở lứa tuổi của mình ai chấp nhận như thế? Cho nên người cha phải thông cảm hoàn cảnh của con, người con phải hiểu hoàn cảnh của cha. Hai bên thông cảm nhau đừng cố chấp thì bớt khổ. Nếu cố chấp là nhất định khổ. Cha bắt bình con, con bắt mẫn cha, cứ như vậy sanh ra chuyện rối rắm trong gia đình.

Rồi đến thời này mấy đứa nhỏ để tóc dài, có khi tới cổ thì mình không chấp nhận? Mình để tóc ngắn mát mẻ, còn nó để dài lù xù nhưng nó lại thấy đẹp. Nếu đem cái nhìn của người cha mà trách đứa con thì đứa con cũng nhìn lại người cha bằng cặp mắt lạc hậu. Bây giờ phải xử lý làm sao? Thôi, ba muốn mát mẻ ba hót ngắn, con thích để dài cho đẹp thì con cứ để dài. Chuyện tóc tai, mỗi người mỗi sở thích riêng, bắt nó giống mình sao được?

Quý Phật tử nhớ, một lứa tuổi là qua một thế hệ khác nhau, không giống nhau được. Không giống mà mình đem ý của mình, cái phải của mình áp đặt cho nó thì nó không chịu. Mà không chịu thì sanh ra giận hờn, buồn trách, khổ sở. Vậy thì muốn cho hết khổ mình đừng cố chấp, phải buông bỏ. Buông nghĩa là xả. Quan niệm của con thì con làm, quan niệm của ba thì ba giữ. Phần ai nấy giữ, người này đừng áp đặt người kia. Như thế chúng ta sống rất là thoải mái, nhẹ nhàng. Còn nếu mình cố chấp thì sống bức bối, lúc nào cũng bất như ý. Như nó thích mang kính trắng thì để nó mang, mình không thích thì thôi. Chớ mình không thích mà bắt nó theo mình sao được? Đó là quan niệm của mỗi người, miễn làm sao con biết kính trọng, thương cha, cha thương con là đủ. Tình thương mới là quan trọng, còn những cái bên ngoài đâu có quan trọng.

Vậy mà nhiều người vì cố chấp hình thức bên ngoài làm cho mất hết tình nghĩa trong gia đình, khiến cha con phiền muộn, vợ chồng không vui với nhau. Đó là tại cố chấp. Quý Phật tử nghĩ mình xả bỏ, đừng cố chấp có bớt khổ không? Còn cố chấp như câu chuyện tôi vừa kể khổ không? Lúc nào cũng

buồn bực. Vì vậy cha mẹ nên thông cảm với con, con thông cảm với cha mẹ. Mà muốn được thông cảm thì hai bên đều xả, xả cái phải của mình thì thông cảm. Ngược lại, nếu không chịu xả, tự nhiên là khổ.

Đó là nói về lứa tuổi giữa người lớn và người trẻ. Còn nếu vợ chồng mà cố chấp thì sao, có khổ không? Như bên phái nữ lâu nay quen rồi, nào là lọ tương, hũ tiêu, hũ ớt v.v... Những cái nhỏ họ coi chừng từng chút để nấu nướng. Còn người đàn ông đâu có để ý đến những thứ đó, mà họ nghĩ chuyện xã giao bên ngoài người này người nọ. Cho nên người chồng vì xã giao bạn bè nhiều, thành ra chi phí hơi rộng. Người phụ nữ chỉ lo chi tiết nhỏ trong nhà nên tiết kiệm, thấy chồng xài lớn một chút thì cảm râm. Còn chồng thấy vợ keo kiệt, nhỏ nhít quá cũng không bằng lòng. Như vậy vợ trách chồng lãng phí, chồng chê vợ keo kiệt. Đã thế thì gia đình có vui không? Không bên nào bằng lòng bên nào hết! Vì ai cũng nghĩ mình đúng.

Như vậy nếu người vợ bắt người chồng phải theo ý của mình, ngược lại người chồng bắt vợ phải theo ý của mình thì gia đình đó nhất định cãi lộn hoài. Nếu hai bên chồng và vợ cảm thông nhau, người chồng nghĩ rằng cô ấy lo chuyện bếp núc cho nên quen cái nhỏ nhặt, hũ tương, hũ ớt v.v... thành ra xài lớn cô không đồng ý cũng phải. Còn vợ thông cảm cho chồng, bởi vì anh ấy làm bên ngoài, giao thiệp kẻ này người nọ thì phải rộng rãi một chút người ta mới vui. Nếu bắt chồng hẹp hòi quá thì bạn bè khi, không chơi với mình, như vậy tội nghiệp. Hai bên thông cảm thì gia đình sống sẽ vui, không chống chọi nhau. Đó là tôi nói những việc nhỏ thôi, còn những việc lớn khác nữa, quý vị nghiệm xét rồi thông cảm, hiểu biết nhau đừng cố chấp, cố chấp thì khổ.

**Như vậy xả bỏ là tu, còn cố chấp là chưa biết tu.** Thế gian do cố chấp nên người nào cũng thấy sống trong gia đình không có hạnh phúc. Đã cố chấp thì làm sao hạnh phúc được? Chồng chấp theo chồng, vợ chấp theo vợ, cha chấp theo cha, con chấp theo con, thành ra không ai thông cảm ai. Mà không thông cảm thì tự nhiên là phải buồn phải khổ. Bây giờ mỗi người tự xả bỏ cố chấp của mình để thông cảm với những người thân thì tự nhiên gia đình an vui hạnh phúc. Đó là bước thứ nhất xả chấp phải, chấp quấy theo quan niệm của mình.

Đến thứ hai nữa là xả oán hờn. Người thế gian luôn luôn nghĩ ai làm trái ý mình thì mình buồn, mình giận. Buồn giận nên bỏ liền hay nên giữ mãi? Có người thường hay nói: "Con giận người đó hai, ba chục năm không quên." Giận hai, ba chục năm không quên thì nghe như khảng khái lắm nhưng thật ra là đại, là khổ, chớ có hay gì đâu.

Quý Phật tử nghĩ trên thế gian này chung quanh mình nào xóm giềng, thân tộc v.v... có bao giờ hoàn toàn không đụng chạm nhau đâu? Người ta nói vợ chồng như chén trong sóng. Chén úp trong sóng thế nào cũng có khua, huống là xóm giềng, thân tộc làm sao vừa ý mình hết, mà trái ý thì mình giận. Giận rồi chứa trong tâm. Chứa là cố chấp. Giận một người chứa trong lòng, giận hai người cũng chứa trong lòng. Nếu giận một trăm người thì sao? Chứa cả một trăm cái giận trong lòng, làm sao chịu nổi.

Quý vị xét khi mình đang vui vẻ mà bỗng nhớ tới người mình giận thì lúc đó gương mặt quạu xuống liền. Sở dĩ chúng ta ngủ không ngon là cũng tại giận đó. Khi nào nằm nhớ lại hôm qua, hôm kia ai làm trái ý mình liền nổi giận lên, thì hết ngủ. Đó là chứa chấp oán hờn. Chứa chấp là khổ. Ta đang vui vẻ tươi mát mà chứa một cái giận, cũng như đem cục than bỏ trong tay hay trong da, trong thịt mình vậy. Nếu cục than bỏ trong tay, trong da, trong thịt thì sao? Nóng, khó chịu. Vậy mà lòng mình chứa một trăm cục than thì người này khổ nhiều ít? Khổ thứ nhất là khô héo vì ngủ không ngon, ăn không ngon. Giận quá làm sao ăn ngon, ngủ ngon được. Khổ thứ hai là giận làm cho mình dễ xấu. Quý vị thấy mỗi lần nổi giận lên gương mặt mình thế nào? Nổi giận lên thì con mắt đỏ ngầu, mặt đỏ màu đỏ sặc, không còn tốt đẹp nữa. Cả trăm cái giận ở trong lòng thì nó đốt riết mình khô héo, xấu xa. Như vậy ôm ấp cái giận mấy chục năm là khôn ngoan hay thiếu khôn ngoan?

Bởi vậy nên người biết tu ai nói gì trái ý, mình giận chút rồi bỏ đi, xả đi. Giận làm chi, ngu! Ôm cái giận là ngu chớ không phải khôn, tội gì ôm cho khổ. Trong nhà Phật có câu: "Tăng hận bất cách tức" nghĩa là Tăng (người tu) giận không quá một đêm. Chúng ta là Phạm tăng nên tham sân si cũng còn, vì vậy gặp việc trái ý cũng giận. Nhưng giận chút thôi rồi bỏ, chớ không nên chấp chừa.

Người thế gian thường thích chừa, chừa năm này qua năm nọ. Họ tưởng như vậy là hay, là khôn mà không ngờ đó là tự chuốc họa vào mình, tự đeo khổ cho mình chớ không có lợi gì hết. Vì vậy nên Phật dạy phải xả hết những giận hờn. Chừa chấp vừa bị khổ trong hiện tại, mà còn khổ cả vị lai nữa.

Trong kinh Phật dạy, người khi sắp bỏ thân này qua đời khác thì nghiệp thương và nghiệp ghét sẽ đi theo. Bởi vì thương ai thì ta nhớ người đó, ghét ai cũng nhớ kẻ đó. Như chúng ta ngồi ôn lại trong lòng, thì nhớ những người mình thương và những người mình ghét nhiều nhất phải không? Ghét không mất, thương cũng không mất. Vì vậy càng chừa sâu thì khi nhắm mắt các nghiệp đó dẫn mình đi đến chỗ thương hoặc chỗ ghét.

Do đó khi chúng ta thọ thân sau, nếu ôm ấp nghiệp ghét nhiều quá thì đến những gia đình gặp toàn chuyện buồn phiền, hờn giận, không vui. Có bao giờ chúng ta muốn gặp những người mình ghét không? Không muốn. Ai cũng muốn gặp người mình thương. Nhưng trong lòng thù oán nhiều quá thì nó sẽ dẫn mình gặp lại những người thù oán. Nên hiện tại khổ mà vị lai cũng khổ luôn. Điều này rất thiết yếu.

Chúng ta phải khéo đừng nuôi dưỡng oán thù trong lòng, nên buông bỏ hết. Cái gì qua rồi không chừa chấp nữa. Hơn thua, phải quấy, chuyện đó không có gì quan trọng. Quan trọng ở chỗ làm sao cuộc sống mình bình an, thanh thản, tươi vui. Đó mới là điều đáng lưu tâm. Chúng ta sống muốn hạnh phúc, muốn được an lạc thì nên giữ hay nên xả? Nên xả. Vì vậy tôi nói tu muốn cho hết khổ thì phải xả, đừng chừa chấp. Đó là điều thứ hai.

Điều thứ ba, chúng ta đừng cố chấp ý kiến mình là đúng, ý kiến người khác là sai. Bởi vì ở thế gian này không có gì là đúng cố định mà cũng không có gì là sai cố định. Chúng ta mở miệng nói với ai cũng "Tôi nghĩ thế này là đúng". Nếu nói tôi nghĩ như vậy là đúng, người thứ hai nói tôi nghĩ thế khác mới đúng, thì hai cái đúng nó đụng nhau. Mình đúng theo cái nghĩ của mình, người khác đúng theo cái nghĩ của họ. Ai cũng đúng hết thì cãi lộn hay huê? Thế gian không ai chịu thua ai, mình đúng thì người khác sai, mà người khác đúng thì mình sai. Cho nên khi người ta nghĩ khác với mình, mà họ cho rằng họ đúng thì mình bực lên liền, và người kia cũng nổi tức vậy. Hai cái nổi tức sẽ đi đến khẩu chiến. Khẩu chiến không xong thì tới thân chiến.

Quý vị thấy những người cãi nhau, đánh nhau khi được hỏi: "Tại sao quý vị đánh nhau?" Họ nói: "Tôi nói cái này đúng mà nó cứ cãi hoài." Có khi nào hai người cãi lộn mà chúng ta hỏi "tại sao", họ nói "tại tôi sai" đâu. Nhất định là đúng. Hai cái đúng không giống nhau thì nhất định cãi lộn, cãi lộn không xong thì tới đánh lộn. Như vậy thì khổ hay vui? Không bao giờ vui được. Những điều này xảy ra rất nhiều.

Gia đình vợ chồng, mỗi người thấy một lối, ai cũng cho là đúng thì gia đình đó cãi lộn hoài. Trong xã hội, nhóm này thấy thế này là đúng, nhóm kia thấy thế khác là đúng thì cũng gây ra cuộc đấu chiến. Cả trên thế gian đều như vậy. Nếu cố chấp cái nghĩ của mình đúng, cái nghĩ của người khác sai là gốc của đấu tranh, của tiêu diệt nhau. Cho nên chúng ta đừng có cố chấp. Cái đúng này là đúng của tôi, cái đúng kia là đúng của anh. Mỗi người giữ phần của mình, cãi nhau làm chi. Vậy là yên.

Xả hết cố chấp, đừng bắt người khác phải nghĩ, phải thấy như mình mới đúng. Đó là điểm đặc biệt của đạo Phật. Trong đạo Phật có câu: "Phật hóa hữu duyên nhân", đức Phật giáo hóa người có duyên

với Ngài mà thôi. Ai có duyên thì đến với Phật, chớ Phật không nói đạo Phật là đúng, đạo khác là sai. Theo đạo nào cũng tốt. Minh thích đạo Phật vì đạo Phật thích hợp với tâm tư nguyện vọng của mình nên mình theo, người khác không thích thì thôi. Chúng ta không nên nói theo đạo Phật chết được về Cực lạc, còn theo đạo khác chết nhất định đọa địa ngục. Không nên như vậy.

Trong kinh Phật nhất là các bộ A-hàm, Phật thường nói: "Người tu theo đạo Phật làm lành, tu Thập thiện được phước sanh cõi trời. Người không tu theo đạo Phật mà làm mười điều lành cũng được sanh cõi trời." Không phải cõi trời chỉ dành cho người tu theo đạo Phật. Bởi vậy người không tu theo đạo Phật mà làm lành, làm tốt họ vẫn có phước. Minh tu theo đạo Phật mà mình làm xấu làm ác thì mình cũng bị tội như thường. Chúng ta mới thấy rằng chủ trương của đức Phật rất rõ ràng, rất thấu đáo. Phật không bắt ai phải theo mình dù biết rằng làm như vậy là tốt, là có lợi. Nếu người ta không thích thì thôi, không ép buộc.

Chúng ta học Phật phải tập tâm cởi mở, xả bỏ những cố chấp riêng tư, dù chấp tôn giáo mình cũng là bệnh nữa. Những gì chúng ta thấy đều do Phật dạy, mình biết mình tu. Ai thấy hợp thì tu theo, còn thấy không hợp thì thôi, ta chỉ cười chớ đừng giận. Đạo mình kính trọng mà nghe ai nói ngược lại, mình nổi sùng lên thì chưa gọi là hiểu đạo. Không cố chấp thì cuộc đời an vui, hạnh phúc, sống với mọi người rất hòa nhã.

Điều thứ tư là Phật dạy xả đừng chấp thân của mình nữa. Quý vị thấy dễ hay khó? Xả mấy điếm kia thì còn khả dĩ, xả chấp thân mình thì hơi khó. Tôi hỏi quý vị trong tất cả cái sợ của mình hiện giờ, cái sợ nào là số một? Sợ chết là số một. Tại sao mình sợ chết? Vì cố giữ thân, cố chấp thân, nên nghe nói mất đi thì hoảng sợ. Do đó khi cái chết đến mình khổ vô cùng.

Chúng ta xét kỹ thân của mình, ai cũng muốn cho nó được tròn một trăm năm. Hồi xưa còn tham hơn nữa, hàng quần thần chúc vua chúa đến Vạn tuế, tức là muôn năm. Chúc muôn năm, mà có ông vua nào sống được muôn năm đâu. Máy ông còn chết sớm hơn ai hết. Như vậy để thấy lòng tham sống của con người quá lớn. Bởi tham sống cho nên chết là cái khổ nhất.

Nếu người không tham sống thì chết có khổ không? Đâu có khổ vì họ đâu có sợ. Nên quý vị cố chấp thân, muốn giữ cho nó lâu dài, mà lỡ nó bại hoại thì đau khổ vô cùng. Thân mình đâu có nguyên vẹn từ khi chí chung, mà nó đổi thay từng tháng, từng ngày. Như vậy muốn nó còn hoài, chẳng khác nào mình nắm một cục nước đá trong tay mà muốn nó đừng tan. Thân này cũng vậy, luôn biến chuyển từng phút giây. Đó là nói bình thường, còn nói theo khoa học là nó sanh diệt từng tế bào. Lúc nào, phút nào cũng sanh sanh diệt diệt, không dừng. Sanh diệt luôn luôn mà bảo nó còn hoài làm sao được. Chấp như vậy có phải là ảo tưởng không? Ảo tưởng sai lầm mà chúng ta cứ chấp giữ, cho nên khổ vô cùng.

Vậy mà trăm người như một, ai cũng muốn giữ thân lâu dài. Nhiều khi bảy, tám mươi tuổi vẫn muốn sống hoài, không muốn chết. Muốn giữ hoài mà có giữ được đâu. Giữ không được thì khổ hay vui? Người lớn tuổi nào cũng thở dài than vắn, khổ quá! Già yếu bệnh hoạn, khổ quá!

Thật ra già yếu, bệnh hoạn có khổ không? Có gì đâu mà khổ, nó là như vậy. Hết thời ấu niên đến thời tráng niên, hết thời tráng niên đến thời trung niên, hết thời trung niên đến thời lão niên. Cứ thế mà đổi dời. Nên khi trẻ mình vui với tuổi trẻ, lúc già mình vui với tuổi già. Mai một chết thì cười với cái chết, sướng không? Chớ ngời đó mà than, ai cứu mình được. Không ai cứu được thì than hoài làm chi cho khổ vậy? Cứ cười vui. Ồ! Già tốt. Nếu đi hai chân không vững thì thêm chân thứ ba nữa. Cứ như vậy mà chống gậy, có gì đâu phải buồn. Xả được cố chấp thì vui, còn nếu giữ thì khổ. Lẽ thật là như vậy.



Con người sợ chết nhưng có giữ cho khỏi chết được không? Nếu giữ được thì cũng nên sợ. Giữ không được thì cứ cười vui cho rồi. Quý vị nghĩ nếu lát nữa chết, chúng ta sẽ có cái gì vui? Hiện tại mình biết hết các việc trên thế gian rồi, biết sự sống này rồi. Người ta nói đi du lịch vui chơi đó đây là tới những chỗ mình chưa biết, còn những chỗ nào biết rồi, đi chán lắm. Chúng ta đã ở trên thế gian mấy chục năm, chán quá rồi. Bây giờ đi tới chỗ khác chơi cho vui thì sợ gì. Khi sắp chết, mình tự nghĩ ta sẽ biết thêm một chỗ mới nữa. Vậy là vui chớ không sợ. Chúng ta sống vui với cái sống, chết cũng vui với cái chết, như vậy là an vui, tự tại.

Người không sợ chết thì chết không phải là khổ. Sợ dĩ khổ là vì người ta chấp chặt phải sống, sống chừng nào cũng được, sống hoài. Chấp chặt vậy cho nên lỡ ai coi tuổi hoặc bắt mạch nói bệnh sắp chết liền quên ăn, quên ngủ. Nếu hiểu được lẽ thật thì chết là vui thôi. Ồ, tôi ở đây mấy chục năm chán rồi, đi chỗ khác chơi cho vui. Đó, nghĩ vậy thì cứ cười mà đi, có tự tại không? Rõ ràng nếu buông xả cố chấp thì chúng ta an vui. Còn bám chặt giữ mãi thì chúng ta đau khổ.

Cuộc đời là một dòng biến chuyển từ ngoại vật cho tới con người. Nó biến chuyển mà chúng ta cố giữ thì có phải là si mê không? Cho nên Phật nói người trí biết được vô thường biến chuyển nên không khổ. Còn người ngu, đối với vô thường biến chuyển mà muốn còn nguyên vẹn nên khổ. Bản thân mình nó phải biến hoại, phải mất; chúng ta biết rõ rồi cười với nó, không sợ, là chúng ta khéo tu.

Tu là như vậy, chớ không phải vừa mới bệnh liền chạy tới cầu Phật cho con sống được năm năm, mười năm. Phật từ bệnh tới chùa nhờ quý thầy cầu an. Quý thầy cầu cho Phật từ an, còn quý thầy không an thì cầu ai? Nếu tất cả người bệnh cầu đều được an thì không ai chết hết. Nhưng thật ra đâu có chuyện đó. Kỳ này cầu an là tại họ chưa chết, kỳ sau tới lúc chết thì cầu gì cũng chết thôi, cầu an cũng không khỏi.

Như vậy để thấy chúng ta tu là phải nhận ra lẽ thật của cuộc đời, thấy rõ được lẽ thật của bản thân mình. Đừng lầm lẫn mới an vui, khỏi phải nhờ ai cầu gì hết, cũng khỏi cần coi tướng coi số làm chi. Cuộc đời là như vậy, không có gì phải lo. Năm mươi tuổi chết cũng tốt, bảy mươi tuổi chết cũng tốt, tám mươi tuổi chết cũng tốt, không sao hết. Tôi thường hay nói ai rồi cũng chết một lần, chớ có ai chết hoài đâu phải không? Thì thôi lúc nào tới thì đi một lần, chớ đâu có đi hoài mà sợ.

Phật dạy khi bỏ thân này, muốn có thân khác đẹp hơn thì phải tạo duyên tốt. Như giữ được năm giới trọn vẹn thì đời sau trở lại làm người đủ năm điều kiện tốt: Không sát sanh thì tuổi thọ dài. Không trộm cướp thì có nhiều của. Không tà dâm thì đẹp đẽ trang nghiêm. Không nói dối thì ngôn ngữ được lưu loát. Không uống rượu, xì ke ma túy thì trí tuệ thông minh. Nếu thiếu một trong năm giới thì đời sau bất hạnh một phần. Ai muốn đời sau được thân tốt đẹp hơn thân người thì tu Thập thiện.

Như vậy chết không đáng sợ mà chỉ sợ mình không chuẩn bị được khi mất thân này. Đến lúc ngã ra chết không làm điều lành, không tạo phước đức thì chừng đó khổ hơn nữa. Cho nên biết tu thì trong cuộc sống hiện tại chúng ta được an vui tự tại, khi nhắm mắt chúng ta đã chuẩn bị cho đời sau được tốt đẹp hơn nên chúng ta càng vui, không có gì phải buồn sợ.

Cũng như mình đi chiếc xe cũ, lâu quá nó hư mòn, cứ đẩy hoài rất chán. Bây giờ mình dành dụm tiền, bỏ xe cũ mua xe mới đẹp hơn. Như vậy buồn hay vui? Nhưng muốn mua xe khác đẹp hơn thì phải chuẩn bị tiền. Chuẩn bị trước rồi mới bỏ xe cũ mua xe mới được. Chớ không chuẩn bị thì xe cũ bỏ rồi, không biết làm sao mua xe mới. Cho nên người biết tu là người biết lo xa, biết chuẩn bị sẵn; bỏ thân này qua thân khác khỏe hơn. Đó là bước tiến của người tu.

Như vậy chỉ một chữ Xả mà chúng ta được an ổn vui tươi. Cần gì phải nhiều. Một chữ mà biết tu là cả cuộc đời sống thoải mái, an vui. Ngược lại quý vị sẽ thấy mặt mày nhăn nhó hoài, bất mãn cái này,

bất mãn cái nợ, bất mãn con cái, bất mãn vợ chồng, bất mãn xã hội... Mấy chục năm cứ nhăn nhó hoài, uổng một cuộc đời. Cho nên mình phải vui tươi xả bỏ, có mấy mươi năm ngắn ngủi, sống làm sao cho thanh thoi, tạo phước lành để khi nhắm mắt được đến cõi lành, ở đó mà buồn giận làm chi cho khổ.

Vậy mong quý Phật tử nghe hiểu, ứng dụng tu để tất cả chúng ta sống trên thế gian này lúc nào cũng tươi cười, không còn buồn bực. Đến lúc nhắm mắt ra đi chúng ta cũng vui luôn. Đó là kết quả tốt đẹp của người Phật tử khéo tu.

04

## NGƯỜI TU PHẬT LÀ NGƯỜI TÌM VỀ NGUỒN AN LẠC GIẢI THOÁT

*Giảng tại chùa Xá Lợi - 1998.*

**Đ**ề tài chúng tôi nhắc nhở quý vị hôm nay là: "Người tu Phật là tìm trở về nguồn an lạc giải thoát." Quý vị chú ý nghe, lãnh hội đầy đủ và ứng dụng tu hành thì mới tốt.

Đức Phật sau khi thành đạo dưới cội bồ-đề, Ngài tìm những người bạn đồng tu lúc trước là năm anh em ông Kiều-trần-như để thuyết pháp. Bài pháp đầu tiên là Tứ Diệu Đế, trong đó đế thứ nhất là Khổ đế, nói cái khổ là lẽ thật của cuộc đời này. Đức Phật nói khổ, tại sao chúng tôi lại nói người tu là tìm về nguồn an lạc giải thoát, tức là vui. Như vậy có trái với bản ý của đức Phật hay không?

Khi mới nhìn qua đạo Phật, người không hiểu thấy đạo Phật dường như bi quan, yếm thế. Nhưng đi sâu, thấm nhuần giáo lý của Phật rồi, chúng ta mới thấy ngược lại. Đức Phật nói khổ là chỉ trên quả, vì quả dễ thấy, dễ biết. Khi biết được quả rồi, Ngài liền chỉ đến nhân. Nguyên nhân nào tạo ra quả khổ ấy. Khi biết được nhân rồi, dẹp hết nhân thì quả không còn.

Ngày nay các nhà khoa học luôn phăng tìm manh mối của vạn tượng sum la, căn cứ trên quả mà phăng tới nhân, không bao giờ đi từ nhân tới cái quả. Vì quả là cái dễ thấy, thấy quả rồi chúng ta tìm ra nhân dễ dàng, còn trước nói nhân sau đó mới chỉ quả thì khó hơn. Như bây giờ chúng ta có cây cam, được quả cam ăn, biết quả cam ngọt. Những người thưởng thức mùi vị quả cam hỏi rằng: Cam này từ đâu có? Tự nhiên chúng ta sẽ giải thích từ hạt cam uơm lên, nảy mầm, lên cây, có lá, đơm hoa, kết quả. Quả là cái hiện thấy, chứng minh được; còn nhân thì đã cũ, đã xưa rồi, chúng ta không thể nào chỉ cho người khác thấy tường tận. Cho nên tinh thần Phật dạy rất thích hợp với khoa học hiện giờ.

Nếu người không hiểu, nghe đức Phật nói cuộc đời là khổ, mang thân này là khổ thì cho rằng đạo Phật bi quan, đạo Phật chán đời, v.v... Khổ đó là quả, chúng ta biết rồi thì phải phăng tìm nguyên nhân của nó. Nếu biết được nhân nào tạo ra quả khổ, chúng ta liền dẹp bỏ, tự nhiên quả khổ không còn. Nếu quả khổ không còn, lúc đó được vui. Vui không riêng có mà chỉ khi nào hết khổ. Đó là tinh thần của Phật dạy.

Phật nói khổ để chúng ta tìm ra nguyên nhân gây đau khổ, biết rõ nguyên nhân rồi thì dứt bỏ nó. Dứt bỏ rồi chúng ta mới hết khổ, tức là được an lạc, giải thoát. Vậy mục đích của đức Phật dạy là muốn chúng ta hết khổ, được giải thoát, chớ không phải dạy chúng ta chịu khổ. Phương pháp tu đó không

hề bi quan. Quý vị nhìn những người tu hành hiểu sâu đạo lý, sống được với đạo, thường lác đàu, chạch lưỡi, thờ dài hay thường cười hoài? Bao nhiêu đó cũng tự trả lời cho những vấn đề chúng ta cần hiểu rồi.

Người biết tu luôn phẳng tận nguồn gốc nguyên nhân gây ra đau khổ, dẹp bỏ chúng qua một bên thì đau khổ không còn. Khổ hết gọi là an vui. Nhưng thật đáng thương cho Phật tử chúng ta ngày nay, tu mà không tìm nguyên nhân của khổ để dẹp bỏ, lại cứ cầu Phật cho con hết khổ hoài. Gặp việc buồn, việc khổ liền vô chùa thắp hương, lạy Phật tha thiết, xin Phật ban cho con ân huệ để con hết khổ. Việc gì cũng dựa vào quyền lực của đức Phật chứ không bỏ ra công phu tu hành.

Đạo Phật là đạo rất thực tế chứ không phải huyền bí, nhưng Phật tử chúng ta quen bệnh yếu đuối nên xem Phật giống như ông thần. Gặp việc gì khổ quá chỉ xin với Phật cho bớt khổ, chứ không biết tu cho bớt khổ. Đó là điểm yếu đuối, sai lầm của Phật tử chúng ta. Người tu Phật thì phải tìm về nguồn an lạc giải thoát. Tôi xin nêu vài điểm căn bản cho quý vị thấy nguồn gốc của an lạc giải thoát.

Trong kinh Phật thường nói: "Chúng sanh có tám điều khổ: sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, tử khổ, ái biệt ly khổ, cầu bất đắc khổ, oán tắng hội khổ và ngũ âm xí thanh khổ. Đó là bát khổ." Như vậy khổ nhiều hơn vui. Chúng ta xét kỹ xem, cái khổ đó là khổ cho tất cả mọi người hay chỉ đối với những ai không biết đạo lý?

## **1. Sanh khổ.**

Theo nhà Phật thì sanh gồm hai phần. Thứ nhất, sau khi ra khỏi lòng mẹ đau đớn nhọc nhằn. Thứ hai, trong cuộc sống của chúng ta, nếu không biết tu, không hiểu đạo thì cả cuộc đời chỉ toàn là đau khổ, không chút an vui. Như vậy khổ lúc sanh ra và khổ trong cuộc sống. Khi sanh ra có đứa bé nào cười không, hay đều khóc oa oa. Đó là vì ra đời khó khăn đau đớn quá, nên lọt lòng mẹ là khóc liền. Cái khóc ấy nói lên sanh là khổ.

Rồi từ bé đến già mấy mươi năm, một cuộc đời khổ nhiều vui ít. Quý vị thử kiểm lại xem trong suốt một đời, những gì chúng ta mong muốn, đa phần được như ý hay chỉ thiếu phần như ý? Chắc rằng không ai nói đa phần như ý. Người thì gia đình ấm no có cơm ăn, áo mặc nhưng con cháu khó dạy. Người thì con cháu dễ dạy nhưng gia đình lại chật vật thiếu thốn v.v... đủ thứ thuận nghịch, không khi nào được thỏa mãn như ý của mình. Vì vậy đa số đều bất như ý.

Con người sanh ra ai cũng mơ ước tràn đầy hạnh phúc, nhưng trải qua bốn, năm mươi tuổi nhìn lại cuộc đời không có hạnh phúc mà bất hạnh lại nhiều. Ít hôm nghe tin người thân mất hoặc phải đi xứ này xứ khác v.v... Hoặc có chuyện này chuyện nọ làm mình phải buồn, phải khổ. Không ai được hạnh phúc trọn vẹn. Cả một đời người, ba phần tư là đau khổ, chỉ một phần tư an vui thôi, thực tế là như vậy.

Chúng ta đã biết sanh là khổ, bây giờ chúng ta phải làm sao cho hết khổ? Làm sao chúng ta sống trong cõi khổ mà vẫn luôn được an vui? Điều đó không có gì khó hết. Nếu sống trong cuộc đời này mà biết rõ ràng cuộc đời là tạm bợ, có rồi sẽ mất, không ai còn mãi. Như vậy ngày nào chúng ta còn sống thì ngày ấy còn tốt, còn có thì giờ cho chúng ta tự tu, cho chúng ta làm những điều thiện, giúp ích mọi người. Một ngày sống là một ngày vàng, chúng ta phải sử dụng hết để lo cho mình, cho người, làm sao cho mình và người đều được an ổn. Làm một điều lành là chúng ta được một nguồn vui. Chúng ta chuyển cuộc sống khổ đau này bằng một cuộc sống tràn đầy hạnh phúc.

Nói như vậy sẽ có vị nghi, nếu người giàu có thì giúp đỡ người này, người kia để. Còn như ta nghèo, không có điều kiện giúp được ai, thì làm sao có niềm vui. Tôi xin nhắc rằng trên đời có nhiều niềm vui lắm, chỉ sợ chúng ta không chịu làm thôi.

Thí dụ chúng ta không có tiền cho người ăn xin hay đóng góp cứu trợ nạn lụt v.v..., nhưng đang đi thấy đứa bé bị té, chúng ta đỡ lên, vỗ về, an ủi khuyên bảo nó, như vậy có vui không? Chúng ta không làm được việc cứu giúp bằng tiền thì chúng ta làm việc cứu giúp bằng thân, bằng lời. Dùng thân và lời giúp đỡ người bớt khổ. Bớt khổ là họ được vui, người vui thì chúng ta cũng vui. Cái vui đó không tốn gì hết, chỉ tốn một chút công. Như vậy tìm nguồn vui đâu phải khó. Chỉ cần khi thấy một con kiến rớt dưới vũng nước, chúng ta vớt nó lên để trên khô, thấy nó bò mừng rỡ là chúng ta cũng vui rồi.

Người biết tu nhìn lại bản thân mình ngày xưa nhiều nóng giận, nay đã giảm bớt liền cảm thấy vui. Gặp ai đang có nguy khốn, mình ra tay cứu vớt, từ con người cho tới loài vật, giúp được loài nào cũng có nguồn vui. Vậy chúng ta sống để làm lợi ích cho chúng sanh. Tuy rằng khả năng nhỏ bé, hạn hẹp, nhưng với lòng chân thành thì cũng có vui rồi.

Nếu chúng ta biết sống, thì dù đời là khổ hay sanh là khổ, nhưng ngày nào chúng ta cũng lượm cũng mót được nhiều niềm vui. Đó là chúng ta khéo tu, khéo hiểu Phật pháp, chớ đừng lạy xin Phật cho con vui. Phật không cho được đâu, chúng ta phải tự tạo lấy nguồn vui từ bản thân mình. Tuy sanh khổ, nhưng nếu chúng ta biết sống thì sanh trở thành vui, chớ không phải khổ.

## **2. Già khổ.**

Tại sao già khổ? Vì già không biết làm gì cứ đi đi lui, nhớ con, nhớ cháu, buồn ủ rũ, hết trách người này tới trách người kia, thành ra thấy tuổi già lê thê, đen tối. Nên già là khổ.

Người già nên biết dùng tuổi già trong công việc. Những vị không có trách nhiệm cứ ở tại nhà, tìm những gì hay, những gì đẹp dạy con, dạy cháu. Dem bài kinh hay, đoạn sách tốt để dạy con cháu, đó là vui rồi, đâu phải làm việc gì nhiều.

Cũng như chúng tôi, một ngày sống là một ngày phải làm được cái gì cho mình cho người. Lợi ích được cho mình cho người thì vui chớ đâu có khổ. Như vậy nói già khổ hay vui? Già thế nào cũng có kinh nghiệm nhiều hơn người trẻ. Tại sao chúng ta không đem những kinh nghiệm ấy dạy lại cho người sau. Vì vậy tuổi già không phải là thừa, không phải là bỏ. Mỗi ngày chúng ta sống đều có giá trị thì cuộc đời già là vui, chớ không phải khổ.

## **3. Bệnh khổ.**

Điều này đa số chấp nhận. Có người nào đau mà không rên đau? Rên tức là khổ chớ gì! Nhiều người than sao tôi bệnh hoạn lê thê, kéo dài năm này qua năm nọ, chán quá! Nên vì đó thấy bệnh là khổ.

Nhưng với con mắt nhà Phật, bệnh cũng không khổ. Vì sao không khổ? Vì Phật dạy thân này do nhân duyên hợp, trong đó có đất, nước, gió, lửa. Kinh Niết-bàn nói tứ đại là bốn con rắn, con rắn nước, con rắn lửa, con rắn đất, con rắn gió. Tôi xin nói cụ thể hơn, con rắn nước là rắn hổ ở dưới nước, con rắn lửa là rắn hổ lửa, con rắn đất là rắn hổ đất, con rắn gió là rắn hổ mây. Bốn con rắn hổ này nhốt trong một cái giỏ thì chúng phải cắn nhau, chống chọi nhau thôi. Người nuôi rắn thấy bốn con cứ chống nhau, làm cho con này con nọ cứ bất an hoà, thì phải can thiệp cho chúng hòa với nhau mới yên được.

Chúng ta mang thân đất nước gió lửa, bốn chất đó có hòa hợp với nhau không? Ít hôm thì lửa thắng nước, lúc đó nóng quá phải kiếm cái gì uống cho mát, đó là điều hòa rắn hổ lửa. Ít hôm nước thắng lửa thì bị lạnh run rẩy, phải kiếm cái gì uống cho ấm, đó là điều hòa con rắn nước. Ít hôm rắn đất bị hồ mây cắn, lúc đó chúng ta kêu trúng gió, phải đánh gió hay tìm cách này cách kia làm cho gió ra thì thân mới nhẹ, nên nói: "Gió thổi mạnh thì đất rung rinh." Chúng luôn luôn chống chọi nhau. Chúng ta phải điều hòa chúng. Như vậy nhân hạ hay khổ.

Ai cũng có bệnh. Nếu không bệnh nặng thì cũng bệnh nhẹ, không bệnh nhiều cũng bệnh ít, chớ không ai hoàn toàn không bệnh. Vì bệnh là khổ chung của tất cả mọi loài! Nhiều vị bệnh lẫn lộn rên. Rên là khổ. Nhưng giờ đây biết tu, khi bệnh chúng ta phải làm sao? Chúng ta nhìn bốn con rắn này, xem đứa nào thắng, đứa nào bại. Biết rõ bốn con rắn độc đang chống chọi với nhau, chúng ta không chấp thân này là thật. Tứ đại tụ hợp nên có thân, nhưng vì tụ hợp trong sự chống chọi nên thân này khổ.

Chúng ta biết rõ nó không chắc, không bền, không có gì quan trọng nên bớt khổ. Thường bệnh đau, chúng ta thấy khổ vì thấy thân là hơn hết, vì sợ chết. Nếu biết rõ nó là tướng duyên hợp thì hợp cũng tốt, mà tan cũng vui. Nếu nó còn thì chúng ta dùng vào việc hữu ích, nó mất thì chúng ta ra đi một cách thanh thoi, có gì đâu mà sợ. Nếu không sợ chết thì đau mặc đau, nó đâu có thiệt.

Ngày xưa có một vị Thiên sư bị bệnh, thầy Tri sự lên thưa: "Bạch Hòa thượng, Hòa thượng bệnh có cái không bệnh chằng?" Ngài đáp: "Ôi da, ôi da!" Cái biết rên đó nó không có hình tướng nên không bị bệnh, còn bệnh là thân này bệnh. Như vậy chúng ta biết ngay nơi thân này là duyên hợp tạm bợ. Có hợp thì phải có tan, không có gì quan trọng. Không quan trọng thì bớt khổ.

Đồng thời chúng ta cũng biết ngay trong thân này có cái chân thật, không hình tướng, nó chính là chủ tri của thân. Biết rõ cái đó thì thân có đau, có nhúc là chuyện của thân, nhìn được cái đau tức là chúng ta không đau.

#### **4. Chết khổ.**

Ai cũng thấy người sắp chết thở hỗn hển, trần trở bứt rứt hết sức khổ nhọc, nên nói chết là khổ.

Người nếu khéo tu, nhất là tu thiền sẽ thấy khác. Khi ngồi thiền từ một giờ, lần lần tới một giờ rưỡi, hai giờ, càng tiến lên chân đau vô kể. Nhưng ráng chịu đựng, thắng được nó rồi thì sẽ qua luôn, không còn đau nữa. Thắng được là có gan dạ. Vì có gan dạ nên mới thắng được.

Khi chúng ta chết, thân tứ đại rã rời tan nát, làm sao không đau đớn. Trong khi đau đớn chúng ta nhìn nó biết nó là bại hoại. Còn cái "biết" bại hoại đó không bại hoại, không đau đớn. Biết rõ như vậy thì chết không phải khổ nữa. Cho nên ngày xưa Thiên sư Từ Minh ở Trung Hoa có nói câu kệ: Sinh như đắp chặn đông, tử như cởi áo hạ. Mùa đông lạnh lẽo được đắp chặn ấm là vui. Mùa hè nóng bức, mồ hôi tươm ướt áo, được cởi áo đi chơi là khỏe. Với người biết tu thì sinh tử như trò chơi, không có gì quan trọng nên không có gì khổ hết.

Chỉ người không biết tu, sống lo bảo vệ, săn sóc, cung dưỡng thân này, nên khi thân này bại hoại, chới với không biết nương tựa vào đâu. Vì vậy mà khổ. Khổ hay vui là tại người biết tu hay không biết tu mà thôi. Thân này tuy có hợp có tan nhưng ông chủ không mất thì còn gì khổ. Vì vậy chết cũng không phải là khổ.

#### **5. Ái biệt ly khổ.**

Tức là người mình thương yêu mà phải xa lìa nên khổ. Nếu chúng ta biết thương yêu là gốc của đau khổ nên bớt thương yêu đi thì bớt khổ.

Nói hết thương yêu, người ta lầm tưởng đạo Phật khô khan quá, không biết thương ai hết. Tôi thường thí dụ, như một dòng suối nhỏ, nước từ đầu nguồn tuôn chảy rất mạnh, vì dòng suối nhỏ mà nước nhiều nên nó chảy xiết. Còn biển cả mênh mông, thấy như không chảy mà thật ra nó chảy ngầm. Nếu không thì làm sao có nước ròng, nước lớn.

Cũng vậy, thế gian cột trời mình trong tình thân thuộc, tình bè bạn, nên khi xa cách phải đau khổ. Còn người tu thì mở rộng lòng thương hết chúng sanh, nên ai chúng ta cũng thương. Vì thương tất cả nên như biển, không chảy xiết nên không khổ. Tình thương có cột trời là khổ, còn lòng từ thương hết mọi người thì không khổ. Người này đi vắng thì còn bao nhiêu người khác chúng ta phải lo cho, có rảnh đâu nhớ thương một người. Như vậy tâm từ bi là tâm tràn trề lai láng, không có hạn cuộc. Còn ái kiến là cột trời, mà cột trời riêng biệt thì khổ. Vì vậy nên nói ái biệt ly khổ. Nếu chúng ta dứt được lòng ái thì tự nhiên khổ theo đó dứt hết, sẽ được vui ngay.

## **6. Cầu bất đắc khổ.**

Cầu là mong cầu, bất đắc là không được như ý nên khổ. Chúng ta mong muốn hoặc trông chờ điều gì mà không được thì khổ. Nếu chúng ta không thêm mong cầu chi hết, ngày nay sống lo việc ngày nay, không trông đợi ngày mai thì tâm bình an. Ngày nào chúng ta cũng làm tất cả việc tốt, việc lành, cứu người này giúp người kia; không giúp được người thì giúp vật, không cần cầu việc gì cao xa mà chúng ta vẫn được an lành. Do đó chỉ cần dẹp lòng tham cầu thì tự nhiên hết khổ, nên nói hết tâm tham cầu liền được an vui.

## **7. Oán tắng hội khổ.**

Thù oán mà gặp lại nhau thì khổ. Quý vị ghét ai đó cay đắng mà họ cứ ngồi trước mặt mình hoài, có khổ không? Chắc khổ lắm. Bây giờ chúng ta đừng thêm ghét ai hết thì không còn khổ. Không khổ tức là vui rồi. Như vậy vui từ đâu lại, khổ từ đâu ra? Tại mê muội mà khổ, bỏ mê muội đi thì vui.

Chúng ta thật là đáng thương. Tôi thường nói, như có số người đang đi trên một chiếc thuyền qua biển, sóng gió chòng chành làm thuyền muốn lật. Lúc ấy mọi người có rảnh rỗi để cãi vã, giận hờn nhau không, hay ai cũng lo làm sao cho khỏi chết? Cũng vậy, trên thế gian này ai ai cũng có bao nhiêu thứ hoạn nạn đang chực chờ, nên ai cũng là người đáng thương. Mình đã đáng thương rồi, mọi người xung quanh lại càng đáng thương hơn. Vì vậy thương nhau không hết, có đâu giận hờn làm khổ cho nhau. Ai ưa giận hờn, người đó khôn hay dại?

Vậy mà thế gian không chịu khôn cứ giận hoài, có người còn nói: "Tôi giận người đó mấy chục năm rồi chưa hết!" Vị ấy đâu biết ôm ấp giận trong lòng là mình đang chứa những hòn lửa than, nó sẽ thiêu đốt ta gầy mòn héo hon, vậy mà còn khoe tôi giận mấy chục năm. Giận nhiều thì hại nhiều, không có lợi ích gì cả. Việc qua rồi chúng ta nên xí xóa với nhau rồi cười vui, cuộc đời tạm bợ mà!

Thường trong lòng chúng ta luôn có hai hạng người khó quên: Một là những người mình thương; hai là những người mình ghét. Nên sau khi chết sẽ gặp lại hai nhóm này. Thương gặp lại và ghét cũng gặp lại. Nên người biết tu phải xả hết giận hờn, không oán thù ai hết.

Thật ra chúng ta còn là phàm phu, bảo đừng giận thì chưa được, song có giận nên bỏ mau một chút. Kinh Phật có câu: "Tăng hận bất cách tức", tức Tăng giận không quá một đêm. Chúng ta cũng giận

khi nghe lời trái tai, nhưng giận một chút rồi bỏ để mai kia không gặp trở lại. Nếu ai ôm ấp giận hoài, đó là nguyên nhân để mai sau gặp lại. Chúng ta chấm dứt tâm oán hờn thì chúng ta được an vui.

## 8. Ngũ âm xí thịnh khổ.

Tức thân năm âm này mạnh mẽ, hưng thịnh quá thì khổ. Ngược lại nếu chúng ta biết dùng thân năm âm để tiến tu thì sẽ an vui. Tôi thường thí dụ như khi mình qua sông, không có thuyền bè, nhờ khúc gỗ mục mình lội qua sông. Khúc gỗ khi đó là hữu ích. Nhưng đã qua sông rồi phải biết bỏ khúc gỗ đi không nên tiếc.

Thân này cũng vậy, bệnh hoạn đau ốm đủ thứ, chúng ta lỡ mang vào rồi, phải dùng nó cho có ý nghĩa. Dùng thân làm lợi cho mình, đánh thức cho người, chỉ vì việc tiến tu thì đó là hữu ích. Còn nếu cung dưỡng săn sóc thân cho lắm, tới ngày nó mất thì khổ đau. Vì thương thân quá nên mất thân này liền tìm thân khác. Nhiều khi chụp được thân tốt, cũng có khi chụp phải thân xấu. Vì vậy mà có sanh trong địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Chúng ta nhớ đừng quý thân, mà chỉ lợi dụng nó để lợi ích cho chúng sanh, để mình tiến tu. Đó là người biết dùng thân. Đã biết dùng thân thì vui chứ không khổ.

\* \* \*

Như vậy tám thứ khổ này không phải thật khổ. Chỉ khi chúng ta mê, chúng ta mới thấy thật khổ. Nếu chúng ta tỉnh giác thì không còn khổ nữa. Phật nói khổ để chúng ta thức tỉnh, thức tỉnh thì không còn khổ, mà là được vui. Trong kinh Niết-bàn, đức Phật có dạy bài kệ:

*Chư hành vô thường*

*Thị sanh diệt pháp*

*Sanh diệt diệt dĩ*

*Tịch diệt vi lạc.*

Dịch:

*Các hành vô thường*

*Là pháp sanh diệt*

*Sanh diệt diệt rồi*

*Tịch diệt là vui.*

Hành nghĩa là tất cả các tướng có đi có lại, các sanh hoạt ở thế gian đều là vô thường, không bền lâu, nó thuộc pháp sanh diệt. Từ thân hành cho tới ý hành, cả hai đều thuộc về pháp sanh diệt. Tất cả các thứ sanh diệt lặng hết thì tịch diệt hiện tiền. Chỗ lặng lẽ đó chính là an vui. Chúng ta hiểu đạo lý, phải khéo ứng dụng tu như vậy.

Một, đừng chấp thân vô thường là thật. Hai, phải lặng tâm vô thường sanh diệt xuống, lúc đó chúng ta sẽ hết khổ được vui. Đối với người tu niệm Phật, phải niệm Phật cho nhất tâm. Khi tâm sanh diệt hết mới được sanh sang cõi Cực lạc. Đối với người tu thiền, nếu tâm sanh diệt lặng thì định, do định nên trí tuệ phát sanh, ấy là vui.

Phật dạy chúng ta biết các hành đều vô thường, đều là pháp sanh diệt. Chúng ta đừng cố chấp, đừng luyện tức, đừng quá thương yêu, mà phải làm sao cho tất cả những thứ sanh diệt đó lặng hết, thì tịch diệt là niềm vui an lạc sẽ đến với chúng ta. Trong nội tâm của mình, nếu cứ lo nghĩ chuyện này chuyện kia dồn dập, lúc đó gương mặt mình héo xầu. Ngược lại, nếu tâm mình thờ thối, không có một niệm lo nghĩ nào hết, lúc đó gương mặt mình tự nhiên được tươi vui. Như vậy, cái sanh diệt lặng rồi thì tịch diệt (nguồn vui) hiện tiền. Nên người khéo tu lúc nào cũng tìm cách đưa tâm sanh diệt của mình đi đến chỗ lặng lẽ. Đó là nguồn an lạc lớn lao nhất của người tu.

\* \* \*

Tóm lại, chúng ta tu Phật là vui hay khổ? Tu Phật là vui. Phật nói khổ để chúng ta tìm ra nguyên nhân của khổ và diệt khổ thì được an vui. Vậy đạo Phật bị quan hay lạc quan? Người không hiểu rõ đạo Phật nên đánh giá sai lầm, cho đạo Phật là bi quan, yếm thế. Người hiểu đạo Phật đúng đắn là người biết tìm về nguồn an vui, biết tìm về nguồn giải thoát chứ không phải khổ đau như người ta tưởng.

Mong rằng tất cả chư Tăng, Ni cũng như Phật tử sau khi nghe tôi giải thích, quý vị hiểu và ứng dụng tu được, thì xứng đáng là người xuất gia, xứng đáng là người cư sĩ chân chánh, không còn bị các thứ khổ làm cho buồn bã, sầu bi. Như vậy là quý vị biết nhờ hết nhân đau khổ để rồi cùng nhau được an vui. Nhờ hết gốc đau khổ thì Ta-bà biến thành Cực lạc, còn gì phải trông chờ xa xôi.

Một lần nữa tôi mong quý vị nghe, hiểu, cùng tu và cùng được an vui.

05

## NGUỒN GỐC CỦA ĐẠO PHẬT

*Giảng tại trường Hạ chùa Long An - 1998.*

Hôm nay chúng tôi được duyên lành về đây, trước hết thăm chư Tăng trong mùa an cư, sau có vài lời muốn nói cùng chư Tăng Ni. Chúng tôi thường tự tuyên bố rằng tôi là kẻ nợ của Tăng Ni, nên trọn đời lúc nào tôi cũng canh cánh trong lòng nghĩ đến người tu xuất gia, muốn làm sao tạo duyên tốt cho tất cả Tăng Ni trên đường tu, mỗi ngày một tiến lên và tiến đúng đường lối của Phật đã dạy.

Tăng Ni chúng ta là người hi sinh cả một cuộc đời để tu. Nếu một đời tu không được kết quả gì thì thật uổng một kiếp hi sinh. Với Phật tử cư sĩ chúng tôi cũng lo nhưng ít hơn, quý vị tu bao nhiêu tốt bấy nhiêu, có mất việc đạo thì còn lợi ích việc đời chứ không như Tăng Ni. Tăng Ni là người hi sinh trọn vẹn đời mình cho sự tu hành để đi tới chỗ an vui giải thoát và sau đó dìu dắt chúng sanh cũng được như thế. Nếu chúng ta tu không ra gì thì sự hi sinh đó thật đáng thương, đáng tiếc.

Vì vậy chúng tôi bận tâm nhiều, nên chúng tôi đã nhận lời mời của chư Tăng, chư Ni ở các tụ điểm an cư trong thành phố về đây tiếp chuyện, nhắc nhở quý vị làm sao cho sự tu hành được kết quả như sở nguyện của mình. Đó là nguyện vọng của chúng tôi.

Hôm nay tôi nói chuyện với quý vị một đề tài: **"Chúng ta tu theo đạo Phật không khéo bị quên mất gốc."** Tại sao chúng tôi lại đưa ra đề tài này? Bởi vì là người xuất gia, bắt buộc chúng ta phải phải tìm nguồn gốc của đạo Phật, lấy đó làm nền tảng vững chắc cho đời tu, luôn luôn nương tựa vào đó, chứ không thể nào quên hay đi sai lệch được. Do đó chúng ta phải quay về tận nguồn gốc của đạo Phật, xem ai là người khai sáng đạo Phật và Ngài đã tu hành truyền bá như thế nào, mà Phật giáo còn mãi đến ngày nay? Chúng ta là hàng hậu học kế thừa nối tiếp, phải làm những gì xứng đáng là đệ tử của Phật. Đó là mục tiêu tôi nhắm đến.



Nói đến nguồn gốc của đạo Phật thì chắc rằng tất cả Tăng Ni đều biết đức Phật là một Thái tử ở Ấn Độ xuất gia đi tu, bỏ cả sự nghiệp thế gian để tìm đạo giải thoát. Khi đã đạt được đạo quả rồi Ngài truyền giáo cho đến tận ngày nay gần như cả thế giới đều biết. Như vậy lịch sử đức Phật ai ai cũng thuộc nhưng ở đây tôi muốn đặt lại câu hỏi: Tất cả chúng ta nhớ lại xem vì sao đức Phật đi tu? Đó là điều mà chúng ta phải phải tìm tận cội rễ, tận căn nguyên. Chúng ta nương theo đó mà có một lối đi, một con đường tiến lên tu tới chỗ cứu kính.

Dĩ nhiên tất cả chúng ta không ai phủ nhận đức Phật đi xuất gia là vì chứng kiến được cảnh sanh, già, bệnh, chết. Lý do này hết sức quan trọng đối với đạo Phật. Tôi nhớ trong sử có kể đức Phật một lần thấy người già Ngài liền thức tỉnh. Người này già rồi mai kia ta cũng già. Thấy người bệnh, người chết, Ngài biết rằng rồi ta cũng phải bệnh, phải chết. Vì vậy nên Ngài mới bần khổ, thao thức không yên được.

Người mê thấy cảnh già, bệnh, chết tưởng chừng đó là chuyện của ai chớ không phải là chuyện của mình. Tất cả quý Tăng Ni, Phật tử đã từng chứng kiến cảnh già, bệnh, chết hay chưa? Chắc chứng kiến nhiều lắm. Nhưng chứng kiến mà quý vị có tỉnh không? Hay là người kia già, người kia bệnh, người kia chết không có gì quan trọng đối với chúng ta. Đây là quan niệm hời hợt cho nên đức Phật bảo chúng sanh si mê.

Đức Phật thấy người già, người bệnh, người chết Ngài liền tỉnh ngộ ta cũng sẽ như vậy, đó là việc chung chớ không phải việc riêng. Ngài nghĩ rằng đã có sanh ra rồi phải già, bệnh, chết. Lóp trước đã đến, lóp sau sẽ đến, ai cũng đến đó. Chẳng lẽ chúng ta sanh ra ở đời để chờ đến một ngày chôn vùi dưới đất hay sao? Chúng ta phải làm sao thoát ra khỏi luật vô thường chi phối con người như thế. Vì vậy đức Phật không kham chấp nhận cái già chết đến với Ngài, phải làm sao để thoát ra khỏi nó. Đó là lý do, mục đích mà Ngài đi tu.

Do đó khi đi tu gặp các vị tiên dạy, nào là pháp Tứ thiên, pháp Tứ không v.v... Các pháp đó Ngài đã đạt được nhưng vẫn chưa thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết nên Ngài từ giã họ ra đi. Sau đó đức Phật tu khổ hạnh vì nghĩ rằng nếu tận lực tu khổ hạnh có thể đời mình sẽ đạt được mục đích giải thoát sanh tử. Qua mấy năm trời khổ hạnh, kết quả chỉ đưa Người đến chỗ kiệt quệ, té xỉu không còn sức lực nữa. Ngài thấy đó là một quan niệm sai lầm. Nếu càng khổ hạnh chỉ càng đưa đến cái chết chớ không cứu được mình, được người. Ngài liền từ bỏ khổ hạnh và đến cội bồ-đề ăn uống trung hòa, tức ngày ăn một bữa và tọa thiền.

Dưới cội bồ-đề (tát-bát-la) Ngài lấy một ít cỏ trải tòa ngồi, khi trải cỏ xong, Ngài chi cây tát-bát-la thệ nguyện rằng: "Ta ngồi dưới cội cây này nếu không đạt được đạo thì dù xương tan thịt nát cũng không rời khỏi nơi đây." Vì có lời thệ nguyện mãnh liệt đó nên suốt bốn mươi chín ngày đêm thiền định dưới cội bồ-đề, Ngài liền được giác ngộ.

Nói đức Phật thành Phật là thành cái gì? Đây là vấn đề chúng ta cần phải quan tâm. Khi Ngài ngồi tu dưới cội bồ-đề đến đêm thứ bốn mươi chín, từ đầu hôm đến hết canh một Ngài chứng được Túc mạng minh. Túc là đời trước, mạng là sanh mạng, minh là sáng. Sáng ra được những việc trong nhiều đời nhiều kiếp về trước, tại sao Ngài sáng ra lẽ đó? Bởi khi Ngài đi tu, vì muốn giải thoát sanh tử nên Ngài đặt ra vấn đề: Trước khi ta có mặt ở đây ta là gì, ở đâu đến? Sau khi chết ta sẽ về đâu? Muốn dứt hết cội gốc sanh tử này ta phải làm sao? Đó là ba nghi vấn về số phận con người của Ngài.

Hiện giờ chúng ta có mặt ở đây nhưng trước kia chúng ta ở đâu, ta là gì? Khi thân này hoại chúng ta sẽ về đâu, còn hay hết? Muốn thoát ly sanh tử chúng ta phải làm sao, tìm cách gì để thoát ly sanh tử? Đó là ba nghi vấn tối quan trọng ai cũng thắc mắc. Khi đức Phật chứng được Túc mạng minh rồi,

Ngài nhìn lui về quá khứ thấy vô số kiếp về trước Ngài đã từng làm gì, ở đâu, tu hành hạnh nào, có được những công đức gì v.v... nhớ rõ mồn một những việc đã qua.

Trong kinh A-hàm kể lại rằng, Ngài nhớ những sự việc cả muôn ức kiếp về trước như chúng ta nhớ những sự việc mới xảy ra hôm qua, hôm kia vậy thôi. Vì vậy khi chúng được Túc mạng minh rồi Ngài liền giải được cái nghi tại sao chúng ta có mặt ở đây, trước kia ta là gì. Ngày nay chúng ta đọc trong kinh Bản Sanh và Bản Sự kể lại cuộc đời đức Phật và cuộc đời các vị đệ tử của Phật, đó là do Phật chứng được Túc mạng minh, Ngài thuật lại để làm gương mẫu, nhắc nhở người sau tu. Đây là minh thứ nhất.

Tới canh ba, Ngài chứng Thiên nhãn minh, thấy suốt được những vật hết sức nhỏ nhiệm, hết sức xa xôi, quá tầm thấy biết của người thường. Thấy rõ con người sau khi chết bị nghiệp dẫn đi luân hồi trong sáu đường. Trong kinh kể sau khi Phật chứng được Thiên nhãn minh, Ngài nói: "Ta thấy chúng sanh đi trong luân hồi Lục đạo như người đứng trên lầu cao nhìn xuống ngã ba đường, thấy kẻ đi qua, người đi lại một cách rõ ràng, không có nghi ngờ gì cả." Thế là Ngài giải được cái nghi vấn thứ hai, sau khi chết chúng ta đi về đâu. Chúng ta sẽ theo nghiệp lành, nghiệp dữ mà sanh trong cõi trời, cõi người (lành), địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh (dữ) chứ không phải hết.

Đây là một lẽ thật, do chứng Thiên nhãn minh mà Phật thấy được những việc nhỏ nhiệm vô cùng. Ngài thấy vô số vi trùng, Phật cách chúng ta hơn hai mươi lăm thế kỷ mà Ngài thấy được vi trùng. Vì vậy chư Tăng khi uống nước, nhất là nước không lọc, không nấu thì Phật dạy phải quán. Quán thế nào? "Phật quán nhất bát thủy, bát vạn tứ thiên trùng v.v..." Phật nhìn trong bát nước có tám muôn bốn ngàn vi trùng. Ngày xưa Phật nói nước có vi trùng ai mà tin, vì con mắt phạm làm sao thấy!

Phật do thấy mà nói nhưng chúng ta không tin, nên biết cái thấy của Ngài với cái thấy của chúng ta khác xa vô cùng. Phật nhìn trong bầu hư không Ngài thấy vô số thế giới không thể tính kể, nên trong nhà Phật có từ hằng hà sa số thế giới không thể tính kể, nghĩa là thế giới nhiều như cát sông Gange ở Ấn Độ. Phật thấy trong bầu hư không này, những hành tinh như quả địa cầu của chúng ta nhiều không thể kể hết. Đó là minh thứ hai.

Đến khi sao Mai vừa mọc Ngài bừng ngộ chứng được Lưu tận minh. Lưu là rót, tận là sạch, nghĩa là sạch hết, không còn mầm rơi rót trong sanh tử nữa, tức là không còn rơi lại trong tam giới Lục đạo. Như vậy sau khi chứng được Lưu tận minh, Ngài đã đạt được mục đích giải thoát sanh tử. Ngài biết rõ nguyên nhân nào dẫn chúng ta đi trong luân hồi sanh tử và làm sao dứt sạch được nguyên nhân đi trong luân hồi sanh tử đó, đây gọi là chứng được Lưu tận minh. Khi chứng được minh này, đức Phật tuyên bố Ngài hoàn toàn giác ngộ, thành Phật.

Như vậy Phật thành Phật là do Ngài giác ngộ được nơi con người, biết được mình từ đâu đến, khi chết rồi sẽ ra sao về đâu, muốn dứt hết sanh tử phải làm cách nào, tu pháp gì. Ngài biết rõ hết những điều đó, Phật đã đạt được mục đích khi Ngài đi tu là giải thoát sanh tử. Sau khi chứng được Tam minh, Phật rất hoan hỉ vì đã đạt được mục đích.

Ngài nhớ lại những người bạn đồng tu với mình trước kia (năm anh em Kiều-trần-như) nên Ngài đi tìm những vị đó. Đến vườn Lộc Uyển gặp năm anh em Kiều-trần-như, Phật liền thuyết bài pháp Tứ Đế. Đây là bài pháp nói về nguyên nhân đưa chúng ta đi trong sanh tử và làm sao chúng ta dứt được cội mầm sanh tử. Ở đây tôi chỉ nói đơn lược cho quý vị có khái niệm thôi, Phật dạy sở dĩ chúng ta có luân hồi sanh tử là do Tập đế. Từ Tập đế là nhân rồi đưa đến Khổ đế là quả, Tập đế và Khổ đế là nhân quả theo chiều luân hồi sanh tử. Làm sao chúng ta thoát ly được luân hồi sanh tử?

Phật dạy chúng ta ứng dụng phương pháp tu hành để diệt hết tập nhân, phương pháp diệt tập nhân là Đạo đế, diệt hết tập nhân rồi thì chúng ta được Diệt đế, Diệt đế là Niết-bàn, thoát ly sanh tử. Những pháp đức Phật giác ngộ được trong đêm thứ bốn mươi chín nếu nói đủ thì rất nhiều, nhưng nói gọn trong Tam minh là Túc mạng minh, Thiên nhãn minh và Lưu tận minh. Túc Phật giác ngộ được ba vấn đề lớn mà Ngài đã thắc mắc về con người, gọi là giải thoát sanh tử.

Như vậy tất cả chúng ta không ai còn nghi ngờ gì nữa, đức Phật tu Thiền dưới cội bồ-đề được giác ngộ thành Phật và đem điều giác ngộ đó giáo hóa chúng sanh. Nghĩa là đức Phật nhân tu Thiền mà được giác ngộ. Do đó, sau khi Ngài thành Phật rồi, Ngài dạy đệ tử Tăng cũng như Ni đều tu Thiền mà chứng quả A-la-hán. Trong kinh Pháp Cú, Phật dạy rằng: **Hãy tu định, chớ buông lung**. Tâm chớ mê hoặc theo dục. Đừng đợi đến khi nuốt hòn sắt nóng mới ăn năn than thở. Hoặc: Không có trí tuệ thì không có thiền định, không có thiền định thì không có trí tuệ. Người nào gồm đủ thiền định và trí tuệ thì gần đến Niết-bàn.

Như vậy quý vị thấy Phật răn các Tỳ-kheo phải tu thiền định, chớ buông lung, tâm đừng mê hoặc chạy theo ngũ dục, đừng đợi đến khi nuốt hòn sắt nóng mới ăn năn than thở. Lúc nào nuốt hòn sắt nóng? Là lúc xuống địa ngục. Nếu hiện đời chúng ta không chịu tu để sau khi chết đọa vào địa ngục, chừng đó than thở không kịp. Cho nên ngay bây giờ, trong lúc chúng ta đang khỏe mạnh, chúng ta còn đủ điều kiện để tiến tu, phải cố gắng tu đừng có chần chừ, sau này hối hận không kịp. Nhờ những lời dạy, lời răn đe đó nên các đệ tử đương thời của Ngài tinh tấn tu hành, chứng được quả A-la-hán rất nhiều. Đó là tôi nói những vị Tỳ-kheo trong thời đức Phật.

Kể đó nhìn lại lịch sử chư Tổ, chúng ta thường lạy Tây thiên Đông độ Việt Nam lịch đại Tổ sư, nghĩa là những vị Tổ sư từ Ấn Độ sang Trung Hoa đến Việt Nam, những Tổ sư đó tu pháp gì? Cụ thể nhất là bây giờ chúng ta hay thờ Tổ Đạt-ma. Ngài là vị Thiền sư thứ hai mươi tám ở Ấn Độ và là vị Tổ thứ nhất ở Trung Hoa. Như vậy chư Phật tu Thiền được giác ngộ, chư Tổ cũng tu Thiền được thành Tổ, chư vị A-la-hán tu Thiền mà thành tựu đạo quả. Vậy pháp tu Thiền nhất định là pháp gốc của đạo Phật rồi.

Về mặt giáo lý hệ Nguyên thủy có hai: Hệ A-hàm dịch từ chữ Phạn ra chữ Hán gọi là *Agama*, hệ Pali dịch từ chữ Pali sang chữ Việt gọi là *Nikaya*. Trong đó Bát chánh đạo nằm trong Ba mươi bảy phẩm trợ đạo, thể hiện cụ thể nhất tinh thần tu Thiền, từ chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp v.v... cho tới chánh niệm, chánh định. Chánh niệm tức phải giữ tâm niệm chân chánh, ngay thẳng rồi đi tới chánh định. Về pháp Ngũ căn, Ngũ lực thì có năm điều: tín, tấn, niệm, định, tuệ. Tín là lòng tin, tấn là tinh tấn, niệm là chuyên niệm, định là thiền định, cuối cùng tuệ là đạt được trí tuệ. Như vậy các pháp theo hệ Nguyên thủy cũng nhắc chúng ta tu thiền định và trí tuệ là gốc.

Chúng ta hiện giờ học theo pháp Đại thừa (ngày nay gọi là hệ Phát triển) tu Lục độ: bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, trí tuệ. Trong đó, cuối cùng là thiền định và trí tuệ. Như vậy tất cả pháp của Phật từ hệ Nguyên thủy đến Phát triển đều lấy thiền định và trí tuệ làm căn bản chớ không thể nào khác hơn được, đó là cái gốc. Đây là vấn đề mà ngày xưa tôi đã nặng lòng, phải lo nghĩ nhiều.

Sau những năm tôi đi giảng tại các Phật học viện Huệ Nghiêm, Đại học Vạn Hạnh, tôi thấy rằng bao nhiêu sở tri mà tôi học được trong kinh tôi đã đem chỉ dạy cho Tăng Ni, những thứ đó chỉ là kiến giải bên ngoài, còn chứng nghiệm trên sự tu thì thật tôi không có thì giờ. Do đó nên năm 1966 sau khi dạy xong khóa học tại Phật học viện Huệ Nghiêm và ở Dực Sư rồi, tôi xin nghỉ dạy lên núi tu một thời gian. Khi lên núi tu tôi quyết tâm và thệ nguyện rằng nếu phen này không phát minh được điều gì mới, thà là tôi chết luôn trong thất chớ quyết không xuống núi. Do thệ nguyện đó mà thời gian tu tôi thấy thật sự có kết quả, tôi vui vẻ nên mở cửa thất. Bởi vì như tôi đã nói tôi là kẻ nợ của Tăng Ni

nên điều gì tôi thấy hay, tôi làm thính không được, tôi phải làm sao cho Tăng Ni cùng chia xẻ được điều đó. Cho nên dù chỉ qua một năm nhưng tôi thấy có những cái hay, những cái mới, tôi liền ra thất và lập Thiền viện Chân Không vào năm 1969. Đến năm 1971 chúng tôi khai giảng khóa đầu. Tôi cương quyết khẳng định, ngày xưa tổ tiên mình tu thiền ngộ đạo thì ngày nay mình tu thiền chắc chắn cũng sẽ ngộ đạo, chỉ có chúng ta siêng tu hay lười nhác không chịu tu mà thôi.

Ngày nay đa số các chùa hay nói câu này: "Thời bây giờ là mật pháp tu không tiến được, thôi chỉ một câu niệm Phật rồi chờ vãng sanh bên kia làm tôi tớ Phật A-di-đà khỏe hơn, chớ tu Thiền không tiến, không thể tu được." Nói thời mật pháp tôi lại đâm ra nghi ngờ, trong kinh Phật có chia ba thời: chánh pháp, tượng pháp, mật pháp. Chánh pháp là thời của đức Phật, một trăm người tu thì một trăm người chứng đạo vì đức Phật trực tiếp hướng dẫn. Kế thời đức Phật là thời tượng pháp, tức sau khi Phật nhập Niết-bàn, những vị đệ tử chứng quả A-la-hán hướng dẫn một trăm người tu thì có chừng năm mươi người chứng. Sau một ngàn năm tới đời mật pháp thì trong muôn người tu chưa có một người chứng.

Nhưng bây giờ tôi nhìn khác một chút, tôi cho rằng chánh pháp hay mật pháp gốc ở con người chớ không phải thời gian. Ngày xưa đức Phật còn tại thế, khi Ngài giảng kinh Pháp Hoa có năm trăm thầy Tỳ-kheo thối tịch. Đọc sử kỹ quý vị thấy trong thời Phật còn tại thế, thính thoảng cũng có các thầy Tỳ-kheo xin hoàn tục. Hoàn tục là tu không được, tu không được thì đối với những vị đó là thời mật pháp, không luận vào lúc nào cả. Còn bây giờ thời mật pháp nhưng ai cương quyết liều chết tu hành, quyết phải đạt đạo, phải có kết quả thì đối với những người ấy đây là thời chánh pháp. Chánh pháp hay mật pháp gốc ở con người hơn là ở thời gian. Vậy mà chúng ta cứ lệ thuộc vào thời gian rồi buông xuôi, tự than đời mình mật pháp, tu sơ sơ để gieo duyên. Ngày tụng hai thời kinh, tối xem ti vi cho đỡ buồn, niệm Phật chờ chết Phật đón về Cực lạc cho khỏe, cứ nhàn nhàn vậy thôi. Lỗi ấy là vì cứ nghĩ thời mật pháp nên không nỗ lực.

Tôi thì ngược lại, đời mật pháp khó tu ta phải nỗ lực cố gắng tu nhiều hơn bằng hai, bằng ba, nhất định chúng ta sẽ có kết quả không nghi. Cho nên đối với tôi đời mật pháp không quan trọng, quan trọng chỗ phát tâm mạnh yếu của chúng ta. Vì thế khi truyền bá tu Thiền tôi cố gắng tuyên dương, cố gắng kêu gọi chư Tăng Ni cũng như quý Phật tử nhìn thật kỹ, thấy thật rõ cốt tủy của đạo Phật để chúng ta tu, không nên mặc cảm như tôi lúc trước.

Đến đây tôi muốn nói đến Phật giáo Việt Nam của chúng ta một chút. Chư Tổ Việt Nam ban đầu từ thế kỷ thứ hai, thứ ba mãi đến thế kỷ thứ mười chín, các ngài lãnh đạo Phật giáo Việt Nam đều là Thiền sư hết, như ngài Khương Tăng Hội, Mâu Bác v.v... cho tới cuối thế kỷ thứ mười chín là Tổ Liễu Quán ở miền Trung đều là Thiền sư. Đất nước Việt Nam thời bấy giờ Tăng Ni tu Thiền và Thiền sư lãnh đạo Phật giáo. Chỉ từ cuối thế kỷ thứ mười chín qua thế kỷ hai mươi chúng ta mới chuyển sang Tịnh độ.

Như vậy trước kia chư Tổ Việt Nam đều tu Thiền, nên hiện giờ mỗi khi quý Hòa thượng tịch, chúng ta thường được nghe đọc tiểu sử quý ngài thuộc dòng Lâm Tế chánh tông hoặc Lâm Tế gia phổ v.v... Vậy Lâm Tế là ai? Là một vị Thiền sư ở Trung Hoa lập ra dòng thiền Lâm Tế. Ngài ở vào đời Đường cách chúng ta khoảng một ngàn năm. Khi nói "từ Lâm Tế" tức là nối dòng Lâm Tế mà hỏi Tổ Lâm Tế là người nào, tu pháp gì thì chắc chúng ta cũng không biết luôn.

***Như vậy có thể nói từ đức Phật cho đến các đệ tử lớn của Ngài và chư Tổ sau này đều lấy tu Thiền làm căn bản.*** Rõ ràng gốc của đạo Phật là tu Thiền. Nếu chúng ta tu pháp khác cũng không ngại gì, nhưng đối với Thiền chúng ta cũng phải nghiên cứu, phải biết cho rõ ràng. Gần đây những lần được đi nước ngoài trở về tôi đều thấy rằng, người nước ngoài, nhất là người Tây phương hiện nay muốn nghiên cứu đạo Phật thì đa số nghiên cứu về Thiền, chỉ một số ít người đi theo Mật tông ở

Tây Tạng. Vì sao vậy? Vì họ thấy được thiên định là cội gốc của đạo Phật, giới trí thức Việt Nam chúng ta cũng vậy. Khi họ muốn nghiên cứu Phật giáo họ cũng thích nghiên cứu tu Thiền. Thế nên hiện giờ chúng ta làm Phật sự, hướng dẫn Phật tử tu, dù chúng ta không tu Thiền, chúng ta tu Tịnh độ đi nữa cũng phải nghiên cứu về Thiền để hướng dẫn Phật tử hâm mộ tu Thiền đúng pháp, không làm mất tín tâm của họ.

Khi hiểu được Phật giáo Việt Nam ngày nay nội pháp các hệ phái từ thuở trước, mang tinh thần Thiền tông rất là đậm nét, chúng ta càng phải trân trọng, càng phải nghiên cứu nhiều hơn, sâu hơn. Chúng ta biết rõ rồi nếu tu theo thì tốt, còn không tu thì cũng giải thích cho mọi người không bị lầm. Điều này tôi mong tất cả chư Tăng Ni và Phật tử chịu khó nghiên ngẫm thật kỹ. Nếu không thì chúng ta nói tu theo đạo Phật mà gốc của đạo Phật là tu Thiền chúng ta lại không biết. Đó là chúng ta bị mất gốc.

Ngày nay trình độ văn hóa của xứ sở chúng ta ngày mỗi tiến, mỗi vươn lên. Đòi của tôi hay của quý vị thế hệ kế tiếp do không đủ phương tiện, không được học nhiều nhưng con em của chúng ta hiện nay và mai kia học rất giỏi, biết nhiều hơn chúng ta. Nếu chúng ta không khéo chỉ dạy đạo Phật một cách sáng sủa, cao siêu thì con cháu chúng ta sẽ không theo đạo Phật mà chúng lại xem thường đạo Phật, đó là lỗi lớn của chúng ta. Vậy mong tất cả Tăng Ni gắng tu, gắng học để mai này chúng ta xứng danh lãnh đạo Phật giáo Việt Nam và hướng dẫn con cháu chúng ta thấu hiểu được Phật giáo một cách đúng đắn, sáng suốt.

Đó là mục đích mong mỏi của chúng tôi, cầu mong Tam Bảo gia hộ cho tất cả quý vị tinh tấn tu hành, thành tựu được ý nguyện của mình trên bước đường tu hành.

06

## TỪ BI VÀ TRÍ TUỆ

*Giảng tại Trường hạ Đại Tông Lâm - 1999*

Lâu lắm chúng tôi không có cơ hội về giảng cũng như nhắc nhở sự tu hành cho toàn thể chư Tăng Ni ở khu Đại Tông Lâm. Hôm nay được ban tổ chức trường hạ Đại Tông Lâm mời về thăm và nói chuyện với tất cả Tăng Ni và Phật tử nơi đây, tôi liền hoan hỉ chấp nhận.

Đối với chúng tôi Đại Tông Lâm là nơi mà tôi cảm thấy mình có một trọng trách, hoặc nhiều hoặc ít cùng chung lo với quý thầy ở đây. Vì trước kia Hòa thượng Giám đốc và Phó giám đốc ở Ấn Quang, khi thành lập được khu Đại Tông Lâm thì chúng tôi có mặt bên cạnh, vâng lời dạy của các ngài phụ giúp phần nào đối với cơ sở này. Giờ đây hai Hòa thượng đã theo Phật, chúng tôi những người còn sót lại tự nhiên cảm thấy bổn phận phải làm sao duy trì gìn giữ ngôi Đại Tông Lâm này đúng như sở nguyện của hai Hòa thượng. Tất cả những vị ở Đại Tông Lâm, hoặc là trường Trung cấp, hoặc là trường Cao cấp, hoặc các Thiền viện do chúng tôi thành lập trong khu vực này đều là Tăng Ni chung của Đại Tông Lâm, mà cũng là của Phật giáo Việt Nam, chúng ta không thể tách riêng biệt được. Vì vậy khi cần, chúng tôi sẵn sàng đến để nhắc nhở Tăng Ni, Phật tử hiểu biết tu hành cho đúng với chánh pháp.

Mùa an cư này chư Tăng chư Ni về đây an cư là cơ hội tốt để Đại Tông Lâm càng ngày càng phồn thịnh hơn, sự tu hành càng tinh tiến hơn, đó là điều hết sức quý báu. Vì vậy tôi nghĩ không thể nào chỉ

nói suông, tán thán một cách tổng quát như vậy mà cần phải đi sâu vào vấn đề đạo lý, để cho Tăng Ni và tất cả quý vị nghe hiểu có kinh nghiệm thêm trên đường tu hành. Đó mới là điều quý giá. Vấn đề tôi nói hôm nay là hai vấn đề tối hệ trọng của những người tu Phật, đó là trí tuệ và từ bi.

Như chúng ta đã biết đạo Phật là đạo giác ngộ. Đức Phật ngồi thiền định dưới cội bồ-đề mà được giác ngộ. Ngài đi giáo hóa khắp nơi để truyền đạo giác ngộ này. Nhưng sao chúng ta không gọi là đạo giác ngộ mà gọi là đạo Phật. Phật nguyên tiếng Phạn là *Buddha*, *Bud* là giác, *dha* là người. Người giác ngộ đi truyền bá đạo giác ngộ. Nhưng nếu giải nghĩa chữ Phật là giác ngộ thì sợ người ta hiểu lầm. Bởi có những người làm ăn bất chánh không lương thiện, khi có ai nhắc nhở dạy bảo, họ bỏ điều bất chánh trở thành người lương thiện thì người ta sẽ nói anh ấy đã giác ngộ rồi. Giác ngộ đó chỉ có nghĩa là bỏ cái xấu, cái dở để trở thành người tốt thôi. Nếu hiểu đạo Phật theo nghĩa giác ngộ như vậy thì đánh giá quá thấp đạo Phật, làm mất giá trị siêu thoát của đạo Phật. Bởi vậy trong nhà Phật để nguyên từ "Phật".

Nói Phật chắc quý vị sẽ có nghi. Tại sao bây giờ chúng ta nói đức Phật mà hồi xưa ông bà tổ tiên chúng ta lại nói là Bụt. Như vậy nói Bụt trùng hay nói Phật trùng? Từ Bụt cho chúng ta thấy đạo Phật được trực tiếp truyền vào Việt Nam từ những vị Sư Ấn Độ. Ngày xưa ở miền Bắc vùng Luy Lâu rất phồn thịnh, các sư người Ấn theo tàu buôn đến đó truyền bá. Các ngài trực tiếp dạy người dân biết đạo Phật, và đức Phật được gọi là Bụt. Bụt nguyên là *Bud*, đọc trại đi một tí thành Bụt. Đọc Bụt nghe gần hơn, còn đọc Phật nghe xa quá. Vậy đạo Phật có mặt trên đất nước Việt Nam gốc từ người Ấn truyền sang, chớ không phải từ Trung Hoa truyền sang buổi đầu.

Tại sao bây giờ chúng ta đọc là Phật? Ở Trung Hoa từ đời Tống đến đời Minh có in những Tạng kinh dịch từ chữ Phạn, chữ Pali ra chữ Hán rồi tặng cho Việt Nam. Đời Trần được tặng một Tạng kinh và sau này chúng ta cũng có thỉnh thêm những Tạng kinh từ Trung Hoa. Chữ *Buddha* người Trung Hoa dịch gồm một bên chữ **nhân** đứng, một bên chữ **phát**. Như vậy Phật là phát sanh từ chữ Hán mà ta đọc theo âm Việt Nam là *Phật* hay *Phật-đà*.

Nói đến đạo Phật là nói đến sự giác ngộ viên mãn tuyệt cùng, chớ không phải sự giác ngộ thông thường của thế gian, vì e người ta hiểu lầm nên để nguyên âm là Phật, chớ không nói là giác ngộ. Giờ đây chúng ta học Phật phải dùng những từ gần thời hiện tại như giác ngộ, trí tuệ để dễ thâm nhập hơn.

Vì vậy chúng ta phải hiểu tường tận gốc của đạo Phật là giác ngộ viên mãn. Nên người tu Phật lúc nào cũng phải thuộc lòng Phật là tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn. Nói đến Phật là nói đến sự giác ngộ viên mãn, tức giác ngộ tròn đầy không thiếu khuyết một góc cạnh nào.

Chúng ta học Phật, tu Phật là tu theo đạo giác ngộ. Mà đạo giác ngộ dĩ nhiên trí tuệ là căn bản không thể nào thiếu được. Người tu theo Phật dù xuất gia hay tại gia cũng phải mở sáng con mắt trí tuệ. Chúng ta hãy xét lại xem từ ngày phát tâm tu theo Phật đến giờ đã mở sáng trí tuệ được nhiều hay ít? Có người khi nghe đến trí tuệ dường như sợ nên thường xưng Ngụ tạng hay Phàm tạng như để nói lên sự khiêm nhường, họ ít nói đến sự giác ngộ. Mà chưa giác ngộ thì chưa phải tu theo đạo Phật. Ở đây, tôi không nói đến giác ngộ mà chỉ nói trí tuệ. Bởi vì trí tuệ mờ mịt cho giác ngộ cứu kính.

Chúng ta nhớ lời Phật dạy, người tu phải tự giác và giác tha. Tự giác là mở sáng trí tuệ của mình. Giác tha là đem trí tuệ đó đánh thức, cảnh tỉnh mọi người cùng giác ngộ. Tự giác là việc của mình. Giác tha là giúp cho người. Giúp cho người là lòng từ bi. Cho nên có giác ngộ rồi mới có từ bi. Chưa giác ngộ mà nói đến từ bi, chỉ là từ bi gượng thôi.

Nếu một vị Tăng đã thấy bốn phận mình phải truyền bá chánh pháp, phải thực hành hạnh từ bi mà không chịu tu, không thức tỉnh, không chịu giác ngộ thì chẳng biết vị ấy sẽ thực hành hạnh từ bi bằng cách nào? Chẳng lẽ chúng ta đi đắp đất, cuốc đường hay hốt rác cho thiên hạ. Từ bi như vậy người phạm tục cũng làm được mà. Vậy từ bi trong đạo Phật là thế nào? Tôi sẽ nói rõ hơn vấn đề này ở phần sau.

Bây giờ trở lại phần trí tuệ. Trí tuệ mà Phật dạy cho Tăng Ni là ba môn tuệ học: Văn tuệ, Tư tuệ và Tu tuệ.

**Văn Tuệ là như thế nào?** Chúng ta đến với đạo, tự mình làm sao giác được. Nên phải nhờ những người đi trước như bậc thầy, các hàng Tôn túc đã tu, đã học, đã mở được đôi phần trí tuệ hướng dẫn, chỉ dạy cho chúng ta từ từ mở con mắt trí tuệ. Nhờ lắng nghe những lời chỉ dẫn, giảng dạy ấy mà chúng ta mở được con mắt trí tuệ của mình là Văn tuệ. Người tu cất thắt ở riêng, không học hành gì hết chắc chắn sẽ không có Văn tuệ. Không có Văn tuệ mà tu thì chỉ là tu mù. Những người tu này khi chỉ dạy cho kẻ khác thì cũng chỉ dạy một cách mù quáng mà thôi. Trong kinh Phật nói: "Một người mù dẫn một đám mù, người mù đi trước sụp hầm, những kẻ mù theo sau cũng té xuống hầm luôn." Người học Phật mà thiếu Văn tuệ không thể được.

Trong kinh A-hàm Phật dạy: Người cư sĩ đến chùa đầu tiên phải gặp Tăng Ni. Gặp Tăng Ni để thưa hỏi Phật pháp chớ không phải để cúng cầu an cầu siêu, như vậy là Văn tuệ. Sau khi nghe chư Tăng Ni dạy Phật pháp rồi phải suy gẫm lời thầy dạy có đúng với kinh Phật không, có đúng với lẽ thật chân lý không? Nếu đúng mới tin, còn dạy sai dạy lầm thì không tin. Cho nên Tư tuệ hết sức thiết yếu. Sau khi suy tư nghiệm thấy đúng kinh Phật, đúng chân lý rồi mới tu. Phật dạy cư sĩ còn như vậy huống là tu sĩ xuất gia mà lại thiếu Văn, Tư, Tu. Thế mà có nhiều tu sĩ cứ tự tu không cần học với ai cả thì thật sự hết sức sai lầm.

**Tư Tuệ là như thế nào?** Phật dạy chúng ta nghe rồi phải suy gẫm, suy gẫm đó chính là tư duy, phải là chánh tư duy. Nếu nghe dạy chúng ta tin mà không hiểu, thì tin đó chưa phải là chánh. Cần phải suy gẫm cho đúng, hiểu cho đúng mới gọi là chánh.

Hồi xưa lúc còn làm Tăng sinh, tôi cũng học như quý vị. Những gì tôi không hiểu thì tôi hay nghi, nghi thì phải tra tìm. Những năm Sơ đẳng, tôi học lý nhân quả luân hồi kỹ lắm, nhưng khi học cổ sử Ấn Độ tôi thấy lý nghiệp báo luân hồi không phải mới có từ thời đức Phật, mà đã có từ thời Áo nghĩa thư của Ấn Độ, tức trước Phật cả mấy trăm năm. Biết được vậy tôi rất buồn, tôi nghĩ Phật đã giác ngộ rồi sao không lựa điều gì mới, mà lại lấy cái cũ của người ta đem ra dạy mình.

Có lần tôi đọc cuốn sách của một số học giả phê bình rằng: "Đạo Phật ăn cắp lý nghiệp báo của Áo nghĩa thư làm của mình." Đọc đến đó tôi thấy xót quá, khó chịu quá. Đức Phật của mình sao lôi thôi vậy, của người ăn cắp đem làm của mình thì thật là buồn. Lâu nay chúng ta tin rằng đức Phật giác ngộ viên mãn thì những gì Phật dạy đều từ trí tuệ giác ngộ của Ngài lưu xuất. Thế sao lại ăn cắp của người ta đem làm của mình, tôi không bằng lòng như vậy.

Khi lên Trung đẳng, rồi Cao đẳng tôi đã tra hết các bộ kinh A-hàm trong Hán tạng. Đọc một lần chưa thấm, đọc hai lần rồi ba lần, tôi có nguồn an ủi. Trong một bài kinh đức Phật dạy: "Khi Ngài chứng được Thiên nhãn minh rồi, nhìn lại thấy chúng sanh bị nghiệp dẫn luân hồi sanh tử giống như người đứng trên lầu cao nhìn xuống ngã tư đường, thấy kẻ đi đường này, người đi đường kia một cách rõ ràng không nghi." Như vậy sở dĩ Phật nói luân hồi nhân quả hay nghiệp dẫn luân hồi là Ngài thấy rõ ràng, chớ không phải ăn cắp như người ta nói xấu.

Rồi lần lần tôi lại thấy ra, trong Áo nghĩa thư có nói về nghiệp báo luân hồi nhưng chưa phân tích rõ ràng. Nên khi đạo Bà-la-môn kế thừa tinh thần của Áo nghĩa thư, mới đặt ra bốn giai cấp. Trong đó Bà-la-môn được sanh ra từ đầu của Phạm Thiên nên được kính trọng nhất, còn các giai cấp khác được sanh từ ngực, từ bụng, từ bàn chân nên không được kính trọng bằng. Sự phân chia giai cấp này khiến người dân càng khổ, đó là điều thứ nhất.

Điều thứ hai, dù họ nói nghiệp báo luân hồi nhưng phải nhờ các vị Bà-la-môn cầu cúng thì mới hết nghiệp hết tội. Hoặc phải mở những hội tế đàn nào là trâu, dê cúng cho nhiều thì mới hết tội. Cả hai điều này đều bị Phật bác hết. Về mặt giai cấp, Phật bảo không có giai cấp khi mọi người máu cùng đỏ và nước mắt cùng mặn như nhau, nên mọi người đều bình đẳng.

Kinh kể hôm nọ Phật ở trong rừng với đệ tử, một số thầy Bà-la-môn đến hỏi Phật:

- Thưa ngài Cù-đàm, đệ tử Ngài chết Ngài cầu cho họ sanh về cõi lành được không?

Phật không trả lời mà chỉ hỏi lại:

- Đệ tử các ông chết các ông cầu cho họ sanh về cõi lành được không?

Các vị Bà-la-môn đáp:

- Được.

Lúc đó Phật nói thí dụ:

- Như nơi một giếng sâu, có người ôm cục đá bỏ xuống giếng rồi nhờ các ngài cầu cho nó nổi, đừng chìm được không?

Các vị Bà-la-môn đều lắc đầu, Phật hỏi tiếp:

- Có người cầm chai dầu đổ xuống giếng, rồi nhờ các ngài cầu cho dầu chìm xuống đáy giếng được không?

Các vị Bà-la-môn cũng lắc đầu, Phật nói:

- Cũng vậy, người làm nghiệp lành sẽ sanh cõi lành giống như dầu nhẹ nổi lên, dầu các vị có ác ý cầu cho xuống địa ngục họ cũng không xuống. Ngược lại người làm dữ phải đi xuống giống như đá, dầu các vị có thiện cảm chấp tay cầu nguyện cũng không nổi lên được.

Vậy đức Phật chấp nhận cầu nguyện hay chấp nhận nghiệp? Nghiệp lành, nghiệp dữ đưa mình lên hoặc lôi mình xuống, chớ không phải cầu nguyện mà được lên hoặc xuống. Đức Phật thấy rõ về nghiệp, cho nên Ngài biết manh mối nào đưa chúng sanh tới cõi lành, manh mối nào đưa chúng sanh tới cõi dữ.

Trong nhà Phật dạy chúng ta có Ngũ thừa là: Nhân thừa, Thiên thừa, Thanh văn thừa, Duyên giác thừa và Bồ-tát thừa. Nhân thừa là sanh trở lại làm người, Phật dạy tu giữ năm giới. Năm giới nếu giữ toàn vẹn bảo đảm người đó đời này làm người, đời sau chết trở lại làm người. Tu Thập thiện, sau khi mạng chung sẽ sanh lên cõi trời. Mỗi một nhân đưa tới một quả, Phật thấy tường tận rõ ràng như thế. Còn Áo nghĩa thư của Bà-la-môn giáo nói nghiệp báo không phân biệt rành rõ, chưa biết cái gì nhân cái gì quả nên chưa thấu đáo. Do đó nên biết Phật nói nghiệp, nói luân hồi là vì Ngài thấy tường tận,



chớ không phải ăn cắp của người làm của mình. Khi thấy rõ như vậy, tôi không còn nghi, không còn mặc cảm nữa.

Ông Galilée vào thế kỷ thứ mười tám phát minh ra trái đất quay xung quanh mặt trời. Ai nói sao ông vẫn nhất định là trái đất quay xung quanh mặt trời, chớ không phải mặt trời quay xung quanh trái đất. Từ thế kỷ mười tám tới bây giờ, có nhiều nhà khoa học nổi danh nhưng không ai bác bỏ thuyết của ông cả. Bởi vì người trước phát minh đúng thì người sau cũng lấy cái đó làm chuẩn, rồi tùy phát minh thêm điểm nào hay thì càng tốt hơn. Như ngày nay các nhà thiên văn suy ngẫm trái đất quay như vậy, khi nó bị khuất thì có nhật thực, nguyệt thực nên họ ghi ra. Đó là bổ túc thêm cho đầy đủ, chớ không phải cái trước đúng mà người sau dám sửa. Cái gì là chân lý rồi, người sau cũng phải thừa nhận.

Đức Phật rất khoa học, từ thời Áo nghĩa thư đã có thuyết nghiệp, luân hồi. Sau Ngài tu thấy điều đó đúng nên cũng thừa nhận. Nhưng khác hơn là Ngài vạch rõ từng phần chi tiết, thế nào là nhân, thế nào là quả, Ngài phân tích rành cho chúng ta. Đó là tinh thần khoa học chớ không phải học lóm. Từ đó về sau tôi mới hài lòng, đức Phật không phải dở như người ta nói.

Nói về lý nghiệp báo luân hồi, sau khi suy tư kỹ càng, tôi thấy đó là một chân lý không chối cãi được. Ai có nói gì cũng không lay chuyển được tôi, vì đó là một sự thật. Tại sao tôi tin như vậy? Bởi kinh nghiệm từ những việc bên ngoài, cho tới bản thân mình tôi thấy rõ như vậy.

Luân hồi là gì? Luân là bánh xe, hồi là xoay tròn. Bánh xe xoay tròn lên xuống, lên xuống cứ đảo đi lộn lại hoài. Đối với ngoại vật, chúng ta đặt câu hỏi trái đất có xoay tròn không? Trái đất cứ xoay tròn, xoay tròn, vậy nên trái đất luân hồi. Đến con người, chúng ta thấy máu từ tim chạy ra các mạch, rồi từ các mạch trở về tim, cứ như vậy đảo đi lộn lại hoài, đó là luân hồi. Rõ ràng con người đang luân hồi, quả đất đang luân hồi, vậy chết có luân hồi không? Tôi nói hai phần:

**1- Vật chất:** Thân chúng ta gồm tứ đại tức bốn chất đất, nước, gió, lửa hợp thành. Những gì là đất? Tóc, lông, gân, móng, da, thịt, răng, xương... những thứ cứng là đất. Những gì là nước? Mô hôi, máu mũ tức chất ướt là nước. Những gì là gió? Hơi thở vào ra, vào ra là gió. Những gì là lửa? Hơi ấm trong người là lửa, cầm hai tay chà một hồi ấm lên, đó là phát ra lửa.

Đất nước gió lửa sẵn trong con người chúng ta, khi chết bốn thứ đó đi đâu? Nhẹ nhất là hơi thở, lúc sống hít vô trả ra, khi trả ra mà không hít lại là chết. Vậy chúng ta trả ra chớ không phải hết, không phải mất. Thứ hai là hơi ấm trong người, chúng ta chết rồi nó cũng tan vào hư không, theo luồng hơi ấm trong nắng trong lửa, trở về với lửa. Đến đất, nước khi chết thân này nứt nẻ nước tuôn ra, rồi tới đất rã. Nước theo mạch chảy đi khắp nơi cũng không mất, đất cũng trả về đất không mất. Như vậy tứ đại mất đi chỉ mất cái giả tướng duyên hợp, chớ bản chất nó đâu có mất.

**2- Tinh thần:** Tứ đại không mất thì tinh thần có mất được không? Tinh thần đi theo nghiệp duyên của nó. Ví dụ nước từ thể lỏng đổ vào trong nồi nấu, nước sôi bốc hơi rồi cạn. Nước cạn người ta nói hết nước, nhưng thật ra nước bốc thành hơi bay lên, gặp lạnh đọng lại thành nước rơi trở xuống. Hoặc lấy một ly nước để trong tủ lạnh thì nó sẽ đặc thành thể cứng. Như vậy nước không mất mà có thể chuyển biến từ thể lỏng thành hơi hoặc thể rắn. Nước để ở nhiệt độ vừa chừng, không nóng quá, không lạnh quá thì nước còn hoài.

Cũng vậy người tu có duyên lành nhiều, nghiệp lành nhiều khi nhắm mắt sẽ đưa tới cõi lành, tức lên. Ngược lại nghiệp dữ nhiều sẽ đưa tới chỗ dữ, tức xuống. Nếu tư cách con người tốt, vị lai trở lại làm người, như nước giữ quân bình không lạnh nóng thì ở thể lỏng hoài. Phật dạy Nhân thừa là do giữ

đúng năm giới nên đời này làm người đời sau cũng được làm người. Như nước y nguyên nhiệt độ đừng cao đừng thấp thì bao nhiêu nước còn nguyên bấy nhiêu. Đó là một lẽ thật không nghi ngờ gì.

Chúng ta khi ra đời còn trẻ, đáng lẽ ham danh lợi tài sắc ở thế gian, nhưng tại sao lại ham tu? Như vậy do trong nghiệp từ quá khứ của chúng ta còn lưu lại. Như tôi khi chưa đi tu, mỗi lần qua chùa nghe tiếng chuông, thấy xôn xao trong lòng quá. Cái gì làm cho mình bất an, nếu không phải là chủng tử trước kia?

Mỗi khi chúng ta ra đời, nghiệp từ quá khứ còn lưu lại trong con người hiện tại chứ không phải mất. Nếu chúng ta nhìn vào một lớp học thì biết rõ sự sai biệt, người giỏi về văn, người giỏi về toán v.v... Thầy cô dạy như nhau nhưng điểm riêng biệt của mỗi học trò lại khác. Điểm đó ở đâu ra? Chẳng qua chủng tử từ quá khứ còn lưu lại nơi mỗi người, nên không ai giống ai. Nếu nói do thầy cô dạy mới biết, thì tại sao không biết như nhau mà lại có sự sai lệch. Rõ ràng do chủng tử từ quá khứ chứ không phải ngẫu nhiên. Như những vị thần đồng chưa học mà đã biết, đâu do ai dạy. Đó là chủng tử quá khứ còn nguyên vẹn chưa mất nên ra đời nhớ lại liền. Vậy luân hồi là một lẽ thật, không phải là một nghi vấn nữa.

Khi học Phật, chúng ta cần phải suy tư, chứ không chỉ nghe bao nhiêu biết bao nhiêu thôi. Phải tìm, phải gẫm cho tới nơi tới chốn, như vậy chúng ta mới đủ lòng tin Phật. Do đó Tu tuệ là một điều hết sức thiết yếu.

**Tu Tuệ là như thế nào?** Tu chí lý rồi đến tu rất dễ, không còn nghi ngờ gì nữa. Nhờ nghe hiểu, suy gẫm và biết cách ứng dụng những pháp mình đã học được vào đời sống tu hành, thấy có lợi ích. Đây chính là Tu tuệ. Ba vấn đề Văn, Tu, Tu đều là trí tuệ. Trí tuệ từ thầy ban cho, trí tuệ do mình suy gẫm, trí tuệ do mình cố gắng thực hành, cho nên ba Tu tuệ học ấy không thể thiếu được.

Nhà Phật nói trí tuệ có hai phần: Một là Hữu sư trí, tức trí học nơi thầy như Văn Tư Tu. Hai là Vô sư trí, tức trí sẵn có của mình, không do học. Đó là Tam vô lậu học, tức ba môn học giải thoát Giới, Định, Tuệ. Giới là đức hạnh, Định là thiền định, Tuệ là trí tuệ. Nhờ giữ được giới nên thiền định không bị xao xuyến. Vì vậy giới trước rồi định sau. Nhờ thiền định nên Trí vô sư phát sanh là tuệ.

Tại sao thiền định được Trí vô sư? Khi thiền không nghĩ gì cả nên được định, được định nên trí sáng giác ngộ, đó là trí không thầy. Trong kinh có kể lại: Đức Phật sau khi thành Phật rồi, Ngài tuyên bố ta học đạo không thầy. Bởi vì bốn mươi chín ngày đêm ngồi dưới cội bồ-đề Ngài không học với ai cả, mà nhờ định nên được giác ngộ. Vì vậy nói Ngài học đạo không có thầy.

Phật giác ngộ viên mãn Trí vô sư, ngày nay chúng ta tu muốn giải thoát sanh tử cũng phải đi tới Trí vô sư đó, nên nói Giới, Định, Tuệ là ba pháp môn tu được giải thoát. Chữ Vô lậu là không còn rơi, không còn rớt lại Tam giới nên gọi là giải thoát sanh tử. Như vậy người học Phật phải đủ trí tuệ, từ Hữu sư trí rồi tiến tới Vô sư trí. Hữu sư trí là nhờ học, Vô sư trí là nhờ tu. Đó là hai phần hết sức rõ ràng.

**Điều hệ trọng thứ hai là Từ bi.** Bởi vì chúng ta không có quyền nghĩ mình tu để hưởng an lạc một mình. Tại sao? Đức Phật ngày xưa chủ trương đi khát thực là vì sao? Khát thực tức là gieo duyên với chúng sanh. Tôi nói là lãnh nợ của chúng sanh. Nếu chúng ta tu mà đối với mọi người không có liên hệ, không trao qua đổi lại thì không có gì dính dáng. Mà không có dính dáng thì giáo hóa họ không được, nên Phật dạy tu sĩ phải nhận của đàn-na thí chủ cúng dường. Có những thí chủ rất nghèo cúng dường nhưng chúng ta cũng phải nhận. Nhận để chi? Để người đó gởi mình, mình nhận nợ. Nên từ gieo duyên là nói cho đẹp, thật ra chúng ta nhận nợ. Có nợ thì mới gặp lại để đền trả.

Trả nợ có hai cách: Nếu chúng ta không tu không đủ phước đức thì phải mang lòng đội sừng để trả nợ. Nếu chúng ta tu hành có đủ phước đức thì trả bằng cách làm thầy. Bây giờ tôi cũng đang trả nợ đó. Bởi vì chúng ta đều có duyên có nợ với nhau nên mới gặp nhau, còn không duyên không nợ thì không gặp. Gặp để chúng ta giáo hóa, chúng ta chỉ dạy người có duyên với mình. Vì vậy người tu đều phải phát tâm từ bi nhận tất cả những gì của Phật tử gửi gắm. Không phải nhận vì ích kỷ, mà nhận để có duyên hay có chút nợ nần với nhau, hầu giáo hóa giúp đỡ trên đường đạo.

Người xuất gia do Phật tử ủng hộ, nếu hiểu đạo rồi lo tu cho giải thoát, về Cực lạc, bỏ mọi người ở lại ra sao thì ra, như vậy có hơi nhẩn tâm không? Mình tu giải thoát nhập Niết-bàn không bao giờ trở lại nữa, những người cúng cho mình thấy chúng ta nhập Niết-bàn, bỏ họ bơ vơ buồn khổ, thật tội nghiệp cho họ. Vì vậy với tinh thần Phật giáo Đại thừa, người tu không nỡ nhập Niết-bàn liền, mà phải đi đi lại lại trong cõi thế gian này để giáo hóa, để trả nợ. Đến chừng nào thí chủ của chúng ta hiểu được tu tập được, mình mới yên.

Thí dụ như trong Tứ quả Thanh văn, chúng ta được quả thứ ba là A-na-hàm, thì ít ra đệ tử của mình cũng được quả thứ nhất là Tu-đà-hoàn. Nếu mình tới Bồ-tát Thập trụ, thì đệ tử cũng tới Thập tín mới được. Khi tu thiên hạ nuôi, đến thành tựu chúng ta lại hưởng một mình, như vậy có buồn không? Giả sử tôi là quý Phật tử, tôi cũng không chấp nhận điều đó nữa. Quý thầy ăn gian quá đâu được. Vậy mà có người tha thiết tu một đời này để về Cực lạc cho rồi, ở đây khổ quá. Về bên đó vui có một mình, bỏ người ta ở đây khổ, ai mà đành lòng. Thôi thì cùng ở với nhau nhưng ở trong sự tỉnh giác chớ không phải trong cái mê mờ, nhớ như vậy.

Tinh thần từ bi của đạo Phật dạy chúng ta phải làm sao đem lại cho mọi người ánh sáng đạo lý, để cho họ biết được lẽ chân thật, không tạo những điều đau khổ, luôn luôn tiến tới chỗ an vui. Lòng từ bi chúng ta không thể nói suông mà phải được thể hiện cụ thể. Muốn thể hiện lòng từ bi chúng ta phải thực hành hạnh bố thí: bố thí tài, bố thí pháp, bố thí vô úy. Phải đem của cải, hoặc đem chánh pháp mình hiểu hoặc đem sự tốt lành cao quý an ủi người đau khổ. Đó mới thể hiện lòng từ bi.

Bố thí tài phần lớn dành cho cư sĩ Phật tử vì họ làm ra tiền. Họ mới có điều kiện giúp đỡ người nghèo khổ. Còn các sư có làm ra xu con nào đâu? Nếu có chẳng cũng ăn mày của đàn-na thí chủ chớ đâu phải tự mình có tiền lương mỗi tháng. Hàng Phật tử cũng có người làm ra tiền của, có người nghèo cháy da, vậy làm sao bố thí? Nên Phật dạy tài thí có hai phần ngoại tài và nội tài.

Người Phật tử muốn thể hiện lòng từ bi mà không có tiền bạc giúp cho người nghèo đói thì đem công sức của mình ra giúp. Người có tiền tới chùa cúng, người không tiền vào chùa làm công quả. Người có tiền cho tiền, người không tiền ra công đi ủy lạo, khuôn vác cũng là bố thí. Nên hiểu có tiền mới bố thí được là lầm. Đem của bố thí là ngoại tài, đem công bố thí là nội tài, như vậy có ai không làm được hạnh bố thí đâu.

Bố thí pháp là phần của Tăng Ni. Tăng Ni tu thấy được cái hay, cái cao quý của Phật pháp, đem sự hiểu biết đó ban rải cho Phật tử cùng biết cùng hiểu như mình. Đem pháp mình đã tu học được, chỉ dạy cho người khác gọi là bố thí pháp.

Bố thí tài, bố thí pháp cái nào tốt hơn? Bố thí tài chỉ giúp người bớt khổ trong giai đoạn hiện tại. Còn bố thí pháp chẳng những giúp người hết khổ trong hiện tại mà mãi về sau cũng không còn khổ nữa, đó là điềm sâu xa.

Ví dụ chú đập xích lô có một vợ hai con, mỗi ngày chạy xe kiếm được hai ba chục ngàn nuôi vợ nuôi con. Nhưng nếu chiều vô quán nhậu hết thì vợ con đói khổ. Người hàng xóm thấy thương, đem ít lít gạo lại cho, đó là bố thí tài. Rồi mai chú đập xe có tiền cũng nhậu hết như vậy thì sao, cho đến chừng

nào mới đủ, chừng nào gia đình mới ấm no. Bây giờ có một thầy, một cô nào đó sáng suốt tới khuyên chú, nói với chú uống rượu có hại gì, bệnh hoạn ra sao, rồi vì uống rượu mà không đủ tiền nuôi vợ con, làm vợ con đói khổ. Chú nghe hiểu, thức tỉnh bỏ rượu. Như vậy chúng ta chỉ nói chuyện một giờ, nửa giờ mà chú thức tỉnh bỏ rượu. Từ đó làm được bao nhiêu tiền chú đem về nuôi vợ con. Như vậy bố thí pháp không có cạn hết. Chỉ dùng lời nói, lý lẽ chân thật khuyên chỉ người, khi người tỉnh ngộ rồi gia đình hết khổ. Còn nếu cho tiền cho cơm hằng ngày, thì họ chỉ hết khổ tạm rồi mai một sẽ khổ nữa. Như vậy cái nào hơn?

Có kẻ cho rằng người tu Phật tiêu cực quá, nhất là Tăng Ni không chịu làm phước, làm việc xã hội, cứ đi nói pháp hoài. Những người tích cực làm việc này, việc kia giúp cho đồng bào rất dễ thấy, còn người nói pháp xem như không có lợi ích gì. Nhưng thật tình việc này lợi rất lớn. Nên trong hai thứ bố thí: bố thí tài và bố thí pháp thì bố thí pháp là hơn.

Bố thí pháp là đem lòng từ bi của mình chỉ dạy nhắc nhở mọi người biết tu, chỉ dạy nhiều chừng nào tốt chừng ấy. Giả sử tôi có mười ngàn đồng muốn đem bố thí, nếu tôi cho mỗi người một ngàn đồng, thì cho mười người là hết. Còn tôi bố thí pháp thì có một trăm người, tôi cũng bố thí trọn đủ hết. Vậy bố thí pháp là bất tận. Chúng ta học đạo phải học cái bất tận, còn những việc có chừng mực, có giới hạn chúng ta làm một phần nhỏ thôi, gốc là phải bố thí pháp. Muốn bố thí pháp, chúng ta phải có học có tu và có lòng từ bi. Vì vậy từ bi sau trí tuệ. Hai việc đó không tách rời nhau.

Bố thí vô úy là sao? Vô úy là không sợ. Chúng ta mang tới cho người niềm an ổn không sợ hãi. Không sợ này có nhiều thứ: Sợ ma, sợ rắn, sợ cạp... đủ thứ sợ.

Thí dụ đối với người sợ ma, chúng ta muốn cho họ khỏi sợ, phải giải thích cho họ hiểu ma không đáng sợ. Phật dạy trong Lục đạo luân hồi: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, người, a-tu-la, trời, thì ngạ quỷ là loại quỷ đói đứng thứ hai, người cao hơn ngạ quỷ hai cấp. Mình cao hơn nó mà lại sợ nó thì vô lý quá. Chẳng lẽ ông Tinh trưởng lại sợ người dân, người lại sợ ma thì thật ngu khờ. Giải thích cho người biết và hết sợ đó là bố thí vô úy.

Như có người sợ chết, chúng ta phải giảng giải cho họ hiểu chết là một lẽ đương nhiên thôi, ai rồi cũng phải chết. Phật chết, Bồ-tát chết, chư Thánh tăng chết, Phạm tăng, Phạm ni chết, cư sĩ chết. Đó là chuyện thường, phải chi có người không chết thì mình sợ, ai cũng chết hết thì có chi mà sợ. Giải thích có căn bản cho người ta hiểu, hiểu rồi thì không sợ. Đó là bố thí vô úy. Như vậy, bố thí pháp trùm cả bố thí chánh pháp và bố thí vô úy luôn.

Người tu nếu thiếu hai phần trí tuệ và từ bi thì không xứng đáng là người tu. Vậy mà có nhiều người tha thiết vào thất tu suốt đời, tu tới chết. Nghĩ thế là không có từ bi, không có từ bi mà dám nhận nợ của thí chủ, như vậy là ăn gian rồi. Đó là điều không hợp lý. Nhập thất tu để sáng đạo thì được, nhưng cũng phải đi giáo hóa, chớ không được đóng cửa suốt đời.

Hồi xưa học luật, Phật dạy thầy Tỳ-kheo không nên đi dép da vì làm tổn thương lòng từ bi. Nhưng khi thấy Bồ-tát Văn-thù cõi sư tử, Bồ-tát Phổ Hiền cõi voi... tôi sanh ra thắc mắc. Tại sao các Ngài không đứng trên cụm mây thôi được rồi. Lại cõi sư tử cõi voi, như vậy các Ngài có từ bi không? Sau khi tra cứu hiểu ra rồi tôi mới thấy có lý. Vì đức Phật Thích-ca là vị Giáo chủ cõi Ta-bà, mà dân cõi Ta-bà này thì càng cường nan điều nan phục. Muốn điều phục được phải có trí tuệ vượt bậc, nên vị Bồ-tát phụ tá thứ nhất cho đức Phật là Văn-thù.

Văn-thù tượng trưng cho Căn bản trí. Ngài ngồi trên lưng sư tử để biểu trưng rằng chỉ có trí tuệ mới hàng phục được ma quân, chỉ có trí tuệ mới giáo hóa được chúng sanh càng cường này. Đó là ý nghĩa hết sức thâm trầm. Song vì chúng sanh cõi này cứng đầu quá, dùng trí tuệ dạy họ, rồi ít bữa cũng trở

lại y cũ, thì làm sao đây. Vì vậy phải có đại nguyện đại hạnh, cho nên bên trái của đức Phật vị Bồ-tát phụ tá thứ hai là Phổ Hiền cõi voi. Vì hạnh lớn mạnh nên tượng trưng cho voi. Voi sáu ngà nghĩa là đem pháp giáo hóa chúng sanh không biết mệt mỏi. Như vậy các hình tượng ấy mang ý nghĩa đức Phật vào cõi Ta-bà giáo hóa phải có đủ trí tuệ vượt bậc, hạnh nguyện to lớn mới giáo hóa được. Nếu không sẽ dễ thoái chuyển, dễ chán lăm.

Đức Phật Di-đà thì bên phải có Bồ-tát Quan Thế Âm, bên trái có Bồ-tát Đại Thế Chí. Đức Phật Di-đà ở cõi Cực lạc là chỗ sạch vui. Muốn sang Ta-bà là chỗ uế trước độ chúng sanh, phải có lòng từ bi tràn trề, nên tượng trưng cho Bồ-tát Quan Thế Âm. Vì chúng sanh khó độ nên chúng ta thấy vẽ tượng đức Phật Di-đà ở trên mây duỗi tay xuống, còn chúng sanh đang trôi hụp dưới biển mà không chịu trôi đầu lên đưa tay cho Phật vớt, cứ hụp lặn ở dưới hoài. Vì vậy muốn không thối tâm phải có đại chí tức là chí cứng rắn vững vàng. Dù cho nó khó, nó mê, nó đắm say ngũ dục cũng ráng chờ vớt nó lên. Nếu không có chí lớn thì chán lăm.

Thí dụ trong hoàn cảnh xã hội của chúng ta, có người khá giả thấy những đứa trẻ bụi đời lang thang ở góc phố này góc chợ kia muốn gom lại nuôi dạy. Từ một người giàu có, bây giờ cất trại về ở với mấy thằng nhỏ khó dạy như vậy thì phải hi sinh sự ổn định của mình, chấp nhận cảnh khổ. Do đó phải có lòng từ bi trước, lòng từ bi thật rộng lớn mới làm được việc đó. Mấy đứa nhỏ đem về dạy có dễ đâu. Nhiều khi nó muốn thoi lại mình nữa. Nó là dân bụi đời, mình thương muốn dạy dỗ nó, nhưng nó lại không biết gì, không mang ơn mà còn cự cãi với mình. Nếu không có ý chí vững bền sắt đá thì không thể nào làm được.

Cũng vậy Phật từ cõi tịnh đến, muốn độ chúng sanh cõi uế này phải có lòng từ bi, phải có ý chí mạnh mẽ mới độ được. Chúng ta muốn dùng tâm từ bi của mình để giáo hóa chúng sanh khó điều phục đó, thì phải có ý chí kiên cường như Bồ-tát Đại Thế Chí mới được.

Tôi nói điều đó có liên hệ với Tăng Ni bây giờ. Liên hệ ra sao? Bởi vì Tăng Ni hiện nay thích học xong, chạy về Thành phố học lên Cao cấp, rồi Đại học. Đại học đạo xong, muốn ra học Đại học đời nữa, rồi bay đi Ấn Độ, Đài Loan học Tiến sĩ. Khi đó ở thôn quê nhiều Phật tử có chùa mà bị hoại vì không thấy, không cô đề hướng dẫn dạy dỗ. Mình cứ lo chạy lên, không ai nghĩ đến người ngóng chờ mình, trông đợi mình.

Nên tôi nhắc Tăng Ni phải có tâm biết thương những người chờ đợi mình, trông ngóng mình. Học rồi đem sự hiểu biết chánh pháp đó giáo hóa được năm bảy người, thì phước đức cũng lớn lắm. Do đó quý vị thấy trách nhiệm chúng ta không phải đơn giản. Không phải lo cho mình có địa vị cao, có chức tước lớn là hay. Mà phải làm sao thực tế đời mình đem lợi ích thiết thực cho Phật tử, cho mọi người. Đó mới là giá trị thật đáng quý. Mong tất cả Tăng Ni ở đây hãy nhớ lấy điều này, mà đem hết tâm nguyện phụng sự chúng sanh để đền ân chư Phật.

07

## MÌNH LÀ CÁI GÌ?

*Giảng tại Thiền viện Trúc Lâm - 1997.*

Hôm nay, đạo tràng Thái Tuệ về Thiền viện Trúc Lâm cúng dường mùa an cư, quý thầy có ít lời nhắc nhở cho đạo tràng để quý vị tinh tấn tu hành.

Là người Phật tử, quý vị vừa lo sinh sống cho gia đình, vừa lo tu hành, đồng thời giúp đỡ huynh đệ chung quanh cùng biết tu, đó là duyên tốt. Vì vậy tôi sẽ nhắc nhở thêm cho quý Phật tử những điểm trọng yếu trong Phật pháp.

Đức Phật Thích Ca khi sinh ra đời, một tay chỉ trời một tay chỉ đất, nói câu: "Trên trời, dưới trời, chỉ có ta là hơn hết." Câu này quý thầy đã giảng rộng rồi, nhưng ở đây tôi nhấn mạnh lại trọng tâm. Người ta cứ nghĩ Phật nói thế là bản ngã hơn hết, nhưng sự thật không phải vậy. Với thâm ý của đạo Phật thì trên trời dưới trời chỉ có ta, tức con người là hơn hết.

Tại sao vậy? Vì trong vũ trụ, trời che đất chở nhưng trời đất vô tri, chỉ con người là có tri giác. Đất chở đất nuôi chúng ta, nhưng đất có biết làm gì đâu, chỉ là hình tướng che chở giúp cho mình có sự sống. Còn trời là mây, mưa, mặt trời, mặt trăng, giúp cho ta đủ điều kiện sống trên thế gian này. Nên nói trời đất vô tri, chỉ có con người tri giác, như vậy tri giác là trên tất cả. Vì thế con người là trọng tâm của trời đất, chớ không phải thường.

Lâu nay chúng ta ai cũng như ai, hầu hết đều coi thường mình, chỉ kính trời trọng đất. Đó là lỗi lầm rất to. Sợ trời phạt, mong trời thương, cầu thổ địa ủng hộ cho nhiều... tất cả những việc đó chỉ là phần phụ bên ngoài không đáng kể. Chính yếu là con người. Con người rất quan trọng đối với đạo Phật, nên đức Phật Thích Ca ra đời đã tuyên bố mục tiêu trọng yếu đó. Ngài ra đời là vì đề cao giá trị của con người. Đó là trọng tâm, khác với các nhà khoa học hay triết học, luôn nghiên cứu tìm tòi bên ngoài, chinh phục vũ trụ mà quên xoay lại con người, chinh phục chính bản thân mình.

Quý Phật tử kiểm nghiệm lại trong đời sống của mình, xét xem chúng ta nhớ mình nhiều hay nhớ bên ngoài nhiều. Sáng thức dậy thì sao? Sửa soạn đi chợ hoặc đi làm công tác, luôn luôn nhớ những việc bên ngoài, chớ không nhớ mình. Lo điều này điều kia, mua sắm đủ thứ. Ngoài chợ có những món hàng mới lạ, nếu trong túi có tiền liền đi mua sắm. Chúng ta ưa thích những gì mới lạ bên ngoài, ít khi nghĩ đến con người mình. Quý vị có khi nào nghĩ mình là cái gì không? Chắc không! Cứ hài lòng với con người như vậy, sự sống như vậy là đủ rồi. Thêm nữa là sự ăn mặc, nhà cửa, xe cộ, lo bấy nhiêu đó mà quên nghĩ mình là cái gì.

Mình là gì không biết mà cái gì cũng lo cho mình. Sắm máy thu thanh, hỏi sắm cho ai, sắm cho mình. Mua chiếc nệm để làm gì? Đề cho mình nằm. Cái gì cũng mình hết. Nhưng thử hỏi mình là gì thì không biết! Đó là điểm chính yếu mà tất cả chúng ta quên, chúng ta lơ là.

Đạo Phật không cho phép người Phật tử như vậy mà chúng ta phải biết mình cho rành rẽ, tường tận. Vật bên ngoài chỉ phụ thuộc, nghĩa là biết được bao nhiêu hay bấy nhiêu, trọng yếu là phải biết mình, vì con người là trọng tâm của vũ trụ. Biết tất cả mà không biết mình thì cái biết đó chưa thật biết. Tất cả tài sản mình được mà hỏi mình là cái gì cũng không biết. Như vậy, tất cả cái được đó đều không giải quyết tận cội gốc của con người. Sống mà không biết mình là gì thì cuộc sống hết sức rỗng, vô giá trị. Nếu chúng ta chỉ lo ăn mặc cho sung sướng, nhà lầu xe hơi, tức là chỉ lo thụ hưởng sung túc, mà mình là gì không biết thì ai hưởng thụ đây?

Đó là vấn đề mà đức Phật hay người tu hy sinh cả cuộc đời, phăng tìm cho ra manh mối để giải quyết về thân phận con người. Ngày nay chúng ta tu theo đạo Phật cần phải hiểu vấn đề đó, không thể xem thường. Cứ lo ăn lo mặc, lo sống để chờ tới ngày chết, cuối cùng là tan rã. Ví như chúng ta cất cái nhà thật đẹp nhưng biết mai một nó sẽ tan nát thì còn quý nó không? Cái không bền, không lâu dài, chúng ta đâu có quý. Vậy thì thân này không lâu dài, tại sao mình lại quý, đó là mê hay giác? Đó là mê.

Vì vậy đạo Phật dạy chúng ta phải giác, chớ không cho mê. Người mê thì không sáng suốt, không có trí tuệ. Mà không sáng suốt, không trí tuệ thì sống như chết, không có giá trị gì hết! Ý nghĩa quan trọng là phải biết được mình thì cuộc sống mới có giá trị. Dù sống nghèo hay sống thiếu thốn vẫn có ý nghĩa như thường. Còn không biết mình là gì thì cuộc sống hoàn toàn vô nghĩa.

Nhưng muốn biết mình là gì phải làm sao? Chính điểm này tôi muốn hướng dẫn cho quý Phật tử ứng dụng tu tập để tìm lại xem mình là cái gì? Bao nhiêu người dù trí thức hay bình dân đều nghĩ mình luôn luôn hiện tiền, nhưng hỏi mình là gì thì không trả lời được. Như vậy, cái hiện tiền đó cũng chỉ là ảo tưởng thôi. Chúng ta phải tìm ra lẽ thật mình là gì chớ không thể tưởng tượng được. Chúng ta tu không phải tìm cái gì xa xôi ở bên ngoài mà phải xoay lại soi sáng chính mình để tìm xem mình là gì? Cái gì là thật mình? Nếu tìm ra được cái thật mình là ngộ đạo. Đừng tưởng ngộ đạo là chạy lên non, lên núi, lên mây, lên trời, mà ngộ đạo là tìm ra được cái thật mình. Tìm được cái thật mình rồi thì ngang đó giải quyết xong dòng sinh tử. Không tìm ra được cái thật mình thì luôn luôn sống trong dao động, biến chuyển. Mà dao động biến chuyển là tướng sinh diệt vô thường. Nếu chấp giữ tất cả hình tướng tâm niệm vô thường là mình thì mình là một dòng biến chuyển. Chuyển biến nơi này tới nơi kia không dừng, Phật gọi đó là luân hồi. Đã luân hồi thì chỉ có giải thoát luân hồi mới là vui.

Tôi thường nói thân này không phải thật mình. Nhưng ai cũng bám vào nó, cũng nghĩ nó là mình. Nếu thân này thật mình thì nó nguyên vẹn, nhưng nếu ở trong da thịt chúng ta chỗ nào bị ung nhọt thì có mủ hôi hám. Mủ hôi hám đó là mình chằng? Đã từ da thịt mình loại ra thì nó đâu phải mình. Nếu là mình thì chúng ta phải mên nó chứ, ngược lại mình rất ghét nó. Như nước bọt ở trong miệng có phải là mình không? Nếu là mình thì khi nhổ ra rồi, mình lấy lại được; nhưng chúng ta có làm như vậy không? Kể cả máu huyết là thiết yếu của sự sống, nhưng chúng ta chích ra chừng một chung máu, rồi bảo uống lại có dám uống không? Nếu thật mình thì đâu nỡ bỏ; đằng này buông ra rồi, chúng ta ghét nó thì làm sao nói mình được. Nếu thân này là mình thì khi thiếu máu, mua máu của người khác đem vô, máu người khác thì đâu phải của mình, nhưng khi đem vô rồi lại nói máu mình. Lạ chưa! Từ bản thân mình loại ra thì chúng ta ghét, còn của người khác đem vào thì nhận là mình. Thật vô lý! Cho nên từ đó mới thấy rõ ràng thân này không thật là mình.

Trong kinh, đức Phật kể lại: Có một người đi sang làng khác, giữa đường gặp sa mạc. Trời tối, ông thấy cái chòi cũ không có người ở, nên vào nghỉ tạm qua đêm. Đang nằm, có tiếng động bên ngoài, ông trở dậy nghe ngóng. Bỗng cánh cửa bị xô vô, thì ra một con quỷ to tướng đang vác cái cây người chết liệng xuống đất. Ông hoảng sợ quá đứng nép sau vách. Bỗng có con quỷ thứ hai chạy vào, dành ăn với con quỷ thứ nhất. Đứa này nói cái cây của tao, đứa kia nói cái cây của tao, hai đứa giành nhau rồi cãi lộn.

Lúc đó chúng chợt thấy ông đứng bên vách. Con quỷ thứ nhất nói từ đầu tới cuối có ông này làm chứng, nếu ông nói của đứa nào thì đứa đó ăn. Nghe vậy ông run quá, nếu nói của thằng này thì thằng kia bẻ cổ mình, nhưng thôi kệ thà chết chớ không nói dối. Nên ông bảo: "Khi nãy tôi thấy rõ ràng anh A đem cái cây vô quăng ở đây." Thằng kia tức giận quá liền giựt ông một cánh tay. Con quỷ thứ nhất thấy vậy thương, bèn xé cánh tay của cây chết ráp vào cho ông. Vừa ráp xong thì con quỷ thứ hai giựt cánh tay còn lại quăng ra. Con quỷ đầu xé cánh tay thứ hai của cây chết gắn vào. Rồi tới chân phải, chân trái. Hễ con quỷ này xé quăng ra thì con kia lấy chân của cây chết gắn vào. Cuối cùng một quá hai con quỷ ngưng cãi, chúng chia hai chân, hai tay của ông bị vứt ra và ăn.

Ông ta hoảng hốt tự hỏi mình là cái gì? Rõ ràng tay chân hiện giờ là của cây chết. Ông mới đi tìm gặp những vị sáng suốt để hỏi xem ông bây giờ là gì. Gặp được một vị A La Hán, đánh lễ xong, ông thưa:

- Bạch Ngài, con bị hai con quỷ đem tay chân của cây chết ráp vào cho con, bây giờ cái gì là con?

Vị A La Hán nói:

- Tốt lắm! Như vậy là ông sắp ngộ đạo.

Câu chuyện tới đó hết. Quý vị thấy nếu vật tạm bợ hư giả mà chúng ta biết thối mắc, tìm tòi, không tin nó thật, thì đó là sáng suốt, thấy được lẽ thật. Cuộc đời này có ai thấy được lẽ thật không, có ai thối mắc mình là gì không? Hay cứ hài lòng. Đã hài lòng rồi thì tìm mọi thứ cho nó thụ hưởng, chờ đến ngày bại hoại. Đó là nỗi đau đớn của con người trong kiếp mê lầm. Chúng ta phải ý thức mình là gì, tìm cho ra cái mình đó chính là gốc của sự tu. Người biết quay lại tìm mình là người sắp thấy đạo.

Vì vậy tôi hướng dẫn Tăng Ni ở các Thiền viện cũng như Phật tử trong các đạo tràng khi tụng kinh thì đặt nặng kinh Bát Nhã. Trong kinh Bát Nhã câu đầu: "Quán Tự Tại Bồ-tát hành thâm Bát-nhã Ba-la-mật-đa thời chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách." Chỉ cần soi lại thân năm uẩn này không thật thì tất cả khổ nạn qua hết. Quý vị có soi lại không? Nhiều khi đọc thì đọc mà không chịu soi lại. Cần phải soi lại thân năm uẩn này xem nó có thật hay không. Nếu thấy rõ ràng nó không thật thì tất cả khổ ách đều qua. Điều này hết sức cụ thể.

Thường chúng ta thấy thân này, vọng tưởng này là ta, nên những gì cung cấp cho thân này được khỏe, được sung túc mà người khác đoạt đi thì ta tức giận lên. Ta nghĩ việc gì đúng mà ai nói khác thì nổi giận. Như vậy khổ là do chấp thân, chấp tâm mà ra. Nếu biết thân này không thật, ý nghĩ không thật thì đâu còn chấp, đâu còn giận ai, nhờ thế mọi khổ ách đều qua hết. Người ta chửi, mình cười chơi thôi. Có gì thật mà phải khổ, phải giận, dành hơn, dành thua. Anh không thật, tôi không thật, cái chửi cũng không thật luôn nên chỉ cười vui thôi.

Ngược lại, nếu thấy thật thì động tới xác thịt liền đau tức, động tới ý kiến trái mình liền sân giận. Rõ ràng do chấp thân, chấp tâm mà mình khổ. Vì vậy kinh Bát Nhã nhắc cho chúng ta soi thấy năm uẩn là không thì qua hết thấy khổ nạn. Việc tu hết sức giản đơn, không phải cầu Phật hay cầu ai làm cho mình hết khổ, chỉ cần thấy rõ năm uẩn không thật là hết khổ.

Năm uẩn có sắc, thuộc về vật chất; thọ, tưởng, hành, thức thuộc về tâm; cả hai đều không thật. Biết rõ như vậy thì khổ nạn nào cũng qua hết, chớ không phải Phật hay Bồ-tát, thần thánh nào cho mình hết khổ nạn. Hết khổ nạn là do trí tuệ của chúng ta soi thấy thân năm uẩn không thật. Kinh dạy một câu thôi chúng ta tu cả đời. Tu là phải soi lại chớ không phải phóng ra. Nhưng hiện nay đa số người tu cầu xin nhiều hơn soi lại.

Xét hai phần vật chất và tinh thần: Sắc là sắc chất tức thể xác không thật. Thọ, tưởng, hành, thức tức tinh thần cũng không thật. Thấy rõ như vậy là giác? Mê giác cách nhau chẳng bao xa. Thấy thân thật, cái suy gẫm thật là mê. Thấy thân không thật, cái suy gẫm không thật là giác.

Trong kinh Viên Giác có vị Bồ-tát thưa hỏi Phật:

- Bạch Thế Tôn, thế nào là vô minh?

Phật đáp:

- Chấp thân tứ đại duyên hợp là thật của mình, chấp tâm suy nghĩ lăng xăng là tâm thật của mình là vô minh.

Hết vô minh là giác. Như vậy mê giác như trở bàn tay thôi, gần một bên mà mình tu hoài không được, tại sao? Tại vì mê chấp thâm sâu lâu đời quá rồi. Ngày nay đọc kinh Phật, nghe quý thầy giảng



chỉ mới lóe lên chút thôi, chưa hẳn là thấy nó không thật. Chỉ khi nào ngồi lại thấy thân không thật, tâm không thật, tất cả đều do duyên hợp tạm bợ, thấy rõ như vậy thì mọi khổ nạn qua hết.

Được vậy sống ở đây cũng giống như Cự Lạc, có gì buồn, có gì khổ. Chúng ta cũng ăn, cũng uống như mọi người, nhưng không chê khen buồn giận, không mê lầm chấp thân tâm là được. Muốn thế thì phải soi lại mình, không thể phóng ra ngoài nữa. Quý Phật tử cứ phóng ra, không biết quay lại, nên đi chùa hai chục năm vẫn không hết phiền não.

Bây giờ trở lại vấn đề tu tập, chúng ta ngồi thiền để làm gì? Để nhìn lại mình. Bởi vì chúng ta hướng ra thì mắt thấy sắc, tai nghe âm thanh, mũi ngửi mùi hương, lưỡi nếm vị, gió thổi xúc chạm... tiếp xúc các trần. Lúc đó dù chúng ta có tu vẫn bị ảnh hưởng bên ngoài nhiều. Chỉ khi ngồi yên, mắt nhìn xuống, gác hết năm trần bên ngoài, không cho nó lôi cuốn nữa. Nên giờ ngồi thiền là giờ ngồi để soi lại. Soi thế nào?

Phương tiện ban đầu, chúng ta dùng hơi thở hít vô thở ra đếm một, hít vô thở ra đếm hai, ... như chơi vậy. Nhưng nhờ nhớ hơi thở ra hơi thở vô, hơi thở thì ở trong nên chúng ta mới phản quan. Thấy hơi thở vô, hơi thở ra đều đặn như vậy, nếu thở ra mà không hít vô thì chết. Rõ ràng thân tạm bợ phải không? Vừa khởi nghĩ việc gì liền buông, mình tự nhắc vọng tưởng hư dối không thật. Thân này do tứ đại hợp thành. Hơi thở là gốc, thở ra không hít vào là chết nên sự sống rất mỏng manh. Đã mỏng manh lại cộng thêm cái tâm chột có, chột không là vọng tưởng hư dối. Tập soi sáng lại mình như vậy, gọi là tỉnh giác.

Ngài Đạo Nguyên ở Nhật Bản nói: "Một giờ ngồi thiền là một giờ làm Phật." Tại sao? Giờ ngồi thiền là giờ giác, còn giờ ở ngoài là giờ mê. Trong một ngày, quý Phật tử có đủ thứ chuyện. Thấy chuyện này, nghe chuyện kia toàn là phóng ra ngoài, chớ không quay lại. Còn giờ ngồi thiền là giờ quay lại mình. Theo hơi thở, thấy vọng tưởng, buông; đó là nhìn lại mình, tỉnh giác rõ ràng, không bị mê lầm. Lúc tỉnh giác đó không phải là Phật là gì? Phật là giác. Chúng ta đang giác nên chúng ta là Phật.

Sở dĩ ngồi thiền ngủ gục bị đánh là sao? Bởi vì trọng tâm là phải giác. Chúng ta ngồi ngủ mê nên đánh cho tỉnh, không để mê nữa. Hiểu vậy mới biết tại sao nhà thiền khát khe. Vì sợ mình mê theo cảnh, hoặc si mê không biết gì nên phải làm cho mình tỉnh, tỉnh đó là giác. Được vậy một giờ ngồi thiền là một giờ làm Phật, chớ ngồi ngủ khò khò thì làm Phật sao được.

Chúng ta phải hiểu rõ ý nghĩa quán hơi thở. Nhiều khi chúng ta thực tập mà không hiểu nên nắm không vững, tu như vậy sẽ không đi tới đâu. Hơi thở vô ra xem như chuyện tầm thường, nhưng nhờ nhớ hơi thở mà chúng ta quay lại. Nếu không nhớ hơi thở thì tâm mình chạy rong. Tu là phải quay lại soi sáng chính mình. Nhờ theo dõi hơi thở vô ra, lúc thở khi mà không hít lại là chết. Chỉ có mấy giây đồng hồ thôi, mới biết như vậy sự sống không bền, không thật. Bao nhiêu đó đủ để chúng ta chứng nghiệm được cuộc sống này.

Đến vọng tưởng, niệm này nhảy ra niệm kia nhảy vô, chúng ta buông, nó mất; để thấy tâm này cũng không thật. Thấy thân không thật, thấy tâm cũng không thật, không phải tỉnh giác là gì? Nên giờ ngồi thiền là giờ tỉnh giác, giờ ngồi thiền là giờ tối quan trọng, chứ không phải tầm thường. Khi tỉnh giác được rồi, chúng ta mới thấy rõ được mình. Thấy thân này không thật, tâm này không thật thì mọi cố chấp theo đó rã tan. Chấp đã không còn thì khổ đau theo đó hết. Đây mới chỉ là chặng số một thôi.

Tôi xin hỏi những vị tu hơi lâu một chút, khi ngồi thiền chừng năm ba phút, trong tâm không nghĩ nhớ gì hết, lúc đó chúng ta có biết không? Dạ có biết. Như vậy, có mình hay không có mình? Có mình.

Nếu cái nghĩ là mình thì khi không nghĩ là không có mình. Không nghĩ mà có mình thì cái nghĩ không phải là mình rồi. Bấy nhiêu đó đủ chứng minh cái suy nghĩ không phải là mình, vì nó chợt có chợt không. Những thứ lảng xãng lảng hết thì tri giác hằng hữu. Đó là mình rồi, thực tế đâu có xa. Như vậy, cái mình chân thật đó không phải là cái suy nghĩ. Nghĩ suy là sinh diệt tạm bợ, không phải chân thật. Còn không nghĩ mà hằng biết, có tiếng động liền nghe, hình ảnh đến liền thấy, gió chạm thì mát v.v... yên tĩnh sáng suốt không nghĩ ngợi gì hết, đó chính thật là mình.

Thường những gì động là vô thường sinh diệt. Thân động cho nên thân vô thường sanh diệt, tâm động nên tâm vô thường sinh diệt. Chấp thân vô thường sinh diệt là thân mình, chấp tâm vô thường sinh diệt là tâm mình, đó là sai lầm. Nếu buông hai thứ chấp đó, chỉ nhận cái không động, không sinh diệt, không có tướng trạng vô thường, hằng yên tĩnh sáng suốt đó, thì làm gì bị dẫn đi trong luân hồi.

Có tu rồi, chúng ta sẽ thấy nó rõ ràng, không còn nghi ngờ gì hết. Sống được với những phút giây chân thật, ta mới thấy khi suy nghĩ dứt bật thì chân thật hiện tiền, chớ không phải không có. Chúng ta không nhận ra nó là vì mình cứ suy nghĩ hoài, hết chuyện này tới chuyện kia, mãi chạy theo những suy nghĩ thì làm sao biết rằng khi không suy nghĩ, lại có cái chân thật. Vì vậy nói thiền dễ định. Định là đừng hết những suy nghĩ. Đừng hết suy nghĩ thì cái chân thật hiện tiền. Nhận ra cái đó thì tỉnh thì giác, gọi là giác ngộ. Tức thấy được lẽ thật của thân tâm, giả biết giả, thật biết thật. Đó là kiến tánh, là thấy đạo. Đơn giản vậy thôi.

Trong nhà Phật dạy thân, miệng, ý tạo tác các nghiệp, mà chủ yếu là ý. Ý nghĩ tốt, miệng nói tốt, thân làm tốt. Ý nghĩ xấu, miệng nói xấu, thân làm xấu. Ý là chủ tạo nghiệp. Ý nghĩ này lảng đi thì còn cái gì tạo nghiệp. Nghiệp là gốc dẫn chúng ta đi trong luân hồi sinh tử. Nếu hết nghiệp thì cái gì dẫn chúng ta nữa, như vậy không giải thoát là gì?

Cho nên giác ngộ được thân vô thường, tâm sinh diệt, thì cái chân thật hiện tiền không sinh, không diệt. Sống được với cái chân thật này thì không còn tạo nghiệp đi trong luân hồi sanh tử nữa. Như vậy rõ ràng tu là để giải thoát sanh tử.

Mục đích của chúng ta tu không gì khác hơn trọng tâm của đức Phật dạy "xoay lại con người". Vì con người là tối thượng. Dù có bay được trên hư không (bây giờ chúng ta đi máy bay phản lực), hay cất nhà lầu chín chục tầng v.v... đều là vô thường, nay còn mai mất. Chỉ có trở lại tâm chân thật không hình không tướng của mình, là không vô thường; hằng giác không động nên không sinh diệt. Đó mới là chân thật. Được vậy chúng ta sẽ tin lời Phật dạy không hư dối.

Hôm nay tôi nhắc tất cả quý Phật tử hiểu được căn bản của việc tu hành. Vậy từ đây về sau huynh đệ hòa hợp với nhau, với tư cách cư sĩ vừa lo đời, vừa lo đạo. Lo đó chính là lo cho mình. Để ngày mai quý vị có nhắm mắt, dù chưa hết niệm sinh diệt thì cũng sinh diệt trong cảnh tốt. Bằng như được hết sinh diệt thì thành thoi tự tại, còn gì quý hơn!

Mong quý Phật tử nỗ lực tinh tấn tu hành.

# PHẬT PHÁP LÀ THUỐC TRỊ TÂM BỆNH CHO CHÚNG SANH

*Giảng tại Thiền viện Quảng Đức (Văn phòng II) - 2000.*

Cùng tất cả Tăng Ni giảng sư, hôm nay tôi được Ban Hoàng Pháp mời giảng giải cho quý vị một buổi. Đối với tôi giảng giải là trách nhiệm của người tu sĩ, chứ không phải việc bên ngoài. Lúc nào đủ duyên, tôi rất sẵn lòng, trừ trường hợp đặc biệt không thể đến được thì thôi.

Hôm nay tôi nói chuyện với tất cả Tăng Ni đề tài: ***Phật pháp là thuốc trị tâm bệnh cho chúng sanh.*** Đề tài này thật ra rất rộng, bởi vì nó bao gồm toàn bộ giáo lý Đại thừa cũng như Tiểu thừa của Phật giáo. Nhưng có thể tùy theo hoàn cảnh, thời gian tôi nói được bao nhiêu hay bấy nhiêu, quý vị theo đó lãnh hội được chừng nào tốt chừng ấy.

Trong kinh Phật thường dạy pháp của Phật là thuốc trị lành tâm bệnh của chúng sanh. Nếu chúng sanh có bệnh gì thì Phật dùng thuốc ấy để trị. Như vậy chúng sanh có bao nhiêu bệnh, Phật có bấy nhiêu thứ thuốc. Chúng sanh có tám muôn bốn ngàn phiền não trần lao thì Phật cũng có tám muôn bốn ngàn pháp môn.

Bởi vì để đối trị bệnh của chúng sanh nên Phật mới nói ra tất cả pháp, với mục đích dạy chúng ta học và tu. Khi tu học xong chúng ta đem pháp ấy tiếp tục chỉ dạy cho những người khác, đó là con đường hoằng pháp lợi sinh. Nói hoằng pháp lợi sinh, nhưng thực nghĩa của nó là dạy phương pháp cho chúng sanh trị lành tất cả tâm bệnh của họ thôi.

Thuốc của Phật trị cho chúng sanh hết bệnh và sống hoài không chết. Vì vậy nhập Niết-bàn gọi là vô sanh, mà không sanh thì làm gì có tử? Như vậy tu theo Phật để đi đến chỗ cứu kính là giải thoát sanh tử, vượt lên trên dòng sanh tử. Uống thuốc của đức Phật, chúng ta sống được bao nhiêu tuổi? Vô lượng tuổi, không thể tính đếm được. Nên nói đức Phật là Vua thầy thuốc (Vô thượng y vương). Đó là nghĩa thứ nhất.

Nghĩa thứ hai, thầy thuốc thế gian trị bệnh cho người nhưng tới khi mình bệnh thì trị không được, phải nhờ bác sĩ khác trị. Đức Phật thì ngược lại, Ngài tu để trị lành tất cả bệnh của mình rồi, sau đó mới trị bệnh cho người khác. Đó là Ngài dạy pháp tu để chúng ta biết trị những tâm bệnh cho chúng ta. Nhờ trị tâm bệnh được lành nên chúng ta mới khỏi dòng luân hồi sanh tử.

Chúng ta thấy Phật dạy mình làm, dạy mình tu những gì Ngài đã đạt được. Ngài đã thoát khỏi sanh tử, nên mới dạy chúng ta tu để ra khỏi sanh tử. Rõ ràng Ngài đã tự cứu và cứu chúng sanh, còn thầy thuốc ở thế gian đã tự cứu không được, mà cứu người thì có giới hạn nào thôi. Như vậy khả năng của Phật xứng đáng là vua thầy thuốc rồi.

Phật là vua thầy thuốc, bây giờ quý vị là giảng sư thì quý vị sẽ là gì đây? Là một người quảng cáo thuốc của đức Phật hay là con vua thầy thuốc, cháu vua thầy thuốc? Là con cháu ông Vua thầy thuốc, chứ không phải thầy thuốc thường đâu. Như vậy quý vị mới thấy tầm vóc quan trọng của một người tu.

Tôi trước kia cũng từng làm giảng sư, giảng nơi này, nơi kia. Thời từ năm 1954 cho tới 1963 là những năm chúng tôi nằm trong Ban Hoàng Pháp Giáo hội Phật giáo miền Nam. Thật ra khoảng thời gian đó, chúng tôi đang học tại Ấn Quang, nhưng Hòa thượng Trưởng Ban Hoàng Pháp là Thầy của

chúng tôi, bắt chúng tôi đi giảng khi còn học Trung học năm thứ hai, thứ ba. Một năm học có ba đợt nghỉ, đợt tết nghỉ một tháng, đợt đầu hạ nghỉ một tháng, đợt cuối hạ nghỉ một tháng. Mỗi tháng nghỉ đi giảng hết ba tuần, thành ra còn có mười ngày thôi. Tùy theo sự phân bổ của Ban Hoằng Pháp, chỗ nào cần thì chúng tôi đi. Nhớ lúc đó bốn huynh đệ chúng tôi trong Ban Hoằng Pháp, tôi là một, thầy Huyền Vi là hai, thầy Thiên Định là ba, thầy Từ Thông là bốn, thường được mời đi giảng nhất.

Khi đi hoằng pháp, mỗi người có một sở trường, không ai giống ai cả. Nên bây giờ giảng cho lớp giảng sư, tôi thấy rằng không thể nào đem một khả năng riêng, một nghệ thuật riêng của từng cá nhân, truyền đạt cho quý vị mà gọi là đủ được. Thời chúng tôi, thầy Huyền Vi giảng là ăn khách nhất, Vì sao? Vì thầy có những ưu điểm:

1- Thầy khéo chọc cười. Khi giảng mà thấy người ta hơi thiu thiu thì thầy kiếm chuyện nói cho người ta cười rộ lên, nhờ thế mà hết buồn ngủ, nên rất nhiều người thích. Đó là ưu điểm thứ nhất.

2- Thầy có tài viết chữ Hán bằng tay trái. Khi nào cần dẫn danh từ chữ Hán, thầy bước xuống bảng cầm phấn viết bằng tay trái, lúc đó người ta chú ý theo dõi và rất thích thú. Đó là ưu điểm thứ hai.

3- Thầy chịu khó học ngoại ngữ, nhất là tiếng Phạn. Ví dụ nói Bồ-đề thì thầy thuộc chữ Bồ-đề, tiếng Phạn viết như thế nào. Thầy còn học cả chữ Anh, chữ Pháp nữa. Khi giảng tới từ đó, thầy nói chữ Phạn, rồi nói chữ Anh, chữ Pháp; người ta nghe say mê. Đó là ưu điểm thứ ba.

Ba sở trường của thầy Huyền Vi, tôi không được cái nào hết. Tôi không có tài chọc cười, tôi không biết viết tay trái và tôi cũng không học tiếng Anh, tiếng Pháp nữa. Nên tôi thua thầy những điểm đó.

Thầy Từ Thông thì có sở trường vẽ. Thầy nói con cò, liền quẹt quẹt vài cái là nhìn thấy con cò, nên người ta cũng chú ý. Riêng tôi, tôi không có sở trường nào cả. Tôi chỉ đào sâu vào đề tài mình giảng, cố gắng hết lòng cho người nghe lãnh hội vậy thôi. Nên so với quý thầy, tôi thuộc hạng trung bình.

Khi đi giảng, Giáo hội lại thường phân công đi chung hai, ba người. Người nào giảng ăn khách thì được mời hoài, còn người giảng dở thì có mặt mình cũng coi như bị quên. Vì vậy đi chung với người giảng giỏi buồn lắm. Nhưng tôi với thầy Huyền Vi có cái duyên đặc biệt, thầy giảng ăn khách nhưng có ai hỏi thì thầy để tôi trả lời. Thành ra hai chúng tôi hỗ trợ nhau cũng được.

Như tôi đã nói, thời gian đi giảng thật ra là thời gian cấm đầu học ở trường. Học xong rồi đi giảng nên không có thì giờ tu. Thừa thật ngay cả hai thời công phu cũng không tu đủ nữa. Bởi vì học đâu có thì giờ mà tu. Cho nên thời gian đi giảng thấy Phật tử nghe vui, mình cũng mừng. Nhưng có một lần chúng tôi giảng Phật Học Phổ Thông khóa II ở Rạch Giá, Phật tử đông lắm. Tôi còn nhớ rõ, kỳ đó chúng tôi giảng về quả vị tu chứng của Tứ quả Thanh văn. Giảng xong, về chỗ nghỉ. Tôi và thầy Huyền Vi đang ngồi uống nước, thì có một Phật tử tới đánh lễ hết sức tha thiết, ông nói:

- Quý thầy giảng về quả vị tu chứng của Tứ quả Thanh văn, tụi con nghe rất hay. Nhưng thưa thầy, thầy đã chứng được quả nào rồi?

Tôi ngẩn ngơ, không biết nói sao. Lúc đó thầy Huyền Vi lanh miệng hơn tôi, liền trả lời:

- Đạo hữu không biết sao, trong nhà Phật thường nói ai tu chứng thì nấy biết, như uống nước lạnh nóng tự biết, làm sao nói được?

Nghe vậy, Phật tử ấy không hỏi nữa. Nhưng kể từ đó tôi thật áy náy, không hài lòng về mình chút nào cả. Tôi thấy mình chỉ là người quảng cáo thuốc của Phật, chớ thực sự không phải thầy thuốc con.

Từ đó tôi cứ ôm ấp một nỗi buồn trong lòng. Cho tới sau này khi mở Phật Học Viện Huệ Nghiêm, tôi tự hứa với lòng rằng dạy một khóa cho anh em ra trường rồi, tôi sẽ xin nghỉ để tu một chút. Chớ thực ra thời gian qua vừa học, vừa đi dạy không có thì giờ tu. Nên môn khóa của anh em ở Huệ Nghiêm và quý cô ở Dược Sư rồi, tôi xin phép nghỉ, giao lại cho thầy Bửu Huệ trông nom trường, tôi lên núi Vũng Tàu để tu.

Tôi tự nghĩ tất cả những nỗi niềm khắc khoải của mình, nói thì hay mà hỏi đến việc tu thì không biết, không có gì cả, như vậy quả tang mình chỉ là một tay quảng cáo thôi. Phật nói pháp này hay, pháp kia hay mình đều biết hết, nhưng hỏi thầy có lành bệnh chưa thì lắc đầu không dám nói. Đó là một khuyết điểm lớn mà tôi tự thấy. Nhưng vì hoàn cảnh ngày xưa, Phật pháp quá cần nên chúng tôi không dám từ chối. Mấy huynh đệ hiện nay có lẽ khỏe hơn, lúc nào học xong rồi mới đi giảng. Hoặc ai muốn chuyên tu một thời gian cũng có thể được.

Từ khi nhập thất tu và tu có được chút ít tiến, tôi mới thấy vui, thấy hài lòng phần nào. Những gì mình nói được, mình cũng biết rõ, nắm chắc không nghi ngờ nữa. Cho nên ngày xưa tôi giảng thường thôi, không ăn khách lắm, nhưng tu một thời gian rồi giảng trở lại, thì Phật tử tới rất đông. Như vậy sau này Phật tử tới đông, không phải tôi có nghệ thuật nói hay, chọc cười khéo mà chẳng qua là tôi tu, tôi biết được lẽ thật của đạo ra sao thì chỉ dẫn cho mọi người cùng tu theo như vậy, nên họ chịu nghe.

Người ta chịu nghe là đến với mình, mình biết dạy họ giáo lý và biết chỉ phương pháp cho họ tu, nên họ mới hoan hỷ. Chớ nếu nghe rồi về, khi hỏi cách tu lại không biết, như vậy Phật pháp đối với họ không hữu hiệu. Mà đã không hữu hiệu thì người ta theo làm gì nữa.

Như năm 1964 tôi có mặt trong kỳ Đại hội Phật giáo năm ấy, tôi đề nghị với quý Hòa thượng rằng, Phật giáo Việt Nam có ba tông phái chánh là Thiên, Tịnh, Mật. Nhưng bây giờ không có tông phái nào đủ cơ sở để hướng dẫn cho Tăng Ni, Phật tử tu. Vậy xin quý Hòa thượng cho thành lập Thiên viện, Tịnh viện, Mật viện; mỗi nơi có một phương pháp chuyên môn để tu hành.

Như thế khi giảng sư đi giảng, ai muốn tu Thiên thì giới thiệu tới Thiên viện, ai muốn tu Tịnh giới thiệu tới Tịnh viện, ai muốn tu Mật giới thiệu tới Mật viện. Bởi khi giảng, giảng sư chỉ quảng cáo thuốc thôi, ai muốn mua thuốc phải đến xí nghiệp sản xuất thuốc mới mua được. Chúng ta phải có chỗ để giới thiệu, hành giả muốn tu theo pháp môn nào thì đến nơi đó, sẽ được chỉ dẫn cặn kẽ hơn.

Nhìn lại Phật giáo chúng ta không có chỗ nào chuyên hết. Mình nói pháp đó hay lắm, cao siêu lắm, nhưng Phật tử hỏi tu làm sao, thầy dạy cụ thể cách thức thực tập thì thầy cũng ngần ngại. Như vậy có phải là một khuyết điểm lớn trong tổ chức của mình không?

Bởi vậy thời của tôi, tôi thấy rất rõ một số cư sĩ học Phật cũng khá khá như ông Nhuận Chương, ông Minh Đăng... các đạo hữu học cũng lâu ở Ấn Quang, có thể giảng được. Vậy mà sau này, ông Nhuận Chương thì theo ông địa, bà mẫu nào đó. Còn ông Minh Quang bỏ Phật giáo, tu theo đạo Ba Hai bên Ấn Độ. Tại sao vậy?

Mới nhìn chúng ta nghĩ những người đó phản bội, nhưng sự thực không phải vậy. Vì họ đã hiểu phần lý thuyết rồi, họ chỉ cần tu thôi, nhưng ai dạy họ tu đây? Chùa nào cũng tu một cách chung chung, không có chỗ chuyên môn, không có nơi nghiên cứu và thực tập đến nơi đến chốn, thì làm sao chúng ta giới thiệu cho họ tu? Mà không có nơi tu tức là không đáp ứng được nhu cầu tâm linh của họ. Do đó, buộc lòng họ phải đi tìm nơi này kiếm nơi nọ, vô tình lạc vào những nẻo tà. Đó là một khuyết điểm lớn của Phật giáo chúng ta.

Cho nên khi chuyên tu, tôi mới thấy được lợi ích lớn lao của đạo. Vì sở trường của tôi tu Thiền nên tôi thành lập các Thiền viện. Còn Tịnh viện và Mật viện, tôi chưa thấy được mô hình nào cụ thể, đi vào chuyên môn của pháp ấy một cách rõ ràng cả.

Như vậy một giảng sư chỉ nói pháp cho Phật tử nghe, hiểu nhưng bản thân chưa có điều kiện thực hành, thì tự nhiên mình chỉ là một quảng cáo viên thôi, đâu phải thầy thuốc chính hiệu. Giá trị Phật pháp sẽ được mở rộng hay bị tiêu mòn? Đó là vấn đề mà tôi muốn đặt ra cho tất cả quý huynh đệ hiểu và nghĩ tới tương lai của Phật giáo.

Chúng ta tu Phật, nhất là những thầy thuốc con phải biết những điều gì?

- Một là phải biết thuốc.
- Hai là phải biết bệnh.
- Ba là phải biết liều lượng cho người uống khỏi bệnh.

Ngày xưa Tôn giả A Nan tuy ở gần đức Phật, nhưng công phu tu tập vẫn chưa xong. Một hôm có hai người đệ tử đến xin Ngài hướng dẫn tu. Ngài dạy người thợ rèn quán bất tịnh, người giữ mồ mã quán sô tức. Hai ông tu một thời gian, không có kết quả gì hết. Họ đến bạch với Ngài: "Con tu lâu quá mà không có kết quả, như vậy là tại sao?" Ngài lúng túng không biết lý do, nên cầu cứu với Phật:

- Bạch Thế Tôn, con có hai người đệ tử xin dạy pháp tu, một người con dạy quán sô tức, một người con dạy quán bất tịnh mà họ tu hoài không có kết quả. Xin Thế Tôn dạy con phải làm thế nào để giúp cho họ tu có kết quả.

Phật hỏi:

- Người ông dạy quán bất tịnh làm nghề gì?
- Bạch Thế Tôn, họ làm thợ rèn.

Hỏi:

- Người ông dạy quán sô tức làm nghề gì?
- Bạch Thế Tôn, họ làm nghề giữ mồ mã.

Phật nói:

- Ông dạy như vậy là sai rồi. Người giữ mồ mã ở nghĩa địa xem thấy thân ma hoại, dạy quán bất tịnh mới thành công. Còn người thợ rèn thổi ống bễ phì phì phịch phịch, dạy quán sô tức mới thành công.

Nghe nói vậy Ngài biết mình dạy sai, nên trở về dạy hai người đệ tử đúng như lời Phật dạy. Thời gian sau, hai người ấy vui mừng thưa: "Con vâng lời Thầy dạy nên tu rất có kết quả".

Đó, thầy thuốc mà không biết bệnh, trường hợp nào nên uống thuốc gì, nếu dạy sai đi thì không có kết quả. Đến trường hợp uống thuốc lậm nữa. Uống thuốc lậm là như đức Phật dạy các thầy Tỳ-kheo quán bất tịnh, khi quán bất tịnh các thầy thấy thân nhớp nhúa, gớm đến không thể sống nổi, nên huynh đệ rủ nhau cùng cắt cổ chết hết. Đến ngày Bó-tát Phật thấy chỉ còn bảy tám người, Ngài hỏi nguyên do, mới hay sự việc trên. Phật liền quở:

- Ta dạy quán bất tịnh là cốt để trị bệnh đăm sắc, chứ không phải quán bất tịnh để tự tử. Tu mà tự tử là sai lầm rồi.

Vì vậy trong kinh nói sau khi quán bất tịnh, thấy nhòm góm thân này đến rờn óc thì phải dừng, quay sang quán tịnh. Đó là trị bệnh mà uống quá liều thì cũng chết. Chúng ta là thầy thuốc phải biết thuốc, biết bệnh và biết liều lượng cho uống thì bệnh mới lành. Nếu không biết những điều đó thì chẳng những trị không lành bệnh mà có khi còn tai hại hơn nữa.

Tôi xin hỏi các thầy thuốc con ở đây, như có người mắc bệnh tham đến xin điều trị, quý vị dạy phương thuốc nào? Đó là thực nghiệm mà chúng ta phải biết. Đã là thầy thuốc thì phải biết thuốc, biết cách trị bệnh cho có hiệu quả. Khi người ta khai bệnh tham, chúng ta đừng vội dạy pháp liền. Bởi vì tham có tới năm thứ thông dụng: tham tài, tham sắc, tham danh, tham thực, tham thù hoặc tham sắc, tham thanh, tham hương, tham vị, tham xúc. Trong năm cái tham đó, dùng thuốc khác nhau hay là cùng một thứ? Điểm này thầy thuốc cần phải biết.

Người tham tài muốn có tiền của nhiều, tới xin thầy dạy phương pháp tu cho hết tham thì chúng ta phải dạy pháp bồ thí. Bồ thí là sao? Như gia đình mình mỗi tháng có một triệu đồng đủ sống, bảy giờ tháng này làm được một triệu hai, như vậy là dư hai trăm. Một triệu đã đủ sống, còn dư mà muốn để dành là tham. Nếu dư hai trăm để dành, tháng sau dư hai trăm cũng để dành nữa, tích lũy như vậy đó là tham. Muốn dứt lòng tham thì dư hai trăm, tìm xem ai nghèo đói giúp họ, đó gọi là bồ thí. Dư hai trăm liền bồ thí thì còn tham không? Hết tham. Như vậy bồ thí là trừ bệnh xan tham. Pháp nào trị bệnh này rõ ràng.

Nếu người khai bị bệnh tham sắc dục thì chúng ta dạy quán bất tịnh để trị. Khi quán sát thân này thấy ba mươi sáu vật trong thân đều nhơ nhớp. Hoặc như thân người chết rã rời, nhớp nhúa, quán như vậy sẽ hết bệnh tham dục. Nhớ tới thân đã góm còn đăm sắc gì nữa?

Nếu người bị bệnh tham danh, chúng ta dùng hai phương thuốc trị mới lành. Phương thuốc thứ nhất là quán vô thường, nghĩa là danh được rồi sẽ mất chứ không còn hoài. Ví dụ như người đắc cử một chức vụ nào đó, khi mãn nhiệm kỳ bốn năm tám năm rồi cũng trở lại thường dân, chứ đâu ngồi mãi chiếc ghế đó được. Như vậy giành giựt nhau, tranh đấu nhau để có một chút chức tước, nhưng chức tước đó được rồi sẽ mất. Vì mất nên nói không lâu dài. Đã không lâu dài thì tội gì mình phải khổ, phải lo. Đó là thang thuốc quán vô thường, nhưng một thang này thôi thì chưa đủ hiệu nghiệm, phải thêm thang thuốc quán khổ nữa.

Khổ là sao? Đức Phật dạy người hiếu danh khi chưa được thì chạy chọt, tìm cách cho được nên khổ. Khi được rồi thì sợ mất nên cũng khổ. Khi đã mất càng buồn rầu càng thêm khổ. Như vậy chưa được khổ, được rồi khổ và mất cũng khổ. Ba thời, trước khổ, giữa khổ, sau cũng khổ. Xét như vậy thì hết tham danh.

Nếu người bị bệnh tham ăn, chúng ta dùng thuốc gì để trị? Bệnh này rất phổ biến. Bởi vì ai cũng thích được ăn ngon, ăn nhiều. Nên muốn trị bệnh tham ăn phải dùng pháp quán bất tịnh. Tại sao phải quán bất tịnh? Vì khi thức ăn còn ở ngoài, trước mắt trước mũi, mình ngửi nghe thơm tho nhưng khi nhai nuốt tới cổ rồi thì nó còn ngon, còn thơm nữa không? Nếu tới bao tử mà bao tử không chịu chứa, bắt phải ọ ra. Khi ọ ra có góm không? Nếu nó sạch, nó quý thì trong ngoài gì cũng sạch, cũng quý. Tại sao trong bụng mình ọ ra thì góm thôi là góm. Còn như tiêu hóa được, xuống dưới rồi cho ra cửa sau có góm không? Rất là góm. Như vậy nếu nó sạch thì trước, giữa, sau đều sạch. Đàng này chỉ một chút bên ngoài thôi, vô tới bên trong là bắt đầu nhớp nhúa, rồi khi trả ra cũng nhớp chớ đâu phải sạch. Cái không sạch mà tại sao mình tham? Đó, như vậy nghĩ tới như nhớp mà bớt bệnh tham ăn.

Đồng thời phải nghĩ tham ăn là gốc của khổ vô thường. Tại sao? Bởi vì nuốt vô khối cỗ thì tất cả thức ăn mất hết, chỉ ngon có mấy phút thôi. Nói mấy phút là nhiều đó, chớ còn thật ra một miếng ăn ngon chỉ có mấy giây đồng hồ. Cái ngon đó không thật, chỉ giả tạm, qua rồi mất. Nó là vô thường, vô thường thì có gì mà mình phải tham? Như vậy nhờ quán thức ăn bất tịnh, vô thường nên trị được bệnh tham ăn.

Nếu người bị bệnh tham ngủ, dùng thuốc gì để trị? Tham ngủ là gốc của si mê, lười biếng. Nên muốn trị bệnh này phải lấy cây roi tinh tấn mà đánh nó. Nghĩa là khi nghe tiếng keng phải trỗi dậy liền, nếu chần chờ là lười biếng. Người như vậy rất xấu hổ, không nên, phải thức đúng giờ giấc để tu tập. Do đó phải thúc nó bằng roi tinh tấn, kêu dậy lo tu. Chỉ có tinh tấn mới đuổi được con ma tham ngủ thôi.

Đồng thời trong nhà Phật cũng dạy lấy thuốc vô thường để trị bệnh tham ngủ. Bởi vì cuộc đời chúng ta không lâu dài, vô thường, không đoán định được. Bao nhiêu tuổi mất, không ai biết được. Một ngày qua tức tuổi thọ giảm một phần. Như vậy nếu để ngày này trôi qua, ngày kia trôi qua thì đời tu của mình còn có giá trị gì? Muốn sống có ý nghĩa, chúng ta phải nhớ đời là vô thường, ngày nào còn sống thì chúng ta cố gắng tu ngày ấy.

Như trong kinh có câu: "Thị nhựt dĩ quá, mạng diệc tùy giảm, như thiếu thủy ngư, tư hữu hà lạc. Đại chúng đương cần tinh tấn, như cứu đầu nhiên. Đản niệm vô thường, thận vật phóng dật." Nghĩa là ngày nay đã qua, mạng theo đó mà giảm, như cá cạn nước, không có gì vui hết. Đại chúng cần phải tinh tấn tu, như cứu lửa cháy đầu. Chỉ nhớ nghĩ vô thường, dè dặt chớ buông lung!. Đó, là dùng thuốc quán vô thường để thúc đẩy mình. Nhờ thế trị được bệnh tham ngủ.

Đó là những phương thuốc trị bệnh tham.

Bây giờ có người bị bệnh sân đến xin thuốc, chúng ta sẽ dạy họ trị bằng cách nào? Trong nhà Phật dạy rất đầy đủ, người bệnh sân phải dùng thuốc nhẫn nhục và từ bi để trị.

Muốn nhẫn nhục phải làm sao? Khi người ta chọc mình nổi tức lên, muốn nhin được họ chúng ta phải đọc câu này: "Nhịn là khôn, nói là dại", nhắc đi nhắc lại chừng một chục lần thì hết nói. Hết nói thì tránh được lỗi sân hận. Vì khi nổi nóng thì thường nói bậy, làm khổ người ta. Nói bằng lời chưa đã thì tới tay chân. Cho nên vừa sửa soạn nói thì tự nhắc mình: "Nhịn là khôn, nói là dại", từ từ sự nóng giận chìm xuống. Nhưng chìm xuống chứ chưa hết gốc đầu, lâu lâu nhớ lại cũng nổi giận nữa. Nên phải dùng quán từ bi để trị cho dứt gốc.

Quán từ bi là thương từ người thân như cha mẹ, anh em cho tới người sơ như những kẻ lạ và cuối cùng là người thù, mình đều thương hết. Chừng nào thương được người thù thì không còn sân nữa. Đó là bứng tận gốc.

Như vậy mỗi một bệnh, chúng ta phải dùng một hoặc hai pháp hỗ tương để trị thì bệnh mới lành. Bệnh nào dạy pháp ấy, trị được lành thì bệnh nhân mới được an lạc. Còn mình dạy nhiều pháp nhưng ai muốn tu gì thì tu, chứ mình không chỉ rõ pháp nào trị bệnh ấy, thì việc tu sẽ không đến nơi đến chốn. Đó là tôi nói đại lược về bốn phạm của một ông thầy thuốc.

Kế đây tôi nói thêm, một vị giảng sư còn phải nắm vững hai yếu tố. Hai yếu tố ấy là gì? Một là khế lý, hai là khế cơ. Khi giảng phải hợp với chánh pháp là khế lý, hợp với trình độ của người đương thời là khế cơ. Có khi chúng ta soạn bài giảng cao, nhưng tới chỗ giảng thấy toàn căn cơ thấp thì chúng ta phải hạ xuống cho hợp với căn cơ của họ. Ngược lại, nếu mình soạn bài thấp mà tới chỗ giảng thấy toàn căn cơ cao, thì mình phải nâng nội dung bài giảng lên cho phù hợp. Vì vậy hai yếu tố khế lý,



khế cơ là tối quan trọng đối với một giảng sư. Giảng sư mà không biết điều này thì dễ thất bại. Đó là điều quý vị cần nhớ.

Khi nói đến khế cơ thì phải thấy được hai phần: một là thời cơ, hai là căn cơ. Thời cơ tức là thời điểm mình giảng trong hoàn cảnh xã hội như thế nào, thích hợp hay không? Căn cơ là trình độ người nghe tới đâu, phải nói cho khế hợp. Được vậy mới gọi là người lịch lãm trong việc giảng dạy. Nói thế để quý vị thấy hoàn cảnh là yếu tố cần thiết cho chúng ta nhận xét và ứng dụng một cách thích hợp cho sự tu hành.

Về thời cơ, chúng ta cứ nhìn suốt chiều dài lịch sử Phật giáo Việt Nam, bắt đầu từ thế kỷ thứ hai mãi tới bây giờ gần hai mươi thế kỷ. Nhưng từ thế kỷ thứ chín, thứ mười là thời Việt Nam giành độc lập từ tay người Trung Hoa. Thời đó, Phật giáo Việt Nam chủ yếu là tu Thiền. Thiền theo hai hệ: Hệ của ngài Tỳ Ni Đa Lưu Chi và hệ của ngài Vô Ngôn Thông. Hai hệ đó truyền sang Việt Nam thì các nơi đều lấy Thiền làm nền tảng cho việc tu hành. Nên các nhà sư giúp cho đất nước được độc lập toàn là Thiền sư, như Thiền sư Vạn Hạnh, Thiền sư Khuông Việt... Các Ngài đảm đương trách nhiệm hướng dẫn cho triều đình sống và trị nước hợp với đạo lý. Đến hai tông phái Lâm Tế và Tào Động từ Trung Hoa truyền sang Việt Nam vào thế kỷ thứ 18, 19 cũng tu Thiền. Như vậy từ trước mãi cho đến thế kỷ 19, Phật giáo Việt Nam gần như là Phật giáo tu Thiền.

Nhưng tới thời Pháp thuộc, trong thế kỷ 20 thì không tìm ra được người tu Thiền. Tại sao như vậy? Điều đó cũng dễ hiểu thôi. Bởi vì cuối thế kỷ 20 là thế kỷ chúng ta bị Pháp cai trị, nền độc lập của xứ sở không còn. Nếu còn chỉ ẩn kín nơi một số người làm cách mạng. Vì vậy đa số đều thất vọng khi thấy mình bị làm tôi đòi, nô lệ. Mà đã nô lệ thì tu Thiền không thể thích hợp được. Cho nên từ đó trở về sau các bậc Tôn túc đã khéo léo, chuyển từ pháp Thiền qua pháp Tịnh độ.

Như vậy pháp tu Tịnh độ lúc đó tương ứng với hoàn cảnh đất nước bị Pháp cai trị. Bởi vì bản thân người dân không có gì vui, mà luôn cảm thấy mình bị nô lệ nên buồn chán. Tụng kinh Di Đà thấy cõi Cực Lạc ở Tây phương rất vui đẹp, nên ai cũng mong mỏi được sống trong cảnh an lạc đó cả. Vì vậy pháp môn niệm Phật cầu vãng sanh thích hợp với hoàn cảnh lúc đó. Các Ngài dạy tu Tịnh độ đều được mọi người hưởng ứng tu theo. Lý do ấy rất rõ ràng.

Nhưng tới ngày nay, đất nước đã hoàn toàn độc lập, chúng ta thấy tu Thiền thích hợp trở lại. Quý vị đừng nghĩ tôi tu Thiền nên chủ quan cho rằng Thiền là hay hơn cả. Tôi nhắc lại cho quý vị nhớ, nhà nước hiện giờ luôn nhắc nhở toàn dân phải xây dựng lại nền văn hóa mang bản sắc dân tộc của mình. Muốn cho văn hóa Việt Nam thể hiện đầy đủ bản sắc dân tộc thì Phật giáo chúng ta phải làm sao? Nếu chúng ta giữ như ngày xưa, tối thì Tịnh độ niệm Phật tụng kinh Di Đà, khuya thì trì chú Lăng Nghiêm. Như vậy có thích hợp với bản sắc dân tộc không? Vì tụng kinh Di Đà bằng chữ Hán rồi trì chú bằng chữ Phạn. Hai ngôn ngữ đó người Việt Nam nghe không ai hiểu cả.

Như vậy người Việt Nam tu và dạy cho Phật tử mình tu mà không ai hiểu gì hết, thế là sao? Điều đó hết sức vô lý. Nếu chúng ta muốn thích ứng, hài hòa giữa đời với đạo thì phải có pháp tu thích hợp với hoàn cảnh xã hội hiện tại. Nhất là giảng sư đi đâu cũng nói, cũng chỉ cho người ta cái gì đúng, cái gì sai, cái gì hợp, cái gì không hợp v.v... mà bản thân chúng ta thì không có đường lối tu thích hợp.

Như bây giờ chúng ta tu hay dạy người tu, mà pháp môn ấy không thích ứng với bản sắc dân tộc, tinh thần dân tộc hay văn hóa dân tộc thì đó là không hợp thời rồi. Cho nên thay vì tụng hai thời Tịnh độ và trì chú Lăng Nghiêm, chúng tôi chỉ dạy Phật tử tụng sám hối sáu căn của vua Trần Thái Tông soạn. Như vậy có phải gần với dân tộc hơn không? Vì đó là nghi thức của người Việt Nam soạn. Một bài sám hối mang tính chất hoàn toàn của người Việt Nam. Còn các bài sám hối khác, văn tuy hay nhưng là của người Trung Hoa soạn ra, làm sao gần gũi với người Việt Nam được.

Kể đó, chúng tôi chủ trương khôi phục Thiền tông đời Trần. Năm ra Bắc, tôi được Viện Hán Nôm mời nói chuyện ba buổi. Trong ba buổi nói chuyện ấy, quý vị có đặt một câu hỏi: Nếu nói Thiền Việt Nam thì phải có những nét khác Thiền Trung Quốc, Thiền Nhật Bản, Thiền Ấn Độ... Như vậy thì thế nào là chỗ đặc thù của Thiền Việt Nam?

Ở đây, tôi xin đi xa một chút cho quý vị hiểu rõ. Ngày nay chúng ta nghe gọi Phật giáo Việt Nam, trong đó Phật giáo là chung còn Việt Nam là riêng. Phật giáo là chung, gốc đó không sai nhưng ngọn có sai biệt chút ít, điều này không thể tránh khỏi. Như vậy Phật giáo Việt Nam với Phật giáo Trung Hoa, Phật giáo Nhật Bản, Phật giáo Thái Lan v.v... mỗi nơi đương nhiên phải có nét riêng khác. Gốc đạo lý thì không hai nhưng ứng dụng tu hành cho phù hợp với từng dân tộc thì có sai biệt. Cho nên câu hỏi Thiền tông Việt Nam so với Thiền Nhật Bản, Trung Hoa, Ấn Độ sai biệt ở chỗ nào, không phải là vấn đề đơn giản.

Trong phạm vi bài này, tôi không thể nói đầy đủ hết được, nên chỉ tóm lược cho quý vị có khái niệm thôi. Đặc thù Phật giáo Thiền tông ở Ấn Độ là lý luận rất siêu thoát, rất tinh vi. Còn Trung Quốc, họ luôn quan niệm và tự hào mình là một nước nằm giữa thế giới nên có nền văn hóa cổ xưa nhất trần gian. Cho nên Thiền tông Trung Quốc, nhất là cuối đời Đường sang đời Tống, có những biến chế, sáng tạo một cách đặc biệt. Như ở Ấn Độ thì lý luận khúc chiết, còn Trung Quốc thì Thiền được thể hiện bằng đánh, bằng hét v.v... Chúng ta nghe Tô Hoàng Bá hay đánh, Tô Lâm Tế hay hét cho tới ngài Đức Sơn thì ăn gậy v.v... là những điểm đặc biệt của Thiền Trung Quốc.

Thiền tông Nhật Bản thì sao? Không đánh, không hét như Trung Quốc mà Nhật Bản nặng về nghệ thuật. Cho nên Phật giáo ở đây đều biến thành nghệ thuật hết, như nghệ thuật bắn cung, nghệ thuật đánh kiếm, nghệ thuật đánh võ. Vì vậy về võ thì gọi là Nhu đạo, về kiếm gọi là Kiếm đạo, về trà gọi là Trà đạo.

Đó là những sai biệt của Thiền tông Ấn Độ, Trung Hoa, Nhật Bản. Còn Việt Nam chúng ta thì sao, có gì đặc biệt?

Thiền tới Việt Nam là một nước nhược tiểu, cho nên lúc nào cũng có tính chất khiêm nhường. Nhưng người đã lãnh hội được Thiền thì có cảm hứng đặc biệt. Bởi có cảm hứng cộng với bản tính người Việt Nam thông minh tế nhị, nên Thiền Việt Nam trở thành thi vị. Quý vị đọc lại sử của Thiền sư Việt Nam, sẽ thấy đa số các Ngài thích nói kệ, nói thi chứ không đánh, không hét.

Như tôi đã nói, chủ trương của chúng tôi là khôi phục Thiền tông đời Trần. Nếu nói theo sử Phật giáo của dân tộc ta thì từ thế kỷ thứ 6 thứ 7 có Thiền Tỳ Ni Đa Lư Chi. Ngài Tỳ Ni Đa Lư Chi là người Ấn truyền Thiền sang Việt Nam. Tới thế kỷ thứ 8 thứ 9 có Thiền của ngài Vô Ngôn Thông là người Hoa truyền sang nước ta. Đến thế kỷ 12, 13 tức đời nhà Trần, thì vua Trần Nhân Tông đi tu lập ra hệ phái Trúc Lâm Yên Tử, Ngài là Sơ Tổ.

Ngài đã thu nhập tinh hoa những hệ Thiền trước kết tụ lại thành Thiền Việt Nam, lấy tên là Thiền Trúc Lâm Yên Tử. Như vậy Sơ Tổ dòng thiền này là người Việt Nam, một ông vua Việt Nam. Nói tới khôi phục Thiền tông đời Trần, tức là khôi phục Thiền tông Việt Nam. Dòng Thiền này rất gần gũi với chúng ta, vì nó mang tính dân tộc, mang bản sắc Việt Nam. Đó là ý nghĩa tôi nói khôi phục Thiền tông Việt Nam.

Thêm một vấn đề nữa trên phương diện thời cơ. Như khi tôi lập Thiền viện Thường Chiếu cho Tăng Ni tu, đồng thời tôi cũng lập Tuệ Tĩnh Đường hốt thuốc miễn phí cho dân. Bởi vì theo hoàn cảnh riêng biệt của mỗi địa phương mà chúng ta có những phương tiện giáo hóa khác nhau. Ở Thường Chiếu chung quanh là dân nghèo, chúng tôi lập Tuệ Tĩnh Đường để vừa tu, vừa giúp đỡ đồng bào.

Đó là việc thích hợp với hoàn cảnh nơi đây, nên được mọi người hưởng ứng. Vì thế việc giáo hóa sẽ có nhiều thuận lợi.

Đến khi lập Thiền viện Trúc Lâm, tôi không mở Tuệ Tĩnh Đường nữa mà tạo cảnh quan đẹp cho khách du lịch đến viếng. Như vậy tùy điều kiện ở mỗi nơi mà tôi làm việc này hay việc nọ. Ở chỗ dân nghèo cần thuốc men thì có Tuệ Tĩnh đường. Còn Đà Lạt là thành phố du lịch, cần thu hút được khách du lịch thì dân ở đó mới có phương tiện sống. Như vậy chúng ta tạo duyên để người ta tới đông, dân ở đó mới có phương tiện làm ăn sinh sống. Đây cũng là cách để giúp cho dân nơi này. Thành ra tùy thời, tùy căn cơ mà chúng ta có những việc làm khác nhau. Cốt làm sao cho thích ứng với hoàn cảnh của xã hội hiện tại, vừa lợi đạo vừa ích đời.

Đó là tôi nói đại khái để chúng ta thấy người truyền đạo, giáo hóa phải biết thời biết cơ, ứng dụng cho thích hợp. Như Phật dạy tùy hoàn cảnh, vua chúa Ngài nói khác, dân dã Ngài nói khác, làm sao cho người nghe thu nhận được kết quả tốt. Như vậy việc giáo hóa mới đem lợi ích lại cho mọi người.

Như thời hiện tại này và tương lai mai sau, chúng ta thấy truyền bá Tịnh độ là thích hợp hay truyền bá Thiền thích hợp? Đó là vấn đề tôi muốn đặt ra cho tất cả huynh đệ nhìn kỹ, xét kỹ. Nói thế tôi phải đi xa hơn một chút.

Thuở còn nhỏ, tôi biết nước Việt Nam chỉ có một trường Đại học Y Khoa đặt ở Hà Nội. Miền Trung không có trường học công lập. Miền Nam, ở Sài Gòn chỉ có trường Pétrus Ký (nam) với trường Gia Long (nữ). Các tỉnh thì Mỹ Tho có trường trung học Nguyễn Đình Chiểu, Cần Thơ có trường trung học Ba-Sắc. Ở tại Huyện, ngày xưa gọi là Quận chỉ có trường Tiểu học từ lớp Năm tới lớp Nhứt (bây giờ gọi là lớp Một tới lớp Năm). Ở Xã chỉ có trường dạy từ lớp Một tới lớp Ba thôi, không có hơn nữa. Ngoài ra tất cả trường tư thục thì do nhà dòng lập ra, chứ nhà nước chỉ có mấy trường thôi. Như vậy dân trí của mình thời xưa như thế nào? Có thể nói hầu hết tới 90% người dốt hoặc chỉ được gọi là biết chữ, còn trí thức có 10% thôi. Mà 10% trí thức đó, đa số học ở các trường dòng, trường của mấy Ma-sơ. Như vậy giới trí thức nghiêng về Công giáo, còn Phật giáo chẳng có bao nhiêu.

Trong hoàn cảnh như thế, nếu đạo Phật không dạy tu Tịnh độ thì đâu ai hiểu gì về Phật pháp mà tu. Cho nên chỉ có pháp môn Tịnh độ là thích hợp trong thời đó. Nhưng tới thời này, quý vị nhìn lại xem nước ta có bao nhiêu trường Đại học? Từ Bắc chí Nam có rất nhiều trường Đại học. Ở mỗi Tỉnh cũng có Đại học hoặc hai ba Tỉnh có một trường Đại học. Tại Thủ đô Hà Nội có ba, bốn trường Đại học rồi Thành phố Hồ Chí Minh cũng nhiều trường Đại học. Các trường Trung học thì tại Xã cũng có nữa.

Như vậy con em chúng ta mai kia sẽ dốt như mình hồi trước hay là giỏi hơn, trí tuệ hơn? Nếu dốt hơn thì mình dạy pháp đơn giản nó mới hiểu, mới tu được. Còn nếu thông minh hơn, giỏi hơn mình thì dạy như vậy nó không chấp nhận đâu. Chúng ta phải thấy được điều đó.

Tôi nói hơi xa một chút, như năm tôi sang Pháp gần cuối mùa hè. Vừa tới Paris, thầy Nhất Hạnh điện thoại mời tôi xuống nói chuyện ở làng Hồng. Khi xuống, lớp học hè của thầy sắp mãn, số người ngoại quốc tham dự đến hai ngàn mấy trăm người. Hôm đó thầy mời tôi giảng. Tôi cười nói:

- Tôi chỉ biết tiếng Việt Nam thôi, thầy bắt tôi giảng cho người ngoại quốc, làm sao tôi giảng được.

Thầy bảo rằng:

- Thầy đừng ngại, cứ giảng. Nếu người nói tiếng Pháp họ sẽ ngồi một cụm, người nói tiếng Anh ngồi một cụm. Mỗi người có mang sẵn ống nghe, thầy giảng bằng tiếng Việt, dưới đó có người dịch ra ngay cho từng nhóm của họ. Tất cả đều được nghe rõ ràng, thầy không phải sợ.

Thành ra tôi nói tới đâu người ta nghe tới đó, chớ không có kiểu nói một câu, rồi ngồi chờ thông dịch viên dịch, xong mới nói câu nữa. Giảng kiểu đó thì buồn chết.

Hôm đó tôi giảng về đề tài Phật giáo Việt Nam. Tôi đề cao tinh thần của người phụ nữ Việt Nam, nhất là người phụ nữ Phật giáo. Vì Phật giáo Việt Nam từ Bắc chí Nam gần như 80% chùa đều thờ đức Quan Âm. Hoặc thờ trong chùa hoặc thờ lộ thiên. Như vậy Việt Nam rất tôn trọng phái nữ, vì đức tính tốt của người nữ là nhân nhục và từ bi. Tôi kể chùa ngoài Bắc, chùa nào cũng có thờ ông thiện, ông ác. Ông thiện thờ thì phải, sao lại thờ ông ác?

Nhân đó, tôi mới giải thích rằng ở Việt Nam sự tu hành luôn luôn có hai mặt; một mặt thì giúp đỡ khuyến khích tiến lên, còn một mặt thì phải răn đe dọa nạt cho người ta sợ. Với người hiền lành thì khuyến khích giúp đỡ cho họ tiến, với người hung dữ phải răn đe dọa nạt cho họ bỏ thói xấu. Cả hai mặt đều là BỒ-tát hết. Nói thế để người ngoại quốc thấy được cái hay của Phật giáo Việt Nam.

Giới trí thức Tây phương muốn tu Thiền, ham tu Thiền; còn giới trí thức Việt Nam có muốn tu Thiền không? Cũng muốn tu Thiền. Thiền lại là sở trường của Phật giáo Việt Nam từ thuở tổ tiên của chúng ta. Vậy mà chúng ta không khai thác sở trường của mình, để nó chìm vào quên lãng thì như vậy mình có lỗi không? Chính vì lẽ đó mà tôi chủ trương khôi phục Thiền tông Việt Nam. Khi tôi chủ trương làm việc này, ít ai vui vẻ chấp nhận. Nhưng vì tôi thấy cơ duyên của Phật giáo đến lúc phải như vậy, không thể khác hơn được. Bởi vì trong thời đại ngày nay, chỉ có tu Thiền là thích ứng với người trí thức trong cũng như ngoài nước.

Ngày xưa ông bà chúng ta ít học, cho nên dạy những gì cao xa không hiểu, buộc lòng phải dạy tu Tịnh độ. Các Ngài bảo cứ niệm Phật đi, niệm rồi Phật sẽ đón về bên đó sung sướng lắm, không như ở đây. Do dễ hiểu nên dễ chấp nhận, vì vậy người thời đó hoan hỷ tu theo. Nhưng bây giờ con cháu chúng ta khôn hơn chúng ta nhiều. Nó lý luận và hấp thụ nền văn minh của khoa học hiện đại, mà đã khoa học thì phải thực tế, phải được chứng minh cụ thể, chớ không nói suông được.

Thí dụ như khi ra Bắc, tôi thấy các chùa viết sớ bằng chữ Hán rồi đội trên đầu Phật tử, cúng vái. Tôi đặt câu hỏi, không biết đức Phật người Tàu hay người Ấn? Nếu Phật người Ấn mà viết chữ Hán, thì phải có thư ký dịch ra Phật mới hiểu được chớ. Còn nếu Phật có tha tâm thông, biết đủ hết tất cả các tiếng thì mình cứ lòng thành viết chữ Việt, Ngài đọc sẽ hiểu và sẽ thông cảm ngay, cực khổ gì phải viết chữ Hán cho khó khăn vậy. Chuyện đó thật làm sao đâu!

Như vậy mai chiều con em mình có chịu tin, chịu nghe, chịu làm những điều như vậy không? Đó là những việc mà người tu sĩ Phật giáo chúng ta, nhất là quý vị giảng sư phải am hiểu, phải phân định cho rõ ràng, chính chắn. Cái gì thích hợp với hoàn cảnh, thích hợp với thời đại, thích hợp với căn cơ của chúng sanh thì mình khuyến khích, mình phổ biến. Còn cái gì không thích hợp thì mình phải gác qua, phải xét nét và giải thích cho mọi người cùng hiểu kỹ càng. Nếu không như thế vô tình mình làm cho Phật giáo ngày càng bị quên lãng, càng bị chối bỏ. Đây là điều mà tôi thấy cần phải nói cho tất cả hiểu, thông cảm.

Gần đây ở Việt Nam chúng ta, người ngoại quốc tới xin tập tu ở Thiền viện khá nhiều. Như vậy họ sang Việt Nam và muốn nghiên cứu Thiền, muốn tu Thiền thì nơi nào dạy Thiền họ mới tới, còn không dạy Thiền họ sẽ không tới. Đó là điều dĩ nhiên thôi. Nên pháp môn được nhiều người đương thời trông cậy, mong chờ mà mình không biết, không dạy cho họ tu thì thật là ổng.

Hồi tôi còn dạy tại Vạn Hạnh, có dự một buổi hội thảo. Đến giờ nghỉ giải lao, có một Giáo sư dạy trường Đại học Tổng Hợp đến gần than vờ với tôi: "Thưa thầy, tôi đang gặp một vấn đề nan giải". Tôi hỏi: "Giáo sư gặp vấn đề gì nan giải quá vậy?" Ông mới kể: Ông là Giáo sư trường Đại học Tổng Hợp, là trưởng khoa Văn. Mới đây, bên Đức vừa gửi thư mời ông qua dự hội thảo về Phật giáo đời Trần. Ông nói: "Thưa thầy, tôi chưa nghiên cứu gì về vấn đề này cả".

Quý vị thấy rõ ràng người Tây phương mà còn chú ý tới Phật giáo đời Trần của chúng ta như vậy. Trong khi đó người Việt Nam lại hết sức lơ là, không để ý tới gì cả. Nhất là giới tu sĩ, không cần biết Phật giáo nước nhà như thế nào, có những điểm gì đặc biệt. Như vậy chúng ta có đáng trách không? Nếu ra ngoại quốc, bị người ta hỏi Phật giáo đời Trần như thế nào, những gì ưu, những gì khuyết mình đều không biết, có phải xấu hổ không?

Cho nên là giảng sư thì quý vị phải nghiên cứu, phải hiểu cho rõ tương lai Phật giáo của chúng ta như thế nào, nên truyền giáo làm sao cho thích ứng, cho phù hợp thời đại. Có vậy mới mong nổi năm được mạng mạch của Phật pháp. Bằng không, chính là chúng ta tự làm cho đạo pháp đi vào suy vi vậy.

Mong rằng quý vị giảng sư cố gắng tìm hiểu nghiên cứu cho kỹ, để giảng dạy cho mọi người biết bệnh, biết thuốc trị. Tôi xin nhắc lại lần nữa, chúng ta là người quảng cáo đạo Phật hay là ông thầy thuốc nhỏ, đệ tử đệ tôn của Vua thầy thuốc? Quý vị chịu làm gì? Chịu làm quảng cáo hay chịu làm thầy thuốc con? Nếu là thầy thuốc con thì phải học thuốc, học cách trị bệnh y như cha mình, để làm sao cho mọi người được lành bệnh. Đó mới đúng là con Vua thầy thuốc.

Tôi hy vọng buổi nói chuyện hôm nay sẽ đem lại nhiều lợi ích cho tất cả quý vị, trên bước đường tu đạo cũng như hành đạo của mình.

09

## CHỖ GẶP GỠ VÀ CHỖ KHÔNG GẶP GỠ GIỮA THIỀN TÔNG VÀ TỊNH ĐỘ TÔNG

*Giảng tại Chùa Tam Bảo - Hà Tiên 1999.*

**H**ôm nay, tôi sẽ nói đề tài: "**Chỗ gặp gỡ và chỗ không gặp gỡ giữa Thiền Tông và Tịnh Độ Tông**".

Phật giáo Việt Nam chúng ta có chia ra nhiều tông phái, nhưng xét kỹ thì có ba tông chính: Thiền Tông, Tịnh Độ Tông và Mật Tông. Song gần một trăm năm nay Thiền Tông dường như ít ai biết đến mà chỉ biết Tịnh Độ thôi. Chúng tôi thấy sự liên hệ giữa Thiền và Tịnh rất quan trọng, nên muốn giải thích cho quý Phật tử biết rõ điểm nào Thiền Tông hòa hợp được với Tịnh Độ, điểm nào Thiền Tông cách biệt với Tịnh Độ. Quý Phật tử nghe biết, không còn nghi ngờ trên đường tu. Đó là ý nghĩa buổi nói chuyện hôm nay.

**Trước hết tôi nói chỗ không gặp gỡ giữa Thiền và Tịnh.**

Điểm thứ nhất, như chúng ta đã biết, tu Tịnh Độ thì luôn luôn lấy niềm tin làm trên, nên người tu Tịnh Độ phải có đủ Tín-Hạnh-Nguyện. Tín là lòng tin. Tin chắc có cõi Cực Lạc, tin chắc mình niệm Phật sẽ được Phật đón về Cực Lạc. Từ tin chắc, mới khởi hành tức cố gắng niệm Phật, gọi là hạnh. Niệm Phật rồi, phải phát nguyện sanh về cõi Cực Lạc.

Như vậy mới đủ Tín-Hạnh-Nguyện, trong đó lòng tin là bước đầu trên đường tu.

Ngược lại, Thiền Tông không lấy lòng tin, mà lấy trí tuệ làm bước đầu. Trí tuệ thì giản trạch, phân biệt; còn lòng tin thì khẳng định như vậy, cứ tin rồi làm thôi, thành ra hai bên khác nhau. Tu theo Thiền Tông, muốn bước vào cửa Thiền phải đi từ cửa Không. Cửa Không chính là trí tuệ Bát-nhã. Từ trí tuệ Bát-nhã, nhận định hiểu thấu được sự thật của muôn pháp trên thế gian, không bị lầm mê cho giả là thật. Các pháp chỉ là tướng duyên hợp tạm bợ hư dối, biết như vậy, chúng ta không còn gặp khó khăn trong sự tu hành, tâm yên lặng, thanh tịnh. Rõ ràng người tu Thiền, muốn cho tâm thanh tịnh phải dùng trí tuệ quán chiếu thấu suốt, hiểu rõ không bị lầm lẫn, nhờ thế không cố chấp, không vướng kẹt, cho nên tâm rộng rãi nhẹ nhàng. Đó là bước đầu của người đi vào đạo.

Điểm thứ hai, Tịnh Độ Tông tu nguyện sanh về cõi Cực Lạc. Có vị nào tu Tịnh Độ mà không cầu sanh về Cực Lạc đâu. Ai cũng niệm Phật để khi lâm chung được đức Phật đón về Cực Lạc. Trong kinh nói Cực Lạc ở phương Tây cách cõi Ta-bà này mười muôn ức thế giới. Thật là xa. Bởi vậy, nếu Phật không đón thì không biết đường đâu mà đi. Như chúng ta hiện giờ, muốn qua Nhật qua Pháp hay qua Mỹ, nếu người chưa từng đi thì phải có thân nhân ở bên đó đón rước mới dám đi. Huống là cõi Cực Lạc cách cõi Ta-bà này tới mười muôn ức thế giới thì làm sao mà chúng ta dám đi ! Do đó phải niệm Phật và nguyện Phật đón tiếp chúng ta, khi nhắm mắt được về cõi Cực Lạc. Như vậy, tu Tịnh Độ tức là chúng ta phóng ra ngoài, nhắm hướng Tây phương, nhắm cõi Cực Lạc, để được sanh qua đó.

Còn Thiền Tông dạy chúng ta tu quán sát lại nội tâm của chính mình. Về phần nội tâm, nhà Phật phân nhiều loại. Theo Duy Thức học, chúng ta có những tâm vương, tâm sở. Trong tâm sở, lại có tâm sở thiện, tâm sở ác v.v... nhưng người tu Thiền không phân biệt như vậy, chỉ thấy trong tâm niệm của chúng ta, có những tâm mà lâu nay chúng ta ngỡ là tâm mình, nhưng thật ra không phải.

Như quý Phật tử khi suy nghĩ, tính toán việc gì thường cho tâm suy nghĩ tính toán đó là tâm của tôi. Nếu nó là tâm của tôi thì những phút giây không suy nghĩ, không tính toán, tôi còn hay tôi mất? Nếu nó là tôi, thì khi nó không hiện tôi cũng phải mất luôn. Nhưng thật ra khi không suy nghĩ, không tính toán tôi cũng hiện tiền. Do đó nếu cho tâm suy nghĩ tính toán là tôi, là một lầm lẫn rất lớn. Song tất cả chúng ta đa số đều lầm như vậy.

Người tu Thiền biết rõ tâm suy nghĩ tính toán đó không phải thật mình nên để nó lắng xuống, tìm cho ra cái mình chân thật. Để nó yên lặng tức là dùng phương pháp định tâm. Vì vậy gọi là thiền định. Lặng vọng tâm rồi, chúng ta nhận ra được tâm chân thật của chính mình, đó là mục đích của người tu Thiền. Như vậy người tu Thiền nhìn lại nội tâm mình chớ không cần hướng ra bên ngoài, còn người tu Tịnh Độ thì trông về cõi Cực Lạc bên ngoài, do đó không giống nhau.

Điểm thứ ba, người tu Thiền cốt phải làm sao cho hiện đời, bao nhiêu thứ phiền não nghiệp chướng sạch. Tâm phiền não nghiệp chướng sạch rồi thì thể chân thật sẵn có hiện ra, đó là Niết-bàn, đó là Phật tánh. Còn Tịnh Độ, gần đây có nhiều vị cho rằng tu Tịnh Độ rất dễ, chỉ cần niệm Phật mười câu thì Phật đón về Cực Lạc liền. Dù kẻ tạo nghiệp ác, trộm cắp nhưng niệm mười câu, cũng được Phật đón về Cực Lạc, bởi vì họ nghĩ "đời nghiệp vãng sanh", tức là mang nghiệp vãng sanh về bên đó, không cần đợi thanh tịnh mới được vãng sanh. Người tu Thiền không chấp nhận như vậy. Cực Lạc là

cõi thanh tịnh của Phật mà mang nghiệp xấu ác ô uế, thì ai mà chấp nhận cho vào. Như vậy nói đời nghiệp vãng sanh là chuyện không thể chấp nhận được.

Thí dụ chúng ta nuôi con chó, nó bị ghê lở, ta nghĩ tại nuôi dưới đất nên nó bị ghê, bây giờ đem lên trên lầu chắc nó sẽ hết ghê nhưng không phải. Ở dưới đất hay trên lầu, chưa trị được hết ghê thì nó cũng bệnh như nhau. Ghê lở ngứa ngứa là dụ cho cái nghiệp, nếu chưa lành thì dù có đem đi đâu, ở chỗ đẹp hơn tốt hơn cũng không tránh khỏi. Muốn cho nó khỏi phải làm sao? Chúng ta nuôi nó dưới đất mà biết tìm thuốc trị cho nó hết, nó lành thì ở dưới đất hay trên lầu gì cũng mạnh cả.

Cũng như vậy, nếu cho rằng ở Ta-bà chúng sanh mê muội tạo nghiệp, về Cực Lạc hết tạo nghiệp thì chuyện ấy chưa chắc. Một bên dạy muốn vào cõi thanh tịnh thì phải sạch hết nghiệp chướng, còn một bên nói mang nghiệp chướng đến cõi thanh tịnh rồi sẽ sạch sau. Như vậy hai chủ trương không giống nhau. Đó là những điểm Thiên Tông và Tịnh Độ Tông không gặp gỡ nhau được.

### **Kể đến, tôi nói chỗ Thiên Tông và Tịnh Độ Tông gặp nhau.**

Điểm thứ nhất, về Tịnh Độ trong kinh A Di Đà có một đoạn nói rằng người thiện nam tín nữ nào niệm Phật từ một ngày, hai ngày, ba ngày... cho đến bảy ngày nhất tâm bất loạn thì khi lâm chung được thấy Phật và Thánh chúng hiện trước mắt. Như vậy niệm Phật được nhất tâm bất loạn tối đa là bảy ngày, hoặc sáu ngày, hoặc năm ngày hoặc bốn ngày, hoặc ba ngày cho đến cuối cùng là một ngày thôi thì nhắm mắt cũng thấy Phật và Bồ-tát hiện ở trước. Chúng ta nghe dễ quá phải không?

Tôi đọc trong A-hàm, (Kinh A-hàm dạy tu Thiên theo nguyên thủy) bài kinh Tứ niệm xứ, Phật dạy, nếu người nào tu quán Tứ niệm xứ từ một ngày, hai ngày, ba ngày, cho đến bảy ngày tâm không rời Tứ niệm xứ, thì người đó khi nhắm mắt chứng tối thiểu là sơ quả Tu-đà-hoàn, nhị quả Tu-đà-hàm, tam quả A-na-hàm, tứ quả A-la-hán. Như vậy chỉ quán Tứ niệm xứ trọn vẹn bảy ngày tâm không di chuyển, không dời đổi, người đó nhắm mắt chứng quả A-la-hán. Nếu kém hơn hoặc sáu hoặc năm ngày thì chứng quả A-na-hàm, bốn ngày hoặc ba ngày thì có thể chứng quả Tu-đà-hàm. Nếu kém nữa, chỉ một ngày tâm không dời đổi thì chứng quả Tu-đà-hoàn. Tu-đà-hoàn là bất thoái chuyển, còn bảy đời sanh tử nhưng chỉ đi lên chớ không đi xuống. Vậy, kinh A Di Đà và kinh Tứ niệm xứ trong A-hàm nói không khác.

Thế thì dù cho tu niệm Phật, hay tu Thiên quán mà tâm chuyên chú an định từ một ngày cho tới bảy ngày thì nhất định người đó đạt được đạo quả. Tu Tịnh thì được thấy Phật còn tu Thiên thì chứng từ Sơ quả cho đến Tứ quả. Chúng ta thấy tu có khó không? Phật hạn chỉ có bảy ngày thôi. Cả đời của chúng ta bao nhiêu ngày mà chỉ cần có bảy ngày chuyên nhất không tạp cho đến dù một ngày thôi, tinh chuyên như vậy thì sẽ đạt đạo quả. Nhưng sao không ai chịu hy sinh một ngày, hai ngày cho đến bảy ngày, hoặc niệm Phật nhất tâm bất loạn, hoặc chuyên tâm không di chuyển khỏi Tứ niệm xứ thì sẽ được Phật đón về Cực lạc hay chứng tứ quả Thanh văn.

Bây giờ quý vị thử niệm Phật từ sáu giờ sáng hôm nay cho tới sáu giờ sáng ngày mai, không có một niệm thứ hai chen vô thì nhất định được Phật đón về Tây phương. Người tu Thiên quán thân bất tịnh, thọ là khổ, tâm vô thường, pháp vô ngã; luôn luôn di chuyển trong bốn phép quán đó không để niệm nào chen vô, trong bảy ngày hoặc ít nhất một ngày một đêm thì chứng Tu-đà-hoàn, nhất định tiến lên Thánh quả, chớ không lùi trở lại.

Như vậy sự tu hành dễ hay khó, có thể làm được hay không? Nhưng tại sao lâu nay chúng ta cứ trật vuột hoài, leo lên tuột xuống. Là vì sức định tâm của chúng ta yếu, nên đang nghĩ việc này thì không bao lâu thứ khác chen vô mất.

Như quý vị đang lần chuỗi niệm Phật được năm ba câu, bỗng có niệm khác chen vô. Cứ thế, lặp đi, lặp lại không biết chừng nào xong. Nhớ người thì bóng người hiện, nhớ chùa thì bóng chùa hiện, nhớ huynh đệ thì bóng huynh đệ hiện. Phật bảo chỉ có bảy ngày mà không ai làm được dù một ngày, như vậy có dở không?

Rõ ràng tu Tịnh Độ hay tu Thiền gì cũng vậy, nếu chúng ta quyết tâm xem như chết trong câu niệm Phật, chết trong quán Tứ niệm xứ thì đều thành công như nhau.

So sánh hai quyển kinh trên, chúng ta thấy không có gì xa lạ, chỉ phương tiện tu khác. Một bên dạy quán Tứ niệm xứ, một bên dạy chăm chỉ câu niệm Phật. Thiền sư Triệu Châu nói: "Người nào để tâm thanh tịnh trong bảy ngày, nếu không chứng quả xin chặt đầu lão tăng". Ngài cương quyết như vậy. Từ Phật cho tới chư Tổ, các vị Thiền sư đều nói như vậy. Chúng ta hy sinh cả đời để tu hành, làm việc lợi ích cho mọi người, mà bỏ ra một ngày không được. Sao dở vậy!

Ồu thế gian, người lớn tuổi rảnh rỗi có thể đánh tứ sắc buổi này tới buổi kia không thấy mệt mỏi, còn ngồi chăm chỉ niệm Phật hoặc quán Tứ niệm xứ một ngày thôi thì làm không nổi. Qua đó để thấy con đường tiến lên rất khó đi, mà con đường tuột xuống lại rất dễ làm. Ngồi đánh cờ thì bàn này thua, hy vọng bàn kia thắng, cứ như vậy mà nối tiếp không ngừng. Còn ngồi nhìn chăm chăm lại mình thì lâu lâu việc gì đó chen vô làm gián đoạn công phu. Suốt ngày tạp niệm cứ chen vô, rốt cuộc không chứng được gì hết. Nếu giữ đờng cho niệm khác xen lẫn vào thì dễ chứng lắm. Bây giờ đừng nói một ngày mà chỉ cần trong một tiếng đồng hồ ngồi thiền, đóng kín cửa bên trong, không cho chú vọng tưởng nào chen vô được không? Thấy như dễ vì nó ở trong tầm tay của mình nhưng làm mới biết khó.

Niệm Phật cũng vậy, chỉ một trăm lẻ tám hạt thôi. Lần mỗi hạt chuỗi niệm một câu danh hiệu Phật, không cho niệm khác xen vô, niệm hết một trăm lẻ tám hạt, nhiều lắm chừng năm phút chớ gì mà cũng không làm được. Cho tới giờ tụng kinh, vừa chuông vừa mõ vừa lời kinh mà không biết hồi nào, bà con ở đâu cũng chen vô, không cho mình yên.

Như vậy mới thấy sự tu rất dễ mà cũng rất khó. Rất dễ vì thời gian không cần nhiều. Rất khó vì tán tâm không làm được. Để thấy rằng trên đường tu, việc làm chủ tâm mình là vấn đề hết sức hệ trọng. Làm chủ mười người, hai mươi người dễ hơn làm chủ tâm mình. Ví như ông chủ sở, hay chủ xí nghiệp quản lý mấy chục nhân viên, bảo họ làm việc này việc kia thì dễ mà bảo nhìn lại tâm mình thì làm không được.

Nếu làm đúng được như lời Phật dạy thì có lẽ chúng sanh thành Phật nhiều lắm rồi. Nhưng vì kẻ trộm lên vào phá hoại làm cho ta rối rắm mất hết công phu. Nên Phật bảo điều khiển được mình là một việc làm rất khó. Tu chính là phải điều khiển được mình. Đối với người khác, vì thế lực của mình, vì quyền lợi của người, nên người ta phải nghe mình, tuân theo mình. Còn đối với chính mình, không có quyền lợi, không có thế lực gì cả, niệm trước bảo phải làm cái này, nhưng niệm sau nảy ra cái khác, chạy tán loạn hết.

Vì vậy nói tới việc tu tưởng như dễ, cầm chuỗi lần có gì khó? Nhưng nếu lần chuỗi để lần chuỗi thì ai làm cũng được, còn lần chuỗi niệm Phật để nhất tâm thì thật khó làm. Ngồi thiền nửa giờ, một giờ thì ai cũng ngồi được, mà ngồi một giờ không có vọng tưởng dấy động, thì chuyện đó khó có người làm được.

Trên phương diện hình tướng cụ thể của thân, của cảnh sắp đặt rất dễ. Còn tâm không hình tướng, không chỗ nơi, cứ bỏ hờ là vọng tưởng nó nhảy ra phá công phu của chúng ta. Vì vậy người tu năm này tháng nọ dồn hết công phu cố gắng gìn giữ tâm không để trống hờ, như canh chừng mấy đứa



trộm không cho nó chen vào, như vậy mười năm, hai mươi năm còn chưa thể được, huống là xem thường. Tu là canh chừng vọng tưởng. Nhiều người nói vọng tưởng thì cứ cho nó nghĩ, chớ việc gì phải canh chừng. Nó là tâm mình thì cứ để nó nghĩ đã rồi thôi. Quý vị chưa tu nên nói vậy, chớ có tu sẽ thấy.

Lâu nay chúng ta lầm lẫn ngỡ vọng tưởng là tâm mình. Vì ngỡ là tâm mình, nên đuổi theo dục lạc thế gian rồi tạo nghiệp đi trong sanh tử luân hồi, đời này kiếp nọ liên miên. Do nó là chủ tạo nghiệp nên nó có sức mạnh dẫn chúng ta đi trong sanh tử. Dẹp được nó, tức là chúng ta làm chủ được mình, không tạo nghiệp, hết sự ràng buộc, tự do tự tại, thì sanh tử làm gì lôi kéo được. Phật gọi người này đã giải thoát khỏi sanh tử.

Tôi thường hỏi:

- Chúng ta tu để làm gì?
- Để giải thoát sanh tử.
- Cái gì dẫn mình đi trong sanh tử?
- Nghiệp dẫn chúng ta đi trong sanh tử?
- Cái gì tạo nghiệp?
- Thân miệng ý là ba chỗ tạo nghiệp.

Rõ ràng mục tiêu của chúng ta là giải thoát sanh tử. Vậy phải làm sao hết nghiệp? Thân nằm dài, miệng ngậm câm phải không? Không phải vậy. Thân hoạt động miệng nói năng gốc từ ý. Tuy nói thân khẩu ý, nhưng thật ra ý nghĩ tốt thì miệng nói tốt, thân làm tốt; ý nghĩ xấu thì miệng nói xấu, thân làm xấu. Nói ba nhưng ý là gốc chủ động.

Muốn hết nghiệp, chúng ta phải dứt niệm của ý. Muốn dứt ý niệm thì đầu tiên chúng ta phải biết ý niệm là cái hư giả không thật. Lâu nay chúng ta khẳng định, tôi nghĩ như vậy tức ngầm cho cái ý là thật. Bây giờ biết rõ nó hư ảo không thật, tìm cách dừng lặng để không bị nó tác oai tác quái nữa.

Người tu Thiền hay niệm Phật cũng vậy, niệm đến nhất tâm thì ý không còn loạn động. Tu Thiền được định thì ý cũng lặng yên. Nhân tạo nghiệp không còn thì cái gì dẫn chúng ta đi trong sanh tử?

Thân này do tứ đại hợp, khi chết trả về tứ đại. Chúng ta biết thân sẽ hư hoại, ý nghĩ cũng huyễn ảo. Khi dừng được ý hư ảo rồi thì còn có gì nữa không? Tu là để nhận cho ra cái gì giải thoát, chớ thân hoại ý lặng rồi, chẳng lẽ mất hết sao? Cho nên tu là luyện lọc thanh tâm. Ngay nơi tâm thức của chúng ta cái gì thật, cái gì hư, biết cái hư bỏ, không theo nó thì cái thật hiện ra, đó gọi là giải thoát sanh tử.

Cái chân thật ấy có nhiều tên gọi như Phật tánh, Chân như, Bồ-đề, Niết-bàn v.v... luôn sẵn trong ta. Song lâu nay chúng ta bị chú "ý" này che phủ đi. Quý vị thử ngồi chơi năm phút mà không có ý niệm nào dấy lên xem. Nói ngồi chơi, chớ nhớ chuyện hôm qua hôm kia, không bao giờ tâm rỗng rang nên chúng ta bị ý thức phủ che mãi. Vì cái ảo giả đó cứ làm quay cuồng nên chúng ta không nhận ra được cái chân thật của mình.

Vì vậy ngồi thiền để định tâm hư ảo, định những thứ quay cuồng đó lại. Định được rồi thì cái thật sẽ hiện ra. Tu Thiền cốt để dừng những niệm hư ảo của ý thức. Niệm Phật nhất tâm cũng để dừng niệm hư ảo của ý thức. Một bên thấy Bồ-đề Niết-bàn, một bên thấy đức Phật Di Đà tới đón. Vì ý nghĩa sâu kín màu nhiệm như vậy, chúng ta mới dụng công tu hành, chớ nếu tầm thường thì tu làm gì.

Có thông hiểu thấu suốt chúng ta mới thấy việc làm của người tu không phải là hình thức cúng kính bên ngoài. Nó sâu thẳm bên trong. Khi làm chủ được ý niệm lăng xăng của mình rồi, những vọng tưởng lắng xuống thì cái chân thật hiện tiền. Sống được với cái chân thật đó là giải thoát sanh tử, đời đời không bao giờ mất. Còn mang nghiệp do ý tạo ra thì mất thân này chụp thân kia, mất thân kia chụp thân nọ, sanh tử không biết bao giờ cùng.

Vì vậy trong kinh đức Phật nói, con người sanh ra rồi chết đi, đời này qua đời nọ, mỗi một đời khóc bao nhiêu nước mắt. Nếu gom hết nước mắt của chúng sanh trong nhiều đời nhiều kiếp còn hơn nước của biển cả. Cái khổ luân hồi sanh tử thật không cùng. Mấy chục năm hết một đời. Trong một đời khóc biết bao nhiêu lần. Hồi lọt lòng mẹ đã khóc rồi, cho tới già sắp chết cũng khóc nữa, thành một chuỗi dài cứ khóc và khóc. Đến khi mất thân này, tìm lại thân khác tiếp tục khóc nữa. Còn nghiệp dẫn là còn khổ đau. Vì vậy muốn giải thoát sanh tử phải dừng hết nghiệp. Muốn dừng nghiệp phải dừng từ trong ý, vì nó là động cơ chủ yếu tạo nghiệp.

Tại sao chúng ta phải ngồi thiền hai ba tiếng đồng hồ, chân đau tê cóng mà cũng ráng ngồi? Ngồi là trước để hàng phục thân, làm chủ thân rồi kế đó hàng phục ý. Muốn làm chủ ý phải có thời gian dài, vì nếu ngồi năm ba phút hay nửa giờ, tâm mới vừa hơi yên thì hết giờ. Nên ngồi một tiếng hai tiếng để có thời gian dài, chúng ta mới thấy rõ ý thức còn sức mạnh hay đã yếu rồi.

Trong các Thiền viện tôi bắt ngồi thiền tới hai tiếng đồng hồ. Có nhiều người lúc đầu hăng hái đến xin tập tu, được vài hôm xin rút lui vì theo không nổi. Tôi chủ trương như vậy không phải để hành hạ thân một cách vô ích. Bởi vì có hai lý do:

Một, nếu chúng ta không làm chủ được thân này thì chúng ta bị lệ thuộc nó. Nên đau thì chịu đau, phải thắng nó mới có thể vượt qua. Chúng ta ai cũng biết giờ phút tắt thở là giờ phút đau khổ nhất, nếu không có sức làm chủ thân thì không sao an ổn trong lúc lâm chung. Làm chủ được thân thì giờ phút đó chúng ta mới định tĩnh ra đi. Bằng không thì lúc đó rối loạn, thấy cái gì chụp cái ấy, thật nguy khốn. Nên trước phải làm chủ thân.

Hai, là phải làm chủ được ý. Ý thức rất linh hoạt, dễ phóng ra bên ngoài. Nếu không dùng phương tiện để điều phục thì sẽ khó định tâm lắng ý. Do đó, từ thời Phật cho tới bây giờ, phương pháp tọa thiền được xem như tối thắng nhất để định tâm. Vì vậy tôi chủ trương Tăng Ni tu muốn tiến, phải siêng năng tọa thiền. Làm chủ được thân tâm rồi thì mới đi tới giải thoát sanh tử.

Chúng ta nhìn lại đạo Phật dù cho tông này phái kia khác biệt, nhưng rốt lại đều cùng một mục đích là dừng ý niệm lăng xăng, để cái chân thật được hiện bày, đó là chỗ gặp nhau. Vì vậy người tu Tịnh Độ hay nói "Tam nghiệp hằng thanh tịnh, đồng Phật vãng Tây phương" nghĩa là ba nghiệp hằng trong sạch thì đồng với Phật đi về cõi Phật không nghi ngờ. Tu Tịnh Độ thì cầu về Cực Lạc, còn tu Thiền là nhận được bản lai diện mục hay nhận được Pháp thân v.v... Đó là điểm tương đồng thứ nhất giữa Tịnh Độ và Thiền.

Điểm thứ hai, nói về lý và sự Tịnh Độ. Sự Tịnh Độ là chúng ta tin ở phương Tây cách đây mười muôn ức cõi, có thể giới tên là Cực Lạc. Do tin chắc không nghi ngờ nên cố gắng niệm Phật, đến khi nào nhất tâm, chừng đó nhắm mắt thấy Phật rước về Tây phương, sung sướng không còn khổ sở như ở cõi Ta-bà này nữa. Đó là sự Tịnh Độ.

Về lý Tịnh Độ thì trong kinh Duy Ma Cật nói "Tâm tịnh thì độ tịnh". Nếu muốn cõi nước thanh tịnh trước hết phải tịnh tâm của mình. Tâm thanh tịnh thì cõi nước thanh tịnh. Hoặc có chỗ nói tự tánh Di Đà duy tâm Tịnh Độ, tức tánh của mình là Phật Di Đà, tâm của mình là cõi Tịnh Độ. Như vậy Tịnh Độ và đức Phật Di Đà ở ngay nơi mình chứ không phải ở bên trời Tây. Lý Tịnh Độ này rất phù hợp với Thiền.

Tại sao phù hợp? Vì người tu Thiền cốt xoay trở lại nội tâm của mình. Khi dẹp sạch vọng tưởng lăng xăng rồi, thì tâm thanh tịnh hiện ra gọi là Pháp thân bất sanh bất diệt hằng giác, hằng tri. Nghĩa là chúng ta tu để nhận ra tâm thanh tịnh không còn vọng tưởng, thể nhập được Pháp thân bất sanh bất diệt, hằng giác hằng tri. Thì Tịnh Độ nói Phật Di Đà là tự tánh, còn tự tâm thanh tịnh là cõi Tịnh Độ.

Đức Phật Di Đà tiếng Phạn đọc là *Amitabha Buddha*, Trung Hoa dịch nghĩa là *Vô lượng thọ, Vô lượng quang*. Vô lượng thọ là sống lâu vô lượng, đồng nghĩa với Pháp thân bất sanh bất diệt. Vô lượng quang là luôn luôn sáng suốt, đồng nghĩa với Phật tánh hằng tri hằng giác. Đức Phật Di Đà là biểu trưng cho Phật tánh. Lý Tịnh Độ và lý Thiền không có gì khác nhau hết.

Đối chiếu như vậy để chúng ta thấy ý nghĩa của người tu Thiền và người tu Tịnh Độ không hai không khác.

Do đó Phật tử chúng ta khi tu Phật đừng quan niệm rằng mình làm thế này, thế nọ, Phật sẽ ban ơn ban phúc. Quan niệm như vậy là sai lầm. Tu để chủ động lấy mình. Ý nghiệp lặng xuống, thì được giải thoát chứ thật tình Phật không ban ơn ban phúc cho chúng ta. Phật dạy nhân quả là gốc của sự tu. Nhân tốt thì hưởng quả tốt, chứ không phải Phật ban cho ta được.

Song Phật tử chúng ta chỉ muốn xin Phật thôi. Tu coi bộ phiền, mệt thì giờ. Cứ cúng một ít rồi Phật ban cho con cái này, cái nọ là xong. Chỉ cần mỗi tháng đi chùa hai lần, để dành ít tiền ngày ba mươi hay rằm, sắm hương hoa trái cây... quý thầy đánh chuông, lạy ba lạy cúng đĩa quả là đủ rồi. Phật tử đi chùa như vậy so với lý thật của đạo thật là cách xa muôn dặm !

Chúng ta phải ý thức rằng tu Phật là cốt làm sao để mình trở thành con người giác ngộ, không còn bị nghiệp lôi dẫn trên đường sanh tử nữa. Đó là mục đích tối thượng của chúng ta. Dù đời này chúng ta tu không xong, còn phải tới lui cõi này nhưng mục đích tối thượng đó phải giữ vững đừng để lệch hướng. Cũng như người đi biển cần có la bàn vậy, phải khẳng định không nhầm lẫn. Nhắm đúng rồi, đời này tu được bao nhiêu, đời sau tu tiếp nữa, cứ như vậy tiếp mãi, chùng nào xong việc mới thôi.

Trong kinh nói đức Phật đã tu vô số kiếp, hay là ba a-tăng-kỳ kiếp, tức là ba vô số kiếp. Nghe ba vô số kiếp quý vị có ngán không? Chữ kiếp không phải một đời của mình đâu. Kiếp là trải qua bao triệu năm. Vậy ba vô số kiếp là qua bao nhiêu triệu năm, quý vị nghĩ mà ngán phải không? Phật vì sợ chúng ta ngán nên nói "không sao". Nếu khéo tu thì mê là chúng sanh, giác là Phật. Nhanh như trở bàn tay, đang úp lật lại thành ngựa. Đang mê mà giác thì thành Phật ngay thôi. Nói như vậy Phật có gạt chúng ta không? Không gạt, nhưng thành Phật có nhiều cách. Bởi vì Phật là tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn.

Đối với chúng ta, phần tự giác là muốn hết sức rồi lại phải giác tha nữa. Tức là khi nào mình và người khác giác hết mới thành Phật. Nên nhận ra được tánh Phật gọi là thành Phật. Thành Phật đây chỉ là lóe thấy Phật của mình thôi. Còn biết bao nhiêu phiền não, tập khí muôn đời phải trừ bỏ nữa. Tôi thường ví dụ chúng ta tu giống như đi trong đêm ba mươi trời chuyển mưa. Lâu lâu có chớp lóe lên, nhờ đó ta thấy được một đoạn. Trời tối lại rồi chớp lên, thấy được một đoạn nữa. Cứ thế tu dần dần.

Hiện người tu bây giờ sức tỉnh giác cũng như ánh chớp ấy thôi. Giờ này đang nghe kinh hoặc ngồi thiền thấy tỉnh lắm, nhưng giờ khác tiếp xúc với mọi người liền quên mất, rồi cũng buồn cũng giận. Khi ngồi lại tu thấy tỉnh, thấy giác nhưng đưng việc cũng phiền não như ai. Cứ thế từ năm này sang năm khác, rốt cuộc nhắm mắt cũng chưa xong xuôi. Đó là bệnh chung của mọi người. Chúng ta cần biết không phải một lần giác là xong ngay.

Phật tử lúc nào cũng tin tưởng lời Phật dạy, tin tưởng lời quý thầy giảng, biết nóng giận là tật xấu, là tiêu mòn công đức. Nhưng vừa gặp người nói trái tai liền nổi giận đùng đùng. Ai gan lắm thì kèm giữ không cho hiện ra ngoài nhưng vẫn ám ức trong lòng không an. Chúng ta biết rõ đó là tật xấu, mà muốn bỏ không phải dễ. Vì chúng ta trải qua bao nhiêu kiếp mê lầm, giờ đây tỉnh lại nên bỏ phải dần dần mới hết được. Giống như mấy chú ghiền thuốc, ghiền rượu vậy. Biết rượu thuốc là hại, ngồi một mình thì nhịn mà có bạn tới đưa thuốc thì lấy liền. Như vậy mới thấy tập khí kéo lôi thế nào. Người chưa từng ghiền thuốc dù có mời họ cũng không thêm lấy, cho nên khi đã huân chủng từ lâu đời thì bây giờ bỏ hết sức là khó.

Lâu nay chúng ta thường nghĩ người lớn tuổi rảnh rang công việc dễ tu, còn mấy đứa bé mười lăm, mười bảy tuổi khó tu. Điều này chỉ đúng phần nào thôi. Già thì rảnh rang có thì giờ, nhưng tập khí đầy áp bên trong, nên ngồi lại là nhớ chuyện năm trên năm dưới, không làm sao tu được. Mấy đứa nhỏ tuy lãng xăng công việc học hành thấy như khó tu, nhưng tâm nó trong trắng chứa ít chủng tử.

Như người không ghiền rượu nghe Phật cấm rượu liền cười, dễ quá. Còn người ghiền rượu nghe Phật cấm rượu liền thấy khổ ngay. Người không ghiền, bảo bỏ rượu là chuyện thừa; còn người ghiền, bảo bỏ rượu là việc cay đắng. Các thứ khác cũng vậy.

Cho nên còn trẻ mà ham tu, thì tu mau tiến. Còn người già tuy có thì giờ rộng rãi nhưng tu lâu tiến, vì chủng tử nhiều quá. Nó cứ quay lại, muốn bỏ, bỏ không được. Hơn nữa người già tinh thần suy yếu, không đủ sức mạnh gạt bỏ những thói quen cũ nên khó bỏ. Do đó mỗi thể hệ có cái khó riêng, mà cũng có cái dễ riêng. Hiểu vậy rồi chúng ta mới thấy việc tu tập không dành riêng cho giới nào hết, ai quyết tâm thì người đó tu được.

Chúng ta tu là làm sao tiêu diệt được nhân tạo nghiệp. Nhân tạo nghiệp lặng thì quả nghiệp không còn. Quả nghiệp không còn thì chúng ta tự tại, không bị lăn lộn trong sanh tử nữa, đó gọi là giải thoát. Giải thoát sanh tử nhưng vẫn còn cái chân thật hiện hữu nơi mình.

Khi còn tại thế, có người hỏi Phật "Thân này chết rồi còn hay hết?" Phật không trả lời. Bởi vì còn nghiệp thì còn sanh trở lại. Nếu nói hết người ta tưởng không còn gì cả. Chỉ người tu khi sạch được nghiệp rồi thì tự tại, không bị nghiệp lưu chuyển trong sáu nẻo. Phật dạy: Khi mất thân này, dứt tâm niệm sanh diệt rồi thì thể thanh tịnh sáng suốt của mình trùm khắp. Thể ấy không có tướng mạo, không có gì chi phối cả nên gọi là giải thoát sanh tử.

Hiện tại lúc nào chúng ta cũng sẵn thể chân thật đó. Khi ý niệm dấy khởi tính toán so đo, phân biệt hơn thua, lãng xăng, đó là gốc tạo nghiệp. Nhưng khi ý nghiệp không dấy động thì tâm có không? Tâm là cái "biết" đó. Ý niệm tuy không dấy động nhưng chúng ta vẫn biết. Mắt biết, tai biết, mũi biết, lưỡi biết, thân biết, như vậy là hằng biết.

Cái biết ấy thanh thang, không chỗ nơi để chúng ta dò tìm, nhưng luôn hiện hữu. Vì vậy khi các thứ che đậy, mê mờ lặng rồi thì nó hiện rõ ràng, còn bây giờ vì vô minh che lấp nên chúng ta không nhận ra nó. Khi nghĩ suy chúng ta nói tôi nghĩ, tôi suy. Khi không nghĩ suy thì ta vẫn hằng tri hằng giác chớ đâu phải vô tri, vô giác. Có biết nhưng vì tánh biết bằng bạc nên chúng ta không thể chỉ ra được.

Chỉ khi ý thức đầy nghĩ mới có bóng dáng kèm theo. Như vừa nhớ người thì bóng người hiện, nhớ chùa thì bóng chùa hiện, nhớ huynh đệ thì bóng huynh đệ hiện. Nhớ là đầy niệm. Nhà Phật gọi đây là pháp trần. Phần này rất phù hợp với khoa tâm lý học. Như hôm rồi xuống bắc Mỹ Thuận, tôi thấy chú thanh niên một chân bị hư máng trên vai, còn một chân chống cây gậy. Trước khi thấy chú, trong tâm tôi không có bóng dáng đó nhưng thấy rồi thì đến nay nhớ lại, hình ảnh ấy hiện ra rõ ràng. Bóng dáng mà tôi nhớ ở trong lòng đó, nhà Phật gọi là pháp trần.

Chữ trần là những hình dáng tế nhị chớ không phải thô phù; hình dáng ấy lưu lại trong tâm ta nên khi nhớ đến thì chúng hiện ra ngay. Như vậy từ nhỏ đến già những bóng dáng đó ghi vào tâm thức của chúng ta nhiều hay ít? Nếu phân ra không biết mấy trăm mấy ngàn lớp? Do đó khi ngồi yên lớp này nhảy ra tới lớp khác liên miên chập chùng. Vì vậy khi tu là chúng ta cố gắng gạt nó qua một bên để cái chân thật được hiện bày. Khi nào bóng dáng đó lặn hết thì ông chủ xưa nay mới hiển lộ.

Do đó dụng công tu là việc hết sức tế nhị, chớ không phải thường. Người ta thấy ở chùa quá đơn giản, gõ mõ tụng kinh, đi tới đi lui có gì quan trọng. Nhưng thật ra người tu phải quán sát nội tâm, luôn luôn chiếu soi để làm chủ trọn vẹn được mình, không còn lệ thuộc với pháp trần là điều rất khó.

Tóm lại, tất cả pháp của Phật dạy tuy có chia ra nhiều môn, nhiều phái song các phái đều y cứ theo những gì Phật dạy mà tu hành. Tuy phương tiện có khác nhưng cứu kính đều gặp nhau. Người tu Tịnh Độ thì niệm Phật cho tới nhất tâm. Người tu Thiền thì phải được định.

Có người nói Thiền Tịnh song tu, tức là tu một lượt cả hai pháp. Như vậy làm sao tu? Bởi vì Tịnh Độ đặt lòng tin lên trên. Tin có cõi Cực Lạc, tin có đức Phật Di Đà chuẩn bị đón tiếp nên cố lòng niệm Phật, niệm chí tâm đến chỗ nhất tâm, thì thành công. Nhờ niềm tin mạnh cho nên quyết tâm tu, mà quyết tâm tu thì thành công. Còn tu Thiền là biết rõ các pháp duyên hợp, như huyễn không thật nên không tham trước, không dính mắc, cố gắng dẹp những bóng dáng che phủ nội tâm khiến cho nó lặn sạch nên tâm được định. Một pháp tu suốt đời chưa rồi mà dồn hai pháp lại làm sao kham?

Lại ngài Bạch Ẩn, một Thiền sư Nhật Bản nói thí dụ này: Người sợ tu Thiền không đủ, phải tu thêm Tịnh Độ giống như người muốn qua sông gấp, đi một chiếc đò sợ chậm, nên kêu hai chiếc rồi đứng một chân chiếc này, một chân chiếc kia. Như vậy đi được tới bờ không, hay nửa đường đò rẽ bị rơi? Chúng ta phải hiểu thật kỹ, nếu không chín chắn, muốn cho mau chóng và để tu, không ngờ chính chúng ta làm trở ngại sự tu của mình.

Tu các pháp môn của Phật giống như người leo núi. Một ngọn núi cao, người ở hướng Tây có lối lên của hướng Tây, người ở hướng Đông có lối lên của hướng Đông, hướng Nam, hướng Bắc cũng vậy. Trong bốn lối đó chúng ta thích lối nào thì đi lối đó. **Đã chọn rồi phải quyết chí đi. Dù leo lên thấy khó, cũng ráng mà leo lên đến đỉnh.** Đường đi từ bốn hướng khác biệt, nhưng tới đỉnh rồi thì đều gặp nhau. Cũng vậy, pháp môn Tịnh Độ, pháp môn Thiền v.v... tên có khác, hướng tu có khác, nhưng cứu kính đều gặp nhau.

Hiểu như vậy rồi, chúng ta tu không còn chê bên này khen bên kia, mà chỉ nên tự trách mình chưa cố gắng, chưa quyết tâm. Mong rằng tất cả chúng ta cố gắng thực hiện công phu tu hành của mình đạt đến kết quả viên mãn, theo nhân duyên riêng của mỗi người trong tinh thần hòa hợp và đúng với lời Phật dạy.

# NGŨNG CHÚA UỐNG SỮA CHỪA NƯỚC

*Giảng tại Thiền viện Trúc Lâm - 2000*

Tôi có một câu chuyện muốn nói cho quý vị nghe. Chuyện này cũng với tinh thần chi Ông chủ chứ không có gì lạ.

Một sáng, khi xả thiền ra tôi có tuyên bố với một số người rằng: "Tôi quả thực là con ngỗng chúa biết uống sữa, lọc nước chừa lại". Câu nói đó quý vị nghe lạ đời phải không? Đây là câu nói của các Thiền sư Trung Hoa thời xưa. Lúc trước tôi học tôi tu, đọc câu đó tôi cũng biết nhưng biết hơi ngờ ngờ. Bây giờ đem một bát sữa lại bảo chúng ta uống, chúng ta khôn hơn con ngỗng, nhưng chúng ta có lọc riêng sữa một bên nước một bên, để uống sữa chừa nước lại không? Huống là con ngỗng khôn hơn mình tại sao nó biết lọc sữa uống, còn nước chừa lại.

Như vậy tại sao Thiền sư lại nói như con ngỗng chúa uống sữa, lọc nước chừa lại. Quý vị thử nghiệm xem uống sữa lọc nước lại là gì? Cái gì là sữa, cái gì là nước? Nếu mình không biết rõ cái gì là sữa, cái gì là nước thì thôi cứ uống hết cho rồi. Uống cạn ly cạn bát, chứ không có cách nào khác. Vậy muốn lọc sữa chừa nước lại thì phải lọc bằng cách nào? Dùng phương tiện gì để lọc? Đó là một vấn đề nan giải.

Ngày xưa tôi hiểu rõ rằng, sữa là chỉ cho cái chân thật của mình, nước là chỉ cho cái giả dối. Cái thật giả nó lẫn nhau, khó mà lừa lọc được. Hiểu vậy thì được rồi, nhưng bảo phải lọc cái này bỏ cái kia thì thật là khó vô cùng. Nói khó nhưng không ngờ nó lại dễ. Khi thấy nó rồi thì rất là dễ.

Tôi xin hỏi lại, chúng ta ngồi thiền để làm gì? Là tập làm con ngỗng chúa lọc sữa uống chừa nước lại đó. Vậy thì cái gì là sữa để uống, cái gì là nước để chừa lại? Hiểu thì hiểu, nhưng nói ra thì nói không được. Nói không được và làm cũng chưa được luôn. Bởi vậy nên rồi chúng ta trở thành ngỗng con, chứ không phải ngỗng chúa.

Khi nhìn thấy cái đó rồi, tôi mới thông cảm ngày xưa trong kinh dạy các vị A-la-hán có hai thân: Một là còn thân xác thịt này mà đã ở trong Niết-bàn gọi là Hữu dư y Niết-bàn. Hai là thân xác thịt này hoại diệt đi, hoàn toàn nhập Niết-bàn gọi là Vô dư y Niết-bàn. Sau khi thân hoại diệt nhập Niết-bàn thì chúng ta dễ hiểu, vì Niết-bàn là vô sanh. Còn thân này đi đứng là còn sống, còn sống là còn sanh, sao lại được Niết-bàn? Đó là điều tôi thắc mắc. Bởi vì Niết-bàn, nghĩa chánh là vô sanh. Đó là một nghi vấn tôi thâm đặt ra mà chưa tự giải đáp thỏa đáng. Nhưng khi hiểu được con ngỗng chúa uống sữa, chừa nước lại thì tôi liền hiểu qua nghĩa Hữu dư y Niết-bàn của các vị A-la-hán.

Chỗ này tôi sẽ nói chậm, từ từ để cho quý vị vừa nghe vừa gẫm, mới thấy rõ được lẽ thật. Tất cả chúng ta tu ai cũng sợ vọng tưởng dấy khởi, cho nên vọng khởi là liền bỏ, liền dẹp. Khi bỏ dẹp rồi, lúc đó nói mình không còn vọng tưởng. Nhưng chú thứ hai thứ ba trôi lên rồi bỏ dẹp, ... cứ làm như vậy suốt buổi có mệt không? Quả là còn nhọc hơn mấy người nông phu cuốc đất ngoài đồng nữa, phải không? Ra đồng cuốc đất, dỡ cuốc lên cuốc xuống, làm mệt đứng chống cuốc thờ, ngó trời ngó mây chơi. Còn mình ngồi đó, một giờ hai giờ có dám nghỉ không? Lúc nào cũng phải dõm chừng, cứ hết chú này tới chú khác trôi lên liên miên. Một hai giờ đồng hồ không nghỉ chút nào hết.

Như vậy người tu mới nhìn qua thấy thanh thoi quá, ngồi lim dim đó thôi, không có gì quan trọng. Mà thực là đồ mờ hôi hột, không có chút rãnh rỗi, nhàn hạ. Bởi vì chúng ta quen nhìn mọi sự vật bên

ngoài theo lối hình thức phân biệt tướng mạo, vì vậy cái gì có hình tướng, cái gì có phân biệt thì chúng ta hiểu nhận, còn cái gì không hình tướng, chúng ta lại không biết.

Ai cũng nói tâm là cái biết của mình, là phần tinh thần của mình. Như vậy khi khởi nghĩ phân biệt hơn thua, phải quấy, tốt xấu là chân hay giả? Đến lúc những thứ đó lặn xuống thì cái chân cũng lặn xuống mất tiêu phải không? Đó là chỗ mà lâu nay chúng ta không biết. Không biết uống sữa chưa nước lại là vậy.

Tôi nói xa như người tu Thoại đầu. Thoại đầu là gì? Thoại là câu nói, đầu là ở trước câu nói. Thí dụ như khởi niệm "trước khi cha mẹ chưa sanh, ta là gì?", thì từ "trước khi cha mẹ chưa sanh" là thoại, khi chưa khởi câu đó là đầu. Nên sau này các Thiền sư thường nói chúng ta khán thoại vĩ, chứ không phải khán thoại đầu. Vĩ là đuôi, đuôi câu nói. Khán đuôi câu nói, chứ không khán được đầu câu nói. Cứ nhớ "trước khi cha mẹ chưa sanh ta là gì?", mà không thấy được cái trước khi khởi câu nói. Chưa thấy cái trước khi khởi câu, đó là chưa khán tới thoại đầu.

Chúng ta ngồi thiền chỉ biết vọng tưởng. Thấy vọng tưởng sinh, vọng tưởng diệt, chứ không biết cái đầu, trước khi vọng tưởng khởi hay là cái cuối, sau khi vọng tưởng lặn. Như vậy trước khi vọng tưởng dấy lên là cái gì? Sau khi vọng tưởng diệt là cái gì? Bởi khi vọng dấy lên chúng ta nhớ "có vọng, buông!". Buông cái này lặn rồi, một lát cái khác dấy lên. Vọng trước lặn, cái khoảng trống trước khi qua vọng thứ hai, là cái gì? Chúng ta chỉ nhớ vọng tưởng lặn, vọng tưởng sanh thành ra cứ đánh lộn hoai, nhọc nhằn quá phải không? Còn cái khoảng giữa khi nó lặn rồi, mà chưa có cái thứ hai dấy lên, là gì? Đó là chỗ mà chúng ta quên.

Khi vọng tưởng thứ nhất lặn, chừng một giây hay hai giây mới thấy vọng tưởng thứ hai dấy lên, thì khoảng trống giữa cái thứ nhất với cái thứ hai đó, chúng ta hữu tri hay vô tri? Hữu tri tức là có tâm. Vọng tưởng dấy lên thì có suy nghĩ, cái suy nghĩ đó là cái biết động. Mỗi một niệm dấy lên là động, động là tướng sinh diệt. Khi nó lặn, khoảng giữa này không có dài, nhưng vẫn có một khoảng giữa trước khi niệm thứ hai dấy lên. Khoảng giữa đó, nếu không có tri thì niệm thứ hai dấy lên mình không thấy. Nhưng niệm thứ hai vừa trôi đầu lên, mình thấy liền, như vậy trong khoảng giữa đó mình có tri hay vô tri? Có tri. Cái tri của khoảng giữa đó là cái tri sinh diệt hay cái tri bất sinh bất diệt? Có tướng mạo gì không?

Khi chúng ta khởi nghĩ nhớ ba, nhớ má, thì hình bóng ba má hiện ra. Ta liền nói "vọng, buông!" Buông thì nó lặn xuống, im lìm được một chút lại dấy lên nhớ chú, nhớ bác. Khi đó hình dáng chú, bác hiện ra. Như vậy khoảng giữa này biết mà không có bóng dáng, không có dấy niệm. Vậy khoảng giữa đó là cái gì? Đó, tôi muốn chỉ cho tường tận chỗ này. Nếu không nói tường tận, quý vị sẽ không hiểu được. Cứ nghĩ rằng hôm nay tôi ngồi một giờ đồng hồ thấy cả trăm vọng tưởng. Chỉ thấy vọng tưởng trôi, mà không thấy cái gì khác. Như vậy là quên sữa mà chỉ uống nước.

Bây giờ chúng ta phải nhìn lại cho kỹ, khoảng giữa của hai niệm có một khoảng, nhiều khi được một giây hai giây, hoặc một phút hai phút, sau đó mới có niệm thứ hai. Vậy một hai phút đó là một hai phút chúng ta đang sống với cái gì? Biết mà không khởi động là cái gì? Là cái biết không sinh diệt. Dấy niệm là cái biết sinh diệt. Cái biết sinh diệt vùng lên mình thấy, rồi nó lặn đi. Khoảng trống đó không có niệm sinh diệt, thì đó là khoảng trống của cái không sinh diệt. Bởi vì khoảng trống đó mình vẫn biết mà. Mình biết mà không có dấy động, biết mà không có bóng dáng, thì cái biết đó thuộc cái không sinh diệt.

Như vậy ngồi hai tiếng đồng hồ, giả sử quý vị có hai trăm lần vọng tưởng, nếu quý vị tỉnh thì trong hai trăm lần vọng tưởng đó, cho mất đi một tiếng đồng hồ, còn lại một tiếng lặn lẽ đó, quý vị đang làm gì? Đang ở đâu? Chỗ này phải nhìn cho thật sâu mới biết hết giá trị của nó. Như vậy trong một

trăm lần vọng tưởng mất một giờ động, nhưng cũng có một giờ tịnh, phải không? Một giờ tịnh là không mê. Vừa dấy niệm chúng ta liền thấy, đó là yên tịnh trong cái rõ ràng thường biết. Góp lại từng chặng từng chặng rõ ràng thường biết đó được một giờ, như vậy buổi ngồi thiền đó hữu ích hay vô ích? Tối thiểu chúng ta cũng được một giờ yên tịnh. Đẳng này chúng ta cứ nhớ một trăm lần vọng tưởng mà bỏ quên cái khoảng lặng quý giá đó. Vì vậy, cứ nghĩ buổi ngồi thiền hôm nay vô ích quá. Lát nghĩ cái này, lát nghĩ cái kia. Một lát mới nghĩ, thì khoảng giữa "một lát" đó cộng lại xem bao nhiêu? Điều này nếu không giải thích quý vị cứ lầm, cứ ngỡ rằng mình tu sao chỉ thấy toàn vọng tưởng, vô ích quá!

Đang trên đường tu mà muốn được rỗng rang, sạch lâu lâu, không còn gì hết sao được. Phải chia sẻ! Chia cho vọng một chút phần. Vậy mới tu. Tu là đang giành cái nào nhiều, cái nào ít. Hoặc là vọng tưởng nhiều thì khoảng yên lặng ít; hoặc là khoảng yên lặng nhiều thì vọng tưởng ít, đi từ từ như vậy. Vậy chúng ta xác nhận lại một lần nữa xem khoảng không có vọng tưởng là cái gì?

Ở đây, tôi chưa cắt nghĩa thẳng mà tôi dẫn chuyện vòng vo tam quốc một chút. Ngày xưa Tổ Huệ Khả than với Tổ Bồ-đề-đạt-ma:

- Tâm con không an, nhờ Hòa thượng dạy pháp an tâm.

Tổ Bồ-đề-đạt-ma bảo:

- Đem tâm ra ta an cho!

Ngài Huệ Khả sực tỉnh. Lúc trước, Ngài nhớ nó chạy lăng xăng hoài sao bây giờ dìm lại nó mất tiêu. Khi đó, Ngài bạch với Tổ rằng:

- Bạch Hòa thượng, con tìm tâm không được.

Tổ Đạt-ma bảo:

- Ta đã an tâm cho ngươi rồi.

Ngay đó Tổ Huệ Khả nhận ra, biết được đường vào. Biết được đường vào, nhưng phải trải qua thời gian khá dài tu tập.

Một hôm Tổ Huệ Khả thưa:

- Bạch Hòa thượng hiện nay con bật hết các duyên.

Tổ Đạt-ma bảo:

- Coi chừng rơi vào không.

Ngài nói:

- Rõ ràng thường biết làm sao không được.

Tổ Đạt-ma liền nói:

- Ông như thế, ta như thế, chư Phật cũng như thế.



Nghĩa là sao? Nghĩa là bật hết các duyên mà rõ ràng thường biết thì ông được như vậy, ta được như vậy, chư Phật cũng được như vậy. Chư Phật được như vậy nên các Ngài thành Phật. Bây giờ ta được như vậy rồi ta cũng sẽ thành Phật, ông được như vậy ông cũng sẽ thành Phật. Vậy chỗ rõ ràng thường biết đó tên gì?

Trên đường tu, nhiều khi chúng ta mắc kẹt ở ngôn ngữ, văn tự, mà không thấy được bản chất thực, giá trị thực của sự tu. Bây giờ chúng ta phải thấy giá trị thực của nó. Hiện giờ chúng ta ngồi thiền, dấy niệm liền biết, không dấy niệm cũng biết. Giữa hai niệm dấy lên chúng ta đều biết. Chính khoảng giữa rõ ràng thường biết đó, Tổ Huệ Khả nói bật hết các duyên.

Chúng ta chỉ mới bật được mười phần trăm, hai chục phần trăm hoặc năm chục phần trăm các duyên thôi. Như vậy so với Tổ, chúng ta còn cách xa nhiều, nhưng cũng có một phút, hai phút bật các duyên rồi. Chỗ bật hết các duyên ấy gọi là gì? Gọi là gì mà chư Phật như vậy, Tổ như vậy, chúng ta cũng như vậy? Chính cái không thể gọi đó nên có rất nhiều tên gọi. Ông chủ cũng là một tên gọi. Ông chủ không có hình dáng. Khách lên thì có hình dáng, mà chủ thì không có hình dáng. Bởi không hình dáng cho nên khó nhận. Còn khách lên thấy có hình dáng nên dễ nhận. Vì vậy suốt mấy giờ ngồi thiền, chúng ta chỉ thấy khách chớ không thấy chủ. Đó là vì chúng ta sơ suất. Nếu chúng ta nhìn kỹ, niệm dấy lên là khách, khi nó lặng xuống thì ông chủ ngồi sờ sờ đó. Nhưng tại vì ông ngồi trong màn, khuất đi nên khó thấy.

Niệm khởi là duyên, nếu hết các duyên mà rõ ràng thường biết thì chỗ đó chính là chỗ Tổ Bồ-đề-đạt-ma ấn chứng cho Tổ Huệ Khả. Ấn chứng bằng cách "ông như thế, ta như thế", tức ta và ông không khác nhau. Con dấu thế nào in xuống giấy trắng hiện ra thế ấy, không sai chạy, gọi là ấn chứng. Chẳng những ông như thế ta như thế mà chư Phật cũng như thế luôn. Ba bốn con dấu giống hệt nhau. Đó là ấn chứng sâu đậm. Hiểu cho tới nơi rồi chúng ta mới thấy cái giá trị của sự tu.

Khi khách dấy lên chúng ta thấy, khách lặng chúng ta nói không thấy. Chúng ta không thấy là không thấy khách, chớ không phải không cái thấy. Ai thấy khách? Ai thấy không khách? Ông chủ chớ ai. Như vậy niệm lặng tức là ông chủ sờ sờ. Vì ông chủ thấy lúc này nó lặng nè, khách ra khỏi nhà rồi. Như vậy có vắng ông chủ lúc nào đâu.

Vậy mà chúng ta cứ than "ngồi thiền sao cứ loạn hoài!" Tuy loạn hoài nhưng ông chủ vẫn ngồi đó chớ đâu. Nếu không quên ông chủ, thì nó loạn cười với nó chơi "mấy chú hề mà". Cái thật sờ sờ ở đây thấy mấy chú đang diễn trò. Tu như vậy mới thật là hữu hiệu. Người không biết tu thì sự tu của mình cảm thấy như vô ích. Năm ngoái ngồi cũng vọng tưởng, năm nay ngồi cũng vọng tưởng, chắc năm mười năm nữa cũng vọng tưởng! Tu như vậy buồn chết.

Phải thấy năm ngoái trong một giờ bao nhiêu lần vọng tưởng, năm nay một giờ bao nhiêu lần vọng tưởng. Nó thưa từ từ. Mà thưa vọng tưởng từ từ, thì ông chủ hiện ngày càng rõ hơn, phải không? Vọng tưởng càng vắng, ông chủ càng hiện sờ sờ, chứ có thiếu chỗ nào. Nghiệm cho chín chắn mới thấy giá trị của sự tu, còn nghiệm chưa chín chắn thì chỉ thấy vọng tưởng chớ không thấy gì nữa hết. Tu như vậy tức là vô ích rồi.

Cứ thế mà thấy tới thấy lui, ông chủ không vắng mặt lúc nào hết. Cho nên trong nhà thiền quả trách không cho chúng ta ngủ, vì ngủ thì hết thấy. Thả là thức, dù nó chạy lên chạy xuống nhưng quan trọng là mình vẫn thấy nó, thì không mất ông chủ. Nếu nó lặng mà không biết gì hết thì mất ông chủ. Nên Phật nói khi chúng ta ngủ như đi vào hang quỷ. Vọng tưởng tuy nó điên đảo một chút nhưng ông chủ vẫn có mặt đó để quán sát nó. Còn vào hang quỷ thì thôi hết thấy ai, khách không mà chủ cũng không luôn. Vì vậy khi vọng tưởng, không ai đánh, không ai véo tai; nhưng ngủ gục là bị đánh, bị véo tai. Bởi vì lúc đó ta quên mất ông chủ rồi. Mất cả chủ khách thì phải kêu dậy, chứ không thì đi

sâu vào trong hang quỷ tối sao! Hiểu cho thật kỹ chúng ta mới thấy ý nghĩa, giá trị của người tu thiền.

Như vậy quý vị nhớ lại, ở trước tôi nói con ngỗng uống sữa chừa nước lại. Cũng vậy nội tâm chúng ta giống như một bát chứa sữa nước lẫn lộn. Bây giờ chúng ta phải lọc bỏ nước, uống sữa thôi. Nước là cái gì? Là các chú vọng tưởng. Chú nào tới mình đều loại ra, không theo. Loại ra rồi, lúc đó mình đang làm gì? Đang uống sữa. Vậy mà quý vị không biết, cứ than hoài, tu sao thấy vọng không. Nếu hết vọng không biết gì nữa, đó là không biết uống sữa. Dù đã loại nước ra rồi nhưng tới sữa không biết uống, thành con ngỗng đói kêu la om sòm.

Sữa hiện khi nước bị loại. Cũng như khi vọng tưởng lặng thì cái hiện tiền đó là mình, chứ ai? Mình hiện tiền, hay nói cách khác là ông chủ hiện tiền, thấy rõ, nghe rõ, biết rõ, không có nghi ngờ gì hết. Thấy, nghe, biết mà không có một bóng dáng, không có một khởi nghĩ. Cái biết đó thuộc loại gì? Nếu so với cái biết có hình có bóng thì nó thế nào? Có hình có bóng là vọng. Vọng là động là sinh diệt là nhân tạo nghiệp sinh tử. Còn cái biết này lặng lẽ không hình không bóng, mà rõ ràng thường biết. Cái rõ ràng thường biết là nhân gì? Là nhân vô sinh, tức là Niết-bàn.

Như vậy chúng ta ngồi thiền vắng vọng tưởng một phút, hai phút, ba phút... thời gian đó chúng ta đang ở trong cái gì? Đang ngồi trong Niết-bàn, phải không? Cho nên các vị A-la-hán khi còn thân này, các Ngài sinh hoạt bình thường nhưng không có niệm duyên theo cảnh. Vì thế nói các Ngài đang ở trong Hữu dư y Niết-bàn. Bởi Niết-bàn là vô sanh. Còn niệm là còn sanh. Dứt niệm mà hằng tri giác, đó là vô sanh, là Niết-bàn.

Chúng ta cứ ngỡ rằng vào Niết-bàn là vào một cảnh giới rực rỡ, có đủ thứ sung sướng, tươi đẹp... Tưởng Niết-bàn như vậy là Niết-bàn tưởng tượng. Niết-bàn là vô sanh, vô sanh mà hằng tri hằng giác, chứ không phải vô sanh mà vô tri vô giác. Cái hằng tri hằng giác đó cũng gọi là Phật tánh. Như vậy được cái vô sanh hằng tri giác đó là nhập được Phật tánh của mình. Nếu nhập được Phật tánh của mình thì gọi là Phật chứ gì! Chúng ta cứ mong thành Phật được ngồi trên tòa sen có hào quang rực rỡ, ông Phật đó là ông Phật gì? Ông Phật đó là ông Phật sinh tử, hoặc là báo thân, hoặc là hóa thân. Phật Pháp thân thì không có hình tướng.

Như vậy chúng ta có tu sẽ được kết quả rất cụ thể, còn người không biết tu hết nghĩ chuyện này đến nghĩ chuyện nọ liên miên. Trong khi cái biết thâm lặng luôn ở bên mình thì lại không hay, không nhớ tới. Do không nhận được cái hằng tri hằng giác thâm lặng ấy, nên chỉ nghĩ hơn nghĩ thua, nghĩ phải nghĩ quấy, cho đó là tâm. Chấp giữ khu khu thân sinh diệt và tâm sinh diệt là mình thì trách gì không đi trong luân hồi muôn kiếp sao được. Bởi cho cái sinh diệt là mình nên vừa mất cái sinh diệt này liền ôm cái sinh diệt khác, cứ liên miên như vậy, nên đi trong luân hồi vô số kiếp.

Nếu bây giờ biết rõ thân này là vô thường sinh diệt, tâm phân biệt hơn thua phải quấy cũng vô thường sinh diệt; chỉ có cái hằng tri hằng giác, không hình không tướng đó mới thật là mình. Cái đó có bị lửa đốt cháy không? Không. Vì vậy nên nói hoa sen trong lò lửa.

Nói thân vô thường vì thân bị lửa vô thường thiêu đốt, cháy mòn dần. Thí dụ như một cây củi tươi, đốt vô lò lửa. Ban đầu củi tươi cháy chậm, lần lần củi khô cháy nhanh hơn, cuối cùng nó bắt cháy hết. Cũng như vậy, hồi ta sinh ra đến lớn lên năm mười tuổi, đầu tóc xanh. Năm tháng chất chồng, lửa vô thường đốt riết bây giờ đầu bạc trắng. Hồi xưa mặt mày no đầy, bây giờ bắt đầu nhăn nheo. Nó hiện tướng khô đó, khô rồi thì tới cháy rụi. Rõ ràng chúng ta mang thân vô thường, bị lửa vô thường đốt cháy. Có khi nó cháy gấp, có khi nó cháy muộn, nhưng nhất định phải cháy.

Song trong cái vô thường đó, ngầm có một cái chân thường, tức là cái không có hình tướng, hằng giác hằng tri. Không hình tướng nên đâu bị vô thường, hằng giác hằng tri nên đâu phải là không. Trong nhà Phật nói chỗ đó "không phải có, không phải không" (phi hữu, phi vô). Bởi vì nó không phải có theo hình tướng vô thường, không phải không vì nó hằng giác hằng tri.

Trên đường tu chúng ta nghiệm, nhận kỹ mới thấy, từng phút từng giây chúng ta đang tiến chứ không phải là vô ích. Nhưng vì lâu nay không ai giảng trách cho mình biết, cứ cho rằng ngồi thiền phải yên, phải lặng; mà sao mình ngồi vọng tưởng hoài, chưa yên chưa lặng nên coi như mình tu chưa có kết quả. Năm năm, mười năm nhìn lại thấy cũng còn vọng tưởng, bèn than: "Ôi, mười năm rồi mà tu vẫn không có kết quả gì!", nên thôi Bồ đề tâm.

Nếu quý vị ngồi thiền từ đầu giờ đến cuối giờ, chịu khó để ý ngày nay nghĩ mười lần, ngày mai còn chín lần, ngày khác còn tám lần... Như vậy là đã thấy bước tiến của mình. Niệm khởi và vô thường là điên đảo. Qua những cái đó chúng ta có những phút giây sống với cái chơn thường. Từ niệm điên đảo mà thức tỉnh, chúng ta sống lại với cái bình lặng vô thượng chánh giác. Như vậy là mình có giác, chứ đâu phải hoàn toàn mê.

Giả sử chúng ta còn vọng tưởng mà ông chủ vẫn hiện tiền hoài thì có thiệt thòi gì đâu. Mỗi niệm dấy lên ông chủ thấy quở nó, nó liền mất. Lát sau nó dấy lên niệm khác, ông chủ thấy lại quở nó, nó liền mất. Cứ như vậy, trong nhà có khách bước vô, chủ chào hỏi, xong khách bước ra. Đến người khác bước vô, chủ cũng chào hỏi... Cả ngày khách tới lui tấp nập, nhưng ông chủ vẫn có mặt để chào hỏi khách thì có thiệt thòi gì đâu! Chỉ sợ không có ông chủ, khách vô làm quyền ở trong nhà thì mới nguy. Chứ còn trong nhà có chủ, khách bước vô, chủ chào rồi đưa ra. Như vậy ông chủ có thiếu vắng lúc nào đâu?

Vậy mà nhiều người than thở hoài, "tu lâu mà không có kết quả", vì quên ông chủ của chính mình. Nên biết giờ ngồi thiền không phải thiệt thòi, mà chẳng những giờ ngồi thiền thôi, cho tới giờ đi tưới hoa, nhổ cỏ, nấu cơm, lật rau v.v... quý vị cũng biết rõ từng niệm khởi. Đó là quý vị không thiếu ông chủ. Ông chủ vừa thấy dấy nghĩ liền đuổi đi, như vậy có gì mất mát đâu? Nếu giờ nào cũng có ông chủ, tức là giờ nào mình cũng có ông Phật. Tuy tu chưa thành Phật, mà lúc nào cũng có Phật hộ cho mình. Đó là Phật luôn luôn gia hộ cho mình không bị mấy đũa phàm tục chen vô.

Ngược lại cứ dong ruổi, thả trâu chạy cùng đường cùng xá, chiều lại thấp hương cầu Phật phù hộ cho con, mà không chịu nhận ông Phật thường trực gia hộ bên mình. Đó là lỗi tu quên gốc chạy theo ngọn ngành. Cái gốc đó không xa, ở gần bên mình. Nên chúng ta thường hay nói tu là cốt trở về cố hương. Cố hương ở đâu? Nếu nghĩ cố hương cách đây chừng năm trăm hay một ngàn cây số là sai lầm. Chúng ta phải nhớ cố hương ở ngay dưới gót chân mình chứ không ở đâu xa hết. Chúng ta đang đứng trên cố hương mà quên mình đang đứng trên cố hương, cứ nhìn đằng này đằng kia kiếm tìm cố hương. Đang đứng trên đất cố hương, mà cứ nhìn ra ngoài nên nói quê hương xa mù, không biết ở đâu.

Như vậy mới thấy chúng ta hết sức điên đảo. Cái thật hiện tiền lại quên, chỉ đuổi theo cái tướng tượng, cái mình ước mơ. Bây giờ muốn trở về cố hương, chúng ta phải làm sao? Chúng ta phải chịu khó nhìn xuống chân mình thì thấy chớ gì. Vì muốn cho quý vị thấy cố hương nên tôi mới khuyên mỗi khuya mỗi tối, quý vị ngồi nhòm xuống một chút. Đừng nhìn đi xa, nhìn xa thì quên bằng quê mình. Nhìn xuống để thấy mình đang ngồi, đang đứng tại quê hương cũ của mình. Đó là chúng ta tỉnh, chúng ta giác. Còn nếu quên, chạy đi tìm đâu này góc nọ là chúng ta mê. Quên là mê. Mê cố hương hiện tiền nên chạy tìm nơi nọ nơi kia. Tất cả chúng tu hành là quay lại, nhận thẳng nơi mình, chứ không có ở đâu xa.

Trở lại đề tài tôi nêu ở trước là con ngỗng chúa chỉ uống sữa chừa nước. Chỗ rõ ràng thường biết không dấy niệm là sữa. Niệm khởi sinh diệt là nước. Nếu chúng ta ngồi thiền hoặc đi lại, mà cứ nhìn nhận cái rõ ràng thường biết, không chạy theo cảnh bên ngoài, gọi là biết uống sữa chừa nước lại. Đó, chúng ta đang làm một công tác lọc lừa, cái gì không phải thật mình thì loại ra; còn ông chủ thật thì mình nhận và sống với ông chủ. Đó chính là công phu tu của mình. Nếu một giờ không có vọng tưởng, hằng tri hằng giác, thì giờ đó gọi là giờ Niết-bàn.

Như vậy ngay nơi thân phàm tục này cũng vẫn có Niết-bàn. Nhưng Niết-bàn đó chưa trọn vẹn, chỉ là Niết-bàn từng chặng, từng khoảng thôi. Lát thì sinh tử, lát thì Niết-bàn, còn chập chờn chứ chưa hoàn tất Niết-bàn. Chừng nào như Tổ Huệ Khả, mọi duyên đều sạch, không còn một niệm nào nữa, lúc đó chúng ta vẫn sống, vẫn đi lại, mọi công tác chúng ta vẫn làm mà tâm hằng giác, hằng thanh tịnh, đó là Hữu dư y Niết-bàn. Như vậy Niết-bàn xa không? Kiếm ở đâu? Chúng ta có quyền được Niết-bàn không? Có ai không có quyền đó không?

Lâu nay chúng ta cứ nghĩ Phật, Bồ-tát mới có Niết-bàn, còn mình là phàm phu ngu si nên vô phần. Bởi vì chúng ta cứ ngỡ Niết-bàn chỉ có, khi tu đến hoàn toàn viên mãn. Chúng ta biết mình có nhân Niết-bàn rồi, thì quả Niết-bàn sớm chậy gì cũng sẽ được. Như vậy ai cũng có khả năng, ai cũng có thể tu được quả Niết-bàn. Nên khi tôi thấy rõ việc này rồi, tôi cười vì hồi xưa đến giờ chúng ta cứ nghĩ rằng sữa với nước đã hòa rồi thì không tài nào lọc được, phải không? Nhưng bây giờ có thể lọc được thì mình là ngỗng chúa rồi. Ngỗng chúa này đang uống sữa lọc nước, chứ không phải đã uống xong.

Như vậy quý vị cũng đang tập làm ngỗng chúa đó, chứ đâu phải chuyện thường. Khi niệm khởi là sanh tử, khi lặng lẽ hằng tri là vô sanh. Sanh tử với vô sanh ở cạnh bên, một giờ ngồi thiền ít ra cũng được phân nửa thời gian của vô sanh. Như vậy có buổi nào quý vị không có Niết-bàn đâu. Ngày nào cũng có Niết-bàn nhưng nhiều ít vậy thôi. Do đó trên đường tu không có chuyện luống công vô ích mà chỉ vì chúng ta không nhận ra.

Tôi nhắc lại câu hỏi của ngài Thạch Cự: Bồ-tát Địa Tạng tay cầm viên ngọc để làm gì? Bởi vì chúng ta cứ nghĩ Bồ-tát Địa Tạng mới có viên ngọc, còn mình vô phần. Cho nên Ngài đặt câu hỏi lại để cho chúng ta tỉnh, biết rằng mình cũng có ngọc. Chư Bồ-tát có Niết-bàn, mình cũng có Niết-bàn, chứ không phải mình vô phần. Chỉ vì mình không khéo, không nhận rồi cảm thấy vô phần. Vô phần là tại có của mà không dám nhận, nên thành kẻ cùng tử lang thang. Nếu nhận ra có ngọc báu đầy kho thì mình là con trưởng giả, là phú gia rồi. Một bên có mà quên thì thành cùng tử, một bên có mà nhớ thì thành trưởng giả.

Bây giờ quý vị ưng làm gì? Ưng làm cùng tử lang thang hay làm trưởng giả? Chúng ta hiện giờ chắc cũng thấy mình là con trưởng giả, có nhiều của chôn cất kỹ, chỉ tại chưa bới lên thôi. Mai kia bới lên mình cũng sẽ là trưởng giả, chứ không nghèo nàn như người ta tưởng nữa. Ý nghĩa này rất rõ ràng.

Tôi nói câu chuyện con ngỗng chúa biết uống sữa chừa nước lại để giúp quý vị có thêm kinh nghiệm trong việc tu hành. Mong rằng tất cả sẽ là những con ngỗng chúa biết uống sữa chừa nước lại như thế.