Toàn Không Đỗ Đăng Tiến

PHẬT GIÁO CĂN BẢN
của
Người Phật Tử

NAM MÔ THÍCH CA MÂU NI PHẬT

PHẬT GIÁO CĂN BẢN

LỜI DẪN

Kinh sách của Phật Giáo có rất nhiều, nhưng nếu muốn tìm một cuốn sách có đầy đủ các điều căn bản của Phật giáo, hình như rất ít. Cuốn sách này cố gắng đáp ứng điều đó với hai sự việc:

Thứ nhất: Mỗi vấn đề được viết ra từng bài riêng biệt ngắn gọn, đủ ý nghĩa. Việc này cống hiến cho người có ít thời giờ, không phải đọc nhiều Kinh sách, có thể hiểu những vấn đề căn bản của Đạo Phật.

Thứ hai: Các Kinh sách thường dùng chữ Hán Việt làm người đọc khó hiểu, hoang mang, v.v…, trong sách này giải thích giúp người đọc hiểu được dễ dàng.

Ước mong đọc giả thu nhận được nhiều điều đức Phật dạy, và qúy hóa thay mỗi gia đình Phật tử có quyển sách này để mọi người cùng đọc, sẽ mang lại sự lợi lạc không phải là ít.

Sau chót, chân thành cảm tạ và xin phép qúy Thiện tri thức, Phật tử, Cơ quan, Chùa, Nhà Xuất bản, đã viết, dịch, in, ấn tống, xuất bản Kinh sách. Nhờ đó, quyển sách "Phật Giáo Căn Bản" được thành hình đầy đủ.

.

Phật lịch 2552 - 2009

PHẬT GIÁO CĂN BẢN

Mục lục

01)- Lược sử đức Phật Thích Ca Mâu Ni 5
02)- Thờ Phật, lễ Phật 31
03)- Thế nào là một Phật tử? (Quy y, Năm Giới) 40
04)- Bố thí 56
05)- Sám hối 73
06)- Nhẫn nhục 78
07)- Cách cư xử của người Phật tử 87
08)- Mê tín dị đoan 96
09)- Đời là Vô thường 105
10)- Thăm hỏi người bệnh nặng 114
11)- Giúp người vừa mới qua đời 119
12)- Nghiệp báo nhân qủa 130
13)- Ăn chay 159
14)- Sinh Tử Luân hồi 171
15)- Lòng Từ Bi 180
16)- Tám Quan Trai Giới 187
17)- Phật A Di Đà 197
18)- Phật Dược Sư Lưu Ly Quang 206
19)- Sự tích các vị Bồ Tát 215
20)- Bồ Tát Quán Thế Âm 216
21)- Bồ Tát Đại Thế Chí 224
22)- Bồ Tát Văn Thù Sư Lị 227
23)- Bồ Tát Phổ Hiền 233
24)- Bồ Tát Di Lặc 236
25)- Bồ Tát Chuẩn Đề 250
26)- Bồ Tát Địa Tạng Vương 253

27)- Nghi thức tụng niệm 261
28)- Tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật 269
29)- Trì giới 277
30)- Tinh tấn 286
31)- Ngồi thiền và quán hơi thở 294
32)- Thiền Định 302
33)- Trí Huệ 310
34)- Đạo Phật 316
35)- Bốn Diệu Đế 331
36)- Tám Chính Đạo 335
37)- Quán 12 Nhân Duyên 341
38)- Quán Thân Bất Tịnh 353
39)- Chấp Ngã – Quán Vô Ngã 361
40)- Bốn vô lượng tâm 378
41)- Bốn Chính Cần, Bốn Như Ý Túc 388
42)- Năm Căn, Năm Lực 395
43)- Bảy Giác Chi 403
44)- Niết Bàn 409
45)- Bốn Niệm Xứ 419
46)- Bốn Thiền Tám Định 439
47)- Kiến Tánh 457
48)- Diệu Dụng của Tu Chứng 467
49)- Kinh sách trích dẫn tham khảo 475
50)- Mười điều tâm niệm 478
51)- Sơ lược về tác giả 480

Lược Sử
Đức Phật Thích Ca

(Trích dẫn: Tạp A Hàm quyển 3 Kinh 1077 từ trang 661 đến 666.Tăng Nhất A Hàm quyển 1 từ trang 460 đến 500, quyển 2 trang 495. Trường A Hàm quyển 1 từ trang 607 đến 628. Trung A Hàm quyển 3 trang 11, 12, 13, từ trang 557 đến 565, quyển 4 từ trang 518 đến 535, từ trang 667 đến 680. Phật Học Phổ Thông quyển 1 từ tr. 33 đến 51, Đức Phật & Phật Pháp từ tr. 23 đến 273)

I)- Từ Đản Sinh tới Thành Đạo:

1)- Đản sinh

Năm 623 trước Dương lịch, vào ngày trăng tròn tháng năm, tức ngày rằm tháng tư Âm lịch, tại vườn Lâm Tỳ Ni (Lumbini) xứ Ấn Độ. Nay thuộc nước Tích Lan (Nepal) ở gần chân núi Hi Mã Lạp Sơn (Himalaya) cách thành Ca Tỳ La Vệ (Kapilavatthu) khoảng 15 cây số (gần 10 dặm Anh). Hoàng hậu Ma Da (Maha Maya) của Vua Tịnh Phạn (Suddhodana) thuộc qúy tộc Thích Ca (Sakya) họ Cù Đàm (Gotama) hạ sinh một Hoàng tử.

Sau khi sinh được bảy ngày, Hoàng hậu băng hà, sinh lên cõi trời Đâu Suất. Vua Tịnh Phạn giao Hoàng Tử cho em gái ruột của Hoàng hậu là Ma Ha Bà Xà Ba Đề (Mahã Pajãpati), kế mẫu nuôi dưỡng chăm sóc.

Tin Hoàng tử chào đời được loan truyền trong nhân gian, thần dân vui mừng. Vua mời một số đạo sĩ đến coi tướng, các đạo sĩ đều nói Hoàng tử có 32 tướng tốt, trên

đời chưa thấy ai có. Nếu sau này làm vua sẽ là một Hoàng Đế nhân đức anh minh, còn nếu xuất gia học đạo sẽ là bậc đại Thánh, một đại vĩ nhân. Vì vậy Vua đặt tên là Sĩ Đạt Ta (Siddhartha) có nghĩa là toại nguyện. Vua cũng phong cho Sĩ Đạt Ta là con trưởng sẽ nối ngôi vua sau này, nên gọi là Thái tử Sĩ Đạt Ta.

2)- Tuổi niên thiếu:

Thái tử mỗi năm mỗi lớn, diện mạo càng thêm khôi ngô tuấn tú, tài năng phát triển vượt bực. Thái tử có một sức khoẻ cường tráng, một trí óc thông minh xuất chúng, từ văn đến võ, các trai tráng trong hoàng tộc không ai sánh kịp. Học thầy nào cũng chỉ trong một thời gian ngắn là học hết quyền thuật chữ nghĩa của thầy. Mặc dù tài sức hơn người, nhưng Thái tử không bao giờ tỏ ra kiêu ngạo khinh người, trái lại có một thái độ nhã nhặn, thương người thương vật, vô tư bình đẳng. Do đó Thái tử được Vua cha thương yêu qúy mến chiều chuộng; những người chung quanh mến trọng nể vì.

3)- Lễ Hạ Điền:

Một hôm, nhân ngày lễ Hạ Điền (lễ bắt đầu làm ruộng của nhà nông trong một năm) vào ngày đầu xuân, Thái tử theo Vua cha ra đồng. Mọi người vui vẻ với buổi lễ trong cảnh gió xuân nắng ấm hoa lá tốt tươi, muôn chim hót vang trong cảnh êm đẹp thái bình. Trong khi mọi người mải vui với buổi lễ như thế, Thái tử ngồi một mình bắt chéo hai chân như người ngồi thiền dưới bóng cây. Thái tử nghĩ rằng những cảnh đẹp, chứ thực ra không phải thế, như trâu bò khổ cực kéo cày, người nông dân phải làm việc cực khổ, chân lấm tay bùn để có cơm ăn áo mặc. Thái tử ngồi một mình suy nghĩ trầm tư như thế rồi vào định tâm . . .

4)- Thành hôn:

Thấm thoắt Thái tử đã 16 tuổi, các việc học hành tập luyện đều chu toàn đầy đủ, có vóc dáng của người hai chục tuổi, lại khôi ngô tuấn tú. Vua Tịnh Phạn muốn con mình sẽ nối ngôi sau này nên ép Thái tử thành hôn với Công chúa Da Du Đà La (Yasodhara) đẹp đẽ nết na chu toàn cùng tuổi. Vua cho lập cung điện bốn mùa thay đổi, chọn các mỹ nữ trẻ đẹp hầu hạ Thái tử. Chung quanh cung điện là ao hồ, vườn cây luôn đẹp đẽ xanh tươi, hoa lá rực rỡ như cảnh thần tiên. Đời sống vương giả thật đầy đủ, cao lương mỹ vị, đàn ca múa hát, ngày đêm có người luân phiên chầu chực hầu hạ, lên xe xuống ngựa trong hoàng thành rộng lớn.

Cuộc đời nhung lụa sung sướng với vợ đẹp hiền ngoan như thế đã trên mười năm. Mọi người tưởng rằng Thái tử sẽ tiếp tục sống mãi như thế tới ngày Vua cha truyền ngôi để trì vì đất nước. Rồi Công Chúa sinh con trai tên La Hầu La, Vua Tịnh Phạn càng thêm vui mừng, vì có thêm sự ràng buộc Thái tử hơn nữa. Mặc dù sống đời sung sướng, vợ đẹp, con ngoan, Thái tử vẫn thấy trong lòng nặng trĩu nỗi băn khoăn thắc mắc đời sống thật sự bên ngoài hoàng thành.

5)- Nhận rõ cảnh khổ:

Một hôm, Thái tử xin Vua cha cho người hướng dẫn đi dạo ra ngoài cửa thành ngắm cảnh. Ra đến cửa Đông, Ngài thấy một ông già đầu bạc trắng, lưng còng, răng rụng, lần bước đi một cách khó khăn. Đến cửa Nam, Ngài thấy một người nằm co quắp trên cỏ đang kêu la đau đớn, hỏi thăm được biết người này đang bị bệnh. Đến cửa Tây, Ngài thấy một người chết nằm bên đường. Thấy ba cảnh tang thương ấy, Thái tử nhận rõ bộ mặt thật của cuộc đời là khổ, những cảnh xa hoa trong hoàng cung chỉ

là giả dối. Ngài muốn tìm cách giải quyết làm sao để cứu chúng sanh khỏi khổ đau, bệnh, chết, nhưng Ngài chưa biết phải làm gì, nên trong lòng Ngài nặng nề hơn.

Mấy ngày sau, Thái tử lại xin đi dạo chơi, lần này ra cửa Bắc, Ngài thấy một người ngồi kết già dưới gốc cây, thản nhiên không để ý các người qua lại. Thấy vậy, Ngài có một sự cảm mến với vị ấy, và hé nảy sinh con đường cứu bệnh khổ già chết trong tâm tư. Ngài liền trở về cung thưa với Vua cha xin xuất gia học đạo, nhưng bị từ khước. Thái tử trình Vua bốn sự việc nếu Vua giải quyết được, Ngài sẽ bỏ việc học đạo, đó là:

1- Làm sao mọi người trẻ mãi không già,
2- Làm sao mọi người khỏe mãi không bệnh,
3- Làm sao mọi người sống mãi không chết,
4- Làm sao mọi người hết khổ.

Vua nghe Ngài hỏi như thế, buồn rầu không giải quyết được, và nói: "Những việc đó là thường ở đời, đương nhiên phải già, bệnh, khổ, chết, không có cách nào giải quyết được, đành chịu mà thôi".

6)- Xuất gia tìm đạo:

Lúc này, Vua lại tìm đủ cách để giữ chân Thái tử, nhưng từ khi thấy bốn cảnh ở bốn cửa thành, Ngài đã tìm ra được giải đáp: "Ở đời là khổ, tất cả chỉ là tạm bợ, ngay cả cái thân ta mai này cũng sẽ vào cát bụi. Ta phải tìm chân lý để cứu mình và cứu tất cả chúng sinh". Ngài đã nhất quyết trong lòng con đường tìm chân lý giải thoát. Cung vàng điện ngọc, địa vị giàu sang, vợ đẹp con ngoan, sống sung sướng v.v…. không thể sánh với sự giải thoát to lớn và cứu độ chúng sanh khỏi khổ đau.

Trong một đêm khuya, mọi người đương giấc ngủ say sưa, Thái tử Sĩ Đạt Ta nhìn vợ con đang an giấc, rồi cùng với người giữ ngựa lặng lẽ rời khỏi hoàng thành trong

đêm tối. Lúc đó Ngài 29 tuổi, tuổi tráng niên cường lực, dứt bỏ hết để ra đi tìm đạo với hai bàn tay trắng, để sống một cuộc đời chưa biết sẽ ra sao.

Sáng hôm sau, khi đã vượt qua sông Anoma (Neranjara), Ngài dừng chân trên bãi cát. Dùng thanh kiếm sắc bén tự cạo râu tóc xong trao áo mão (mũ) kiếm cho người giữ ngựa đem trở về trình Vua. Ngài khoác vào mình tấm vải vàng cam làm áo, tự nguyện sống đời tu sĩ, và chấp nhận mọi sự thiếu thốn vật chất. Từ một người sống trong nhung lụa giàu sang quyền qúy, bỗng nhiên trở thành người đi lang thang trong nóng nực, lạnh lẽo, như người bất định trong sương gió. Đầu đội trời, chận đạp đất, không giày dép mũ nón, chỉ một mảnh vải che thân, không nhà không cửa. Đạo sĩ Cù Đàm lấy bóng cây hang đá là nhà để tránh nắng che mưa, trú dông bão tố, mang bát đi khất thực để sống v.v…

Ngài tìm đến học đạo với đạo sĩ Alarama Kalama, Ngài học và hành, đạt những gì đạo sĩ ấy đạt. Đạo sĩ Alarama Kalama mời Ngài cộng tác dạy đám đệ tử, nhưng Ngài từ chối vì không thỏa mãn những gì đã đạt được. Đạo sĩ Cù Đàm rời vị ấy tìm đến một vị thứ hai, đạo sĩ Uddaka Ramaputta, Ngài học và cũng chứng những gì vị ấy chứng. Vị thứ hai nhường cho đạo sĩ Cù Đàm làm đạo sư hướng dẫn các đạo sĩ ở đó, nhưng sự chứng không giải quyết được những điều mà Ngài mong muốn, chưa phải là chân lý, chưa phải là Niết Bàn tối thượng, do đó Ngài lại ra đi.

7)- Tu Khổ Hạnh

Đạo sĩ Cù Đàm đi đến vùng ngoại thành Vương Xá nước Ma Kiệt tự tu tập một mình. Lúc ấy có đạo sĩ Kiều Trần Như là người trẻ nhất trong số đạo sĩ được Vua

Tịnh Phạn mời xưa kia khi mới sinh Hoàng tử Sĩ Đạt Ta. Ông nghe tin Thái tử đã xuất gia học đạo, nên dẫn bốn người đồng tu tìm đến gặp Ngài để cùng tu.

Thời bấy giờ, nhiều người có quan niệm: "Chỉ có tu khổ hạnh mới giải thoát được", nên ông Kiều Trần Như đã thuyết phục Ngài nhập chung với năm người cùng tu khổ hạnh. Do đó đạo sĩ Cù Đàm đã khép mình để cùng tu trong thời gian dài trên năm năm khổ hạnh.

Từ một thân hình cường tráng khỏe mạnh dần dần cho đến một thân hình chỉ còn da bọc xương. Dùng vô số phương tiện của khổ hạnh để tu, Ngài chỉ ăn rau cỏ để thiền, nhịn thở để thiền, chỉ ăn một vài hạt đậu và một ít nước mỗi ngày để thiền v.v…

Thân hình đạo sĩ Cù Đàm trở nên gầy còm đến nỗi xương bàn tọa ngồi như móng con lừa, xương sống như xâu chuỗi hột, lưng còng xuống, xương sườn phơi ra tựa như sườn nhà bị đổ, hai mắt hõm vào như sao dưới đáy giếng sâu thẳm. Khi sờ da bụng lại đụng xương sống, đi lại té tới ngã lui, Ngài cứ phải đập nhè nhẹ vào thân làm cho tỉnh táo, thì lông từ da không còn sức bám rơi xuống lả tả. Nước da trước kia hồng hào tươi mát, lúc đó chỉ còn thấy là màu sạm đen như da người chết!

Mặc dù khổ hành đến cùng cực như thế, mặc dù không ai tinh tấn bằng đạo sĩ Cù Đàm, các đạo sĩ vẫn cho là cần phải tiếp tục khổ hạnh để đạt chân lý. Thấy rõ ràng sau khi trải qua thời gian dài khổ hạnh như thế, cái chết đã gần kề, đạo qủa chân lý chẳng thấy đâu, trí thức suy giảm, tinh thần mệt mỏi, Ngài quyết định dứt khoát từ bỏ lối tu khổ hạnh. Vì cần có một thân hình khỏe mạnh, một trí óc sáng suốt để suy gẫm đạt chân lý, nên Ngài bắt đầu dùng vật thực thô sơ trở lại.

8)- Tu Trung Đạo

Quyết định từ bỏ lối sống khổ hạnh, nhưng Ngài cũng không quay lại lối sống lợi dưỡng, mà vạch ra đường lối tu Trung đạo. Ngài biết rằng tu bằng đường Trung đạo sẽ tác thành nhẫn, tác thành trí tự tại, tác thành định đưa đến trí, sẽ đưa đến giác ngộ. Năm vị đạo sĩ đồng tu thấy thế liền chê trách: "Đạo sĩ Cù Đàm không đủ kiên nhẫn", họ liền bỏ đi, không vì thế mà thối chí ngã lòng, một mình Ngài trong chốn rừng sâu tu tập.

Bấy giờ, đạo sĩ Cù Đàm nghĩ rằng: "Ta đã đi tìm hết các nơi, không có một ai đủ khả năng dẫn dắt ta thành tựu mục tiêu mà ta mong muốn, vì chưa ai ra khỏi sự vô minh". Ngài bèn đi đến vùng ngoại thành Vương Xá nước Ma Kiệt tự tu tập một mình, nơi có dòng sông trong mát, cây cối xanh thẳm, hoa lá tốt tươi. Đi đến dưới gốc cây Bồ Đề lấy cỏ làm nệm ngồi thiền định, Ngài thề nguyện rằng: "Nếu không đạt chân lý dù thịt nát xương tan ta cũng không rời khỏi chỗ này". Ngài đã liên tiếp trải qua nhiều gian nan thử thách về nội tâm tham, sân, si, mạn, nghi v.v… Rồi sau lại phải chiến đấu với ngoại cảnh Thiên ma dùng đủ mọi tà pháp hòng cản trở Ngài việc thiền định. Rút cục, Ngài chiến thắng cả nội tâm lẫn ngoại cảnh, tâm trí được yên ổn trong thiền định.

9)- Thành Đạo:

Trong đêm thứ 49, vào khoảng 10 giờ lúc canh hai, Ngài chứng "Túc mệnh minh", thấy rõ tất cả các đời qúa khứ một đời, hai đời, ba đời, mười đời, trăm đời, nghìn đời. Sinh chỗ này, tên là gì, cuộc sống ra sao, chết sinh vào đâu v.v…, tất cả đều biết hết. Tiếp tục thiền định, tới khoảng nửa đêm lúc canh ba, Ngài chứng "Thiên nhãn minh", thấy được tất cả bản thể vũ trụ, biết cấu tạo thế giới vũ trụ thành trụ hoại diệt (thành lập, sống còn, tiêu hủy, chết mất) như thế nào, đều biết hết thảy. Vẫn kiên

cố hành thiền tam muội (thiền định), đến khoảng 2 giờ sáng lúc canh tư, Ngài chứng "Lậu tận minh", vô lậu, sạch hết trần cấu (sạch hết ô nhiễm). Biết rõ Khổ, nguồn gốc của đau khổ, cách trừ đau khổ, và con đường đạo qủa viên mãn. Ngài tự biết: "Ta đã giải thoát, không còn tái sinh nữa, tu hành viên mãn, việc làm đã xong, không còn trở lại trạng thái khi xưa nữa".

Ngài từ từ mở mắt to ra chợt thấy sao Mai lấp lánh, hốt nhiên "Toàn Ngộ", thấu triệt cùng khắp chân lý vũ trụ, thần thông quảng đại, Ngài đạt Đạo Vô Thượng, thành bậc "Chính Đẳng Chính Giác" nên được gọi là bậc Toàn Giác, Như Lai, hiệu Phật Thích Ca Mâu Ni.

II)- Từ Thành Đạo tới nhập Niết Bàn:

1)- Đức Phật hành Đạo

Sau khi thành Đạo, đức Phật quán khắp Vũ trụ, Ngài thấy có vô lượng thế giới, quán chúng sinh Ngài biết mỗi chúng sanh đều có Phật tính (tánh). Vì chúng sinh ngụp lặn trong si mê tối tăm nên phải trầm luân trong biển sinh tử luân hồi không có ngày ra khỏi. Ngài quán và biết rằng con người hiểu được giáo lý nếu Ngài nói ra, và có người kham nhận được sự tu hành. Do đó, đức Phật quyết định sẽ giáo hóa chúng sinh cho dù có khó khăn như thế nào đi nữa. Ngài cũng phải làm nhiệm vụ của bậc Phật như tất cả chư Phật trong Vũ trụ đã làm, đang làm và sẽ làm để dẫn dắt chúng sanh ra khỏi khổ đau và được giải thoát. Sự hoằng pháp của đức Phật trên ba nguyên tắc:

a)- Hành Đạo theo thứ lớp:

Bắt đầu đức Phật nghĩ đến việc độ cho các bậc thiện tri thức là những người không còn nhiều trần cấu nhiễm ô. Nghĩ đến đạo sĩ Alamara Kalama là vị đạo sư mà lần đầu tiên Ngài tìm đến tham học. Ngài dùng tuệ nhãn được

biết vị này mới từ trần bảy ngày, Đức Phật lại nghĩ đến Uddaka Ramaputta là vị thứ hai, dùng mắt Phật nhìn, Ngài thấy vị này cũng vừa qua đời mới có một ngày!

1- Ba tháng đầu : Đức Phật nghĩ đến năm vị đồng tu khổ hạnh, Ngài bèn đi đến vườn Lộc Uyển xứ Benares gặp năm vị này là Kiều trần Như (Kondana), Bạc Đề (Bhaddiya), Thập Lực (Vappa), Ma ha Nam (Mahãnãma), và Ác Bệ (Assaji).

Lúc đầu, năm vị thấy đức Phật đến đều tỏ ra nghi ngờ và chỉ trích lối sống của Ngài. Đức Phật phải giải thích đến lần thứ ba rằng: "Không có vấn đề sống xa hoa trở về đời sống lợi dưỡng, Ta chỉ làm sao cho thân thể đủ sức chịu đựng để hành thiền kiên cố mà thôi. Đó là con đường trung đạo cần phải theo, và bây giờ Ta đã thành Đạo, đạt qủa vô sinh bất diệt, nếu người nào hành đúng như lời Như Lai dạy cũng sẽ chứng ngộ. Hơn nữa, nếu Như Lai không biết các ông ở đâu, làm sao tìm đến đây được? Vả lại, Ta chưa bao giờ nói những lời này với các ông, như vậy các ông đủ hiểu rồi". Bấy giờ năm vị mới tin, bỏ lối tu khổ hạnh và nghe Giáo pháp của Ngài.

Bài giảng đầu tiên là **"Bốn Diệu đế**", do "Sinh, già, bệnh, chết" nên khổ, muốn khỏi khổ phải tìm nguyên nhân của khổ là do "Tham, sân, si …", và phải diệt khổ bằng "Tám Chính đạo" là "Chính Kiến, Chính tư duy, Chính ngữ, Chính mệnh, Chính nghiệp, Chính tinh tấn, Chính niệm, và Chính định". Cả năm vị học và hành trì dần dần đều đắc quả Thánh, nhưng vị đắc qủa A La Hán (Quả Ariya là quả A La Hán. Ariya có nghĩa là cao qúy) đầu tiên là Ngài Kiều Trần Như.

Thời ấy, tại Ấn Độ, ngoài quan điểm sống theo lối khổ hạnh để giác ngộ, còn có quan niệm cho rằng con người chết là hết, linh hồn và thân xác tan biến, tất cả chẳng còn

gì. Hãy ăn uống tận hưởng mọi lạc thú ở đời, không cần biết đến đạo đức, khoái lạc là thực tế, không cần phải kiểm soát dục vọng. Không có luân hồi, không có tái sinh, không có qủa báo thiện ác, tất cả chỉ là bản năng tự nhiên mạnh được yếu thua v.v… Do đó, đức Phật đã phải đối phó với các quan điểm sai lầm ấy.

2- Thiết lập Tăng đoàn: Sau khi có năm đệ tử, đức Phật giáo hóa 55 Bà la môn mà ông Da xá (Yasa) là người dẫn đầu. Số người này cùng với năm vị đầu tiên hợp lại là 60 và kể như thiết lập Tăng đoàn từ đây. Ng ài dạy về "Bốn Diệu Đế" và "Tám Chính Đạo". Cha mẹ và vợ của ông Da Xá là Phật tử tại gia đầu tiên của đức Phật. Sau ba tháng 60 vị đệ tử Phật đầu tiên này đã hành trì vững chắc và giữ giới luật đầy đủ, đều đắc A la Hán. Đức Phật thọ ký và cho các vị ấy đi hành đạo các nơi.

3- Thu nhận hàng loạt đệ tử: Còn Ngài đi xuống phiá Nam đến xứ Ưu Đầu Tuần La, thu phục Rắn lớn dữ trong phòng thờ lửa của người đứng đầu Đạo thờ Thần lửa là Uruvela Ca Diếp (Uruvelã Kassapa), vị này đem 500 đệ tử cùng xin xuất gia theo đức Phật tu hành. Vị này có hai người em đều ở mỗi người một nơi, một người tên Nadi Ca Diếp (Nadĩ Kassapa) có 300 đệ tử, và Gaya Ca Diếp (Gayã Kassapa) có 200 đệ tử. Cả hai người cũng thờ Thần lửa, khi thấy người anh đã theo đức Phật tu hành, họ cùng với đệ tử đến theo Ngài tu hành.

Ngài giảng cho 1000 đệ tử này về: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý nằm trong lửa. Lửa từ tham ái, sân hận, si mê, sinh già bệnh chết, buồn phiền, đau khổ, tuyệt vọng. Hãy quán nhàm chán hình sắc âm thanh, hương vị xúc, chán luyến ái. Do sự nhàm chán dứt khoát ấy, được giải thoát. Tất cả hành trì dũng mãnh nên đều chứng qủa Thánh.

4- Thu nhận hai đệ tử quan trọng: Sau khi thu nạp hơn 1000 đệ tử, đức Phật đến nước Ma Kiệt để thực hiện việc hứa với Vua Tần Bà Xa La là "Khi đắc Đạo sẽ trở lại". Khi Vua biết Ngài đã đắc Đạo rồi, mừng rỡ và cúng dường Phật và Đại chúng Đạo tràng "Trúc Lâm".

Lúc ấy, Xá Lợi Phất (Upatissa) và Mục Kiền Liên (Kolita) cư ngụ gần thành Vương Xá (Rãjagaha), là bạn với nhau, có chí học đạo, đã tìm đến nhiều thầy, và học hết chữ thầy rồi cũng chưa thỏa mãn. Một hôm, Xá Lợi Phất thấy một Sa Môn đang đi khất thực trong thành Vương Xá với oai nghi của bậc Thánh nhân, nên để ý và đến hỏi. Vị này cho biết tên là Ác Bệ (Assaji) và qua câu chuyện, Xá Lợi Phất được Tôn giả Ác Bệ cho biết giáo pháp vắn tắt đã học là "Tất cả ở đời đều do nhân duyên sinh, Như Lai chỉ rõ nhân duyên ấy và cách diệt, đó là giáo huấn của vị Đại Sa Môn". Nghe những lời ấy, Xá Lợi Phất thấy trí tuệ bừng sáng, nên hỏi tiếp và được biết vị Đại Sa Môn đang ở "Rừng Trúc".

Xá Lợi Phất liền đến tìm Mục Kiền Liên nói lại cơ duyên của mình và nói những lời Tôn giả Ác Bệ đã nói. Mục Kiền Liên nghe rồi cũng tỏ sáng vô cùng. Hai người hân hoan đem theo một số bạn đến Trúc Lâm xin xuất gia học đạo, đều được đức Phật thu nhận. Chỉ trong ít ngày cả hai vị đều đắc A La Hán, được đức Phật ấn khả cho hai vị Tôn giả Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên là thượng thủ bậc nhất.

Sau đó đức Phật gặp Trưởng giả Cấp Cô Độc là người giầu có bậc nhất tại nước Xá Vệ. Trưởng giả đã phát tâm rộng lớn xây cất Đạo tràng Kỳ Hoàn ở phiá Bắc Ấn Độ để cúng dàng Ngài và đại chúng Tăng.

5- Trở về thăm quê hương: Lúc ấy vua Tịnh Phạn (Suddhodana) nghe tin Ngài đã thành Phật, liền sai sứ giả

đi mời Ngài về thành Ca Tỳ La Vệ (Kapilavathu). Nhưng chín lần cử chín sứ giả đi mà không có người nào trở lại, vì các vị này đến được đức Phật thuyết pháp nghe rồi ở lại xin xuất gia học Đạo. Tới vị thứ mười tên Tu Đà Di (Kãludãyi), vị này cũng ở lại học đạo, nhưng vẫn nhớ lời Vua, nên sau khi đắc đạo bèn thỉnh Phật về thăm Vua.

Dọc đường trở về nơi sinh thành trong hai tháng, gặp người nào đức Phật cũng giáo hóa độ cho hết thảy. Khi về tới thành Ca Tỳ La Vệ, đức Phật chỉ ở lại có bảy ngày, nhưng đã giáo hóa tất cả hoàng gia. Tại đây lúc đầu vì có sự nghi ngờ của các bậc cao niên, nên Ngài đã dùng thần thông bay ngồi trên không, làm lửa và nước từ toàn thân phát ra. Sau đó có nhiều vị trẻ trong hoàng gia theo Ngài xuất gia tu đạo, như Nan Đà, A Nan Đà, A La Luật, La Hầu La là con ruột của Ngài lúc ấy mới bảy tuổi, v.v…

Không bao lâu sau, đức Phật biết Vua cha bệnh sắp qua đời liền về thăm, thấy Vua buồn rầu, Ngài nói về lý "vô thường, khổ, không, vô ngã". Nghe xong, gương mặt vui tươi, Vua cất tiếng niệm Phật rồi băng hà nhẹ nhàng. Sau khi Vua Băng hà, Hoàng hậu Ma ha Bà Xà Ba Đề (Mahã Pajãpaĩ) có con trai là Nan Đà (Nanda) đã xuất gia, và con gái tên Nan Đề (Nandã) (về sau cũng xuất gia), bà xin xuất gia lấy tên là Đại ái Đạo. Công chúa Da Du Đà La là vợ của Thái tử Sĩ Đạt Ta cũng xin xuất gia. Bà Đại Ái Đạo nhờ Tôn giả A Nan xin giùm đức Phật chấp nhận cho bà được xuất gia và thành lập Ni đoàn với điều kiện phải tuân thủ giới luật do đức Phật đặt ra.

b)- Tùy phương tiện:

Trong suốt đời đức Phật hành đạo, không phải lúc nào cũng thuận buồm xuôi gió. Có những lúc Ngài phải đương đầu với những khó khăn chống đối. Sự chống đối này thường là do những đạo sư của những ngoại đạo, tà

đạo mê tín, và ngay cả những người muốn tranh giành ảnh hưởng với Ngài, nhưng tất cả đều được Ngài giải quyết êm xuôi.

1- Đối phó với khó khăn: Như có lần bị Bà la môn chửi bới thậm tệ, Ngài làm thinh không trả lời. Chửi bới một lúc thật lâu không thấy đức Phật phản ứng gì cả, người ấy hỏi: "Sao ông bị chửi như thế mà không trả lời?" Ngài hỏi lại để đáp: "Nếu ông đem tặng qùa cho người khác mà người đó không nhận, qùa ấy thuộc về ai?". Người ấy trả lời: "Qùa ấy thuộc về tôi". Ngài bảo: "Lời ông chửi từ nãy đến giờ tôi không nghe, không nhận, trả lại cho ông", lúc đó người ấy mới thôi chửi. Cũng có trường hợp tương tự như thế, nhưng đức Phật trả lời cách khác là : "Những lời chửi rủa cũng như người nhổ nước bọt từ miệng phun ra ngược chiều gió, chỉ làm dơ mặt người nhổ mà thôi".

Có lần, con gái của ngoại đạo mang cái bụng to tướng đến la lối trước mọi người rằng "Cái bào thai trong bụng mà tác giả là Sa Môn Cù Đàm", và đòi phải giải quyết ổn thỏa . Đức Phật chỉ làm thinh, rồi Ngài dùng thần thông làm rớt cái bụng giả của cô gái ra, mọi người cười ồ, cô gái xấu hổ cúi đầu đi mất, không dám nhìn lại.

Trong hạ thứ 20, đức Phật gặp Angulimala là người đã chặt 999 ngón tay của 999 người. Ngài dùng thần thông khiến kẻ ác không thể đuổi bắt Ngài được đến kiệt sức mà phải thốt lên: "Sa Môn, hãy dừng lại". Ngài đáp: "Ta đã dừng từ lâu, còn ông chưa dừng bước". Angulimala nói: "Tôi đã dừng rồi, Sa Môn còn đi, tại sao ông lại nói rằng tôi không dừng, còn ông đã dừng? Tại sao ông nói thế?" Ngài đáp: "Như lai đã dừng luôn và mãi mãi, Như Lai đã dứt bỏ không còn hành hung một sinh vật nào, còn ông tiếp tục sát hại đồng loại với bàn tay đẫm máu, vì vậy Như Lai đã dừng và ông chưa dừng". Nghe đến đó,

Angulimala quăng bỏ hết vũ khí, đi đến gần đức Phật qùy lạy xin Ngài chấp thuận cho được theo học đạo, và đã được Ngài chấp thuận. Sau đó Angulimala tinh tấn tu hành không bao lâu đắc qủa A La Hán.

2- Chấn chỉnh Tăng đoàn: Ngay cả trong Tăng đoàn, cũng có nhiều vấn đề, như lúc đầu Tăng chúng ăn uống không có khuôn khổ chừng mực, ăn sáng, ăn trưa, ăn chiều, ăn tối đủ cả. Đức Phật căn cứ vào những sự phiền hà và sự cần thiết cho việc tu hành, dần dần Ngài lập ra giới cấm càng ngày càng đầy đủ chặt chẽ hơn như chỉ ăn mỗi ngày một bữa trước buổi trưa.

Một việc xảy ra do Đề Bà Đạt Đa là em con cô và là em vợ của Thái tử Sĩ Đạt Ta. Vì muốn giành quyền đứng đầu Tăng đoàn mà Đề Bà đã làm nhiều việc không hay đối với đức Phật, như lăn đá trên sườn núi, dùng voi say, hay bôi thuốc độc vào móng tay để mong hại Ngài, nhưng đều thất bại, đến nỗi bị chết và đọa vào Địa ngục.

Đối với việc tu hành của tu sĩ, đức Phật đã tùy trường hợp để chỉ dạy, chứ không nhất thiết phải theo một đường lối nhất định cho mọi người. Đối với người thông minh hay đần độn, Ngài đều có những cách khác nhau để hướng dẫn. Như Tôn giả Chu Lợi Bàn Dặc Ca đần độn tụng một bài kệ bốn câu trong ba tháng không thuộc, khi sai đầu, khi quên đuôi, đức Phật thấy thế ban cho cách "đếm hơi thở ra vào lần đầu đếm một, hơi thở ra vào lần thứ hai đếm hai, cứ thế đếm đến mười, rồi lại đếm từ một đến mười như thế mãi mãi". Sau đó ít lâu Tôn giả thấy tâm thanh tịnh không một gợn sóng, v.v…,được Phật chứng cho đạt bậc Thánh.

Tôn giả Đà La Nan Đà thường hay loạn động vì nghĩ đến tham dục, đức Phật dạy quán tướng trắng trên đầu chót mũi. Tôn giả La Vân hay buồn phiền lo nghĩ, đươc

đức Phật dạy quán biết hơi thở ra dài biết hơi thở ra dài, hơi thở vào dài biết hơi thở vào dài, hơi thở ra ngắn hay lạnh, hay nóng, đều biết hơi thở ra ngắn hay lạnh, hay nóng v.v… Cả hai Tôn giả chỉ trong thời gian ngắn là đắc qủa A La Hán.

Đối với hết thảy các đệ tử trong khi tu hành ở mọi nơi, Ngài quán sát mỗi ngày, rồi dùng thần thông đến chỉ bảo.

c)- Theo tinh thần bình đẳng:

Tinh thần bình đẳng là một điểm son trong giáo lý của đức Phật. Trong Tăng đoàn có đủ các thành phần trong xã hội. Từ người thuộc giai cấp cao nhất như hàng hoàng gia quyền bính, Bà la môn qúy tộc, đến hàng dân giả nghèo nhất đều có mặt tu hành và cùng đạt quả Thánh.

2)- Hành Đạo hàng ngày:

Chương trình mỗi ngày của đức Phật thật khít khao không có kẽ hở. Từ 5 giờ sáng ra khỏi phòng thất, làm vệ sinh tắm rửa, xong ngồi quán sát, hoặc đi kinh hành xong quán sát thế gian xem có ai (kể cả các đệ tử ở khắp các nơi) cần độ trong nhân gian, Ngài dùng thần thông đến liền. Tới 9 giờ sáng thuyết pháp cho chúng Tăng. Từ 10 hoặc 11 giờ đi khất thực, đi thụ trai nếu có người thỉnh. Sau khi thọ trai về, Ngài nằm nghiêng bên phải định thần một lúc. Tới 1 giờ chiều, Ngài nhập Đại Bi Định quán sát thế gian. Từ 2 hoặc 3 giờ chiều thuyết pháp cho thiện nam tín nữ, Ngài dùng Phật nhãn để nhìn vào tâm tính mỗi người mà tùy căn cơ hóa độ. Từ 7 giờ tối Ngài giảng và giải thích thắc mắc cho đệ tử đề tài thiền. Tới 9 giờ tối, Ngài ngồi quán sát thế gian, có khi đi kinh hành xong ngồi nhập Đại Định. Từ 11 giờ đêm đến 4 giờ sáng, Ngài nhập Đại Định, rải tâm Từ khắp chúng sinh. Nhiều đêm các vị Trời từ các tầng Trời thường hay đến chiêm bái và học giáo lý của đức Phật. Tất cả các buổi tham bái ấy đều

xảy ra vào từ nửa đêm đến khoảng bốn giờ sáng. Như có lần Vua Trời Đạo Lợi, cũng gọi là Đế Thiên Thích, mà người đời gọi là Ngọc Hoàng Thượng Đế đến tham bái đức Phật trong lúc Ngài đang nhập Định lửa tam muội trong động Nhẫn Đà Bà Là khiến cả vùng núi Tỳ Đà đỏ rực một màu lửa. Như vậy về đêm Ngài thường nhập Đại Định và quán sát thế gian, vũ trụ, hoặc tiếp dạy các vị Trời. Từ 4 giờ sáng Ngài nằm nghiêng bên phải định thần đến 5 giờ sáng.

Mỗi năm đức Phật đi hành đạo giáo hóa suốt chín tháng không mưa, còn ba tháng mưa, Ngài an cư tại một đạo tràng trong nước Ấn Độ, gọi là "An cư kiết hạ".

Suốt 45 năm, dấu chân đức Phật và các đệ tử của Ngài khắp xứ Ấn Độ, ở đâu Ngài và đệ tử cũng được đón nhận chào mừng. Từ hàng vua quan đến dân giả, từ người già cả đến các trai trẻ, từ nam tới nữ, từ người giàu đến kẻ nghèo, đều tắm gội trong ánh sáng trí tuệ và gió mát từ bi do Ngài ban rải khắp cùng. Nơi nào có mặt Ngài và đệ tử Ngài, là nơi đó tà giáo, ngoại đạo lui xa, tan biến như bóng tối, sương mai trước ánh mặt trời hiện.

3)- Các thời nói Kinh:

Sự nói Kinh được các Phật tử sau này chia ra làm năm thời như sau:

1- Thời thứ nhất: Đức Phật nói Kinh Hoa Nghiêm, khi mới thành đạo. Ngài nói Kinh này để vạch chân tánh, chỉ rõ chỗ cao siêu nhiệm mầu của Đạo Phật

2- Thời thứ hai: Đức Phật nói Kinh A Hàm, thời kỳ này dài 12 năm đầu để dạy về tự tu, tự độ cho mình.

3- Thời thứ ba: Đức Phật dạy Kinh Phương Đẳng, thời này dài 8 năm kế. Đức Phật nói: "Đã tự độ rồi, còn phải độ tha", tức là độ mình và độ cho người, trình độ các đệ tử cao hơn một bậc.

4- Thời thứ tư: Đức Phật nói Kinh Bát Nhã, thời này kéo dài 17 năm. Tới thời này, trình độ dạy giáo thuyết cao hơn nữa, tiến tới giáo thuyết chân không, vũ trụ, thật tướng, vô tướng của các pháp.

5- Thời thứ năm: Đức Phật nói Kinh Pháp Hoa, Niết Bàn, thời kỳ này dài 8 năm. Khi ấy các đệ tử Phật đã thuần thục, có thể gánh vác việc đạo, nên Ngài giảng việc thị hiện vì bản nguyện "Khai thị chúng sinh nhập tri kiến Phật". Ngài thụ ký cho 1250 đệ tử sẽ thành Phật tùy căn cơ mỗi người mà thọ ký mau hay lâu, và việc thuyết pháp độ sinh của Đức Phật đã đầy đủ viên mãn.

4)- Đức Phật nhập Niết Bàn:

1- Đức Phật tuyên bố nhập Niết Bàn trước ba tháng: Việc độ chúng sanh đã viên mãn, Ngài chứng tỏ cho mọi người: "Xác thân vô thường", vì xác thân do bốn đại: "đất, nước, gió, lửa" tạo thành trở về với bốn đại, cũng như chiếc xe lâu ngày phải cũ hư. Đó là lý vô thường đương nhiên phải như thế, cái còn lại là giáo lý chân thật, bất hư mà đức Phật đã giảng dạy trong suốt 45 năm. Giáo lý chân thật đầy đủ cho mọi người theo đó học hỏi hành trì để đạt được chân lý giải thoát khỏi luân hồi sinh tử.

2- Đức Phật nói Kinh Di Giáo: Ngài dặn Tôn giả A Nan là Thị giả của Ngài rằng: "Sau khi Ta Nhập Niết Bàn, hãy tự thắp đuốc lên mà đi, thắp lên với chính pháp, đừng thắp lên với giáo pháp nào khác. Hãy nương tựa nơi chính mình, đừng nương tựa với một pháp nào khác", Ngài nói tiếp: "Ái ân là vô thường, nếu có xum hợp, phải có chia lìa. Nhất là thân này không phải ta, mạng sống không tồn tại mãi mãi được".

3- Đức Phật nhập Niết Bàn: Ngài nhập Niết Bàn tại rừng Ta La nước Câu Thi La giữa hai cây Long Thọ vào nửa đêm ngày mồng 8 tháng hai âm lịch, năm **543** trước

Dương lịch. Sau đó được dân chúng Mạt La thành Câu Thi cùng các đệ tử Phật cúng dàng thân Phật, rồi trà tỳ (thiêu) và chia Xá Lợi Phật cho 8 (tám) nước rước về xây tháp để mọi người chiêm bái, cúng dường.

III)- Trí huệ siêu việt của đức Phật.

Để biết về trí huệ của đức Phật Thích Ca, chúng ta nên lược trích Kinh Hoan hỷ trong Trường A Hàm, quyển 1 trang 607. Tôn Giả Xá Lợi Phất nói ra một số trong muôn sự tuyệt vời vô thượng của đức Phật như sau:

Một thời, đức Phật ngự tại rừng Ba bà lợi am bà, xứ Na lan đà, có đầy đủ 1250 vị Tỳ kheo. Khi ấy, Tôn giả Xá lợi Phất bạch Phật:

- Khi con ở trong tinh thất một mình nghĩ rằng "các Sa môn, Bà la môn trong qúa khứ, hiện tại, vị lai, về phương diện trí huệ, thần thông, công đức, đạo lực, không một ai bằng đức Thế Tôn, chứ đừng nói là hơn".

Đức Phật bảo Tôn giả Xá lợi Phất:

- Lành thay, lành thay, Ông ở trước Như Lai nói lên lời như vậy, đồng thời thụ trì, chính Ông đã rống tiếng rống sư tử. Thế nên Sa môn, Bà la môn không ai bằng Ông.

Nhưng này Xá lợi Phất, Ông có biết được tâm niệm chư Phật qúa khứ, chư Phật hiện tại trong mười phương có giới, có pháp, có trí huệ, giải thoát, an trú giải thoát như thế nào không?

- Bạch Thế Tôn, con không biết.

- Tâm niệm chư Phật qúa khứ hiện tại vị lai trong mười phương Ông chẳng thể biết. Tại sao Ông khởi lên ý nghĩ như vậy? Do nguyên nhân nào khiến Ông sinh ý nghĩ ấy? Liệu các Sa môn, Bà la Môn có tin lời Ông nói không?

- Thưa Thế Tôn, con ở trong qúa khứ hiện tại vị lai, tuy về tâm niệm chư Phật con không biết được, nhưng về pháp (giáo lý) tổng tướng của Như Lai con có thể biết

được. Thế Tôn vì con nói pháp hắc bạch (trắng đen), pháp nhân duyên, pháp đối chiếu, pháp cao xa vi diệu. Con nghe xong biết mỗi pháp đều ở trong pháp cứu cánh, đồng thời con tin đức Như lai là bậc chí chân Đẳng Chính Giác khéo phân biệt các pháp là tối thượng.

Đức Thế Tôn nói pháp "chế ngự vô thượng" như Bốn Niệm Xứ, Bốn Chính Cần, Bốn Thần Túc, Bốn Thiền, Năm Căn, Năm Lực, Bảy Giác Chi, Tám Thánh Đạo. Vì thế cho nên trí huệ của Thế Tôn thật tuyệt vời, thần thông tuyệt vời, từ hàng Sa Môn Bà la môn không ai bằng đức Như Lai, huống là muốn hơn.

Đức Thế Tôn nói pháp vô thượng về "thức nhập thai". Có bốn hạng nhập thai: Một là hạng không biết mình nhập thai, không biết mình ở trong thai, không biết mình ra khỏi thai; hầu hết mọi người ở hạng này. Hai là hạng biết mình nhập thai, nhưng không biết mình ở trong thai và không biết mình ra khỏi thai. Ba là hạng biết mình nhập thai, biết mình ở trong thai, nhưng không biết mình ra khỏi thai. Bốn là hạng biết mình nhập thai, biết mình ở trong thai, và biết mình ra khỏi thai. Vì thế, đức Thế Tôn có trí huệ tuyệt vời, có thần thông tuyệt vời, không một ai ngang bằng huống là muốn hơn.

Đức Thế Tôn nói pháp "tha tâm thông"vô thượng. Có người chẳng suy nghĩ, chẳng nghe phi nhân mách bảo, chẳng tự nghiệm thân mình, cũng chẳng nghe người khác nói, mà quán sát thẳng người khác, quán sát và nói: "Tâm người này thế này, tâm người kia thế kia". Quán sát như thế mới là chân thật.Thế nên pháp này là tối thượng, trí huệ tuyệt vời, thần thông diệu dụng, không ai bằng đức Thế Tôn, chứ đừng nói là muốn hơn.

Đức Thế Tôn nói pháp "giải thoát trí" vô thượng. Do nhân duyên, đức Thế Tôn nói "người này đắc quả Tu đà

hoàn, người kia đắc quả Tư đà hàm, A na hàm, A la hán". Thế nên pháp này là vô thượng, trí huệ tuyệt vời, thần thông diệu dụng, không một ai bằng đức Thế Tôn, huống là muốn hơn.

Đức Thế Tôn nói pháp "túc mệnh thông" vô thượng, khiến người thực hành nhập định ý tam muội. Họ nhớ một đời, hai đời, ba đời, mười đời, trăm đời, nghìn đời, vô số đời. Đời nào tên gì, bố mẹ ra sao, sống như thế nào, làm nghề gì, vợ con ra sao, tuổi thọ thế nào v.v… đều nhớ biết tất cả. Thế nên, pháp này là vô thượng, không có ai bằng đức Thế Tôn, đừng nói là muốn hơn.

Đức Thế Tôn nói pháp "sinh tử thông" vô thượng. Có người tu tập dùng định ý tam muội, do tâm nhập định, vị ấy quán sát các chúng sinh, thấy rõ sự chết sinh của họ đều theo nghiệp đã tạo, nên có kẻ xấu người đẹp, có kẻ sinh vào chỗ khốn nạn, có người sinh vào chỗ sung sướng. Thấy rõ tất cả đều do thân làm, miệng nói, ý nghĩ lành ác mà vào chỗ tốt hay chỗ xấu. Thế nên, pháp này là vô thượng, trí huệ tuyệt vời, thần thông diệu dụng, không một ai có thể ngang bằng đức Thế Tôn, huống nói là muốn hơn.

Lại nữa, đức Thế Tôn nói pháp "Như ý túc thông" vô thượng. Có đệ tử học, dùng phương tiện nhập định tam muội, do tâm nhập định, nên tạo vô số thần lực. Vị ấy có thể biến một thân thành vô số thân, vô số thân hợp lại một thân. Đi qua tường vách núi sắt đá không trở ngại, đi trên mặt nước như đi trên đất, đi trong đất như lặn xuống nước, đi trên không như chim bay. Vị ấy có thể phát ra khói, ra nước như mưa, ra lửa cháy hừng hực, lại có thể biến thân hình cao lớn tới trời Phạm, dơ tay sờ mặt trăng mặt trời.

Thế nên, tất cả trời người trong quá khứ, hiện tại, vị lai, không ai bằng đức Thế Tôn, huống là muốn hơn. Chỉ có chư Phật qúa khứ, chư Phật hiện tại, chư Phật tương lai trong mười phương là bằng đức Như Lai mà thôi.. . .

IV)- Sự Cung Kính Đức Phật:

Từ hàng vua quan đến dân giả đối với đức Phật thế nào? Chúng ta tóm lược Kinh Trang nghiêm trong Trung A Hàm quyển 4 từ trang 667 đến 680 về sự cung kính của hàng vua quan dân giả đối với đức Phật như sau:

Khi đức Phật du hóa tại Di Lũ Ly nơi dòng họ Thích, có Vua Ba Tư Nặc nước Câu Tát La cùng đoàn tùy tùng đông đảo đến viếng đức Phật. Khi tới nơi, Vua ba lần xưng tên họ, rồi đến qùy lễ lạy sát chân Phật một cách cung kính, xong ngồi qua một bên Phật. Bấy giờ đức Phật hỏi Vua:

- Này Đại Vương, Đại Vương là Vua nước Câu Tát La, Đại Vương thấy biết gì nghĩ gì mà tự hạ mình cung kính lễ dưới chân Ta như vậy?

Vua Ba Tư Nặc thưa:

- Con có pháp tịnh đối với Thế Tôn nên con cung kính. Con nghĩ rằng: "Như Lai, bậc Chính Đẳng Giác giảng dạy thật là toàn Thiện".

Bạch Thế Tôn, khi con ngồi trên ngôi Vua tại Thủ đô, con nhìn thấy cảnh: mẹ con, cha con, vợ chồng, anh chị em, họ hàng quyến thuộc cãi cọ, nói xấu, tranh chấp, giành giật, gây thương tổn, giết hại nhau vì đủ thứ chuyện. Những người thân với nhau mà còn như thế, huống là người ngoài, không thể nói hết được sự phiền khổ. Còn ở đây, con thấy đệ tử của Thế Tôn gồm đủ các thành phần trong xã hội, lại đông đảo như thế, đều theo Thế Tôn tu hành, không tranh cãi, không thù oán nhau. Nếu có người xả giới bỏ đạo, người ấy cũng không nói

xấu Phật Pháp Tỳ Kheo (Tăng), mà chỉ tự trách mình rằng: "Tôi xấu xa thiếu đức hạnh, vì tôi không thể theo trọn đời tu phạm hạnh (khuôn phép)". Đó là pháp tịnh mà con cung kính đối với Thế Tôn.

Con thấy một số Sa môn, Phạm chí, Dị học đã ít nhiều học phạm hạnh năm mười tháng, nhưng lại xả bỏ, bị ô nhiễm bởi dục, bị dục trói buộc, dính chặt dục, sống trong dục lạc. Còn đệ tử của Thế Tôn tự nguyện trọn đời tu đạo, con không thấy có một Tôn sư nào có được các đệ tử cùng sống tu hành bền vững như dưới mái nhà của Thế Tôn. Đó là pháp tịnh mà con cung kính đối với Thế Tôn.

Con thấy một số Sa môn, Phạm chí, Ni Kiền thân thể gầy còm tiều tụy xấu xí, thân nổi vẩy trắng, không ai muốn nhìn. Con tự nghĩ: "Các Tôn giả này vì sao thân thể như thế? hoặc vì bệnh hoạn, hoặc vì lén lút làm việc xấu, cho nên thân hình ốm o tiều tụy xấu xí, thân nổi vảy trắng, không ai muốn nhìn." Con hỏi họ: "Tại sao như thế?", họ trả lời: "Đại Vương, đây là ốm yếu gầy còm tiều tụy vảy trắng!". Ngược lại, con thấy đệ tử của Thế Tôn ăn uống mỗi ngày chỉ một bữa, vô cầu không sợ, bình thản đoan chính, sắc mặt tươi vui, hình thể tinh khiết, tu hành nghiêm chỉnh. Con tự nghĩ: "Nếu ăn uống, dục lạc đầy đủ mà được hân hoan đoan chính, sắc mặt tươi vui, thì con phải được như thế trước nhất, nhưng không phải". Đó là pháp tịnh mà con cung kính đối với Thế Tôn.

Lại nữa, con thấy một số Sa môn, Phạm chí, Dị học tự xưng thông minh trí tuệ, thuộc làu Kinh điển, chế phục cường địch,, đàm luận thông suốt, danh tiếng đồn khắp, phá tông chỉ của người khác dễ dàng. Họ nói rằng: "Chúng ta hãy đến chỗ Sa môn Cù Đàm hỏi những điều thế này, nếu Ông ta trả lời được, ta hỏi vặn thế kia. Nếu

không trả lời được, ta bỏ đi". Họ nghe Thế Tôn du hóa tại làng nọ, rừng kia, bèn tìm đến, nhưng khi gặp mặt, họ lại không dám mở miệng nói, huống là dám hỏi vặn ư?

Có người dám hỏi được Thế Tôn trả lời rõ ràng, nghe xong họ rất vui mừng phấn khởi, cúi đầu lễ sát chân Thế Tôn, đi nhiễu quanh ba vòng rồi lui.

Có người sau khi nghe Thế Tôn giảng, vui mừng phấn khởi, liền lễ lạy sát chân rồi tự xin quy y Thế Tôn (Phật) Giáo lý (Pháp) và Tỳ Kheo (Tăng).

Có người sau khi nghe Thế Tôn giảng dạy, vui mừng phấn khởi xin xuất gia được làm Tỳ Kheo học đạo tu hành, tinh cần tu tập, ngay trong đời hiện tại tự thân chứng ngộ, đạt Vô thượng phạm hạnh. Khi Tôn giả ấy biết pháp, chứng qủa A La Hán rồi, liền nói rằng: "Này chư Hiền, trước kia khi chưa gặp Thế Tôn, tôi gần suy vong hủy diệt. Vì sao vậy? Vì trước kia tôi không phải là Sa môn, lại tư xưng là Sa môn, không phải là Phạm hạnh lại tư xưng là phạm hạnh (khuôn phép). Bây giờ tôi mới thật sự là Sa môn phạm hạnh". Đó là pháp tịnh mà con cung kính đối với Thê Tôn.

Lại nữa, con tư do trong nước con, muốn làm gì cũng được. Dù quyền lớn như thế, nhưng con ngồi chủ tọa việc nước vẫn không được tự do nói: "Các Khanh hãy im, không ai hỏi các Khanh, mà chính là hỏi nơi ta. Các Khanh không thể quyết đoán việc này, chỉ có ta mới quyết đoán được việc này". Nhưng vẫn có người bàn cãi việc khác không đợi người khác nói xong. Thế mà trong khi Thế Tôn thuyết pháp có đại chúng vây quanh, con đã thấy có lần có người ngủ gục phát tiếng ngáy, người bên cạnh nói: "Ngài chớ có ngáy gây tiếng động, Ngài không muốn nghe Thế Tôn thuyết pháp như nước cam lộ chăng?" Người kia nghe tức thì tỉnh táo. Con nghĩ Thế

Tôn thật là kỳ diệu, là bậc Điều Ngự đại chúng, thật là hy hữu kỳ diệu. Vì sao? Vì Thế Tôn không dùng dao gậy, nhưng tất cả đều đúng như pháp mà được an ổn khoái lạc. Đó là pháp tịnh mà con cung kính đối với Thế Tôn.

Lại nữa, Đại thần Tiên Như , và Túc Cựu, là hai Đại thần đứng đầu triều đình, phụ tá cho con. Con rất qúy mến, tin cẩn, cung cấp đầy đủ cho họ, nhưng con không thể khiến họ cung kính con như họ cung kính Thế Tôn. Có một lần xuất chinh cùng bốn quân binh, đêm đến hai Đại thần cùng ở chung nhà với con tại một làng nọ. Tối đến, con thấy hai vị này đầu đêm ngồi Thiền định tĩnh tâm, tới lúc ngủ, họ nằm đầu hướng về phiá nơi Thế Tôn ngự, còn chân thì quay về phiá con. Thấy thế, con nghĩ: "Hai Đại thần này không cung kính ta như cung kính Thế Tôn". Đó là pháp tịnh mà con có thể trọn đời hạ ý cung kính, tôn trọng cúng dàng, phụng sự Thế Tôn, vì được gần gũi bậc Chính Đẳng Giác giảng dạy giáo pháp toàn chân, toàn thiện, toàn mỹ, không gì hơn được nữa.

V)- Kết luận về đức Phật:

1)- Đức Phật có đủ sáu Đại:

1- Sau 6 năm chịu đựng biết bao gian khổ thử thách, đức Phật đã chiến thắng vẻ vang. Những vị anh hùng trong nhân loại, đã có ai chiến thắng được nội tâm mình? Có ai chiến thắng được lòng ái dục của chính mình? Cho nên, chiến thắng người đã khó, mà thắng mình lại càng khó hơn. Ngài xứng danh là bậc **Đại Hùng, Đại Lực.**

2- Đức Phật không vì mình, bỏ hết tất cả, mà vì chúng sanh, vì tình thương nhân loại, muốn cho chúng sinh thoát khổ được vui, nên đã đi tìm chân lý. Ngài xứng với danh hiệu **Đại Từ, Đại Bi.**

3- Đức Phật bỏ hết để dấn thân vào cảnh cùng cực khổ sở, nhưng không thấy khổ, chẳng hề hối tiếc muốn quay lại đời sống vương giả. Ngài xứng với danh hiệu **Đại hỷ, Đại Xả**.

2)- Các điều Phật dạy cần ghi nhớ:

Đức Phật như hoa sen thơm, từ bùn nhơ lên không nhiễm mùi bùn. Ngài không bao giờ tự gọi hay cho người khác gọi Ngài là "Đấng Cứu Thế". Ngài kêu gọi mọi người tự giải thoát lấy mình, vì mỗi người đều có trong sạch và bùn nhơ, nếu diệt hết bùn dơ rồi, chỉ còn trong sạch, tức là giải thoát vậy.

Là người phủ nhận Thần linh, nhưng không có ai có đặc tính Thần linh hơn đức Phật. Biết bao sự việc xảy ra từ khi thành đạo tới lúc nhập Niết Bàn đã chứng tỏ Thần linh của Ngài thật quảng đại, tuyệt vời, không thể nghĩ bàn, nhưng chẳng bao giờ Ngài tự xưng là Thần linh.

Thay vì đặt mình vào Thần linh vạn năng để cho Trời Người khép nép sợ sệt, đức Phật đã chứng tỏ cho tất cả Trời Người đều có thể đạt qủa tối thượng như Ngài bằng sự cố gắng của mình.

Đức Phật chống đối sự phân chia giai cấp vì sẽ làm cản trở bước tiến của loài người, Ngài chủ trương bình đẳng, chê bai chế độ nô lệ, lên án phong tục cổ hủ, giết súc vật cúng Thần linh, Ngài chủ trương cứu giúp tất cả chúng sinh.

Đức Phật khuyên mọi người không nên tin mù quáng, dù đó là do niềm tin của cha ông truyền lại, dù đó là do phong tục, sách vở. Dù đó là lời của đại sư nói, mà phải suy xét thực hư, nghiên cứu, suy niệm bởi chính mình.

Mỗi lời dạy của đức Phật là một bài học vô cùng qúy giá, chúng ta nên học và hành. Những ai trên thế giới này

không biết đến những lời dạy của Ngài, thật là thiệt thòi, đáng thương thay, vì được làm người thật là khó.

Trải qua đã trên 2500 năm rồi, nhưng gương sạch của đức Phật vẫn như mặt trời chiếu sáng cho tới khi đức Phật Di Lặc ra đời. Hiện tại, không có một ánh sáng nào của một ai trội hơn hay bằng Ngài được. Đức Phật đã nói ra giáo lý chân thật, trong sáng, dễ hiểu. Thực hành đạt được kết qủa, và đã có biết bao nhiêu người đã làm theo đạt tới đích chân lý ấy. Ngài đã sống cuộc đời gương mẫu, cao cả, không quản ngại gian nan vất vả trên mọi nẻo đường tại xứ Ấn Độ để giáo hóa chúng sanh và độ cho được giải thoát khỏi khổ đau. Lòng thương của đức Phật là vô lượng, ân đức ấy là vô biên. Bởi vậy, để trả ân ấy một phần nào, chúng ta phải làm gì? Chúng ta phải:

1- Nên theo gương sáng của đức Phật:

Sự hy sinh cao cả, từ bi rộng lớn, trí tuệ sáng suốt của đức Phật không những là gương sáng cho Phật tử, mà còn cho tất cả mọi người dù không phải là Phật tử. Nếu quan niệm đức Phật là siêu nhân, thì Ngài là một siêu nhân cao hơn tất cả các siêu nhân của nhân loại, cho nên Ngài phải được mọi người kính nể, tôn sùng và chiêm ngưỡng.

2- Tín đồ nên nhớ những lời di chúc:

Là Phật tử, ai cũng biết các lời dạy của đức Phật là qúy báu, nhưng nếu chúng ta không học hỏi và thực hành thì cũng vô ích. Ngài dặn: "Tất cả đều tan rã, chỉ có chân lý là bất di bất dịch, là qúy. Hãy tinh tấn lên để giải thoát".,.

Nam Mô Thích Ca Mâu Ni Phật

Thờ Phật lễ Phật

(Tăng Nhất A Hàm quyển 2 trang 198, 199, quyển 3 từ trang 476 đến 478, trang 543. Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 835, 975, 980 trang 177, 457, 473, quyển 4 Kinh số 1111 từ trang 85 đến 89. Phật Học Phổ Thông quyển 1 từ trang 109 đến 123. Sự Lý Lễ Tụng)

Trên thế giới, bất luận dân tộc nào, thời đại nào, hễ người có công đức với xã hội quốc gia đều được ca ngợi tôn thờ. Đối với Tôn giáo cũng tương tự nhưng có tính

cách thiết tha và thường trực hơn, vì các vị giáo chủ là những bậc như gương sáng cho mọi người noi theo và có công ơn lớn đối với nhân loại. Trong các vị giáo chủ, đức Phật là bậc được tín đồ tôn sùng nhất trong sự thờ cúng lễ lạy, chúng ta sẽ phân tích về sự thờ Phật và lễ Phật.

I)- Thờ Phật

1)- Tại sao đức Phật đáng tôn thờ?

Phật là bậc hoàn toàn giác ngộ, trí tuệ sáng suốt biết hết mọi sự trong vũ trụ, và đầy đủ đức hạnh cao qúy. Ngài là bậc siêu phàm vượt thánh, có đủ Từ Bi Trí Dũng. Ngài dùng tâm bình đẳng để dẫn dắt chúng sanh ra khỏi biển khổ luân hồi sinh tử, biến người ác thành người thiện. Đức Phật để lại những giáo thuyết cao siêu không huyền hoặc, chân thật, thực hành được và kết qủa viên mãn. Ngài đã độ cho người ngu thành người trí, người không giải thoát được giải thoát, làm mắt cho người mù, làm bậc đại y vương cho người bệnh hoạn, Trời, Người. Thần, Thiên ma, Qủy Ma đều tôn kính đức Phật là bậc tối thắng. Ngài là bậc có một không hai trên thế gian này, bởi vậy chúng ta thờ Ngài.

2)- Thờ Phật như thế nào?

Thờ Phật là để tôn kính Ngài là bậc gương mẫu, là ngọn đèn trí tuệ soi đường chỉ lối Chân Thiện Mỹ cho chúng ta noi theo. Chúng ta không thờ Ngài với mục đích thấp kém như cầu xin được cái này hay cái kia một cách bất chính, thí dụ như học sinh lười biếng cầu xin được thi đậu, người trộm cướp cầu xin không bị bắt, kẻ buôn bán lừa dối cầu xin giàu có. Nếu thờ Ngài với mục đích cầu xin sai lạc như thế chúng ta đã phỉ báng Ngài. Chúng ta chỉ cầu Ngài gia trì cho chúng ta sự sáng suốt, tính nhẫn

nại chịu đựng, lòng khoan dung độ lượng, và tâm an bình mà thôi.

3)- Thờ đức Phật nào?

Đức Phật nào cũng có vô lượng quang vô lượng thọ bao la cùng khắp. Công đức phúc trí vô lượng vô biên, nên thờ một đức Phật là thờ tất cả các đức Phật mười phương. Ngày nay vẫn còn trong thời kỳ giáo hóa của Phật Thích Ca nên thờ Ngài là chính. Nếu người tu Tịnh Độ trì niệm danh hiệu Phật A Di Đà để cầu vãng sinh, thờ thêm Phật A Di Đà. Nếu muốn thờ ba đời chư Phật, thêm đức Di Lặc, gọi là tam thế Phật.

4)- Trưng bày bàn thờ như thế nào?

Nên sắp xếp thờ chung một bàn thờ, nếu thờ ba vị Phật phải đặt Phật Thích Ca ở giữa, nếu thờ hình phải bằng nhau không cao thấp, nếu là tượng phải đặt ngang hàng không trước sau trên dưới. Thờ ông bà tổ tiên phải ở hai bên hoặc bên dưới. Chỗ thờ không để tạp vật, chỉ có bình hoa, lư hương, chân đèn, đĩa qủa, chuông mõ. Những vật này thỉnh thoảng phải lau chùi. Chỗ thờ thường ở gian giữa hoặc chỗ chính của căn nhà, nếu nhà lầu, nên đặt ở tầng trên.

Lần đầu thỉnh hình hay tượng Phật về nên làm lễ "An vị Phật". Chủ nhà phải tắm rửa sạch sẽ thân, tâm phải vui vẻ không có những tham sân buồn rầu, nếu mời thiện tri thức đến hộ niệm một thời kinh như Kinh "Bát Đại Nhân Giác" (Kinh tám điều hiểu biết của người đại trí tuệ)

Bắt đầu từ ngày an vị Phật, tất cả mọi người trong nhà ra vào qua lại trông thấy đức Phật nên nhớ nghĩ đến đức hạnh của Ngài mà tự chỉnh đốn thân tâm mình, chỉnh đốn lại các cách cư xử với nhau và với người ngoài đúng với ý nghĩa quy y Tam Bảo, hành trì Ngũ Giới, bố thí nhẫn

nhục, Từ Bi Hỷ Xả để xứng với gia đình có thờ Phật.

II)- Lễ Phật

1)- Lễ Phật có nguồn gốc ra sao?

Thời đức Phật còn tại thế, các đệ tử của Phật từ vua quan đến dân chúng mỗi lần đến gặp đức Phật đang ngồi, đều qùy xuống, hai tay chống đất, đầu cổ cúi, trán sát gần chân Phật để tỏ sự tôn sùng lòng ngưỡng mộ vô bờ bến đối với bậc tối thượng tôn. Cử chỉ ấy biểu lộ sự khiêm tốn khuất phục đối với đức đại Giác siêu phàm. Ngày nay mặc dù đức Phật đã nhập Niết Bàn, nhưng toàn thể tín đồ xem như Ngài vẫn còn tại thế và hình dung như Ngài ngồi trước mặt chứng giám cho tấm lòng thành kính thiết tha của mình. Khi lễ Phật, hai chân qùy xuống, hai tay chống đất và cúi đầu sát đất (có sách viết hai bàn tay để ngửa). Dĩ nhiên là trước khi lễ phải sửa soạn thân tâm như đã viết ở trên.

a)- Về Sự (sự việc làm): Bắt đầu, đốt hương (một hay ba cây hương tùy ý), đứng thẳng, hai tay chắp lại kẹp hương ở giữa để ở trước ngực, mắt nhìn Phật, tâm nghĩ tưởng đến các tướng tốt, đức hạnh cao cả của Ngài và tỏ bày nguyện vọng chân chính của mình bằng cách thầm nghĩ tưởng trong đầu hay nói thầm hoặc nói thành tiếng, xong vái ba vái (hai tay chắp trước ngực vái), cắm hương vào lư, đánh ba tiếng chuông chậm rãi không to không nhỏ (nếu có chuông), rồi lạy ba lạy (cách thức lạy như đã viết ở trên), xong xá ba xá (hai tay chắp dơ cao tới đầu xá xuống tới ngực).

Lễ như thế gọi là "chính lễ" hay "thân tâm cung kính lễ", thân sạch sẽ tề chỉnh nghiêm trang, tâm hân hoan thành kính chính đại quang minh. Nếu không như thế mà chỉ để cầu danh ham lợi, gọi là tà lễ.

b/- **Về Lý** (nghĩa lý): Có bốn loại nghĩa lý cao siêu:

1- Trí thanh tịnh lễ: Cảnh giới chư Phật đều tùy tâm hiện, nên lễ một đức Phật tức là lễ tất cả chư Phật, lễ một lễ là lễ cả Pháp giới, vì Pháp thân của Phật dung thông.

2- Nhập Pháp giới lễ: Người hành lễ phải tự quán thân tâm mình cùng tất cả các pháp (vạn vật) từ hồi nào tới giờ đều không rời Pháp giới (bản tính của chúng sinh).

3- Chính quán lễ: Người hành lễ lạy Phật tại tâm mình, vì mọi chúng sanh đều có Phật tánh chân giác, trí tuệ bình đẳng.

4- Thật tướng bình đẳng: Người hành lễ thấy người và mình là một, thánh phàm nhất như (như nhau), thể dụng không hai (Nguyên chất hàm ở trong gọi là Thể, công dụng làm ra ngoài gọi là Dụng), thể tánh vắng lặng (Thể tính: nguyên chất bản nguyên về tinh thần).

Khi lễ Phật phải phát tâm vui vẻ, nhất tâm hành lễ, ý vắng lặng không nghĩ muôn việc.

2)- Lễ vật cúng Phật

a)- Về Sự: Lễ vật chỉ cần hương đèn, hoa qủa, nước trong là đủ. Lễ vật cúng Phật chỉ là tượng trưng cử chỉ tôn kính của người Phật tử. Sự cúng dường này tạo cảm tưởng gần gũi và kết duyên lành với Phật.

b)- Về Lý: Có năm món diệu hương cúng Phật:

1- Giới hương: Chúng ta phải **giữ giới** đầy đủ để lễ Phật.

2- Định hương: Chúng ta phải định **tĩnh tâm**, không để ý nghĩ suy tưởng làm loạn đông tâm.

3- Huệ hương: Chúng ta phải lưu tâm ba món sáng tỏ: "**Văn**" là tìm nghe lời hay ý đẹp, "**Tư**" là suy tư những lời hay ý đẹp xem thế nào là phải trái chân tà, và "**Tu**" là quyết tâm thực hành những điều phải, trừ bỏ điều tà sai.

4- Giải thoát hương: Quyết trừ **ngã chấp**, trừ chấp cái ta, quán vô ngã để trừ đau khổ, trừ thức phân biệt cái ta là mình để thoát khỏi sinh tử luân hồi.

5- Giải thoát tri kiến hương: Đoạn dứt **chấp ngã** là giải thoát, nhưng chưa được vô ngại, phải trừ **chấp pháp** (chấp mọi vật là có thực) nữa mới được vô ngại, bằng cách quán Bốn Đại (đất, nước, gió, lửa) không thật, như nước đối với loài cá là nhà, gỗ đối với loài mọt là nhà và thức ăn v.v… Những cái ta tưởng thật nhưng không phải thật chỉ là giả dối, đối đãi với nhau sinh ra mà thôi.

3)- Cúng Pháp bảo:

Pháp bảo là giáo pháp do Phật giảng dạy, cũng gọi là Phật pháp. Phật pháp là phương thuốc hiệu nghiệm thần diệu trừ được bệnh khổ đau của chúng sanh. Muốn cúng Pháp bảo, phải tìm tòi nghe giảng, học hỏi nghiên cứu giáo lý Kinh Luật Luận của Phật giáo. Khi ấy sẽ có năm công đức là điều chưa từng biết được biết, biết rồi liền áp dụng, từ bỏ các đều nghi ngờ, không còn tà kiến suy nghĩ sai lầm, sự hiểu biết được sâu rộng. Lúc có kiến thức sâu rộng, phải nghĩ tới việc ấn tống Kinh sách, phiên dịch hay sáng tác diễn giảng để phổ biến Phật pháp đến quảng đại chúng sanh, như thế là cúng Pháp bảo.

Người cúng pháp còn phải trừ kiêu mạn, hành chính pháp trừ tham dục, đoạn dứt đường ác đến chỗ lành.

4)- Cúng Tăng bảo:

Chư Tăng Ni là những người học giáo lý của Phật, là người bạn lành, người thầy sáng, vì thế chúng ta kính trọng, gần gũi Tăng Ni để học hỏi giáo lý và đường lối thực hành. Nếu chúng ta đã thành tâm thờ Phật, cũng nên trọng Tăng Ni vì các vị này đã truyền giáo lý của Phật đến mọi người, lẽ nào ta lại làm ngơ không biết đến. Một vài người có bằng cấp cao tỏ ra kiêu căng ngã mạn,

coi nhẹ các vị tu hành, họ cho rằng các vị tu hành không có ăn học bao nhiêu. Các người có bằng cấp này chưa hiểu được Phật pháp cao siêu mà người tu hành học được, có biết bao nhiêu các nhà Khoa học trí thức trên thế giới ca ngợi cung kính Phật pháp. Hơn nữa, người xuất gia rời bỏ đời sống nhục dục, ăn chay sống cuộc đời đạm bạc để học hành Phật pháp, đây là việc làm không phải dễ đâu. Vị Tăng Ni nào có đủ giới đức, chúng ta không phân biệt chùa nào, Tăng Ni xứ nào phái nào, ta đều cung phụng, vì Tăng Ni là ruộng phúc của tất cả chúng sanh, như thế là cúng dường Tăng bảo.

III)- Câu chuyện Vua Trời Lễ Phật

Trong Tạp A Hàm, quyển 4 Kinh số 1111 trang 85, khi đức Phật ngự tại vườn Cấp Cô Độc nước Xá Vệ, Ngài nói về thời qúa khứ, Thích Đề Hoàn Nhân là vua Trời Đế Thích (mà dân gian thường gọi là Ngọc Hoàng Thượng Đế). Một hôm Vua muốn đi thăm vườn, sai người hầu cận sửa soạn xe bánh nghìn căm. Khi sửa soạn xong, người hầu cận đến tâu Vua: "Thưa Đế Thích Chủ, xe đã sửa soạn xong, xin Ngài biết thời". Đế Thích liền bước xuống điện Thường Thắng, hướng về phương Đông, chắp tay lễ Phật. Bấy giờ người hầu cận thấy thế liền sợ hãi, thấy người hầu cận kinh hãi, Đế Thích liền hỏi: "Ông thấy gì mà sợ hãi như thế? Người hầu cận tâu: "Ngài là vua Trời Người, hết thảy đều cung kính lễ bái Đế Thích Chủ, còn chỗ nào hơn mà Thiên Đế phải kính lễ như thế? Đế Thích bảo: "Ta là Thiên Đế của tất cả Trời Người, nhưng ở thế gian lại có đấng Chính Giác xuất hiện, đáng là bậc Thầy của hết thảy Trời Người, Ngài có trí huệ tối thắng bậc nhất, nên ta cúi đầu lễ".

Đức Phật bảo: "Trời Đế Thích là Vua tự tại của Trời còn cung kính Phật, còn khen ngợi sự cung kính Phật,

mọi người cũng nên tôn trọng cung kính Như Lai như thế, nên khen ngợi sự cung kính Phật như thế".

IV)- Lợi ích của Thờ Phật lễ Phật:

Như trên đã viết, chúng ta thờ Phật lễ phật là bậc gương mẫu hoàn toàn để học hỏi noi theo. Hiện tại, gia đình được ảnh hưởng tốt lành của Phật, trên dưới hòa thuận, sống êm ấm. Khi có bàn thờ Phật, lễ bái hàng ngày, sống nhu hòa gương mẫu, con cháu được ảnh hưởng tốt của sự sống đạo vị hiền lương ấy.

Chư Phật có vô lượng công đức, nên người lễ Phật sẽ được năm công đức sau đây:

1- Được đoan chính, trang nghiêm chính đại, vì khi lễ nhìn hình Phật rồi phát tâm hoan hỉ, do nhân duyên này sẽ được đẹp đẽ đoan chính.

2- Được giọng nói tốt, khi lễ Phật ba lần xưng danh hiệu: " Nam mô Giáo Chủ Bản Sư Thích Ca Mâu Ni Phật", do nhân duyên này được giọng nói trở nên tốt.

3- Được đầy đủ, khi lễ cúng Phật, rồi học hạnh từ bi của Phật phát tâm bố thí, do nhân duyên này được đầy đủ.

4- Khi lễ Phật, học lời Phật dạy lià bỏ nghĩ ác, chú tâm lạy Phật, do nhân này sẽ được sống lâu khỏe mạnh.

5- Được sinh lên cõi Trời, khi lễ Phật khởi lòng tin Tam Bảo, làm các việc lành, do nhân này sẽ sinh lên cõi Trời.

Trong Tạp A Hàm, quyển 3 Kinh số 835 trang 177, đức Phật dạy bốn chúng tại tịnh xá Kỳ Hoàn trong vườn Cấp Cô Độc thuộc nước Xá Vệ về bốn "Bất Hoại Tịnh" (Bốn niềm tin sắt đá) đối với Phật, Pháp, Tăng, và Giới. Đức Phật nói: "Người có bốn bất hoại tịnh còn hơn Chuyển Luân Thánh Vương (Đại Vương nhân đức), vì khi chết Chuyển Luân Thánh Vương được sinh cõi Trời, nhưng khi hết tuổi thọ ở cõi Trời rồi, không thoát khỏi ba đường dữ là Địa ngục, Ngạ qủy, Súc sinh. Còn người có lòng tin

thanh tịnh đối với Phật, Pháp, Tăng, Giới, được sinh cõi Trời, sau khi hết tuổi thọ ở cõi Trời, được sinh trở lại nhân gian lại có đời sống thọ và sung sướng.

Trong thế giới này, mặc dù người phàm mắt tục không thấy được chư Thiên Thần Hộ Pháp nhưng lúc nào các vị này cũng hộ trì cho người thờ cúng Phật và tu trì Phật pháp. Lại nữa, Ma Qủy khi thấy chúng ta thờ Phật đều phải tránh xa không dám đến gần quấy phá.

Khi gặp hoạn nạn, gặp nguy khốn, gặp tai biến, sợ hãi, nhớ nghĩ đến Phật, niệm danh hiệu: "Nam mô Giáo Chủ Bản Sư Thích Ca Mâu Ni Phật" xin Phật gia trì cho khỏi sợ hãi, tăng thêm nghị lực và sức chịu đựng; hoặc niệm: "Nam Mô cứu khổ cứu nạn linh cảm Quán Thế Âm Bồ Tát" để được độ trì.

Khi lâm chung, chúng ta đã huân tập nghiệp lành trong suốt thời gian sống như thế, sẽ cảm ứng lòng từ bi của chư Phật và chư Bồ Tát, nên dễ dàng được siêu thoát về nơi an lạc vĩnh hằng.,.

Đức Phật dạy:

Thấy **Sắc** như bọt nước,
Cảm **Thọ** tựa bóng trăng,
Coi **Tưởng** như sóng nắng,
Thân **Hành** là cây chuối,
Các **Thức** cùng hư huyễn

Thế nào là một Phật tử?

(Trích dẫn tham khảo: Kinh Đại Phương Tiện, Kinh Thập Thiện, Phật Học Phổ Thông quyển 1 trang 55 đến 91)

Phật tử là con Phật, người Phật tử tôn kính đức Phật làm đạo Sư của mình. Có hai loại Phật tử: Phật tử xuất gia và Phật tử tại gia. Phật tử xuất gia xa rời gia đình, sống không gia đình, ở trong chùa am, tịnh thất v.v… Phật tử xuất gia được thể hiện bề ngoài là cạo râu tóc, mặc quần áo của người tu để học hỏi Phật pháp, tu hành và dẫn dắt chúng sinh trên đường học hỏi và tìm kiếm chân lý. Phật tử tại gia là những người sống tại nhà, công nhận Phật giáo là Tôn giáo của mình. Trong bài này chúng ta chỉ bàn về loại Phật tử tại gia, và người như thế nào được gọi là một Phật tử tại gia?

Tuy nói là Phật tử tại gia, nhưng nếu phân tích ra, chúng ta thấy có nhiều loại. Có người cả đời chẳng bao giờ tới chùa, có người chỉ tới chùa khi có lễ Cầu Siêu cho bạn thân hay bà con chết. Có người lâu lắm mới tới chùa một lần, có người chỉ tới chùa trong các dịp lễ lớn như lễ Phật Đản, lễ Vu Lan. Lại có người tới chùa hàng tháng hoặc hàng tuần v.v...

Đạo Phật không câu chấp về sự có mặt tại chùa của người Phật tử tại gia. Đạo Phật thể hiện sự tự do bằng hai chữ "tùy tâm", tùy hoàn cảnh, tùy duyên của mỗi người, không có sự gò bó bắt buộc. Người Phật tử có quyền đến chùa mà mình ưa, nghĩa là có thể tùy hỉ tới bất cứ chùa nào không kể xa gần. Đứng về phương diện tổ chức, chúng ta thấy Phật giáo qúa lỏng lẻo, ai tới chùa nhiều thì

tốt, còn ai không tới chùa cũng được, không có chuyện nhắc nhở bằng cách này hay cách khác v.v…

Cũng vì những lẽ đó, mà trình độ hiểu biết giáo lý về Phật giáo của người Phật tử rất thiếu sót và không đồng đều. Không thể nào so sánh sự hiểu biết của người Phật tử nói chung về triết thuyết Phật giáo với sự hiểu biết của tín đồ Tôn giáo khác về giáo điều Tôn giáo của họ được. Nghĩa là người Phật tử không hiểu biết nhiều về Tôn giáo của mình trong khi tín đồ Tôn giáo khác họ hiểu giáo điều Tôn giáo của họ rất tường tận. Tuy nhiên, cũng có một số Phật tử nghiên cứu thâm sâu giáo thuyết Phật giáo của mình chứ chẳng phải tất cả mọi Phật tử đều có trình độ yếu kém về Phật pháp.

Sở dĩ các Tôn giáo khác họ đào tạo được tín đồ của họ là vì tổ chức chặt chẽ, hàng tuần đều phải có mặt tại cơ sở Tôn giáo của họ. Nếu người nào quên, được nhắc nhở bằng nhiều cách khác nhau, nhất là các thế hệ trẻ lại càng được để ý chăm sóc kỹ lưỡng.

Về Kinh sách, các đạo khác thường chỉ có một hai quyển Kinh chính và một số sách giải thích Kinh nên tương đối không phức tạp, người học dễ ghi nhớ. Trong khi Phật giáo có 12 bộ Kinh, Luật, Luận và biết bao nhiêu sách, lại cao siêu khó hiểu, nhất là phần lớn các Kinh được dịch từ chữ Hán sang chữ quốc ngữ. Lại chữ quốc ngữ, nhiều khi không có những từ ngữ tương tự thích hợp, không có đủ chữ để diễn tả ý Kinh nên dịch giả phải dùng chữ Hán Việt. Người Phật tử phần lớn không được học chữ Nho, Hán tự, khi đọc Kinh sách gặp các chữ ấy không hiểu, lúng túng, phát nhức đầu, chán nản, nhiều người bỏ luôn không đọc nữa.

Tại các chùa, thường ban đầu chùa nào cũng có thuyết giảng giáo lý mỗi tuần, mới đầu cũng có nhiều người tới

nghe. Nhưng vì bận công ăn việc làm nên khi đến khi không, thành ra sự hiểu biết chỉ lõm bõm một vài vấn đề. Sau một thời gian, số Phật tử đến nghe giảng càng ngày càng thưa dần, nên cuối cùng ngưng luôn, chỉ còn có thuyết giảng trong các dịp có đại lễ mà thôi, nên kết qủa chẳng được là bao.

Như trên đã nói, Kinh sách của Phật giáo rất nhiều so với các Tôn giáo khác. Người nghiên cứu nhiều hết lời ca ngợi, ngay cả những người không theo đạo Phật nhưng có nghiên cứu tìm hiểu Kinh sách của đạo Phật một cách khách quan đều khen ngợi đạo Phật là đạo trí tuệ. Như một số các nhà trí thức, khoa học, Bác học Tây phương đã từng ca tụng đạo Phật mà ai cũng đã biết. Vậy mà nhiều người Phật tử chỉ hiểu Tôn giáo của mình một cách đại khái, có khi nói những điều ngược lại đường lối của đạo Phật mà chẳng biết chẳng hay.

Chúng ta thấy rõ ràng rằng một số người Phật tử không hiểu nhiều về đạo của mình, nên cần tự chấn chỉnh bằng cách tìm đọc Kinh sách. Hoặc năng tới chùa, xin được nghe giảng giáo lý để trám cái lỗ trống thiếu hiểu biết Giáo lý của Phật từ bao lâu nay.

Đến đây, chúng ta thử phân tích thế nào mới là một Phật tử? Đúng ra, chỉ gọi là Phật tử khi nào đã quy y Tam Bảo. Vậy những ai từ hồi còn nhỏ đến giờ chưa hề quy y, mà tưởng rằng không cần quy y vẫn đương nhiên là Phật tử, nên đến một chùa nào mà mình thấy rằng vị Thầy ở chùa ấy có đầy đủ đức hạnh để xin quy y Tam Bảo. Chúng ta phân tích xem thế nào là quy y Tam Bảo?

I)- Quy y Tam Bảo

Thế giới này, con người sống trong dục vọng mê mờ, nước mắt con người trong khổ đau nhiều hơn nước biển

cả. Chúng ta muốn thoát khỏi chỗ bùn nhơ, nhưng chúng ta không thể tự thấy được con đường sáng sủa để thoát khỏi. Vậy ai là người có đủ phương pháp thần diệu và lòng vị tha để chỉ đường cho chúng ta đi? Đấng cao cả từ bi có đầy đủ năng lực ấy là Đức Phật. Chỉ có giáo pháp của Ngài mới cứu được con người ra khỏi vô thường đau khổ mà thôi. Vậy, còn ngần ngại gì mà chẳng chịu quy y Tam Bảo?

1)- Quy y là gì?

Quy có nghĩa là trở về, **y** có nghĩa là nương tựa, được che chở. Ví như người con bỏ nhà đi hoang, bây giờ trở về nương tựa cha mẹ để được che chở. Quy y còn có nghĩa là phục tùng kính vâng.

2)- Tam Bảo là gì?

Tam Bảo là ba ngôi báu Phật, Pháp, Tăng.

Vàng bạc châu báu dù qúy giá cũng không thể cứu con người khỏi khổ của sống già bệnh chết. Còn Phật Pháp Tăng có đủ năng lực dẫn dắt con người ra khỏi sinh tử luân hồi, bởi vậy mới nói Phật Pháp Tăng là Tam Bảo, ba ngôi qúy báu là vậy.

1- Phật là gì? Phật do chữ Phạn Buddha phiên âm ra, có nhiều người gọi là Bụt, là Giác giả, nghĩa là bậc sáng suốt hoàn toàn giác ngộ. Phật là người thấu suốt tất cả hai phần "Tính" (Tánh, thể tánh) và "Tướng"(hình dạng) của hết thảy vạn vật trong vũ trụ.

2- Pháp là gì? Do chữ Phạn Darma dịch ra, là phương pháp đối xử, tu hành mà đức Phật đã nói ra để diệt trừ mê muội, khổ đau, và chứng qủa giải thoát khỏi sinh tử luân hồi. Ba tạng Kinh điển "Luật, Kinh, Luận" của Phật giáo gọi chung là Pháp.

3- Tăng là gì? - Tăng hay Tăng già do chữ Phạn Sanga phiên âm ra, là hòa hợp chúng, một đoàn thể tu hành từ bốn người trở lên sống chung hòa thuận cùng giữ giới luật của Phật để tu hành và hướng dẫn chúng sinh trên đường học đạo.

3)- Tại sao phải quy y?

1- Tại sao phải quy y Phật?

Đức Phật là đấng hoàn toàn sáng suốt, hiểu biết hết thảy vạn vật vũ trụ, từ bi vô lượng, phước huệ vô biên, đức hạnh viên mãn. Ngài đã giác ngộ hoàn toàn, có kinh nghiệm bản thân giải thoát ra khỏi vòng sinh tử luân hồi, nên Ngài là vị dẫn đường đúng nhất vĩ đại nhất, trên thế gian này không có người nào hơn Ngài. Do đó chúng ta quy y Phật. Quy y Phật có nghĩa là quy y Phật ba đời (qúa khứ, hiện tại, và tương lai), song lấy một vị Phật đã xuất thế để chứng minh.

2-Tại sao lại quy y Pháp?

Chỉ có phương pháp của đức Phật nói ra từ sự thấy biết và kinh nghiệm của bản thân mới thật sự chân thật, thật sự đầy đủ công năng đưa con người ra khỏi bể khổ, trầm luân, đến bờ giải thoát cũng như Ngài vậy. Giáo pháp của Ngài chân thật bất hư, có một không hai trên thế gian này, nếu ai thực hành theo đúng đều được kết qủa mỹ mãn, và đã có biết bao người đã tới đích sau khi áp dụng thực hành theo giáo pháp của Ngài. Đó là bằng chứng hùng hồn đích thực cho người Phật tử chúng ta suy gẫm, và đó là lý do tại sao chúng ta quy y Pháp.

3- Tại sao lại quy y Tăng?

Tăng là người hy sinh gia đình tiền của danh vọng thế gian để học hỏi giáo lý của Phật và tu hành. Tăng cũng là những người tình nguyện thay Phật để hướng dẫn chúng

sanh về giáo lý và thực hành những điều lợi ích trên bước đường tìm chân lý giải thoát. Đó là lý do tại sao chúng ta quy y Tăng.

4)- Tam Bảo gồm những gì?

Tam Bảo gồm có ba bậc:

a)- Đồng thể Tam Bảo:

1- Đồng thể Phật bảo: Tất cả chúng sinh cùng có **thể tánh sáng suốt** như chư Phật.

2- Đồng thể Pháp bảo: Tất cả chúng sinh cùng có **đức tính bình đẳng từ bi** như chư Phật.

3- Đồng thể Tăng bảo: Tất cả chúng sinh cùng có **thể tánh thanh tịnh** như chư Phật.

b)- Xuất thế Tam Bảo:

1- Xuất thế Phật bảo: Các đức Phật mười phương đều ra khỏi sự ràng buộc của thế gian và đều tự tại vô ngại.

2- Xuất thế Pháp bảo: Tất cả chính Pháp của Phật đều đưa chúng sanh thoát khỏi ràng buộc của thế gian.

3- Xuất thế Tăng bảo: Tất cả các vị Thánh Tăng (đã đạt đạo) đều đã ra ngoài ràng buộc của thế gian và đều tự tại vô ngại.

c)- Thế gian trụ trì Tam Bảo:

1- Thế gian trụ trì Phật bảo: Là hình ảnh, tượng, xá lợi của Phật.

2- Thế gian trụ trì Pháp bảo: Là các Kinh, Luật, Luận của Phật.

3- Thế gian trụ trì Tăng bảo: Là hàng Tăng Ni tu hành chân chính, nghiêm trì giới luật đầy đủ.

5)- Có mấy loại quy y?

Quy y được chia làm hai loại:

a)-Quy y bên ngoài: Cũng gọi là Sự (sự việc làm), Quy y rồi về bề ngoài phải làm những gì?

1- Đối với Phật: Cung kính Phật là người đã vì chúng sanh mà giảng giải giáo lý trong suốt cuộc đời của Ngài. Lễ bái Phật với tâm tôn kính, nguyện noi theo bước chân của Ngài trên bước đường giải thoát.

2- Đối với Pháp: Nguyện học đọc tụng giáo lý cao siêu của Phật và áp dụng triệt để.

3- Đối với Tăng: Thực hành quy y Tăng Ni, vâng nghe những lời chỉ bảo chân chính, hễ thấy người tu hành chân chính thì kính nể qúy trọng, xem như vị đó là đại diện của Phật.

b)-Quy y bên trong: Cũng gọi là Lý (nghĩa lý), nếu chỉ quy y bên ngoài (Sự) mà quên không quy y bên trong (Lý), chúng ta chưa thực hành đúng với nghĩa Tam Quy. Bên trong chúng ta cũng có đủ Tam Bảo, chúng ta cần thực hành Tam Tự Quy Y: Tự quy y Phật, tự quy y Pháp, tự quy y Tăng. Nói vậy, chứ chúng ta **không nên kiêu ngạo ngã mạn về cái bản ngã đầy đủ các đức tánh của mình.**

1- Tự quy y Phật: Là quay về với bản tính chân như đầy đủ công đức, trở về với Phật tánh tràn đầy trí tuệ sáng suốt của mình. Quy y Pháp thân (Phật tánh) chứ không quy y sắc thân (thân mình), tuy nhiên sắc thân là chỗ nương tựa của Pháp thân. Phật dạy mỗi người đều có Phật tánh, vì mê muội nên bị vọng tưởng che lấp, nhưng Phật tánh vẫn còn đó chứ không bao giờ mất, khi hết vô minh, Phật tánh hiện ra.

2- Tự quy y Pháp: Là quy y cái vô dục, vâng làm theo Pháp tánh quang minh chính đại của mình như trì giới nhẫn nhục, từ bi hỷ xả, bình đẳng trí tuệ v.v…, là tự quy y Pháp.

3- Tự quy y Tăng: Hướng về công đức qủa vi Thánh, tánh thanh tịnh của mình xưa nay vẫn có, cũng như Tăng

già hiện thân thanh tịnh hòa hợp bên ngoài, có hòa hợp mới thanh tịnh được, nên tự quy y hòa hợp thanh tịnh là vậy.

6)- Nghi thức quy y:

Phải được thực hiện do một vị Tăng tại chùa, chư Tăng hướng dẫn, trong đó trước tiên phải sửa soạn bằng cách tắm rửa thơm tho, quần áo sạch sẽ cho thân thể bên ngoài, không tham sân buồn phiền bên trong. Khi quy y, mỗi người được vị Tăng ban cho một tên hiệu gọi là "Pháp danh", phần chính của quy y là phát nguyện như sau:

- Đệ tử suốt đời quy y Phật,
- Đệ tử suốt đời quy y Pháp,
- Đệ tử suốt đời quy y Tăng.

Sau khi phát nguyện, người Phật tử đã gieo hạt giống Bồ Đề và sẽ thoát khỏi ba cảnh Địa Ngục, Ngạ Qủy (ma qủy), Súc Sinh, vì thế người quy y nói:

- Đệ tử quy y Phật rồi khỏi đọa Địa Ngục.
- Đệ tử quy y Pháp rồi khỏi đọa Ngạ Qủy.
- Đệ tử quy y Tăng rồi khỏi đọa Súc Sinh.

Sau chót, người quy y tự nguyện nói:

- Đệ tử quy y Phật rồi, nguyện trọn đời không quy y Trời, Thần, Qủy, Vật.
- Đệ tử quy y Pháp rồi, nguyện trọn đời không quy y ngoại đạo tà giáo.
- Đệ tử quy y Tăng rồi, nguyện trọn đời không quy y ác nhân ác đảng.

7)- Lợi ích của quy y:

Có hai lợi ích của việc quy y:

1- **Không đi lạc đường:** Mọi người đều ngụp lặn trong biển khổ sinh tử triền miên, nếu không có sự hướng

dẫn sáng suốt, chúng ta còn quay cuồng mãi mãi trong luân hồi không có ngày ra khỏi. Cái ánh sáng ấy là đức Phật, phương tiện là Pháp (Kinh sách), và người hướng dẫn là chư Tăng. Có những sự qúy báu như thế mà chúng ta không chịu nắm lấy, chẳng khác người sắp chết đuối thấy cái bè trôi qua lại không chịu bám vào.

2- **Dễ giữ lời hứa:** Có người nói:"Kính Phật trọng Pháp tin Tăng là đủ, cần gì phải quy y nữa?". Sự thực, về phương diện tâm lý, một lời nguyện trước sự chứng tri của Phật, Tăng, trong khung cảnh quy y làm cho người quy y khó mà quên được vậy, nên cần phải quy y.

Quy y còn đi đôi với Ngũ giới, gọi là Tam Quy Ngũ Giới. Nếu một Phật tử đã quy y rồi mà không biết Ngũ giới thì thiếu sót, và chưa thật sự là người Phật tử. Nói đúng hơn, cũng như một người đã bước chân vào cổng chùa, nhưng đứng đó không tiến bước vào chùa. Chúng ta sẽ phân tích xem thế nào là Ngũ Giới.

II)- Ngũ giới.

Ngũ giới là năm giới, năm điều ngăn cấm, phải giữ của người Phật tử tại gia. Sở dĩ đức Phật đặt ra năm giới, vì Ngài mong muốn cho người Phật tử tại gia hưởng được qủa báo tốt đẹp. Người Phật tử không thể chỉ thọ Tam Quy mà không trì Ngũ Giới. Người quy y là đã bước một nấc thang đầu tiên, nếu không giữ giới có nghĩa là dừng lại tại đó, không tiến bước tới nữa. Năm giới này không những để tiến bước trên đường giải thoát, mà còn đem lại trật tự, an vui, hòa bình cho gia đình, xã hội.

Người Phật tử tại gia đã quy y, **giữ từ một tới năm giới** sau đây:

1- Không sát sinh, 2- Không trộm cướp, 3- Không tà dâm, 4- Không nói dối, 5- Không uống rượu.

Đức Phật không bắt buộc người Phật tử phải tuân theo triệt để, cũng không hăm dọa nếu không tuân theo phải bị chịu hình phạt, có giữ giới hay không là tùy thuộc mỗi người tự liệu lấy. Đạo Phật khác với các Tôn Giáo khác một phần là ở điểm này. Năm giới là năm thành trì ngăn chặn cho chúng ta đừng đi vào đường ác, là năm hàng rào cản cho chúng ta khỏi rơi vào vực sâu tội lỗi.

Để hiểu rõ tường tận, chúng ta lần lượt phân tích từng giới một.

1)- Không sát sinh:

Không sát sinh bao gồm không giết hại từ con người đến súc vật lớn như voi, ngựa, trâu, bò v.v…, cho đến các loài nhỏ bé như côn trùng, sâu bọ, kiến v.v… Không những không giết hại mà còn không làm tổn thương đau đớn con người và các loài. Người Phật tử cũng không bảo người khác, bày mưu kế cho người khác làm các việc hành hạ, giết hại chúng sanh các loài. Khi thấy người khác đánh đập, sát hại con người và súc vật, sinh lòng thương xót và khuyên can ngăn cản.

Sự giữ giới không sát sinh nhằm mục đích bảo vệ công bằng, mọi chúng sanh đều muốn sống sợ chết, mọi chúng sanh đều có Phật tánh như nhau. Giữ giới sát sinh là nuôi dưỡng lòng từ bi, người có lòng nhân không nỡ sát hại người hay vật. Giữ giới sát sinh tránh được nhân qủa báo ứng, vì nợ máu sẽ phải trả bằng máu không ở kiếp này thì ở kiếp sau. Như vậy nghiệp oán xoay vần không có ngày chấm dứt.

Từ trước đến nay, loài người đã giết hại rất nhiều bằng đủ thứ phương tiện như làm lưới, câu v.v… bắt cá dưới nước; làm bẫy, cung tên, súng đạn giết loài cầm thú trên không, dưới đất, và nhất là dùng đủ thứ mưu mẹo để giết hại con người.

Lợi ích của giữ giới không sát sinh:

- Bố thí đức không sợ hãi đối với mọi chúng sinh.
- Khởi tâm từ bi đối với chúng sinh.
- Dứt được tính nóng nảy giận dữ, oán kết tự trừ.
- Thân thường ít bệnh tật, lại được sống lâu dài.
- Thường được hàng Quỷ Thần bí mật bảo vệ.
- Khi ngủ thường không có ác mộng.
- Không đọa đường ác, khi chết sinh lên cõi trời.

Người giữ giới sát sinh luôn luôn có tâm an ổn, nét mặt hiền hòa. Nếu mọi người trên thế giới đều không sát sinh, thế giới không còn chiến tranh giết hại nữa.

2)- Không trộm cướp:

Không trộm cướp có nghĩa là không cho không lấy, từ nhà cửa, ruộng vườn, của cải, tiền bạc cho đến các vật tư hữu nhỏ bé. Cũng gọi là trộm cướp, khi lấy của tư hay của công, của công ty hay của nhà nước; khi cưỡng ép người ta bằng vũ lực hay quyền hành; khi dùng những thủ đoạn lừa gạt, mưu mẹo v.v… để đoạt chiếm sở hữu, tiền bạc như quịt nợ, giật hụi, đầu cơ tích trữ, cân non đong thiếu, trốn khai lậu thuế, v.v… cũng như trộm cướp không khác. Tóm lại tất cả các việc gian tham, lấy của bất chính đều là trộm cướp. Người Phật tử không được bày mưu kế cho người khác trộm cướp. Khi thấy người khác làm các việc trộm cướp, phải khuyên bảo can gián.

Giữ giới không trộm cướp là giữ được sự công bằng bình đẳng giữa người với người, mỗi người đều có quyền sở hữu riêng tư, xã hội không công bằng khó tồn tại lâu dài được. Không trộm cướp còn thể hiện lòng từ bi, vì một người phải cực khổ để làm ra tiền nuôi thân, gia đình, và dành dụm phòng khi đau yếu hoặc tuổi già. Nếu bị mất sẽ đau khổ vô cùng, tuyệt vọng có khi đi đến tự tử.

Chúng ta nhiều khi cũng buồn khổ vì mất của, xét người khác cũng vậy. Chúng ta không muốn ai trộm cướp của mình, không nên trộm cướp của người, đó là lẽ công bằng.

Người trộm cướp, cho dù có thoát khỏi lưới pháp luật, nhưng lương tâm lúc nào cũng lo sợ, và nhân qủa nghiệp báo ở kiếp sau không thể tránh khỏi.

Lợi ích của giữ giới không trộm cướp:

Có những lợi ích:

- Tiền của có hoài, giặc, nước, lửa và con phá không làm tan mất hết được.
- Nhiều người yêu mến, khen ngợi, tiếng lành đồn xa.
- Không bị lừa gạt, không lo tổn hại, ở chỗ đông người không sợ.
- Thường sẵn lòng bố thí, khi qua đời được sinh lên cõi trời.
- Người không gian tham, đời này sống yên ổn, đi đâu cũng có người tin cậy, nếu sinh làm người, được phúc báo giàu sang.

Về xã hội, nếu mọi người đều không gian tham trộm cướp, nhà không cần đóng cửa then cài nữa.

3)- Không tà dâm:

Không tà dâm là không dụ dỗ hay dùng thủ đoạn để cướp vợ người khác, không ép buộc người khác phải thỏa mãn tình dục với mình, không hãm hiếp đàn bà, con gái. Người Phật tử không được xui bảo, bày mưu cho người khác làm việc tà dâm. Cũng không vui, mà còn phải khuyên can, lên án khi thấy người làm điều tà dâm.

Mặc dù Phật chỉ cấm tà dâm, nhưng giữa vợ chồng cũng phải giữ lễ, điều độ, biết tiết dục, để cho thân được khỏe, tâm được trong sạch nhẹ nhàng.

Lợi ích của giữ giới không tà dâm:

Giữ giới không tà dâm có lợi ích:

- Mọi căn điều hòa, sức khỏe thuận lợi.
- Xa lià mọi phiền toái, bậc trí khen ngợi.
- Vợ chồng con cái không ai xâm phạm.

Không tà dâm để bảo vệ sự công bình, bảo vệ hạnh phúc cho gia đình mình và gia đình người. Không tà dâm còn tránh được oán thù và qủa báo xấu, vì không có sự oán thù nào mãnh liệt cho bằng sự oán thù do lừa dối tình hay phụ tình gây ra.

Nếu mọi người đều giữ giới không tà dâm, gia đình được đầm ấm, xã hội có luân thường đạo lý, không có những sự thù hằn chết chóc vì tà dâm nữa. Người tu phải trừ cả dâm dục trong tư tưởng mới mong chứng qủa được.

4)- Không nói dối:

Nói dối là nói láo, nói không đúng sự thật, chuyện có nói không, chuyện không nói có làm cho người nghe hành động sai vô cùng tai hại. Không nói dối còn bao gồm cả ba điều khác của miệng là không nói lời hai lưỡi, đòn càn (xóc) hai đầu, làm cho hai người khác ghét nhau, thù nhau. Kế tiếp là không được nói lời thêu dệt, thêm bớt, có ít xít ra nhiều, nói châm chọc, nói bóng bẩy làm cho người nghe buồn phiền. Còn không được nói lời độc ác, thô tục, cộc cằn như nguyền rủa chửi mắng thậm tệ làm cho người nghe sợ hãi đau khổ. Người Phật tử không được xui bảo người khác nói các điều như trên, và khi

thấy người khác nói những lời không đẹp ấy thì phải không vui, và khuyên can chê bai người ấy.

Trong Kinh Đại Phương Tiện Phật Báo Ân, Phật bảo Tôn Giả A Nan, Thị giả của Phật rằng: "Người ta sinh ra ở đời, họa từ trong miệng mà sinh ra, nên phải giữ gìn cửa miệng hơn cả lửa mạnh, vì lửa mạnh có đốt cháy cũng chỉ đốt cháy một đời này mà thôi, còn như nói ác sẽ đốt cháy trong vô số kiếp. Lửa chỉ đốt cháy nhà cửa, của cải của thế gian, còn lời nói ác đốt cháy bảy thứ của cải của Thánh nhân. Vì thế, này A Nan, chúng sanh họa từ trong miệng mà sinh ra, miệng lưỡi thực là búa sắc tự bổ vào mình, là cái họa để tự diệt mình".

Phật tử cần giữ giới này vì đạo Phật là đạo của sự thật nên phải tôn trọng sự thật. Vì nuôi dưỡng lòng từ bi, người Phật tử phải tránh sự dối trá lừa gạt để không gây cho người khác sợ hãi, buồn phiền, đau khổ. Đây cũng là để bảo tồn sự trung tín trong xã hội, mọi người tin cậy, đoàn kết giữ cho xã hội được ổn cố, vì nếu xã hội không ai tin ai, mọi công việc từ nhỏ đến lớn đều thất bại.

Lợi ích của giữ giới không nói dối:

Nếu giữ được không nói dối, sẽ có lợi ích:

- Miệng thường thơm, không bị các bệnh về miệng.
- Được mọi người tin cậy, nể phục, vâng theo.
- Không bị lừa dối, tâm thường được vui vẻ thoải mái.
- Nói không lầm lẫn, có trí tuệ, không ai chế phục được.

5)- Không uống rượu:

Giới cấm này mới nghe thấy có vẻ không quan trọng, nhưng xét kỹ thấy thật quan trọng. Chính vì uống rượu say mà có thể gây phạm bốn giới cấm nêu trên là sát sinh,

cướp của, nói dối, tà dâm. Như thời đức Phật Ca Diếp có người uống rượu say mà phạm gian với vợ người khác, rồi bắt gà của người ta giết làm thịt ăn, đến khi người ta hỏi lại chối là không làm gì cả. Cũng không được ép người khác uống rượu đến say mê mẩn, mửa tháo, và khi thấy người khác nghiện rượu, nên tùy lúc mà khuyên can. Giới cấm uống rượu còn bao gồm cả việc dùng các thứ ma túy, vì nó cũng làm cho tinh thần người sử dụng mất sáng suốt minh mẫn.

Mặc dù tội say rượu chưa phải là túc nghiệp (chưa đầy đủ nghiệp), nhưng vẫn phải chịu qủa báo cuồng loạn, mất trí, hay điên dại ở kiếp sau.

Lợi ích của giữ giới không uống rượu:

Người không uống rượu có các lợi ích:

- Tránh được sự hao tốn tiền bạc.
- Thân ít bệnh tật, tuổi thọ cao.
- Trí tuệ tăng trưởng.
- Sinh con cái khoẻ mạnh thông minh.
- Gia đình yên vui, tránh được mọi sự bất hòa.

Trong Kinh Đại Phương Tiện Phật Báo Ân, Phật còn lưu ý người Phật tử tại gia giữ năm giới không làm các nghề như:

1- Không làm nghề nuôi, buôn bán súc sinh, nếu có nuôi súc vật, sau khi thụ Ngũ giới được phép bán nhưng không được bán cho nhà đồ tể.

2- Không làm nghề chế tạo, buôn bán cung tên đao kiếm, súng đạn mìn bom, v.v…, nghĩa là tất cả các thứ dùng vào việc giết người, khủng bố, chiến tranh đều không nên làm, không khen ngợi mà phải lên án phản đối.

3- Không làm nghề sản xuất, buôn bán các loại rượu và các loại ma túy.

III)- Kết luận về Quy Y Ngũ giới:

Nếu Tam Quy là nền tảng thì Ngũ Giới là năm bậc thang của người Phật tử tại gia bước dần lên Thánh qủa. Trong bước đầu, nếu người Phật tử giữ đủ năm giới thì tốt, nếu vì sự ràng buộc chưa thể giữ cả năm giới, có thể giữ một vài giới mà mình thấy thực hành được, rồi sau sẽ phát nguyện giữ thêm các giới khác. Nếu không giữ được giới nào, sao gọi được là người Phật tử? Có những người không phải là Phật tử còn có thể giữ được ba giới không trộm cướp, không nói dối, không uống rượu, huống chi là một Phật tử muốn vượt lên trên đời tầm thường của thế nhân. **Một Phật tử không giữ được giới nào, chưa phải là người Phật tử.**

Người giữ giới sẽ được an vui khỏe mạnh sống lâu, kiếp sau sẽ được sinh lên cõi trời muốn gì được nấy. Hoặc sinh lại cõi người ở nơi tốt lành, có địa vị giàu sang, ít bệnh, sống lâu, không hoạn nạn, gia đình hạnh phúc yên vui, v.v…

Người không theo đạo Phật hay chưa phải là Phật tử cũng nên giữ năm giới được nhiều chừng nào tốt chừng ấy. Năm giới nói trên chỉ là bài học thông thường không chỉ để áp dụng riêng cho Phật tử, mà nó còn hữu ích cho tất cả mọi người nếu biết áp dụng để có cuộc sống an vui tiến bộ. Nếu xã hội nào áp dụng triệt để năm giới này, xã hội đó văn minh và gương mẫu nhất thế giới vậy.,.

Bố thí

(Tăng Nhất A Hàm quyển 1 trang 424, quyển 2 trang 17, 32, quyển 3 trang 135 từ 601 đến 614. Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 999, từ trang 520 đến 525, Kinh 1041 từ 598 đến 601, quyển 4 Kinh 1233 từ 394 đến 398. Phật Học Phổ Thông quyển 4 trang 75 đến 81)

I)- Thế nào là bố thí?

Bố là chia bày ra, **thí** là trao tặng, cho.

Bố thí là đem năng lực vật chất như của cải tiền bạc của mình hiến dâng chia tặng cho người, hoặc đem trí tuệ như giảng nói các điều hay lẽ phải trong đời sống, đem các chân lý do Phật dạy giải thích lại cho người. Đây là những việc làm để nuôi dưỡng công đức cho người bố thí. Bố thí được xem như phương tiện đối trị tính bỏn sẻn tham lam ích kỉ, và thể hiện lòng bác ái từ bi.

Bố thí được dùng chung cho mọi người, nó bao gồm sự giúp đỡ những kẻ nghèo đói bệnh tật hoạn nạn, những người cần sự giúp đỡ về một phương diện nào đó, như hành động bố thí thức ăn, tiền bạc vật dụng phẩm vật cho các vị Khất sĩ, các tịnh thất, chùa. Ngược lại Tăng Ni giải thích các lời Phật dạy và hướng dẫn tu hành cho các Phật tử tại gia cũng gọi là bố thí. Đối với người tu hành, vì được kính trọng nên bố thí được gọi là cúng dường, cúng dàng Phật, cúng Tam Bảo, cúng dường trai Tăng, cúng chùa v.v…Tất cả các hành động bố thí cúng dàng đều được xem là để nuôi dưỡng phúc đức.

II)- Có mấy loại bố thí?

Có ba loại bố thí: Tài thí, Pháp thí, và Vô úy thí. Để hiểu rõ tường tận của việc bố thí, chúng ta lần lượt phân tích từng loại.

1)- Tài thí: Gồm tiền bạc của cải vật dụng cho đến cái qúy nhất là thân mạng, có hai loại:

1- Nội tài: Là những vật chí thân qúy báu như thân mạng, các bộ phận của mình đem bố thí cho người khác như xông vào lửa cứu người sắp chết cháy, nhảy xuống nước cứu người sắp chết đuối, lấy thân mình che đỡ cho người sắp bị bắn hay bị đâm. Hoặc cho người một bộ phận của mình mà người đang cần đến như cho người một qủa thận chẳng hạn. Nghĩa là người bố thí sẵn sàng chịu chết, chịu tật nguyền, chịu khổ để cứu người.

Bố thí nội tài là một cử chỉ cao đẹp nhất mà chỉ người có "từ tâm" (tâm thương người) mới làm được, nếu còn xem thân mạng mình là qúy, không thể thực hiện được loại bố thí này.

2- Ngoại tài: Là vật thường dùng của mình như tiền bạc, xe cộ, nhà cửa, ruộng vườn, đồ đạc, quần áo, đồ ăn, thức uống v.v…, đem một trong những thứ ấy tặng cho người, gọi là bố thí ngoại tài.

Về ngoại tài, có một vấn đề được nêu ra, đó là cách tạo dựng nên sản nghiệp. Có người tạo sản nghiệp bằng những nghề chân chính, nhưng cũng có người tạo nên bởi những nghề không chân chính như lừa đảo cờ bạc, lợi dụng sức khổ cực của người khác, hay tranh giành cướp đoạt dối trá, v.v… để làm giàu một cách phi pháp bất chính. Nếu sự tìm cầu tạo dựng của không quang minh chính đại, mà chỉ là của bất nhân bất chính do sự làm bất hợp pháp mang lại, sự bố thí không được coi là trọng, mà là thấp hèn, vô ích. Tiền của mang ra bố thí phải là tiền của do công khó nhọc của chính mình, làm việc một cách hợp pháp, hợp lý, mới được kể là trọng.

Chúng ta hãy trích một đoạn bài Tụng của đức Phật trong Trung A Hàm quyển 3 trang 80:

. . . Nếu kiếm của hợp pháp,
Đã lo được tự thân,
Cung cấp và tự dùng,
Bố thí và tạo phước,
Cả hai đều có đức.

2)- Pháp thí: Pháp là vạn vật, pháp cũng là các lời dạy của Phật, các Kinh Luật Luận của Phật cũng gọi là pháp. Đem các lời hay lẽ phải, những chân lý qúy báu ra chỉ cho người, như đem các lời dạy của Phật ra chỉ lại cho người được hiểu. Hoặc thực hành các lời dạy của Phật để làm gương cho người khác bắt chước noi theo và cải tà quy chính, đều là bố thí pháp cả.

Pháp thí có một giá trị lớn hơn tài thí, vì tài thí chỉ giúp cho người một thời gian hay một đời là cùng, còn pháp thí ảnh hưởng nhiều đời nhiều kiếp. Ngoài ra, pháp thí còn giúp cho cả kẻ sang người hèn, kẻ nghèo lẫn người giàu, nên bố thí pháp lợi ích rộng lớn hơn bố thí tài.

3)- Vô úy thí: Vô úy là không sợ, bố thí vô úy là cho người khác sự không sợ hãi, hết sợ hãi.

Tại sao phải bố thí vô úy?

Bởi vì trong đời sống của con người có đủ thứ sợ hãi. Khi còn bé nhỏ sợ theo bé nhỏ như sợ thua bạn bè, sợ không làm vừa lòng cha mẹ, v.v… Khi lớn lên sợ không thành danh, sợ không chọn được người bạn đời như ý v.v… Khi về già sợ bệnh này bệnh kia, sợ chết v.v…. Mỗi người từ nhỏ tới lớn đều có trăm nghìn lo sợ, do đó, nếu có sự bố thí vô úy, người được thí vui mừng biết mấy, như trút được gánh nặng nghìn cân vậy. Tỉ dụ như người đang bị tai nạn, có người đến cứu giúp làm người này hết lo sợ, bớt lo sợ.

Muốn bố thí vô úy, trước tiên người bố thí phải không còn sợ một điều gì. Muốn được vậy, muốn không còn sợ

bất cứ điều gì trong lòng, người ấy phải tìm đọc để hiểu lý sống của Phật giáo một cách tường tận và áp dụng thực hành đầy đủ rồi, đâu còn gì để sợ nữa. Như khi biết rõ các vật đều là hư giả không thật, cái ngã tức cái thân ta cũng không thật không qúy, tham để làm gì? Không tham tức không còn ham muốn nữa, khi không còn ham muốn sẽ không tìm cách giữ gìn hay chiếm đoạt, như vậy có gì phải lo sợ? Tiền bạc của cải không ham nên không sợ mất, danh lợi địa vị không màng nên không sợ thiếu, sinh mạng thân mình xem như giả tạm nên không sợ chết, do đó sống rất bình tĩnh tự tại trước mọi đổi thay thăng trầm của cuộc đời. Do vậy, người vô úy sẵn sàng can thiệp vào các việc cứu người khác gặp nguy hiểm mà người thường không thể làm được.

III)- Bố thí như thế nào?

Sự bố thí xảy ra rất nhiều, có người giàu có bỏ ra rất nhiều tiền của để bố thí cho trẻ em xấu số như tàn tật câm điếc hoặc bệnh nan y. Có người lập nhà thương thí, trường học miễn phí, nhà dưỡng lão cho người già nghèo, trại cô nhi cho trẻ em không cha không mẹ. Có người bỏ cúng thật nhiều tiền của giúp Tăng Ni xây chùa, đúc chuông, tạo tượng, hành đạo v.v…Lại có người lập qũy, gây qũy để giúp cho những người nghèo khó, có người nhảy xuống nước để cứu người sắp chết đuối, hoặc có người xông vào lửa cứu người sắp chết thiêu v.v… Tất cả những hành động ấy đều là bố thí cả, nhưng xét về tâm lý và động lực thúc đẩy bên trong, có hai trường hợp được nêu lên ở đây:

1)- Bố thí chấp tướng: Nghĩa là bố thí với dụng tâm bên trong để cầu danh cầu lợi như bố thí để được đăng báo khen tiếng tốt về mình hay tổ chức của mình. Với

dụng tâm ganh đua như mình bố thí nhiều hơn người kia, hoặc tổ chức của mình bố thí nhiều hơn tổ chức kia. Hoặc giúp đỡ các em tật nguyền bênh nan y hoạn nạn cô nhi là để sau này lớn lên các em sẽ biết ơn và là công cụ, người của mình hay thuộc tổ chức, tôn giáo của mình. Hoặc nhảy xuống sông cứu người để được người "đẹp" ngợi khen cảm phục v.v….

Những hành động đẹp đẽ ấy được che đậy giấu kín bên trong như thế không còn giá trị nữa. Về phúc đức của những hành động với động lực bên trong mờ ám không sạch như thế, kết qủa như làn gió mát thổi qua, như mây trôi trong hư không sẽ tan biến mất vào hư vô không còn gì cả.

Lấy thí dụ của Trưởng giả Cấp Cô Độc thời Phật tại thế đã mang tiền của ức tỉ ra để xây Đạo tràng Kỳ Viên cúng Phật với một tâm không chấp trước, khi qua đời Trưởng giả đã được qủa báo sinh lên cõi Trời Đạo Lợi. Còn Vua Lương Vũ Đế bên Trung Hoa, năm 528 Dương lịch, Tổ thứ 28 là Ngài Bồ Đề Đạt Ma từ Ấn Độ qua Trung Hoa. Khi gặp, Vua hỏi Tổ Bồ Đề về việc vua đã cho dựng lập được 72 chùa, đúc chuông, tạo tượng, tu sửa cầu cống, bồi đắp đường lộ v.v… thì có những công đức gì? Khi nghe Vua hỏi một cách tự hào khoe khoang chấp tướng như thế, nên Tổ trả lời là "không có công đức". Vua hỏi tiếp "Tại sao lại không có công đức?", Tổ trả lời "Công đức đó chỉ được ở qủa vị Trời Người mà thôi". Vua lại hỏi "Làm thế nào mới gọi là chân công đức?", Tổ đáp "Trí thanh tịnh thể vốn vắng lặng, tròn đầy, trong sáng, nhiệm mầu, công đức như vậy chẳng thể lấy thế gian pháp (của cải, tiền bạc…) mà cầu được", Vua lại hỏi "Vậy người trước Trẫm đây là ai?", Tổ đáp "Không có ai cả". Vua nghe câu trả lời chót của Tổ sinh

ra nghi ngờ cho rằng Tổ chẳng phải người hiểu đạo. Vì sự học hỏi và tu học của Lương Vũ Đế còn thấp, không hiểu được câu trả lời của Tổ Bồ Đề. Vì Tổ đã đắc đạo rồi, biết rõ cái "vô ngã" nên đã trả lời như thế, nhưng Vua không hiểu, tự ái, vì cái ngã (cái ta) của Vua qúa to lớn, do đó Vua đã bực (nổi sân giận). Vì sự giận này, Vua không hỏi nữa, và sau sai người đem thuốc độc trộn trong thức ăn của Tổ, nhưng Tổ không chết. Sau gần một tháng, Tổ đã rời bỏ Kinh đô đi đến ngồi quay mặt vào vách 9 năm nhập định tại chùa Thiếu Lâm. Như thế công đức bố thí của Vua Lương Vũ Đế tuy nhiều, nhưng không biết có đủ bù cái nghiệp đầu độc một bậc Thánh chăng?

2)- Bố thí vô tướng: Là bố thí với tâm trong sạch, người bố thí với tâm từ bi quảng đại, bố thí với tâm bình đẳng không phân biệt người này người kia, nòi giống chủng tộc, tôn giáo v.v…Bố thí không đòi hỏi bất cứ điều kiện gì, người bố thí khi cho không cần biết người nhận là ai, không cần cho người nhận biết mình là ai. Khi nào mà người cho không còn thấy mình cho và kẻ nhận nữa, mới thật sự là bố thí rộng lớn, dù sự bố thí rất nhỏ nhặt cũng vẫn được gọi là bố thí rộng lớn tức là bố thí "Ba La Mật".

Chữ "Ba La Mật" ở đây có nghĩa là rốt ráo, bố thí Ba La mật nghĩa là bố thí đến cùng tận, vô cùng rộng lớn. Nhiều người khi bố thí còn chấp cho rằng ta là người cho, người làm ơn, kẻ kia là người thọ nhận, người chịu ơn. Vì còn dính mắc nơi tướng, chấp có ngã (ta) có nhân (người), nên không được gọi là Ba La Mật. Người bố thí không thấy có ta là người làm ơn, không thấy người kia là kẻ thọ ơn, lại còn không thấy vật kia là vật cho nữa,

mới được gọi là bố thí Ba La Mật, vì không còn một tí gì dính mắc tới sự tướng nữa.

Đây mới thực sự là bố thí cao cả trong sạch sẽ đưa người bố thí được phúc báo vô lậu thanh tịnh và đây cũng là việc làm của các vị Bồ Tát vậy.

Đối với người tu, phải quán sát tất cả chúng sinh và mình cùng đồng một bản thể mới không còn thấy ta có bố thí và người được thọ thí. Thí dụ như một người đang làm việc gì, bỗng tay trái bị thương, tay phải vội vàng lấy bông băng và thuốc bó chỗ vết thương của tay trái lại, lúc đó tay phải không có một tí nào kiêu hãnh về việc làm ấy, vì sao thế? Vì tay phải tự nhận biết rằng nó và tay trái cùng đồng một thân thể, nên nó không thấy mình (tay phải) là người ban ơn giúp đỡ và tay trái là kẻ thọ ơn. Bố thí đến độ không cảm nhận được một tí nào là ơn như thế mới là bố thí Ba La Mật.

IV)- Bố thí của trưởng giả Cấp Cô Độc

Trưởng giả Cấp Cô Độc đã tự bỏ ra tỷ ức tiền bạc để xây cất đạo tràng cúng dường đức Phật và chúng Tăng, ông còn làm rất nhiều việc bố thí cúng dường khác trong suốt đời ông như cung cấp vật thực, quần áo, thuốc men, vật dụng cần thiết cho cả chúng Tăng và các người nghèo túng bệnh hoạn. Chúng ta đọc một đoạn trích phỏng theo bộ Tăng Nhất A Hàm, quyển hai, trang 17 như sau:

Khi đức Phật trở lại đạo tràng Kỳ Hoàn nước Xá Vệ, một hôm trưởng giả Cấp Cô Độc đến viếng đức Phật, sau khi vái chào và hỏi thăm sức khỏe của Phật, Trưởng giả ngồi qua một bên để nghe pháp.

Lúc ấy đức Phật hỏi Trưởng giả: "Trưởng giả, ông có thường bố thí cho người nghèo thiếu không?"

Trưởng giả thưa: "Đúng vậy, bạch Thế Tôn! Con hằng bố thí cho người nghèo thiếu, bố thí rộng rãi tại bốn cửa

thành, tại chợ, tại nhà, cấp các thứ cần thiếu cho người, con đã làm như thế rất nhiều lần. Bạch Thế Tôn, có lúc con nghĩ rằng muốn bố thí cho tất cả loài chim rừng, súc vật trong rừng. Con cũng không nghĩ: "đây nên cho, kia không nên cho"; cũng không nghĩ: "Đây nên cho nhiều, kia nên cho ít". Con hằng nghĩ: "Tất cả chúng sanh đều do ăn mà còn tính mạng, có ăn sẽ sống, không ăn thì chết".

Đức Phật bảo: "Lành thay, lành thay! Trưởng giả! Ông đã đem lòng Bồ Tát, chuyên ròng một ý bố thí rộng rãi. Đúng là các chúng sinh đều do ăn mà sống, không ăn liền chết. Này Trưởng giả, Ông sẽ thu hoạch được qủa báo lớn, tiếng đồn mười phương, được pháp vị cam lộ. Sở dĩ như thế vì Bồ Tát thường đem tâm bình đẳng bố thí, chuyên ròng một lòng nghĩ tới các loài chúng sinh, họ do ăn mà còn, có ăn liền được cứu tế, không có ăn sẽ chết". Đức Phật nói kệ diễn tả lại ý trên:

Hãy nên bố thí khắp,
Trọn không tâm luyến tiếc,
Ắt sẽ gặp điều lành,
Được đến bờ bên kia"

Rồi đức Phật dạy tiếp: "Khi bố thí dù nhiều hay ít, dù tốt hay xấu, nên chí thành dụng tâm vui vẻ, lòng tin nhân quả chẳng dứt. Lúc muốn bố thí, hãy vui vẻ ban cho, không khởi tưởng dính mắc. Tự tay bố thí, chớ sai người khác. Phát nguyện bố thí, sau mới cầu quả báo, sẽ được phúc vô cùng".

V)- Trưởng giả Bạt Đề và Bà Nan Đà được độ

Theo quyển 2 Tăng Nhất A Hàm, từ trang 32 đến 48, có nói trường hợp đức Phật và các Thánh Tăng độ cho

hai người keo kiết biết mở lòng nhân và gây nghiệp lành như sau:

Khi đức Phật ngự tại thành La Duyệt, vườn Ca Lan Đà cùng 500 Tỳ Kheo (Tăng). Lúc ấy có bốn đại đệ tử của đức Phật là các Tôn giả Mục Kiền Liên, Đại Ca Diếp, A Na Luật, và Tân Đầu Lư cùng bàn luận riêng với nhau: "Chúng ta nên xem xét trong thành có ai không tạo công đức, hãy đến độ cho họ để làm cho họ được lợi ích".

Sau khi bàn thảo, mọi người đều đồng ý có hai người giàu có mà phước cũ đã sắp hết, nhưng họ không trồng cội phúc mới. Hai người này rất giàu có, vàng bạc châu báu, kho chứa của cải vô số, nhưng họ có tà hiến không tin vào sự làm phước lành tránh ác. Họ cho rằng bố thí chỉ là phí của chẳng được lợi lộc gì, chẳng tin qủa báo thiện ác đời này đời sau. Họ không tin có nghiệp báo luân hồi, và cho rằng chết là hết chẳng còn gì mà phải bận tâm bố thí tạo phúc v.v…

Hai người giàu có ấy lại là hai chị em, mỗi người ở một nơi. Cả hai chị em đều có dinh thự qúy giá, nhà có nhiều lớp hàng rào bao quanh kiên cố, rào cao cổng kín, lại có người canh giữ cẩn thận. Họ không cho một người hành khất nào được vào bên trong để xin ăn. Lại còn cho làm lướt sắt ở bên trên, chim cũng không chui lọt xuống được, để phòng người lạ trèo rào vào nhà v.v…

Các Tôn giả bàn: "Chúng ta nên đến nhà trưởng giả Bạt Đề trước và phân chia ai đến trước ai nên đến sau.

1)- Trưởng giả Bạt Đề được độ:

Sáng hôm sau, trưởng giả Bạt Đề đang ăn sáng, ăn bánh, tôn giả A Na Luật ôm bình bát từ dưới đất nhà Trưởng giả đứng lên, chui lên, bước tới gần rồi chìa bát về phiá Trưởng giả. Trưởng giả thấy người khất thực hết sức buồn không nói lời nào, bỏ một miếng bánh vào bát,

Tôn giả được bánh, bèn ra về. Khi ấy Trưởng giả nổi giận, ra cổng bảo người giữ cổng:
- Ta đã ra lệnh không cho người vào, sao lại có người vào như thế?

Người canh cổng thưa:
- Cửa nẻo chắc chắn, canh giữ kỹ càng, đâu có ai vào được, không hiểu người ấy làm sao vào được? Lạ thế?

Trưởng giả im lặng không nói, đi vào nhà ăn bánh tiếp. Tôn giả Đại Ca Diếp ôm bát đến. cũng từ dưới đất chui lên, đi vào đưa bát trước mặt Trưởng giả. Trưởng giả hết sức buồn bực, không nói không rằng, bỏ một miếng bánh vào bát. Ngài Ca Diếp được bố thí liền ra về. Trưởng giả càng thêm bực tức, ra bảo người canh cổng:
- Trước ta đã ra lệnh không cho bất cứ ai vào nhà, cớ sao để cho hai Sa Môn (hai Tăng) vào nhà khất thực?

Các người giữ cổng thưa:
- Chúng tôi không thấy người nào vào từ cổng này, mà cũng chẳng thấy Sa Môn nào từ cổng này ra, không biết họ đi bằng ngả nào? Lạ qúa!

Trưởng giả nói la lớn:
- Các Sa Môn trọc đầu khéo dùng huyển thuật mê hoặc người, lừa gạt, họ chẳng có hạnh chân chính đâu.

Bà vợ Trưởng giả đã thấy hai vị Tôn giả, lại nghe chồng nói như thế thì không đồng ý, bà bèn ra bảo chồng:
- Ông nên giữ mồm miệng, chớ nên nói Sa Môn dùng huyển thuật mê hoặc người, vì sao? Các Sa Môn có đức độ, có đại oai thần, họ đến nhà là có lợi cho ông. Ông có biết người đến trước và người đến sau là ai không?
- Tôi không biết.
- Người đến trước là con vua Hộc Tịnh nước Ca Tì La Vệ, tên A Na Luật, vị này rời Vương gia đi học đạo đắc A La Hán, là người có Thiên nhãn bậc nhất. Còn vị thứ

hai là con của Phạm chí Ca Tỳ La giàu có nhiều tiền của tính không hết, có 999 con trâu cày. Ở trong thành La Duyệt này ai mà chẳng biết. Phạm chí ấy có con tên Tỳ Ba La Da Đàn Na, cưới vợ cho con là Bà Đà, người đẹp nghiêng nước nghiêng thành. Nếu đem vàng chở bằng xe bốn ngựa đến rước cô ấy cũng bị dẹp ra chỗ khác. Thế mà vị thứ hai này bỏ vợ ngọc nữ báu ấy để xuất gia học đạo, và đã đắc A La Hán hành hạnh đầu đà đi khất thực. Nay ông được lợi ích lớn mới được các vị ấy đến độ cho ông, ông không nên nói bậy như thế, chớ nên phỉ báng bậc Thánh hiền.

Trưởng giả sau khi nghe vợ nói lai lịch của hai Sa Môn và giải thích, nên không còn bực tức nữa trở vào ăn tiếp. Một lúc lâu sau, tôn giả Mục Kiền Liên ôm bát bay lên không trung đến nhà Trưởng giả, biến thành nhỏ tí chui qua lưới sắt mà xuống, khi qua rồi thân hình trở lại như thường, nhưng ngồi kết già lơ lửng trên không ngoài cửa. Trưởng giả thấy thế, sợ hãi nói:
- Ngài là Trời hay Thần Càn thát Bà?
- Tôi chẳng phải Trời cũng chẳng phải Thần.
- Ông là Qủy hay là La Sát ăn thịt người?
- Tôi chẳng phải Qủy cũng chẳng phải La Sát. Tôi là đệ tử Phật, tên là Mục Kiền Liên.
- Ông có điều gì muốn nói với tôi?
- Tôi muốn thuyết pháp cho ông nghe.

Khi ấy Trưởng giả liền nghĩ: “Các đạo sĩ suốt đời để ý đến ăn uống, nếu nói về ăn ta sẽ không muốn nghe” Tôn giả Mục Kiền Liên biết tâm ý của Trưởng giả liền nói kệ:

Như Lai thuyết hai thí,
Pháp thí và tài thí,
Nay sẽ thuyết pháp thí,
Chuyên tâm nhất ý nghe.

Trưởng giả nghe nói sẽ thuyết pháp thí, vui mừng nói:
- Mong Ngài nói cho, tôi nghe rồi sẽ được hiểu biết.
- Trưởng giả nên biết, Như Lai thuyết năm đại thí, nên nhớ thực hành suốt đời.

Trưởng giả lại nghĩ: "Vừa rồi nói pháp thí, nay lại nói năm đại thí là thế nào?" Tôn giả biết tâm suy nghĩ của Trưởng giả, nên vội nói tiếp:
- Như Lai nói hai thí là pháp thí và tài thí, bây giờ tôi chỉ nói về pháp thí chứ không nói về tài thí.

Trưởng giả nghe vậy yên tâm hỏi:
- Cái gì là năm đại thí?
- Không được sát sinh, đây gọi là đại thí, suốt đời không nên làm. Không trộm cướp, đây gọi là đại thí, suốt đời nên tránh phạm. Không tà dâm vợ người, không nói dối, không uống rượu, đây gọi là đại thí, suốt đời nên gìn giữ vâng làm. Đó là năm đại thí. Nếu Trưởng giả ưng làm năm đại thí này sẽ được lợi lộc vô cùng không biết đâu mà nói hết được.

Trưởng giả Bạt Đề nghe những lời ấy rồi hết sức hân hoan nghĩ: "Ngày nay ta chẳng kham sát sinh, của cải mình đâu thiếu mà phải trộm cướp lấy của người khác, vợ mình nết na thông minh lại đẹp đẽ đâu cần lang chạ với đàn bà khác. Ta cũng chẳng ưa nói láo xưa nay, và ngày nay lớn tuổi ta chẳng nghĩ đến rượu có hại cho sức khỏe huống là nếm ư? Tất cả năm việc này đều hợp với ta, có thể làm được, chỗ diễn thuyết lại chẳng cần mất bảo vật mà được lợi lộc như thế. Phật Thích Ca thuyết pháp qủa là hay, hợp với ta". Nghĩ như thế nên Trưởng giả nói:
- Năm đại thí này tôi có thể vâng nhận làm được.

Rồi Trưởng giả lại nghĩ: "Ta nên mời Tôn giả Mục Kiên Liên ăn cơm", nên liền nói:

- Ngài nên hạ cố xuống đây ngồi.

Tôn giả liền hạ xuống ngồi, Trưởng giả tự mang các thức ăn thức uống ra mời Tôn giả ăn uống. Ăn xong, Trưởng giả lại nghĩ: "Ta nên tặng Tôn giả một tấm vải dạ trắng", liền đứng lên vào nhà kho muốn lựa tấm xấu lại cầm nhầm tấm tốt, Trưởng giả liền bỏ xuống lựa tấm khác lên cũng nhầm tấm tốt như thế ba lần. Tôn giả biết tâm niệm Trưởng giả liền nói kệ vọng vào:

Thí cùng tâm tranh đấu,
Phúc này bậc Hiền bỏ,
Lúc cho không đấu tranh,
Mới gọi tùy tâm cho.

Trưởng giả nghe hiểu nghĩ: "Tôn giả biết ý ta", ông liền thôi lựa chọn, cầm tấm dạ trắng mang ra dâng Tôn giả. Tôn giả nói kệ chú nguyện cho Trưởng giả:

Quán sát thí đệ nhất,
Biết có người Hiền Thánh,
Trong thí là tối thượng,
Ruộng lành sinh hoa trái.

Tôn giả Mục Kiền Liên chú nguyện xong, nhận tấm dạ cho Trưởng giả được phúc vô cùng. Tôn giả thuyết giảng cho Trưởng giả nghe về thí luận, giới luận, luận sinh cõi Trời, dục là bất tịnh. Tôn giả nói về khổ, nguyên nhân gây ra khổ, làm sao diệt khổ, và con đường Tám đạo phẩm Hiền Thánh: Chính kiến, chính tư duy, chính ngữ, chính nghiệp, chính mang, chính tinh tấn, chính niệm, và chính định sẽ đưa đến giải thoát an lạc đời đời. Trưởng giả thâu nhận hết không còn nghi ngờ, ông tự quy y Phật, Pháp, Tăng, và xin thọ ngũ giới. Trưởng giả thưa:
- Từ nay về sau, xin Thế Tôn và bốn chúng nhận lời thỉnh của con mãi mãi, con sẽ cung cấp y phục, thức ăn, thuốc men không luyến tiếc.

Tôn giả Mục Kiền Liên thuyết pháp xong ra về. Các Tôn giả nói với tôn giả Tân Đầu Lư: "Chúng tôi đã độ cho trưởng giả Bạt Đề xong, bây giờ đến lượt Hiền giả".

2)- Bà Nan Đà được độ:

Hôm sau, lúc ấy bà Nan Đà đang làm bánh sữa, Tôn giả Tân Đầu Lư ôm bát vào thành La Duyệt, đi khất thực từ đầu thành, dần dần đến nhà bà Nan Đà. Tôn giả từ dưới đất nhà bà vọt lên, đến gần chỗ bà đang làm bánh đứng chìa bát khất thực. Bà thấy Tôn giả tự nhiên ở đâu mà vào nhà được, nên đâm ra bực tức nói:

- Tỳ kheo nên biết, dù ông có lòi mắt ra hay tự treo ngược trên không, ta cũng không cho.

Tôn giả liền dùng sức thần thông treo ngược lên và hai mắt lòi ra ngoài. Bà thấy thế càng tức giận hơn nói dữ:

- Dù ông có phun ra khói, toàn thân bốc cháy hay toàn thân ra nước, ta cũng không cho.

Tôn giả dùng sức tam muội cho toàn thân ra khói, rồi toàn thân bốc cháy, sau toàn thân phun ra nước. Bà thấy rồi, giận dữ càng tăng nói ác:

- Dù ông có chết trước mặt ta ngay tức thì, ta cũng chẳng cho ăn.

Tôn giả liền nhập Diệt tận định nằm chết quay ra đất. chỉ ngáp một cái rồi không còn cử động nữa. Chờ một lúc lâu không thấy Tôn giả đứng lên, bà liền tới coi hơi thở, mạch tim đập, tất cả đều không còn. Bà đâm ra hoảng, sợ hãi cuống quýt, bà nghĩ: "Sa Môn này là con dòng họ Thích nhiều người biết, Quốc Vương, Đại Thần đều biết, nếu họ biết ông này chết ở nhà mình, chắc là ta không tránh khỏi gặp rắc rối phiền toái". Bà liền nói:

- Sa Môn, Sa Môn, sống lại đi, tôi sẽ cho ăn, tôi hứa là sẽ cho ăn, mau tỉnh lại đi.

Không thấy cử động, bà đâm ra hoảng, càng sợ hãi hơn, và lay gọi nói như thế đến ba lần mới thấy Sa môn mở mắt cử động. Bà lại nói:

- Tôi hứa là sẽ cho ăn, đứng dậy đi.

Tôn giả Tân Đầu Lư tỉnh lại, đứng lên, bà nghĩ "Cái bánh này lớn qúa, làm cái nhỏ hơn cho ông ta", rồi nói:

- Chờ một lúc, tôi sẽ làm cho ông một cái bánh.

Bà lấy một chút bột làm cái bánh nhỏ, nhưng bánh lại phồng to hơn cái bánh trước, rồi bà lại làm cái khác. Cũng vậy, cái sau lại lớn hơn cái trước. Bà làm đi làm lại nhiều lần, vẫn thấy cái sau lớn hơn cái trước! Cuối cùng bà định lấy cái đầu tiên để cho, nhưng các bánh lại dính chặt vào nhau không tách ra được. Bà biết là Tôn giả dùng sức oai thần nên như thế, bà nói:

- Tỳ Kheo! Ông cần ăn thì tự lấy mà ăn, cớ sao làm phiền nhiễu như thế?

Tôn giả Tân Đầu Lư nói:

- Thí chủ nên biết, tôi chẳng cần ăn, chỉ muốn nói với bà.
- Tỳ Kheo muốn răn dạy điều gì?
- Thí chủ nên biết: "Nay ta đem số bánh này đến chỗ đức Phật, Thế Tôn, nếu Ngài có dạy điều gì, chúng ta sẽ cùng vâng làm".
- Việc này rất phải.

Bà tự bưng bánh theo sau Tôn giả đến chỗ đức Phật ngự, cúi đầu lễ Phật. Tôn giả Tân Đầu Lư thưa:

- Bà Nan Đà, chị của trưởng giả Bạt Đề, cúi xin Thế Tôn thuyết pháp cho bà được lợi lạc.

Đức Phật bảo:

- Bà hãy đem bánh thí cho Như Lai và các Tỳ Kheo .

Bà vâng lời, đem dâng Phật và hết lượt các Tỳ kheo, xong bà thưa:

- Thưa Ngài, bánh còn dư,

- Bà thí cho Như Lai và chúng Tỳ Kheo lần nữa.

Bà lại thí lần nữa, xong bà lại thưa:

- Thưa Ngài, bánh vẫn còn dư.
- Bà đem ra ngoài bố thí cho người đi đường.

Bà đem bánh ra ngoài, gặp ai cũng tặng, một lúc lâu bà trở vào thưa:

- Bạch Ngài, bánh vẫn còn thừa.
- Bà đem bánh ấy bỏ chỗ đất sạch hay bỏ vào nước sạch, vì Như Lai không thấy Sa Môn, Phạm Chí, Bà La Môn, Trời, Qủy, Thần, Người có thể tiêu được bánh còn lại ấy.

Bà Nan Đà liền đem ra ngoài bỏ bánh còn lại vào chỗ nước trong sạch, tức thời lửa bùng lên. Bà thấy thế ôm lòng sợ hãi, trở lại chỗ Phật cúi lạy rồi ngồi qua một bên. Đức Phật thuyết pháp, bà nghe dần dần được tín tâm, không sợ hãi hết nghi ngờ do dự, phát tâm vui vẻ tin Tam Bảo, thọ trì Ngũ Giới và phát tâm bố thí rộng rãi v.v…

VI)- Bố thí được phúc đức gì?

Người bố thí tài có dịp chiến thắng lòng bỏn sẻn tham lam ích kỉ, và nới rộng lòng bác ái từ bi của mình, người này có ngay tâm vui vẻ vì thấy mình làm được việc hữu ích cứu giúp người. Người bố thí đời này an vui, danh tiếng, kính ngưỡng, sinh cõi trời, đời sau gặp nhiều sự giúp đỡ nếu sinh trở lại cõi người.

Người bố thí pháp cũng là để tự nhắc nhở mình những điều Phật dạy, noi theo và tinh tấn tu hành để giải thoát. Sự lợi ích của bố thí pháp còn bao gồm cả những sự chỉ dạy phương pháp, nghề nghiệp chân chính cho người để tự nuôi sống, tăng tiến trong cuộc sống; hay chỉ bảo những điều hay lẽ phải của thế gian để chỉ bày cho người những lợi ích trong đời sống đạo đức.

Người bố thí vô úy là để có dịp thử thách lòng vị tha và sự chấp ngã của mình.

Người nhận bố thí do sự che chở đùm bọc vỗ về an ủi nên vô cùng sung sướng, ví như họ được uống nước cam lộ của người tặng vậy.

Người bố thí sẽ có nhiều công đức khi bố thí đúng lúc, không vụ lợi, tự tay, tự nguyện vì lợi người, không mong báo đáp bất cứ hình thức nào. Người bố thí còn phải biết bố thí cho bậc chân tu, bậc Thánh, và nguyện đem công đức này bố thí cho tất cả chúng sanh.

Những cách bố thí với tâm trong sạch đúng với ý nghĩa của bố thí Ba La Mật như thế. Người bố thí đã bước được một bước đầu tiên quan trọng trong Lục Độ là bố thí, rồi tiếp đến là nhẫn nhục, trì giới, tinh tấn, thiền định và trí huệ để bước qua bờ giải thoát an vui đời đời.,.

Đức Phật dạy:

Từ cánh đồng hoa, người ta hái từng đóa hoa để làm thành tràng hoa đẹp đẽ. Cũng vậy, mọi người phải thu nhặt góp lại những hành động tốt của mình.

Sám hối

(Kinh Lăng nghiêm. Kinh Hồng Danh. Phật Học Phổ Thông quyển 1 trang 95 đến 106, Sự Lý Lễ Tụng trang 45, Nghi Thức Sám Hối)

I)- Sám hối là gì?

Sám chữ Phạn là Samma, **Sám** là ăn năn lỗi trước, **Hối** là chừa phạm lỗi sau.

Sám hối là biết lỗi cũ sai lầm nên ăn năn hối hận và nguyện sau này không tái phạm tội lỗi như thế nữa.

II)- Tại sao phải sám hối?

Chúng ta tạo tội rất nhiều trong đời sống, chúng ta cứ tiếp nối hết đời này sang đời kia như xâu chuỗi dài vô tận. Trong mỗi đời từ sinh tới chết tạo tội thêm mãi từ cái lỗi nọ cho tới cái lỗi kia trong mười điều ác. Ba điều về thân "sát sinh, trộm cướp, tà dâm", bốn điều về miệng "nói dối, nói hai lưỡi, nói thêu dệt, nói ác", và ba điều về ý "tham lam, sân giận hận thù, si mê tà kiến". Những lầm lỗi này tạo thành sức mạnh gọi là "nghiệp lực", nghiệp lực đưa chúng ta vào đường khổ não tức phải gánh qủa báo của tội lỗi.

Trong Kinh Lăng Nghiêm, đức Phổ Hiền Bồ Tát nói: "Nếu tội lỗi của chúng sanh có hình tướng, tất cả hư không cũng không chứa hết". Tội lỗi gây ra bởi chúng sanh từ vô thủy đến nay biết bao nhiêu, kể sao cho xiết.

Đức Phật dạy: "Tất cả chúng sanh trong sáu cõi (Trời, Thần, Người, Ngạ qủy, Súc sinh, Địa ngục) không loài nào hoàn toàn trong sạch, không giống nào dứt hết tội lỗi". Riêng đối với con người, chúng ta thấy lòng "tham, sân, si" che khuất tất cả, nó làm tăng trưởng lòng dục vọng, từ ý nghĩ lời nói đến hành động thường hay gây tội

lỗi. Muốn xóa bỏ tội lỗi, Phật giáo có cách tẩy trừ nó bằng cách sám hối, nhưng khi sám hối rồi, không còn tái phạm nữa mới đúng với ý nghĩa của sám hối.

III)- Tội lỗi từ đâu đến?

Tội lỗi của chúng sanh bởi chủng tử di truyền, chẳng hạn tính tham lam, mới sinh ra không ai dạy bảo thế mà những đứa bé đã biết; cũng không ai dạy bảo hờn giận, vậy mà gặp điều trái ý là chúng la khóc giận hờn. Những tính xấu ấy khó dứt trừ, trong Kinh gọi là "Bản hữu chủng tử", nghĩa là hột giống có sẵn từ lâu đời rồi. Những hột giống này lại làm duyên sinh ra các tội lỗi khác, gọi là "Phân biệt phiền não" hay " Khởi thủy chủng tử" là hạt giống mới nhiễm do ảnh hưởng thời đại, tập quán, phong tục, thói quen chi phối như nóng giận thì chửi bới đánh lộn, giết hại sinh vật để cúng lễ v.v….

IV)- Chuộc tội của thế gian ra sao?

Người thế gian khi có tội lỗi ông bà làng nước thường dùng lợn (heo) gà tiền bạc để xin lỗi tạ tội, cũng có khi "đoái công chuộc tội" như khi phạm tội với triều đình, quân ngũ. Có đạo dùng máu súc vật để rửa tội đối với thần linh, có khi tắm ở sông ở suối mà họ cho là linh thiêng, có khi cúng phẩm vật để xin thần linh tha tội. Lại có khi chủ trương hành xác, tự đánh đập xác thân mình để được tha tội lỗi đã làm v.v…

Tất cả các cách chuộc tội như trên đều sai lầm, vì tội lỗi thuộc tâm lý không hình tướng, rất vi tế sâu xa, làm sao có thể lấy vật chất như máu, nước, phẩm vật hay hành hạ xác thân để làm cho sạch tội lỗi được?

V)- Sám hối của Phật giáo ra sao?

Đức Phật dạy rằng: "Tội lỗi do tâm của người tạo ra, cũng phải từ tâm mà sám hối. Kẻ gieo giống xấu phải ăn

trái dở, người trồng giống qúy được ăn qủa ngon, không ai có quyền thưởng phạt làm khác đi được cả".

Thật rõ ràng chí lý hợp với khoa học thực nghiệm. Vậy muốn hết tội chúng ta phải từ tâm sám hối theo phương pháp của Phật giáo mà thực hành, có hai cách:

1)- Về Sự (Sự việc làm): Có ba phương pháp:

1- Lập giới đàn sám hối: Thỉnh thanh tịnh Tăng (Chân tu, Thánh Tăng) chứng minh, người sám hối phải thành thật tỏ bày tội lỗi một cách thành khẩn, có tâm ăn năn và nguyện không tái phạm nữa. Rất tiếc, ngày nay khó tìm được Thánh Tăng.

2- Quán tưởng sám hối: Phương pháp này cao hơn, dùng cho những người tu có trình độ cao, hoặc ở chỗ không có Tăng thanh tịnh. Người sám hối phải thành tâm lễ bái hình tượng Phật hoặc Bồ Tát, rồi trình bày tội lỗi đã phạm, nguyện ăn năn hối lỗi và không tái phạm. Làm như thế đến khi nào thấy được hào quang, thấy Phật hay Bồ Tát đến xoa đầu mới thôi (không phải sám hối một vài lần đâu).

3- Hồng danh sám hối (Lễ lạy niệm danh hiệu các vị Phật): Phương pháp này do Pháp sư Bất Động bên Trung Hoa soạn: Bốn niệm lạy đầu là mười phương chư Phật, mười phương tôn Pháp, mười phương Hiền Thánh, và mười danh xưng của Phật. Cộng với 53 niệm lạy danh hiệu Phật (Từ Phổ Quang Phật đến Nhất Thiết Pháp Tràng Mãn Vương Phật) trong Kinh "Năm Mươi Ba Vị Phật". Cộng với 35 niệm lạy danh hiệu Phật (từ Thích Ca Mâu Ni Phật đến Bảo Liên Hoa Thiện Trụ Sa La Thụ Vương Phật) trong Kinh "Quán Dược Vương Dược Thượng". Cộng với một niệm lạy đức Phật A Di Đà là 93 niệm lạy. Thêm vào kệ "Phổ Hiền Đại Nguyện". Sám hối

này mỗi lần vừa niệm, vừa lạy cộng hết thảy thực hành 108 niệm lạy.

Đức Phật Tì Bà Thi cách nay 91 kiếp về trước nói: "Nếu ai niệm lạy danh hiệu 53 vị Phật, nhiều kiếp không bị đọa vào ba đường ác".

Còn 35 vị Phật sau, Kinh Bảo Tích nói: "Nếu chúng sanh nào phạm tội ngũ nghịch, thập ác, đến nhiều kiếp không thể sám hối, chỉ lễ lạy niệm 35 vị Phật này, bao nhiêu tội lỗi đều tiêu diệt hết".

Công đức vô biên của chư Phật không thể nghĩ bàn như vậy, nên hầu hết các chùa thường làm theo phương pháp sám hối này. Cách sám hối Hồng Danh khá mất nhiều thời gian, nhưng dễ nhất, và kết qủa vững chắc. Lại bảo vệ sức khoẻ cho người sám hối (giống như tập thể thao) vì các động tác miệng niệm tên các vị Phật, thân đứng lên qùy xuống lễ lạy 108 lần. (Có thể đến chùa dự các buổi sám hối hoặc thỉnh sách "Nghi thức Hồng Danh Sám Hối" về hành trì trước bàn thờ Phật tại nhà).

2)- Về Lý (Nghĩa lý): Có cách "Vô sinh sám hối", rất cao và khó thực hành, chỉ bậc thượng căn mới thực hành được, có hai phương pháp:

1- Quán Tâm vô sinh: Là quán tự tâm mình hiện tiền không sinh, như trong Kinh Kim Cang nói: "Tâm qúa khứ không có, tâm hiện tại chẳng có, tâm tương lai cũng không". Quán trong ba thời ấy đều không thấy tâm, không có tâm thì vọng niệm tức vọng tâm không có, nếu vọng tâm không có, tội lỗi cũng không. Kinh nói: "Tội lỗi từ tâm sinh cũng từ tâm diệt, nếu tâm không sinh, tội kia cũng chẳng còn, thế mới thật là sám hối".

2- Quán Pháp vô sinh: Là quán sát thật tướng (chân tánh) của các pháp (muôn vật) không sinh. Chữ "thật tướng" là cái tướng ấy không sinh chẳng diệt, không

thêm chẳng bớt, không bị thời gian thay đổi, không bị không gian chuyển dời, xưa nay vẫn thế, nên gọi là thật tướng; cũng gọi là chân như Phật tánh. Khi biết được thật tướng rồi thì giả tướng chẳng còn, tội lỗi là giả tướng không gá vào đâu mà tồn tại được nữa.

VI)- Làm sao dứt trừ việc gây tội lỗi?

Trong các cách sám hối cả Sự lẫn Lý vừa trình bày ở trên, tùy theo căn cơ và hoàn cảnh của mỗi người mà áp dụng. Không nên bỏ mặc tới đâu thì tới như người vô trí, cũng không nên sám hối lấy lệ mà phải có lòng thành khẩn chí cương quyết để dứt tuyệt nọc xấu. Chúng ta còn phải phát hạnh lành như thực hành bố thí, nhẫn nhục, trì giới, Từ Bi Hỉ Xả để dẹp tham sân. Như thế tính tốt phát triển và tính xấu không có đất nẩy nở được nữa.

VII)- Lợi ích của sám hối:

Trong các phương pháp sám hối của Phật giáo, xem ra không phải dễ dàng thực hành, nhưng người chí tâm thực hiện sẽ đạt được lợi ích cụ thể sau đây:

1- Làm cho tâm tính con người được trong sạch, tiêu diệt hết lỗi lầm đời hiện tại, mà cũng trừ hết tội ác của các đời qúa khứ.

2- Phát triển tính thành thật hạnh thanh cao của bậc Thánh hiền.

3- Dứt tội sinh phúc và thẳng tiến đến giải thoát an vui.

Nhờ các phương pháp sám hối của Phật giáo, con người có thể cải hóa lòng mình, làm cho đời sống cá nhân hạnh phúc tốt đẹp, đời sống xã hội được hòa bình yên ổn hơn lên.,.

Nhẫn nhục

(Trung A Hàm quyển 4 từ trang 286 đến 291, trang 439 đến 441. Tạp A Hàm quyển 4 Kinh số 1153 trang 150. Phật Học Phổ Thông quyển 4 trang 101 đến 106. Đức Phật và Phật Pháp trang 216)

I)- Nhẫn nhục là gì?

Nhẫn là nhịn chịu, **nhục** là tổn thương sỉ nhục.

Nhẫn nhục là chịu nhịn những điều sỉ nhục xấu hổ, nhục nhã; chịu đựng tổn thương trước những cảnh, sự việc không vừa lòng, nghịch ý, trái tai gai mắt. Nhẫn nhục là nhận chịu những điều người khác làm cho mình khổ não, trong tâm mình không những không tức giận mà còn không nghĩ tưởng tới việc sẽ báo oán trả thù.

II)- Tại sao cần phải nhẫn nhục?

Nhiều người vì được nuông chiều được nể nên tưởng mình là hay là nhất, càng ngày càng tỏ ra "khinh người", rồi đâm ra nói năng hành động qúa trớn. Có kẻ vì si mê có tính "cả vú lấp miệng em" át giọng người khác, cho người khác là ngu là dốt không bằng mình. Lại có người ngu si điên đảo cho rằng "ta đây là nhất" không ai bằng mình nên lấn lướt, hống hách. Tất cả những người như thế đều là người vô minh, dù người đó có bằng cấp này nọ (thực ra, người có học ít khi có những hành động lỗ mãng) đều là người vô minh cả. Bởi vậy khi bị những người ấy sỉ nhục, mắng nhiếc, đánh đập tàn nhẫn, chúng ta nên coi việc đối xử như thế là do không hiểu sự thật, cần phải kiên nhẫn giải thích sự việc

Nhưng có người vì không dằn được cơn tức giận mà sinh ra đỏ mặt tía tai, quát tháo ầm ĩ, đá bàn quăng ghế, buông ra những lời cộc cằn chửi rủa tục tằn, hành hạ đánh đập người một cách tàn nhẫn. Có kẻ nổi cơn thịnh

nộ đâm, chém, bắn người khác gây ra án mạng mà phải ân hận suốt đời. Lại có những việc rất nhỏ nhặt trong gia đình hay ngoài xã hội chỉ vì một câu nói không đáng kể hay một cử chỉ nhỏ nhặt, mà người không kiên nhẫn đã gây ra biết bao buồn phiền đau khổ cho người và cho mình. Ở đây có thể nói người không kiên nhẫn đối với các việc nhỏ nhặt là người nóng nảy, vì nhân một việc bé xé ra to, nên là người tạo ác.

Nhẫn nhục được gắn liền với chữ "bình tĩnh, kiên nhẫn, chịu đựng", những người nóng nảy hay mất bình tĩnh, mất kiên nhẫn. Họ không tự chủ được những nghịch cảnh khó khăn nan giải, nên nói năng hành động vội vàng nông nổi thiếu suy nghĩ. Trong gia đình mà mọi người đều không kiên nhẫn sẽ đưa đến mất hạnh phúc và dễ tan vỡ. Đối với xã hội mọi người đều không kiên nhẫn sẽ đưa tới xáo trộn và không vững bền.

Người học đạo cũng vậy, khi gặp nghịch cảnh không nhẫn nhục sẽ làm cho tâm luôn luôn dao động, có khi còn bị đọa vì không nhẫn nhục mà làm các việc ác.

Do đó tại sao chúng ta phải học và thực hành nhẫn nhục là vậy.

III)- Các loại nhẫn nhục: Có ba loại:

1)- Thân nhẫn:

Là sự chịu đựng của thân trước các nghịch cảnh không vừa ý, như nóng lạnh, bệnh tật, đói khát. chỗ ở nơi nằm không được tiện nghi, hoặc bị hành hạ đánh đập thân thể. Trước những nghịch cảnh như thế, người nhẫn nhục không hé răng mở miệng phàn nàn hay chống cự đánh trả, mà chỉ bình tĩnh giải thích sự việc và chịu đựng.

2)- Khẩu nhẫn:

Là sự im lặng của miệng trước các nghịch cảnh không vừa ý, như có người chửi mắng, nói lời vu oan, đâm thọc,

không nói có, có nói không, nói thêm bớt, nói bóng nói gió, nói thêu dệt v.v… Trước những lời nghịch tai như thế, người nhẫn nhục chỉ nói lời giải thích chân thật ôn hòa. Nếu không được nghe thì giữ yên lặng, chứ không nổi giận dùng những lời ác mà đối chọi lại, hoặc gây thành chuyện lớn, sinh cãi nhau, đánh lộn, giết chóc v.v...

3)- Ý nhẫn:

Là sự nhẫn nhục của tâm ý, trong lòng người nhẫn nhục trước nghịch cảnh của thân không có ý nghĩ than trời trách đất về sự nóng lạnh bệnh tật, không than thân trách phận về sự thiếu thốn. Người nhẫn nhục trước cảnh bị hành hạ xác thân hay bị vu oán giá họa, nhục mạ đủ điều, cũng đều nhẫn cả. Chỉ giải thích một cách chân thật, không hề có ý nghĩ tức giận, trong lòng không nổi lên oán hận căm hờn sẽ trả thù sau này v.v…

Trong ba loại nhẫn nhục, ý nhẫn là quan trọng nhất, vì có khi thân chịu đựng được những bất nghi, đau đớn, nhưng miệng còn thì thầm lẩm bẩm ca cẩm nguyền rủa. Có khi miệng không nói năng chi cả, nhưng vẫn tức giận trong lòng rằng "ngày nay ta không thể ăn tươi nuốt sống ngươi, ngày sau ta sẽ trả thù này". Bên trong ý thức không nhẫn nhục được thì thế nào cũng có ngày sự giận dữ thù hằn sẽ hiện ra, không ở hành động, cũng ở lời nói.

Khi lòng tức giận hận thù được lắng xuống trước mọi nghịch cảnh, sự nhẫn nhục mới thật sự là kiên cố rộng lớn (Ba La Mật).

IV)- Nhẫn nhục như thế nào?

Có hai thứ nhẫn nhục:

1)- Nhẫn nhục chấp tướng:

Là nhẫn nhục vì danh lợi, vì có người khen, vì sợ uy quyền, vì chưa đúng lúc, chưa có đủ đều kiện trả thù, vì coi rẻ khinh bỉ đối thủ v.v…Đó là nhẫn nhục chấp tướng,

chưa phải là nhẫn nhục thực sự, vì còn do dục vọng tham, sân, si, mạn thúc đẩy chi phối.

2)- Nhẫn nhục vô tướng:

Là khi nhẫn nhục không chấp vào tướng như nêu ở trên. Người nhẫn nhục luôn luôn tự hỏi: "Ta có làm điều gì sai quấy không? Nếu có, ta bị sỉ nhục là phải, ta không nên tức giận mà phải cám ơn. Nếu ta không làm điều gì sai quấy, sau này sẽ được chứng minh, vì vàng bao giờ cũng là vàng, không thể vàng mà là đồng được. Hoặc ta không làm điều gì quấy, những sự sỉ nhục ấy chẳng dính liú gì tới ta, nên ta không cần khổ tâm suy nghĩ đến".

Nhẫn nhục còn là không muốn **hơn thua, được mất, vinh nhục, khen chê,** đây là tám thứ gió bão quật ngã mọi người. Không tranh đua chèn ép người khác để đạt mục đích. Không tranh cãi **phải trái, đúng sai**, **hay dở, tốt xấu**, tranh chấp này nọ. Không muốn đời là bãi chiến trường thù hận, thế giới là một lò lửa ngụt cháy. Người nhẫn nhục còn tiến tới có lòng từ bi hỉ xả rốt ráo.

Người tu hành muốn hành hạnh nhẫn nhục kiên cố (Ba La Mật), phải quán chúng sinh và mình cùng đồng một bản thể mới không thấy ta bị nhục và người làm nhục mình. Thí dụ như tay phải làm việc cầm con dao hay cái búa, cắt đồ vật hay đóng đinh, rủi cắt hay đập phải ngón của bàn tay trái làm chảy máu hay sưng vù lên đau đớn. Bị thương tổn như thế, nhưng tay trái tự nhận tay phải cùng với mình (tay trái) đồng một thân thể, nên tay trái không thấy tay phải làm nhục làm hại mình. Nhẫn nhục như thế mới là nhẫn nhục rốt ráo Ba La Mật.

V)- Đức Phật dạy nhẫn nhục:

Chúng ta hãy lược trích một đoạn Kinh, đức Phật dạy người tu hành về nhẫn nhục trong Trung A Hàm quyển 4 trang 286, 290, 291 như sau:

Khi nghe, có năm cách nói: "Nói đúng lúc hay không đúng lúc, nói chân thật hay giả dối, nói dịu dàng hay hung ác, nói hòa hợp hay đâm thọc, nói có nghĩa hay vô nghĩa". Với năm cách nói này nếu người tu hành khi nghe mà tâm bị biến đổi, có thể miệng phát ra lời ác, người tu hành bị suy thoái. Khi ấy người tu phải khởi tâm từ mẫn đối với người kia, tâm tương ưng với Từ trải khắp một phương, thành tựu an trú. Cũng vậy, hai, ba, bốn phương, phương trên phương dưới, bao trùm tất cả, không tranh cãi, không sân không oán. Đối với tâm Bi, Hỷ, Xả cũng vậy, không tranh, không sân oán, biến mãn tất cả thế gian rộng lớn trùm khắp, thành tựu an trú.

Cũng vậy, nếu người tu bị người khác dùng tay đấm, đá ném, gậy đánh, dao chém, mà tâm biến đổi, hay miệng phát lời ác, hay đánh trả, người tu tất bị suy thoái. Hãy học sao cho tâm không biến đổi, miệng không phát ra lời ác, không đánh trả, mà hướng đến người ấy, duyên nơi người ấy khởi tâm từ mẫn, không tranh, không kết, không oán, rất rộng lớn vô lượng vô biên, biến mãn tất cả thế gian, thành tựu an trụ, khéo tu tập như thế.

Cũng như vậy, nếu có giặc, cướp lấy lưỡi cưa bén cắt xẻ tay chân người tu hành, nếu tâm biến đổi, hay miệng phát ra lời ác, hay đánh giết trả, người tu tất suy thoái. Hãy học sao cho tâm không biến đổi, không phát ra lời thô ác, không đánh giết trả, mà hướng đến người ấy khởi tâm từ mẫn. Tâm tương ưng với Từ trải khắp một phương, hai, ba, bốn năm, sáu phương, bao trùm tất cả, không tranh, không kết, không oán, rộng lớn bao trùm khắp thế gian, thành tựu an trú. Hãy khéo tu tập như thế, liền được giải thoát.

VI)- Vài trường hợp điển hình:

1)- Một câu chuyện liên quan tới nhẫn nhục của chính đức Phật mà Kinh sách ghi đã xẩy ra trong mùa an cư thứ chín của đức Phật. Khi ấy đức Phật mới 44 tuổi, trung niên, cường tráng, với 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp, lại càng thêm uy nghi đẹp đẽ hấp dẫn. Đức Phật an cư ba tháng tại Kosambi, Ngài quán sát thế gian biết được một người Bà La Môn đã đủ cơ duyên nên Ngài đến nơi ông ta đang tế thần Lửa. Vị Bà La Môn thấy dung mạo tuyệt vời của đức Phật, ông nghĩ ngay đến người con gái diệu của ông, vì mấy năm liên tiếp ông có ý tìm kiếm một chàng rể xứng đáng nhưng chưa có người nào vừa ý cả. Bởi vậy sau khi thăm hỏi chuyện trò thích ý, ông yêu cầu đức Phật ở lại chờ không lâu ông trở về nhà lấy tặng một món qùa đặc biệt. Đức Phật biết ý ông, nên đi đến một chỗ gần đấy nhưng cố ý để lại dấu vết chân. Ông Bà La Môn trở lại không thấy đức Phật, nhưng nhận ra vết dấu chân trên đất nên dẫn vợ, con gái trẻ đẹp với quần áo lộng lẫy, trang điểm mỹ lệ đi theo vết chân. Khi gặp mặt, ông giới thiệu vợ con, và tỏ ý muốn gả con gái cho đức Phật, đức Phật vừa từ chối vừa muốn độ cho Bà La Môn nên nói:

“Tôi đã thấy ái dục, bất mãn tham vọng là con của Ma Vương,
Tôi không ham muốn thích thú trong nhục dục của ái tình trần tục,
Thể xác đầy dục lạc là gì? Nó là khổ, là ràng buộc của sinh tử luân hồi,
Tôi không bao giờ muốn rờ đến nó, dù chỉ sờ bằng chân”.

Nghe những lời ấy, cả hai ông bà Bà La Môn đều chứng ngộ A Na Hàm là bậc chứng thứ ba trong Tứ Thiền, nhưng cô con gái Magandhiya thì trái lại, cô tức giận trong lòng. Cô cho rằng “Như thế là nhục mạ cô, chửi mắng cô”. Lòng tự ái của người con gái trong một

gia đình giàu có quyền thế địa vị, trẻ đẹp. Chỉ mấy năm sau, cô trở thành thứ hậu của vua Udena, dựa trên thế lực đã có. Cô sai thuộc cấp mua chuộc, sai bảo người chửi mắng, nhục ma đủ điều, xua đuổi đức Phật ra khỏi thành ấy. Mỗi ngày đi khất thực đều bị hết toán người này đến toán người khác rỉa rói chửi rủa, họ nói: “Ông là tên ăn trộm, Ông là tên khờ dại, Ông là người ngu si, Ông là tên điên cuồng, Ông là con bò, là con lừa, là con lạc đà, Ông là con thú vật khờ dại v.v… Khi chết ông sẽ đọa Địa ngục, khi chết ông sẽ đọa chỗ nghèo khổ v.v…Ông hãy cút đi khỏi nơi đây, ở đây mọi người không muốn nhìn mặt ông , mọi người đều ghét ông không ưa ông v.v….”

Các Tỳ Kheo (Tăng) đệ tử của đức Phật thấy nhiều người dữ dằn dùng lời thô tục chửi rủa Ngài như vậy chịu đựng không nổi nên thưa:

- Người ta chửi rủa và nhục mạ chúng ta qúa thậm tệ, xin Thế Tôn dời đi nơi khác”.

Đức Phật nói:

- Bây giờ chúng ta đi đâu?
- Thưa Thế Tôn, nên đi đến thành khác.
- Nếu ở thành đó người ta cũng chửi mắng và nhục mạ thì ta đi đâu?
- Thưa Thế Tôn, lại đi đến thành khác.
- Các Thầy không nên nói vậy, nơi nào gặp chuyện khó khăn chính nơi ấy ta phải giải quyết cho ổn thỏa. Chỉ khi nào giàn xếp xong xuôi ta mới có quyền đi nơi khác, nhưng ai chửi rủa nhục mạ ta?
- Thưa Thế Tôn, rất nhiều người chửi mắng nhục mạ.

Đức Phật giảng giải: “Như voi ra trận phải bị làn tên từ bốn phiá bắn tới, cũng như thế, ta phải chịu đựng những lời nguyền rủa chửi mắng từ mọi phiá, vì phần đông sống không có đạo đức, sống không giới đức. Nhiều voi ngựa

được dẫn tới chỗ vua để lựa con thuần thục tốt nhất để cưỡi. Giữa đám đông đảo người tụ hội, người xứng đáng nhất là người chịu đựng được những lời chửi mắng nguyền rủa. Dù những con ngựa con voi trang trọng quý báu, nhưng người thuần thục giới đức trang nghiêm là hơn hết tất cả".

Và đức Phật bảo:

- Các Thầy không nên lo ngại, vì họ chỉ chửi mắng trong bảy ngày, ngày thứ tám họ sẽ ngừng, vì mọi chuyện khó khăn đến với Như Lai không bao giờ quá bảy ngày.

Đúng như lời đức Phật đã nói, đến ngày thứ tám, khi đức Phật đi khất thực, không còn thấy một người nào có hành động lỗ mãng với Ngài nữa.

Chúng ta thấy sự nhẫn nhục chịu đựng của đức Phật thật là có một không hai, đây mới thật là nhẫn nhục kiên cố. Bảy ngày vào thành khất thực, bảy ngày đều bị hết toán người này đến toán người khác chửi bới nhục mạ xua đuổi thậm tệ suốt từ lúc bắt đầu vào thành cho đến lúc khất thực xong trở về nơi ngự. Nếu như chúng ta gặp trường hợp như vậy sẽ xử trí ra sao?

2)- **M**ột câu chuyện nhẫn nhục khác của một đệ tử Phật mà Kinh sách đã ghi lại như sau:

"Thời ấy, một hôm **Tôn giả Purna** đến đảnh lễ rồi xin Phật cho phép Tôn giả được đi đến xứ Chronapraranta để giáo hóa. Dân vùng này có tính hung dữ và tạo nhiều tội ác, đức Phật thấy thế nên hỏi Tôn giả:

- Thầy nguyện đem giáo pháp của Ta đến xứ ấy, nhưng nếu họ không nghe mà còn dùng lời hung ác nhục mạ, thầy nghĩ sao?
- Thưa Thế Tôn, con cho họ là người tốt, vì họ chỉ sỉ nhục mà không đánh đập con.
- Nếu họ hành hạ đánh đập thầy thì sao?

- Thưa, con nghĩ là họ còn có lòng tốt, vì họ đã không giết con.
- Nếu họ dùng dao giết hoặc dùng gậy đánh thầy cho tới khi chết mới thôi, thầy nghĩ sao?
- Thưa đức Thế Tôn, con nghĩ họ là ân nhân của con, vì họ đã giúp con bỏ được thân thối tha dơ bẩn này.

Đến đây, Tôn giả Purna được Phật khen và chấp thuận:

- Thầy nhẫn nhục như vậy mới có thể qua xứ ấy.

Tôn giả Purna qua xứ Chronaprananta giáo hóa một thời gian, hầu hết dân xứ ấy đều quy y Phật Pháp Tỳ Kheo (Tăng), vì Ngài đã hành nhẫn nhục từ bi hỉ xả từ trong đến ngoài của ý khẩu thân".

VII)- Lợi ích của nhẫn nhục:

Đối với cá nhân, người nhẫn nhục tâm được an ổn, sự nghiệp bền vững, mọi người gần gũi, đối với gia đình được xum họp, bạn bè gắn bó, xã hội yên ổn thanh bình. Vì nhận thấy sự lợi ích của nhẫn nhục nên Phật đã dạy:

Người hơn gây oán hận,
Kẻ thua lòng không yên,
Hơn thua đều buông bỏ,
An ổn ngủ ngon lành.

Sự quyết tâm thực hành nhẫn nhục nhất là những người đã từng bị lửa hận làm cho tan nát cõi lòng, lại càng nên thực hành nhẫn nhục. Người có tu hành phải để ý từng tí từng li về hạnh nhẫn nhục từ thân đến khẩu và nhất là ý. Không buông lung mặc cho ý muốn phát lúc nào thì khởi lúc ấy, không để cho tham sân si điều khiển sẽ có được tâm an bình. Được tâm an bình rồi, việc tu hành mới có thể tinh tấn, khi đã tinh tấn tới mức, lo gì không đạt đạo .,.

Cư xử của Phật tử

(Trường A Hàm Quyển 1 từ 555 đến 574. Phật Học Phổ Thông quyển 4 trang 139 đến 144. Đức Phật và Phật Pháp trang 617, 618)

I)- Nhân duyên

Khi đức Phật đi giáo hóa đến ngự tại động Thất Diệp thuộc núi Kỳ xà Quật gần thành La Duyệt. Một hôm, con một Trưởng giả tên Thiện Sinh, sáng sớm tắm rửa xong, ra khỏi thành vào vườn cây, dùng hương lễ lạy sáu phương. Lúc ấy, đức Phật đang ở tại động Thất Diệp, Ngài quán sát chúng sinh, thấy vậy, Ngài liền đến chỗ ấy (bằng thần thông) ngay khi Thiện Sinh vừa lễ lạy xong. Khi gặp, Ngài nói với thanh niên rằng:

- Này con của Trưởng giả, tên gì? Vì sao sáng sớm đã đến vườn này lễ lạy các phương như thế?

Khi đó, Thiện Sinh thưa:

- Tên con là Thiện Sinh. Con lễ lạy do cha con trước khi qua đời có dặn rằng: "Nếu con có muốn lễ bái, trước hết phải tắm rửa sạch sẽ, sau đó dùng hương lễ lạy sáu phương Đông, Tây, Nam, Bắc, Trên, Dưới". Con không hiểu ý nghĩa, nhưng vì con vâng theo lời dạy của cha con, nên thường đến đây lễ bái.

Đức Phật bảo:

- Có tên của những phương này, chứ không phải không có. Trong pháp Hiền thánh của Ta, có đầy đủ ý nghĩa, không phải lễ sáu phương mà đầy đủ cung kính đâu.

Thiện Sinh thưa:

- Cúi xin Ngài hãy vì con nói cách thức lễ sáu phương của pháp Hiền thánh.

Đức Phật bảo:

- Hãy lắng nghe, hãy chú ý nghe, suy gẫm, ghi nhớ về vấn đề này, Ta sẽ nói cho.
- Thưa vâng, con đang muốn nghe.

II)- Pháp Hiền thánh cho Phật tử:

Đức Phật giảng dạy:

- Nếu người nào biết bốn nghiệp: Sát sinh, trộm cướp, tà dâm, nói dối là làm ác. Nếu người nào biết bốn chỗ tham dục, sân hận, ganh ghét, tà kiến là ác hạnh. Người ấy không làm ác, tránh ác hạnh, kính lễ sáu phương, chẳng những đời này được phúc lành, đời sống vững chãi, mà đời sau hưởng quả báo tốt đẹp vô cùng. Người ấy được bậc trí khen ngợi, danh dự ngày thêm lớn như mặt trăng ngày rằm tròn sáng.

Còn người không biết tránh bốn nghiệp làm ác, bốn hạnh ác, dù có lễ lạy sáu phương thế nào đi nữa, cũng vẫn tổn giảm như mặt trăng cuối tháng.

1)- Sáu nghiệp tổn hại

Lại nữa, nếu người nào có sáu nghiệp tổn hại là:

1- Đam mê rượu chè sẽ sinh bệnh, hay gây gỗ, tiếng xấu đồn xa, trí tuệ giảm, gia sản tiêu mòn.
2- Người nào ham mê cờ bạc, gia tài không thể giữ được.
3- Người nào say mê kỹ nữ, tiền của tiêu tán.
4- Người làm bạn với người ác dễ sinh khinh lờn, dụ người nhà khác mưu lợi về mình.
5- Người nào phóng đãng không giữ được của cải, không giữ được thân mình, thường sinh dối trá.
6- Người nào lười biếng không chịu làm việc, sản nghiệp không bền.

Ngược lại, biết tránh sáu nghiệp tổn hại của cải, gọi là người biết sống. Khi tránh xa sáu nghiệp mất mát tài sản như thế, được người trí khen ngợi.

2)- Bốn hạng oan gia

Đức Phật dạy tiếp:

- Này Thiện Sinh, có bốn hạng thân cận oan gia nên biết rõ, nên tránh, đó là:

1- Hạng kính sợ (uý phục) là hạng người trước cho sau đoạt lại, cho ít lấy lại nhiều. Vì sợ nên làm quen, vì lợi nên làm thân.

2- Hạng môi mép (mỹ ngôn) là hạng người lành ác đều thuận theo, tránh xa khi thấy người khác gặp nạn, âm thầm săn đón lúc thấy có lợi, bài xích chê bai khi thấy bất lợi cho mình.

3- Hạng giả vờ kính thuận là hạng người trước dối trá, sau dối trá, hiện tại dối trá. Thấy có một tí lỗi đã vội tránh xa, thấy có lợi thì săn đón thân thích.

4- Hạng bạn ác là hạng chỉ là bạn lúc uống rượu, đánh bạc, du hí, dâm dật, mưu đồ việc ác.

3)- Bốn hạng nên thân cận

Ngược lại, có bốn hạng người nên thân cận, nên gặp, đó là:

1- Hạng người tự biết tránh xa làm xằng bậy, ngăn cản khi thấy người khác làm ác, chỉ bày cho người những điều ngay thẳng, có lòng giúp đỡ, cứu hộ người.

2- Hạng người có lòng thương xót, là người vui mừng khi thấy người khác được lợi, lo buồn khi thấy người gặp nạn, khen ngợi khi thấy người có đức tính tốt, ngăn cản khi thấy người khác nói ác.

3- Hạng làm lợi ích người, không cho người khác phóng dật, bê tha, buômg thả để khỏi hao tài tốn của, nói năng khiến người khác không sợ hãi.

4- Hạng người đồng sự là người không nề gian khổ cực nhọc vì người khác, không tiếc của vì người khác, khuyên bảo người khi ở chỗ vắng, giúp người khỏi sự lo lắng.

III)- Ý nghĩa lễ sáu phương:

Đức Phật giảng tiếp: Phải biết rõ sáu phương là những gì? Đó là:

1)- Phương Đông là cha mẹ.

Bổn phận làm con phải kính thuận với cha mẹ, gánh vác công việc cho cha mẹ, cung phụng hiếu dưỡng, không để cha mẹ lo lắng thiếu thốn. Khi làm điều gì phải thưa với cha mẹ biết. Cha mẹ làm điều gì không được chống báng. Cha mẹ làm việc lành không được ngăn cản.

Ngược lại, bổn phận làm cha mẹ, phải ngăn cản không cho con nghe điều ác, không cho con làm điều ác, chỉ dạy con làm điều lành. Tạo cho con làm nghề chính đáng. Thương con thắm thiết, đối xử bình đẳng giữa các con, tùy thời cung cấp sự cần thiết của con. Tạo cơ hội thuận lợi cho con thành người chân chính.

Nếu con kính thuận cha mẹ, cha mẹ thương yêu thắm thiết con cái như thế, phương Đông sẽ được yên ổn tốt đẹp, không còn gì đáng lo ngại nữa.

2)- Phương Nam là thầy dạy.

Học trò kính trọng thầy dạy, tôn trọng quý trọng thầy. Học hỏi, chăm chỉ nết na nghe lời thầy. Không phá phách, không chống đối. Ghi nhớ kỹ không quên những điều thầy dạy bảo. Chăm sóc giúp đỡ khi thầy cần đến.

Đối với thầy phải dạy có phương pháp (sư phạm), làm cho học trò hiểu được lời dạy. Dạy những điều mới lạ chưa biết, làm sáng tỏ điều hiểu biết của học trò. Bậc thầy phải giới thiệu bạn lành bạn tốt cho học trò của mình. Đem hết sự hiểu biết cuả mình truyền dạy lại không giấu giếm. Bậc thầy còn phải công bằng, đạo đức, làm gương tốt, không lươn lẹo, không bất công thiên vị.

Nếu học trò kính trọng cung phụng thầy, nết na chăm chỉ học hành. Bậc thầy thương yêu dạy bảo đúng với

nhiệm vụ làm thầy, phương Nam được yên ổn không còn lo sợ nữa.

3)- Phương Tây là vợ chồng.

Chồng đối với vợ phải nhã nhặn thanh tao, oai nghiêm đĩnh đạc, ăn mặc đúng lúc tùy thời, nói năng phải đạo. Không tỏ vẻ khinh vợ, giao phó việc nhà, trung thành với vợ, và vui vẻ với quyến thuộc của vợ.

Vợ đối với chồng nói lời hoà nhã, thức ngủ tuỳ thời, kính nhường tuỳ thuận, vui vẻ dịu hiền, nói năng khiêm cung. Giữ gìn của cải và siêng năng làm tròn phận sự trong nhà. Vui vẻ với quyến thuộc của chồng, và trung thành với chồng.

Nếu vợ chồng lấy lễ nghĩa đối với nhau, đồng thuận như thế, phương Tây được yên ổn, không còn lo sợ.

4)- Phương Bắc là anh em, bà con, bạn bè.

Làm người phải lấy sự giúp đỡ lẫn nhau, từ tiền bạc, đến công sức. Nói lời nhu hòa xây dựng, làm việc lợi ích cho nhau. Chung làm chung hưởng, không hề dối trá khinh khi. Ngoài ra, anh em, bà con, bạn bè còn phải bảo vệ bao bọc lẫn nhau, can ngăn phung phí hao tài tốn của. Tùy thời khuyên bảo lẫn nhau, khen ngợi việc làm lành. Quảng đại, khoan hồng, sẵn sàng làm việc phải cho nhau. Thấy ai có việc liền ra tay giúp đỡ, không đợi cầu khẩn.

Ngược lại, anh em, bà con, bạn bè được giúp đỡ có bổn phận hết lòng gìn giữ cho khỏi hao tổn tài sản. Bảo vệ lại lúc cô đơn, hoặc sa ngã khủng hoảng, và luôn luôn nhã nhặn khiêm tốn.

Nếu anh em bà con bạn bè với nhau biết thân giao kính thuận như thế, phương Bắc được yên ổn, không còn lo sợ.

5)- Phương Dưới là người dưới quyền, người giúp việc, làm công:

Người trên, người cai trị, người chủ chỉ bảo phân công tùy khả năng mà giao công việc thích hợp, đúng lúc cho ăn, tùy thời thưởng công lao. Khi bệnh cho dưỡng sức, thuốc thang điều trị đầy đủ. Không bắt làm qúa sức, qúa giờ. Ân cần hỏi han giúp đỡ khi gia đình người làm, cấp dưới gặp hoạn nạn.

Ngược lại, người làm, kẻ dưới phải làm việc đúng giờ, phụng sự đầy đủ, làm việc cẩn trọng có thứ tự. Không tham lam, của không cho không được lấy, khen ngợi công đức người chủ, bậc trên. Không nói xấu sau lưng mà phải giữ gìn danh giá cho chủ, cấp trên; không phá hoại tài vật của chủ.

Nếu chủ, cấp trên đối với người làm cấp dưới, và người làm cấp dưới đối với chủ cấp trên được như thế, phương Dưới được ổn cố, không còn lo sợ.

6)- Phương Trên là bậc trưởng thượng, bậc tu hành:

Phàm là người phải biết tôn kính các bậc trưởng thượng, các bậc tu hành đức độ. Phải biết nói điều thiện, biết làm điều thiện, đúng thời cung kính, đúng thời bố thí, nói năng lễ độ kính trọng.

Ngược lại, bậc trưởng thượng, bậc tu hành phải dạy bảo điều lành, dạy giữ tâm lành, ngăn cản không cho làm ác. Dạy điều lành chưa từng được nghe, làm cho hiểu điều đã nghe chưa hiểu. Hết lòng thương mến, chỉ bảo điều hay lẽ phải.

Nếu mọi người đều làm được như thế, phương Trên được yên ổn, không có điều gì lo sợ nữa.

Này Thiện Sinh, như thế mới đầy đủ ý nghĩa lễ sáu phương.

Bấy giờ, Thiện Sinh chắp tay cúi đầu vái và nói:

- Thưa đức Thế Tôn, hay quá, thật phúc đức cho con biết bao, thật quá sự tưởng tượng mong ước của con. Ngài đã

dẫn giải lời dạy đầy đủ về lễ sáu phương, lại dạy pháp Hiền thánh chưa từng được nghe, khiến con như người bị té ngã vập mặt xuống đất được nâng dậy. Những gì che đậy bưng bít không thấy được mở ra thấy rõ ràng, như người đang mê được tỉnh ngộ, như trong nhà tối mù mịt được thắp ngọn đèn sáng thấy hết mọi vật. Đức Thế Tôn cũng như thế, Ngài dùng vô số phương tiện khai thị (mở mắt) cho kẻ phàm phu ngu muội như con, vì con làm mà không hiểu nghĩa lễ sáu phương là như thế nào. Nay con đã hiểu ngọn ngành, con xin hứa ghi nhớ và thực hành tất cả những điều Ngài dạy. Con xin được quy y Ngài, quy y giáo pháp của Ngài, và quy y đại chúng Tăng đoàn của Ngài kể từ ngày hôm nay cho đến hết đời.

Kết luận: Chúng ta thấy lời giảng dạy của đức Phật rõ ràng minh bạch như mặt trời giữa buổi trưa, không một gợn mây, sáng trưng, đức độ toàn vẹn. Đây không phải chỉ cho hàng Phật tử, mà cho toàn thể nhân loại học hỏi, noi theo, và áp dụng vậy.

IV)- Trau dồi kiến thức bằng Ngũ Minh

Ngoài ra, người Phật tử còn phải trau dồi trí tuệ một cách chu đáo bằng "Ngũ minh" là năm trí tuệ trong sáng, đó là:

1)- Y Phương Minh (Trí tuệ về Y Học): Người Phật tử nên học về phương pháp chữa bệnh. Chữa cả về thân bệnh và tâm bệnh. Chữa bệnh về tinh thần là cần thiết, nhưng những phương thuốc chữa thân bênh không phải là không quan trọng. Người Phật tử nên học về thuốc để có thể thực hành công tác xã hội, rất thích hợp cho lòng Từ Bi. Nếu là thầy thuốc hay Bác sĩ, người Phật tử đã có trong tay một phương tiện hành đạo quan trọng. Đem sự an ủi đến cho người bệnh, đó là thể hiện một phần nào tinh thần cứu tế, cứu đời tích cực.

2)- Công Xảo Minh (Trí tuệ về công nghệ, kỹ thuật, khoa học): Người Phật tử cần học tập công nghệ, kỹ thuật cao, để có phương tiện hành đạo rộng lớn. Cần phải có đủ điều kiện kinh tế để cứu giúp người nghèo đói tật nguyền. Người Phật tử dùng phương tiện công xảo kỹ thuật để phục vụ con người, chứ không phải dùng nó để gây đau khổ cho con người và các loài sinh vật.

3)- Nhân Minh : Đây là "Luận lý học" của Phật giáo. Người Phật tử cần phải học phương pháp luận lý, học lập thuyết vững vàng, dựa trên giáo lý một cách rõ ràng. Luận lý này chủ trương lập thuyết bằng "Nhân", tức là bằng cách suy cứu đến "lý do". Lập luận có "thuận", có "nghịch", và phải có đầy đủ ba thành phần, đó là:

1- Tôn : Là chủ trương của mình.

2- Nhân : Là lý do thành lập chủ trương ấy.

3- Dụ : Là sự kiện đem ra để chứng minh.

Thí dụ: - Chủ trương (Tôn): Em A bị đói.

- Lý do (Nhân) : Em A không ăn.
- Sự kiện chứng minh (Dụ): Phàm ai không ăn đều bị đói.

Phàm ai không ăn đều bị đói, em A không ăn nên em A bị đói. Đây là lập luận "thuận" (Đồng dụ), trái lại:

Phàm ai ăn đều không bị đói, em B, em C, D v.v… ăn, nên đều không bị đói. Đây là lập luận "nghịch" (Dị dụ).

Chúng ta thấy "Luận lý nhân minh" giống nhưng tinh vi và đầy đủ hơn "Luận lý học hình thức" (Syllogism), vì nó có đầy đủ tính cách diễn dịch và quy nạp (Diễn dịch: Do một nguyên lý chung mà suy đoán ra những sự thực riêng. Quy nạp: Suy luận từ sự thực riêng mà suy cứu ra nguyên tắc chung).

Ba phần phải có liên lạc mật thiết với nhau. Chủ trương (Tôn) và Lý do (Nhân) phải thuận với nhau.

Biết "Nhân Minh" kỹ càng, có thể phán đoán "Chân, Ngụy" dễ dàng, không bị mắc kẹt vào các câu hỏi khó và giải đáp được dễ dàng.

4)- Thanh Minh (Ngôn ngữ học): Đây là môn học về văn tự, tiếng nói, văn học. Người Phật tử không những có kiến thức về ngôn ngữ mẹ đẻ, hiểu giáo lý, biết trước tác, diễn giảng. Người Phật tử còn phải học hỏi ngoại ngữ nữa, để phiên dịch, trao đổi văn hóa với các nước khác.

5)- Nội Minh (Nội điển Kinh sách): Người Phật tử cần phải có kiến thức về Nội Kinh điển Phật giáo. Nghiên cứu Kinh sách đầy đủ, rồi đem giáo pháp truyền lại cho người khác và thực hành.

Người Phật tử không nên để tình trạng "mê tín dị đoan" lẫn vào đạo, mà nhiều người lầm tưởng đó là của Phật giáo. Người Phật tử phải hiểu rõ Kinh điển của Phật giáo một cách tường tận để ngăn chặn những sai lầm như vàng mã, đồng bóng, cúng sao cúng hạn, dời mồ coi mả, giết hại sinh vật để cúng ma vái quỷ v.v...

Nên nhớ, sự thờ cúng Tổ Tiên, Ông Bà chỉ là tượng trưng sự tưởng nhớ các bậc tiền nhân sinh thành. Các vị đã có công gây dựng tiền đồ cho thế hệ về sau. Chúng ta thờ cúng để tỏ lòng tôn kính, tưởng nhớ, biết ơn, và noi theo v.v…. Chúng ta không thể lễ lạy van vái để xin ban ân huệ này nọ được. Sự thờ cúng Tổ tiên không khéo biết có thể rơi vào mê tín mà chúng ta không biết không hay. Đó là ý nghĩa của việc thờ cúng Tổ Tiên, Ông Bà, Cha Mẹ v.v…. mà người Phật tử cần phải biết rõ.

Tóm lại, người Phật tử nào đạt được "Ngũ Minh" nhiều chừng nào, người ấy có trí tuệ đức độ nhiều chừng ấy, và đạt gần quả vị giải thoát hơn.,.

Mê Tín

(Kinh Dược Sư Lưu Ly Quang. Cành Lá Vô Ưu trang 14 đến 22)

I)- Thế nào là mê tín?

Mê tín là u mê không hiểu biết chân chính, tin những điều không đúng sự thật, tin mù quáng. Phần nhiều là những việc về tinh thần, nhưng cũng ảnh hưởng về vật chất, mê lầm tưởng đó là sự thực. Từ sự tin sai lầm đưa tới nói năng hành động sai lầm. Như tin bà đồng bà cốt, tin bói quẻ, tin thầy bùa thầy chú, v.v…, những loại tin này không có một chút căn bản, không thể chứng minh được, nên được liệt vào hạng mê tín dị đoan.

II)- Nguồn gốc mê tín:

Mê tín là cái bệnh có từ khi có loài người đến bây giờ. Có khi mê tín cách này, có khi mê tín thế khác, như thời xưa tin có thần cây đa, thần giếng nước, thần sông, thần đầu làng, v.v…Ngày nay sự mê tín này đã giảm nhiều, nhưng lại có những loại mê tín mới khác rất thịnh hành trong đời sống hàng ngày.

Sự mê tín, không phải tự nhiên mà có, nó có nguồn gốc do sự mong cầu mà ra, do sự sợ hãi mà ra. Chúng ta thử phân tích hai loại nguồn gốc này:

1)- Mê tín do sự sợ hãi:

Khi xưa thời đủ thứ vì sự sợ hãi của con người trước thiên nhiên như thiên tai bão tố, lũ lụt ngập tràn, sấm chớp chát chúa kinh hoàng, lốc xoáy tàn phá cuốn lôi, đêm tối mịt mù. Tất cả đã làm cho con người chết chóc, tai ương, nhà tan cửa nát v.v…, thành ra sợ hãi. Con người đã nghĩ ra có thần nọ, qủy kia tức giận gây nên sự tệ hại ấy, và họ phải cúng vái để xin được yên ổn.

Ngày nay, sự sợ hãi trên bớt nhiều, nhưng sự sợ hãi khác kín đáo hơn và sâu xa hơn vẫn hoành hành ở mọi nơi. Không cứ ở Á Châu có mê tín , mà ở Âu , Mỹ, Úc, Phi Châu đều có mê tín, nhưng với hình thức khác nhau thôi. Như đối với dân Việt Nam, khi một gia đình liên tiếp trong một số năm có hai ba người bị tại nạn, bệnh hoạn chết, là có người đưa ra câu hỏi tại sao gia đình ấy lại có tai họa như vậy? Có thể gia đình này có chuyện gì nên mới xảy ra như thế? Chắc là động mồ động mả? Có lẽ có ma quỷ ám? Chắc là có người dùng bùa ếm hại? Hay là có thần linh nào dáng họa cho gia đình ấy? v.v… Người ta nghĩ ra đủ thứ nghi vấn, kể cả những người trong gia đình ấy cũng có suy nghĩ giống như thế. Rồi họ bàn ra tán vào từ cửa miệng người này qua cửa miệng người khác. Họ đề nghị chỗ nọ linh thiêng nên đến đó lễ bái cho tai qua nạn khỏi; chỗ kia có thầy bói thầy tướng, ông đồng bà cốt, thầy bùa thầy ngải hay nên đến hỏi han để trị cho dứt tai họa.

Trong một gia đình có một người mắc bệnh nan y, khám phá ra quá trễ, Bác sĩ hết cách cứu chữa, như bệnh Ung thư, bệnh AIDS. Người bệnh, gia đình người bệnh, bạn bè bà con hoang mang, sợ hãi, buồn khổ. Có người mách chỗ linh thiêng đến lễ bái, chỗ đến xin bùa chú hộ mạng, họ đều làm theo, nhưng bệnh nào tật ấy, tới ngày chết vẫn chết.

Có người làm việc nguy hiểm, lo sợ không biết sẽ ra sao, nên đến lăng miếu xin xăm xin quẻ, nếu được tốt mới làm, nếu gặp quẻ xấu thì thôi. Hoặc có người coi bói coi tướng, thầy nói vận hạn xấu phải cúng sao giải hạn, đi lễ chỗ này chỗ nọ. Hoặc có gia đình bị chết hai ba người liên tiếp thì hoảng hốt đi đón thầy bùa thầy ngải về ếm. Lại có người thương cha thương mẹ chết khổ, coi bói

toán, hỏi đồng cốt chỉ cho nơi âm ti cha mẹ thiếu thốn khổ cực nên phải đốt nhà lầu, xe cộ, quần áo, tiền bạc giấy để cha mẹ nơi cõi âm ti được hưởng, không còn nghèo thiếu nữa. v.v…

Tất cả những trường hợp trên đây đều do sự lo sợ mà sinh ra mê tín dị đoan.

2)- Mê tín do mong cầu:

Con người có đủ thứ mong cầu, có mong cầu có thể đạt được, nhưng có những mong cầu không thể đạt, quá tầm tay. Những mong cầu quá tầm tay của mình, thường hay tìm cách này, nghĩ cách khác để cố làm sao đạt được. Dù đạt được hay không, cũng cố tìm cách, do đó dễ đi vào mê tín.

Như người có con đi thi hay làm ăn buôn bán, bèn mua hương hoa quả và chút tiền đến lễ Phật tại một ngôi chùa nọ cúng lễ cầu Phật phù hộ cho con thi được đậu hay buôn may bán đắt. Như vậy thấy rõ lòng tham, bỏ ra một ít lại muốn được nhiều. Khi cầu được việc thì mừng vui khen ngợi. Lần khác có việc cầu lại làm giống như thế, nhưng nếu không được như mong đợi, sinh tâm mất tin tưởng, đi tìm chùa khác hay đền, lăng, miếu có người nói linh thiêng. Từ đó đưa người Phật tử dần dần đến mê tín.

Một người khi đang làm ăn buôn bán bình thường, nhưng lại muốn biết tương lai có khá hơn không, lại nghe người ta nói có ông đồng bà cốt nào đó nói rất trúng. Họ liền đến hỏi han, chỉ bỏ ra một chút tiền mà biết được việc làm ăn của mình thì hay biết mấy, nên chỗ ông đồng bà cốt người ra kẻ vào tấp nập.

Có người đồn ông nọ, bà kia coi bói coi bài, coi tướng tử vi hay lắm, nói đúng mọi chuyện. Chỉ phải bỏ ra ít tiền mà biết được tương lai, thật hay biết bao. Những người đang làm việc cho chính quyền, những người dân cử

v.v…muốn biết tương lai công danh sự nghiệp đến coi cho biết hậu vận, nên thầy bói thầy tướng sống khoẻ.

Lại có người buôn bán lặt vặt muốn mau giàu, có học sinh hoặc sinh viên muốn đậu, muốn được vào ngành mong muốn, không tin vào sự làm ăn, không tin vào khả năng học hành của mình. Nghe nói lăng nọ, miếu kia thiêng lắm liền đến lễ bái cầu xin, xin xăm xin quẻ hỏi thăm thần thánh, làm cho kẻ buôn thần bán thánh hưởng lợi tiền cúng thoải mái. Tất cả những việc làm trên thiếu căn bản giải thích, đều là mê tín dị đoan cả.

III)- Cách trị mê tín:

Là con người, không ai không có sợ hãi, không ai không có mong cầu. Càng sợ hãi, mong cầu nhiều chừng nào, càng dễ rơi vào mê tín nhiều chừng ấy. Ngay cả những người chống đối mê tín cũng chưa chắc họ là người không mê tín hoàn toàn. Vì sao? Vì khi chưa gặp việc thì họ nói hay, nhưng khi gặp việc kinh hoàng sợ hãi, cầu mong tai qua nạn khỏi không được đến nỗi tuyệt vọng rồi, dù người có kiến thức rộng, người có bằng cấp này nọ, cũng vẫn rơi vào mê tín. Thí dụ: trong một gia đình hai vợ chồng đã lớn tuổi, có một người con duy nhất ở tuổi tráng niên khoảng trên ba chục tuổi, bỗng nhiên người con này mắc bệnh nan y vô phương cứu chữa. Sự việc xẩy ra như thế, làm cho mọi người trong gia đình lo sợ khủng khiếp, bối rối khổ sở vô cùng. Khi đó có người mách bảo, người vợ đi coi thầy bói thầy tướng, đi hỏi ông đồng bà cốt, đi lễ lăng nọ miếu kia, người chồng vẫn im lặng thuận theo không mở miệng nói năng chi hết. Bởi vì sự sợ hãi, sự mong cầu muốn cho người con được tai qua nạn khỏi, nên mê tín dễ hoành hành. Tưởng rằng đó là cái phao cho người sắp chết đuối bám vào. Do đó, sự mê tín

là một bệnh, nó đã nằm sẵn trong mỗi con người, khi gặp sự việc sợ hãi mong cầu xẩy ra, nó mới xuất hiện.

Muốn trị bệnh mê tín, phải có thần dược của Phật pháp mới trị được. Nếu thực hành lời dạy của Phật sẽ trừ được bệnh mê tín như sau:

1)- Cách diệt trừ mê tín thứ nhất:

Học hỏi tìm tòi thuyết nghiệp báo nhân quả cho rõ ràng suốt thông. Người đời thường nghi ngờ nhân quả vì họ không nhìn thấy trước mắt. Họ lại mong cầu quả không tương xứng với nhân. Họ mơ ước có quả ngoài tầm tay của họ, nên đã đưa đẩy họ đi đến mê tín. Nếu mọi người biết rõ ràng như thật rằng nhân nào quả ấy, mọi sự thành công hay thất bại đều do nguyên nhân tốt hay xấu tạo nên, và cứ tạo nhân lành sẽ được hưởng quả tốt mai hậu. Nếu mọi người hiểu được rằng cái quả tốt hay xấu mà họ có ngày nay là do đã gây tạo ra từ trước, tin như vậy, sẵn sàng nhận lãnh, không mong cầu, không lo sợ, và bình tĩnh nhận quả. Quả tốt không kiêu hãnh, quả xấu không sầu khổ, sống tự tại an nhiên làm các điều tốt lành.

Mọi sự trên đời không phải ngẫu nhiên mà có, không phải do một thần linh nào ban phát hay thưởng phạt mà do nhân chúng ta đã tạo ra từ trước. Khi nhân duyên đầy đủ quả thành hình, không phải cầu xin lạy van mà có quả tốt đến, không phải xua đuổi nài xin mà quả xấu chạy đi.

Bởi vậy, bậc tri thức sợ gây nhân ác chứ không sợ quả xấu, còn phàm phu sợ quả xấu mà quên sợ gây nhân ác. Cầu xin được ban phúc lành, nhưng chúng ta lại quên thi ân bố đức cho người khác. Cầu mong quả tốt, nhưng chúng ta lại không muốn gây nhân lành. Sợ quả xấu, nhưng chúng ta lại hay suy nghĩ, nói năng, và làm những việc không đẹp không hay, thì cầu vô ích, lo sợ lại càng buồn khổ thêm.

Nếu hiểu rõ nghiệp báo nhân quả rõ ràng rồi, chúng ta can đảm nhận quả khổ không sợ hãi buồn phiền, mình làm mình chịu, còn cầu xin cái gì, đâu cần hỏi han ai nữa. Được như vậy, mê tín dị đoan sẽ tiêu tan.

2)- Cách diệt trừ mê tín thứ hai:

Nếu học Phật pháp căn bản đầy đủ rồi,chúng ta sẽ thấy rõ từ người đến vật đều do nhân duyên kết hợp mà thành. Vạn vật do nhân duyên hợp lại mà có, hết nhân duyên thì tan rã. Những thứ ấy đều không có chủ thể, nghĩa là một mình nó không thể tự tồn tại được, mà sự còn của nó phải dựa nhờ vào thứ khác mới tồn tại được. Thân tâm chúng ta do sáu đại "đất, nước, gió, lửa, không, thức" hòa hợp với nhau mới sống còn được, thiếu một trong sáu thứ này thì thân xác tan rã. Tất cả vạn vật đều như thế cả, chúng không có tự thể của chúng. Nếu mỗi thứ có tự thể thì không cần các thứ khác vẫn sinh tồn mới đúng.

Bản thể của mọi vật đều không có tự thể của nó, nên nó là không, thân tâm không phải là ta, mọi vật mọi người không phải là của ta, là vô ngã, tất cả không thật, hư dối, nên không cần mong cầu, không lo sợ. Không mong cầu không sợ hãi đâu còn tham sống sợ chết, đâu cần hỏi thầy bói thầy tướng, đâu cần nhờ vả ông đồng bà cốt, đâu cần khấn lạy van xin quỷ thần. Dùng trí tuệ này dẹp tan mê tín như mặt trời giọi sương mai, như vậy chúng ta không còn bị trói cột bởi tà kiến dị đoan, và sống được yên ổn tự tại vậy.

3)- Cách trừ mê tín thứ ba:

Người Phật tử đã học biết "nghiệp báo nhân quả" rồi, người Phật tử đã học biết "vạn vật do nhân duyên hòa hợp mà có, không, vô ngã, vô thường" rồi. Người Phật tử còn phải học biết những gì để áp dụng tu hành, tu nhân gì được sinh về đâu. Tu như thế nào được sinh lại cõi

Người, sinh lên cõi Trời, hoặc không tu lại làm ác như thế nào bị đọa Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sinh? Và tu như thế nào được giải thoát khỏi sinh tử luân hồi?

1- Làm sao được tái sinh lại cõi Người?

Đức Phật đã dạy người Phật tử tại gia thụ Tam quy "Phật Pháp Tăng", giữ Năm giới "Không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không nói dối, không rượu chè say sưa". Chỉ có vậy thôi, chúng ta nếu muốn được trở lại làm người kiếp sau, phải ráng gìn giữ theo lời đức Phật đã dạy như thế.

2- Làm sao đươc sinh lên cõi Trời?

Đức Phật dạy người nào muốn được sinh lên cõi Trời, sống sung sướng lâu dài, phải thực hành đầy đủ mười điều lành (thập thiện). Đó là ba điều về thân "Không sát sinh, không trộm cướp, không tà dâm", bốn điều về miệng là "Không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói lời thêu dệt, không nói lời độc ác", và ba điều về ý là "Không tham lam ích kỷ, không sân hận đố ky, không ngu si tà kiến".

3- Làm thế nào bị đọa vào cõi dữ?

Ba cõi dữ là Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sinh. Đức Phật dạy: "Người nào làm một trong mười điều ác (thập ác), Mười điều ác là: "sát sanh, trôm cướp, tà dâm, nói dối, nói hai lưỡi, nói thêu dệt, nói ác, tham lam, sân hận giân thù, ngu si tà kiến". Nếu không có nhân lành khác làm triệt tiêu việc ác ấy, chắc chắn sẽ đọa vào một trong ba cõi dữ.

4- Làm sao thoát khỏi sinh tử luân hồi?

Đức Phật dạy vô số pháp môn tu. Phật tử nào tu, chỉ cần áp dụng thực hành một pháp môn là đủ để thoát khỏi sinh tử triền miên. Nhưng trên nguyên tắc căn bản, tất cả mọi người tu hành đều phải tôn trọng mười điều lành

trong khi tu hành, mới mong đạt được mục đích mong muốn.

Thí dụ, người niệm Phật A Di Đà tu pháp môn Tịnh độ, để được sinh về cõi cực lạc của đức Phật A Di Đà khi qua đời. Trong khi tu niệm phải thực hành đầy đủ tất cả những gì quy định cho pháp môn Tịnh độ, còn phải giữ gìn mười điều lành nữa, chứ không phải chỉ cần niệm Phật mà không cần để ý đến mười điều lành. Những người tu các pháp môn khác cũng tương tự như vậy, mới có kết quả chắc chắn được.

Như vậy, chúng ta đã biết rõ ràng và yên tâm tu tập pháp lành, và bóng dáng của người Phật tử lúc đó có một cuộc sống tươi mát tự tại. Việc gì đến chúng ta sẵn sàng nhận cho dù tốt hay xấu, cũng không làm tâm ta rộn lên. Và như vậy sự mê tín chắc chắn không còn một tí ảnh hưởng nào trong tâm người Phật tử nữa.

V)- Đối phó nguy nan trong đời sống:

Người Phật tử gặp hoạn nạn phải làm gì? Thí dụ trong gia đình mọi người đang sống yên vui, bỗng nhiên có một người bị bệnh nguy hiểm, phải làm sao? Trước hết mọi người trong gia đình phải bình tĩnh, nhận định phân tích, tìm nhà thương, Bác sĩ chuyên môn giỏi về bệnh ấy, để khám xét định bệnh cho rõ ràng. Mọi người nên an ủi người bệnh cho vững tinh thần, không lo sợ sẽ ảnh hưởng tốt cho việc chữa trị. Phải nghe lời Bác sĩ trong việc thuốc thang, ăn uống, kiêng cữ. Phải nhận ra việc bị bệnh là do nguyên nhân gì? Nguyên nhân gần như hút thuốc, uống rượu, ăn uống v.v…Nguyên nhân xa như đã có người trong huyết thống bị bệnh ấy v.v…Điểm căn bản của Phật giáo cần phải hiểu biết nghiệp báo nhân quả từ nhiều đời nhiều kiếp tích chứa đến ngày nay mới phát ra. Nhận biết như thế, sẽ yên tâm, bớt đi sự lo lắng, vì có lo

lắng cũng không lợi ích gì hơn là một mặt chữa trị, một mặt làm việc lành, như phóng sinh, bố thí, ăn chay, niệm Phật Dược Sư Lưu Ly Quang, để có thể đưa tới việc gặp thầy gặp thuốc. Nếu bệnh khám phá ra quá trễ, không thể qua khỏi nguy nan, người bệnh phải hiểu lẽ vô thường, có nhân duyên hòa hợp mới có đời sống, hết nhân duyên sẽ tan rã thành không, vô ngã, thân chẳng phải là ta, chẳng có cái gì là của ta. Người bênh suy nghĩ như vậy, quán chiếu như vậy sẽ đi vào định tâm, được giải thoát. Nếu không làm được như thế, bệnh nhân nên chuyển qua niệm Phật A Di Đà, để khi chết được nhẹ nhàng sinh về cõi cực lạc.

Trong khi bệnh như thế, tuyệt đối không nghe người nói lời tà mị, đi coi thầy coi bói, hỏi đồng hỏi cốt, đeo bùa mang phép, giết hại sinh vật cúng ma vái qủy. Lại càng không nên nghe lời dụ dỗ của người khác bỏ đạo Phật theo họ sẽ được vị thần linh nào đó có phép cứu khỏi bị chết. Đó chỉ là những lời lừa bịp không khác gì thầy bói, thầy tướng, đồng cốt, cùng là một thứ mê tín như nhau, nhưng dưới một hình thức khác mà thôi. Những người đang trong hoạn nạn lo sợ cái chết gần kề dễ bị lừa dối đã từng xảy ra. Thương thay những kẻ làm việc dối gạt người sẽ bị quả báo đọa địa ngục khi chết, không sao tránh khỏi!

Nên nhớ, trong Bát Chính Đạo, về phần Chính Mệnh, đức Phật khuyên người Phật tử không nên hành nghề tà thuật, bùa chú v.v…để sinh sống là bởi lý do đó.,.

Đời là Vô thường

(Trung A Hàm quyển 3 từ trang 27 đến 30. Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 953, 955, 956 từ trang 387 đến 392, quyển 4 Kinh số 1227 từ trang 379 đến 382. Cành Lá Vô Ưu từ trang 56 đến 65)

I)- Vô thường là gì?

Vô thường là thay đổi, không cố định, nay thế này mai thế khác không chắc chắn. Vô thường là tính chất căn bản của đời sống. Tất cả mọi sự vật sinh ra có điều kiện đều có tính chất của bốn giai đoạn "thành, trụ, hoại, diệt" (thành: dựng lên, trụ: ổn cố, hoại: suy tàn, diệt: không còn) hay "sinh, già, bệnh, chết". Từ tính vô thường đưa đến các đặc tính khác là "Khổ", "Vô ngã" (không có ta), "Không". Chúng đều là căn bản của đạo Phật, là chân lí trong cuộc đời, là sự thực hiển nhiên không một ai có thể bác bỏ được.

Nhiều người không dám nói đến vô thường, khổ, vô ngã, không, vì họ sợ sự thật. Đạo Phật trái lại, luôn luôn nói về sự thật, phân tích sự thật, vạch trần sự thật. Đạo Phật nói về "Vô thường, khổ, vô ngã, không", không phải để than trời trách đất rằng tại sao lại như thế? Tại sao không cho "thường hằng (sống mãi), sung sướng, thân bất hoại (không tiêu diệt), luôn luôn hiện hữu"?

Đạo Phật nhận chân sự thật để tìm giải pháp đối phó, chứ không phải ngồi đó mà than khóc như nhiều người hiểu lầm cho rằng Phật giáo "Thụ động (hành động trong khuất phục), yếm thế (chán đời)". Chính những người không hiểu sự thật, khi sự việc xảy ra rồi ngồi đó mà than trời trách đất, khóc than, van xin khẩn cầu, đó mới là thụ động yếm thế.

II)- Tính chất của vô thường:

Vô thường có thực chất là thay đổi, nhưng có hai loại thay đổi là thay đổi tốt đẹp khá hơn lên, và thay đổi thoái hóa tồi tệ hơn. Chúng ta thử phân tích hai tình trạng của sự thay đổi này.

1)- Tình trạng thay đổi tốt hơn:

Thay đổi tốt hơn khá hơn, tiến bộ gây sự thỏa mãn vui thích mà chúng ta gọi là lớn lên, thành công, giàu lên, thăng tiến, kết qủa v.v…Như khi ta trồng một cây con còn nhỏ, sau ít năm vun tưới chăm nom, cây lớn lên sinh hoa kết qủa. Tới mùa qủa chín ta có qủa ăn. Mọi người ăn đều khen nức nở: "Cây thật qúy qúa, trái ăn ngon qúa!". Đây là vô thường tiến bộ, ta thấy có sự vui.

Một cái xe cũ hư, ta đem sửa cho tốt lại, đó là sự thay đổi của cái xe từ xấu qua tốt. Chúng ta chỉ phải bỏ ra một số tiền trả cho sự sửa chữa sơn phết lại là có xe tốt đẹp chạy. Đây là sự thay đổi từ xấu qua tốt, mang lại sự tiện nghi vui vẻ.

Một căn nhà ọp ẹp tồi tàn, chúng ta phá đi, bỏ tiền bạc ra, gia đình góp sức công, mướn người xây dựng căn nhà mới đẹp đẽ tiện nghi. Chúng ta có một sự thay đổi rất vui vẻ sau khi hoàn tất ngôi nhà.

Một đứa bé mới ngày nào còn nhỏ tí, nay đã thành người trung niên cường tráng có vợ con đầy nhà, công danh sự nghiệp thoải mái, nhà cao cửa rộng, với một sự thay đổi thăng tiến mọi mặt vui vẻ như thế.

Một người buôn bán xưa kia chỉ là người bán rong ngoài đường, nay đã trở thành đại thương gia, có nhiều cửa hàng lớn, có nhiều dịch vụ làm ăn buôn bán. Một sự thay đổi tiến bộ làm cho người ấy hãnh diện vui mừng.

Một người tu hành trước kia là Sa Di, sau hơn hai chục năm bây giờ đã là Thượng Tọa, cai quản một ngôi chùa.

Tất cả đều là thay đổi tiến bộ, vô thường mà vui chứ không khổ, không buồn chán. Vô thường này là được thêm, khá hơn, tốt đẹp hơn. Tuy nhiên trong cái vui này vẫn có cái cực, cái khổ, cái buồn lẫn lộn. Tại sao thế?

Vì khi trồng cây phải mất công tưới chăm sóc nên cực. Sửa xe phải kiếm tiền để có tiền trả công sửa nên kém vui. Làm nhà mới thay nhà cũ phải tốn nhiều tiền, vất vả trong mấy tháng trời mới xong, nhiều khi nghĩ "thà ở nhà cũ cho rồi, ham nhà mới cực qúa chịu không nổi, đã phóng lao phải theo lao, biết làm sao được". Đứa bé ngày nào nay thành người trung niên đầy đủ như thế, nhưng có biết đâu rằng biết bao chịu đựng gian nan khổ cực thức khuya dậy sớm học hành chăm chỉ, bon chen thi tài thi sức tranh đua mới có được ngày nay. Người buôn bán lại càng khổ cực trăm bề, cực nhọc đêm ngày, mánh mung đủ cả mới có được như ngày nay. Người tu hành cũng thế, phải thức khuya dậy sớm, chịu sự chỉ giáo của các bậc huynh trưởng, thầy dậy, nhiều người không hiểu thì cảm thấy khổ.

2)-Tình trạng thay đổi xấu hơn:

Sự thay đổi xấu hơn, tồi tệ hơn, mà chúng ta gọi là tụt dốc không có phanh thắng, không có cách gì kìm giữ lại được, sư thay đổi ngoài sự kiểm soát của ta. Những sự thay đổi này thường làm cho ta thất vọng, không vui.

Như cây đang được ăn qủa mỗi mùa biết bao nhiêu trái to lớn ngon ngọt, chỉ được một số năm Nay đã cằn cỗi không còn nhiều qủa, không còn to trái, không còn ngọt như xưa nữa. Nên không còn phấn khởi, không còn ca ngợi cây ấy mà có một tí không vui.

Như cái xe mới sửa, đi không được bao lâu lại hư thứ khác không sử dụng được nữa, phải sửa nữa hoặc bằng

cách mua xe mới thay thế. Do đó lòng chẳng được vui mà thấy thất vọng buồn lo.

Chạy đầu này đầu nọ để có tiền xây cất nhà mới, tốn của tốn công biết bao nhiêu, vừa ở được ít năm đã thấy nước sơn cũ đi, tường nứt, cánh cửa khép không được vì sức nặng của cửa làm cho trễ xuống v.v…, nên chẳng còn thấy vui với căn nhà nữa.

Đứa bé năm nào nay mới bốn năm chục đã thấy trên đầu có một vài sợi tóc bạc báo hiệu sắp sửa già. Ấy thế mà còn phải làm việc cực khổ hơn nữa để lo cho gia đình, làm sao để được vững mạnh, dựng vợ gả chồng cho con cái v.v…nên rất là cực khổ từ thể xác lẫn tâm thần.

Người buôn bán đang thịnh vượng, rủi vì duyên cớ nào đó bị phá sản, gia tài tiêu tan, sự nghiệp bỗng chốc thành mây khói, thật là khổ.

Tất cả những sự thay đổi xấu tồi tệ hơn, đều gây cho ta cảm giác không vui không thích, buồn phiền khổ não.

III)- Tại sao vô thường thì khổ?

1)- Trường hợp điển hình:

Chúng ta nêu ra một trường hợp điển hình trong muôn nghìn trường hợp điển hình đã xảy ra trong xã hội:

Có một bà cụ, gia đình bình thường vừa đủ ăn, chỉ trong vòng mười năm từ 1997 đến 2007 có bốn người con chết và một người nằm liệt giường như sau: Người con trai trưởng đột nhiên bị tai nạn thảm khốc chết để lại một con trai bốn tuổi với người con dâu. Một năm sau người con gái lớn của bà cụ có chồng chết không con, về ở với bà cụ. Rồi người con dâu bị bệnh nan y, chạy thầy chạy thuốc, bệnh viện nhà thương đủ cả, nhưng rút cục hơn một năm đau ốm thì qua đời khi đứa cháu nội mới bảy tuổi côi cút không cha không mẹ. Sau lại có người con trai thứ mắc bệnh nan y trong ba năm thuốc thang thì

chết để lại một đứa cháu nội bốn tuổi với người con dâu của người con thứ. Năm 2007, người con gái lớn nằm biệt giường phải đi lọc thận mỗi tuần ba lần! Làm sao có tiền trả nhà thương bác sĩ? Chỉ còn cách bán bớt tài sản chứ không còn cách nào khác. Thật là một cảnh khổ trần gian, bà cụ nay đã gần 90 tuổi rồi, nếu không nghĩ đến vô thường và nhận chân cuộc đời, làm sao sống nổi?!

2)- Đức Phật nói về vô thường:

Trong Tạp A Hàm, quyển 3 Kinh số 953, 955, 956 từ trang 387 đến 392 ghi: Một thời Phật ngự tại tinh xá Kỳ Hoàn vườn Cấp Cô Độc thuộc nước Xá Vệ, bấy giờ đức Phật bảo các Tỳ kheo:

Chúng sinh từ vô thủy xoay vần, không biết cội gốc của khổ, ví như trời mưa to, bong bóng vừa sinh liền diệt, như có người xoay bánh xe luân chuyển sáu đường, thường xoay chuyển không ngừng. Chúng sinh xoay vần trong sáu cõi cũng thế, hoặc Địa ngục, Ngạ qủy, Súc sinh, Thần, Trời, Người, luôn luôn chuyển đổi không ngừng. Chúng sinh bị vô minh che lấp, bị ái dục buộc cổ từ vô thủy sinh tử tử sinh, sự sống, cái chết cứ thế xoay vần, chẳng biết cội gốc của khổ.

Tất cả "hành" (lời nói, ý nghĩ, việc làm) là vô thường, chẳng thường hằng, chẳng an định, là "pháp" (bản tính) biến đổi. Vậy nên chán lìa hành, ly hành, cầu giải thoát.

Thời xa xưa, núi Tỳ Phú La thuộc nước Xá Vệ này gọi là núi Trường Trúc, có dân cư ngụ dưới chân núi gọi là xóm Đề Di La, lúc ấy con người sống trung bình bốn vạn tuổi (cách nay khoảng bốn triệu năm). Thời ấy có đức Phật hiệu Câu Lưu Tôn xuất hiện ở thế gian, thuyết pháp, giáo hóa v.v… Nhưng sau tên gọi núi Trường Trúc đã biến mất, người dân, tên xóm Đề Di La cũng không còn, Phật Câu Lưu Tôn đã nhập Niết Bàn từ thuở ấy.

Thời sau đó, núi Tỳ Phú La này gọi là núi Bằng Ca, khi ấy nhân dân sống dưới chân núi gọi là ấp A Tỳ Ca, lúc ấy tuổi thọ con người trung bình ba vạn tuổi (cách nay khoảng ba triệu năm). Thời ấy có đức Phật Câu Na Hàm xuất hiện ở thế gian, diễn nói kinh pháp, chỉ bày rõ ràng v.v…Nhưng tên núi Bằng Ca đã biến mất, tên ấp A Tỳ Ca không còn, và nhân dân thuở ấy cũng đã chết từ lâu, đức Phật Câu Na Hàm cũng đã nhập Niết Bàn.

Sau nữa, cũng thời qúa khứ xa, núi Tỳ Phú La này gọi là núi Túc Ba La Thủ, dân cư ngụ dưới chân núi gọi là thôn Xích Mã, lúc ấy con người sống trung bình hai vạn tuổi (cách nay khoảng hai triệu năm). Thời ấy có đức Phật hiệu Ca Diếp xuất hiện ở thế gian diễn thuyết giáo lý ban đầu, chặng giữa, sau cùng đều vi diệu thanh tịnh. Nhưng tên núi Túc Ma La Thủ đã không còn, người thôn Xích Mã đã biến mất từ lâu, đức Phật Ca Diếp cũng đã nhập Niết Bàn.

Ngày nay, núi này tên Tỳ Phú La đã đổi tên nhiều lần trải dài theo thời gian như thế, nhân dân quanh núi sinh sống được gọi là thành Vương Xá thuộc nước Ma Kiệt Đà. Tuổi thọ con người trung bình còn có một trăm tuổi (thời này có người sống tới 120. 130, 140). Người dân rồi cũng chết đi, Như Lai chẳng bao lâu cũng sẽ nhập Niết Bàn, mọi thứ đều biến đổi, vô thường cả. Chẳng thường hằng, chẳng bình an, vì thế nên tu chán lìa, ly dục, giải thoát là cứu cánh chân thật.

Hãy suy nghĩ về vô thường, đem hết tâm nghĩ vô thường liền được đoạn tận ái dục, đoạn tận vô minh, kiêu mạn sẽ được dẹp hết, được giải thoát khỏi khổ.

3)- Khổ từ đâu phát sinh?

Tất cả con người mắc phải bệnh chấp, muốn cái gì mình ưa mình thích còn mãi mãi. Cái gì đẹp, cái gì hay,

cái gì đem lại quyền lợi, hạnh phúc, lâu bền, cái gì có liên quan liên hệ tới ta, khi không còn nữa, mất đi, ta cảm thấy buồn khổ. Đây là lòng tham cái sở hữu của mình. Nếu những sự mất mát như thế của người khác, ta có đau buồn không? Cái xe của người khác hư, ta có buồn không? Thân nhân của người khác chết, ta có buồn không? Chỉ những gì liên quan tới mình khi mất mới buồn, đó là do chấp ngã, chấp ta, chấp cái của ta, nên khi vô thường đến ta bị kéo lôi theo rồi đâm ra buồn khổ.

Đối với cơ thể con người cũng vậy, luôn luôn có sự thay đổi từ thân xác đến tâm thần. Mỗi phút mỗi giây các tế bào trong cơ thể tăng trưởng và chết đi không ngừng. Khi lớn tuổi tế bào tăng trưởng ít đi, trong khi tế bào chết gia tăng, đó là vào thời kỳ suy tàn. Khi ta nghe ai nói già liền phản đối không chịu, la mắng người nói là mình già, nhưng sự thực nó hiển hiện trên khuôn mặt dáng người, làm sao có thể chối cãi được với vô thường thay đổi. Khi còn trẻ làm đủ thứ việc không thấy mệt, khi lớn tuổi, làm việc chút ít đã thở mệt, rồi tự trách sao yếu qúa như thế? Đâu biết mỗi ngày ta xích dần lại chỗ chết một tí, thế mà nghe nói đến chữ "chết" thì hoảng sợ, vì không hiểu thể xác luôn luôn biến đổi.

Ngay cả tâm niệm, nhớ nghĩ cũng biến đổi sinh diệt liên tục không dừng trong mỗi giây phút. Ý nghĩ này sinh ra rồi mất đi, tưởng nhớ khác hiện lên tiếp nối, sinh ra, mất đi như dòng nước chảy không cùng tận.

Mọi người cứ tưởng tâm niệm trước sau như một, nên thấy ai thay lòng đổi dạ, họ oán trách, giận hờn, phản kháng đủ điều. Có biết đâu rằng hoàn cảnh, điều kiện thay đổi, nên tâm tính người chuyển đổi theo. Không nên tin tưởng rằng dù ở hoàn cảnh nào, tâm tính người vẫn như xưa, đó là tin tưởng sai lầm, nên mới có khổ.

IV)- Làm sao vô thường đến ít khổ?

Nếu sáng suốt nhận định thân là thay đổi, vô thường, tâm tính là chuyển biến không ngừng, có mất mát, bệnh hoạn, già chết, cũng không có gì phải sợ phải buồn. Lòng người có thay đổi, ta cũng không thấy có gì là lạ cả, như thế sẽ sống yên ổn.

Những ai đã từng xa lâu năm nơi chôn nhau cắt rốn, khi trở lại thăm quê cũ người xưa, đều sẽ thấy sự thay đổi không còn nhận ra đâu vào đâu cả. Nếu không có người dẫn đường chỉ lối, chắc chắn là đi lạc không nhiều thì ít. Vì tất cả đều thay đổi với thời gian, nhà cũ biến mất hoặc siêu vẹo điêu tàn, nhà mới cất lên, đường sá khác hẳn. Người xưa đâu mất, người nay mới lớn lên, chẳng nhận ra ai, đó là sự biến đổi, vô thường vật chất.

Nếu cố bám víu vào những hình ảnh xưa kia, chúng ta sẽ buồn, nên hiểu rằng vạn vật đều đổi thay, chúng ta không còn cảm thấy lạc lõng và không còn buồn nữa.

Bản thân muôn vật đều biến chuyển đổi mới, thấy rõ như vậy là thấy sự thật. Nghĩ rằng mọi vật là nguyên vẹn không thay đổi là không đúng, là cố chấp. Bởi vậy phải học hỏi, quán sát để thấy các sự vật đúng như thật của nó.

Mọi vật từ người vật đến cỏ cây đều có tăng trưởng, tốt đẹp rồi cằn cỗi. Mọi vật đều thay đổi, không có cái gì cố định bền vững mãi mãi, vì bản chất nó là vô thường, không có chủ thể của nó, tức là vô ngã, như thân người do lục đại là đất, nước, gió, lửa, không, thức hợp lại mà thành. Một trong những thứ đó biến hoại là thân ta biến hoại theo, không thể giữ lại được.

Thân ta mũi thở tim bóp, máu lưu thông, các tế bào, các bộ phận đều làm phận sự của nó, nếu chúng dừng lại là ta chết.

Ngay cả hệ thống mặt trời cũng đang làm nhiệm vụ của nó là quay theo giải ngân hà, các hành tinh quay quanh mặt trời, các mặt trăng quay quanh các hành tinh. Dù trái đất này vững chắc như thế, cũng không phải là nó trường tồn bất biến, tới một ngày nào đó, nó cũng phải theo luật vô thường là thành, trụ, hoại, diệt.

Nếu sáng suốt nhận định mọi sự ở đời đều là vô thường, ta sẽ ít buồn khổ.

V)-Tóm kết đời vô thường:

Do biết vạn vật vô thường, nên chúng ta chấp nhận những đổi thay của cuộc đời, như vậy là người hiểu biết sự vật một cách chân thật. Đây là người có chính kiến, thấy rõ mọi sự việc do nhân duyên sinh nên có, hết nhân hết duyên nên phải diệt, nên là không. Chẳng có cái gì có thực thể bản chất riêng biệt của nó mà tồn tại được. Thấy rõ như vậy, mọi sự đổi thay, chuyển biến, ta sẵn sàng chấp nhận, và như vậy không có sự bất mãn trước sự thay đổi, không bất mãn, không bực tức thì không đau khổ.

Sở dĩ chúng ta buồn khổ là vì sợ mất cái này, sợ mất cái kia, sợ thân này ốm đau, sợ thân này già xấu, sợ chết. Biết mọi vật là đổi thay vô thường rồi, có mất, có bệnh, có già, có xấu, có chết, cũng là lẽ thường ở đời, có gì mà phải sợ, phải lo, phải buồn khổ? Mọi người đều chung cùng số phận của nghiệp báo, làm lành hưởng lành, làm ác chịu qủa dữ, có phải chỉ riêng ta đâu mà buồn khổ?

Cái hơn là ta biết được sự thực ở đời là vô thường như thế; biết có nhân có qủa, ta cố gắng làm những việc phúc đức để gieo trồng qủa lành. Còn người không biết thì khác, họ sợ hãi khi thấy chung quanh họ biến đổi, nhất là thân thể họ biến đổi lại càng lo sợ bấn loạn tâm thần, nên càng sầu não buồn khổ hơn.,.

Thăm hỏi người bệnh nặng

(Tạp A Hàm, quyển 3 Kinh số 123, 124, 125 từ trang 556 đến 566, Kinh số 1032 trang 579, quyển 4 Kinh số 1122 từ trang 120 đến 123. Khóa Hư Lục)

Khi đến thăm hỏi người bệnh, chúng ta cần biết bệnh trạng, thuốc men ra sao, thời gian lâm bệnh, hoàn cảnh, v.v.. Nếu đã biết phần lớn các vấn đề liên quan tới người bệnh, và thấy thuận tiện vào đề, chúng ta nói với bệnh nhân về lòng tin Tam Bảo.

1)- Lòng tin Tam-Bảo.

Bởi vì lòng tin lúc đó rất quan trọng và sẽ có nhiều lợi lạc đối với người bệnh. Chúng ta nên dành một chút thời giờ để nói chuyện với người bệnh nếu có thể về Phật pháp. Khi người bệnh tin tưởng Phật Pháp Tăng rồi, chúng ta sẽ tiến tới bước thứ hai.

2)- Hỏi người bệnh về người thân:

- Cụ (hay ông, bà, bác v.v..) nhớ thương người nào nhất trong gia đình?

Nếu người bệnh trả lời:

- Có, tôi thương nhớ lắm, tôi nhớ thằng cháu nội dễ thương lắm, làm sao quên được v.v..

Chúng ta trả lời:

- Cụ (hay ông, bà, bác v.v..) đã từng nhớ thương từ hồi nào tới giờ rồi, nhớ thương con cháu (hay vợ, chồng, cha, mẹ, v.v..) mà được sống mãi thì hãy nên nhớ thương.

Đức Phật nói: “Nhớ thương mà không được sống mãi thì nhớ thương để làm gì?” Nhớ thương chỉ mang lại nhức

đầu mệt mỏi mà thôi. Cần phải quên đi cho đầu óc được thanh thản.

Chúng ta nên hỏi lại bệnh nhân:

- Như vậy Cụ... có còn nên nhớ nữa không?

Nếu người bệnh vẫn nói:

- Còn nhớ, không thể quên ngay được.

Chúng ta phải cố thuyết phục bệnh nhân là cả đời đã từng thương nhớ chứ có phải không nhớ đâu, bây giờ thương nhớ cũng chẳng giúp được sống mãi mãi thì nên quên đi cho tâm được bình an. Khi người bệnh nói:

- Tôi không còn nhớ thương con cháu v.v… nữa.

Chúng ta nên khen ngợi bệnh nhân về việc này, vì như vậy tâm thần sẽ được an ổn nhẹ nhàng v.v.. và chúng ta tiến tới bước kế tiếp.

3)- Hỏi về tiền của, tài sản:

- Cụ ... có nghĩ tiếc tiền, của, nhà cửa, v.v.. không?

(Lưu ý: Phải tuỳ trường hợp mà hỏi, người không có nhà, không có của chỉ hỏi về tiền mà thôi v.v..)

Nếu người bệnh nói :

- Có, tôi tiếc tiền của lắm, tôi nhớ nhà của tôi lắm v.v...

Chúng ta phải khuyên người bệnh buông xả, quên đi, và nói:

- Nếu Cụ ... nghĩ tiếc tiền của, nghĩ nhớ nhà cửa, tài sản mà sống được lâu dài thì nên tiếc nhớ. Phật nói: "Đã không do tiếc nhớ tiền của, ... mà được sống thì tiếc với nhớ để làm gì?". Tiếc nhớ chỉ thêm mệt, thêm bệnh mà thôi. Cụ ... nên quên tiền của, ... để cho tâm trí được thảnh thơi, yên ổn, khỏe khoắn v.v..

Nếu người bệnh nói:

- Tôi không còn tiếc nhớ tiền của và tài sản nữa.

Chúng ta nên khen ngợi, ca tụng người bệnh, rồi tiếp tục bước tới.

4)- Hỏi về sự tiếc hối (như hối hận, giận thù):

- Cụ ... có còn tiếc hối về điều gì trong lòng không?

Nếu trả lời "có", thì chúng ta hỏi đó là điều gì, và khi người bệnh nói điều hối tiếc, tuỳ theo đó trả lời thỏa đáng, hoặc giúp đỡ nếu có thể. Nếu người bệnh trả lời "không" có gì hối tiếc, chúng ta sang bước tới.

5)- Hỏi về sự thèm muốn (ngũ dục thế gian).

Ngũ dục về sắc, thanh, hương, vị, và xúc. Chúng ta phải tuỳ cơ ứng biến mà hỏi về vấn đề này. Tỉ dụ:

- Về sắc ta hỏi : Cụ ... có nhớ thèm coi Tivi không? v.v...
- Về thanh ta hỏi: Cụ ... có nhớ tiếng hát ca sĩ nào không?
- Về hương ta hỏi: Cụ ... có nhớ mùi gì không? v.v...
- Về vị ta hỏi: Cụ ... có nhớ thèm ăn gì không? v.v...
- Về xúc ta hỏi: Cụ có nhớ sự gần gũi người khác phái không? v.v...

Chúng ta phải tự kiếm ra những câu hỏi có liên quan tới "ngũ dục" và có liên quan với bệnh nhân mà hỏi.

Nếu người bệnh trả lời có nhớ về bất cứ một thứ nào trong ngũ dục, chúng ta đều trả lời những sự hưởng thụ của con người ở thế gian là không hay, không bền, không bằng sự sung sướng thắng diệu cõi Trời. Hãy khuyên người bệnh không nên nghĩ nhớ ngũ dục thế gian, và nuôi chí nguyện thích sống sung sướng ở cõi Trời. Nếu người bệnh nói: "Tâm tôi đã xa lìa những cái của con người, không còn nhớ nghĩ đến sự thèm muốn thế gian, vì trước kia tôi đã nuôi chí nguyện thích cảnh sung sướng cõi Trời rồi". Như vậy, chúng ta khen ngợi bệnh nhân, xong tiếp tục sang bước sau.

6)- Khen cảnh vui Niết-Bàn.

Chúng ta nói với bệnh nhân:

- Mặc dù cảnh sống ở cõi trời tốt đẹp hơn cõi người, nhưng vẫn là vô thường, biến hoại, chứ không vĩnh cửu nên vẫn còn có khổ, có chết. Có cái vui tột khi thực hành sẽ đến Niết-Bàn vĩnh cửu. Cụ ... nên bỏ ý niệm về các cái sung sướng của cõi Trời, nên vui với cái vui tuyệt đỉnh của Niết-Bàn, bằng cách giữ tâm tĩnh lặng, không nghĩ nhớ bất cứ điều gì, không lo phiền, không sợ hãi, an nhiên tự tại, vắng lặng, là tối thượng, thù thắng sẽ dẫn tới Niết-Bàn.

Như thế người bệnh từ từ lần lượt được nhắc nhở chỉ dẫn, khiến người bệnh được Niết-Bàn bất thối, vì tâm người bệnh sẽ hướng theo lời chỉ dạy ấy.

7)- Hướng dẫn niệm Phật hay quán niệm.

Chúng ta, tùy trường hợp, có thể hướng dẫn người bệnh hoặc niệm Phật, hoặc Quán niệm như sau:

a)- Niệm Phật : "Nam mô Tây Phương cực lạc thế giới, đại Từ đại Bi, tiếp dẫn Đạo-Sư A-Di-Đà Phật". Nếu người bệnh qúa nặng không thể nhớ đọc câu dài như thế được, chúng ta rút ngắn lại như sau: "Nam mô tiếp dẫn Đạo-Sư A-Di-Đà Phật", hoặc "Nam mô A-Di-Đà Phật" đều được cả. Trường hợp này người niệm phải nhớ nghĩ Phật A-Di-Đà. Người bệnh khó mà nhìn hình mãi được, nên cho người bệnh nhìn hình Phật A-Di-Đà, rồi bảo người bệnh ráng nhớ trong đầu. Trong khi niệm, chúng ta nhắc nhở người bệnh không nên nhớ nghĩ bất cứ chuyện gì, mà chỉ có nhớ tới Phật A-Di-Đà mà thôi. Nên nhớ niệm ngày cũng như đêm. Niệm cho tới nhất tâm bất loạn.

b)- Quán niệm: Người không quen niệm Phật, chúng ta chỉ một trong bốn phép quán, nên nhớ, chỉ cần quán một trong bốn phép quán này cho thật thuần thục là đủ:

1- Quán niệm 18 Giới là:

- Sáu Căn: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý.

- Sáu trần: Sắc, thanh, hương , vị, xúc, pháp.

- Sáu Thức: Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức.

Hãy quán tất cả 18 giới đều không phải là ta, không vướng mắc tới ta. Luôn luôn quán, nhớ nghĩ như thế.

2- Quán niệm sáu Đại.

Thân được hợp thành bởi **Sáu đại** là Đất, Nước, Gió, Lửa, Không gian, và Tâm thức.

Tất cả 6 đại đều không phải là ta, sáu đại không vướng mắc tới ta. Quán nhớ nghĩ mãi như thế.

3- Quán niệm năm Uẩn (năm Ấm):

Thân gồm có Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức.

- Sắc (Thân xác, vạn vật, thế giới, vũ trụ).

- Thọ (Cảm nhận sự vui khổ, yêu ghét, nóng lạnh v.v..).

- Tưởng (Suy nghĩ, tưởng nhớ).

- Hành (Thân làm, miệng nói, ý nghĩ, tác ý).

- Thức (Hiểu, thấy, nghe, biết của 5 giác quan và ý thức).

Tất cả 5 Uẩn đều không phải là ta, ta không bị giới hạn bởi năm uẩn. Luôn luôn quán, nhớ nghĩ như thế.

4- Quán niệm Thời Gian: Quá khứ, hiện tại, tương lai.

- Quá khứ đã qua rồi**. - Hiện tại** không dừng nghỉ**. - Tương lai** chưa tới**.**

Tất cả ba thời quá khứ, hiện tại, tương lai chẳng phải là ta, ta không bị giới hạn bởi thời gian. Quán mãi như thế

Mọi pháp đều không có tự tánh riêng biệt, và đều do nhân duyên sinh. Có duyên thì hội tụ, hết duyên thì tan hoại. Đây là quán niệm muôn pháp đều không, một phép quán cao siêu mà dễ thực hành.,.

Giúp người vừa mới qua đời

(Tạp A Hàm quyển 2 Kinh 638 trang 606, 607. Vấn Đề Sinh Tử)

Theo một số sách viết không chủ trương có khoảng thời gian từ khi chết đến lúc tái sinh, nghĩa là sau khi chết tái sinh liền vào một trong sáu cõi. Nhưng theo Kinh sách Tây Tạng lại viết: "Sau khi chết, có trạng thái của "Thân trung ấm", tức là có người sau khi chết tái sinh liền, có người tái sinh sau 1, 2, 3, 4 . . . ngày cho đến chậm nhất là 49 ngày". Như vậy có trái nhau không? Chúng ta thấy đức Phật đã đề cập nhiều đến những người có ác nghiệp nặng đọa Địa ngục nhanh như phóng thanh kiếm xuống nước. Những người làm thiện, có tu sinh lên Trời nhanh như tên bắn. Đúng là liền sau khi lâm chung tái sinh ngay. Nhưng chúng ta không thấy đức Phật đề cập đến trường hợp của người bình thường. Vì vấn đề này vô ích, mất thời giờ nên đã không được đức Phật đề cập tới. Như vậy, việc này chỉ để giải thích thêm chi tiết cho việc tái sinh, không có gì gọi là trái ngược cả. Ngoài ra, tìm kiếm trong Kinh điển, chúng tôi thấy trong Tạp A Hàm, quyển 2, Kinh số 638, trang 606 dòng thứ 15, trang 607 dòng thứ 10, đức Phật có nói tới chữ "Thân Trung ấm". Do đó, chúng tôi đưa bài "Giúp người vừa mới qua đời" vào sách này để người đọc thêm lợi lạc.

Theo quyển "Vấn Đề Sinh Tử", dịch từ cuốn "Thân Trung Ấm" (Bardo Thodol) do Tổ Liên-Hoa Tây-Tạng (Padma Sambhava) dùng **Thần thông** nhìn nhiều người từ lúc vừa mới chết tới hết 49 ngày mà viết ra vào thế kỷ thứ 8 Dương lịch. Sau được Ngài Lạt-Ma Rigzin Karma

Lingpa tìm thấy và truyền tới ngày nay. Sau đây là những điểm căn bản cần thiết để giúp cho người quá cố.

Người chết trải qua 3 giai đoạn: lúc lâm chung, lúc tiếp dẫn, và lúc tái sinh.

I)- Giai đoạn 1: Lâm chung. Ba ngày đầu

1) Đối với những người đặc biệt.

Đối với những người đã tạo nghiệp đặc biệt, đều chuyển ngay sau khi qua đời. Có 2 loại người:

1- Người Tu hành: Trường hợp các vị Thiền-Sư đạt đạo, các vị tu Tịnh Độ, v.v…biết trước ngày giờ lâm chung. Các vị này nhập vào đại định hòa hợp cùng Pháp thân Phật thoát khỏi vòng sinh tử, hoặc được Phật A Di Đà đến tiếp dẫn.

2- Người phạm tội Ngũ nghịch, đại ác: Những người này đọa sinh ngay tức khắc xuống Địa-ngục sau khi chết.

2)- Đối với những người bình thường.

Giai đoạn lâm chung kéo dài từ lúc tim ngừng đập cho đến hết 3 ngày. Sau khi chết, thần thức thấy :

1- Thấy thân thể nặng nề, lạnh lẽo: Vì do đất, nước, gió, lửa bắt đầu tan rã (Thân thể phân hóa).

2- Thấy ánh sáng chói lòa.

Ánh sáng này là Pháp Thân Phật, hiện ra trong chớp mắt hoặc lâu tới một giờ tùy theo phúc duyên của người chết. Nếu Thần thức tỉnh táo nhận ra Pháp Thân Phật, Thần thức sẽ nhập ánh sáng chói lòa và thoát vòng sinh tử. Nhưng đối với người không tu, không dễ nhìn ra Pháp Thân Phật, hoặc có thấy được cũng vì vô minh mà sinh tâm sợ hãi, né tránh. Nếu cơ hội qua mất, tiếp theo là:

3- Thấy tối tăm.

Khi ánh sáng chói lòa biến mất, thì mù mịt tối đen, Thần thức (hay Hương linh) của người chết lúc này như

trong đêm tối u mê. Sau đó Thần thức tỉnh lại, thấy thân nhân tụ tập nói chuyện, buồn rầu, khóc than v.v... Lúc này Thần thức chưa biết là đã chết. Thần thức liền nói chuyện hỏi han, nhưng như chẳng ai để ý và nói chuyện cùng Thần thức. Có khi Thần thức cảm thấy bực bội vì sự việc như thế. Trải qua thời gian khá lâu như thế, Thần thức mới hiểu ra là đã chết rồi.

3)- Các điều cần để ý làm:

1- Ngay từ khi vừa tắt thở, tim ngừng đập, nên có người nhắc nhở Thần thức (Nếu có Tăng, Ni hoặc thân nhân hiểu đạo mà người chết tin cẩn trước kia thì càng tốt), nói với người chết rằng:

- Cụ ...(tên người chết) nay đã chết rồi, Cụ ... hãy bình tĩnh, mạnh dạn ra đi. Cụ ... đừng luyến tiếc những gì đã qua. Cụ ... nhớ rằng có sinh thì có chết là lẽ đương nhiên**.** Khi có nhân duyên thì hội tụ, khi hết nhân duyên thì tan rã. Không có gì phải sợ hãi khi thân không còn nữa và tan hoại. Cụ ... hãy bình tĩnh chấp nhận ra đi. Cụ... hãy nhớ niệm Phật A-Di-Đà để xin Phật đến tiếp dẫn. Sau đó chúng ta niệm Phật để Thần thức niệm theo; **"Nam mô tiếp dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật, Nam mô A Di Đà Phật, . . ."**.

2- Thỉnh mời chư Tăng Ni trong việc hành lễ. Chúng ta nên dùng tư tưởng trong sạch, an tĩnh, lòng từ bi dẫn dắt Thần thức đến cõi an vui, đó là những giọt nước trong mát khiến Thần thức cảm thấy dễ chịu.

3- Thân nhân người chết nên **quy y Tam Bảo, ăn chay, đọc Kinh, cúng dàng, bố thí, phóng sinh, ấn tống Kinh sách Phật, v. v...** Các việc làm này nên kéo dài trong suốt 49 ngày, nhất là niệm Phật, tụng Kinh. Sau đó hồi hướng phúc đức này cho người chết. Nói: **"Tôi nguyện** (làm việc gì?) **và xin hồi hướng công đức cho Thần thức** (tên người chết) **được về nơi an lành".** Phúc đức này tạo điều kiện cho Thần thức dễ siêu thoát.

4- Thân nhân không nên than khóc và kể lể chuyện luyến ái. Thần thức nghe thấy sẽ khổ sở, quyến luyến, hoang mang và không còn sáng suốt bình tâm để siêu thoát. Thần thức sẽ phải ở lâu trong Thân Trung Ấm, và phải chịu nhiều cảnh sợ hãi.

5- Không nên gây tiếng động ồn ào hoặc có mặt người không thiện cảm với người chết trước kia đến gần, sẽ làm cho hoang mang khó chịu, vì Thần thức rất nhạy cảm.

6- Tuyệt đối không giết súc vật để làm ma cho người chết, vì đây là gây nghiệp dữ, xấu cho cả người chết lẫn người sống.

II)- Giai đoạn 2: Tiếp Dẫn.

Từ ngày thứ 4 đến hết ngày 17

Sau khi tim ngừng đập hết 3 ngày, **Thần thức bắt đầu Thân Trung Ấm**, nghĩa là "ấm" trước đã hết, "ấm" sau chưa sinh có thân chuyển hóa nơi khoảng giữa gọi là Thân Trung Ấm, thân này có thể kéo dài tới ngày thứ 49 sau khi chết. Giai đoạn hai ở vào thời gian tiếp dẫn của chư Phật, kéo dài 14 ngày, tùy theo phúc duyên, nghiệp cảm đã tạo ra trong suốt đời người quá cố, Thần thức có thể rời Thân Trung ấm.

1)- Các việc cần làm.

1- Niệm Phật, hộ niệm cho Thần thức nương theo lời niệm Phật để khi Phật tới dễ dàng hòa nhập tiếp dẫn.

2- Tụng Kinh A-Di-Đà để nhắc nhở thần thức chú tâm nhận sự tiếp dẫn của Phật A-Di-Đà về cõi An Lạc.

3- Tụng Kinh Cầu Siêu trợ duyên cho Thần thức. Lời Kinh nhắc nhở về vô thường, để Thần thức dễ siêu thoát.

4- Nhắc nhở Thần thức: Những lúc không niệm Phật tụng Kinh, chúng ta thường xuyên nên nhắc nhở Thần thức về các hiện tượng xảy ra trong giai đoạn 14 ngày này để cho Thần thức biết, hiểu và hành động theo lời chúng ta nhắc nhở là:

- Thần thức không nên thích ánh sáng mờ nhạt, vì đó là các cảnh xấu, nơi không tốt.

- Thần thức không nên sợ hãi ánh sáng chói lòa, vì đó là hào quang Phật, nên hòa nhập.

Tùy theo đức Phật nào xuất hiện mà khuyên bảo Thần thức theo lịch trình dưới đây**.**

2)- Lịch trình 14 ngày tiếp dẫn. Có các đức Phật:

01- Ngày thứ tư (Sau 3 ngày tức sau 72 giờ tính từ lúc tim ngừng đập):

Đại Nhật Quang Như-Lai (Phật Vairocana) hiện ra ngồi trên Sư-tử với **thân sắc sáng trắng rực rỡ chói lòa.** Đồng thời cũng có **ánh sáng trắng êm dịu của cõi Trời tươi đẹp với thành quách, cung điện . . . .** Nếu Thần thức biết nương vào hào quang rực rỡ sẽ thoát khỏi luân hồi về nơi cực lạc. Ngược lại nếu nương theo ánh sáng trắng êm dịu, sẽ sinh cõi Trời. Vì thiếu phúc, vì ít làm lành lánh ác, không chịu tu lúc còn sống, nên hầu hết sợ ánh sáng trắng, đó là chưa nói đến ánh sáng trắng chói lòa, Thần thức sợ hãi quay mặt đi chỗ khác, hoặc không dám nhìn, nên qua ngày kế tiếp.

02- Ngày thứ năm : Bất Động Như-Lai (Phật Akshobhya) hiện ra ngồi trên lưng Voi với **toàn thân sắc lam sáng chói**. Đồng thời Thần thức cũng thấy **màu khói đen tối của Địa ngục.** Khuyên Thần thức niệm "Nam mô Phật" và đến nương vào hào quang chói sáng màu lam sẽ được giải thoát khỏi sinh tử được về cõi vĩnh hằng. Khuyên Thần thức đừng đến gần màu đen tối sẽ

vào Địa-ngục khổ sở. Nếu ngần ngại, Thần thức bước sang ngày sau.

03- Ngày thứ sáu : Bảo Sinh Như-Lai (Phật Ratnasambhava) hiện ra ngồi trên mình Ngựa, với **toàn thân sắc vàng chói lòa.** Đồng thời thần thức cũng **thấy ánh sáng màu lam nhạt của cõi Người.** Khuyên Thần thức niệm "Nam mô Phật" và đến nương hào quang vàng rực rỡ được giải thoát khỏi luân hồi về nơi cực lạc. Ngược lại, Thần thức chọn cảnh màu lam tái sinh lại cõi Người. Nếu vẫn chưa đi, bước sang ngày tiếp.

04- Ngày thứ bảy: Vô Lượng Quang Như-Lai (Phật Amitabha) hay Phật A-Di-Đà hiện ngồi trên mình Công, tỏa **ánh sáng màu đỏ chói, có Bồ-Tát Quán Thế-Âm và Đại Thế-Chí** hai bên**.** Đồng thời Thần thức cũng thấy **màu vàng nhạt của cõi Ngạ Qủy.** Khuyên Thần thức niệm "Nam mô A Di Đà Phật" và tiến đến nương hào quang đỏ chói thì siêu thoát khỏi sáu cõi được về nơi Tịnh Độ An Lạc. Khuyên Thần thức đừng đến gần màu vàng nhạt sẽ bị đọa làm Ngạ-Qủy (Ma Qủy). Nếu chưa chịu đi, Thần thức bước qua ngày kế.

05- Ngày thứ tám: Bất Không Thành Tựu Như-Lai (Phật Amoghasiđhi) hiện ra ngồi trên thần Điểu, với **toàn thân sắc màu lục sáng chói**. Đồng thời Thần thức cũng thấy **màu đỏ nhạt của cảnh giới Thần.** Khuyên Thần thức niệm "Nam mô Phật" và đến nương hào quang màu lục sáng chói sẽ giải thoát khỏi sinh tử, được đến cõi Phật vĩnh cửu. Nếu Thần thức đến gần màu đỏ nhạt vào cõi Thần. Nếu vẫn chưa quyết đi, Thần thức bước sang ngày sau.

06- Ngày thứ chín: Tất cả 5 vị Phật kể trên cùng hiện ra với hào quang 5 màu rực rỡ nêu trên. Đồng thời, Thần thức cũng lại thấy **6 cảnh giới khác nhau với màu**

nhạt dễ chịu là: sắc trắng cõi Trời, sắc đỏ cõi Thần, sắc lam cõi Người, sắc vàng cõi Ngạ Qủy, sắc lục cõi Súc Sinh, sắc xám đen cõi Địa Ngục. Khuyên Thần thức niệm "Nam mô Phật" và đến hòa nhập vào các hào quang sáng chói của Phật sẽ thoát khỏi trầm luân được về cõi Phật đời đời an lạc. Khuyên Thần thức đừng đến gần các màu mờ nhạt đen tối sẽ bị đọa vào nơi xấu. Nếu chưa đi, bước qua ngày tiếp.

07- Ngày thứ mười: Chư vị Bồ-Tát hiện ra trong ánh sáng chói lòa để tiếp dẫn, đồng thời thần thức cũng thấy **màu lục u tối của cõi Súc Sinh.** Khuyên Thần thức niệm "Nam Mô Phật" và đến gần ánh sáng chói lòa sẽ được Bồ Tát tiếp đón về cõi Phật thoát khỏi luân hồi. Khuyên Thần thức đừng đến gần màu lục nhạt sẽ bị vào cõi xấu Súc Sinh. Nếu chưa đi, bước sang ngày kế.

Từ đây, bắt đầu những cảnh dữ tợn làm cho Thần thức sợ hãi.

08- Ngày thứ mười một: Phật Heruka hiện ra thân sắc sáng trắng, có 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu nâu, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu đỏ. Khuyên Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm **"Nam mô Phật"** để được Phật tiếp dẫn sẽ thoát khỏi sinh tử. Nếu không chịu làm, bước qua ngày sau.

09- Ngày thứ mười hai: Phật Vajra-Heruka hiện ra thân sắc xanh dương sáng (nước biển), cũng 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu xanh đậm, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu đỏ. Khuyên Thần thức không nên sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp qủa sinh ra, hãy quy y Phật và niệm **"Nam mô Phật"** để được tiếp dẫn về cõi Phật sẽ thoát khỏi trầm luân. Nếu không, thần thức bước qua ngày tiếp.

10- Ngày thứ mười ba: Phật Ratna-Heruka hiện ra toàn thân màu vàng, cũng 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu đỏ, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu lam. Khuyên Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm **"Nam mô Phật**" để được tiếp dẫn về cõi Phật thoát khỏi sáu cõi. Nếu không, bước qua ngày kế.

11- Ngày thứ mười bốn: Phật Padma-Heruka hiện toàn thân sắc đỏ sáng, có 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu đỏ, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu lam. Khuyên Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy niệm **"Nam mô Phật"** để được tiếp dẫn về cõi Phật thoát khỏi luân hồi**.** Nếu không bước qua ngày sau.

12- Ngày thứ mười lăm: Phật Karma-Heruka hiện toàn thân màu xanh lục sáng có 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa xanh lá cây, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu đỏ. Khuyên Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm **"Nam mô Phật"** để được tiếp dẫn về cõi Phật thoát khỏi sinh tử. Nếu không, bước qua ngày tiếp.

13- Ngày thứ mười sáu : Tám vị Trời trấn giữ 8 hướng xung quanh để tiếp dẫn:

-Trời Kerima sắc trắng trấn giữ hướng Đông.
-Trời Pramoha sắc đỏ trần giữ hướng Tây.
-Trời Tseurima sắc vàng trấn giữ hướng Nam.
-Trời Petali sắc đen trấn giữ hướng Bắc.
-Trời Pukkase sắc đỏ trấn giữ hướng Đông Nam.
-Trời Ghamari sắc xanh đậm trấn giữ hướng Tây Nam.
-Trời Tsandhali sắc vàng nhạt trấn giữ hướng Tây Bắc.
-Trời Smasha sắc xanh dương trấn giữ hướng Đông Bắc.

Khuyên Thần thức đừng sợ, hãy niệm **"Nam mô Phật"** để được tiếp dẫn về nơi an lành , nếu không sẽ bước qua ngày kế.

14- Ngày thứ mười bảy: Tất cả chư Phật, chư Bồ-Tát, chư Thiên (nêu trên) đồng xuất hiện để tiếp dẫn Thần thức về các cõi Phật. Khuyên Thần thức niệm "Nam mô Phật" và đến nương ánh sáng của Phật, sẽ được tiếp dẫn về cõi Phật vĩnh hằng. Nếu lúc còn sống, người không hiểu, không tin Phật pháp hoàn toàn, đến khi chết đi, Thần thức thấy cảnh này sẽ bối rối, nghi ngại, sợ hãi, không dám nhìn, huống là nương theo ư? Bỏ qua cơ hội về cõi vĩnh hằng, tiếc thay. Do đó Thần thức bước qua giai đoạn thọ sinh.

Chúng ta không biết Thần thức của người chết đã siêu thoát hoặc tái sinh hay chưa, nên chúng ta tiếp tục nhắc nhở Thần thức giai đoạn thọ sinh dưới đây.

III)- Giai đoạn 3: Thụ sinh (tái sinh).

Từ ngày 18 đến ngày 49 (Trong 32 ngày).

Thời gian thọ sinh vào **6 cõi (Trời, Thần, Người, Ngạ-Qủy, Súc-sinh, và Địa-ngục)** lâu mau tùy theo nghiệp của mỗi người đã tạo trong khi còn sống. Thần thức không biết là mình đang tiến gần đến chỗ phải thọ sinh. Giai đoạn này rất rùng rợn, Thần thức sẽ thấy :

1)- Thần thức gặp Diêm-Vương.

Diêm vương có mặt dữ dằn (tợn), Thần thức thấy Diêm Vương sinh ra khiếp sợ hãi hùng. Diêm Vương tra hỏi các việc làm ác của người chết. Rồi bị qủy tốt tra tấn hành hạ, làm cho Thần thức đau đớn, khổ sở, chết đi sống lại v.v... (Thần thức bị tra tấn đau đớn, khiếp sợ cũng như trong ác mộng).

Đến đây, ngoài việc niệm Phật, tụng Kinh, nhắc nhở Thần thức **bình tĩnh, không sợ hãi, nhất tâm** (một lòng) **niệm Phật.** Chúng ta còn cần trợ lực cho người chết bằng cách cho Thần thức biết là hiện tại Thần thức đang bước vào giai đoạn bắt buộc phải thọ sinh. Những cảnh của Thân Trung Ấm chỉ là chiêm bao, Diêm-Vương ngục tốt chính là do nghiệp duyên biến hiện ra. Bây giờ Thần thức không còn xác thân hữu hình nữa, Thần thức không nên sợ hãi trước cảnh tra tấn. Thần thức phải luôn luôn niệm "Nam mô Phật", thì ác mộng sẽ tan biến.

Rồi Thần thức thấy nhiều cảnh khủng khiếp như :

- Gặp lửa cháy dữ dội.

- Gặp cuồng phong bão lụt khủng khiếp.

- Gặp các loại ác thú đuổi bắt v.v...

2)-Thần thức thọ sinh:

Tùy theo nghiệp duyên của mỗi người, Thần thức sẽ thấy một trong những cảnh tướng khác nhau sau đây mà phải thọ sinh chậm nhất là ngày thứ 49:

1- Có Thần thức thấy VƯỜN CÂY ĐẸP ĐẼ liền sinh vào cõi Thần.

2- Có Thần thức thấy CẢNH SÚC VẬT, RỪNG RÚ rồi thọ sinh vào Súc sinh.

3- Có Thần thức thấy ĐI TRONG HOANG ĐỊA U MINH, liền sinh vào loài Ma-qủy.

4- Có Thần thức thấy LỬA CHÁY NGÚT TRỜI, liền sinh vào Địa-ngục.

5- Có Thần thức thấy hai NAM NỮ ĐANG VUI ĐÙA, rồi thọ sinh vào cõi Người.

6- Có Thần thức thấy THÀNH QUÁCH CUNG ĐIỆN ĐẸP ĐẼ, liền sinh cõi Trời.

3)- Điều cần biết:.

1- Cõi Trời cảnh đẹp có nhiều hồ, nhiều cây cối, nơi đó là cảnh Trời không có Phật pháp.

2- Cõi Trời cảnh đẹp có thành quách, nhiều cung điện lộng lẫy, nơi đây có Phật pháp đang lưu hành như cõi Đạo Lợi, Đâu Suất thuộc Dục giới, cõi Phạm Thiên thuộc Sơ thiền Sắc giới.

Lời bàn: Chúng ta không có **Thần Thông,** do đó không biết rõ ràng từng ngày mà Thần thức đang trải qua, và cũng không biết lúc nào Thần thức đi khỏi, nên chúng ta phải theo dõi chương trình 49 ngày cho Thần thức. Nhưng giai đoạn thứ hai, tiếp dẫn, từ ngày thứ tư đến hết ngày thứ 17, chúng ta có thể căn cứ vào lịch trình các đức Phật xuất hiện để nhắc nhở, hướng dẫn người chết.

Từ lâu, các Chùa thường làm lễ cầu siêu mỗi tuần một lần trong 7 tuần cho người qúa cố. Sự việc này rất tốt, nhưng còn thiếu sự hướng dẫn Thần thức. Thiết tưởng, thân nhân của người qúa cố nên biết mà trám vào bằng niệm Phật, hướng dẫn nhắc nhở thần thức các ngày không có niệm Phật, tụng Kinh cầu siêu tại Chùa. Như vậy người qúa cố sẽ hưởng được nhiều lợi lạc.

Mong rằng, những ai lưu luyến thương xót người thân, và muốn cho người ra đi có được kiếp sau ở nơi tốt đẹp. Những ai mong cho người thân thương ra đi sẽ không phải đầy ải vào cõi khổ sở Địa-ngục, Ngạ-qủy, Súc-sinh. Thì đây là cẩm nang tóm gọn, theo đó chúng ta có thể giúp người ra đi một cách thiết thực. Một điểm nữa là chính người Phật-tử chúng ta, mỗi người cũng nên biết cẩm nang này và ghi nhớ cho chính bản thân mình sau này vậy ., .

Nghiệp báo nhân quả

(Trung A Hàm, quyển 1 trang 99 đến 226, quyển 3 từ trang 739 đến 777. Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 991, 992 từ trang 491 đến 500, Kinh số 1042 đến số 1048 từ trang 602 đến 614, quyển 4 Kinh số 1146 từ 169 đến 174. Đức Phật và Phật Pháp từ 338 đến 403, từ 478 đến 500. Luận về Nhân Quả từ 75 đến 107, từ 123 đến 159)

I)- Nghiệp báo nhân quả là gì?

Nghiệp chữ Phạn là Kamma, nghiã là hành động từ ý nghĩ, lời nói đến việc làm. Tất cả đều sinh bởi ý muốn, có tác ý. Do đó nghiệp là tư tưởng, lời nói, việc làm có tác ý, nếu không có ý muốn sẽ không có nghiệp.

Báo là trả lại, kết quả, như trả ân, báo phục: Ân trả ơn, oán báo thù.

Nhân là hột giống, mất đi tái lại, theo cũ lập lại.

Quả là hậu quả của ý nghĩ, lời nói, hành động. Nghiệp ví như cái nhân cái hột, qủa ví như mầm, cây, lá, hoa, trái.

Tất cả những hành động từ thân, khẩu, ý đều tạo nghiệp. Tuy nhiên, những hành động không thiện không ác không tạo nghiệp, và những hành động không tác ý, không có ý muốn cũng không tạo nghiệp.

Nghiệp báo nhân quả thuộc về tâm thức, nó vô hình không thấy được, nhưng nó điều khiển cả vật chất lẫn tinh thần. Nghiệp quả trong phạm vi vật chất như giàu nghèo, thọ yểu v.v…; trong phạm vi tinh thần như vui sướng, buồn khổ, v.v...

Một nghiệp tốt mang lại kết quả tốt, có thể ở kiếp hiện tại hay ở kiếp tương lai. Cũng vậy, một nghiệp xấu mang lại kết quả xấu, ở ngay kiếp này hay ở kiếp mai sau.

Muốn thoát khỏi luân hồi, phải thoát khỏi nghiệp báo nhân quả. Muốn thoát khỏi nghiệp quả, phải từ bỏ nghiệp

xấu. Muốn từ bỏ nghiệp xấu phải trừ hết ái dục, ái dục là vi tế ngủ ngầm của tham sân si, tức là sạch hết "Vô minh". Sạch hết vô minh tức được giải thoát.

Có người chủ trương quá mức rằng dù có ý muốn hay không, dù có tác ý hay không, khi đã gây tội, đều có tội ngang nhau không hơn không kém. Lập luận này đưa đến sự phi lý. Họ đưa ra quan điểm lý luận rằng như khi một người vô tình chạm tay vào lửa và một người cố ý cho tay vào lửa đều bị cháy bỏng như nhau. Lập luận này không đúng, nếu một bào thai vô tình quay đạp trong bụng làm cho người mang thai đau đớn, cũng có tội hay sao? Một người lái xe vô tình gây tai nạn làm chết người khác, tội cũng ngang với kẻ giết người hay sao?

II)- Nguồn gốc nghiệp quả

Tham sân si vi tế là ái dục ngủ ngầm khó thấy. Hết tham sân si vi tế là hết ái dục, hết ái dục là hết vô minh. Chỉ có bậc đại Bồ Tát và chư Phật mới hết vô minh hoàn toàn. Thành ra chỉ có Phật và đại Bồ Tát mới hết tạo nghiệp, ngoài ra các hàng tu hành khác đều còn tạo nghiệp vi tế, dù vị ấy cảm thấy hết tham sân si.

Mọi người phải chịu trách nhiệm về những hành động từ ý nghĩ, lời nói đến việc làm của mình. Muốn sướng hay khổ hoàn toàn do mình tự tạo chứ không do một ai khác có quyền định đoạt sướng khổ cho mình. Vì vậy, muốn không bị tham sân si tà kiến thúc đẩy tạo nghiệp, chúng ta phải biết làm chủ lấy mình, không để những tư tưởng ý kiến vô căn cứ lung lạc ý chí của chúng ta.

Mỗi chúng sinh đều có quyền làm chủ lấy mình, khi họ quyết định tạo nghiệp thiện hay ác, nghiệp đã tạo rồi, họ không còn quyền định đoạt số phận của mình được nữa, mà nghiệp quả sẽ định tương lai cho họ được tốt hay xấu.

Ngoại trừ họ tạo một nghiệp khác mạnh mẽ trái ngược lại mới có thế sửa đổi được nghiệp đã gieo ấy.

Một trong muôn nghìn nguồn gốc của tạo nghiệp là ngòi bút. Ngòi bút dạy bảo người làm điều tốt, nhưng ngòi bút cũng hướng dẫn người làm ác, cổ súy việc làm ác mà nhiều khi khó đo lường được hậu qủa của nó. Ngòi bút còn độc hơn một thanh kiếm, hại hơn một khẩu súng, kiếm và súng chỉ giết được một số người, còn bút làm hại vô số người, giết vô số người. Ngòi bút đưa đến sự bất mãn cho cả một tập thể, gây sự đấu tranh cho cả một dân tộc, hay cả một nước v.v…

Tại sao ngòi bút lại có thể che đậy được chân ngụy? Vì ngòi bút khi bị tham sân si, tình cảm quyền lợi chi phối thì trí tuệ bị che lấp. Lúc đó ngòi bút sẽ là vũ khí gây tai hại cho biết bao người, ngòi bút ở đây tệ hại hơn súng đạn gươm đao rất nhiều là vậy. Trường hợp này người viết sẽ lãnh trách nhiệm về nghiệp báo nhân quả của họ.

Nhiều người mặc dù là trí thức, nhưng vì không nhận kỹ sự đúng sai của thiện ác, bị quan điểm thiên lệch, bè phái cố chấp, danh vọng địa vị v.v… đã dùng ngòi bút gieo rắc sai lầm cho nhiều thế hệ. Ngòi bút của những người này phát nguồn từ sự hận thù, từ ái dục, là thuốc độc ghê gớm nhất để giết chết điều thiện, đào hố sâu chia rẽ bởi kích động dục vọng của con người. Nếu họ dùng ngòi bút để kêu gọi tình thương yêu giữa người và người, giữa quốc gia và quốc gia, thì thế giới này đã không xảy ra khủng bố chiến tranh hết ở nơi này lại đến nơi kia, làm cho con người đã khổ lại càng khổ hơn. Thật đáng thương cho những người không chịu suy xét kỹ càng trước khi viết, nhưng những người tin theo, hùa theo ngòi bút của họ lại càng đáng thương hơn, vì họ đi vào con

đường tối tăm mà họ không hay không biết, để rồi cùng lãnh hậu quả của nghiệp báo mai hậu.

Những người viết văn, nhà thơ, họa sĩ, người dựng kịch, phim ảnh, truyền thanh, thuyền hình, người làm chính trị v.v…có người đời sống khỏe mạnh thung dung, có người trở nên giầu có, nổi tiếng, là do bố thí băng tài vật của họ, hoặc họ dùng phương tiện văn hóa để viết lên, diễn tả, nói lên những điều đạo đức. Như những tác phẩm chuyển hóa lòng người trở thành thánh thiện đạo đức, sẽ đưa dần tác giả đến hạnh phúc. Nếu thiếu một trong hai điều trên, người cầm bút sẽ chôn vùi đời mình trong nghèo túng, bệnh tật, hoạn nạn, khổ sở. Như những tác phẩm sai lạc, ích kỷ, hận thù, tà kiến v.v… Tác giả của những loại tác phẩm này đi dần vào khổ từ tâm hồn đến thể xác. Vì vậy muốn tạo được những tác phẩm lợi ích tốt đẹp, người viết, người dựng kịch, làm phim, vạch đường lối v.v… phải gột rửa, trau giồi tâm hồn mình trước khi viết, làm.

Một nghiệp báo không phải do một nhân duy nhất, mà nó sẽ theo nghiệp nào mạnh nhất để trổ quả. Như chỉ sai đường cho một người và chặt chân một người, tội chặt chân nặng hơn phải chịu quả báo Địa ngục. Sau khi hết hạn Địa ngục, được sinh làm người bị tật về chân như đi cà nhắc hay bị què. Còn nếu chỉ dẫn đường lối sai lầm, hoặc biết sai mà vẫn làm, hoặc giam giữ chúng sanh trong tối tăm, hoặc nói những điều tà kiến làm người khác hiểu sai, sẽ bị tật về mắt. Nếu phá cầu, phá đường, lấp lối, giam cầm người, vật, bẻ gẫy hoặc chặt chân súc vật, sẽ bị tật về chân, đi đứng khó khăn v.v…

Những người săn bắn, sập bẫy, câu cá, thường bị đọa làm con vật hoặc con cá, nếu đủ phúc không bị đọa, sẽ làm người hay bị lừa gạt. Hình ảnh những con vật bị bắn,

bị bẫy, bị nhử mồi là những hình ảnh mà những người ấy sẽ gặt quả tương ưng. Như bị lừa, bị vấp ngã, sa hố, bị tai nạn, bị giặc lừa vào chỗ chết v.v…

III) Phân loại nghiệp quả

1)- Hình thức của nghiệp: Có hai thứ:

a)- Vật chịu nghiệp: Có hai sự thực

- Về vật chất: Sự thực vật chất như cái ghế, cái nhà, con bò, con chim, cái xe v.v… Sự thực này biểu hiện rõ ràng, tức bản chất của nó.

- Về vi thể: Sự thực không biểu hiện khó thấy, trừu tượng, như phân tích cái ghế, cái nhà, con bò, con chim, cái xe, ta chỉ thấy những nguyên tử, tế bào, và năng lực tính chất kết hợp lại mà thành những thứ ấy. Sự thực không biểu hiện là sự thực cuối cùng, tức bản thể của mỗi sự vật.

Khi một sinh vật như người, con bò, con chim hiện hữu, luôn luôn biến đổi không ngừng, không thể tồn tại y hệt trong hai khoảnh khắc kế tiếp nhau, nghiã là ở khắc sau khác với khắc trước đó. Do đó không có một thực thể đơn thuần đồng nhất, không có một người cố định, mà chỉ có hành động, có tri giác, có thức, mà không có người hành động, không có người tri giác, không có người ý thức. Tác ý hay ý muốn là động cơ phát xuất hành động nghĩ nói làm, là kẻ tạo nhân. Cảm giác thụ hưởng là kẻ nhận quả. Ngoài hai cái đó không có người gây nhân hay kẻ nhận quả. Cũng như một người do năm Uẩn (Sắc, Thụ, Tưởng, Hành, Thức) hợp lại, khi quả lành hay quả dữ xuất hiện, ta nói là may mắn hay xui xẻo.

b)- Các loại nghiệp: Có hai loại nghiệp:

- Biệt nghiệp: Là nghiệp chỉ gây ra bởi một cá nhân, và khi nhận quả cũng chỉ một mình cá nhân ấy nhận lãnh.

- **Cộng nghiệp:** Nhiều người cùng nhau gây nhân cùng lúc, đến khi nhận quả mọi người cùng nhau nhận lãnh. Cộng nghiệp còn gọi là nghiệp chung, do cộng nghiệp mà những người cùng chung trong một điều kiện, một nước, một địa phương, một xóm, một tập thể, một chuyến máy bay, một chuyến xe phải chịu chung một bất hạnh, hay được một may mắn. Dĩ nhiên trong cộng nghiệp vẫn có biệt nghiệp riêng của mỗi người, như xe bị tai nạn có người chết, có người bị thương, nhưng cũng có người không hề hấn gì v.v…

2)- Hành động thiện ác gây nghiệp báo.

a)- Hành động thiện tạo quả lành: Sinh lên cõi Trời, cõi Thần hoặc cõi Người được giàu sang, địa vị quyền uy, mạnh khỏe sống lâu. Các hành động thiện như:

- **Bố thí**, có lòng quảng đại giúp đỡ người về mọi phương diện.
- **Trì giới**, tránh làm ba điều ác về Thân, bốn điều ác về miệng, và ba điều ác về ý.
- **Phục vụ tôn kính** người đáng được phục vụ, đáng được tôn kính.
- **Vui vẻ hoan hỷ** vui mừng khi thấy người khác được phúc báo tốt đẹp.
- **Học hỏi** các điều hay lẽ phải trong Phật pháp, tu hành và giáo hóa chúng sinh.
- **Giữ gìn vẹn toàn chính kiến** không để quên và không để ái dục vô minh lung lạc.
- **Nhớ nghĩ đến chúng sanh** và hồi hướng phúc đức cho tất cả chúng sinh.

b)- Hành động ác gây nghiệp dữ:

Các hành động ác như:

- **Sát sinh:** Giết hại tùy theo là bậc chân tu hay người thường, hoặc tùy theo sinh vật lớn hay nhỏ mà bị quả báo

nặng hay nhẹ khác nhau. Sau khi chết đọa sinh vào Địa ngục, Súc sinh, hay trở lại làm người bị chết yểu, bệnh tật, hoạn nạn, chia ly, lo sợ, buồn rầu v.v…

- **Trộm cướp:** Lấy của không cho mà lấy từ tiền bạc, của cải, đến vật dụng v.v… tùy theo nặng nhẹ bị quả báo tương ưng, khi chết sinh vào cõi dữ. Nếu được tái sinh làm người phải làm việc khó nhọc, nghèo hèn, thất vọng, mất mát của cải, hạnh phúc gia đình bị tan vỡ, nghi kị bất hòa, cãi nhau, đánh nhau, không sao ngóc đầu lên được.
- **Tà dâm:** Hãm hiếp, dùng thủ đoạn lường gạt ái tình, trộm cướp hạnh phúc của người, gian dâm. Nếu được tái sinh làm người có vợ (chồng) không chung thủy, gia đình không hạnh phúc, có nhiều kẻ thù v.v…
- **Nói dối**, nói hai lưỡi, nói thiêu dệt, nói ác, có nói không, không nói có, lừa gạt người. Cùng một việc nói với người này thế này, nói với người kia thế khác. Nói thêm bớt không đúng sự thật, nói bóng nói gió đâm thọc. Chửi bới tục tằn, nguyền rủa thậm tệ. Nếu được tái sinh làm người hay bị vu oan, nói không ai tín nhiệm tin cẩn, hay bị bệnh ở miệng, miệng hôi. Thân quyến xích mích, bạn bè xa lánh, và có nhiều người chống đối. Lại phải nghe những lời tục tằn thô lỗ độc ác v.v…
- **Uống rượu:** Uống rượu say có thể gây cả bốn nghiệp trên, hiện đời dễ mắc bệnh, chết sớm, gia đình mất hạnh phúc đi đến nghèo, con cái yếu đuối kém thông minh, kiếp sau làm người ngu dốt, mất trí, điên dại.
- **Tham lam đố kị:** Tham lam đủ thứ, thèm muốn lợi danh của người khác, luôn luôn chấp lòng ganh tị với kẻ khác. Nếu sinh làm người, sẽ là người không có ảnh hưởng, nói gì, làm gì cũng không có người theo, và ái dục tăng trưởng mạnh làm cho người ấy càng đi sâu vào tội lỗi, gây thêm nghiệp ác.

- **Sân hận:** Thô lỗ, cục cằn, luôn giận dữ, nhăn nhó, khó chịu. Người có tính sân giận hay gây gỗ, tìm đủ cách để bắt bẻ người, gây thù kết oán. Thường sau khi chết làm loài qủy dữ, nếu được tái sinh làm người có thân hình xấu xí, mặt mũi khó coi, tính nết không ai ưa, và tính sân hận càng tăng trưởng gây thêm nghiệp xấu.
- **Ngu si tà kiến:** Người không chịu học hỏi tìm hiểu nghiên cứu, không chịu gần người có tài có đức để học hỏi các điều phải trái lành ác. Vì vậy hiểu biết sai lầm, những điều sai cho là đúng, những điều đúng cho là sai. Như không tin nhân quả nghiệp báo, không tin luân hồi sinh tử. Sau khi chết đọa vào cõi dữ, nếu được làm người sẽ là người tâm thần mê mẩn, ngu ngu khờ khờ, hoặc bệnh hoạn liên miên.
- **Kiêu ngạo ngã mạn:** Không tôn trọng người đáng tôn kính, tự tôn tự đại, khinh người, coi trời bằng vung, coi mọi người như cỏ rác, và không biết phục thiện. Khi chết đọa vào ác đạo, khi được trở lại cõi người nghèo nàn khốn khổ, bị người khinh rẻ, không dám ngẩng đầu lên.
- **Keo kiết bủn xỉn:** Dù giàu dù nghèo mà suốt đời keo kiết từng đồng, không cho dù với chút ít, từ phẩm vật, của cải, tiền bạc, đến lời chỉ bảo lợi ích. Người ấy sống keo kiết ích kỷ, và không có lòng thương người nghèo nàn khốn khổ. Người ấy sau khi chết sinh vào cõi dữ, tái sinh vào nhân gian làm người nghèo hèn không của cải.

3)- Kinh Nhân Qủa: Để hiểu rõ về nhân qủa, chúng ta lược trích một đoạn Kinh đức Phật giảng dạy vua Ba Tư Nặc nước Xá Vệ như sau:

Một hôm vua Ba Tư Nặc đến viếng đức Phật tại đạo tràng Kỳ Hoàn, sau khi cúi đầu lễ dưới chân Phật, Vua ngồi vào chỗ, liền hỏi thăm sức khỏe và hỏi Phật:

- Thưa Thế Tôn, các người qúy phái (Bà la môn) sau khi chết rồi sẽ trở lại sinh vào dòng qúy phái không? Và các người dòng vua chúa quyền bính (Sát lợi), dòng nông công thương (Thủ đà la), dòng tôi tớ nô lệ (Chiên đà la) cũng thế chăng?
- Đại Vương, đâu được như vậy. Đại Vương nên biết có bốn hạng người, đó là:

1- Người từ tối vào tối: Có người sinh vào nhà nghèo túng, làm các nghề hạ tiện, thân thể xấu xa, chết yểu, bị người sai làm các việc hạ tiện, đó gọi là tối. Ở trong chỗ tối, người ấy lại thân làm ác, miệng nói ác, ý nghĩ ác. Do nhân ác, khi chết sẽ sinh vào cõi dữ. Ví như người dùng máu rửa máu, như thế là người từ tối vào tối.

2- Người từ tối vào sáng: Có người sinh vào nhà ty tiện nghèo hèn, làm nghề hạ tiện, đó gọi là tối. Nhưng người ấy ở chỗ tối thân làm lành, nói lời chân thật, ý nghĩ điều tốt. Do nhân duyên lành, khi chết sinh vào chỗ tốt, lên trời hoặc vào nhà giàu sang quyền qúy. Ví như người từ ngựa bước lên voi, như người từ tối vào sáng.

3- Người từ sáng vào tối: Có người được sinh vào nhà giàu có tiền của, thân đẹp đẽ, được ăn học, có tôi tớ sai bảo, đó gọi là sáng. Ở trong chỗ sáng này, thân làm việc ác, miệng nói những lời dối trá, ý nghĩ điên đảo ác độc. Do nhân duyên bất thiện, khi chết sinh vào cõi dữ địa ngục. Ví như người từ nhà lầu xuống ở bờ ở bụi, như từ sáng vào tối.

4- Người từ sáng vào sáng: Có người sinh vào chỗ giàu sang, lắm tiền nhiều của, thân hình đẹp đẽ, có người sai bảo, ăn học tới nơi tới chốn, đó gọi là sáng. Ở trong chỗ sáng này lại thân làm việc thiện, nói lời ngay thẳng chính trực phải đạo, ý nghĩ cứu giúp chúng sinh. Do nhân lành,

khi chết hóa sinh lên cõi trời. Ví như người từ nhà lầu đến nhà lầu cao đẹp hơn, như người từ sáng vào sáng.

IV)- Báo ứng của nghiệp:

1)- Tác động của nghiệp báo.

Căn cứ trên tác động của nghiệp quả, chia ra bốn loại:

1- Nghiệp hiện hành tái tạo: Nghiệp có năng lực mạnh lúc chết, liền sau khi chết phải thụ sinh vào cõi lành hay cõi dữ tùy theo nghiệp. Thường thường, tư tưởng cuối cùng của một người ảnh hưởng bởi phẩm hạnh của người ấy trong suốt đời sống, nhưng cũng có khi hoàn cảnh ngoại lai ảnh hưởng đến người ấy lúc lâm chung, làm cho tư tưởng người ấy biến đổi. Tư tưởng cuối cùng ấy tạo điều kiện cho sự tái sinh kế tiếp. Trong trường hợp này, đời sống hàng ngày không ảnh hưởng đến sự tái sinh, nhưng nó vẫn không mất, và sẽ xuất hiện vào lúc khác. Những sự thay đổi này đã giải thích vì sao trong một gia đình, các người con tính nết không giống nhau.

2- Nghiệp trợ duyên: Nghiệp hiện hành tái tạo khi có nghiệp quá khứ chen vào để trợ lực hay duy trì gọi là nghiệp trợ duyên.

3- Nghiệp phản duyên: Nghiệp hiện hành tái tạo khi có nghiệp quá khứ chen vào để làm suy giảm hay cản trở, gọi là nghiệp phản duyên.

3- Nghiệp tiêu diệt: Khi nghiệp hiện hành tái tạo bị nghiệp quá khứ mạnh và ngược chiều, có thể tiêu diệt hoàn toàn nghiệp hiện hành đáng lẽ trổ quả, nên còn được gọi là nghiệp vô hiệu lực.

2)- Thời gian báo ứng:

Thời gian nhân trổ qủa có ba loại:

1- Hiện nghiệp: Nghiệp hiện tại lại chia ra hai loại:

- Quả lành trổ trong kiếp hiện tại: Có những quả lành trổ ngay trong kiếp hiện tại, ví như học sinh chăm học, đi thi đậu vậy.

- Quả dữ trổ trong kiếp hiện tại: Có những quả dữ trổ ngay trong kiếp hiện tại, ví như làm ác giết người, trộm cắp, bị bắt bỏ tù giam giữ.

2- Hậu nghiệp: Những nghiệp trổ trong các kiếp về sau. Hậu nghiệp này ai ai cũng có, và chúng ta không thể biết được nhiều nghiệp hay ít nghiệp, nghiệp nặng hay nhẹ. Chỉ có Phật và các vị đắc đạo có "Sinh tử thông" mới thấy được nghiệp báo nhân quả.

3- Nghiệp vô hạn định: Quả trổ sinh bất cứ lúc nào từ hiện tại cho đến mãi về sau. Ngoại trừ khi giải thoát nhập Niết Bàn mới hết.

3)- Nghiệp căn cứ trên sự báo ứng:

Căn cứ trên sự báo ứng chia ra làm bốn loại:

1- Nghiệp nặng: Nhiệp nặng dù lành hay dữ cũng phải trổ quả ngay sau khi chết đến cõi tốt hay cõi xấu. Một nghiệp nặng là hành động tạo tác nghiêm trọng, nó gây nghiệp chắc chắn trổ quả trong hiện tại hoặc kiếp kế tiếp. Như người tu thiền định, tham thiền đắc quả, hoặc người phạm tội giết cha mẹ v.v…

2- Nghiệp gần: Nghiệp gần là nghiệp gần lúc lâm chung sẽ dẫn dắt đi thọ sinh nếu không có một nghiệp nặng quan trọng nào. Vì lẽ đó, thường phải nhắc nhở người sắp qua đời nhớ nghĩ các việc lành, tạo công đức lành, như bố thí, đọc kinh, trì chú, niệm Phật, tham thiền v.v… Như vậy, có khi người đáng lẽ phải tái sinh vào cõi xấu lại được sinh vào chỗ tốt. Mặc dù người này được sinh vào chỗ tốt, nhưng người ấy vẫn còn nghiệp xấu chờ trổ qủa vào bất cứ lúc nào chín mùi.

3- Nghiệp thường: Nghiệp thường là những hành động hàng ngày, những thói quen suy nghĩ hàng ngày ảnh hưởng đến lúc sắp chết. Các thói quen này đã ăn sâu vào tiềm thức, thành những thói quen tự nhiên mà ta ít để ý, nhưng sự thực nó đã tiềm ẩn trong tâm thức. Khi sắp chết, nếu không có một nghiệp đặc biệt nặng nào, ta thường nhớ lại những hành vi hình ảnh quen thuộc ấy, và nó sẽ dẫn dắt ta tái sinh. Như người đi săn, người đi câu, người đồ tể, v.v… nhớ tới hình ảnh săn bắn, nhử mồi, sập bẫy, giết súc vật v.v…và nó sẽ dẫn người ấy vào cõi dữ.

4- Nghiệp tích trữ: Nghiệp tích trữ gồm tất cả những nghiệp không thuộc ba loại nghiệp vừa kể, nó giống như một nhà kho chứa các tạp nghiệp đủ thứ.

4)- Nghiệp cư ngụ ở đâu?

Nghiệp được tích chứa trong thức thứ tám là A Lại Đa Thức. Nghiệp là sự thu nhận tất cả các kinh nghiệm trải qua, là sự thu nhận những cảm giác, những thụ cảm, những hành động từ ý nghĩ, lời nói đến việc làm đều được ghi lại đầy đủ. Mặc dù vậy, nó không ở một nơi nào nhất định, nó vô hình vô tướng, nó nằm trong tâm thức luôn luôn biến đổi không ngừng như dòng nước chảy luân lưu bất tận. Nó chỉ phát hiện ra khi đủ nhân đủ duyên thích ứng. Cũng ví như một trái cây xuất hiện trên cây đúng mùa, tùy chỗ mà hiện qủa, không nhất định trước ở chỗ nào cả. Nghiệp có năng lực chuyển từ kiếp này qua kiếp khác, và còn mãi mãi trong nhiều kiếp nếu trổ quả chưa hết. Nghiệp giữ vai trò quan trọng trong việc cấu tạo tâm tính, trí thông minh, thiên tài của con người.

5)- Cách trả nghiệp quả:

Cách trả nghiệp báo nhân quả không nhất thiết phải là người mình hại kiếp sau người đó hại lại mình, mà có thể là một người khác hại mình. Tỉ du như ông X hại ông Y,

kiếp sau ông X bị ông Z hại lại giống như ông X đã hại ông Y. Cũng có thể trở thành người trong gia đình bà con như cha mẹ, con cái, vợ chồng, họ hàng, bạn bè v.v…để trả ơn báo oán.

Vì quyến luyến yêu thương hết mức trong tình chồng vợ, một người lại có nghiệp làm Súc sinh sẽ dễ dàng tái sinh làm một trong những con vật trong gia đình ấy. Một người quyến luyến súc vật, mê thích súc vật đến độ không rời những con vật ấy được, lại có nghiệp vào Súc sinh, sẽ dễ dàng sinh vào loài mà người ấy đã ưa thích quyến luyến, làm bạn sống chung với chúng. Nếu không có nghiệp phải vào loài Súc sinh thì không sao, đừng lo.

Nên nhớ, có sự khác biệt giữa lòng quyến luyến với lòng từ bi. Lòng quyến luyến là do ái dục điều khiển, như tình yêu vợ chồng, cha mẹ, con cháu, anh em, bạn bè, bà con, nhân tình v.v…Nó sẽ không còn hay mất luôn khi có sự thay đổi. Còn lòng từ bi là do lòng mong muốn cho vui hết khổ, thương cứu chúng sinh hết khổ được vui. Nó sẽ tồn tại mãi mãi như tình thương đối với kẻ cô đơn tật nguyền nghèo khổ khốn cùng.

V)- Hiện tượng cái chết.

1)- Tại sao chết? Theo thế gian chết là do bệnh già chết, bị tai nạn chết, bị giết chết, tự tử mà chết, rủi ro mà chết v.v… Nhưng theo Phật giáo chết là do:

- Nghiệp hết khi năng lực tái tạo đã cạn thì sinh hoạt của cơ thể chấm dứt.
- Hết tuổi thọ như già chết, tuổi thọ dài ngắn tùy loài.
- Nghiệp xấu như sát sinh làm cho chết yểu, bị giết hay bị tai nạn chết đột ngột. v.v…

2)- Hiện tượng khi chết: Có ba hiện tượng:

1- Hấp hối: Nghiệp sắp hết, lúc đó người có ý nghĩ hoặc tốt hoặc xấu mà trong suốt đời người ấy đã hành động, đều hiện ra tất cả. Cái nghiệp nào mạnh hiện rõ ràng nhất trước mắt, nó hiện đi hiện lại rất nhiều lần. Nếu không có nghiệp nặng thì nghiệp gần nhất hiện ra. Nghiệp gần nhất cũng không có thì nghiệp thường làm hàng ngày, hoặc nghiệp tích trữ, nghiệp kiếp trước hiện ra. Nghiệp hiện ra đây cả nghiệp tốt lẫn nghiệp xấu trong lúc hấp hối sắp chết. Nhưng đa phần đối với người không tu thường thì nghiệp tốt rất ít, phần lớn là nghiệp xấu đầy rẫy. Bởi vậy cần phải tu hành là điều cần thiết nhất.

2- Hiện tượng: Hiện tượng ở đây dưới hình thức sáu trần là "sắc, thanh, hương, vi, xúc, và pháp" mà người ấy trong đời sống hàng ngày đã từng trải qua trong các hoạt động, nghề nghiệp. Như con vật bị bắn, bị bẫy, con cá bị mắc lưỡi câu đang giẫy chết; con vật bị chặt đầu, mổ bụng đối với người săn bắn, câu cá, đồ tể. Như cảnh giết chóc, lấy tiền của, dâm dục v.v…đối với người giết người, trộm cướp, tà dâm, v.v…

3- Biểu hiện cảnh giới: Lúc hấp hối, người ấy cũng thấy cảnh giới mà người ấy sắp sinh vào. Như thấy cảnh giới đẹp có cung điện nguy nga lộng lẫy cõi Trời, nét mặt tươi sáng. Thấy cảnh đẹp cõi Thần, nét mặt tươi. Thấy nét mặt bình thản, trở lại cõi người. Sắp vào cõi Súc sinh có nét mặt sợ hãi. Sắp vào cõi Ngạ quỷ có nét mặt buồn. Sắp vào cõi Địa ngục có nét mặt vừa sợ vừa buồn.

Còn có thể biết sinh về đâu nếu ta thấy điểm nóng cuối cùng của người hấp hối chết nằm tại đỉnh đầu về Cực Lạc, nằm tại trán sinh cõi Trời, nằm tại ngang hai mắt sinh cõi Thần, nằm tại tim ngực sinh cõi Người, nằm tại bụng rốn sinh vào Ngạ quỷ, nằm tại đầu gối sinh vào Súc sinh, nằm tại bàn chân sinh vào Địa ngục.

Nếu ta quan sát nét mặt người hấp hối và sờ các điểm ấm vùng nêu trên, ta có thể biết được. Nhưng điều quan trọng là hướng dẫn người hấp hối như đọc Kinh, trì Chú, niệm Phật để dẫn tư tưởng người ấy theo hướng tốt lành.

Khi ngưng thở là hết một đời, và một đời sống mới kế tiếp sẽ khởi sự bắt đầu. Nên chết không phải là hết, chết không phải là tiêu diệt hoàn toàn. Dù một kiếp chấm dứt, cái tiềm lực làm sống vẫn còn, nhưng không phải hoàn toàn giống với chúng sanh đã chết. Tuy nhiên không phải hoàn toàn khác, vì chung một luồng nghiệp. Cũng giống như châm lửa từ một ngọn đèn sang một ngọn đèn khác, ngọn đèn sau không phải là ngọn đèn trước, nhưng không có ngọn đèn trước thì không có ngọn đèn sau vậy.

VI)- Các thuyết liên quan đến nghiệp báo.

Mỗi người khi sinh ra không giống nhau về mọi phương diện từ thể xác đến tinh thần, từ vật chất đến đạo đức. Sự thăng trầm của cuộc đời lại muôn phần sai khác. Nguyên nhân của sự khác biệt đó rất sâu xa khó hiểu, vượt khỏi tầm hiểu biết của người bình thường, nên họ không biết phải trả lời thế nào, không biết phải giải quyết ra sao. Nên đã có một số lý thuyết được đề ra như sau:

1)- Thuyết có một Thượng Đế:

Nhiều người tin có một vị Chúa tể của loài người, có uy quyền rộng lớn, có phép thần thông biến hóa bao trùm hết vạn vật con người. Họ quy trách nhiệm cho vị Thượng Đế tối cao làm mọi việc mà họ không thể giải thích được. Họ chỉ cần nói: "Thượng Đế muốn như vậy, mọi người phải tuân theo như vậy, không có thắc mắc, không được oán trách quyết định của Thượng Đế tối cao. Họ yên tâm lễ bái cầu xin vị ấy tha tội và ban ơn cho họ được thế này hay thế khác, chấp thuận hay không là

quyền của Thượng Đế. Quan điểm này họ truyền lại cho thế hệ sau". Có người nói: "Con người trở thành nô lệ cho một vị Thần linh tưởng tượng đã được dựng lên". Họ còn nói: "Con người tạo ra Thượng Đế theo ý của con người và theo hình ảnh của con người, chứ sự thực, không một vị Chúa tể nào lại có thể đủ thời giờ nhòm ngó vô lượng chúng sanh về mọi vấn đề trong cùng một lúc ở khắp mọi nơi. Vả lại, đã là Thượng Đế, tức là bậc toàn giác, toàn trí, toàn năng, toàn chân, toàn thiện, toàn mỹ, sao lại bất công giữa người này và người kia? Tại sao có người sinh vào nơi giàu sang quyền qúy sung sướng, có người sinh vào chỗ nghèo hèn khổ sở? Tại sao có người sinh ra đẹp đẽ thông minh, có người sinh ra xấu xí ngu đần tật nguyền mù điếc ngọng câm dị hình dị thể ? v.v…Tại sao Thượng Đế lại không công bằng như thế?"

Rev. W Kirkus viết trong Orthodoxy Scripture and Reason nơi trang 34: "Rõ ràng không thể chứng minh một cách chính xác sự hiện hữu của Thượng Đế. Cho đến nay, hầu hết đều nêu lên ở tiền đề như dẫn chứng, những gì phải được chứng minh ở phần kết luận…..Ta đi đến chỗ phải nhìn nhận rằng có những tội lỗi xấu xa nằm trong vũ trụ. Và điều ấy là trách nhiệm của Thượng Đế. Chúng ta không thể phủ nhận khuyết điểm của Thượng Đế đã cho phép tội lỗi và đau khổ tồn tại".

2)- Thuyết ngẫu nhiên:

Một số người giải thích sự khác biệt giữa mọi người là do sự ngẫu nhiên may rủi. Họ cho rằng mọi người đều có sự may rủi ngẫu nhiên mà có sự khác biệt giữa người sinh vào gia đình giàu sang qúy phái hay vào gia đình nghèo nàn bần tiện, do sự ngẫu nhiên mà người này đẹp đẽ thông minh, người kia xấu xí đần độn v.v…

Nếu công nhận sự ngẫu nhiên rủi ro thì dễ dãi quá, không có một sự lý luận của bậc trí thức, vì có tính cách buông xuôi. Nếu cho là ngẫu nhiên may rủi, tức không công nhận có đời sống trước, không công nhận có đời sống sau, tức không công nhận nhân quả. Đời sống chỉ bắt đầu từ lúc sinh ra và đời sống chấm dứt chẳng còn gì khi thở ra lần cuối. Như vậy, những người này sẽ sống vội vã để thụ hưởng và là những kẻ giành giật làm cho xã hội mất đi sự công bằng, tạo nên khủng hoảng xã hội, và tội ác sẽ đầy rẫy khắp nơi không thể nào dập tắt được.

Hơn nữa, nếu công nhận ngẫu nhiên may rủi, không thể giải thích được về trí tuệ của những người có cùng một sở thích sống trong cùng một hoàn cảnh, mà tính khí người này lại khác với người kia. Tại sao vậy? Và thuyết ngẫu nhiên may rủi không thể giải thích được trường hợp "Thần đồng" cùng trong môi trường sống của một xã hội nhưng lại xuất chúng về tài năng.

3)- Thuyết khổ hạnh:

Có người chủ trương chỉ có khổ hạnh mới trừ hết tội lỗi đã gây ra. Họ dùng những cách hành hạ xác thân như tự đánh đập mình, chỉ đứng một chân, phơi nắng chống tay chổng chân lên trời, nằm trên sỏi trên gai, ăn cỏ v.v… Họ cho rằng chỉ có khổ hạnh mới diệt hết được nghiệp đã gây và được giải thoát an vui. Nhưng những người này không biết nghiệp quá khứ họ đã làm gì gây tội. Họ cũng không biết cần phải tu loại khổ hạnh nào trong bao lâu để dứt khổ và được giải thoát. Họ đã thực hành dựa trên sự không biết, nên chẳng biết kết quả sẽ ra sao? Họ cũng không biết rằng nghiệp báo nhân quả thuộc tinh thần mà họ đầy đọa xác thân thuộc vật chất, thì làm sao gột rửa được nghiệp báo?

4)- Thuyết của Khoa học:

Các nhà Khoa học dựa vào sư quan sát của năm giác quan để giải thích về sự chênh lệch giữa người này và người kia. Họ cho rằng sự chênh lệch là do nguyên nhân vật lý, hóa học, tổng hợp, truyền thống, xã hội.

Nhà sinh lý học Julien Huxley nêu ra những đơn vị sinh lý gọi là "Gene", tế bào cực nhỏ có ảnh hưởng đến cấu trúc của cơ thể con người mà họ tìm thấy trong tinh trùng của người cha truyền cho con. Tế bào cực nhỏ này có ảnh hưởng đến tuổi thọ, sức khỏe, thông minh con người. Tuy nhiên về tinh thần phức tạp, không thể chứng minh cụ thể, và không thể xác nhận rõ ràng như về thể chất.

Thành ra, giải thích về hiện tượng lý hóa chỉ đúng một phần về thể chất chứ không đúng hẳn. Còn về tinh thần lại càng mù mịt không rõ ràng. Vì sao? Vì nhà Khoa học không thể giải thích được trường hợp hai trẻ sinh đôi có cùng một thứ gene của cha mẹ, cùng một môi trường như nhau, dù giống nhau nhưng vẫn có điểm khác nhau. Nhất là tính nết mỗi đứa trẻ một khác nhau, tại sao thế? Ngay cả khi cha hoặc mẹ có một bệnh kinh niên nào đó, khi sinh con hoàn toàn khỏe mạnh không có bệnh ấy. Khoa học không giải thích được.

Về truyền thống gia đình không thể giải thích được sự khác biệt tính nết giữa các người trong gia đình nhiều khi trái ngược nhau. Cũng không giải thích được do đâu có những thần đồng, vĩ nhân, mà người trong gia đình của thần đồng vĩ nhân không có, kể cả các thế hệ trước hay thế hệ sau cũng không có đặc tính thần đồng vĩ nhân ấy. Vì vậy thuyết truyền thống cũng không đứng vững.

5)- Thuyết Nghiệp báo của Phật giáo:

Rất may có thuyết "nghiệp báo nhân quả" của Phật giáo giải thích từng chi tiết tỷ mỉ qua qúa trình nhiều kiếp liên

tiếp. Luật nghiệp báo nhân quả là một chân lý của sự thật, nó tương đương với chân lý về khổ, chân lý về vô thường. Tuy nhiên nó thuộc lãnh vực cao hơn, phức tạp hơn, mà ai hiểu được, thấy được, người này có đủ chính kiến để sống an vui.

Đức Phật không công nhận thuyết cho rằng có một vị Chủ tể duy nhất toàn trí toàn năng tối thượng. Phật giáo bác bỏ quan điểm cho rằng có một linh hồn trường cửu được tạo nên bởi sự ngẫu nhiên và độc đoán. Phật giáo nêu lên định luật chân lý thiên nhiên, không phải là một đấng Thượng Đế toàn năng hay một đức Phật toàn năng tạo nên. Theo định luật chân lý thiên nhiên thì mỗi hành động đều gây nên một phản ứng tương xứng, mà người đời lầm tưởng là một sự ban ơn hay trừng phạt.

Phật giáo bác bỏ thuyết ngẫu nhiên may rủi, và chỉ công nhận một phần thuyết về truyền thống và giới thân cận giáo hóa của khoa học mà thôi. Phật giáo bổ khuyết cho sự thiếu sót bằng luật nghiệp báo nhân quả, tức là tổng hợp hết các hành động của một người trong qúa khứ và hiện tại. Chính ta phải chịu trách nhiệm về những hành động của ta mà được an vui hay đau khổ. Chính ta tạo thiên đường hay địa ngục cho ta, chính ta tạo tương lai cho ta. Không ai có thể quyết định được tương lai của ta qua các hành vi tạo tác.

Thời Phật còn tại thế, một hôm có một thanh niên đến hỏi Ngài về sự khác biệt giữa người nọ và người kia, đức Phật trả lời: "Tất cả mọi người đều mang theo cái nghiệp của chính mình như một di sản, như vật di truyền, như người chí thân, như chỗ nương tựa. Chính vì cái nghiệp riêng của mỗi người mỗi khác, nên mới có sự khác biệt giữa người nọ và người kia".

Do sự khác biệt giữa các nghiệp của mỗi chúng sinh, nên người sống thọ kẻ chết yểu, người giàu sang kẻ nghèo khổ, người đẹp đẽ thông minh kẻ xấu xí đần độn, người được tôn trọng kẻ bị khinh khi, người có quyền cao sai bảo kẻ phải hầu hạ vâng làm v.v…

Chính do nghiệp chuyển mà chúng sanh luân chuyển tồn tại không ngừng trong sáu cõi. Do nghiệp chuyển mà chúng sinh được tôn vinh sung sướng hay bị chê bai khổ sở. Do nghiệp chuyển chúng sinh vướng mắc cấu hợp với nhau, xoay vần như bánh xe quay mãi mãi.

VII)- Nghiệp chuyển nên tái sinh.

Theo khoa học, con người do cha mẹ sinh ra, nên trước đời sống có đời sống. Nhưng khoa học không thể giải thích người đầu tiên ở đâu ra.

Đối với Phật giáo chủ trương thời gian "vô thủy vô chung" (không có khởi đầu, cũng không có sau cùng), về không gian "vô biên" (không gian vô tận, không có biên giới). Chúng sinh như những dây chuỗi vô tận. Chính do hành động tạo nghiệp của ta trong quá khứ tạo điều kiện tái sinh. Chính thần thức mang theo nghiệp gá vào tinh cha huyết (trứng) mẹ, nên có nguồn sống cho bào thai. Chính nghiệp lực vô hình từ quá khứ là hiện tượng tâm linh tạo cơ hội cho "tế bào mầm" nẩy nở phát triển khi đủ nhân duyên. Nó là chủng tử là mầm sống. Đừng hiểu lầm đây là linh hồn bất tử. Tại sao? Vì nếu là linh hồn bất tử, nó có quyền lựa chọn chỗ tốt mà đến, không thèm lựa chỗ nghèo nàn khổ sở. Còn thần thức do nghiệp đưa đẩy không có quyền lựa chọn, mà tùy nghiệp thiện ác đã làm mà phải đến nơi tương ưng lành dữ.

Sự sinh tử luân hồi giống như quả đất quay quanh mặt trời, lúc mặt trời lặn ở phiá Tây châu Mỹ, là lúc mặt trời mọc ở phiá Đông châu Á. Nghĩa là một người vừa tắt

thở, sẽ có một chúng sinh khác ra đời. Nó cũng giống như làn sóng nhấp nhô trên biển cả, khi chết mất sóng, khi sinh sóng nhô lên. Vô số chúng sinh chết đi sinh ra nhấp nhô như sóng biển. Sinh tử, tử sinh của kiếp sống luân hồi mãi mãi như thế. Chỉ khi nào ái dục bị cắt đứt hoàn toàn, vô minh sạch hết mới không còn tái sinh nữa mà vào Niết Bàn an vui đời đời. Tái sinh ở đây bao gồm cả sáu cõi chứ không chỉ một cõi Người mà thôi.

1)- Do đâu tin có tái sinh?

Nghiệp tác động tạo điều kiện để tái sinh. Nghiệp qúa khứ tạo điều kiện tái sinh kiếp này. Nghiệp qúa khứ và nghiệp kiếp này tạo điều kiện tái sinh kiếp sau. Khi đang thọ quả ta lại tạo nhân, do đó nhân quả còn mãi mãi.

Trong các Kinh đức Phật nói rất nhiều về các kiếp của chính Ngài và nhiều người khác. Nếu chúng ta đọc Kinh sách của Phật giáo sẽ thấy chuyện tái sinh đầy rẫy. Theo dõi báo chí thỉnh thoảng chúng ta cũng thấy nêu lên chuyện có người nhớ được tiền kiếp của mình, và sự tái sinh của các vị Lạt Ma Tây Tạng. Thiết tưởng chuyện tái sinh ngày nay coi như việc bình thường, không còn mấy người ngạc nhiên hay thắc mắc nữa.

Bác Sĩ Edgar Casey tại Hoa Kỳ vào đầu thế kỷ thứ 20 mà nhiều người đã biết. Ông chuyên bắt mạch định bệnh bằng thiền định và dùng mắt thần để nhìn các kiếp trước của bệnh nhân, mà người ta gọi là dùng "thôi miên" để nhìn xem người bệnh đã trải qua các kiếp trước như thế nào để định bệnh cho bệnh nhân và chữa trị trong mấy chục nghìn trường hợp, mà hiện hồ sơ còn được lưu giữ.

Bác sĩ Edgar Casey có dùng thuốc chữa trị cho bệnh nhân, nhưng rất ít. Ông thường bảo bệnh nhân tu sửa lối sống, tu sửa nội tâm, và làm việc thiện để tự chữa bệnh. Những bệnh nhân tin tưởng làm theo đều có kết quả cụ

thể. Nhưng có những trường hợp ông cho biết bệnh không thể hết vì nghiệp qúa nặng, không thể cứu vãn dù có gia tăng phúc đức hiện tại cũng chỉ được hưởng ở kiếp sau, chứ kiếp này không thể làm gì hơn được nữa. Cũng như quả ác đã chín mùi rồi phải lĩnh thụ đền trả nghiệp xưa.

Không thể giải thích hiện tượng thần đồng, nếu ta không giải thích bằng nghiệp báo tái sinh luân hồi của một em bé mới hai ba tuổi đã nói được nhiều thứ tiếng ngoại quốc. Chỉ có thể giải thích rằng em bé kiếp trước đã là người được học nói nhiều thứ tiếng ngoại quốc mà thôi.

2)- Những trường hợp gây nghiệp xấu:

Như đã nói ở trên về các nghiệp ác, chúng ta xét thêm vài trường hợp đặc biệt gây nghiệp xấu như:

1- Hứa hẹn: Hứa hẹn mà không giữ lời hứa, kiếp sau sẽ bị người hứa hão lại, buôn bán gì cũng thất bại. Vậy kiếp này chúng ta hãy tập giữ lời hứa, cố ghi nhớ lời hứa. Vì hứa là làm cho người hy vọng vào ta, rồi không làm theo lời hứa, tức là làm cho người thất vọng buồn rầu. Hơn nữa, ta nên làm gấp hai gấp ba lời hứa, thì nghiệp báo đời sau sẽ gấp lên hai ba chục lần, vô cùng tốt đẹp.

2- Phỉ báng: Phỉ báng, nói xấu, hay nhục mạ người khác đưa đến kiếp sau làm người thấp hèn, mắc bệnh lở lói hôi hám xấu xa. Nếu phỉ báng bậc Thánh tội đọa Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sinh. Khi được trở lại làm người là người bị một trong bệnh tật: méo miệng, sứt môi, câm, ngọng, cùi hủi. Muốn tránh những quả báo ấy, chúng ta nên hướng tâm về chư Phật và chư Bồ Tát khởi lên niềm tôn kính vô biên. Chúng ta cũng nên có tâm thương yêu kính trọng mọi người. Ngoài ra đối với mọi loài, chúng ta

cũng trải lòng thương vô bờ bến, phúc đức dần dần sẽ tới với chúng ta vô lượng vậy.

3)- Nhiệp quả tái sinh có thể giải thích:

Thuyết nhân qủa nghiệp báo và tái sinh có thể giải thích:

- Sự khác biệt giữa người nọ và người kia.
- Sự xuất hiện của thần đồng và vĩ nhân.
- Hai trẻ sinh đôi có cá tính khác biệt.
- Trẻ con tự nhiên có tật xấu như tham, sân, si v.v…
- Tại sao mỗi người đều có tính xấu và tính tốt.
- Tại sao có người sung sướng, có người đau khổ. . . .

VIII)- Hóa giải nghiệp xấu:

Một số người lầm tưởng chỉ cần tu thiền định hay niệm Phật, không cần để ý đến mười điều lành (là ba điều về thân, bốn đều về miệng, và ba điều về ý) phải thực hành, hay giữ năm giới. Nếu không giữ gìn sẽ không dễ dàng yên ổn để tu Thiền hay Tịnh, mà bị các nghiệp quấy phá như nghèo túng phải làm việc cực nhọc, bệnh hoạn, ngứa ngáy, buồn ngủ, tê chân ngồi thiền không được v.v… và bị sống trong không tiện lợi cho việc tu hành. Ngoài việc giữ giới, hóa giải nghiệp xấu còn có::

1)- Làm các việc phúc đức: Như:

1- Bố thí với tâm trong sạch, không ganh tị, không khoe khoang hẹp hòi. Bố thí thể hiện chân thật của tình thương, không ở miệng lưỡi, mà ở cử chỉ và hành động.

2- Phóng sinh chim**,** cá, ốc, cua, tôm, sò, hến, v.v… hóa giải ngục tù, hóa giải mạng sống đang bị đe dọa bởi bệnh nan y. Người không nghiệp sát sinh, mà phóng sinh được hưởng sự bình an lại sống thọ, không bị bức bách bởi bệnh khổ.

3- Đã có vị Thầy chữa bệnh nan y bằng cách yêu cầu bệnh nhân viết mười điều lành trên mười tờ giấy, rồi bệnh nhân đưa cho mười người thân hữu, mỗi người cũng làm tương tự như thế để có 100 người thực hành mười điều lành để hồi hướng công đức làm lành ấy cho người bệnh. Người bệnh đã giải trừ được bệnh nan y do nghiệp ác gây ra, và còn có lợi về lâu về dài của 100 người ấy nữa.

2)- Duyên hỗ trợ và duyên cản trở nghiệp:

1- Duyên hỗ trợ làm cho nghiệp qủa dễ sinh, thuận lợi cho quả trổ. Như sinh vào gia đình giàu có tiền của làm cho quả lành dễ phát sinh, vì được ăn học nên đỗ đạt hiển vinh v v…

2- Duyên cản trở làm cho nghiệp báo không phát ra được. Như sinh vào gia đình nghèo quả lành không phát sinh được, vì không tiền ăn học, nên không đỗ đạt hiển vinh, khó giàu có được v.v…

Dung mạo cũng là yếu tố quan trọng làm cho một người thành công hay thất bại. Một người đẹp đẽ tuy nghèo nhưng vẫn được cảm tình của những người khác, ngược lại một người xấu dễ gây ác cảm với người đối diện.

Dù không hoàn toàn lệ thuộc nghiệp, nhưng ta cũng không hoàn toàn làm chủ được mình. Những yếu tố trợ duyên hay phản duyên sẽ ảnh hưởng đến nghiệp do sự tái sinh. Do nghiệp hỗ trợ hay nghiệp cản trở, mà có thể một người làm ác khi chết sinh vào chỗ tốt lành, một người làm thiện khi chết sinh vào chỗ dữ. Khi gặp sự gì xảy đến, chúng ta phải nhận định rằng mình đang gặt quả mà mình đã gieo, đang hưởng hay trả nợ trong qúa khứ. Nhưng chúng ta không nên hưởng hết phúc cũ mà phải

tạo thêm phúc mới; chúng ta cũng phải cố gắng diệt trừ nợ xấu bằng cách gieo giống tốt để có tương lai tốt đẹp.

IX)- Nghiệp không giống định mệnh:

Nguyên nhân sự chênh lệch khác biệt giữa người này và người kia là do nghiệp, nhưng không phải hoàn toàn như vậy. Nếu tạo nghiệp gì phải chịu quả ấy cũng giống như thuyết "định mệnh an bài", mọi sự đã được định sẵn, có sẵn số phận, không thể thay đổi được. Tất cả phải tuân theo, tất cả phải gánh chịu theo "số mệnh", không một ai được tự mình cải thiện đời sống hiện tại và tương lai của mình.

Nếu tin vào một vị Chủ tể có toàn quyền định đoạt số phận của ta, và ta phải tuân theo, cũng giống như tin rằng Nghiệp tạo ra số phận của ta, ta phải tuân theo không thể chống cãi lại được.

Tuy nhiên thuyết nghiệp báo nhân quả của Phật giáo không phải với ý nghiã cứng ngắc như thế. Tại sao? Vì tùy vào nhân duyên liên quan để phát triển nhân quả như sau:

1- Môi trường: Nhân duyên liên quan đến môi trường như thời tiết nóng lạnh, nắng mưa, bão tuyết v.v…

2- Vật thể: Nhân duyên liên quan đến vật thể là giống nào có dòng ấy như hột lúa sinh cây lúa, hột cam sinh cây cam v.v… Việc này liên quan tới tế bào cực nhỏ (gene) mà các nhà khoa học đã khám phá ra.

3- Hành động: Nhân duyên liên quan đến hành động thiện hoặc ác đưa đến quả báo lành hoặc dữ. Đây là luật tự nhiên, chứ không phải là thưởng hay phạt, mà nhiều người lầm tưởng có bàn tay của một vị Tối cao.

4- Hấp lực: Nhân duyên liên quan đến hấp lực trong vũ trụ, sức hút của mặt trời, trái đất, mặt trăng v.v… Như

khi Bồ Tát muốn thị hiện mà vào thai mẹ để sinh ra và giáo hóa chúng sinh.

5- Tâm thức: Nhân duyên liên quan đến tâm thức như thần giao cách cảm, tâm lực, huệ nhãn, huệ nhĩ, tha tâm thông v.v… mà khoa học chưa giải thích được.

Do năm nguyên tắc trên, Phật giáo có thể giải thích tất cả các hiện tượng vật lý, sinh lý, và tâm lý trong vũ trụ. Năm nguyên tắc trên không do một oai lực thiêng liêng nào tạo nên cả.

Đúng là làm thiện hưởng quả lành, làm ác hưởng quả dữ, nhưng không hẳn đúng là như vậy. Nếu ta biết rằng ta đã làm ác, và ta cố ý tạo việc thiện khác để hóa giải làm dịu nghiệp lực ác. Chúng ta có đủ năng lực để chuyển cái nghiệp ác thành vô hiệu, nhiều hay ít là tùy ta làm được nhiều hay ít việc thiện. Nó tùy thuộc ở ta và hành động thiện của ta. Do đó, ta sẽ không bị nghiệp trói buộc như "định mệnh, số phận an bài", hay "tiền định" do một oai lực huyền bí định đoạt mà ta không thể sửa đổi được

Ta phải đặt tất cả lòng tin nơi ta, tạo an vui cho ta và cho tất cả. Tin tưởng sự tinh tấn nơi ta, không đặt lòng tin nơi nào khác, vì chỉ có ta mới mang lại hạnh phúc cho ta mà thôi. Chính ta là người xây dựng hay phá đổ tương lai của ta. Chính ta tạo thiên đường cho ta, và cũng chính ta tạo địa ngục cho ta, hoàn toàn tùy thuộc nơi ta. Chính những ý nghĩ, lời nói, việc làm của ta đưa đến nghiệp quả tốt xấu cho tương lai của ta.

Bởi vậy sự cố gắng làm lành tránh làm ác của mỗi người là quan trọng hơn cả, vì ta có thể tạo nghiệp tốt để chuyển đổi nghiệp cũ xấu, tạo hoàn cảnh mới thuận tiện. Khi có hoàn cảnh để trợ duyên mà không cố gắng, tức bỏ lỡ cơ hội, lúc quả dữ tới dịp phát tác là ta mất cơ hội tốt rồi.

X)- Kết luận về nghiệp quả.

Nghiệp báo nhân quả là con đường vô hình, không thấy, nên nhiều người không tin. Đúng, vì chúng ta không mắt thấy tai nghe, và chỉ khi nào mắt thấy tai nghe chúng ta mới tin. Nhưng, qua lịch sử đã chứng minh, có những sự mắt thấy rõ ràng mà lại sai lầm. Như hồi thế kỷ thứ mười sáu tại Âu châu, người ta thấy rõ ràng mặt trời và tất cả tinh tú quay quanh trái đất. Mặt đất trông như một mặt phẳng. Nên mọi người bảo là chỗ chúng ta ở là trung tâm vũ trụ, tất cả mặt trời, mặt trăng, và các tinh tú có nhiệm vụ xoay vòng chung quanh nó v.v…Vì vấn đề này, nên đã làm khổ một số người, trong đó có các nhà khoa học vì đã nói rằng: "Không phải như thế, mà quả đất quay quanh mặt trời". Nhưng họ cho rằng đó là lời của "tà giáo dị giáo", vì không đúng với mắt họ thấy và nhất là đi ngược lại Kinh sách của họ. Phải đợi mãi vài trăm năm về sau mọi người mới tin các nhà khoa học đúng, thì đã lỡ muộn mất rồi!

Đây là vật chất, vật thể, nhìn thấy được, mà còn nhìn sai, huống là vô hình không thấy như nghiệp báo nhân quả. Nhưng chúng ta yên tâm tin tưởng vì đã nói ra bởi đức Phật, một bậc toàn giác, biết tất cả sự thật trong vũ trụ. Lại nữa biết bao nhiêu trường hợp của những người nhớ được kiếp trước nên đã chứng minh nghiệp báo nhân quả tái sinh là có thật.

Một vấn đề được đặt ra, đó là có người cả đời hiền lành lại hay bị tai ương, đời sống ngắn ngủi, như bị tai nạn, nước, lửa, thiên tai, hay bệnh rồi phải qua đời, tại sao? Vì nghiệp qúa khứ thường do từ sát sinh, qúa nặng. Đáng lẽ phải trả trong ác đạo, nhưng vì một nghiệp thiện nào đó người này đã không bị đọa vào cõi dữ, và đời này ăn ở đạo đức nhưng vẫn bị tai ương chết yểu. Đó là do nghiệp

nặng cũ hoành hành, nếu người ấy không ăn hiền ở lành, còn bị nặng hơn nữa. Nhờ có đạo đức nên đã vơi đi phần nào, và kiếp sau sẽ được giàu sang tốt đẹp hơn. Còn kẻ làm ác lại nhởn nhơ khỏe mạnh giàu có, vì họ hưởng phúc từ đời trước. Đã hưởng hết phúc lại tạo ác, đời sau chắc chắn họ sẽ phải sống đời tương ưng trong khổ sở. Vì vấn đề phức tạp này của nghiệp báo nhân quả, mà nhiều không hiểu, không tin.

Trong một nước, người đứng đầu rất quan trọng. Cũng như một đàn trâu rừng, con đầu đàn hướng dẫn đàn trâu lội qua một khúc sông khúc suối. Nếu nó biết lựa chọn, nó quan sát kỹ càng lựa chỗ tốt để dẫn cả đàn trâu qua một cách êm xuôi dễ dàng. Nếu nó không biết quan sát lựa chọn, nó sẽ dẫn đàn trâu vào nguy hiểm như bị nước cuốn, ghềnh đá mấp mô, hoặc gặp đàn cá sấu giết hại ăn thịt. Người đứng đầu một nước, một vùng, một khu cũng vậy, phải đủ đức tính của một người lãnh đạo như thông minh, biết nhiều, khỏe mạnh, đạo đức. Lại biết thương dân, vì dân, công bằng, liêm chính, biết dùng người tài giỏi trong mỗi ngành chuyên môn v.v….Người lãnh đạo còn phải sống gương mẫu cho người dân bắt chước sống theo. Từ thái độ sống của người dân sẽ ảnh hưởng đến đời sống vui khổ của họ.

Tóm lại, đức Phật dạy:

"Nếu nói "Người nào làm nghiệp gì phải chịu quả báo cố định như thế", nếu sự kiện đúng như vậy thì không có sự tu hành, không có cơ hội để đoạn diệt đau khổ.

Nếu "Người gây nghiệp thế nào tức là có tội thế ấy", nếu như vậy thì có sự tu hành, có cơ hội để diệt đau khổ.

Ở đây, có người không tu tập về thân, về giới, về tâm, vị kỷ (vì mình), nhỏ nhen; người như vậy, dù có làm nghiệp ác nhỏ cũng đủ đưa vào Địa ngục.

Còn người có tu tập về thân, về giới, về tuệ, không vị kỷ, không nhỏ nhen; người như vậy dù có làm việc ác nhỏ tương tự, ngay trong hiện tại, một chút khổ báo cũng không có, huống là nói nhiều ư?

Ví như bỏ một nắm muối vào một bát nước nhỏ, nước đó sẽ mặn, còn bỏ nắm muối vào một dòng sông, nước sông không thể mặn được. Sự kiện là như vậy, có tu hành là có cơ hội diệt khổ".

Nhân quả nghiệp báo là có, nhưng nếu tu hành giữ giới làm lành tránh ác, nghiệp ác sẽ rửa được. Cho tới khi tu hành đắc đạo, nghiệp báo sẽ hết luôn. Mọi người từ vô thủy tới giờ đã tạo biết bao nhiêu tội lỗi, gây biết bao nhiêu nghiệp chồng chất. Vì thế cho nên, kể từ ngày hôm nay ta bắt đầu làm nhiều việc thiện, giữ giới trong sạch từ thân miệng ý đều phải kiểm soát trong mỗi ngôn ngữ cử chỉ hành động. Đó là ta bắt đầu tích chứa đầy nước công đức trong một dòng sông, dù nghiệp ác cũ có nhiều nặng như cả tấn muối cũng không thể làm mặn một dòng sông đầy nước công đức.

Nghiệp báo nhân quả là căn bản cho đời sống con người. Nếu mọi xã hội đều được giảng dạy môn "Nghiệp báo nhân quả", nó bao gồm cả "Đạo đức học" và "Xã hội học". Chúng ta không còn phải giáo huấn các tù nhân, chỉ còn ít người phạm pháp, không cần nhiều nhà tù, không cần nhiều người trông coi gìn giữ trật tự nữa v.v…Vì các thế hệ trẻ hiểu được luật nghiệp báo nhân quả rồi sẽ cố gắng làm lành tránh ác. Dần dần tới khi mọi người đều hiểu được sự lợi ích của làm thiện, và sự tai hại của việc làm ác, sẽ đều làm mười điều lành một cách tự nguyện tự giác. Lúc bấy giờ thế giới này sẽ là thế giới an lạc vậy., .

Ăn chay

(Trích dẫn tham khảo: Phật Học Phổ Thông quyển 1 từ trang 143 đến 156. Nguồn Gốc Loài Người từ trang 216 đến 250)

Ăn chay là ăn các loại hạt như gạo, mì, mạch, ngô, các loại hoa lá cây, các loại rau đậu, các loại củ qủa. Ăn chay là không ăn những món ăn thuộc các loài động vật, từ to lớn tới các loài nhỏ bé, như trâu bò lợn gà cá tôm cua sò ốc v.v… Vì tất cả các loài đều là hữu tình, biết thích sống sợ chết cũng như con người, như khi ta bắt bất cứ một con vật nào chúng đều tìm cách chạy trốn, khi ta giết bất cứ con vật nào chúng đều sợ hãi, kêu la, dẫy dụa v.v…

Ăn chay không phải là đổi món ăn cho ngon miệng, cũng không phải là cách ăn kiêng cữ do Bác sĩ, thầy thuốc dặn bảo, mà là một cách tu hành.

Đức Phật có lần nói: "**Sự sống sống bằng sự chết**" nghĩa là ta giết chết các chúng sanh khác để ăn cho ta được sống khỏe, vì sự sống của ta mà có sự chết của các loài khác.

Hãy suy nghĩ thử xem, từ khi sinh ra, lớn lên đến giờ, để được sống mỗi người đã làm chết biết bao nhiêu sinh vật? Lúc còn bé tuy chưa biết ăn, nhưng ta bú sữa mẹ, mà sữa mẹ là do đã ăn các sinh vật cùng cơm gạo tạo thành, rồi ta ăn cơm gạo cùng thịt cá từ bé đến bây giờ đã gây tang tóc cho biết bao sinh vật. Đó là chưa nói tới những kẻ không có lương tâm giết để thích thú như đi săn đi câu, giết để được tiền tài, danh vọng v.v…

Tại sao ta phải giết chết chúng sanh khác để ăn trong khi ta không cần giết các sinh vật vẫn có cái cho ta ăn, đầy rẫy thảo mộc cho ta ăn, lại giữ được sức khỏe cho ta?

Có phải "vì ta" một cách bất công qúa đáng, nên ta mới thờ ơ không cần biết tới sự khổ chết của các sinh vật?

Nếu sự sống của con người không làm chết các sinh vật khác, mà ta vẫn sống, cuộc đời đẹp đẽ biết bao.

I)- Lý do nào con người giết sinh vật để ăn?

Từ thuở tái lập địa, loài người được sinh ra đầu tiên, rồi các thứ nấm xuất hiện, sau đó các loại cây có hạt, tới cỏ cây, và sau tới các sinh vật hiện diện trên thế gian này (xin xem quyển Nguồn Gốc Loài Người cùng tên tác giả). Lúc đầu, loài người chỉ ăn các loại nấm, hạt, hoa, lá, củ, quả, cây, nghĩa là chỉ ăn thức ăn bằng thực vật mà thôi, nhưng dần dần con người ăn thịt cá là do:

1)- Bắt chước các loài dã thú ăn thịt:

Khi súc sinh xuất hiện, có những loài ăn thịt, con người thấy các loài ấy ăn thịt, cá, nên bắt chước ăn.

2)- Các thức ăn bằng thực vật khan hiếm:

Khi các thức ăn bằng thực vật khan hiếm, không đủ cho con người ăn, nên đã ăn các loài động vật.

3)- Có cảm tưởng khỏe mạnh khi ăn thịt:

Khi con người ăn thịt các loài động vật, họ cảm thấy khỏe mạnh, mặc dù họ chưa ý thức được sự sai trái trong vấn đề gây nghiệp, và chưa biết những tai hại lâu dài của nó cho sức khỏe như các nhà Khoa học đã khám phá ra.

Bởi vậy, ngày nay với đà văn minh của con người, chúng ta đã hiểu mọi vấn đề, với kỹ thuật trồng trọt tân tiến, có đủ các loại hạt và thảo mộc cho chúng ta ăn. Lại được đức Phật khai thị cho ta đường ngay lẽ phải, được các nhà Khoa học thí nghiệm, phân tích tỉ mỉ lợi của ăn chay và hại của ăn thịt như thế, thiết tưởng chúng ta không nên giữ tà kiến ăn thịt ấy nữa.

II)- Ăn chay thể hiện lòng từ bi bình đẳng:

1) Ăn chay thể hiện lòng từ bi:

Nếu người Phật tử không có lòng thương xót trước cảnh giết chóc, hạt giống từ bi mỗi ngày cạn dần. Ngày xưa, đức Phật đã nói: "**Nếu còn ăn chúng sanh thì còn phạm giới sát sinh, dù trực tiếp hay gián tiếp cũng làm ung thối hạt giống từ bi bình đẳng, không thể tu hành thành Phật được".**

Người Phật tử không vì lý do gì mà không thực hành công đức từ bi trong đời sống của mình từ ý nghĩ đến ăn uống. Nếu vì muốn sướng miệng mà nhẫn tâm nhìn cảnh chặt đầu moi ruột, đập chết lột da những con vật hiền lành vô tội; nhẫn tâm bịt mắt làm ngơ, giả điếc không nghe tiếng những con vật kêu la thảm thiết, giãy chết trước những bàn tay tử thần của con người, sao gọi được là người Phật tử?

2)- Ăn chay thể hiện lòng bình đẳng:

Tất cả chúng sanh đều có Phật tánh như nhau, ta không nên phân biệt người và vật khác nhau, các loài vật đều có tri giác, cũng có sự thông minh về một phương diện nào đó, chỉ là mang thân hình súc vật mà phải như thế. Con người khi đầu thai làm các loài ấy cũng như vậy không hơn không kém, khi súc vật sinh trở thành người cũng là người như mọi người. Có người chủ trương rằng: "Trời sinh ra sinh vật là để phục vụ con người, con người có toàn quyền hành hạ giết bỏ hay làm món ăn v.v…" Chủ trương hành động này là không có lòng từ bi bình đẳng, người có ý nghĩ hành động ác sẽ tạo nghiệp xấu. Quan niệm "Vật dưỡng nhân", vật nuôi người, rất sai lầm vì bảo thủ cái "ta", ích kỉ ngạo mạn, gây bất bình đẳng, không có lòng nhân từ giữa người và vật, là vô minh

III)- Ăn chay tránh nghiệp báo, bệnh tật:

1)- Ăn chay tránh nghi ệp báo:

Ăn thịt nợ thịt, giết mạng đền mạng không thể tránh được ở kiếp sau, Đức Phật dạy trong Kinh Lăng Nghiêm: "Hễ giết mạng phải trả mạng, tâm giết hại chẳng dứt trừ không thể nào ra khỏi khổ não được".

Có người nói: "Cỏ cây cũng có đời sống, tại sao ta không nên giết hại các sinh vật mà lại giết hại cây cối được?". Đúng, cây cỏ cũng có đời sống, nhưng cây cỏ không có cảm giác, không có ý thức muốn sống, sợ chết, đau khổ, sợ hãi, vui buồn như các sinh vật. Con người là một sinh vật có tri thức cao, được đánh giá cao hơn các loài sinh vật. Vì vậy việc gây nghiệp sát sinh con người nặng hơn đối với nghiệp sát sinh súc vật là vậy. Vì cỏ cây không có cảm giác tri giác, nên việc cắt cây cỏ không gây sợ hãi đau khổ cho cây cỏ, do đó Phật nói ăn hoa, lá, củ, quả của cây không gây nghiệp báo.

Một câu hỏi đặt ra: "Khi một người bị bệnh do vi trùng gây ra, nếu dùng thuốc diệt trừ vi trùng, Bác Sĩ cho toa trị bệnh và người uống thuốc có gây nghiệp giết sinh vật hay không? Trước hết, giết sinh vật lớn gây nghiệp lớn, giết sinh vật nhỏ gây nghiệp nhỏ, nhưng Bác sĩ có bao nhiêu phước đức cứu người. Cái phúc đúc cứu người có dư thừa để trả cho nghiệp giết hại vi trùng nhỏ bé. Bệnh nhân nghe lời Bác sĩ uống thuốc để giết vi trùng, đây chỉ là tòng phạm không phải chính phạm nên tội rất nhẹ. Do đó cả Bác sĩ và bệnh nhân đều không mang nghiệp đúng với ý nghiã của nó.

2)- Ăn chay tránh bệnh tật:

Các nhà khoa học nghiên cứu chất dinh dưỡng đều đồng ý: Không chỉ trong thịt cá mới có chất dinh dưỡng, mà trong các loại rau đậu củ qủa cũng có đủ các chất dinh dưỡng cần thiết cho con người, và đều đồng ý rằng trong các chất thịt tôm cua v.v… là nguồn gốc gây ra

bệnh như bệnh cao mỡ, bệnh áp huyết cao, bệnh dị ứng, bệnh tim mạch, bệnh ung thư v.v… Vì vấn đề ăn mà con người tự tạo bệnh cho mình mà chẳng hay biết, một bằng chứng là rau đậu và các loại thực vật để lâu thì héo úa, ung thiu ít mùi hôi. Còn thịt cá để lâu thành bầm thối sinh ròi bọ, mùi hôi tanh thối tha nồng nặc chịu không nổi. Ăn rau đậu hoa qủa, trong người cảm thấy nhẹ nhàng thơm tho, còn ăn thịt cá thấy hôi tanh và cơ thể nặng nề. Cũng vì thế mà khi nấu nướng người ta thường cho gia vị để làm át mùi tanh hôi của thịt cá đi mà ai cũng nhận biết sự thật là như thế.

Khi các con vật có bệnh nọ bệnh kia mà ta không biết, rủi ăn thịt các con vật ấy, sẽ mang bệnh vào người. Ngoài ra, lúc các con vật bị giết thường rất tức giận kêu la phản đối, nhất là các con vật to lớn, trong khi tức giận, nó tiết ra một chất độc, chất độc này ở trong máu và các thớ thịt của nó. Ăn thịt ấy sẽ bị nhiễm độc, nếu chất độc hay bệnh của con vật chưa đủ sức phát tác trong cơ thể ta, chất độc hay bệnh ấy sẽ tồn đọng lại đó chờ khi đầy đủ nhân duyên sẽ phát sinh tấn công một bộ phận nào yếu nhất trong người, lúc ấy khó mà cứu chữa!. Các **Bác sĩ Soteyko và Varia Kiplami** nói: “Trong các thứ thịt có nhiều chất độc có hại cho sức khỏe con người”.

Người có thành kiến sai lầm tưởng rằng chỉ có thịt cá mới đủ chất đạm cho sức khỏe con người, thật ra người ăn thịt cá không có sức chịu đựng dẻo dai bằng người ăn chay. **Irwin Fisher**, **Giáo sư đại học Yale Hoa Kỳ** sau nhiều năm nghiên cứu thí nghiệm đã tuyên bố: “Ăn thịt hay ăn những sinh vật có nhiều chất đạm, sẽ làm cho con người không đủ sức chịu nhọc, không khác nào như người uống rượu tưởng là mạnh, nhưng thực ra rất yếu”. Một **Khoa học gia tên White** tuyên bố: “Các thứ bột,

trái cây, đậu, rau cải là những thức ăn đầy rẫy mà thiên nhiên dành để nuôi sống chúng ta, các thứ ấy nấu nướng giản dị, rất hợp vệ sinh, lại bổ dưỡng. Nó làm cho thân thể chúng ta tráng kiện, tinh thần minh mẫn, lại tránh được bao nhiêu thứ bệnh tật”.

Một bằng chứng cho thấy một số động vật chỉ ăn cỏ hoặc lá cây, có thân hình thật to lớn lại khoẻ như voi, trâu, bò, ngựa, dê, v.v…, chúng chẳng bao giờ ăn thịt cá cả, tại sao chúng lại to lớn khoẻ mạnh như thế ?

IV)- Ăn chay hợp với cấu tạo con người

Con người cũng như muôn loài khi được sinh ra đều có những đặc thù riêng biệt cho mỗi loài. Cách cấu trúc để sinh tồn và hoạt động của mỗi loài cũng khác nhau, nhưng cũng có một số điểm cấu trúc trùng hợp tương đồng giữa loài này và loài kia. Chúng ta thử phân tích những điểm tương đồng và dị biệt giữa những loài ăn thịt và loài ăn cỏ, lá, hoa qủa và so sánh với loài người xem chúng giống và khác con người ở chỗ nào?

1)- Về cấu trúc của răng và móng: Loài ăn thịt như sư tử, hổ (cọp), báo (beo), gấu, v.v…, các loài này có răng nanh rất dài, nhọn, và sắc. Tất cả các loại trên đều có móng chân rất cứng, cong, dài, nhọn, sắc. Khi dùng miệng cắn, móng vuốt chụp bắt trúng con mồi, con mồi khó mà thoát khỏi. Chúng dùng răng nanh cắn vào há ra, dùng móng vuốt để giữ, răng nanh cắn vào để lôi xé, và nuốt luôn không cần nhai vì chúng không có răng hàm bằng phẳng để nhai.

Còn loài ăn cỏ, lá như voi, bò, ngựa, dê, nai v.v… không có răng nanh và móng vuốt ghê gớm dữ tợn, chúng chỉ có răng hàm để nhai cỏ, lá, trước khi nuốt.

Đối với con người, ai cũng tự biết, răng móng của mình chẳng thể sánh được với loài hổ beo hùm sói kia, con

người lại có hàm răng với ba mươi hai chiếc răng bằng phẳng trắng nõn đẹp đẽ như thế, chỉ có thể so sánh giống như các loài ăn cỏ lá, hoa qủa mà thôi.

2)- Về cấu trúc bộ phận tiêu hóa: Các nhà khoa học cho biết đường ruột của các loài sư tử, hổ, gấu, v.v. có đường ruột rất ngắn so với thân hình của chúng, đường ruột chỉ dài gấp ba thân hình, trong khi các loài ăn lá, cỏ, qủa có đường ruột dài gấp năm sáu lần.

Đường ruột của loài người cũng tương tự như các loài ăn lá, cỏ, có đường ruột rất dài . Vì sao có sự khác biệt về đường ruột dài ngắn này?

Các nhà khoa học giải thích rằng: "Ở các loài động vật cấu xé cắn nuốt thịt cá tức thời như thế, trong dạ dày bao tử của nó tiết ra rất nhiều chất acid để tiêu hóa, mà chất acid nằm lâu trong ruột sẽ hủy hoại ruột nên ruột của các loài ấy cần phải ngắn"

3)- Tại sao con người có ruột dư? Về cấu trúc của con người còn có một điểm đặc biệt nữa là cái ruột dư, nó mọc ra nằm giữa ruột non và ruột già. Tại sao lại có khúc ruột thừa? Các nhà sinh vật học tin rằng ruột dư là vết tích từ tổ tiên thời tiền sử ăn h ạt, lá, qủa mà có.

Như thế, chúng ta thấy hàm răng và móng tay chân của chúng ta không giống các loài thú sài lang ăn thịt, trong khi cấu trúc đường ruột của chúng ta lại dài như thế, và chúng ta lại có cái ruột thừa nữa. Khi ăn thịt, chắc chắn khó tiêu vì trong dạ dày chúng ta không đủ chất acid để tiêu hóa, nếu có đủ chất acid, lại hại cho ruột vì chất acid nằm tại ruột qúa lâu, sẽ gây bệnh ở ruột. Lại nữa, trong thịt có chất độc mà ở phần trên đã nói, chất độc nằm qúa lâu ở ruột sẽ gây bệnh. Có lẽ những người bị bệnh ung thư đường tiêu hóa là do những nguyên nhân này chăng? Cũng có thể, một số người bị những chất độc do ăn thịt

đã ngấm thâm nhập vào ruột dư, lâu ngày làm cho ung thối vỡ ra mà chết nếu không kịp thời mổ cắt bỏ đi. Chúng ta đã thấy rõ ràng cấu trúc cơ thể của con người là để ăn hoa, lá, hạt, củ, qủa, ăn chay, và biết rõ ràng sự tai hại của việc ăn thịt, chúng ta còn ngần ngại gì mà chưa chịu ăn chay?

V)- Danh nhân Tây phương ăn chay:

Một số danh nhân thế giới đã kêu gọi mọi người ăn chay như sau:

01)- Pythagorus: Hơn năm trăm năm trước Dương lịch, Pythagorus nhà triết học kiêm toán học người Hy Lạp, tác giả định luật về hình học. Ông là người kêu gọi ăn chay, đặc biệt chỉ thích ăn rau cải trắng. Người ta kể rằng, nhiều lần ông cho tiền ngư phủ với điều kiện thả cá xuống biển.

02)- Platon (427- 347 BC): Giống như triết gia **Socrate** (470- 399 BC) tại thủ đô Hy Lạp ăn chay, triết gia Platon cùng là người ăn chay, đặc biệt không bao giờ mang giầy da, hoặc thắt lưng da. Ông cho rằng con người ham ăn thịt sẽ sinh thói bạo hành.

03)- Jean jack Rousseau (1812-1887) nhà đại văn hào Pháp nhận xét: "Loài động vật ăn thịt hụng bạo hơn nhiều so với loài vật ăn cỏ". Ông khuyên bậc cha mẹ phải hết sức tránh "biến trẻ nhỏ thành những kẻ ăn thịt hung tàn". Nhà tư tưởng này còn từng nhắc tới người Anh (Anglo Saxon) có thể được gọi là "tộc người ăn thịt", vì họ rất khoái "kế thừa thói dã man còn rơi rớt lại của thời hồng hoang".

04)- Richard Wagner (1813-1883) đại nhạc gia người Đức tìm thấy ăn chay làm cho tinh thần con người ít tàn bạo nhất, để dễ dàng quay trở lại với thiên đường đã mất.

05)- Leo Tol-Stoy (1828-1910) nhà đại văn hào người Nga viết cuốn "Chiến Tranh và Hòa Bình" nổi tiếng, ông kêu gọi ăn chay và chủ nghĩa hòa bình, phản đối hành vi sát sinh, cho dù với con vật nhỏ bé như con ong, con kiến. Ông nói: "Hễ có lò sát sinh là có bãi chiến trường".

06)- George Bernard Shaw (1856- 1950) nhà viết kịch và phê bình người Anh, ăn chay từ năm 25 tuổi. Được hỏi tại sao ông trẻ mãi không già, ông trả lời bởi ông cảm thấy ghê sợ chán ghét cái cảm giác "thích thú tận hưởng sự sống bị sát hại của các loài vật".

07)- Gandhi (1869-1948) nhà lãnh đạo bất bạo lực Ấn Độ từ năm 19 tuổi đã ăn chay. Ông viết năm tác phẩm bàn về vấn đề này, ông viết: "Tôi ủng hộ quan điểm: ăn thịt không thích hợp với con người". Ông cho rằng con người xuất phát từ suy xét luân lý cần phải ăn chay, ông viết: "Tôi tin rằng để nâng tinh thần con người tới tầng cao, nhất định chúng ta không thể tiếp tục tàn sát động vật anh em mình để thỏa mãn xác thịt của bản thân"

08)- Albert Einstein (1879-1955) nhà Bác học vật lý người Đức lừng danh của thế kỷ thứ hai mươi cho rằng: "Không có cái gì có thể so sánh với chủ nghĩa ăn chay về mặt sức khỏe đối với con người, còn làm tăng thêm cơ hội sinh tồn cho các loài động vật trên qủa đất"

09)- Leonardo Da Vinci (1452-1519) Nhà Thơ kiêm Danh Họa người Ý viết bút ký: "Tôi từ lâu đã bỏ thói ăn thịt, vả lại tới một ngày nào đó người ta sẽ cấm chỉ sát sinh súc vật, cũng giống như hiện nay giết người là tội ác, pháp luật không dung tha".

10)- Triết gia Snéèque nói: "Mỗi bữa ăn, người ta dùng thịt là tự đầu độc, thành thử con người tự sát ngấm ngầm mà không hay biết, do đó con người bị mạng yểu".

VI)- Chương trình ăn chay ra sao?

Ăn chay là điều cần thiết cho người Phật tử, nhưng không phải người nào cũng có thể bỏ ngay thói quen tập quán ăn thịt cá của mình để ăn chay. Vì thế có nhiều loại ăn chay, từ ít ngày dần dần tới nhiều ngày, sau cùng là ăn chay luôn, chia ra:

1- Ăn chay **1** hay **2** ngày mồng một và ngày rằm âm lịch mỗi tháng,

2- Ăn chay **4** ngày mồng một, mồng tám, ngày rằm và ngày hai mươi ba,

3- Ăn chay **6** ngày mồng một, mồng tám, mười bốn, rằm, hăm ba và ba mươi,

4- Ăn chay **10** ngày mồng một, mồng tám, mười bốn, rằm, mười tám, hăm ba, hăm bốn, hăm tám, hăm chín và ba mươi,

5- Ăn chay **một tháng** vào tháng giêng hay tháng bảy,

6- Ăn chay **hai tháng** vào tháng giêng và tháng bảy,

7- Ăn chay **ba tháng** vào tháng giêng, tháng bảy và tháng chín, hoặc ba tháng liền,

8- Ăn **chay trường**: Ăn chay mỗi ngày cho tới hết đời.

VII)- Cách ăn như thế nào?

1)- Thay đổi thức ăn: Nên thay đổi thức ăn cho đỡ ngán, chọn thức ăn có nhiều chất bổ dưỡng như cà chua, các loại đậu, các loại nấm, các loại rau cải, các loại khoai củ, các loại bầu bí, các loại qủa trái, sữa v.v…tất cả có thể cùng ăn với cơm, bánh mì, bún. Nếu thích gia vị cho thêm vào cho được đậm đà hơn.

2)- Cách nấu thức ăn: Nếu không biết nấu sẽ mất chất bổ, làm hại bộ máy tiêu hóa, lại không ngon miệng. Không nên chiên xào nhiều qúa, dầu sôi tiêu diệt sinh tố B và C, chất dầu nhiều làm cho khó tiêu, chất dầu đun nóng qúa sẽ phân hóa là một trong những nguyên nhân của bệnh ung thư. Nên ăn đồ ăn nướng không thoa dầu,

và đừng ăn đồ ăn nướng cháy (nhất là thịt các loài động vật), cũng là một trong những nguyên nhân của bệnh ung thư. Khi nấu, luộc nên đậy nắp, không cho nước nhiều qúa, không nấu luộc rừ qúa, chỉ cần sôi lên là được đối với đa số loại rau như rau cải để tránh mất chất bổ dưỡng.

Trong những ngày còn ăn mặn, nên giảm dần số lượng thịt cá, tăng dần rau qủa, cũng không nên ăn các loại trứng đã có con như hột vịt hột gà lộn (có con).

Trước mỗi khi ăn nên niệm:

Tất cả đều ăn để sống còn,
Cám ơn tôi có bữa ăn ngon,
Do công khó nhọc làm ra đó,
Nguyện mọi chúng sinh được đủ no.

VIII)- Khi ăn chay cần tránh điều gì?

1)- Không kiêu mạn vì sự ăn chay của mình, không háo danh vì được người khen ngợi.

2)- Không ăn đạm bạc sẽ làm cho hao mòn sức khỏe.

3)- Không làm thức ăn chay giả mặn, vô tình xúi dục nhắc nhở người ăn nhớ đến các món ăn mặn, làm trò cười cho thế gian, như bắp chuối luộc trộn muối vừng đậu phụng xay rau răm dầu giấm, không gọi là “nộm, gỏi” mà gọi là “gà xé phay”…

4)- Không nên dùng “ngũ vị tân” là năm thứ khi ăn vào sẽ kích thích dục vọng là hành, hẹ, tỏi, nén, cừ; không nên ăn trứng có trống.

5)- Không nên quên ngày ăn chay, nếu đã phát nguyện rồi nên ghi nhớ chuẩn bị sẵn sàng trong mọi trường hợp bất thường xảy ra.

IX)- Lợi ích của việc ăn chay:

Hiện tại, các thứ rau rẻ hơn thịt cá, nấu nướng mau chóng không cầu kỳ, ăn chay hợp với cấu trúc con người, thể hiện lòng từ bi bình đẳng. Ăn chay làm cho thân thể

thơm tho nhẹ nhàng, lại khỏe mạnh sáng suốt, ít bệnh tật, dễ tu thiền quán, đời sau không bị nghiệp qủa báo.

Kinh nghiệm nhiều người cho biết, sau khi ăn chay quen rồi, không thể nào ăn mặn được nữa vì mùi của thịt cá, cho dù có dùng gia vị khử mùi hôi tanh cũng vậy.

Các món ăn có đặc tính "Động" như thịt, cá thường đem lại các kích thích hăng hái nhất thời, xác chết thú vật gồm nhiều nguyên tử nặng nề bởi các thú tính thấp hèn không thích hợp cho việc tu hành, thanh lọc. Chỉ có các món ăn "Điều Hòa" như các thứ có khả năng tăng trưởng, chứa nhiều sự sống như ngũ cốc, củ vì nó sắp đâm mầm, nẩy lộc, các loại trái cây vốn tràn đầy nhựa sống, các loại rau cỏ lá vốn hấp thụ khí thái dương cần thiết cho một thể xác cường tráng, khỏe mạnh.

Các vị xuất gia tu hành khi đi khất thực được bố thí gì ăn thứ ấy, ngoài ra, không phân biệt tôn phái, tất cả nên ăn chay. Vì nếu ở tại am, thất, tịnh xá, chùa, được bố thí, cúng, tặng tiền, vật thực, không thể đến chợ mua thịt, cá, tôm, cua, ốc, sò v.v…về nấu ăn như người không tu ở tại gia. Nếu làm như thế là người không hiểu biết mà còn là người phỉ báng Phật pháp.

Hiện nay, trên thế giới, đã có rất nhiều người ăn chay khắp nơi, có những người ăn chay riêng rẽ, có những nhóm, những hội ăn chay ở nhiều nước từ Á, sang Âu. Đặc biệt, những người theo Ấn Độ giáo phần lớn đều ăn chay. Họ đã học được cách ăn chay bắt đầu từ ngày đức Phật giảng dạy về ăn chay và nghiệp báo sát sinh.

Đối với xã hội, người ăn chay có tâm từ bi đối với các loài rồi, đối với con người không bao giờ còn lòng nào hành hạ, giết hại người khác. Như thế người ăn chay là chiến sĩ hòa bình, và nếu ai cũng ăn chay cả, thế giới này là thế giới an lạc vậy., .

Sinh Tử Luân Hồi

(Trích dẫn tham khảo: Đức Phật và Phật Pháp từ trang 502 đến 506. Phật Học Phổ Thông quyển 2)

Luân Hồi dịch từ chữ Samera của chữ Phạn. Chữ Hán, **Luân** là bánh xe, **Hồi** là xoay lại, trở về, trở lại. Sinh Tử Luân Hồi là sinh ra già bệnh chết rồi lại sinh ra già bệnh chết, tái diễn nhiều lần. Theo Phật giáo, con người sinh ra từ vô thủy (thỉ) đến giờ đã trải qua vô lượng đời, và sẽ còn tiếp nối vô số đời nữa ở tương lai cho đến vô chung. Con người sinh ra chết đi cứ triền miên như thế, nhưng không phải chỉ sinh trong loài người mà tùy nghiệp đã tạo ra trong suốt thời gian sống theo đó mà sinh vào một trong sáu cảnh giới, gọi là sáu cõi.

I)- Các quan điểm về sinh tử: Có bốn quan điểm:

1)- Quan điểm chấp đoạn: Người có quan điểm này cho rằng con người sinh ra là ngẫu nhiên, tự nhiên như thế, có hợp có sinh, mọi việc ở đời chỉ là may rủi, gặp may có vui, gặp rủi phải buồn. Khi già bệnh phải chết là lẽ tự nhiên. Khi chết là hết chẳng còn gì nữa, sự may rủi cũng theo cái chết mà không còn gì nữa. Thân xác thành cát bụi, hư vô, không còn một tí gì cả.

Theo quan điểm "chấp đoạn", con người sống chỉ nghĩ đến hưởng thụ cho mau, nên đưa đến tình trạng dành giật, không cần biết tới bình đẳng, đạo đức, tôn ty. Đây là quan điểm có tính cách buông xuôi, không phải quan điểm của những người trí tuệ, mà giống như cách đối xử hạ đẳng của các loài vật. Bởi vì con người ngoài phần thể xác, còn có phần tinh thần, nên bảo rằng chết là hết thì không đúng. Tại sao? Vì phần tinh thần nó vô hình vô

tướng, mắt người thường không thể thấy được, nên tưởng rằng không có gì cả, nhưng đối với các bậc Giác ngộ, các vị biết thấy rõ phần tinh thần này.

2)- Quan điểm chấp thường: Người có quan điểm này cho rằng khi con người chết rồi, phần thể xác tan rã, còn có phần tinh thần bất hoại, tinh thần này là vĩnh cửu trường tồn không bao giờ mất được. Họ quan niệm phần tinh thần này là một "linh hồn" bất diệt trường tồn vĩnh viễn, và có một trong hai nơi họ được đến hay phải đến. Đó là lên Thiên đàng hưởng thọ khoái lạc vĩnh viễn, hay xuống Hỏa ngục chịu thiêu đốt đời đời không có ngày ra.

Theo quan điểm "chấp thường", có người nói: "Quan điểm này quá thô sơ, qúa đơn giản, không ăn khớp với những gì diễn biến trong vũ trụ. Vì hết thảy vũ trụ vạn vật không có cái gì là vĩnh cửu trường tồn được, không có một nơi nào trong vũ trụ không thay đổi, mọi sự đều đổi thay, kể cả cái chúng ta tạm gọi là linh hồn. Hơn nữa, con người chỉ sống một thời gian ngắn ngủi dù là 100 năm, khi chết đi lại được ở trên Thiên đường hưởng lạc thú đời đời, hoặc xuống hỏa ngục chịu cực hình khổ não vĩnh viễn không có ngày ra. Thật là bất công phi lý giữa hai sự sống ấy, chỉ bởi một điều nhỏ là tin hay không tin mà như vậy!" Nên họ còn nói: "Đây là sự đặt ra một phần thưởng quá to lớn và một hình phạt khủng khiếp để con người ham khoái hưởng lạc và sợ hãi khổ sở mà phải tin theo vì tưởng rằng có lợi, chứ sự thực không đúng như thế".

3)- Quan điểm có tính cách khoa học:

a)- Về vật chất: Theo quan điểm này có nhiều sự việc khoa học đã nhìn thấy tính cách luân hồi của nó, sau đây là một vài thí dụ:

1- Nước luân hồi: Nước luân hồi rất dễ nhận ra, đó là nước sông, hồ, biển dưới sức nóng của mặt trời làm nước bốc hơi bay lên thành mây, mây có nhiều hơi nước gặp lạnh tụ lại thành nước, nước nặng rơi xuống thành mưa. Nếu khí hậu lạnh dưới 0 độ bách phân (Centigrade) hay dưới 32 độ Farenheit, nước mưa đông thành cục gọi là mưa nước đá. Ở vùng Bắc cực hoặc Nam cực, mặt trời ít chiếu tới nên nước thường đông thành băng. Còn những vùng khác, khi mưa nước từ đồi núi chảy xuống suối, rạch, hồ, sông rồi ra biển, từ các chỗ này nước lại bốc hơi thành mây, mây thành mưa, cứ thế nước luân hồi mãi.

2- Khí hậu luân hồi: Qủa đất mỗi ngày tự quay như con quay một vòng, nên chúng ta có ban ngày khi chúng ta hướng về phiá mặt trời, và có ban đêm khi trái đất quay phiá bên kia của quả đất hướng về phiá mặt trời, như vùng Đông Á châu ban ngày thì vùng châu Mỹ ban đêm và ngược lại vùng châu Mỹ buổi trưa thì vùng Đông Á châu nửa đêm. Qủa đất còn chạy chung quanh mặt trời trong 365 ngày hết một vòng, đó là một năm. Sự quay chạy của trái đất theo qũy đạo của nó, làm thành bốn mùa Xuân, Hạ, Thu, Đông ở vùng xa Xích đạo, và hai mùa Nắng Mưa ở nơi gần Xích đạo, xoay vần không dứt, luân hồi mỗi năm một lần. Tất cả muôn vật trên qủa đại cầu này đều bị ảnh hưởng bởi khí hậu bốn mùa hay hai mùa thay đổi. Đây là luân hồi của khí hậu.

3- Luân hồi của hệ thống tuần hoàn: Trong cơ thể con người, qủa tim ví như đầu tầu xe lửa kéo cả đoàn tầu, trái tim cũng vậy, nếu tim ngừng đập bóp, con người sẽ chết. Qủa tim có bốn ngăn, hai ngăn trên gọi là tâm nhĩ (atrium), hai ngăn dưới gọi là tâm thất (ventricle). Do sức bóp của tim, máu trong tâm thất bên trái (left ventricle) bơm vào động mạch (aorta) dẫn đi khắp toàn thân vào

các mạch máu nhỏ đến các bộ phận, cơ quan của thân thể để nuôi các tế bào. Rồi máu từ đó theo hệ thống tĩnh mạch (veins) trở về tim vào tâm nhĩ bên phải (right atrium). Máu từ tâm nhĩ bên phải đi qua một cái van (valve) xuống tâm thất bên phải (right ventricle), rồi ra động mạch phổi (pulmonary artery) vào phổi để lấy dưỡng khí (oxygen). Máu từ phổi trở lại tim bằng tĩnh mạch phổi (pulmonary vein) vào tâm nhĩ bên trái (left atrium), xong máu từ đây qua một cái van xuống tâm thất bên trái (left ventricle), và từ đây, tâm thất bóp để đẩy máu đi nuôi cơ thể. Máu đi đi, về về liên tục không ngưng nghỉ như thế. Đây gọi là luân hồi của máu.

b)- Về tinh thần: Như trên, khoa học đã nhìn thấy nhiều sự vật có tính cách luân hồi, chứng minh một cách cụ thể hiển nhiên, nhưng về vấn đề tinh thần , khoa học còn đang trên đường tìm kiếm. Thường mỗi khi có người nhớ được tiền kiếp, các nhà khoa học lại có dịp truy cứu. Đây cũng chỉ là những góp nhặt vụn vặt, nên các nhà khoa học chưa dám khẳng định một cách tích cực toàn diện. Vì về tâm linh vô hình vô tướng nên không thấy cụ thể bằng con mắt phàm phu được. Tuy nhiên, chúng ta có thể nêu ra một số phát biểu nổi tiếng của một số danh nhân Tây phương về vấn này như sau:

1- Pythagore (hơn 550 năm trước Dương lịch): Nhà toán học kiêm triết học người Hy Lạp (Greece) nói rằng: “Tất cả mọi người đều có linh hồn, quanh quẩn trong thế gian hữu cơ và diễn biến theo định luật trường cửu”.

2- Platon (427 – 347 BC): Nhà triết học Hy Lạp nói: “Linh hồn thọ hơn thể xác, linh hồn liên tục sinh ra rồi tái sinh trở lại thế gian”.

3- Ovid (43 BC – 17 AD): Nhà thơ người tại thành Rome (Ý) nói: “Cái gọi là chết, chỉ gọi là vật chất cũ, còn linh

hồn bị đẩy đưa từ nơi này đến nơi khác, linh hồn chỉ là một, chỉ có hình thể mới, như ta thay áo mới. Cũng như loại sáp mềm người ta đổ vào khuôn, mặt sáp sẽ ghi nhận cái khuôn, lúc ấy hình ảnh cũ bị xóa bỏ, chỉ có hình thức bị biến đổi, sáp vẫn là sáp. Như vậy, được sinh ra là bắt đầu trở thành một cái gì mới, khác cái trước, và những hình thức mới ấy cũng biến đổi nữa. Không có cái gì giữ nguyên vẹn hình thể mà không thay đổi hình dạng".

4- Wordsworth (William) (1770 – 1850): Nhà thơ người Anh quốc nói: "Cái sinh của chúng ta chỉ là một giấc chiêm bao và một sự lãng quên. Linh hồn, vì tinh tú của đời sống, xuất hiện với ta hôm nay, đã có cơ sở ở một nơi nào và đến từ phương xa: Không phải trọn vẹn trong sự lãng quên, cũng không phải trơ trọi".

5- Disraeli (Benjamin) (1804 – 1881): Thủ tướng Anh Quốc nổi tiếng một thời nói: "Không có hệ thống nào vừa giản dị, vừa ít va chạm sự hiểu biết của ta bằng thuyết luân hồi. Thuyết ấy xem những đau khổ và khoái lạc trong kiếp sống này như sự thưởng hay phạt các hành động của ta trong một trạng thái khác".

6- Emerson (Ralph Waldo) (1803 – 1882): Triết gia kiêm nhà thơ người Hoa Kỳ nói: "Cái định mạng mà chúng ta phải lãnh là do chính ta đã chuẩn bị một cách hồn nhiên, vô ý thức, trong rất nhiều kinh nghiệm mà ta không thấy nổi giá trị. Có lẽ chúng ta còn tiếp tục nhận lãnh định mạng ấy trong nhiều kiếp nữa, trước khi hoàn tất công việc trả qủa".

7- Huxley (Thomas Henry) (1825 – 1895): Nhà sinh vật học (Biology) kiêm nhà văn người Anh Quốc nói: ". . . Bên trong đứa trẻ sơ sinh đã có ngủ ngầm đặc điểm truyền thống, và cái "ta" chỉ là một khối năng lực tiềm tàng, thêm vào chút gì khác. Những tiềm năng ấy rất sớm

nổi lên mặt và trở thành sức mạnh thật sự, một thực lực, từ tuổi trẻ trở lên, biểu hiện lúc lu mờ lúc sáng tỏ, lúc yếu lúc mạnh, lúc đúng đắn lúc sai lầm. Và mỗi lần đổi sang từ thể xác này đến một xác thân khác, thì tâm tánh riêng biệt ấy lại bị một tâm tính khác biến đổi.

Những triết học gia Ấn Độ gọi cái "Tánh" đồng nghĩa với nghiệp (Karma). Chính cái nghiệp chuyển từ đời này đến đời khác và nối liền các kiếp sống trong một chuỗi dài những kiếp chuyển sinh. Các triết gia ấy chủ trương trong mỗi kiếp sống, cái nghiệp bị biến đổi, không những do truyền thống mà còn do chính hành động của mình".

4)- Quan điểm của Phật giáo:

Đúng lý ra, sinh tử luân hồi gắn liền với nghiệp báo nhân qủa, vì con người từ khi sinh ra đến lúc chết đều có tạo nghiệp, do đó mỗi người đều mang theo cái nghiệp của mình. Để hiểu rõ vấn đề, chúng ta lần lượt phân tích:

Con người gồm hai phần thể chất và tinh thần, từ khi bắt đầu có sự phối hợp giữa tinh cha trứng mẹ hợp lại về phần vật chất, cộng với phần tinh thần gọi là thần thức hay nghiệp thức. Bào thai phải có đủ phần vật chất (sắc) và tinh thần (thức) mới đủ điều kiện để thành hình và lớn mạnh được. Ở trong bào thai lớn dần phát triển đủ các bộ phận, trong đó có các bộ phận: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, gọi là sáu căn. Khi đủ ngày tháng được "sinh" ra, lớn dần lên, sáu căn tiếp "xúc" sáu trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Khi tiếp xúc với ngoại cảnh nếu yêu thích sinh thọ vui, nếu không thích sinh thọ buồn, hoặc tiếp xúc với cái không yêu không ghét có thọ không vui không buồn. Sự yêu ghét gọi là "ái ố", vì có ái ố nên cố giữ cái yêu thích, tìm cách để có cái yêu thích, quyết dẹp bỏ tránh né cái không ưa, đó gọi là "thủ, bỏ". Vì hành động cố giữ và cố dẹp bỏ ấy mà tạo nghiệp, khi chết thần

thức phải mang theo để thọ sinh một đời sống khác kế tiếp. Cứ thế sinh ra sống tạo nghiệp già bệnh chết, rồi lại như thế mãi mãi, không có ngày chấm dứt. Ngoại trừ người có tu hành đắc đạo mới thoát ra ngoài vòng sinh tử luân hồi. Vì nghiệp thức dẫn đi đầu thai, nên tùy nghiệp lành hay nghiệp dữ mà phải vào một trong sáu cõi. Do đó, chúng ta cũng nên tìm hiểu sơ qua để biết thêm tạo nghiệp gì sinh vào cõi nào như sau:

1- Sinh cõi Trời: Người nào làm mười điều thiện gồm ba điều về thân: Không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm; bốn điều về miệng: Không nói dối, không nói hai lưỡi, không nói đâm thọc, không nói ác; và ba điều về ý: Không tham lam, không sân giận, không si mê tà kiến. Sinh lên ở cõi Trời có đời sống vô cùng sung sướng, không phải làm việc, lại có đời sống rất lâu dài.

2- Sinh lại cõi Người: Người nào làm được năm giới (Ngũ giới) không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, và không uống rượu. Muốn sinh lại cõi Người, ráng thực hành như thế. Khi tái sinh lại làm người được ở chỗ giàu sang quyền qúy sung sướng, manh khỏe, sống lâu.

3-Sinh cõi Thần (A Tu La): Người có lòng tốt, có thực thi năm giới, tạo nhiều phúc đức, nhưng tính sân hận giận thù chưa bỏ được, nên khi chết đi vào cõi Thần, có đời sống khá sung sướng, phải làm việc chút đỉnh cho chư Thiên, nhưng luôn luôn có sự tranh cãi, gây bất hòa, đấu tranh nên cũng có nhiều phiền toái.

4- Sinh cõi Ngạ qủy: Người bỏn sẻn, đố kỵ, ghen tỵ, mưu mô cướp đoạt của người, trộm cắp v.v… Khi chết sinh vào Ngạ qủy, có nhiều loại Ma qủy khác nhau, có loại phụ với các vị Thần để làm việc cho chư Thiên, có loại phải canh cổng thành cõi Trời v.v...Loài Ngạ qủy

thường bị đói và sống luẩn quẩn cùng với loài người và súc sinh, nhưng vô hình nên ta không thấy.

5- Sinh Súc sanh: Người dâm dục ngang trái, người quỵt nợ, giật hụi, lừa đảo, biển thủ tiền của, người đánh đập hành hạ giết hại súc vật, người sớm tối say sưa rượu hoặc ma túy, người tăng thượng mạn v.v.. Khi chết sinh vào loài Súc sinh bị khổ sở trăm bề mà ai cũng thấy.

6- Sinh Địa ngục: Người giết cha giết mẹ, người làm mười điều ác chắc chắn đọa địa ngục nhanh như liệng mũi kiếm thẳng xuống nước ngay sau khi chết. Ở địa ngục thời gian lâu dài chịu cực hình khốn khổ trăm bề. Khi ra khỏi địa ngục, lại phải vào Ngạ qủy hoặc Súc sinh, khi trở lại làm người có đời sống nghèo hèn khổ sở.

II)- Kết luận về sinh tử luân hồi.

Trong các Kinh đức Phật nói rất nhiều về các kiếp của Ngài và nhiều người khác. Nếu chúng ta đọc Kinh sách của Phật giáo sẽ thấy chuyện tái sinh rất nhiều.

Bác Sĩ Edgar Casey tại Hoa Kỳ vào đầu thế kỷ thứ 20 mà nhiều người đã biết. Ông chuyên bắt mạch định bệnh bằng thiền định và dùng mắt thần để nhìn các kiếp trước của bệnh nhân, mà người ta gọi là dùng "thôi miên" để nhìn xem người bệnh đã trải qua các kiếp trước như thế nào để định bệnh cho bệnh nhân và chữa trị trong mấy chục nghìn trường hợp, mà hiện hồ sơ còn được lưu giữ.

Theo dõi báo chí thỉnh thoảng chúng ta cũng thấy nêu lên chuyện có người nhớ được tiền kiếp của mình. Chuyện các vị **Lạt Ma Tây Tạng** tái sinh nhớ được đời trước cả đến các vật dụng của mình. Thiết tưởng chuyện tái sinh hầu như trên thế giới ngày nay coi như chuyện bình thường, không còn mấy người thắc mắc nữa.

Schopenhauer (Arthur) (1788–1860): Nhà toán học kiêm triết học người Đức nói về luân hồi như sau: "Ta

thấy rằng lý thuyết luân hồi khởi xuất từ thuở sơ khai, trong thời kỳ vàng son của nhân loại, luôn luôn lan rộng trong nhân gian, được coi là tín ngưỡng của phần lớn mà cũng là giáo lý của tất cả tôn giáo. Ngoại trừ tín ngưỡng của người Do Thái và hai tôn giáo xuất xứ từ hình thức thật tế nhị của tín ngưỡng ấy (Hồi giáo và Cơ Đốc giáo). Các thuyết luân hồi đã biến chuyển đến rất gần chân lý mà Phật giáo đề cập. Như vậy, trong lúc Cơ Đốc giáo tự an ủi với ý tưởng sẽ tự gặp trở lại trong một thế gian khác, trong thế gian ấy sẽ tìm lại trọn vẹn nhân cách của mình, và cũng sẽ tự nhận ra tức khắc, thì theo các tôn giáo khác, sự gặp gỡ trở lại đã diễn tiến nhiều lần, nhưng ta không nhận thức được. Trong những kiếp tái sinh liên tục tái diễn, những người đã có liên quan mật thiết hoặc có tiếp xúc ngay với nhau sẽ gặp lại trong một kiếp sống vị lai. Cũng lại có sự liên hệ với nhau hoặc y hệt, hoặc tương tự, và những tình cảm, thiện hay ác, đối với nhau như trong kiếp sống này . . .

Cũng như đã ghi chú trong Kinh Phệ Đà (Ấn Độ giáo) và tất cả các kinh sách khác ở Ấn Độ, thuyết luân hồi được xem là nền tảng Bà La Môn giáo và Phật giáo. Cho đến nay, phần lớn các dân tộc Á Đông không phải Hồi giáo, hơn phân nửa nhân loại, vẫn tin tưởng chắc chắn thuyết luân hồi và đời sống thực tế hàng ngày vẫn chịu ảnh hưởng sâu sắc của thuyết này. Đó cũng là tín ngưỡng của người Ai Cập và từ Ai Cập, Orphée, Pythgore và Platon đã nhiệt liệt nhận lãnh.Theo như trên, sự tin tưởng nơi thuyết luân hồi tự nó là niềm tin qủa quyết tự nhiên của con người mỗi khi nghĩ đến vấn đề này mà không bị ám ảnh trước . .”. (Trích trong “The World As Will And Idea”., .

LòngTừ Bi

(Tăng Nhất A Hàm quyển 3 trang 176, 475. Tạp A Hàm quyển 4 từ Kinh số 1253 đến Kinh số 1256 từ trang 440 đến 444. Phật Học Phổ Thông quyển 4 từ trang 36 đến 41).

Quán Từ Bi để trừ lòng sân giận hận thù

Từ là cho vui, **Bi** là cứu khổ diệt khổ. **Từ Bi** là cho vui diệt khổ cho tất cả mọi loài chúng sanh, đó là hành động lợi tha cứu đời.

Từ Bi không phải là thụ động yếm thế nhu nhược mà nhiều người lầm tưởng rằng hễ có lòng từ bi, ai muốn làm gì dù phải trái cũng im lặng nghe theo. Thực ra lòng từ bi khiến người ta vận dụng tâm tư khả năng phương tiện để làm cho mọi người mọi loài thoát khổ được vui. Từ Bi bao hàm ý nghĩa rộng lớn vô bờ bến, vì cho vui diệt khổ không những về vật chất mà cả tinh thần, không những với loài người mà còn bao gồm tất cả chúng sinh.

I)- Tại sao phải có lòng Từ Bi?

Tính sân giận oán hờn của con người là một nguyên nhân tai hại lớn gây ra khổ đau cho người và muôn vật. Từ việc nhỏ bé gây đổ vỡ mất hạnh phúc giữa những người thân như vợ chồng anh em, họ hàng bạn bè, cho đến việc lớn như chém giết khủng bố chiến tranh giữa các phe phái, các nước, màu da, tôn giáo, v.v… Tất cả đều do sân hận mà ra. nó nằm sẵn ở trong mỗi con người, có dịp là nó bùng nổ. Vì thế từ thời tiền cổ đến bây giờ, giết chóc chiến tranh luôn luôn xảy ra không ở nơi này thì ở nơi khác, không sao dứt được cảnh khổ.

Phật giáo có phương cách dùng lòng Từ Bi để xóa đi, diệt đi lòng sân hận oán hờn, đó là phương thuốc diệt khổ cho vui, vì thế chúng ta cần "quán Từ Bi" là vậy.

II)- Từ Bi cho vui cứu khổ ra sao?

Người có lòng từ bi không bao giờ sát sinh người và vật. Người Phật tử chân chính không giết súc vật để ăn, không giết súc vật để vui như đi săn bắn câu cá. Chính nhờ lòng từ bi mà cuộc đời thêm vui bớt khổ, sự chém giết giảm đi bớt tàn khốc, người và muôn vật coi nhau như anh em họ hàng.

Nhưng chỉ cho vui và diệt khổ trong hiện tại, chưa đúng với ý nghĩa của nó. Người Phật tử còn phải nghĩ đến cho vui và diệt khổ tương lai nữa, tức là phải gây nhân vui cho tương lai và diệt nhân khổ cho tương lai. Làm sao thực hành từ bi ở diểm này? Mọi người đều biết tâm ý là nguồn gốc của mọi hành động thiện ác trong ý khẩu thân, ý điều khiển khẩu nói năng thân hành đông thiện ác. Do đó, muốn gây nhân vui cho tương lai và diệt nhân khổ cho tương lai chúng ta phải tu tâm ý trước nhất. Tâm ý tu rồi thì khẩu thân theo ý mà nói làm những việc tốt, bỏ nói làm các việc ác. Vì thế phải chú trọng tu tâm dưỡng tánh là vậy.

III)- Từ Bi và Bác Ái khác nhau chỗ nào?

Có người cho rằng Bác Ái rộng hơn Từ Bi, có người cho rằng Bác Ái cũng giống như Từ Bi. Để hiểu rõ vấn đề này, chúng ta lần lượt phân tích ý nghĩa của hai danh từ này:

Bác Ái: Bác nghĩa là rộng, lớn. Ái là yêu thương. Bác ái là lòng thương mọi người. Người có lòng Bác Ái thương yêu mọi người, thường cứu giúp người hoạn nạn, ốm đau, khuyết tật, bất bình thường, nghèo khổ từ vật chất đến tinh thần.

Từ Bi, như trên đã giải thích, Từ Bi là cho vui diệt khổ cho mọi loài chúng sanh, nó bao gồm sáu cõi Trời, Người, A Tu La (Thần), Súc Sinh, Ngạ Qủy, Địa Ngục. Nó rộng lớn bao la như thế chứ không chỉ một loài người, nhưng chúng ta thường sống chung và đụng chạm với loài Súc Sinh vì chúng ta chỉ có mắt thịt không trông thấy bốn loài kia. Từ Bi còn có ý nghĩa cho vui diệt khổ tất cả nguồn gốc ngọn ngành, chứ không phải chỉ xoa dịu cái hiện tại mà thôi. Như người làm vườn không phải chỉ cắt các cây cỏ dại mọc hoang, mà phải nhổ tận gốc rễ của cây cỏ dại không cho mọc lại nữa.

Như thế Từ Bi về không gian bao gồm tất cả mọi loài trong sáu cõi, về thời gian bao gồm cả hiện tại và tương lai. Còn Bác Ái về không gian chỉ chú trọng một loài người, về thời gian chỉ chú trọng trong hiện tại mà thôi. Nói một cách khác, Từ Bi bao gồm hết nghĩa của Bác Ái, còn Bác Ái không trùm được nghĩa lý Từ Bi rộng lớn.

Cũng cần phân biệt lòng từ bi và lòng yêu thương quyến luyến khác nhau mà đức Đạt Lai Lat Ma thứ 14 đã nói: "Tình yêu thương khắn khít giữa vợ chồng, cha mẹ, anh chị em, họ hàng, bạn bè thân thiết v.v…thường phát xuất từ lòng quyến luyến. Khi lòng quyến luyến thay đổi, lòng yêu thương cũng thay đổi hay biến mất luôn. Đây không phải là tình yêu thương chân thực.

Tình yêu thương chân thật không phát xuất từ sự quyến luyến, mà phát xuất từ lòng vị tha. Như khi thương xót hay động lòng trắc ẩn đối với người nghèo khổ bệnh tật. Trong trường hợp này, lòng từ bi của bạn sẽ tồn tại như một sự đáp ứng cho con người bị đau khổ".

IV)- Làm sao để có lòng từ bi?

Muốn huân tập được lòng từ bi, chúng ta phải dùng phương pháp quán tưởng, có ba cách sau đây:

1)- Quán chúng sinh duyên từ (quán sát cảnh đau khổ của chúng sanh để phát sinh ra lòng từ bi):

Đây là phương pháp dễ thực hành nhất. Khi quán thấy chúng sinh đau khổ mà thành cảm lòng thương xót đưa đến lòng từ bi sinh khởi.

Chúng sanh ở trong sáu cõi còn đang chìm đắm trong sinh tử phiền não nhiễm ô, chỉ có loài Trời là tốt đẹp hơn cả, nhưng vẫn còn ngũ suy trước khi lâm chung là: Tràng hoa đội trên đầu héo đi, áo choàng dính dơ bẩn, thân mất mùi thơm lại có mùi hôi, thể nữ bỏ đi, không muốn ngồi tòa nữa. Loài A Tu La (Thần) có phiền não cãi cọ, đấu tranh, xung đột, giết chóc, sợ hãi. Loài Ngạ Qủy (Ma Qủy) bị đói khát bức khổ. Loài đọa Địa Ngục bị giam cầm hành hạ vô cùng đau khổ liên tục lâu dài, như phải nằm trên giường chông, giường sắt nóng đỏ, bị lửa đốt, bị lột da chặt chân tay v.v…thật là khổ cùng cực. Tất cả những loài trên đây, chúng ta không thể trông thấy mà chỉ được biết qua Kinh Phật nói. Còn loài Súc Sinh có nạn khổ là ăn nuốt nhau, bị loài người giết để ăn, giết hại cho vui, giết hại vì vô ý, coi sinh mạng loài vật từ lớn đến nhỏ như cỏ rác, nên loài vật khổ biết chừng nào. Loài người cũng chịu khổ não từ vật chất đến tinh thần trong mưu sinh hàng ngày, cho đến già bệnh chết, có trăm nghìn nỗi khổ kể sao cho hết được.

Quán như thế nào để phát khởi lòng từ bi?

Đức Phật dạy: "Quán sát tất cả chúng sanh trong sáu cõi đều là bà con thân thuộc với mình". Chúng ta có thói quen những gì ngoài ta đều không để ý đến, giờ đây chúng ta bỏ cái vỏ hẹp hòi mà nhận ra rằng:

1- Loài người chúng ta sống trên trái đất này như sống trong một cái nhà lớn, một đại gia đình, không phân biệt màu da chủng tộc, không phân biệt nước này nước kia,

không phân biệt tôn giáo này tôn giáo nọ v.v…. Những sự khác biệt ấy chỉ là bề ngoài, vì ai cũng có xương thịt và các cơ quan bộ phận như nhau, cũng đồng sợ khổ thích vui như nhau v.v…

2- Rộng lớn hơn nữa, đối với năm loại chúng sinh khác, chúng ta coi như thành phần trong đại gia đình trong thái dương hệ này. Mặc dù khác nhau về hình thức vì khác loài, nhưng cũng là chúng sanh có chung một mặt trời là nguồn sống chung. Tất cả đều tham sống sợ chết như nhau, đều biết cảm nhận nỗi vui sướng và đau khổ như nhau. Gần gũi chúng ta nhất là loài vật, tuy chúng không thông minh biết nói như chúng ta, nhưng chúng có những điểm riêng đặc biệt của chúng mà có khi ta không có. Chúng cũng biết thông cảm với chúng ta và giúp chúng ta nhiều việc lợi ích. Biết đâu rằng đời trước hay đời sau này chúng chẳng phải là anh em bà con chúng ta?

Phương pháp quán này giúp chúng ta mở rộng được cái nhìn hẹp hòi của cái ngã nhỏ bé để thể nhập vào cái ngã to lớn là đại gia đình của toàn thể chúng sinh.

2)- Quán Pháp duyên từ (quán mình và chúng sinh cùng một thể tánh do đó từ bi phát khởi):

Chúng sanh đau khổ là chính ta đau khổ, phép quán này cao siêu hơn phép quán ở trên. Ở đây dùng lý trí để quán sát. Lòng từ bi do duyên "pháp tánh"(bản tính chung) mà phát khởi. Hành giả quán sát thấy tất cả chúng sanh cùng mình đều đồng một "pháp giới tánh"(bản tính của chúng sinh), cho nên chúng sinh đau khổ là mình đau khổ, do đó hành giả khởi lòng từ bi cứu khổ ban vui cho tất cả chúng sinh. Đến địa vị này, hành giả không còn phân biệt mình với người, không còn phân biệt thân thích hay người ngoài, và chỉ thấy mình và người có cùng bản tánh (cùng pháp giới tánh) mà thôi. Các vị Bồ Tát nhận thấy

mình và chúng sinh cùng đồng một bản thể, nên khi cứu khổ không còn phân biệt người đó là ai, và khi làm cũng không chấp mình đã làm. Chúng sanh có khổ thì Bồ Tát có bi, Bồ Tát đã chứng "Pháp duyên từ" chỉ có mục đích làm sao cho chúng sinh hết khổ được vui thôi.

3)- Quán Vô duyên từ (không cần duyên vẫn có từ):

Loại quán này rất cao siêu rất khó thực hành. Vô duyên từ là lòng từ bi không có tâm năng (làm) duyên và cảnh bị (được) duyên, không dụng công đối đãi giữa mình và người. Lòng từ bi đã sẵn sàng trong thể tánh (Phật tính), nó sẵn sàng lan tràn bao la trùm khắp, không chọn lựa phân biệt. Hễ chúng sinh có nhu cầu là có đáp ứng ngay như tình thiêng liêng giữa mẹ và con. Cũng như mặt trời mặt trăng chiếu soi cùng khắp không chừa chỗ nào, sự chiếu soi vô tư, không thiên lệch chọn lựa, không phân biệt chỗ dơ sạch, nơi cao thấp. Tâm từ bi luôn luôn sẵn sàng, chúng sanh hễ có cảm cầu là có linh ứng đáp lại.

V)- Lợi ích của quán Từ Bi:

Người quán Từ Bi sẽ trừ được lòng sân hận giận hờn, bỏ được lòng tật đố ganh tị, dẹp được ngã chấp hẹp hòi, và đoàn kết được với mọi người. Mọi người nếu đều có lòng từ bi, nhân loại sẽ không còn giận hờn giữa người và người, không còn ghét hại giữa chủng tộc này và chủng tộc kia, không còn chiến tranh giữa quốc gia này với quốc gia kia v.v…. Mối liên hệ giữa mọi người, mọi chủng tộc, mọi nước, mọi tôn giáo sẽ được gắn bó cùng nhau xây dựng hạnh phúc. Lúc ấy con người vô cùng sung sướng khi thấy quanh mình toàn là bà con quyến thuộc như anh em trong một nhà cùng nhau an hòa.

Từ xưa tới nay, con người trong nhân loại bị đau khổ là do lòng sân hận giận thù gây ra. Nếu mọi người biết áp dụng lòng từ bi, sự thù hằn độc ác phải giảm đi. Đâu còn

việc đầu độc oán hờn vương khắp nơi nơi, mưu lừa dối trá rắc reo nghi ngờ sợ hãi nữa. Nếu mọi người đều có lòng từ bi, đâu còn cảnh tạo bất an chèn ép bức đọa con người, gây khủng bố chiến tranh chết bao sinh mạng. Nếu mọi người đều thực thi lòng từ bi, thế giới này là thiên đường vậy.

Trong Tăng Nhất A Hàm, quyển 3, trang 475 đức Phật dạy: "Nếu có chúng sanh tu hành tâm từ, lưu truyền rộng nghĩa của tâm từ, vì người diễn nói, sẽ được qủa báo tốt đẹp là: Ngủ yên ổn không chiêm bao dữ, sống yên ổn không bị ác hại, được Trời Người thương mến, không bị binh đao đạo tặc xâm tổn, không bị lửa nước nguy khốn, được sinh lên cõi trời Phạm Thiên". Cũng quyển 3 trang 176, đức Phật khuyên khi bị giam cầm chớ khởi tâm ác mà phải khởi tâm từ rải khắp

Trong Tạp A Hàm, quyển 4 Kinh 1253, 1255, 1256, đức Phật dạy: " Số người tu tập lòng từ bi ít như hòn đất trong tay so với số người không tu lòng từ bi nhiều như đất của đại địa này. Có người mang 300 chảo cơm bố thí ba lần sáng, trưa, chiều, công đức bố thí này không bằng một phần muôn ức của người rải lòng từ bi đến khắp cả chúng sinh dù chỉ trong khoảng thời gian ngắn như người vắt sữa bò. Nếu có qủy thần ác muốn đến dò xét tìm chỗ sơ hở của người tu tập tâm từ bi này thì không thể được, mà ngược lại ngay lúc ấy qủy thần kia tự bị thương tổn.,.

Xin Tha Thứ

Vì không minh mẫn, tôi đã có ý nghĩ lầm, đã nói sai, nói xúc phạm, đã làm những việc gây đau khổ cho người khác. Xin tất cả mở lòng từ bi tha thứ cho tôi.

Bát Quan Trai Giới

(Tăng Nhất A Hàm quyển 1 từ trang 506 đến 512, quyên 3 trang 146. Trung A Hàm quyển 4 từ trang 477 đến 494. Tạp A Hàm quyển 4 Kinh số 1121 từ trang 116 đến 119. Phật Học Phổ Thông quyển 1 từ trang 160 đến 173)

I)- Thế nào là Bát Quan Trai Giới?

Là phép tu hành ngắn hạn cho Phật tử tại gia, thực hành trong vòng một ngày một đêm.

Chữ Quan là cửa, chữ trai là cấm ăn sau giờ ngọ. Bát Quan Trai Giới là tám cửa ngăn cấm làm tám điều để thân tâm được yên ổn thanh tịnh. Tám điều ấy là: 1- Không sát sinh; 2- Không trộm cướp; 3- Không dâm dục; 4- Không nói dối; 5- Không uống rượu; 6- Không trang điểm hội họp coi hát xem truyền hình v.v…; 7-Không nằm ngồi giường ghế cao sang; 8- Ăn chay không qúa giờ ngọ.

II)- Giải thích ý nghĩa tám giới cấm:

1)- Ý nghĩa không sát sinh:

Tất cả các loài kể cả loài người đều tham sống sợ chết, biết vui mừng đau khổ, khi có bạn vui mừng chơi rỡn, khi thấy loài khác mạnh hơn thì sợ hãi chạy trốn. Như loài cá thấy người liền bơi chạy xa, loài chim thấy người liền bay cao trốn xa, người thấy sư tử, hổ, báo, tìm cách tránh né. Tất cả những hành động ấy đều vì sợ lâm nguy đến tính mạng. Khi bị bắt, dù cá, chim hay người, đều vùng vẫy tìm cách trốn thoát. Khi được thả, cá, chim, người đều vui mừng sung sướng không thể tả xiết. Vậy mà có người thấy con vật giẫy chết, tiếng kêu la thảm thiết trước bàn tay tử thần của con người, vẫn không xiêu

lòng; có người giết để thỏa thích như săn bắn, bẫy, câu, nhìn cảnh tượng con vật dẫy dụa đau đớn mà cười sung sướng. Thật là nhẫn tâm tàn ác vô cùng!

Chúng ta là Phật tử, cần phải cố gắng không sát hại sinh vật. Đa số Phật tử còn ăn mặn, nên chưa giữ giới sát sinh gián tiếp được. Vậy cũng nên ăn chay một vài ngày trong một tháng, và ít ra trong ngày thọ Bát Quan Trai Giới hãy tuyệt đối giữ giới này. Được như vậy là đã giữ được trọn vẹn giới không sát sinh, dù chỉ một ngày một đêm, nhưng lợi ích lớn lao.

2)- Ý nghĩa không trộm cướp:

Trộm cướp là lấy của người, bao gồm rộng lớn như những vật thuộc quyền sở hữu của người khác, từ của cải tiền bạc, ruộng vườn nhà cửa, đồ đạc to nhỏ, không cho mà lấy đều là trộm cướp. Đưa thiếu, lấy thừa, quỵt nợ, giật hụi, đi trễ về sớm, bóc lột người làm, ăn hối lộ, lấy của công, trốn thuế, nhặt được của không trả lại v.v… đều là trộm cướp cả.

Trong đời sống hàng ngày, nhiều khi không giữ được tuyệt đối giới cấm này, chẳng hạn như bán của xấu lấy giá cao, mưu chước để được lợi một cách không ngay thẳng v.v… Có khi nhận thấy đó là bất chính, nhưng lại tự bào chữa là vì sự sống của gia đình mà làm như thế.

Nhưng ngày thụ Bát Quan Trai Giới, chúng ta hãy triệt để giữ giới này, ngay cả với ý nghĩ sinh khởi tham lợi trong đầu óc cũng không cho khởi lên, và còn tìm cách bố thí giúp đỡ cho người thiếu thốn.

Giữ được giới này, không những về hành động mà ngay cả trong tâm một cách tuyệt đối, dù chỉ 24 giờ, chúng ta đã gieo được nhân lành tốt đẹp.

3)- Ý nghĩa không dâm dục:

Trong "Ngũ Giới" của người Phật tử, đức Phật chỉ cấm "Tà dâm", nghĩa là không được lang chạ với người không phải là vợ chồng của mình, hoặc cưỡng hiếp đàn bà con gái. Còn không "Dâm dục" là ngay cả với vợ chồng mình cũng không được gần gũi. Vì dâm dục là cái nhân sinh tử luân hồi, nên người xuất gia phải dứt hẳn, dù trong ý nghĩ cũng phải diệt tuyệt mới được. đức Phật dạy: "Người muốn đoạn sinh tử đạt Niết Bàn mà không trừ hẳn dâm dục, giống người nấu cát muốn thành cơm, dù trải qua muôn kiếp cũng không thành được". Bởi vậy, những người tu muốn thành Phật qủa phải doạn trừ dâm dục.

Người Phật tử tại gia chưa thể đoạn trừ dâm dục được, nhưng giữa vợ chồng cũng phải điều độ, tiết chế dục. Nhất là đối với người lớn tuổi càng phải hạn chế dục để cho thân được khỏe, tâm được trong sạch nhẹ nhàng.

Còn trong ngày thụ Bát Quan Trai Giới, phải tuyệt đối tôn trọng, dù ý nghĩ trong đầu cũng không cho sinh khởi.

Nếu triệt để giữ giới không dâm dục này, chúng ta đã gieo được nhân thanh tịnh.

4)-Ý nghĩa không nói dối:

Sự nói không đúng sự thật, nói thêu dệt thêm bớt, nói hai chiều khác nhau, nói lời độc ác, trong đời sống hàng ngày đã gây tai hại làm cho mất sự tin tưởng lẫn nhau, từ trong gia đình đến ngoài xã hội. Biết bao nhiêu những chuyện lộn xộn trong gia đình, bà con, bạn bè đã phát sinh từ cửa miệng mà ra. Biết bao nhiêu sự chém giết thù hằn trong nhân loại cũng từ cửa miệng mà ra.

Nếu trong đời sống hàng ngày chưa thể hoàn toàn giữ giới này, thì trong ngày thọ Bát Quan Trai Giới, chúng ta phải triệt để giữ giới này. Ngay cả trong ý nghĩ cũng không để cho sinh khởi sự dối trá trong tâm.

Trong chỉ một ngày một đêm, mà chúng ta không thể giữ được giới này, sao gọi là thọ Bát Quan Trai Giới được? Vì đây là thể hiện lòng chân thật, tính thật thà.

5)- Ý nghĩa không uống rượu:

Không uống rượu còn bao gồm cả không dùng các chất ma túy, kích thích, vì chất rượu, ma túy, và chất kích thích làm cho đầu óc không còn minh mẫn, bị tối tăm, cuồng tâm. Gia đình nào có người uống rượu, có chồng say sưa, nghiện ngập, thật là khổ cho những người xung quanh. Nào là mửa tháo dơ bẩn, công việc không cần biết tới, lại còn hay gây sự này sự nọ, đánh đập vợ con, gây gỗ chửi bới đánh lộn bạn bè hàng xóm. Nào mượn tiền người không trả, gây phiền hà cho cha mẹ vợ con, ăn trộm ăn cướp phải chịu tù đày. Uống rượu và dùng ma túy, nó còn nguy hiểm hơn là uống thuốc độc, vì thuốc độc chỉ chết một đời, chứ rượu và ma túy làm tâm điên đảo cuồng si mất trí, gây tội lỗi sẽ chịu tội nhiều kiếp.

Bởi vậy, ngày thọ Bát Quan Trai Giới, chúng ta phải tuyệt đối giữ giới không uống rượu, không dùng ma túy, dù chỉ nghĩ trong đầu cũng không cho sinh khởi. Như thế mới đúng với ý nghĩa của việc thụ trì Bát Quan Trai Giới.

6)- Ý nghĩa không trang điểm, xem hát:

Giới cấm này để tập cho người Phật tử thọ Bát Quan Trai Giới không theo thói buông thả để năm giác quan là "mắt, tai, mũi, lưỡi, thân" đắm nhiễm năm trần là "sắc, thanh, hương, vị, xúc". Khi năm giác quan bị năm trần cảnh lôi cuốn, người Phật tử sẽ bị dắt vào con đường luyến ái, dục lạc, làm tâm thần mê mờ. Tâm mê mờ càng vô minh, càng vô minh càng ngụp lặn chìm đắm trong sinh tử luân hồi không có ngày ra khỏi.

Nhưng trong đời sống hàng ngày, người Phật tử tại gia còn phải tiếp xúc với đời sống xã hội, nên đôi khi vẫn có

các thứ ấy. Nhưng dù có như vậy, người Phật tử tại gia chỉ nên tham dự những gì có tích cách xây dựng, trong sạch và hướng thượng.

Ngày thụ Bát Quan Trai Giới, chúng ta phải giữ đúng giới này, không xức bôi nước hoa dầu thơm hoặc trang điểm, không hội họp, không nghe hát v.v…để tâm chúng ta được thanh tịnh. Được như vậy, ảnh hưởng của nó vô cùng lợi ích và qúy báu.

7)- Ý nghĩa không nằm ngồi giường ghế sang:

Giường ghế cao sang, nệm êm đẹp đẽ, chướng rủ màn the sẽ kích thích lòng ham muốn của xác thân, tạo điều kiện cho thân tâm buông lung theo cảm giác khoái lạc. Lại nữa, khi nằm giường êm, thường ngủ lâu, ngủ quên cả giờ giấc, bỏ bê chểnh mảng việc tu tập

Vì hiểu rõ lời dạy của Phật nên Ngài Hiếp Tôn giả từ khi xuất gia không nằm, Thiền Sư Cao Phong khi chưa đắc đạo trong ba năm không nằm giường, chỉ nằm đất.

Bởi vậy, người tu hành chỉ nên nằm giường nhỏ vừa đủ để nằm, không mong cầu giường ghế cao sang; người Phật tử tại gia nên tập dần đức tính đạm bạc giản dị này.

8)- Ý nghĩa ăn chay không qúa giờ ngọ:

Giờ ngọ là giờ trưa từ 11 giờ sáng tới 1 giờ chiều, ăn phải xong trước 1 giờ chiều.

Đức Phật dạy: "Chư vị Trời ăn sáng sớm, Phật ăn giữa trưa, Súc sinh ăn không có giờ giấc tùy loài, Ngạ qủy ăn đêm tối, Người tu theo Phật phải ăn chay đúng trưa". Tại sao? Vì ăn vào giờ đó có năm lợi ích như sau: 1- Ít sinh buồn ngủ, 2- Ít sinh ngứa ngáy, 3- Ít khởi tâm sai quấy, 4- Ít sinh bệnh, 5- Tu hành dễ nhất tâm.

Dù vậy, người Phật tử tại gia có thể sáng ăn một chút điểm tâm chay nhẹ, buổi trưa ăn bữa chay chính, và buổi chiều dùng chút nước cháo hoặc sữa. Vì hàng ngày các

Phật tử tại gia ăn hai hoặc ba bữa mà đột nhiên ăn một bữa, có thể bị cồn cào ruột, nên châm chế chút đỉnh.

Trước khi ăn niệm:

Tất cả đều ăn để sống còn,
Cảm ơn tôi có bữa ăn ngon,
Do công khó nhọc làm ra đó,
Nguyện mọi chúng sinh được đủ no.

III)-Phát nguyện thụ Bát Quan Trai Giới:

Đức Phật dạy cách phát thề nguyện trong bộ Tăng Nhất A Hàm, quyển 1, trang 507 như sau:

- "Nay con là …….vâng giữ Bát Quan Trai Giới của Như Lai trong một ngày một đêm, tu giới thanh tịnh, trừ bỏ pháp ác. Nếu thân làm ác, miệng nói ác, ý nghĩ điều ác, hoặc vì tham sân si đã tạo, đang tạo, sẽ tạo, hoặc do ác tri thức mà tạo, hoặc chẳng biết Phật, Pháp, Tăng, hoặc làm tổn thương cha mẹ và các bậc tôn trưởng. Nay con tự sám hối, nương theo pháp Phật, nương theo giới cấm để thành tựu Bát Quan Trai của Như Lai"
- "Nay con là …….trì trai trong một ngày một đêm, thề chẳng giết, chẳng có tâm ác hại, nguyện có tâm từ đối với tất cả chúng sanh. Thề không trộm cướp xâm phạm của cải của người, giữ tâm trong sạch. Thề không xúc phạm chẳng nhớ nghĩ điều dâm với người khác phái".
- "Nay con là …….trì trai trong một ngày một đêm, thề không dối gạt người, chẳng nói vọng ngữ, chẳng nói thêu dệt, chẳng nói lời ác. Thề không uống rượu hay dùng ma túy, giữ gìn cấm giới, giữ tâm ý chẳng loạn. Thề giữ trai giới, ăn đúng giờ, biết đủ, không say đắm mùi vị"
- "Nay con là …….trì trai giới trong một ngày một đêm, thề không có tâm ý muốn được nằm ngồi chỗ cao sang. Thề không trang điểm kiêu sang. Thề không bàn

luận hội họp thế gian, chẳng dự ca kịch nhạc hội, (chẳng coi nghe truyền thanh truyền hình)".

- "Nay con là ……. Đã thề làm tám việc lành trong một ngày một đêm, vâng giữ tu Bát Quan Trai Giới, sẽ không đọa tám nạn là "chẳng đọa địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh, cõi trường thọ, nơi biên giới không người, không đủ giác quan, tà kiến, thời không có Phật hay không có Phật pháp". Không gặp ác tri thức, chẳng làm nô tỳ. Thường gặp thiện tri thức, được sinh vào nhà cha mẹ lành, được sinh cùng thời có Phật, được thấy Phật, được tự nghe Pháp Phật, khiến tâm ý chẳng loạn, mau thành đạo quả".

Nên nhớ phát thề nguyện, vì phúc của phát thề nguyện không thể xưng tán hết, được cam lộ, đến chỗ tối thượng.

IV)- Chương trình trong một ngày tròn:

Buổi sáng :	6 giờ	Lễ thọ giới
	7 giờ	Ăn điểm tâm
	8 giờ	Sám hối
	9 giờ	Xem Kinh
	12 giờ	Thụ trai
	12 giờ 40	Đi kinh hành
Buổi chiều:	1 giờ 30	Nghỉ trưa
	3 giờ	Tụng Kinh
	4 giờ	Xem Kinh
	6 giờ	Dùng nước(sữa hoặc nước cháo)
Buổi tối :	7 giờ	Niệm Phật
	8 giờ	Học giáo lý
	10 giờ 15	Quán Sổ tức
	10 giờ 45	Nghỉ
Hôm sau :	4 giờ 30	Công phu thiền
	6 giờ	Làm lễ xả giới

Hành giả nên thọ Bát Quan Trai Giới tại chùa, ít nhất là lần đầu tiên để biết nghi thức. Khi đã biết nghi thức rồi

có thể tự thọ lấy tại nhà. Mỗi tháng nên thọ một lần, nếu thọ được nhiều chừng nào tốt chừng ấy vào các ngày mồng tám, mười bốn, rằm. Tuy chỉ có 24 giờ, nhưng rất qúy báu, hơn cả một đời của người không tu hành gì cả.

V)- Trì Bát Quan Trai và năm niệm tưởng:

Trong Trung A Hàm quyển 4 từ trang 477 đến 494, Kinh Trì Trai, đức Phật dạy Lộc tử Mẫu Tỳ xá khư về ba loại Trì Trai: Trì trai của Mục đồng không có đại công đức, trì trai của Ni kiền không có đại công đức, và trì Tám chi Thánh trai (Trì Bát Quan Trai Giới) có đại công đức. Sau khi đức Phật giải thích tám trai giới, Ngài lưu ý nên hành trì năm pháp niệm tưởng, đó là:

1- Niệm tưởng Phật và mười danh hiệu Phật, Như Lai, Thế Tôn, Vô Sở Trước Chính Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Đạo Pháp Ngự, Thiên Nhân Sư, Vô Thượng Sĩ. Sau khi niệm tưởng nhớ nghĩ như thế, sẽ trừ được tham ác ô nhiễm bất thiện, niệm tưởng nhiều sẽ được tâm định.

2- Niệm tưởng Pháp do Phật giảng dạy toàn thiện, thường hằng, cứu cánh, được biết thấy bởi chính trí. Sau khi niệm tưởng nhớ nghĩ như thế, sẽ trừ được tham ác ô nhiễm bất thiện, niệm nhiều sẽ được tâm tĩnh.

3- Niệm tưởng Thánh Tăng là người đã thành tựu Giới Định Huệ, giải thoát, giải thoát tri kiến, xứng đáng kính trọng, là ruộng phúc của Trời Người . Sau khi niệm nhớ nghĩ như thế, tham ác ô nhiễm bất thiện sẽ tiêu diệt, nên được tịch tĩnh.

4- Niệm Giới, duy trì giới đang thụ trì không thiếu sót, khéo thọ trì như thế, liền trừ tham ác, ô nhiễm bất thiện cũng được diệt luôn.

5- Niệm Thiên, niệm tưởng thật sự có Tứ Thiên Vương, nếu thành tựu Tín, khi qua đời sẽ sinh nơi ấy. Tôi cũng

có Tín này, nhớ nghĩ mãi như thế sẽ sinh vào cõi Tứ Thiên Vương. Niệm tưởng thật sự có cõi Trời Đạo Lợi, Diệm Ma, Đâu Suất, Hóa Lạc, Tha Hóa Lạc. Người thành tựu tín, giới, thí, tuệ khi qua đời sinh đến các cõi Trời ấy. Tôi cũng có tín, giới, bố thí, trí tuệ, nên sau khi chết sẽ được sinh đến nơi ấy.

Người thụ trì Bát Quan Trai Giới và năm niệm tưởng kể trên so với người làm Vua được quyền sử dụng hết thảy của cải trân bảo tài sản của 16 nước trong toàn cõi Ấn Độ, Vua ấy được phước không bằng một phần mười sáu của người ấy. Lạc thú của Vua ở nhân gian kém xa lạc thú của chư vị Trời. Tuổi thọ ở nhân gian qúa ngắn ngủi so với tuổi thọ của cõi Trời. Một ngày một đêm ở cõi Tứ Thiên Vương bằng năm mươi năm cõi trần. Một ngày một đêm của cõi Đạo Lợi bằng một trăm năm ở cõi trần. Cứ thế tính tăng lên gấp đôi đối với Diệm Ma, Đâu Suất v.v…Tính ba mươi ngày một tháng, mười hai tháng một năm, cõi Tứ Thiên Vương thọ 500 năm tuổi trời, cõi Đạo Lợi thọ 1000 tuổi trời, cõi Diệm Ma thọ 2000 tuổi trời, cứ thế gấp đôi đối với các tầng trời cao hơn.

VI)- Sự cần thiết thụ trì tám trai giới

Trong Tạp A Hàm, quyển 4, Kinh số 1121, trang 116 ghi: Một thời đức Phật ngự tại vườn Ni Câu Luật nước Ca Tỳ La Vệ, khi ấy dân chúng dòng họ Thích đi đến chỗ Phật bấy giờ đức Phật hỏi:

- Quý vị dòng họ Cù Đàm, trong các ngày trai giới có thọ trì và tu tập gì không?

Trưởng giả họ Thích thưa:

- Bạch Thế Tôn! Chúng con vào những ngày trai giới có khi giữ được, có khi không; tu tập công đức cũng khi có khi không.

Đức Phật dạy:

- Như vậy là qúy vị không gặt hái được những lợi ích tốt đẹp. Qúy vị là những người kiêu mạn sẽ đem lại sự buồn rầu khổ não. Tại sao lại khi giữ được khi không?

Ví dụ như người mưu cầu tài lợi, hàng ngày lợi vào gấp đôi, một ngày hai tiền, hai ngày bốn tiền, ba ngày sáu tiền, bốn ngày tám tiền, năm ngày mười tiền v.v… Như thế tiền bạc tài sản tăng lên giàu có. Nếu cứ tăng giàu mãi như thế, lại muốn tâm vui vẻ an lạc, trụ vào Thiền định khoảng mười năm, liệu có được không?

Mọi người đều đáp:

- Bạch Thế Tôn! Không.

Đức Phật bảo:

- Hoặc chín năm, tám năm, . . .cho đến một năm; thôi không tính năm, hoặc mười tháng, chín tháng, tám tháng, bảy tháng v.v…cho đến một tháng; thôi không tính tháng, liệu có được hai mươi ngày, mười ngày, chín ngày, tám ngày, v.v… cho đến một ngày đêm tâm an lạc vui vẻ trụ vào Thiền định có được không?

- Bạch Thế Tôn! Không

Đức Phật dạy:

- Quý vị nên biết, trong hàng Thanh Văn, có người được Ta giáo hóa, sáng sớm giáo hóa, chiều tối có thể tăng tiến vượt bội. Do nhân duyên này, nên trong trăm nghìn vạn năm tâm an lạc vui vẻ trụ vào Thiền định, thành tựu qủa vị Thánh.

Bấy giờ những người họ Thích thưa:

- Bạch Thế Tôn! Từ hôm nay, những ngày trai giới, chúng con sẽ thọ trì Tám trai giới, tùy sức bố thí tu tập công đức không quên . . . .,.

Đức Phật A Di Đà

(S ự Tích Phật A Di Đà chư vị Bồ Tát và Tổ Sư. Khoá Hư Lục)

Nam mô A Di Đà Phật

I)- Đức A Di Đà là Phật nào?

Đức Phật A Di Đà, âm dịch từ chữ Amita, viết tắt của chữ Phạn (Sanskrit) là Amitabha (Vô lượng Quang), và Amitayus (Vô lượng Thọ). Phật A Di Đà hiện đang là giáo chủ cõi Phật ở Tây phương cực lạc. Trước khi thành Phật, Ngài đã có 48 nguyện rộng lớn, trong đó điều thứ 19 nguyện rằng: "Khi tôi thành Phật, mười phương chúng sinh phát Bồ Đề tâm tu các công đức, nguyện sinh đến cõi nước tôi khi lâm chung, nếu tôi chẳng cùng đại chúng hiện thân trước ngươi đó, thì tôi không ở ngôi Chính giác" . Hiện tại, cõi của Ngài có vô số Bồ Tát chia ra làm ba phẩm: Thượng, Trung, Hạ, mỗi phẩm lại chia ra ba bậc nữa, vị chi có chín bậc.

II)- Đặc điểm của Phật A Di Đà:

Đặc điểm để nhận ra Phật A Di Đà là hình hoặc tượng Ngài theo các nước Ấn Độ, Tây Tạng, v.v…, hình tượng ngồi trên bệ hoa sen, phiá trước bệ có hai con công ngoảnh ra hai bên. Thân Phật sơn màu đỏ tượng trưng cho mặt trời lặn về phương Tây, hai tay bắt ấn thiền định, giữ bình bát dấu hiệu giáo chủ. Những trái cây trong bình bát tượng trưng cho trí huệ phong phú. Tòa sen tượng trưng cho thanh tịnh, hai con công biểu hiện sự giải thoát khỏi khổ. Nhưng ở các nước Á Đông lại thờ hình, tượng đứng trên tòa hoa sen, tay trái bắt ấn "giáo hóa", lòng bàn tay quay ra ngoài trước ngực, đầu ngón cái và ngón áp út bắt ấn làm thành vòng tròn, các ngón khác thẳng lên. Tay phải duỗi thẳng theo vai xuống, các ngón tay song song, lòng bàn tay quay ra ngoài.

Bàn tay phải để như vậy là ở thế tiếp dẫn Thần thức chúng sinh theo tay Ngài mà đi khi lâm chung. Ngài thường cùng chư Bồ Tát và Thánh chúng đến mười

phương thế giới tiếp dẫn các chúng sanh muốn về cõi nước Ngài để tu hành.

III)- Sự tích đức Phật A Di Đà:

Trong Kinh Bi Hoa nói rằng: "Vô lượng kiếp về trước, có đại kiếp gọi là "Thiện Trì", khi ấy tại Tản Đề Lam thế giới, có vua Chuyển Luân Thánh Vương tên Vô tránh Niệm thống lãnh cả bốn phương thiên hạ rất nhân từ đức độ. Vua có nhiều con, và có một Đại thần trông coi việc trị dân tên Bảo Hải. Vị Bảo Hải có một người con có 32 tướng tốt đẹp lạ thường tên Bảo Tạng, khi Bảo Tạng lớn lên thấy đời vô thường nên xuất gia tu đạo, chẳng bao lâu thành Phật hiệu Bảo Tạng Như Lai có đủ thần thông biến hóa, đạo pháp nhiệm mầu, và hóa độ chúng sanh vô số.

Một hôm, vua Vô tránh Niệm nghe đức Phật Bảo Tạng cùng đại chúng Tăng đến vườn Diêm Phù gần chân thành, thì nghĩ: "Ta muốn đến chỗ Phật Bảo Tạng xem giảng giáo lý gì mà nhiều người ca ngợi, theo như thế!". Nghĩ rồi Vua truuyền lệnh cùng các Vương tử, Đại thần đến chỗ Phật, Vua thấy Phật Bảo Tạng ngồi khoanh chân nghiêm trang có hào quang phát ra, đang thuyết nói giữa đại chúng đông đảo. Vua và mọi người lặng lẽ ngồi xuống một bên nghe pháp. Vua thấy mọi người từ người xuất gia cho đến già cả trai gái đều im lặng chăm chú nghe. Vua nghe Phật Bảo Tạng nói một lúc thì lòng mở rộng, liền qùy xuống thưa: " Nay tôi muốn bố thí cúng dàng Ngài và đại chúng Tăng thức ăn và các thứ cần thiết trong ba tháng, xin Ngài từ bi nhận cho". Vua thấy đức Phật im lặng nhận lời, liền vái lễ rồi trở về cung truyền lệnh sắm sửa các thứ để cúng dường. Vua lại bảo các Vương tử nên bắt chước mà cũng mở lòng bố thí, các Vương tử đều vâng làm cả.

Một hôm đại thần Bảo Hải mơ thấy Vua bố thí lớn chỉ cầu phúc chứ không cầu qủa Bồ Đề, nên đến thưa với Vua rằng: "Bố thí lớn mà chỉ cầu phước không bằng cầu qủa Bồ Đề vì cầu phước chỉ được hưởng phước tái sinh cõi Trời hoặc cõi Người, hết phước rồi lại bị đọa". Vua nghe hiểu thì tâm tự nhiên mở rộng mà đáp rằng: "Trẫm chẳng cầu phúc mà Khanh nói đâu, Trẫm làm sự bố thí hầu nghe pháp mầu nhiệm, tu hạnh Bồ Tát cứu vớt chúng sinh, do nhân duyên ấy mà phát tâm Bồ Đề vô thượng". Đại thần Bảo Hải thưa: "Bồ Đề là đạo rộng lớn cao sâu, là bố thí, trì giới sẽ được yên ổn thanh tịnh, là hạnh nhẫn nhục sẽ được vô ngã, là hạnh tinh tấn sẽ được bất thoái, là hạnh thiền định sẽ được vắng lặng, là hạnh bát nhã rộng lớn sẽ được trí huệ sáng suốt". Vua đáp: "Mỗi người sống lâu nhiều nhất cũng chỉ tám vạn tuổi mà thôi. Còn như đức Bảo Tạng Như Lai ra đời giáo hóa cho chúng sinh, có người được định, có người được bậc Bồ Tát, có người được thụ ký thành Phật. Nhưng dù Ngài là phúc điền của chúng sinh, song người không có căn lành, Ngài cũng không thể làm cho họ dứt được khổ não. Nay Trẫm phát tâm Bồ Đề, tu hạnh Bồ Tát, chuyên làm Phật sự mà giáo hóa chúng sinh. Trẫm muốn cầu khi thành đạo Bồ Tát tại thế giới trang nghiêm thanh tịnh, chúng sinh không có một tí khổ não. Nếu được như vậy, Trẫm sẽ chứng đạo Vô Thượng".

Vua nói xong liền cùng đại thần Bảo Hải đến chỗ Phật Bảo Tạng, lúc ấy đức Phật đang nhập Đại định, phóng hào quang, hiện mười phương các cõi Phật cho đại chúng thấy. Đại thần Bảo Hải thấy thế liền nói với Vua: "Đại Vương đã thấy các thế giới, vậy Đại Vương phát Bồ Đề tâm, muốn cầu thế giới nào?"

Vua liền chắp tay thưa với Phật Bảo Tạng: “Thưa đức Thế Tôn, chẳng biết các vị Bồ Tát tu hạnh gì mà người được cõi tốt, người được cõi xấu? Xin ngài chỉ dạy cho tôi biết để tu học”. Đức Phật bảo Vua: “Vì các Bồ Tát có sức thệ nguyện muốn ở cõi tốt hay cõi xấu, nên được toại nguyện, sẽ thành đạo ở cõi ấy”.

Vua Vô tránh Niệm nghe Phật nói vậy, cảm tạ lễ Phật, rồi trở về cung suy nghĩ. Suy nghĩ xong, Vua bèn trở lại lễ Phật mà thưa rằng: “Thưa đức Thế Tôn, vì tôi muốn chứng đạo Bồ Đề, nên cúng dàng Ngài và đại chúng Tăng trong ba tháng để cầu được cõi trang nghiêm”.

Thưa đức Thế Tôn, tôi nguyện được cõi nước như thế, từ nay về sau, đời đời kiếp kiếp tu hạnh Bồ Tát, làm mọi sự tốt lành, tạo thành cõi tịnh độ mà thành Chính Đẳng Chính Giác.

Tôi nguyện khi tôi thành Phật, được thân Kim cương bất hoại, mệnh sống vô lượng, phóng hào quang soi khắp mười phương cõi Phật đều thấy và khen ngợi tôi.

Tôi nguyện được cõi nước thanh tịnh trang nghiêm, toàn bằng vàng ròng, xích châu, mã não. Đồ dùng cũng vậy toàn bằng vàng ròng, nhiều không thể đếm tính hết được.Cảnh vật xinh đẹp, không có một tí nhiễm trược ô uế, hằng có hoa tốt hương thơm.

Tôi nguyện chúng sinh mười phương muốn sinh về cõi nước ấy, nếu được nhất tâm khi niệm danh hiệu tôi từ một đến mười liền được sinh ra từ trong hoa sen, đều cùng một loại giống nhau, không có tên đàn bà.

Tôi nguyện người dân trong cõi nước ấy cùng có màu da vàng óng ánh đẹp đẽ, không có người xấu, không có tên bất thiện, không có ba dường ác Ngạ qủy, Súc sinh, Địa ngục.

Tôi nguyện chúng sinh trong cõi nước ấy có đủ sáu phép thần thông, căn thân tốt đẹp, chỉ trong khoảng một bữa ăn dạo chơi mười phương để cúng dàng chư Phật.

Tôi nguyện người dân trong cõi nước ấy đều được mọi sự tự dụng tự nhiên, muốn ăn thứ gì đều có ngay các thứ ngon vật lạ, muốn mặc thứ gì liền có thứ đó, được hưởng mọi sự vui vẻ.

Tôi nguyên khi thành Phật rồi, chúng sinh trong mười phương thế giới tu thiện căn nghe danh tôi niệm hiệu tôi đến nhất tâm bất loạn, muốn sinh về cõi nước ấy đều được toại nguyện, khi lâm chung được tôi cùng Thánh chúng đến đón về.

Tôi nguyện khi tôi thành Phật, các người tu Bồ Tát nguyện đến cõi nước tôi đều được ngôi Bổ Xứ, có Nhất Thiết Trí, đủ 32 tướng tốt, được biện tài, thấy mười phương cõi Phật.

Thưa đức Thế Tôn, tôi nguyện được cõi nước như thế, tôi nguyện được như thế, chúng sinh như thế, Bồ Tát như thế, thì tôi mới chịu thành Phật.

Đức Phật Bảo Tạng nghe vua Vô tránh Niệm nguyện những lời ấy rồi khen rằng:

“Hay thay! Hay thay! Đại Vương phát nguyện rộng lớn muốn cõi thanh tịnh như vậy. Đại Vương hãy nhìn về phương Tây cách đây trăm nghìn muôn ức cõi Phật (Một cõi Phật là một giải Ngân hà) có một thế giới tên là Tôn Thiện Vô Cấu, giáo chủ cõi ấy hiệu Tôn Âm Vương Như Lai, hiện nay đương giáo hóa các bậc Bồ Tát. Cõi ấy rất xứng hợp với sự thệ nguyện của Đại Vương, nên nay Ta đổi hiệu Đại Vương là Vô Lượng Thanh Tịnh.

Sau một trung kiếp nữa (1 trung kiếp = 20 kiếp = 16 triệu năm X 20 = 320 triệu năm), đức Phật Tôn Âm Vương sẽ nhập Niết Bàn, chính pháp được truyền thêm

10 kiếp. Khi diệt rồi, trải qua 60 trung kiếp (4 trung kiếp = 1 đại kiếp), thì cõi Tôn Thiện đổi tên thành cõi Di Lâu Quang Minh có đức Phật hiệu Bất Khả Tư Nghì Đức Vương ra đời giáo hóa cõi ấy. Sau khi Phật ấy nhập diệt, thì cõi ấy đổi thành An Lạc.

Đến thời này, Vô Lượng Thanh Tịnh, tức là Đại Vương đến đó chứng qủa thành Phật hiệu A Di Đà, tiếp dẫn vô lượng chúng sanh trong các thế giới đến đó, rồi giáo hóa cho thành Phật đạo cả .

Vua Vô tránh Niệm nghe Bảo Tạng Như Lai thụ ký rồi, liền thưa:

"Bạch đức Thế Tôn, Nếu sự thệ nguyện của tôi được như lời thọ ký của Ngài thì tôi xin kính lễ nhờ Ngài dùng phép thần thông làm cho chư Phật mười phương cũng thọ ký cho tôi như Ngài". Nói rồi cúi đầu thi lễ, đang lúc ấy mười phương thế giới đều vang động. đức Phật bảo: "Chư Phật mười phương đã thọ ký cho Đại Vương rồi", Vua rất đỗi vui mừng, liền cúi đầu lễ Phật.

Khi ấy Đại Thần Bảo Hải cũng lễ Phật phát nguyện tu hạnh Bồ Tát ba đại A tăng kỳ kiếp không ngưng nghỉ để đạt đạo qủa Bồ Đề tại cõi uế trược hầu giáo hóa cứu vớt chúng sinh ra khỏi khổ não….sau này là Phật Thích Ca.

Từ đó về sau, vua Vô tránh Niệm mạng chung, chuyển qua vô lượng các đời khác, kiếp nào cũng giữ bản nguyện cứu giúp chúng sinh tu hạnh Bồ Tát.

Tới một kiếp về sau, có đức Đại Thông Trí Thắng Như Lai lúc còn ở ngôi Quốc Vương tại một cõi nước kia, Vua có 16 người con, rồi bỏ ngai vàng xuất gia tu đạo thành Phật. Sau mười sáu Vương tử đều theo xuất gia làm Sa môn, Sa di học đạo, các vị Vương tử đều tinh tấn tu hành, nên đều đạt qủa hoặc sơ hoặc trung Bồ Tát. Vị

Sa di thứ chín bấy giờ về sau là Phật A Di Đà, vị Sa Di thứ mười sáu, bấy giờ về sau là Phật Thích Ca.

Về sau vô lượng kiếp, có Thái tử tên Bất tư nghì Thắng công đức, năm 16 tuổi, Thái tử nghe Kinh "Bản pháp Đà la ni" nơi đức Phật Bảo Công Đức Tinh Tú Kiếp Vương. Nghe xong, Thái tử tinh tấn tu hành trong bảy mươi nghìn năm không ngưng nghỉ. Nhờ sức dũng mãnh ấy, Thái tử được gặp vô số chư Phật, bao nhiêu sự truyền dạy của chư Phật, Thái tử đều thụ trì tu tập cả. Thái tử cũng giáo hóa cho vô lượng chúng sinh trong khi tu Bồ Tát đạo. Thái tử đây là tiền thân của Phật A Di Đà bây giờ.

Rồi tới một kiếp về sau, vào lúc có Phật Tự Tại Vương ra đời giáo hóa chúng sanh, có một vị Vua được nghe đức Phật thuyết pháp, lòng rất vui thích, liền phát tâm Bồ Đề rời bỏ ngôi Vua, xuất gia làm Sa Môn hiệu là Pháp Tạng. Đảnh lễ đức Thế Tự Tại Vương, Sa môn Pháp Tạng ca ngợi công đức của Phật và cầu Phật truyền công hạnh tu tập cùng giáo hóa chúng sinh.

Sau khi quán sát, biết Sa môn Pháp Tạng đã từng tu vô số kiếp, có chí nguyện sâu dầy, đức Phật Thế Tự Tại Vương giảng nói về vô lượng thế giới, và hiện cho thấy từ cõi nghiêm trang cho tới cõi uế tạp đủ cả.

Khi thấy các thế giới xong, Sa môn Pháp Tạng suy gẫm, chọn lấy cõi trang nghiêm thanh tịnh, rồi lễ Phật mà cầu chứng cho phát 48 lời nguyện thù thắng vô thượng. Lúc Bồ Tát Pháp Tạng thệ 48 đại nguyện xong, khắp cõi đất nước đều rúng động rung chuyển, hoa báu rải rơi xuống như mưa, tiếng nhạc vang lừng trong hư không. (Xin xem 48 đại nguyện của đức Phật A Di Đà)

Trải qua bao nhiêu kiếp, Bồ Tát tu hành làm Phật sự, thực hiện hoàn toàn các điều thệ nguyện, công viên qủa

mãn, thành Chính Giác. Từ khi thành Phật đến nay đã mười đại kiếp rồi (mỗi đại kiếp khoảng 1 tỷ 300 triệu năm), Ngài ở cõi Cực Lạc đang giảng dạy cho các vị Bồ Tát Bất thoái chuyển, và thường đến mười phương đón chúng sinh muốn sinh về cõi ấy để tiếp tục tu hành.

Vậy những ai muốn được sinh về Tây phương cực lạc, hãy kiên trì ngày đêm niệm "Nam mô Tây phương cực lạc thế giới đại từ đại bi tiếp dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật", hoặc "Nam mô A Di Đà Phật". Miệng niệm, tâm muốn thấy Phật A Di Đà, nguyện sinh về Tây phương cực lạc. Ngày đêm siêng năng tu hành, không lười mỏi. Khi niệm như thế sẽ sạch ba nghiệp, vì khi niệm thân không làm hạnh tà, dứt thân nghiệp. Khi miệng niệm Phật chẳng nói lời tà, dứt khẩu nghiệp. Khi niệm Phật, ý nghĩ cố gắng trong sạch, không nghĩ tà vạy, dứt ý nghiệp. Người niệm Phật A Di Đà lấy niệm làm nấc thang, lấy tinh tấn làm cây thang, nguyện sinh về cõi Phật. Siêng năng không ngưng nghỉ, tâm tính thuần thục duyên lành. Niệm cho tới nhất tâm bất loạn, khi nhắm mắt qua đời, đã có chỗ quy hướng là cõi Tây phương Cực Lạc của Phật A Di Đà. Sinh về đó rồi tiếp tục tu hành, không mất hột giống lành, chờ ngày tu hành thành Phật.,.

Nguyện tha thứ

Tôi nguyện tha thứ cho những ai đã nghĩ lầm về tôi, nguyện tha thứ cho những ai đã nói sai nói xúc phạm tôi, nguyện tha thứ cho những ai đã làm hại tôi. Tôi nguyên bỏ qua tất cả những lỗi lầm của người khác đối với tôi.

Phật Dược Sư Lưu Ly Quang

(Trích dẫn tham khảo: Kinh Dược Sư)

I)- Dược Sư Lưu Ly Quang là Phật nào?

Khi đức Phật Thích Ca Mâu Ni đi giáo hóa đến thành Quảng Nghiêm, Bồ Tát Văn Thù Sư Lị cung thỉnh Ngài nói về chư Phật, nên Ngài nói Kinh Dược Sư. Trong Kinh, Ngài cho biết về phương Đông cách cõi Ta Bà chúng ta hằng sa vô số cõi Phật, có một thế giới gọi là "Lưu Ly Tịnh". Ở cõi ấy đất nước toàn bằng ngọc lưu ly một màu thanh tịnh, nhà cửa chăng đầy dây vàng, mạng lưới bằng bảy thứ qúy (thất bảo) là vàng, bạc, ngọc, lưu ly, xích châu, mã não, xà cừ. Đất nước ấy không có sự ác, không có ác thú, trang nghiêm vô kể.

Hiện nay có đức Phật hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai đang giáo hóa chúng sinh tại đó. Trong cõi nước Lưu Ly Tịnh có hai vi đại Bồ Tát thượng thủ là Bồ Tát Nhật Quang Biến Chiếu, và Bồ Tát Nguyệt Quang Biến Chiếu. Hai vị phụ tá Phật Dược Sư giáo hóa vô lượng Bồ Tát, chúng sinh, và sẽ lần lượt kế vị Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai sau này.

II)- Mười hai đại nguyện

Khi Dược Sư Lưu Ly Quang còn hành đạo Bồ Tát, Ngài đã phát 12 đại nguyện khiến loài hữu tình cầu gì cũng được như sau:

01)- Nguyện lớn thứ nhất: Khi ta đắc đạo Vô thượng, thân ta cực sáng soi khắp vô lượng thế giới, dùng ba mươi hai tướng đại trượng phu, tám mươi vẻ đẹp để trang nghiêm thân, khiến cho các loài hữu tình (người) đều được thân như ta.

Nam Mô Dược Sư Lưu Ly Quang Phật

02)- Nguyện lớn thứ hai: Khi ta đắc qủa Bồ Đề, thân ta như ngọc lưu ly, trong ngoài sáng suốt không tỳ vết, quang minh rộng lớn, công đức cao vời vợi. Thân ở trong lưới tia sáng do thân phát ra, sáng hơn cả mặt trời mặt trăng, ánh sáng chiếu vào chúng sinh đều vui vẻ và được mọi sự như ý.

03)- Nguyện lớn thứ ba: Khi ta thành Chính đẳng Chính giác, ta dùng trí huệ khiến loài hữu tình đều được lợi lạc thụ dụng, và đầy đủ trí tuệ.

04)- Nguyện lớn thứ tư: Nếu có chúng sinh nào mê tín tu hành tà đạo, ta làm cho hồi tỉnh, biết quay đầu về với chính đạo.

05)- Nguyện lớn thứ năm: Nếu có vô lượng hữu tình tu hành phạm hạnh (tu giới hạnh) trong pháp của ta, thảy đều được giới chẳng thiếu, được tam tụ (luật nghi, thiện pháp, lợi ích chúng sinh). Nếu ai phạm giới, niệm danh hiệu ta đều được tịnh giới.

06)- Nguyện lớn thứ sáu: Nếu loài hữu tình thân thể hèn kém, chẳng đủ các căn, xấu xa, ngu ngốc, mù điếc ngọng câm, chân tay què quặt, lưng còng khập khiễng, hóa hủi hóa điên, bao nhiêu tật khổ, niệm tên ta rồi đều được toại ý, sáng suốt, không còn phiền não.

07)- Nguyện lớn thứ bảy: Nếu loài hữu tình mắc đủ thứ bệnh, khổ não muôn phần, không chỗ nương thân, không thầy không thuốc, nếu niệm danh hiệu ta mọi bệnh đều lui, tiêu diệt không còn, thân tâm yên vui rồi tu hành đắc đạo Bồ đề.

08)- Nguyện lớn thứ tám: Nếu thân nữ mặt mũi xấu xa, không ưa thân nữ, trăm nỗi bức bách, muôn phần chán ngán. Niệm danh hiệu ta, hết làm thân nữ chuyển thành nam rồi tu hành đắc đạo Vô thượng.

09)- Nguyện lớn thứ chín: Những hữu tình sa vào lưới ma ngoại đạo ác kiến, ta sẽ dắt ra khỏi rừng ác, dẫn vào chính kiến mà tu hạnh Bồ Tát thành Vô thượng Bồ Đề.

10)- Nguyện lớn thứ mười: Những hữu tình vi phạm luật lệ bị bắt giữ giam cầm, hành hạ đánh đập, xử tử mất mạng, lo sầu buồn khổ, nếu niệm danh hiệu ta, do sức oai thần phúc đức của ta thảy đều được giải thoát khỏi khổ.

11)- Nguyện lớn thứ mười một: Những loài hữu tình bị đói khổ bức bách, không có một miếng mà ăn, nên tạo

nghiệp dữ, nếu nghe tên ta niệm danh hiệu ta, sẽ được no đủ, sau được ăn pháp vị mà được yên vui.

12)- Nguyện lớn thứ mười hai: Những loài hữu tình nghèo khổ, không đủ áo mặc, thiếu thốn đủ thứ, ở đường ở bụi, muỗi mòng bức rét khổ sở muôn bề,. khi nghe tên ta trì niệm danh hiệu ta sẽ được no đủ yên vui.

III)- Đức Phật Thích Ca nói Kinh Dược Sư:

Những thiện nam tử, thiện nữ nhân có tín tâm, nên phát nguyện sinh sang thế giới của đức Phật Dược Sư Lưu Ly Quang. Ngài nói tiếp:

Có những chúng sinh chỉ ôm lòng tham keo, chẳng biết qủa báo tốt của bố thí. Vì ngu si không có tín căn, tích chứa của cải, khi có người xin, tâm họ khó chịu. Khi bất đắc dĩ phải bố thí coi như bị cắt thịt họ ra nên rất là buồn tiếc. Lại có kẻ tham lam keo sẻn đến ngay thân họ cũng không dám tiêu dùng huống chi cho cha mẹ vợ con tôi tớ người nghèo v.v… Những chúng sanh ấy khi chết đi sinh làm Ngạ qủy, bàng sinh (như con cua) đi ngang. Nhưng vì thuở xưa ở đời từng nghe danh hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai, nên trong khi ở trong loài ấy tạm nhớ danh hiệu Ngài. Ngay phút nhớ nghĩ liền ra khỏi loài ấy trở lại làm người sợ khổ ác thú chẳng dám ham dục lạc, thích làm bố thí, khen ngợi người bố thí. Có gì cho nấy không giữ, cho đến thân mạng cũng không tiếc.

Có loài hữu tình phá giới phá luật, có kẻ giữ giới giữ luật nhưng lại có tà kiến (không tin qủa báo, luân hồi …), có kẻ có chính kiến lại không chịu học nên chẳng hiểu nghĩa Kinh. Có kẻ đa văn, học rộng nghe nhiều, lại hay kiêu mạn, khen mình chê người, phỉ báng chính pháp, làm bạn với ma đi vào tà kiến, còn làm cho bao nhiêu người xuống hố sâu, nên phải trôi quanh Địa ngục, Ngạ qủy, Súc sanh. Những người này nếu được nghe danh

hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như lai, bỏ ác làm lành, chẳng đọa chỗ dữ, vì sức thần của Phật. Vì thế nên bỏ ngã mạn, không chê chính pháp, học hỏi để hiểu nghĩa sâu xa, tu tập vẹn toàn hạnh Bồ Tát.

Những người làm ác, tham sẻn ghen ghét, khen mình chê người phải đọa trong đường ác, mãn hạn sinh lại thế gian làm thân trâu ngựa thường phải mang nặng, bị đánh đập bức bách, hoặc được làm người nơi nghèo khổ. Nếu xưa đã được nghe danh hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như lai, nay nhớ lại dốc lòng quy y cung kính, mọi căn được thông lợi, đa văn trí tuệ, dứt hẳn lưới ma, sạch hết phiền não, giải thoát hết thảy sinh già bệnh chết.

Những người ngang ngược thích ưa kiện cáo, làm cho náo loạn cả thân miệng ý thường làm nghiệp dữ mưu hại lẫn nhau, lại dùng bùa dùng ngải hại người hại vật. Nếu nghe danh hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai bỏ ác làm lành, ác kia đều chẳng thể hại, được an vui tốt đẹp.

Khi đắc Vô thượng Bồ Đề, do bản nguyện Dược Sư Lưu Ly Quang soi thấy các loài hữu tình mắc vô lượng bệnh khổ, muốn cho bệnh kia tiêu trừ nên Ngài vào Đại định diệt khổ, ở trong Đại định rồi trên nhục kế đỉnh đầu phóng đại Quang minh diễn nói **thần chú Đà la Ni** rằng:

“Nam mô bạc già phạt đế, bệ sái xã, lũ rô bệ lưu ly, bát lạt bà, hát ra xà giã, đát tha yết đa giã, a ra hát đế, sam miểu sam bột đà gia, đát điệt tha, án bệ sái thệ, bệ sái thệ, bệ sái xã, sam một yết đế sa ha”.

Trong Quang minh nói Thần Chú rồi, trái đất chấn động, phóng đại quang minh, hết thảy chúng sanh bệnh khổ đều trừ, được an vui yên ổn.

Nếu có thiện nam tử thiện nữ nhân muốn cứu người bênh mười phần chết chín, hãy tắm gội sạch sẽ, đánh răng xúc miệng, tụng Chú nêu trên 108 lần vào thức ăn

thuốc uống hoặc nước sạch cho người đó ăn uống, làm nhiều lần mỗi ngày trong nhiều ngày, tất sẽ khỏi bệnh, lại còn được sống lâu không bệnh, sau khi mệnh chung được ngôi bất thoái cho đến khi đắc đạo Bồ Đề. Bởi vậy, thiện nam tín nữ nên thường trì chú Đà La Ni và cúng dường Phật Dược Sư Lưu Ly Quang.

Nếu có người siêng năng cung kính cúng dường Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai, Ứng Cúng, Chính Đẳng Chính Giác, hương hoa tụng trì trai giới sớm tối, tâm thanh tịnh không vẩn đục, không giận dữ não hại. Đối với các loài khởi tâm lợi ích yên vui, từ bi hỉ xả bình đẳng. Lại phổ biến giảng thuyết cho người Kinh Dược Sư, như vậy muốn cầu gì cũng được thỏa mãn.

Người có điềm gở xuất hiện, hoặc loạn đao binh, nước, lửa, thiên tai, thú dữ, độc trùng v.v… Nếu dốc lòng trì niệm Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai, mọi sự dữ đều qua khỏi.

Người hủy phạm giới, nếu chuyên niệm danh hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai, quyết chẳng sinh vào đường ác.

Người nữ, sinh nở khó khăn, đau đớn muôn phần, hết lòng niệm danh hiệu, tán thán cung kính cúng dàng Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai, mọi đau đớn khó khăn giảm đi tiêu mất, lại sinh con khôi ngô tuấn tú thông minh.

Nói rồi, đức Phật Thích Ca hỏi Tôn giả A Nan là Thị giả của Ngài rằng: “Ta đã khen ngợi về chỗ sâu xa của chư Phật như thế, ông có tin không?”. Tôn giả thưa: “Đối với Kinh Phật đã nói, con chẳng dám nghi. Vì ba nghiệp thân miệng ý của chư Phật thảy đều thanh tịnh. Núi có thể đổ, chứ lời chư Phật nói, không thể nói khác được’.

Thưa đức Thế Tôn, có những chúng sinh nghĩ rằng: “Làm gì chỉ niệm danh hiệu Dược Sư Như Lai mà được

nhiều công đức đến thế! Vì chẳng tin sinh ra phỉ báng, người đó ở chỗ đêm dài tối mịt mù, mất hết lợi lạc, đọa đường ác chuyển mãi không cùng tận”.

Đức Phật dạy:

“Những loài hữu tình nếu dốc lòng trì niệm danh hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai lâu dài chẳng sinh nghi ngờ sẽ không khi nào phải đọa vào cõi dữ.

Làm được thân người đã là khó rồi, biết kính tin Tam Bảo (Phật, Pháp, Tăng) còn khó hơn, tin nghe danh hiệu Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai lại càng khó hơn nữa”.

IV)-Bồ Tát Cứu Thoát nói nghĩa Phật thuyết:

Bấy giờ Bồ Tát Cứu Thoát lễ rồi thưa Phật: “Ở thời tượng pháp sau này, chúng sinh bị hoạn nạn ốm đau gầy mòn, thân thể nhão mềm chỉ còn da bọc xương, cử động không nổi cái chết gần kề, cha mẹ anh em thân thuộc xúm quanh khóc than. Người ấy vẫn nằm mà thấy Qủy, sứ giả của Diêm vương dẫn mình (thần thức) đến trước Diêm vương tra hỏi, thần thức khai hết đủ cả không thiếu việc chi theo đó xử đoán. Lúc đó những người thân thuộc người bệnh nếu biết quy y đức Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai, chuyên tụng niệm Kinh Dược Sư, thì thần thức có thể trở về tự thấy rõ ràng như trong mộng tỉnh lại như thế, tự nhớ biết các việc thiện báo ác báo. Từ đó về sau không dám làm việc ác cho đến mãn đời. Vì thế cho nên, thiện nam tín nữ nên trì niệm danh hiệu đức Dược Sư, tùy sức mà cung kính cúng dàng Ngài.

Tôn giả A Nan hỏi Bồ Tát Cứu Thoát: “Thưa Ngài, thiện nam tử thiện nữ nhân cung kính như thế nào?”

Bồ Tát trả lời: “Thưa Đại đức, nếu có người đau ốm muốn thoát khỏi bệnh khổ, Các người thân thuộc nên vì người ấy, giữ đủ tám phần trai giới (không sát sinh, không trộm cướp, không dâm dục, không nói dối, không

uống rượu, không nằm ngồi giường ghế cao sang, không trang điểm coi hát, phải ăn chay không qúa giờ ngọ), trong 7 ngày 7 đêm. Mỗi ngày đêm sáu lần lễ bái cung kính cúng dàng đức Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai. Đọc Kinh Dược Sư 49 lần cả thảy, thắp 49 đèn trước 7 hình tượng Phật Dược Sư Lưu Ly Quang (mỗi hình 7 đèn), với lá phướn dài 49 gang tay trong suốt 49 ngày đèn không tắt. Lại phải phóng sinh 49 loài khác nhau, thì có thể qua tai ách khỏi bị chết uổng.

Lại nữa, những nạn nhân dân bệnh dịch chết vô số, nước khác lấn bức, trong nước phản nghịch, mưa gió trái mùa đến mùa chẳng mưa, thiên tai bão lụt liên miên, dân khổ trăm bề. Người đứng đầu đất nước khởi tâm từ bi tha người tù tội, phóng sinh 49 loài, giữ tám phần trai giới trong bảy ngày, cung kính cúng dàng bảy ngày Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai. Nhờ bản nguyện của Ngài khiến cho cả nước tai họa nhẹ đi, yên ổn. Mưa thuận gió hòa, đồng ruộng tốt tươi, nhân dân no ấm vui mừng, mà người đứng đầu được sống lâu mạnh khỏe tự tại an vui.

Lúc ấy, Tôn giả A Nan lại hỏi: “Thưa Ngài, tại sao mạng đã hết lại có thể tăng thêm được?”. Bồ Tát Cứu Thoát đáp: “Thưa Đại đức, Ngài chẳng nghe đức Như Lai nói chín thứ chết uổng sao? Như có người bệnh tuy nhẹ nhưng không thầy không thuốc, không người trông nom, hoặc gặp thầy cho trái thuốc, không đáng chết mà phải chết uổng.

Lại người tin thầy tà nói nhảm sinh sợ hãi chẳng được yên tâm. Xem bói nói gở, giết hại chúng sinh để cúng vái ma qủy ban cho ước muốn, mong muốn sống thêm vẫn chẳng thể được. Ngu si mê tín thành ra chết uổng.

Những kẻ phạm pháp bị tử hình, những kẻ săn bắn rượu chè qúa độ chết uổng một đời.

Kẻ chết cháy, người chết đuối, chết vì bị ác thú cắn ăn, chết vì từ trên cao ngã té xuống, vì trúng độc, tai nạn, bão tố, lũ lụt, đói rét v.v… đều là chết uổng cả.

Còn những kẻ giết cha me, phá hoại Tam Bảo, phá luật nước, tội rất nặng nề.

Tất cả, nếu biết sám hối rồi, dựng đàn tràng cung kính cúng dàng Dược Sư Như Lai và làm các việc phóng sinh, bố thí như đã nói sẽ được tai qua nạn khỏi, tội kia ắt trừ.

V)- 12 Đại Tướng Thần Dược Xoa nguyện:

Khi ấy, có mười hai vị Đại Tướng Thần Dược Xoa gồm: Cung Tì La, Phạt Chiết La, Mê Sí La, An Để La, Át Nễ La, San Để La, Nhân Đạt La, Ba Di La, Ma Hổ La, Chân Đạt La, Chiêu Đổ La, Tỳ Yết La, (Xin xem Kinh Dược Sư), mỗi vị có bảy nghìn Dược Xoa, đồng loạt phát nguyện trước Phật Thích Ca rằng: “Thưa đức Thế Tôn, chúng con nhờ uy lực của Thế Tôn mới được biết như thế. Chúng con và quyến thuộc xin nguyện trước đức Thế Tôn sẽ hộ trì người tụng niệm Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai. Chỉ cần người đó lấy chỉ năm màu kết thành tên của chúng con, được toại nguyện rồi sau mới cởi ra”.

Bấy giờ đức Phật Thích Ca khen: “Hay lắm! hay lắm! Các Đại Tướng, các ông và các đoàn tùy tùng của các ông vì nhớ báo ân Phật Dược Sư Lưu Ly Quang thường nên cứ làm như thế từ nay cho mãi về sau cho được lợi ích yên vui hết thảy hữu tình”.

Và Ngài cho Tôn giả A Nan biết tên Kinh vừa nói xong là “Công đức bản nguyện của đức Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai”, cũng gọi là “Pháp nói Thần Chú kết nguyện của 12 vị Thần Tướng lợi ích cho hữu tình”, cũng gọi là “Pháp trừ nghiệp chướng”.,.

Lược sự tích các Bồ Tát

(Kinh Lăng Nghiêm. Kinh Phả Môn. Chư Kinh Tập Yếu: Kinh Diệu Pháp Liên Hoa Phẩm Phổ Môn trang 86, 87. Sự tích Phật A Di Đà và chư vị Bồ Tát)

Rất nhiều người tới chùa lễ Phật chỉ biết đức Phật Thích Ca là Giáo chủ cõi Ta Bà ngồi trên tòa Hoa sen, đức Di Lặc béo mập, sẽ thành Phật ở cõi Ta Bà này, và đức Phật A Di Đà hiện đang là Giáo chủ cõi Cực Lạc ở Tây phương. Còn các vị Bồ Tát nhiều người không hiểu rõ, vì mỗi chùa thờ một khác, có chùa thờ Phật Thích Ca ở giữa, hai bên là Phật A Di Đà, Quán Thế Âm Bồ Tát, phía trước là đức Di Lặc. Có chùa thờ đức Phật A Di Đà đứng giữa, hai bên là Quán Thế Âm, Đại Thế Chí Bồ Tát, ở phiá trước là Phật Thích Ca, Có chùa thờ Phật Thích Ca ở giữa, hai bên là Văn Thù Sư Lợi, Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát, phiá trước là Tổ thứ 28 Bồ Đề Đạt Ma bên Tây Trúc và là Sơ Tổ Thiền Tông bên Trung Hoa, v.v…Vì vậy một số Phật tử tại gia lâu lâu mới tới chùa một lần không hiểu các vị Bồ Tát được thờ là những vị nào nên thường thắc mắc.

Sự thờ khác biệt giữa chùa này và chùa kia, là do "pháp môn tu hành" của vị trụ trì đầu tiên khi lập chùa mà ra. Như chùa theo Tịnh Độ Tông (Pháp Môn niệm Phật A Di Đà) thờ Phật A Di Đà, Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát, Đại Thế Chí Bồ Tát; chùa tu theo Thiền Tông thờ Phật Thích Ca Mâu Ni, Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát, và Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát.

Để khỏi bỡ ngỡ, xa lạ, thử tìm hiểu đặc điểm và sự tích của một số vị Bồ Tát thường được thờ trong các chùa, và chúng ta cũng thường niệm trong các buổi lễ.

Bồ Tát Quán Thế Âm

I)- Quán Thế Âm là Bồ Tát nào?

Quán Thế Âm tiếng Phạn là Avalokitesvara nghĩa là quán sát chúng sinh. Ngài là bậc Đẳng Giác, có hạnh nguyện đại từ đại bi cứu khổ chúng sinh. Hiện tại là Bồ Tát Thượng thủ của đức Phật A Di Đà, Ngài thường cùng đức Phật A Di Đà, Bồ Tát Đại Thế Chí và Thánh chúng đến các thế giới tiếp dẫn chúng sinh về cõi Cực Lạc.

Ngài được gọi là Đại Bi Quán Thế Âm, vì Ngài thường Quán sát sự khổ của chúng sanh, và nghe chúng sinh trong mười phương kêu cầu Ngài cứu khổ, thì Ngài hiện thân cứu nạn cho được yên vui tai qua nạn khỏi v.v…

Ngài thường phân thân, sinh vào các loài để giáo hóa và cứu khổ cho các loài.

Bồ Tát Quán Thế Âm, còn được gọi là Quán Tự Tại Bồ Tát như trong Bát Nhã Tâm Kinh. Cách tu chứng của Ngài trong Kinh Lăng Nghiêm, và Kinh Phổ Môn, đức Phật Thích Ca nói với Bồ Tát Vô Tận Ý và chúng Bồ Tát về hạnh rộng lớn cứu khổ chúng sanh của Bồ Tát Quán Thế Âm. Vì Ngài rất quan trọng đối với chúng sinh nên đã được đức Phật Thích Ca nói trong ba Kinh khác nhau.

II)- Đặc điểm của Bồ Tát Quán Thế Âm:

Đặc điểm của hình hay tượng Ngài thường là đi trên đám mây, hay đi trên hoa sen giữa biển sóng gió, biểu tượng đang đi cứu khổ cứu nạn. Tay phải cầm cành dương liễu (tượng trưng hạnh nhẫn nhục), tay trái cầm lọ bình nước cam lộ (tượng trưng hạnh từ bi), dùng để rẩy nước cam lộ rập tắt phiền não cho chúng sinh.

Nam mô Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát

Hình tượng thờ Ngài đứng bên tay trái của đức Phật A Di Đà. Có người thấy mặt đẹp và dáng Ngài xa xa, các giải mũ, tà áo bay theo chiều gió lả lướt tựa thể Tiên nữ, nên đã cho rằng Ngài là đàn bà. Sự thật chẳng phải vậy, vì khi tu đã tới bậc "Đẳmg Giác Bồ Tát" như Ngài, nghĩa là chỉ còn một bậc nữa là thành Phật. Ngài có đủ thứ thần thông biến hóa, đâu còn tham dục của người tục tử như chúng ta nữa. Ngài đâu còn có tính của một người đàn ông hay đàn bà phàm tục nữa, nghĩa là Ngài đã ra ngoài vòng "ái dục", và chỉ có một mục tiêu làm việc Phật, cứu độ chúng sinh. Nếu chúng ta theo trần tục mà gán ghép cho Ngài là Nam hay là Nữ, chắc Ngài phải tức cười về "những người mù rờ voi" không biết sự thật, và thương xót chúng sinh mê muội mãi trầm luân trong biển khổ!

Nhưng cũng có thể giải thích rằng: "Vì Ngài có tâm Đại Bi, thương xót chúng sinh vô bờ bến, cứu khổ cứu nạn khi chúng sinh kêu cứu. Nên chúng ta ví Ngài như một người Mẹ luôn luôn thương các con không quản nhọc nhằn, chăm sóc các con khi các con cần đến. Do đó chúng ta gọi Ngài là Mẹ, vậy thôi".

III)- Sự Tích Bồ Tát Quán Thế Âm:

1)- Bồ Tát Quán Thế Âm khi chưa tu hành: Có một kiếp Ngài là con trưởng của vua Vô tránh Niệm (tức là Phật A Di Đà), tên Bất Huyến. Trong thời ấy có Phật Bảo Tạng ra đời, Vua thấy nhân dân ca ngợi sự giáo hóa của Phật, nên Vua nghĩ: "Nếu Phật Bảo Tạng không chân chính, làm sao nhiều người sùng mộ như thế?". Nên Vua mới cùng với các Vương tử, Đại thần đến chiêm bái, thì qủa các lời giảng của Phật Bảo Tạng thật qúy báu chưa hề được nghe. Vua Nghe rồi phát tâm bố thí cúng dàng Phật và đại chúng Tăng trong ba tháng, cung cấp đầy đủ

từ thức ăn uống cho đến quần áo, vật dụng cần thiết. Vua còn khuyên các Vương tử, Đại thần làm theo như vậy.

Khi ấy, Thái tử Bất Huyến vâng lời phụ Vương, hết lòng kính tin, cúng dường Phật và đại chúng Tăng đủ thứ trong ba tháng. Thái tử cũng được đại thần Bảo Hải là thân phụ của Phật Bảo Tạng, nhắc nhở về việc bố thí không nên cầu phước mà nên cầu đạo vô thượng, vì cầu phước chỉ được qủa báo cõi Trời hay cõi Người, hưởng hết phước rồi lại bị đọa vào đường dữ. Còn cầu đạo vô thượng sẽ không hư không mất, đời đời hưởng an vui vô tận, và cứu độ chúng sinh ra khỏi biển khổ sông mê.

Thái tử Bất Huyến nghe đại thần Bảo Hải khuyên, bèn đáp rằng: "Tôi xem xét cả thảy đều cấu nhiễm, vì thế mà tạo tội phải đọa vào ba đường ác". Nói xong, Thái tử suy nghĩ: "Phần nhiều mọi người không gặp được người dạy bảo lẽ phải làm lành tránh dữ, chỉ gặp những kẻ ác độc tiểu nhân kết làm bạn bè thường xúi dục làm những điều bất thiện, không biết đạo đức là gì, nên phải chịu nỗi đày đọa khổ cực".

Thái tử nghĩ một lúc rồi đi đến thưa với Phật Bảo Tạng: "Nay tôi xin tỏ lời trước Ngài và Đại chúng: Tôi nguyện đem tất cả công đức cúng dàng mà tôi có để hồi hướng cầu đạo vô thượng Bồ Đề. Tôi nguyện trong khi tu hạnh Bồ Tát, tôi làm những việc lợi ích cho chúng sinh. Chúng sinh bị khốn khổ không biết nương tựa vào đâu để thoát khổ nếu chí tâm niệm danh hiệu tôi, tức thì tôi dùng thiên nhĩ để nghe, dùng thần thông để tới cứu người ấy khỏi tai ách, khỏi khổ được vui. Nếu không được vậy tôi không thành Phật.

Khi phụ Vương tôi thành Phật, tôi nguyện làm phật sự, tu hạnh Bồ Tát, cứu giúp chúng sinh, và sau khi phụ

Vương tôi nhập diệt đến khi chính pháp diệt thì tôi chứng đạo qủa Bồ đề để giáo hóa chúng sinh".

Đức Phật Bảo Tạng nghe rồi liền thọ ký cho Thái tử Bất Huyến: "Ông Phát nguyện Đại bi muốn đoạn trừ hết khổ não cho chúng sanh được an vui, nên ta đặt hiệu là Quán Thế Âm, trong khi tu hạnh Bồ Tát làm vô lượng công đức giáo hóa chúng sanh cho thoát khỏi khổ não.

Sau khi Phật A Di Đà nhập diệt, cõi Cực Lạc đổi tên thành "Nhất Thiết Chân Bảo Sở Thành Tựu", tốt đẹp hơn nữa. Khi đó ông ngồi đài Kim Cương mà chứng ngôi Chính Giác hiệu "Biến Xuất Nhất Thiết Quang Minh Công Đức Sinh Vương Như Lai" có phước huệ tròn đủ, đạo pháp cao siêu, thần thông rộng lớn không ai sánh bằng. Lại sống dài lâu, khi nhập diệt chính pháp truyền lại lâu dài".

Thái tử Bất Huyến liền cúi lễ và thưa: "Nếu thệ nguyện của tôi được như lời Ngài nói, xin Ngài làm thế nào các đức Phật hiện ở mười phương cũng đều thọ ký cho tôi".

Lúc ấy mười phương chấn động, đức Phật Bảo Tạng nói: "Chư Phật mười phương thọ ký cho ông như Ta đã thọ ký".

Khi ấy, Thái tử Bất Huyến vui mừng vô kể. Về sau mạng chung, thụ sinh nhiều đời nhiều kiếp, Ngài đều giữ bản nguyện gắng công tu hành đạo Bồ Tát cứu giúp chúng sinh không khi nào quên đại bi nguyện.

2)- Kinh Diệu Pháp Liên Hoa: (**T**rong Chư Kinh Tập Yếu), Phẩm Phổ Môn trang 86 nói về sức thị hiện thần thông của "tự tính". Bồ Tát Vô Tận Ý hỏi Phật: "Quán Thế Âm Bồ Tát vì nhân duyên gì tên là Quán Thế Âm?"

Phật bảo: "Nếu có vô lượng chúng sinh bị các khổ não, nhất tâm niệm (chỉ một lòng, không nghĩ chuyện khác)

danh hiệu Quán Thế Âm, thì sức dụng tự tính (tánh) Quán Thế Âm hiện ra, tất cả khổ nạn đều được giải thoát, nên gọi là Quán Thế Âm. Cũng gọi là "tự tính tự độ".

Về phương tiện tu hành, có năm thứ quán:

1.- Chân quán: Là lập "chân" phá "vọng". Trước tiên phải xoay cái nghe về "tự tính", thoát lìa âm thanh. Chỗ nghe (Sở nghe) đã tiêu, thì sự nghe (Năng nghe) cũng hết. Nên hai cái "động, tịnh" chẳng có chẳng sinh, do đó sự dụng các căn (sáu căn: Mắt, tai, mũi, lỡi, thân, ý) dung thông lẫn nhau, gọi là nhĩ căn viên thông, cũng gọi là "Phản văn văn tự tính".

2.- Thanh tịnh quán: Là dùng sự thanh tịnh để đối trị sự nhiễm ô của sự nghe và nơi phát xuất ra tiếng (đối trị năng sở). Sự nghe và nơi phát ra tiếng không còn (năng sở hết) cũng chẳng trụ nơi hết. Luôn cả sự biết về sự chẳng trụ cũng không.

3.- Từ Quán: Là độ cho chúng sinh được vui mà chẳng có "sức làm độ" (năng độ), gọi là "Vô Duyên Từ".

4.- Bi Quán: Là độ cho chúng sanh lìa khổ mà chẳng có nơi độ, chẳng có người được độ (sở độ), gọi là "Đồng thể Bi".

Khi Từ Bi thể hiện thì "ngã chấp"(chấp ta) sạch, tình thương phát huy đến cùng tột. Cũng như ánh sáng chiếu khắp đến mọi chúng sinh, chẳng thiếu sót. Như vậy được "Hòa Quang Đồng Một"(nhiều đèn cùng hòa chung một ánh sáng), nên chỗ nghe và sự nghe (năng sở) đều hết.

5.- Quảng đại trí huệ quán: Là trí huệ chiếu khắp pháp giới (vũ trụ), quảng đại siêu việt số lượng. Tất cả năng sở tiêu diệt thì tịch diệt hiện tiền. Đây là diệu dụng của **tự tính tự độ.**

3)- Trong Kinh Lăng nghiêm: Phật dạy một giác quan mở được thì cả sáu giác quan đều thông. Nhưng Tôn giả

A Nan không biết mở giác quan nào dễ nhất, nên cầu Phật dạy. Đức Phật liền bảo hàng Bồ Tát và hàng A La Hán nói ra kinh nghiệm của mỗi người. Sau khi 20 vị đại đệ tử A la hán, và bốn vị Bồ Tát nói cách viên thông của mình xong, Bồ Tát Quán Thế Âm nói: "Con nhớ khi xưa từ vô số hằng sa kiếp về trước, lúc đó có Phật Quán Thế Âm ra đời, con phát tâm Bồ Đề nơi Phật ấy. Phật dạy con từ nơi Nghe (Văn) Nghĩ (Tư), Tu để nhập Chính Định (Tam ma đề). Con đã thực hành chẳng chạy theo âm thanh, chẳng để ý nơi xuất phát của âm thanh, xoay cái nghe vào bên trong, dần dần được thanh tịnh, hai tướng động tịnh chẳng sinh, v.v…(Xin coi Kinh Lăng Nghiêm) Tất cả con đã thực hành đầy đủ và nhập Chính Định ngay trong hội ấy, được Phật khen ngợi, và thụ ký cho con hiệu là Quán Thế Âm, và con được hai thứ thù thắng:

1- Trên khế hợp với giác tâm của chư Phật, đồng một từ lực với Như Lai.

2- Dưới khế hợp với mười phương chúng sinh các loài, với tất cả chúng sanh đồng một lòng thương xót.

Thưa Thế Tôn, do con cúng dàng Phật Quán Thế Âm, Ngài dạy con tánh nghe như huyễn, huân tu Kim Cương Tam Muội. Vì đồng một từ lực với chư Phật, nên con được thành tựu 32 ứng thân nhiệm mầu vào các loài (Quốc độ) cứu độ chúng sinh.

Thưa Thế Tôn, do con dùng "vô tác diệu lực" của sự huân tu Kim Cương Tam Muội này, cùng với chúng sanh lục đạo (sáu cõi) trong mười phương đồng một lòng thương xót, nên khiến các chúng sanh hiện nơi thân tâm con được 14 thứ công đức vô úy. (Xem Kinh Lăng Nghiêm)

Thưa Thế Tôn, do con được Nhĩ căn viên thông, phát ra diệu dụng, nên thân tâm vi diệu, cùng khắp pháp giới (vũ

trụ), khiến người trì danh hiệu con, với người trì danh hiệu của 62 hằng sa Pháp vương tử, hai người được phúc đức bằng nhau.

Thưa Thế Tôn, con do tu chứng vô thượng đạo, được căn Nghe viên thông, nên khéo được bốn thứ diệu đức, không làm gì cả (vô tác) được bốn thứ khó nghĩ bàn (xin xem Kinh Lăng Nghiêm).

Thế Tôn hỏi về viên thông, con thấy dùng Nhĩ căn viên thông là hơn cả.

Lúc đó đức Phật Thích Ca từ toàn thân phóng hào quang chiếu tới đỉnh đầu của mười phương chư Phật. Mười phương chư Phật cũng phóng hào quang tới đỉnh đầu Phật Thích Ca. Tất cả đều biến thành bảy mầu rực rỡ, từ núi đồi, cây cỏ, đến biển hồ v.v… Rồi đức Phật bảo Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi : "Nay Ta muốn khiến A Nan khai ngộ, ông hãy xem 25 vị vô học, lối tu của họ thật chẳng hơn kém sai biệt, xem lối nào thích hợp để A Nan và chúng sinh đời sau tu hành dễ được thành tựu?

Khi ấy Bồ Tát Văn Thù dùng Kệ phân tích tất cả các lối chứng đắc của 25 vị Bồ Tát và Đại Thanh Văn, rồi đưa ra kết luận rằng tu Nhĩ căn của Bồ Tát Quán Thế Âm là viên thông bậc nhất Tôn giả A Nan và chúng sinh đời sau nên tu hành theo.

Tóm lại, hiện tại, Bồ Tát Quán Thế Âm là bậc Đẳng Giác, ở cõi Cực Lạc làm Bồ Tát Thượng thủ, phụ với đức Phật A Di Đà tiếp dẫn chúng sinh từ mười phương về cõi ấy, và hằng cứu khổ cứu nạn chúng sinh mười phương kêu cầu cứu. Vậy những ai thường tụng niệm danh hiệu Ngài "Nam mô đại từ đại bi cứu khổ cứu nạn linh cảm Quán Thế Âm Bồ Tát" hoặc "Nam mô Quán Thế Âm Bồ Tát", sẽ được sự lợi lạc không thể nói hết được.,.

Bồ Tát Đại Thế Chí

I)- Đại Thế Chí là Bồ Tát nào?

Trong các buổi lễ tại các chùa ở phần cuối có xướng lễ ba đức Phật Thích Ca, Di Lặc, A Di Đà, và trong số năm vị Bồ Tát, có ngài Đại Thế Chí tượng trưng cho ý chí mạnh mẽ giáo hóa chúng sinh. Hiện Ngài là bậc Đẳng Giác, ở cõi Cực lạc của Phật A Di Đà, là một trong hai vị Đại Bồ Tát phụ với đức Phật A Di Đà để tiếp dẫn chúng sinh trong mười phương về thế giới cực lạc.

II)- Đặc điểm của Bồ Tát Đại Thế Chí:

Hình hoặc tượng Bồ Tát Đại Thế Chí thường đứng tay trái cầm cành hoa sen, lòng tay phải quay ra duỗi xuôi ở thế tiếp dẫn chúng sinh, cách mặc cũng giống như Bồ Tát Quán Thế Âm, nhưng đứng trên hoa ở bên tay phải đức Phật A Di Đà. Trên chóp mũ thường có hình ngôi chùa đại diện cho trí huệ của Ngài.

III)- Sự tích Bồ Tát Đại Thế Chí:

Bồ Tát Đại Thế Chí khi chưa học đạo, một kiếp là con thứ hai của vua Vô tránh Niệm, và là em của Thái tử Bất Huyến, tức là Bồ Tát Quán thế Âm bây giờ, tên là Ni Ma. Cũng như anh, Hoàng tử Ni Ma được Vua cha khuyến khích bố thí cúng dàng Phật Bảo Tạng và đại chúng Tăng, Ngài cúng dường không luyến tiếc của. Ngài cũng được Đại thần Bảo Hải khuyên nhủ như Thái tử Bất Huyến rằng nên bố thí để cầu phúc vô lậu (không có cấu uế), không nên cầu phúc hữu lậu không lợi ích là bao. Hoàng tử Ni Ma được Đại thần nhắc nhở, Ngài đến chỗ Phật Bảo Tạng vái rồi nói: "Thưa đức Thế Tôn, tôi nay đem công đức cúng dường Ngài và đại chúng Tăng trong

Nam mô Bồ Tát Đại Thế Chí

ba tháng, và những hạnh tu tập của tôi là: Ba điều về thân không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm; bốn điều về miệng không nói dối, không nói hai chiều, không nói đâm thọc, không nói lời độc ác; ba điều về ý không tham, sân, si mê tà kiến, mà cầu phật đạo vô thượng Chính Đẳng Chính giác. Nếu sự cầu nguyện của tôi được Ngài chấp thuận thụ ký cho, thì xin giữa hư

không hoa đẹp rơi rải xuống, và tôi kính cẩn lễ Ngài. Trong khi Hoàng tử thi lễ, giữa hư không hoa rải xuống như mưa bay. Thấy vậy, Hoàng tử nói: “Ngài đã thụ ký rồi, tôi kính lễ, xin Ngài làm sao để chư Phật mười phương cũng thụ ký cho tôi như Ngài đã làm”. Nói rồi, Hoàng tử lại thi lễ nữa, trong khi ấy, mười phương, kể cả cây cối núi đồi sông rạch đều rúng động, âm vang cùng khắp. Đức Phật Bảo Tạng nói: “Chư Phật mười phương đã thọ ký rằng: Tại cõi Tán Đề Lam, có người Phật tử của Phật Bảo Tạng tên Ni Ma, con thứ hai vua Vô Tránh Niệm, phát tâm cúng dường Phật và đại chúng trong ba tháng, đem công đức ấy hồi hướng cầu đạo Bồ Đề và nguyện ở cõi trang nghiêm. Do đó trải qua vô số hằng sa kiếp tu hành sẽ bổ xứ thành Phật kế vị đức Biến Xuất Nhất Thiết Công Đức Quang Minh Sinh Vương Như Lai nhập diệt” (tức là sau khi Bồ Tát Quán Thế Âm thành Phật, giáo hóa chúng sinh rồi nhập diệt, bấy giờ Ngài Đại Thế Chí là Phật kế vị ở cõi ấy, còn qúa lâu xa).

Thái tử Ni Ma được Phật Bảo Tạng và chư Phật mười phương thụ ký, vui mừng phấn khởi, hằng chăm chỉ tu tập không quên. Sau khi mạng chung, đầu thai nhiều đời nhiều kiếp khi cõi người khi cõi Trời, kiếp nào cũng hằng giữ bản nguyện quyết tâm tu hành, làm hạnh mở trí tuệ cho chúng sinh không mỏi mệt, để bước lên đường giác.

Hiện tại, Ngài là bậc Đẳng Giác phụ với Đại Bồ Tát Quán Thế Âm, là hai vị cao nhất trong số Bồ Tát của đức Phật A Di Đà, làm Phật sự trong việc giáo hóa Thánh chúng. Ngài thường cùng Phật A Di Đà và Bồ Tát Quán Thế Âm đến mười phương tiếp đón chúng sinh về cõi Cực Lạc để giáo hóa cho họ thành Phật., .

Bồ Tát
Văn Thù Sư Lị

Nam mô Đại Trí Văn Thù Sư Lị Bồ Tát

I)- Văn Thù Sư Lị là Bồ Tát nào?

Bồ Tát Văn Thù Sư Lị (Lợi) thường gọi tắt là Bồ Tát Văn Thù, có nghĩa là Diệu Đức. Ngài là Thượng thủ của

Phật Thích Ca trong hàng Bồ Tát. Trong Kinh Duy Ma Cật nói về Đại Bồ Tát Duy Ma Cật thị hiện tại cõi Ta Bà để giáo hóa chúng sinh dưới hình thức là một người bệnh. Một hôm, đức Phật Thích Ca muốn cử một đệ tử đại diện hướng dẫn bốn chúng đi thăm bệnh Duy Ma Cật. Nhưng khi được hỏi, hết thảy từ hàng đại đệ tử đến hàng Bồ Tát đều khiêm cung không dám nhận. Chỉ có Bồ Tát Văn Thù nhận lời Phật trao phó, vì vậy Ngài còn được gọi là "Đại Trí Văn Thù Sư Lị Bồ Tát"

II)- Đặc điểm của Bồ Tát Văn Thù:

Hình hay tượng Ngài ngồi kết già trên bệ có 12 tay:

Phía trước có 6 tay:

- Hai tay dưới để trong thế thiền định, bưng bình nước cam lộ.
- Hai tay giữa nhúng trong bình chuẩn bị vẩy cam lộ, tượng trưng cứu khổ cho vui.
- Hai tay trên bắt ấn chuyển pháp luân trước ngực: ngón trỏ và ngón cái làm thành vòng tròn, các ngón khác duỗi thẳng lên, lòng tay phải quay ra, lòng tay trái quay vào .

Phiá sau có 6 tay:

- Hai tay trên bắt ấn tối thượng Bồ Đề bên trên đầu: Hai bàn tay chắp lồng vào nhau, các ngón tay nọ nắm mu bàn tay kia, trừ ngón trỏ và ngón cái để thẳng.
- Hai tay giữa dang ra hai bên: tay trái cầm cung, tay phải cầm tên, tượng trưng giết phiền não.
- Hai tay dưới dang ra hai bên: tay trái cầm giá đựng Kinh, tay phải cầm kiếm, tượng trưng diệt vô minh.

Lại có hình tượng thờ Ngài ngồi trên lưng Sư tử, sư tử rống lên các loài đều sợ, đó là biểu tượng trí tuệ diệt trừ tất cả phiền não của chúng sinh.Tay Phải cầm gươm, mũi gươm cao tới ngang đầu Ngài, tay trái cầm Kinh Bát Nhã trước ngực. Tượng trưng diệt Vô minh, được Trí Huệ.

Bồ Tát Văn Thù được người Tây Tạng, Trung Hoa và Việt Nam thờ phụng.

III)- Sự tích Bồ Tát Văn Thù:

Khi Bồ Tát Văn Thù chưa tu, một kiếp Ngài là con thứ ba của vua Vô tránh Niệm, tên là Hoàng tử Vương Chúng. Trong dịp phụ Vương Ngài cúng dàng đức Phật Bảo Tạng và khuyên bảo các Vương tử làm theo, Ngài thích thú vâng làm. Đại thần Bảo Hải cũng khuyên rằng: "Nay Hoàng tử đã và đương cúng dường Phật, đó là phước đức rất lớn. Hoàng tử nên tạo nghiệp thanh tịnh, vì hết thảy chúng sanh mà cầu được trí huệ, và đem công đức ấy hồi hướng về đạo vô thượng Chính đẳng, sẽ tốt hơn cầu các phước khác".

Hoàng tử Vương Chúng nghe quan Đại thần khuyên, bèn đến chỗ đức Phật Bảo Tạng vái và nói: "Thưa đức Thế Tôn, tôi cúng dàng Ngài, chúng Tăng, và tu tập những điều do Ngài chỉ dạy đó. Nay tôi xin hồi hướng công đức ấy về đạo vô thượng, nguyện tu hạnh Bồ Tát dù trải qua hằng sa số kiếp, để giáo hóa chúng sinh khỏi mê muội được trí huệ.

Tôi nguyện chẳng vì lợi ích của mình mà cầu mong thành đạo qủa, và vì giáo hóa chúng sinh trong mười phương. Những người được tôi giáo hóa thành Phật trước tôi trong khi vị này giáo hóa chúng sinh làm sao cho tôi thấy.

Tôi nguyện trong khi tu hành làm vô lượng Phật sự, và đời nào cũng tu theo Lục độ là Bố thí, Trì giới, Nhẫn nhục, Tinh Tấn, Thiền định, và Trí huệ.

Tôi nguyện chúng sinh được tôi dạy bảo đều được thanh tịnh, được như vậy tôi mới thành Phật.

Tôi nguyện được cõi Phật trang nghiêm bằng tất cả các cõi Phật trang nghiêm hợp lại. Cõi ấy toàn bằng vàng bạc

lưu ly, xích châu mã não, có các cây lạ hoa qúy hương thơm không đâu có, không có đất cát bụi bặm dơ bẩn.

Tôi nguyện trong cõi ấy, hết thảy chúng sinh đều sinh ra bằng hóa sinh, không có ái dục, không có tên đàn bà, không cần ăn uống các đồ vật chất. Mọi người đẹp tự nhiên, vui trong thiền định, được tam muội, có thần thông, đi dạo tự tại. Chỉ trong thời gian một bữa ăn đi khắp mười phương cúng dàng chư Phật.

Tôi nguyện trong cõi nước tôi không có phân biệt, thảy đều cao thượng, tâm trí sáng suốt, không có ba điều ác của thân, bốn điều dữ của miệng, và ba điều độc của ý.

Tôi nguyện trong cõi của tôi không có các sự khổ não, không có Tám chướng ngại (Là: 1- Địa ngục, 2- Ngạ qủy, 3- Súc sinh, 4- Vô sắc Thiên trường thọ, 5- Câm điếc, 6- Tà kiến, 7- Sinh thời không có Phật và pháp lưu hành, 8- Ở nơi hoang vu).

Tôi nguyện trong cõi nước tôi không cần ánh sáng mặt trăng mặt trời, vì các vị Bồ Tát có hào quang tự nhiên soi sáng chiếu khắp nơi nên không có đêm tối. Chỉ biết khi hoa nở là ban ngày, hoa cúp là ban đêm, còn khí hậu không nóng cũng chẳng lạnh, điều hòa trung bình không thay đổi.

Tôi nguyện, các Bồ Tát Đẳng Giác bổ xứ làm Phật đến cõi khác, trước hết ở cõi tôi sau mới giáng sinh tới cõi ấy tùy nguyện hóa độ.

Tôi nguyện khi tôi thành Phật rồi hóa độ hết thảy chúng sinh trong cõi nước của tôi thành Phật hết rồi tôi mới nhập diệt.

Tôi nguyện khi làm Bồ Tát đạo trong các cõi Phật, thấy những trang nghiêm và những hạnh nguyện của chư Phật, tôi đều được thành tựu như thế tất cả.

Tôi nguyện trong khi tu đạo Bồ Tát, các người phát Bồ Đề tâm sẽ được bổ xứ thành Phật về sau, đều sinh về cõi tôi để được giáo hóa hết thảy.

Tôi nguyện khi tôi thành Phật rồi, tôi biến hóa ra các hoá Phật và các hóa Bồ Tát nhiều như cát ở bờ sông bãi biển. Hằng dạo chơi các thế giới mười phương mà giáo hóa, chúng sinh nghe rồi phát tâm Bồ Đề tu hành đến khi thành Phật cũng không thay đổi.

Tôi nguyên khi tôi thành Phật, các chúng sinh ở các cõi khác nếu thấy tôi nhớ mãi cho tới khi thành Phật cũng không quên. Nếu các Bồ Tát ở các cõi khác muốn thấy tôi đều được thấy, và sự hoài nghi về đạo pháp được suốt thông hết thảy.

Tôi nguyện khi thành Phật rồi thọ mạng lâu dài vô cùng vô tận, các vị Bồ Tát trong cõi tôi cũng sống lâu như thế.

Thưa đức Thế Tôn, tôi nguyện được như vậy, tôi mới thành Phật".

Đức Bảo Tạng Như Lai nghe Hoàng tử Vương Chúng thệ nguyên kiên cố như thế, liền thụ ký rằng: "Hay thay! Hay thay! Ông là đại trượng phu minh mẫn sáng suốt, phát nguyện rộng lớn khó khăn, làm những việc không thể nghĩ bàn. Phải là bậc trí huệ mới làm được như vậy. Ông vì hết thảy chúng sanh mà phát nguyện rộng lớn nặng nề và cầu cõi Phật trang nghiêm như thế. Nay Ta đặt tên hiệu cho ông là Văn Thù Sư Lị, trải qua vô lượng kiếp về sau, ông sẽ thành Phật ở thế giới đẹp đẽ tên là Thanh Tịnh Vô Cấu Bảo Chỉ ở về phương Nam. Tất cả các sự ước nguyện của ông đều được thỏa mãn.

Từ nay về sau, trải qua vô lượng kiếp, ông tu Bồ Tát đạo, trồng căn lành, giáo hóa chúng sanh, tùy bệnh mà cho thuốc, để chúng sanh trừ hết phiền não".

Hoàng tử Vương Chúng nói: "Thưa đức Thế Tôn, nếu sự thệ nguyện của tôi được đúng như Ngài thọ ký, xin cả mười phương chư Phật cùng thọ ký cho tôi".

Nói rồi, đương lúc cúi đầu lễ Phật, mười phương chấn động, trên không có tiếng âm nhạc vang lên, các thứ hoa rơi xuống như mưa bay và ở tất cả các cõi Phật cũng thế.

Đức Phật Bảo Tạng nói: "Mười phương chư Phật đồng loạt thụ ký cho ông rồi đó".

Hoàng tử Vương Chúng hoan hỉ vui mừng, bèn ngồi xuống nghe thuyết pháp.

Từ đó về sau, Hoàng tử mạng chung, tái sinh vô số kiếp, kiếp nào cũng nhớ bản nguyện quyết tâm tu hành đạo Bồ Tát. Ngài đã thành đại Bồ Tát từ vô số kiếp và giáo hóa vô số chúng sinh. Một số đệ tử của Ngài Văn Thù đã thành Phật rồi, mà Ngài vẫn còn là Đại Bồ Tát giáo hóa chúng sinh trong mười phương thế giới vì lời thệ nguyện kiên cường khó làm xong được của Ngài vậy., .

Lời Nguyện

- Tôi nguyện từ nay về sau cố gắng tránh nghĩ điều tà vạy, tránh nói điều sai quấy, tránh làm điều ác độc.

- Tôi nguyện từ nay về sau cố gắng nghĩ điều chân chính, nói điều phải đạo, chuyên làm điều tốt lành.

Bồ Tát Phổ Hiền

Nam mô Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát

I)- Phổ Hiền là Bồ Tát nào?

Trong các buổi lễ tại các chùa, ở phần cuối có xướng lễ các vị Phật và các vị Bồ Tát trong đó có Bồ Tát Phổ Hiền. Ngài thường được thờ cùng Bồ Tát Văn Thù, hai bên đức Phật Thích Ca. Bồ Tát Phổ Hiền tượng trưng cho tu tập thiền định là điều có thể giải thích được khi chúng sinh chưa thành Phật, có thể nhận biết được; khác với cảnh giới trí huệ giải thoát của Bồ Tát Văn Thù không thể nghĩ bàn được.

II)- Đặc điểm của Bồ Tát Phổ Hiền:

Các hình hoặc tượng Bồ Tát Phổ Hiền ngồi trên lưng voi trắng nằm có sáu ngà. Voi trắng tượng trưng cho trí tuệ vượt chướng ngại, sáu ngà tượng trưng cho sáu giác quan của mỗi người là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Đầu voi đội hoa sen, cổ voi đeo nhạc. Đầu Bồ Tát Phổ Hiền có ngọc Như ý, tượng trưng được toại nguyện. Tay phải cầm cuốn Kinh, tay trái bắt ấn giáo hóa chúng sinh. Chân trái để trên đài hoa sen, tương trưng chuẩn bị thành Phật trong mai sau. (Có hình tượng Ngài ngồi kết già trên lưng voi đứng, hai tay chắp bắt ấn kim cương hiệp chưởng trước ngực: Ngón cái và bàn tay của tay nọ nắm xéo tay kia, tất cả các ngón để thẳng, hai lòng bàn tay úp xéo vào nhau, ngón cái tay nọ nắm ngang mu bàn tay kia, tượng trưng tín tâm bất động vững chắc như kim cương).

III)- Lược sự tích Bồ Tát Phổ Hiền:

Khi Bồ Tát còn chưa học đạo, một kiếp Ngài là con thứ tư của vua Chuyển Luân Thánh Vương Vô tránh Niệm tên là Năng Đà Nô. Nhờ Vua cha khuyên các Vương tử cúng dàng Phật Bảo Tạng và chúng Tăng, nên Hoàng tử Năng Đà Nô rất hoan hỉ làm việc bố thí ấy. Hoàng tử lại được đại thần Bảo Hải giải thích về việc lợi ích của việc bố thí, và lợi ích của việc cầu phước không thể so sánh được với việc cầu đức thành đạo to lớn vô cùng.

Hoàng tử Năng Đà Nô nghe như vậy, liền đến chỗ đức Phật Bảo Tạng vái rồi nói: “Thưa đức Thế Tôn, tôi hoan hỉ cúng dàng Ngài và chúng Tăng với lòng cung kính, công đức ấy, tôi xin hồi hướng cầu đạo vô thượng. Tôi nguyện phát Bồ Đề tâm, tu Bồ Tát đạo, mà giáo hóa chúng sinh. Tôi nguyện tu hành để thành Phật đạo, được cõi trang nghiêm thanh tịnh, những sự tốt đẹp và giáo hóa chúng sinh đều giống như thế giới “Thanh Tịnh Vô Cấu

Bảo Chỉ" của hoàng huynh Vương Chúng, anh tôi, mà Ngài đã thụ ký. Thưa đức Thế Tôn, nếu được như thế, tôi mới chịu thành Phật".

Đức Phật Bảo Tạng nghe hoàng tử phát nguyện như vậy, liền thọ ký rằng: "Hay thay! Hay thay! Ông phát nguyên rộng lớn, muốn độ hết thảy chúng sanh thành Phật đạo. Vậy trong khi tu hành Bồ Tát đạo, ông phải dùng trí kim cương mà phá trừ phiền não của chúng sanh. Vì vậy ta đặt hiệu cho ông là Kim Cương Trí Quang Minh Công Đức, trải qua vô lượng kiếp làm Phật sự. Rồi sẽ đến thế giới Bất Huyến ở phương Đông mà thành Phật hiệu Phổ Hiền Như Lai. Tất cả sự thệ nguyện của ông được vẹn toàn".

Khi ấy, tự nhiên giữa hư không vô số Thiên tử từ các tầng trời đến rải hoa khen ngợi.

Hoàng tử Năng Đà Nô nói: "Thưa đức Thế Tôn, Nếu thệ nguyện của tôi sẽ thành tựu, nay xin kính lễ Ngài và chư Phật mười phương mà làm sao có mùi hương thơm bay tràn các cõi, khiến mọi loài ngửi được đều an vui".

Hoàng tử thưa rồi, đương cúi đầu thi lễ, tự nhiên có mùi hương thơm đặc biệt khác thường tỏa khắp cùng, mọi loài ngửi được đều khoan khoái dứt hết phiền não.

Hoàng tử Năng Đà Nô sau khi mạng chung ở kiếp ấy, tái sinh nhiều đời nhiều kiếp, khi ở cõi người, khi ở cõi trời, thường nhớ tu hành và giữ bản nguyện tinh tấn tu hành, cứu giúp chúng sinh. Hiện nay Ngài đã là bậc Đẳng Giác Bồ Tát.

Trong Kinh Pháp Hoa, phẩm Phổ Hiền, Bồ Tát Phổ Hiền hứa với đức Phật Thích Ca rằng sau khi Phật nhập Niết Bàn rồi, Ngài sẽ bảo hộ và giúp đỡ những người trì tụng Kinh Pháp Hoa, và Ngài nói Chú để bảo hộ., .

Đức Di Lặc Bồ Tát

(Trung A Hàm quyển 2 từ trang 39 đến 48. Chư Kinh Tập Yếu Kinh Duy Ma Cật Phẩm Phó Thác trang 387 đến 389. Lược Kinh Di Lặc. Sự tích Phật A Di Đà và chư vị Bồ Tát từ 53 đ ến 62)

I)- Đức Di Lặc là Bồ Tát nào?

Đức Di Lặc là Đại Bồ Tát, sẽ là Phật thứ năm trong đại kiếp này tại thế giới Ta Bà chúng ta. Từ ngày tái lập qủa đất đến giờ đã có bốn vị Phật ra đời, đó là các đức Phật: Câu Lưu Tôn, Câu Na Hàm, Ca Diếp, và Thích Ca Mâu Ni. Hiên tại đang ở kiếp thứ chín, tới kiếp thứ mười, đức Di Lặc sẽ thành Phật, gọi là Nhất sinh bổ xứ Bồ Tát. Hiện tại, Bồ Tát Di Lặc đang ở trên cung trời Đâu Xuất giáo hóa chư Thiên ở đó.

II)- Đặc điểm của Bồ Tát Di Lặc:

Theo sự họa hình bên Ấn Độ, Bồ Tát Di Lặc ngồi trên bệ, hai chân để trên đài hoa sen, hai tay ngón trỏ và ngón cái làm thành vòng, các ngón khác thẳng lên, lòng bàn tay phải quay ra, lòng bàn tay trái quay vào, cả hay tay đều bắt ấn chuyển Pháp luân trước ngực như thế, ngồi ở vị thế sẵn sàng ngồi xuống tòa sen, thân hình Ngài vừa phải không béo mập.

Nhưng theo truyền thuyết Trung Quốc, Ngài được biểu tượng là người béo mập, cười vui vẻ. Có hình, Ngài đứng tay trái cầm Thiền trượng có đeo túi vải bố vác trên vai, tay phải mang miếng vải đựng sáu đứa nhỏ phá phách. Có hình, có sáu đứa nhỏ đùa rỡn, đứa chọc mắt Ngài đang ngồi, đứa chọc lỗ tai, đứa kéo mũi, đứa móc miệng, đứa sờ bụng, đứa xoa đầu Ngài, tượng trưng cho sáu căn. Có hình, có tới 18 đứa nhỏ đang đùa rỡn vây quanh Ngài, tượng trưng cho sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi,

thân, ý, sáu trần tượng trưng cho sắc, thanh, hương, vi., xúc, pháp, và sáu thức là nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức. Vị chi là 18 giới hết thảy.

Nam Mô Đương Lai Hạ sinh Di Lặc Tôn Phật

III)- Sự tích Bồ Tát Di Lặc:

Theo bộ Chư Kinh Tập Yếu, Kinh Duy Ma Cật, Phẩm Phó Thác (Chúc Lụy), từ trang 387 đến 389, nói về sự phó thác giáo pháp cho Bồ Tát Di Lặc như sau:

Một thời đức Phật ngự tại vườn Am La xứ Tỳ Da Ly, có tám nghìn vị Tỳ Kheo, ba mươi hai nghìn vị Bồ Tát, mười nghìn vị Phạm Thiên Vương, mười hai nghìn vị Trời Đạo Lợi. Ngoài ra còn có vô số chư Thiên, Long (Rồng), Thần, Dạ Xoa (Quỷ), Càn Thát Bà (Thần nhạc), A Tu La (Thần dữ), Khẩn Na La (Nghi nhân: Giống người mà có sừng), Ma Hầu La Già (Đại Phúc hành:

mình người đầu rắn), Ưu Bà Tắc (Nam Cư sĩ), Ưu Bà Di (Nữ Cư Sĩ), Trưởng giả v.v…

1)- Đức Phật phó thác: Sau khi đức Phật giảng xong Kinh Duy Ma Cật, đức Phật bảo Bồ Tát Di Lặc:

- Di Lặc, nay Ta đem pháp Vô Thượng Bồ Đề đã tích tụ từ vô lượng a tăng kỳ kiếp (vô số kiếp) phó thác cho ông. Sau khi Ta diệt độ nhập Đại Niết Bàn, trong thời "mạt pháp", các ông nên dùng thần lực giảng giải phổ biến giáo pháp của Ta khắp cõi Ta Bà này, chớ cho đoạn dứt. Tại sao? Trong đời vị lai sẽ có những thiện nam tử thiện nữ nhân, trời, rồng, qủy, thần, v.v… phát tâm "Vô thượng Bồ đề". Nếu họ không được đọc nghe giáo pháp của Ta, họ sẽ mất thiện lợi. Họ được đọc nghe giáo pháp sẽ phát tâm hoan hỷ tín thọ. Ông nên tùy nhu cầu lợi ích chúng sinh ứng cơ thuyết giảng. Rồi đức Phật nói tiếp:

- Di Lặc, ông nên biết căn cơ Bồ Tát có hai loại:

1.- Bồ Tát sơ học, ham tìm hiểu văn chương nghĩa câu, khi đọc nghe Kinh thâm diệu sinh tâm khiếp sợ, nghi hoặc chẳng tin, không thể tùy thuận, lại phỉ báng rằng: "Xưa nay chưa thấy nghe, Kinh này ở đâu ra?". Hoặc gặp người giải nghĩa Kinh thâm diệu, không chịu thân cận, lại còn nói xấu người giảng. Do vậy biết được Bồ Tát sơ học ấy tự làm tổn hại mình, không thể ở nơi pháp thâm diệu tự điều phục tâm.

2.- Bồ Tát đã tu lâu, có đạo hạnh. đối với Kinh điển thâm diệu, vô nhiễm không chấp trước, đọc nghe rồi tịnh tâm thụ trì, theo pháp tu hành, hay nhận thâm nghĩa, chẳng hề khiếp sợ.

Bồ Tát Di Lặc nghe xong liền bạch Phật:

- Thưa đức Thế Tôn, Như lời Như Lai nói, con thụ trì pháp Vô thượng Bồ đề của Như Lai đã tích tụ từ vô lượng kiếp. Nếu đời vị lai, có Thiện nam tử, thiện nữ

nhân cầu Phật đạo, đọc tụng thọ trì, giảng giải cho người khác nghe, nên biết do thần lực của con hộ trì.

Phật bảo:

- Lành thay, lành thay, Di Lặc! Như lời ông nói, Ta mừng cho ông.

2)- Đức Phật thụ ký cho Bồ Tát Di Lặc:

Theo quyển 2 Trung A Hàm từ trang 38 đến 48 nói về đức Phật thụ ký cho Bồ Tát Di Lặc như sau:

Khi đức Phật du hóa tại nước Ba La Nại, Ngài ngự trong vườn Lộc Dã xứ Tiên Nhân. Một hôm, đức Phật bảo các Tỳ Kheo:

- Một thời gian lâu dài ở tiểu kiếp vị lai, khi con người sống tuổi thọ xuống còn tám vạn tuổi, sẽ có đức Phật hiệu Di Lặc Như Lai, Vô Sở Trước (không chấp), Chính Đẳng (thứ tự) Chính Giác, Minh Hạnh Túc (sáng suốt đầy đủ), Thiện Thệ (thề nguyện tốt đẹp), Thế Gian Giải (giải đáp mọi việc thế gian), Vô Thượng Sĩ (không có bậc nào hơn), Đạo Pháp Ngự (chỉ dẫn đạo), Thiên Nhân Sư (thầy trời người), Phật, ra đời cũng như Ta ngày nay đã thành Như Lai.

Đức Di Lặc Như Lai ở đời ấy giữa chư Thiên (Trời), Phạm (Phạm Thiên), Ma (Thiên Ma), Sa Môn (người tu hành), Phạm chí (ngoại đạo), Người, tự thân chứng đắc, thành tựu an trú (yên ổn). cũng như Ta đời này.

Ngài thuyết pháp phần đầu, phần giữa, phần cuối đều vi diệu (tinh tế đến cực điểm).. Văn nghĩa đầy đủ, thanh tịnh phạm hạnh (khuôn phép) cũng như Ta thuyết pháp ngày nay.

Ngài diễn tả rộng rãi, ban bố khuôn phép tu hành cho những chúng hội lớn lao nhiều trăm nghìn, từ hàng người tới hàng cõi trời, khéo phát khởi hiển hiện cũng như ta ngày nay.

Bấy giờ Bồ Tát Di Lặc cũng ở trong chúng, từ chỗ ngồi đứng dậy vái lễ Phật rồi thưa:

- Bạch Thế Tôn, một thời gian lâu xa ở tiểu kiếp tới khi con người tuổi thọ xuống còn tám vạn tuổi, con có thể thành Phật hiệu là Di Lặc Như Lai, có đủ mười danh hiệu cũng như đức Thế Tôn bây giờ.

Con ở đời ấy, giữa chư Thiên, Phạm, Ma, Sa Môn, Phạm chí, Người, con tự tu tự giác, tự thân chứng đắc, thành tựu an trú cũng như Thế Tôn đời này.

Con sẽ thuyết pháp phần đầu, phần giữa, phần cuối đều vi diệu, có văn có nghĩa đầy đủ, thanh tịnh hiển hiện phạm hạnh cũng như đức Thế Tôn thuyết pháp ngày nay.

Con sẽ diễn tả sâu xa rộng rãi khuôn phép tu hành cho những chúng hội lớn lao nhiều trăm nghìn, từ hàng người tới hàng trời, khéo phát khởi hiển hiện cũng như Thế Tôn ngày nay.

Lúc ấy, đức Phật bảo Bồ Tát Di Lặc:

- Lành thay, lành thay, Ông đã phát tâm vi diệu như thế. Ta thọ ký cho Ông được như thế.

Rồi đức Phật bảo Tôn giả A Nan (Thị giả của Phật):

- Thầy hãy lấy chỉ vàng dệt thành tấm y (vải làm áo choàng) cho Ta.

Tôn giả A Nan vâng lời Phật đi thực hành liền, xong mang dâng lên Phật. Ngài gọi Bồ Tát Di Lặc đến và bảo:

- Ông hãy đến chỗ Như Lai nhận tấm y chỉ vàng này mà cúng dàng Tam Bảo Phật Pháp Tăng. Vì sao? Các đức Như Lai, Vô Sở Trước Chính Đẳng Chính Giác vì muốn cứu hộ thế gian mong cầu thiện lợi yên ổn.

Bấy giờ Bồ Tát Di Lặc đến lễ Phật, nhận tấm y xong cúng dường Tam Bảo Phật Pháp Tăng.

3)- Đức Phật nói Kinh Di Lặc:

Lược theo Kinh Di Lặc do đức Phật Thích Ca nói như sau:

Lúc bấy giờ, nước biển lớn cạn xuống rất nhiều, đất đai rộng ra, ven biển trồng trọt được nhiều, lương thực dồi dào, nhân dân sung sướng. Đâu đâu dân chúng cũng giàu có, luật pháp phân minh, trai gái sinh ra đều do nghiệp lành mà ra đời, cỏ cây tốt tươi xanh rì, hoa qủa đầy cây. Khi ấy con người sống trung bình 8 vạn tuổi, ít bệnh tật khổ não, thường vui vẻ an nhàn.

Tại thủ đô Diệu Tràng Tướng rộng lớn, chỗ Luân Vương (Tổng Thống) ở, dân chúng giàu sang, chim hót vang lừng, vườn hoa thơm ngát, cảnh vật thần tiên. Vua Hướng Khứ thống lãnh thế giới, nhân đức trí tuệ, dùng chính pháp trị dân, dân chủ bình đẳng, dân giàu nước mạnh. Có các hàng Đại thần (Tổng trưởng) đều chân chính nghiêm nghị thi hành đúng đắn. Lại có Đại thần (Thủ tướng) Thiện Tịnh thông minh tài giỏi, đức độ hơn người, có người vợ đẹp đẽ đoan trang.

Từ Thị đại trượng phu từ cõi trời Đâu Suất gửi nhờ (thác) vào phu nhân đại thần Thiện Tịnh mượn chỗ (thứ) để sinh thân mình. Mang thai đủ mười tháng, một ngày kia Từ mẫu Tôn ra dạo vườn Diệu hoa, khi đang dạo trong vườn, bỗng sinh đức Từ Tôn, như mặt trời ló mọc, phóng ánh sáng khắp nơi nơi, như sen ra khỏi nước, soi sáng khắp ba cõi.

Lúc đó, trời Đế Thích nhìn thấy vội tới ngay trong chớp mắt, tay nâng Bồ Tát, tự nhiên đi bảy bước, đi trên hoa sen vừa mọc sẵn, quay qua ngoảnh lại xem khắp các phương bảo Trời Người: “Thân này là thân chót, không còn tái sinh, sẽ nhập Niết Bàn”. Rồi Rồng phun nước trong sạch tắm rửa thân Đại Bi, Trời ngợi khen rải muôn hoa đủ màu sắc như bướm bay tuyết rơi. Chư Thiên cầm lọng báu che đức Đại Tôn, mọi người đều được tâm lành

nhìn theo Bồ Tát có 32 tướng tốt, bồng ẵm trao cho phu nhân Đại thần.

Đại thần được tin vội cho đem xe đón, Trời nổi nhạc mầu dẫn đường về Dinh. Thiện Tịnh, cha Từ Tôn thấy con kỳ diệu, vui mừng vô hạn, nuông chiều chăm sóc lớn dần, càng tỏ thông minh tài cán, tự nhiên biết đủ thứ.

Bồ Tát thân vàng chói lòa, tiếng như chuông đồng, mắt xanh biếc, vai rộng thân cao, mặt tươi nghiêm nghị thanh tao. Bồ Tát thông hiểu nhiều nghề, khéo dạy người, vô số trai trẻ đến xin học.

Thuở ấy Vua Hướng Khư cho thiết lập bảo tràng, phát lòng đại xả, thí cho hàng Bà la môn (qúy phái giàu có). Bọn Phạm chí có tới cả nghìn người, được tràng báu này làm hư hại cả. Bồ Tát thấy thế nghĩ: “thế tục là vậy, bị sinh tử trói cột, duy chỉ có xuất ly tìm đạo tịch diệt mới cứu được chúng sinh ra khỏi già bệnh chết”

Ngày Từ Tôn phát nguyện, vô số người theo tu phạm hạnh, đêm đó Ngài lên bậc Chính Đẳng Chính Giác.

Từ Thị Đại Bi Tôn ngồi dưới gốc cây thành Phật, rồi Ngài nói diệu pháp độ chúng sinh khiến ra khỏi khổ, tu Tám chính đạo đến Niết Bàn.

Trong vườn Diệu hoa, vô lượng người nghe Đại Bi Tôn nói pháp, Vua (Tổng Thống) Hướng Khư sau khi nghe pháp thâm diệu, phát nguyện xả hết của cải, ham mộ cầu xuất gia tu hành, có vô số người cùng theo xuất gia. Trưởng giả Tam Tạng, người đã thâm hiểu Luật, Kinh, Luận, mang một nghìn quyến thuộc đệ tử đến xin làm đệ tử đức Từ Tôn. Lại có trăm nghìn người nghe Phật nói pháp mầu đến xin xuất gia.

Vô Thượng Sư Trời Người quán khắp tâm chúng sinh mà thuyết pháp rằng:

"Các vị cần biết Đại Từ Bi Thích Ca Mâu Ni đã dạy tu chính pháp, lại sinh trong pháp Ta; hoặc hương hoa cúng dàng Phật Thích Ca thì sinh trong pháp Ta; hoặc sơn phết tu bổ tượng tháp Phật Thích Ca, lại sinh trong pháp Ta; hoặc quy y Tam Bảo thân cận thường cung kính, làm các hạnh lành, lại sinh trong pháp Ta; hoặc trong Phật pháp thụ trì theo chỗ học, khéo giữ không thiếu sót, lại sinh trong pháp Ta; hoặc với Tăng Ni trong bốn phương bố thí đầy đủ, lại sinh trong pháp Ta; hoặc trong bốn thời chay, vâng giữ tám giới cấm, lại sinh trong pháp Ta". . .

Đức Phật Di Lặc thuyết pháp độ sinh khiến trừ hết phiền não được ba hội như sau:

1/- Hội thứ nhất, độ được 96 ức (9,600,000) người khiến khỏi phiền não chướng.

2/- Hội thứ hai, độ được 94 ức (9,400,000) người khiến vượt khỏi biển vô minh.

3/- Hội thứ ba, độ được 92 ức (9,200,000) người khiến lòng hay điều phục.

Các vị Trời Đạo Lợi và Vua trời Đế Thích xưng tán Đại Từ Tôn Di Lặc là: "Thiên Thượng Tôn, Sĩ Trung Thắng, Bạc Già Phạm".

Trời Đại Oai Đức, Vua của Thiên Ma quy tâm đảnh lễ chiêm ngưỡng đức Đạo Sư.

Các Phạm Thiên Vương đều là bậc A la Hán thường nhiễu quanh, ca tụng pháp nhiệm mầu của Phật Di Lặc.

Trời, Người, Long, Thần, La sát, Dạ xoa, Càn thát Bà v.v… đều hoan hỉ cúng dàng Phật Di Lặc.

Khi ấy các đại chúng đều dứt nghi, trừ hoặc, lìa nhiễm, xả của, bỏ lòng chấp ta, bỏ chấp cái của ta, tu nết trong sạch. Lại còn phá lưới tham sân, tà kiến si mê, dẹp lòng hiếu thắng tranh giành, bỏ sự hơn thua hay dở, được tâm thanh tịnh.

Từ Thị Vô Thượng Sư Trời Người thương xót loài hữu tình hứa ở lại thế gian sáu vạn tuổi, nói pháp độ quần sinh vô lượng người, trời, qua khỏi biển phiền não.

Sau khi Đại Bi Tôn Di Lặc vào Niết Bàn, chính pháp của Ngài lưu truyền được sáu vạn năm.

Nếu người thông tuệ nghe nói việc như thế, ai lại chẳng vui mừng, nguyện được gặp đức Từ Bi Tôn Di Lặc. Nếu người cầu qủa giải thoát, ngóng trông gặp hội Long Hoa, thường cúng dàng Tam Bảo, sẽ được gặp.

Đức Phật Thích Ca nói: "Nếu ai đọc tụng Kinh Di Lặc, hoặc giảng dạy, chép ra để phổ biến, thì người ấy sau này ắt gặp được Từ Thị Di Lặc hạ sinh, và ở một trong ba Hội được phần cứu độ"

Chúng ta cũng có thể tụng niệm hàng ngày: "Nam mô Long Hoa Giáo Chủ Đương lai hạ sinh Di Lặc Tôn Phật", để sẽ được gặp Ngài sau này vậy.

4)- Sự tích đức Di Lặc bên Trung Quốc:

Theo truyền thuyết ghi trong Phật giáo sử Trung Quốc, có hai lần Đức Di Lặc ứng tích, một lần tại Nhạc Lâm hiệu là Hòa Thượng Đại Bố, một lần xuất hiện tại Song Lâm hiệu là Phó Đại Sĩ. Chúng ta chỉ nêu một trường hợp khi Ngài Di Lặc xuất hiện tại Nhạc Lâm.

Hòa Thượng Đại Bố:

Thời Nhà Lương (Thế kỷ thứ sáu Dương lịch) bên Trung Hoa, tại huyện Phụng Hóa, Tỉnh Châu Minh, có vị Hòa Thượng trán nhăn, bụng to béo mập, không ai biết tên Ngài. Mọi người chỉ thấy Ngài thường mang cái túi vải bố to, nên gọi Ngài là Bố Đại Hòa Thượng.

Tính Ngài hay khôi hài, cười nói vui vẻ, Ngài không ở một nơi nào nhất định, nhưng hay đến ở chùa Nhạc Lâm.

Mỗi khi đi đường thường hay cầm Tích trượng và mang túi vải bố, nhiều trẻ con theo đuổi riễu cợt, làm Ngài cười hoài.

Nếu có ai cho vật gì, Ngài ăn nếu còn dư đều bỏ vào túi ấy, khi tới chợ quán mở túi lấy những thứ ấy ra và hỏi những người xung quanh: "Các người xem đây là cái gì?" Một lúc bỏ lại túi mà đi.

Một hôm, Ngài gặp một đám đông, có thầy Tăng hỏi: "Hòa Thượng ở trong đám đông người làm gì đó?", Ngài đáp: "Ta đương chờ một người". Thầy Tăng hỏi: "Hòa Thượng chờ ai?" Ngài bèn thò tay vào túi vải, lấy ra một qủa quýt đưa cho, thầy Tăng dơ tay định lấy, Ngài rụt tay lại nói rằng: "Ông chẳng phải người ấy", rồi Ngài bỏ đi.

Một bữa khác, một thầy Tăng thấy Ngài đứng bên đường chỗ gần chợ, bèn hỏi: "Hòa Thượng đứng đây làm gì?" Ngài đáp: "Ta đi hóa duyên". Thầy Tăng hỏi: "Hóa duyên ở đâu chỗ này?", Ngài đáp: "Chỗ này chính là chỗ ta muốn hóa duyên". Thầy Tăng muốn hỏi nữa, nhưng Ngài cười ha hả và bỏ đi.

Một hôm, Hòa Thượng Bạch Lộc đến gặp hỏi Ngài: "Thế nào là cái túi vải bố?", Ngài nghe hỏi vội để cái túi xuống, rồi khoanh tay đứng yên không nói năng gì cả. Hòa Thượng Bạch Lộc lại hỏi: "Công việc của cái túi ra làm sao?", Ngài liền mang cái túi lên vai mà đi mất không nói một lời.

Lại ngày khác, Hòa Thượng Bảo Phúc gặp Ngài liền hỏi: "Thưa Ngài, duyên cớ tại sao xưa kia Tổ Sư Bồ Đề từ Tây Trúc qua đây là có ý gì?", Ngài nghe rồi để cái túi xuống, rồi đứng tự nhiên không trả lời. Hòa Thượng Bảo Phúc lại hỏi: "chỉ như vậy hay còn cái gì khác nữa?", Ngài nghe hỏi như thế, liền khoác túi lên mà đi không trả lời.

Từ đó, hễ Ngài đi đến đâu, người ta chặn đón, niú kéo mời Ngài vào nhà chứ không cho đi. Bởi vậy, các hiệu tiệm quán đồ ăn thức uống, tiệm nào cũng muốn mời Ngài chiếu cố, vì khi có mặt Ngài hiệu quán đông đảo khách tới.

Khi trời mưa lâu ngày không dứt, Ngài mang guốc cao gót (Không phải guốc phái nữ đâu) đến nằm ngửa trên cầu gỗ, co hai chân lại, dơ hai đầu gối lên, thì ngày hôm sau có nắng hết mưa. Còn khi nào nắng nóng nực lâu ngày, người ta thấy Ngài đi dép cỏ đi tới đi lui nhiều lần, thì đêm đó có mưa.

Ngài thường hay tới nhà một nông dân ăn cơm, một hôm người vợ cằn nhằn là: "Đang lúc có việc ruộng nương bận rộn, đâu có rảnh mà nuôi lão Hoà Thượng điên được". Nghe nói những lời ấy, Ngài đương ăn, liền mang bát cơm ra đổ dưới gốc cây mà bỏ đi. Một lúc lâu, người vợ thấy nồi cơm đầy lại như lúc chưa múc cơm ra, vội cho chồng biết, hai vợ chồng hoảng kinh, bèn cùng nhau đi tìm Ngài để xin sám hối tội lỗi.

Khi Ngài đến xứ Mân Trung, có Cư sĩ họ Trần đãi Ngài cẩn trọng. Lúc sắp từ giã, Trần cư sĩ hỏi tên họ và đạo hiệu, Ngài cho biết họ Lý sinh ngày mồng tám tháng hai rồi nói bài kệ:

Ta có cái túi vải,
Rỗng rang không quái ngại,
Mở ra khắp mười phương,
Thu vào Quán Tự Tại.

Cư sĩ hỏi: "Ngài có đồ đoàn hành lý gì không?", Ngài đáp bằng kệ:

Bình bát cơm nghìn nhà,
Thân chơi muôn dặm xa,
Mắt xanh xem người thế,

Mây trắng hỏi đường qua.

Cư sĩ nói: "Đệ tử si mê, làm sao thấy tánh Phật được?", Ngài đáp bằng kệ:

Phật tức tâm, tâm ấy là Phật,
Mười phương thế giới hiện toàn chân,
Tung hoành diệu dụng biết bao nhiêu,
Cả thảy không bằng tâm chân thật.

Trần cư sĩ thưa rằng: "Hòa Thượng đi, nên ở chùa chứ đừng nên ở nhà thế gian", Ngài bèn đáp bằng kệ:

Ta có nhà Tam Bảo,
Trong vốn không sắc tướng,
Chẳng cao cũng chẳng đẹp,
Không ngăn cũng chẳng chướng;
Học vẫn khó làm bằng,
Cầu thì không thấy dạng,
Người trí biết rõ ràng,
Nghìn đời không tạo được,
Bốn môn bốn qủa sinh,
Mười phương đều cúng dường.

Trần cư sĩ nghe bài kệ lấy làm lạ, liền xá Ngài mà nói: "Xin Hòa Thượng ở nán lại một đêm mà dùng cơm chay với đệ tử, để tỏ lòng cung kính. Xin Ngài từ bi nhận cho". Đêm ấy, Ngài ở lại, đến khi đi, Ngài viết bài kệ trên cửa:

Ta có một thân thật,
Có ai được tường tận,
Chẳng vẽ cũng chẳng tô,
Không chạm cũng không khắc;
Chẳng có chút đất bùn,
Không phải màu thế sắc;
Thợ vẽ, vẽ không xong,
Kẻ trộm, trộm chẳng mất,

Thể tướng vốn tự nhiên,
Thanh tịnh trong vằng vặc;
Tuy là có một thân,
Phân đến trăm nghìn ức.

Khi đến huyện Tứ Minh, Ngài thường giao du với ông Trương Tôn Bá một cách thân mật, và bảo ông mỗi ngày trì niệm câu chú: "Ma ha Bát Nhã Ba La Mật Đa", Vì vậy người ta gọi ông Trương Tôn Bá là cư sĩ Ma ha.

Một hôm, cư sĩ Ma ha cùng tắm với Ngài tại khe suối Trường Đinh, Ngài đưa lưng bảo ông kỳ giùm, ông thấy lưng Ngài có bốn con mắt rực rỡ chói lòa, lấy làm kinh dị vô cùng, ông liền vái Ngài mà nói: "Hòa Thượng đúng là một vị Phật sống", Ngài bảo: "Ông chớ tiết lộ, Ta cùng ông ở đã bốn năm nay, vốn có nhân duyên rất lớn, rồi đây Ta sẽ phải đi, ông chớ buồn rầu".

Khi về nhà, Ngài hỏi cư sĩ Ma ha: "Ông có muốn giàu sang hay không?", cư sĩ thưa: "Sự giàu sang như mây như chiêm bao, chẳng có gì là bền chắc cả. Tôi chỉ muốn cho con cháu sau này đời đời được thịnh vượng mà thôi". Ngài bèn lấy cái túi vải bố, thọc tay vào lấy ra một cái túi nhỏ, một cái hộp, và một sợi dây, rồi đưa cho Cư sĩ mà nói: "Ta cho ông mấy vật này mà từ biệt, ông phải giữ cho kỹ làm biểu tín những việc con cháu về sau của nhà ông".

Quả nhiên sau này con cháu của cư sĩ Ma ha đều được vinh hoa phú qúy nhiều đời.

Ngài đi đến một nơi khác, gặp ông Trấn Đình Trưởng, ông này thấy Ngài nói cười huyên thuyên, mà không lo sự gì cả, ông có ý coi khinh, mỗi lần gặp là buông lời châm chọc, rồi giật lấy túi của Ngài mang đi đốt bỏ.

Hễ đốt bữa trước rồi, qua ngày sau lại thấy Ngài mang cái túi vải y như cái túi cũ. Ông Trấn Đình Trưởng nổi

giận lại giật lấy túi mà đem đốt như thế đến ba lần, cũng còn thấy Ngài mang cái túi vải bố đó hoài.

Từ đó về sau, ông Trấn Đình Trưởng thấy Ngài có gì khác lạ, nên đem lòng khâm phục mà không dám bất kính đối với Ngài nữa.

Ngài nhập diệt vào ngày mồng ba tháng ba, niên hiệu Trịnh Minh. Ngài không bệnh tật gì cả, Ngài ngồi trên bàn đá gần nơi mái chùa Nhạc Lâm mà nhập diệt.

Ông Trấn Đình Trưởng lo mua quan tẩm liệm thi thể Ngài, là cố ý chuộc tội lỗi của ông. Nhưng khi khiêng đi mai táng, người khiêng rất nhiều mà nâng lên không được. Trong số những người ấy có người họ Đồng, có lòng tôn kính Ngài từ lâu và biết chuyện ông Trấn Đình Trưởng đã làm khi trước đối với Ngài, và việc linh hiển như thế. Ông bèn vội vã đi mua chiếc quan tài khác mà khấn liệm lại thi thể của Ngài qua.

Đến khi khiêng, cũng bấy nhiêu người, mà khiêng nhẹ nhàng, ai nấy đều kinh sợ sự hiển linh thần diệu của Ngài, bấy giờ tất cả mọi người đều cung kính hết mực.

Tiếng đồn về Ngài vang xa, mọi người trong Huyện lập ra hội lớn, xây tháp cho Ngài ở núi Phong Sơn. Núi ấy toàn đá lởm chởm, có hang động, trong ấy để những di tích của Ngài như Tích trượng, Bình bát v.v… Thật là linh hiển vô cùng! ., .

Lời nguyện:

Nguyện cho tôi, thân bằng quyến thuộc, các vị thượng tôn, tất cả mọi người và chúng sinh đều được đầy đủ no ấm, sức khỏe vẹn toàn, không gặp chướng ngại, thân không tật bệnh, tâm được an vui dài lâu.

Đức Bồ Tát Chuẩn Đề

I)- Đức Chuẩn Đề là ai?

Có một số chùa thờ đức Chuẩn Đề. Đức Chuẩn Đề là Thất Câu Chi, Ngài thường thuyết Kinh Đà La Ni. (Đà La Ni là Tổng trì, có nghĩa là nhiếp thụ tất cả, một câu Kinh ngắn mang sức mạnh siêu nhiên. Có thể là trạng thái tâm thức để khi hành giả niệm đến có thể đạt được). Ý nguyện cho tất cả thế gian, xuất thế gian đều thành tựu sự nghiệp tu tập.

Vì lòng từ bi của Ngài đối với chúng sinh như mẹ thương con, nên gọi là Phật mẫu.

Đức Chuẩn Đề là vị đại Bồ Tát ở cõi trang nghiêm, không ở cõi Ta Bà. Giáo pháp của Ngài rất bí mật, nhờ đức Phật Thích Ca nói ra hình tướng và chỗ lý nhiệm mầu của Ngài, nên người sau mới biết mà họa hình tạc tượng thờ vậy.

II)- Đặc điểm của Đức Chuẩn Đề:

Đức Chuẩn Đề ngồi kết già trên bệ hoa sen có hai Long vương chầu, Ngài thân sắc vàng điển quang trắng, cổ đeo chuỗi Anh lạc, trước ngực có chữ "vạn", đầu đội mũ Hoa quang, trên mũ có hình 5 vi Phật. Ngài có con mắt thứ ba ở chính giữa trán. Ngài có mỗi bên 9 tay, vị chi có 18 tay hết thảy như sau:

Phiá trước 6 tay:

- Hai tay trên: Tay phải cầm gươm, tay trái cầm hoa sen đều dơ cao ngang đầu.
- Hai tay giữa: Hai bắt ấn tối thượng Bồ Đề trước ngực: Hai lòng bàn tay sát nhau, các ngón tay nọ nắm mu bàn tay kia, hai ngón trỏ duỗi thẳng lên song song và chạm nhau, hai ngón cái cũng vậy.

Nam mô Chuẩn Đề Vương Bồ Tát

- Hai tay dưới: Tay phải lần xâu chuỗi dài, tay trái cầm cuốn Kinh Bát Nhã.

Phía sau 12 tay đều dang ra hai bên:

- Hai tay trên hết: Tay phải các ngón song song thẳng đứng dơ cao hơn đầu biểu tượng "không sợ" (Vô uý), tay trái cầm cán phướn dơ cao hơn đầu, lá phướn.
- Hai tay thứ hai: Tay phải cầm xâu chuỗi Ma Ni , tay trái cầm bình nước cam lộ.
- Hai tay thứ ba: Tay phải cầm qủa Ca na, tay trái cầm dây Kim cương.

- Hai tay thứ tư: Tay phải cầm búa riù, tay trái cầm bánh xe luân hồi.
- Hai tay thứ năm: Tay phải cầm thiết câu, tay trái cầm cái loa.
- Hai tay thứ sáu: Tay phải cầm chày kim cương, tay trái cầm bình như ý.

III)- Tôn chỉ của Đức Chuẩn Đề:

Đức Chuẩn Đề nói rằng: "Chân như thật tướng hay tánh chân thường của hết thảy chúng sanh xưa nay đều sẵn có trong bản giác như chư Phật, nên trong đó gồm đủ các đức dụng khắp cõi Hà sa. Nhưng vì nhiều người chẳng tin lời của Phật, hủy báng chính pháp, tự làm tổn hại mình, nên phải trầm luân đọa lạc, dẫu cho nghìn vị Phật ra đời cũng không thể cứu được người ấy".

Ngài thấy vậy, nên sinh lòng từ mẫn, lập phương tiện pháp môn, điều phục các trần cấu cho người nhập đạo để dứt vọng về chân.

Nếu ai theo Ngài, hai việc chính phải làm là:

1- Quán tưởng hình hoặc tượng Ngài (Đã diễn tả ở trên).

2- Trì Chú Đà La Ni của Ngài, bài Chú:

"Khể thủ quy y tô tất đế, đầu diện đỉnh lễ thất câu chi, ngã kim xưng tán đại chuẩn đề, duy nguyện từ bi thùy gia hộ. Nam mô tát đá nẫm, tam diểu tam bồ đà, câu chi nẫm, đát điệt tha, án chiết lệ chủ lệ chuẩn đề sa ba ha".

Trì Chú cho tới 90 vạn lần, dẫu cho tội từ vô lượng kiếp về thập ác, ngũ nghịch, đều tiêu diệt hết. Những ai muốn khỏi khổ não mau đến đạo vô thượng, phải quán tưởng chân dung đức Chuẩn Đề, trì Chú, thân tâm khế hợp, hễ có cảm thì có ứng, sinh tử nào mà chẳng khỏi, Niết Bàn nào mà chẳng được., .

Bồ Tát Địa Tạng Vương

Nam mô đại Nguyện Địa Tạng Vương Bồ Tát

I)- Địa Tạng là Bồ Tát nào?

Bồ Tát Địa Tạng đã chứng bậc Đẳng Giác Bồ Tát từ nhiều kiếp về trước. Trước khi tu để thành Bồ Tát, Ngài đã có đại nguyện rằng: "Nếu chưa độ hết chúng sanh, tôi thề không chứng qủa Bồ Đề, và nếu chúng sinh còn khổ trong Địa ngục, tôi nguyện không thành Phật".

Do đại nguyện ấy, Ngài được gọi là "Đại Nguyện Địa Tạng Vương Bồ Tát". Do đại nguyện ấy, nên Ngài thường phân vô lượng thân để hóa độ giải thoát cho vô lượng chúng sinh thoát khổ trong Địa ngục. Trải qua vô lượng kiếp rồi, Ngài vẫn còn làm Phật sự của một vị Bồ Tát trong việc cứu khổ chúng sinh.

Phần lớn các chùa đều có thờ Địa Tạng Vương Bồ Tát, nơi thờ Ngài thường ở chỗ thờ các vong linh người qúa cố. Ngài có hạnh nguyện cứu khổ chúng sinh bị đọa trong ba đường dữ là Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sinh.

II)- Đặc điểm của Bồ Tát Địa Tạng:

Hình hay tượng đức Địa Tạng, có khi ngồi kết già trên đài hoa sen, hai tay trong tư thế thiền định, trên hai tay có ngọc Như ý bảo châu. Có khi hình tượng đứng hoặc ngồi tay phải cầm Tích trượng có sáu khoen tượng trưng cứu độ chúng sinh trong lục đạo, tay trái cầm ngọc Như ý. Chân trái để trên đài hoa sen. Đầu Ngài đội mũ Hoa quang có giải mũ hai bên sau tai thòng xuống hai bên tới ngực, mũ có chóp cao ba tầng. Đặc biệt mặt Ngài có lông trắng xoáy giữa hai chân mày (Bạch hào) mà thường chư Phật mới có.

III)- Sự tích Bồ Tát Địa Tạng:

1)- Theo Kinh Địa Tạng, do đức Phật Thích Ca nói sự tích Địa Tạng khi chưa tu hành như sau:

Thời qúa khứ, tại kiếp qúa xa xôi đến nỗi không thể nghĩ bàn về thời gian, có Phật Giác Hoa Định Tự Tại Vương ra đời. Sau khi Phật ấy nhập diệt (nhập Niết Bàn), ở thời thờ tượng và theo giáo pháp Phật ấy, lúc đó ngài Địa Tạng chưa tu hành, là con gái dòng Bà la môn (qúy phái).

Nàng có nhiều phúc đức từ trước và hiện đời bấy giờ, nên được mọi người qúy mến nể trọng, thường được chư Thiên ủng hộ. Ngặt vì mẹ nàng tin theo tà đạo nên thường có tà kiến khinh khi Tam Bảo (Phật, Pháp, Tăng), đã không tin nhân qủa nghiệp báo, còn chê bai chính pháp.

Nàng biết mẹ mình không tin Phật pháp (Giáo lý của Phật), thường làm các việc ác, nên nàng hết lòng khuyên can để mẹ nàng làm lành tránh ác, nhưng chẳng kết qủa gì. Rồi mẹ nàng bị bệnh nặng đau đớn mà phải lìa đời.

Hết sức thương mẹ phải chịu cảnh khổ kéo dài trong đau đớn triền miên trước khi chết, nàng chỉ biết kêu trời than đất. Thương mẹ quên ăn bỏ ngủ, thân xác tiều tụy, khóc than ngày đêm. Lúc nào cũng tưởng nhớ mẹ và làm sao cứu mẹ, rồi nàng bán bớt gia tài lấy tiền ma chay chôn cất, sắm đủ thứ hương hoa đồ qúy đem đến chùa dâng cúng lễ bái.

Khi nàng vào chùa lễ lạy, thấy hình tượng Phật Giác Hoa Định Tự Tại Vương, trông như vị phật sống, nàng nghĩ rằng: "Nếu Phật còn tại thế, ta có thể nhờ Phật chỉ mẹ ta chết sinh về đâu, bây giờ Phật đã nhập Niết Bàn rồi, chẳng biết hỏi ai được, biết làm sao bây giờ?" nghĩ thế, nàng cứ đứng nhìn tượng Phật mà khóc nức nở không thôi. Trải qua một lúc lâu như thế, tự nhiên nàng nghe có tiếng nói văng vẳng: "Thôi đừng buồn khóc nữa, Ta là Giác Hoa Định Tự Tại Vương Như Lai thấy ngươi

có lòng hiếu hạnh với mẹ, nên sẽ chỉ cho biết chỗ mẹ ngươi thác sinh".

Nàng nghe mấy lời ấy, tay chân bủn rủn liền qùy phục gục đầu xuống lễ lạy Phật, miệng nói: "Con lạy Ngài, xin Ngài từ bi chỉ cho con biết chỗ thác sinh của mẹ con, chứ thân con mỏi mệt qúa chắc chết mất". Khi ấy, lại có tiếng nói văng vẳng rằng: "Ngươi cúng dàng lễ bái Ta xong rồi, về nhà ngồi ngay thẳng yên lặng mà nghĩ danh hiệu Ta, không nghĩ chuyện gì khác, tự nhiên biết được chỗ thác sinh của mẹ ngươi".

Nàng nghe rồi , lòng mừng vô hạn, vội lễ lạy Phật ba lạy, xong liền trở về nhà làm theo lời Phật dạy. Nàng ngồi ngay thẳng một chỗ, niệm: "Nam mô Giác Hoa Định Tự Tại Vương Phật", niệm mãi như thế không ngưng nghỉ.

Nàng niệm suốt một ngày một đêm, tự nhiên mộng thấy đi đến một chỗ bờ biển, sóng nước vỗ ầm ầm tung tóe. Nàng thấy vô số ác thú xô nhảy trên mặt biển, lại thấy vô số người trồi lên chìm xuống, bị những thú dữ giành giật cắn xé ăn nuốt.

Nàng thấy phiá ngoài vô số qủy dữ hình thù dữ dằn, có qủy nhiều đầu, nhiều mắt, nhiều tay; có qủy há miệng răng dài nhọn hoắt như răng hùm beo v.v… từ các phiá lùa đuổi tội nhân cho thú dữ cắn xé ăn thịt. Thật là khủng khiếp chưa từng thấy. Nhờ sức niệm Phật kiên cố, tâm nàng không rúng động, vẫn thanh tịnh nên không sợ hãi.

Đột nhiên, có một qủy Vương từ trong đám qủy kia đến gần nàng cúi đầu mà nói: "Xin hỏi Cô Nương vì cớ gì mà đến đây?" Nàng hỏi lại để đáp: "Ngài là ai? Và chỗ này gọi là gì?" Qủy Vương đáp: "Tôi là Qủy Vương Vô Độc, chỗ này là Biển Nghiệp thứ nhất về phiá Tây núi Thiết Vi, ở giữa núi Thiết Vi có Địa ngục chính".

Nàng nghe, sinh nghi liền hỏi: "Địa ngục là nơi nhốt người có tội, còn tôi không làm ác lại tin Tam Bảo, vì sao tôi ở đây?". Qủy Vương Vô Độc đáp: "Những người tới đây có hai loại: Một là những vị có oai đức thần thông đến thăm người tội, hoặc tới dạo chơi cho biết Địa ngục; hai là những người có tội tới đây chịu khổ. Chỉ có hai loại ấy thôi".

Nàng lại hỏi: "Tại sao biển này dữ qúa, lại có thú dữ ăn thịt người như thế?". Qủy Vương đáp: "Đây là chỗ nhốt những người chết đã làm ác ở cõi trần. Lại không ai kế tự làm công đức để cứu vớt vong linh bị khốn nạn. Vì thế cho nên những kẻ làm ác chết đi chẳng có phúc thiện, phải chịu theo bản nghiệp mà chiêu cảm lấy cái khổ báo ở Địa ngục. Do đó phải tới đây trước hết, rồi mới tới các chỗ khác.

Ở phiá Đông biển này, chừng 10 vạn do tuần (10 vạn X 18 cây số = khoảng 180 vạn cây số), có một biển khác, người tội ở đó chịu cực hình khổ hơn ở đây nhiều. Đi qúa xa hơn nữa về phiá Đông còn có biển khác nữa, tội nhân còn phải chịu cực hình thảm khốc không thể kể xiết. Cả ba biển đều là Biển Nghiệp cả".

Nàng lại hỏi: "Chỉ có Biển Nghiệp thôi sao? Còn Địa ngục ở đâu?" Qủy Vương đáp: "Nếu kể riêng thì nhiều lắm, vì sự tạo tội của mỗi người mỗi khác, nên hành tội cũng khác nhau. Như Địa ngục lớn có 18 chỗ, Địa ngục trung có 500, còn Địa ngục nhỏ có cả trăm nghìn chỗ".

Nàng lại hỏi: "Mẹ tôi vừa chết chưa bao lâu, chẳng hay vong linh ở chỗ nào? Tôi chắc là mẹ tôi phải đọa Địa ngục, vì thường làm ác, có tà kiến, chê bai Tam Bảo. Có tính bất thường, dù mẹ tôi nghe lời khuyên tạm tin, rồi cũng quên, nên tôi muốn biết chỗ đến của mẹ tôi".

Qủy Vương hỏi: "Tên của mẹ Cô Nương là gì?" Nàng đáp: " Cha Tôi là Thi La Thiện Hiện, còn mẹ tôi là Duyệt Đế Lị, đều là dòng dõi Ba la môn".

Qủy Vương nghe rồi quán sát trong giây lát và nói: "Xin Cô Nương yên tâm trở về, vì Duyệt Đế Lị vừa ra khỏi Địa ngục, sinh lên cõi Trời, là nhờ phúc của người con hiếu hạnh lập đàn tràng cúng Phật mà được như vậy. Không những mẹ Cô Nương nhờ phúc đó, được rời khỏi chỗ Địa ngục Vô gián, sinh lên cõi lành, mà còn nhiều người khác cũng được rời khỏi đến nơi tốt lành".

Qủy Vương Vô Độc nói xong cúi đầu chào mà lui biến mất. Còn nàng tự nhiên tỉnh giấc chiêm bao, thấy lòng nhẹ nhõm, thầm cảm ân đức của Phật vạn phần và đem hương hoa tới chùa lễ lạy Phật và tự nguyện rằng : "Nay con nguyện cho đến kiếp vị lai, nếu có chúng sinh nào tạo tội chịu khổ nơi Địa ngục, bất luận là người thân hay kẻ cừu oán, con lập ra nhiều pháp môn phương tiện cứu độ cho đều được giải thoát khỏi khổ".

2)- Theo quyển Phật A Di Đà và chư Bồ Tát (nhiều đời sau): Thời quá khứ về vô lượng A Tăng kỳ kiếp, lúc ấy Phật Nhất Thiết Trí Thành Tựu và Bồ Tát Địa Tạng chưa xuất gia tu hành. Hai Ngài đều làm vua lân bang với nhau. Khi ấy hai vị Quốc vương kết thân làm bạn với nhau, rồi cùng nhau phát nguyện làm 10 điều lành. Hai Vua muốn nước mình trên dưới thuận hòa, quân thần hưởng hạnh phúc, còn chúng dân được an cư lạc nghiệp. Do đó nhân dân đội ơn vua quan nhân từ gương mẫu, bắt chước cùng nhau bỏ làm ác, nên đất nước được thái bình thịnh trị.

Trái lại, những nước khác, vua quan không có nhân nghĩa, người trên hà hiếp bóc lột kẻ dưới, sưu cao thuế nặng, đủ thứ tạp dịch. Nhân dân khổ sở lầm than, sinh ra

nhiều điều xằng bậy, tham lam trộm cắp, đánh giết, thù hận, ngu si. Mở miệng nói toàn điều tà kiến, chửi bới lẫn nhau, tranh giành hơn thua, chẳng biết nhân nghĩa là gì.

Khi có ách tai bệnh hoạn, chỉ đi hỏi thầy mù rước bóng, vái ma cúng qủy, sát sinh hại vật, tạo ác gây tội chồng chất. Đã vậy lại ăn gian nói dối, không hề biết ăn chay niệm Phật, không biết làm lành tránh ác. . .

Hai vị Quốc Vương thấy nhân dân các nước lân bang cứ ưa chuộng sự tà mị như thế, động lòng thương xót, mới bàn cùng nhau tìm phương cách để cứu những kẻ ấy khỏi chịu qủa báo nghiệp dữ về sau.

Một vị phát nguyện rằng: "Tôi nguyện đời đời tu hành cầu đạo Bồ Đề cho mau thành Phật, để giáo hóa cứu độ vô số chúng sinh vào Niết Bàn, tôi mới yên tâm được".

Một vị phát nguyện: "Tôi nguyện tu hạnh Bồ Tát, để độ tất cả chúng sinh khỏi khổ được vui, nếu tôi không độ hết thảy chúng sinh khỏi khổ và được giải thoát thì tôi thề chưa chịu thành Phật".

Vị Vua thứ nhất phát nguyện sớm thành Phật để độ chúng sinh, tức là đức Nhất Thiết Trí Thành Tựu Như Lai đã thành Phật từ vô lượng kiếp rồi. Còn vị Vua thứ hai nguyện độ hết chúng sinh khỏi khổ được giải thoát xong mới chịu thành Phật, tức là Bồ Tát Đại Nguyện Địa Tạng Vương.

Vì lời thệ nguyện sâu nặng khó khăn như thế, nên đã trải qua vô lượng kiếp làm đại Bồ Tát, và còn tiếp tục vô lượng kiếp như thế nữa. Vì vậy, chúng ta nên tôn trọng kính lễ Ngài.

3)- Cũng theo quyển Phật A Di Đà và chư Bồ Tát (nhiều đời sau nữa):

Thời qúa khứ rất lâu xa, tiền thân của đức Địa Tạng là một trưởng giả có đức độ. Thời ấy có đức Phật hiệu là

Sư Tử Phấn Tấn Cụ Túc Hạnh Như Lai. Một hôm, ông Trưởng giả tình cờ gặp Phật, thấy tướng tốt đẹp trang nghiêm, càng trông, ông lại càng cảm thấy tôn kính Phật. Ông bèn đến gần cúi đầu vái mà nói: "Thưa đức Thế Tôn, tôi thấy tướng Ngài rất đẹp đẽ nghiêm trang, càng ngó càng thấy tươi đẹp lạ thường, trên đời chẳng có ai được như Ngài. Nhưng tôi tự nghĩ rằng "có được qủa tốt, ắt phải có nhân lành". Vậy chẳng rõ kiếp trước Ngài đã làm những hạnh nguyện gì mà nay được thân tướng tốt đẹp như thế? Xin Ngài nói cho tôi biết, thực ra tôi cũng ước ao muốn được cái hảo tướng như Ngài lắm".

Phật Sư Tử Tấn Cụ Túc Hạnh thấy Trưởng giả có lòng muốn làm việc lành, nên Ngài bảo: "Trưởng giả, nếu ông muốn được kim thân diệu tướng, phải phát tâm tu hành vô lượng kiếp cầu đạo Bồ Đề, một lòng tinh tấn, hóa độ chúng sanh khỏi tội khổ báo được yên vui. Cái duyên phúc ấy sẽ cảm được cái hảo tướng như Ta chứ không khó".

Trưởng giả nghe đức Phật dạy như vậy, liền qùy xuống phát nguyện: "Từ nay cho đến muôn đời vị lai, nếu có chúng sinh nào bị tội qủa báo, tôi dùng đủ thứ phương tiện làm cho được giải thoát tất cả, chừng ấy tôi mới thành Phật".

Vì sự thề nguyện ấy, từ đấy đến nay trải qua vô số kiếp, Ngài thành Bồ Tát, hành đạo Bồ Tát cứu giúp vô lượng chúng sinh trong vô lượng kiếp, vẫn làm việc Phật sự của một vị Đại Bồ Tát., .

Nghi thức tụng niệm

(Kinh Bát Đại Nhân Giác. Đại Bi Chú. Sự Lý Lễ Tụng. Nghi Thức Tụng Niệm)

Trong các buổi lễ của Phật giáo như lễ cầu siêu, cầu an, v.v… nghi thức khởi đầu tụng niệm đều dưới một hình thức tương tự, chỉ có các Kinh trì tụng là khác nhau tùy theo loại lễ sẽ được tụng Kinh tương ưng cho lễ ấy mà thôi. Người Phật tử muốn làm lễ tại gia hay trong các buổi tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật hàng ngày, cũng có thể áp dụng tương tự trong phần nghi thức ban đầu và phần sau chót.

Tuy nhiên để có thể làm được nghi thức tụng niệm một cách trôi chảy, chúng ta trước hết phải học và tập cách sử dụng chuông mõ, tay trái cầm dùi chuông, tay phải cầm dùi mõ, mắt nhìn Kinh, miệng đọc v.v...

I)- Cách sử dụng chuông mõ:

Làm theo thứ tự sau đây:

1- Nhắp chuông: là báo hiệu sắp có tiếng chuông vang lên, bằng cách đánh nhẹ dùi chuông vào vành chuông và giữ dùi sát vành chuông cho có một âm thanh nhỏ phát ra không vang xa, để báo hiệu sẵn sàng.

2- Đánh ba tiếng chuông: đánh chậm, cách nhau để mọi người đủ thời giờ thở ba hơi thở ra vào sau mỗi tiếng chuông.

3- Nhắp chuông: sau khi đánh ba tiếng chuông, lại nhắp chuông một lần nữa.

4- Bắt đầu đọc tiếng Kinh thứ nhất chưa đánh gì cả, đọc tới tiếng Kinh thứ hai đánh tiếng mõ thứ nhất; đọc tiếng Kinh thứ ba không đánh gì cả, đọc tiếng Kinh thứ tư

cùng đánh tiếng mõ thứ hai, đọc tiếng Kinh thứ năm cùng đánh tiếng mõ thứ ba. Sau đó cứ mỗi tiếng Kinh đồng thời đánh một tiếng mõ.

5- Tiếng Kinh đầu câu cuối của mỗi đoạn, hay đầu câu cuối của bài Kinh, có tiếng chuông cùng với tiếng mõ và tiếng Kinh đồng một lượt. Tiếng Kinh áp chót mỗi đoạn hay mỗi bài giữa hai tiếng mõ. Tiếng Kinh chót mỗi đoạn có tiếng chuông cùng với tiếng mõ. Tiếng Kinh chót của bài Kinh có một tiếng mõ và hai tiếng chuông liên tiếp.

Thí dụ cho dễ hiểu: Gọi N là tiếng nhắp, C là tiếng chuông, m là mõ tiếng nhỏ và M là tiếng mõ lớn (Nếu không có mõ lớn, dùng một mõ nhỏ), ta bắt đầu:

N C C C N m m m mm m m C M C M M MM M N

Sau Nhắp chuông chót ở trên bắt đầu đọc như sau:

Này Xá(m) Lợi Tử(m), sắc(m) chẳng(m) khác(m) với(m) không(m), không(m) chẳng(m) khác(m) với(m) sắc(m); sắc(m) tức(m) là(m) không(m), không(m) tức(m) là(m) sắc(m) **.** Thọ(mC) tưởng(m) hành(m) thức(m) cũng(m) lại(m) (m)như(m) thế(mC). (Hết một đoạn) v.v….

Yết(m) đế(m) yết(m) đế(m) ba(m) la(m) yết(m) đế(m), ba(m) la(m) tăng(m) yết(m) đế(m), Bồ(m) đề(m) tát(m) bà(m) ha(m) **.** Ma(mC) ha(m) Bát(m) nhã(m) ba(m) la(m) (m)mật(m) đa(mCC). (Hết một bài) **.**

II)- Cách xá, khấn, vái, lễ:

1- Xá: Hai tay chắp cầm (kẹp) hương trước ngực xá.

2- Khấn: Hai tay vẫn chắp kẹp hương trước ngực, mắt nhìn Phật, tâm nghĩ tưởng đến các đức hạnh cao cả của Phật, và tỏ bày nguyện vọng chân chính của mình bằng

cách thầm nghĩ tưởng trong đầu hay nói thầm, hoặc nói thành tiếng.

3- Vái: Hai tay vẫn kẹp hương dơ cao trước trán vái xuống tới trước ngực.

4- Lễ: Từ thế đứng qùy xuống, hai tay chống đất, đầu sát đất, rồi lại đứng lên, là một lễ.

Sau khi hiểu và tập cách sử dụng chuông mõ, các cách xá vái lễ, chúng ta bắt đầu vào lễ.

III)- Chương trình nghi thức :

Lần lượt theo thứ tự như sau:

01)- Thắp hương, đốt hương, xá, khấn, vái. Cắm hương vào lư hương.

02)- Vừa đọc vừa lễ: Dốc lòng kính lễ Tam Bảo (Phật Pháp Tăng) thường ở khắp mười phương (1 lễ).

Qùy thẳng lưng **niệm hương** đọc:

Nguyện thân thanh tịnh tấm chân thường,
Trí tuệ bao la kết tỏa hương,
Ngào ngạt thơm lừng khắp pháp giới,
Cúng dàng chư Phật cả mười phương.

03)- Vừa đọc vừa lễ: Dốc lòng kính lễ Tam Bảo thường ở khắp mười phương (1 lễ)

Qùy thẳng lưng **dâng hương** đọc:

Trầm hương vừa đốt,
Cõi pháp hương bay,
Chư Phật xa hay,
Thấu tâm thành này.

Nam mô Hương Vân Cái Bồ Tát Ma Ha Tát (3 lần)

04)- Vừa đọc vừa lễ: Dốc lòng kình lễ Tam Bảo thường ở khắp mười phương (1 lễ).

05)- Qùy thẳng lưng **sám hối**:

Chúng con xin chí thành sám hối:
Xưa kia gây nên bao nghiệp ác,

Đều vì vô thủy tham sân si,
Bởi thân miệng ý phát sinh ra,
Hết thảy con nay xin sám hối.

Nam mô cầu sám hối Bồ Tát Ma ha Tát (đọc 3 lần,)

06)- Vừa đọc vừa lễ: Dốc lòng kính lễ Tam Bảo thường ở khắp mười phương (1 lễ).

07)- Qùy thẳng lưng **đọc Thần Chú** sạch ba nghiệp:

"Ám (úm) sa phạ, bà phạ, truật đà sa phạ, đạt ma sa phạ, bà phạ, truật độ hám" (3 lần).

08)- Vừa đọc vừa lễ: Dốc lòng kính lễ Tam Bảo thường ở khắp mười phương (1 lễ).

09)- Ngồi đọc **Kệ khai Kinh** (Bắt đầu sử dụng chuông mõ):

Pháp Phật cao siêu rất nhiệm mầu,
Nghìn năm ức kiếp dễ hay đâu,
Con nay nghe thấy xin vâng giữ,
Chân nghĩa Như Lai hiểu thật sâu.
Nam mô Thích Ca Mâu Ni Phật,
Một ngôi chí tôn trên trời đất,
Đạo Pháp mênh mông biển khơi hẹp,
Công đức vời vợi núi non thấp.

Nam mô bản Sư Thích Ca Mâu Ni Phật (3 lần).

Từ đây là phần chính của buổi lễ như tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật v.v…tùy theo hành giả lựa chọn.

Bát Nhã Tâm Kinh: (tiếp tục tụng cùng chuông mõ)

Quán Tự Tại Bồ Tát sau khi đi sâu vào trí huệ Bát Nhã, soi thấy năm Uẩn đều không, liền qua tất cả khổ nạn.

Này Xá Lợi Tử, sắc chẳng khác với không, không chẳng khác với sắc; sắc tức là không, không tức là sắc. Thụ, tưởng, hành, thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Tử, tướng của tất cả các pháp. Nó không sinh không diệt, không dơ không sạch, không thêm

không bớt. Vì thế trong tướng không nó không có sắc, thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương vị, xúc, pháp; không có nhãn thức giới cho đến ý thức giới; không có vô minh, cũng không có hết vô minh cho đến không có già chết, cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí huệ, không có chứng đắc, cũng không có chỗ được.

Bồ Tát y theo Bát Nhã Ba La Mật Đa, có tâm không ngăn ngại; vì tâm không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn mộng tưởng điên đảo, đạt tới cứu cánh Niết Bàn.

Ba đời chư Phật y theo Bát Nhã Ba La Mật Đa, được đạo qủa Bồ Đề.

Nên biết Bát Nhã Ba La Mật Đa là Đại Thần Chú, là Đại Minh Chú, là Vô Thượng Chú, là Vô Đẳng Đẳng Chú, trừ hết thảy khổ nạn không hư dối.

Cho nên nói ra lời Chú Bát Nhã Ba La Mật Đa, Chú ấy rằng: "Yết đế yết đế, ba la yết đế, ba la tăng yết đế, Bồ đề tát Bà ha. Ma ha Bát Nhã Ba La Mật Đa (3 lần)".

Kinh Bát Đại Nhân Giác:

(Tiếp tục tụng với chuông mõ)

Ai đã là đệ tử Phật, dốc lòng tụng Tám Điều Giác Ngộ của bậc Đại nhân:

Điều thứ nhất giác ngộ rằng:

Thế gian là vô thường, nơi đất nước tạm bợ, bốn đại (1) đều không, năm ấm (2) không phải ta, sinh già chết thay đổi, dối trá không có chủ, tâm là nguồn gốc ác, thân là rừng tội lỗi, quán sát như thế, sẽ lià sinh tử.

Điều thứ hai giác ngộ rằng:

Tâm không biết chán đủ, cứ mong muốn cầu nhiều, chỉ tăng thêm tội ác, Bồ Tát không thế, thường nghĩ biết đủ, chịu nghèo giữ tâm sạch, lấy trí tuệ làm sự nghiệp.

Điều thứ ba giác ngộ rằng:

Ham muốn nhiều khổ nhiều, do lòng ham muốn nên phải luân hồi sinh tử, nếu ít ưa thích mong cầu, thì thân tâm được an vui tự tại.

Điều thứ tư giác ngộ rằng:

Lười biếng bị sa đọa, phải chăm chỉ tu hành, mới phá được phiền não, dẹp trừ bốn giặc ma (3), ra khỏi ngục ấm giới (4).

Điều thứ năm giác ngộ rằng:

Vì ngu si phải sinh tử, Bồ Tát học rộng nghe nhiều, tăng thêm trí tuệ, thành tựu biện tài, giáo hóa chúng sinh, đều được yên vui mãi mãi.

Điều thứ sáu giác ngộ rằng:

Nghèo khổ nhiều sinh ra oán hận, kết oán duyên ác, Bồ Tát bình đẳng bố thí, không phân biệt kẻ oán người thương, không nghĩ tới thù xưa, chẳng ghét người gian ác.

Điều thứ bảy giác ngộ rằng:

Năm dục (5) là khổ, ở đời không nhiễm đời, chí nguyện tu hành, giữ giới trong sạch, phạm hạnh cao cả, thương xót muôn loài.

Điều thứ tám giác ngộ rằng:

Sinh tử nhiều kiếp, khổ não vô cùng, nên phát tâm rộng lớn, cứu giúp khắp tất cả, nguyện thay chúng sanh, chịu vô lượng khổ, khiến cho chúng sinh được vui rốt ráo.

Đại Bi Chú: (tiếp tục trì tụng với chuông mõ)

Nam mô Đại Bi Hội Thượng Phật Bồ Tát Ma Ha Tát (đọc 3 lần).

Thiên thủ Thiên nhãn Vô ngại Đại Bi Tâm Đà La Ni.

Nam mô hát ra đát na đá ra dạ da. Nam mô a rị gia. Bà lô yết đế thước bát ra da. Bồ đề tát đỏa bà gia. Ma ha tát đỏa bà gia. Ma ha ca lô ni ca gia. Án. Tát phàn ra phạt

duệ. Số đát na đát tả. Nam mô tất cát lật đỏa y mông a rị gia. Bà lô cát đế, thất phật ra lăng đà bà. Nam mô na ra cẩn trì, hê rị ma ha càn đá sa mế. Tát bà a tha đậu thâu bằng, a thệ dựng. Tát bà tát đá, na ma bà tát đá, na ma bà già, ma phạt đặc đậu, đát điệt tha. Án, a bà lô hê, lô ca đế, ca ra đế, di hê rị, ma ha bồ đề tát đỏa, tát bà tát bà. Ma ra ma ra, ma hê ma hê rị đà dựng, câu lô câu lô yết mông, độ lô độ lô phạt sà gia đế. Ma ha phạt sà gia đế, đà ra đà ra địa rị ni, thất phật ra gia, giá la giá la, ma ma phạt ma ra. Mục đế lệ, y hê di hê, thất na thất na, a ra sấm phật ra xá lị. Phạt sa phạt sấm, phật ra sá gia, hô lô hô lô ma ra, hô lô hô lô hê rị, sa ra sa ra, tất rị tất rị. Tô rô tô rô, bồ đề dạ bồ đề dạ, bồ đà dạ bồ đà dạ, di đế lị dạ, na ra cẩn trì, địa rị sắt ni na, bà dạ ma na, sa bà ha. Tất đà dạ sa bà ha. Ma ha tất đà dạ sa bà ha. Tất đà dụ nghệ, thất phàn ra gia, sa bà ha. Na la cẩn trì sa bà ha. Ma ra na ra, sa bà ha. Tất ra tăng a mục khê gia, sa bà ha. Sa bà ma ha a tất đà dạ, sa bà ha. Ba đà ma yết tất đà dạ, sa bà ha. Na ra cẩn trì phàn già ra da, sa bà ha. Ma bà rị thắng yết ra dạ, sa bà ha. Nam mô hát ra đát na đá ra dạ gia. Nam mô a rị gia, bà lô cát đế, thước phàn ra dạ, sa bà ha.

Án tất điện đô, mạn đá ra bạt đà gia, sa bà ha (3 lần).

10)- Niệm chư Phật và chư Bồ Tát:

(Tiếp tục niệm với chuông mõ)

Nam mô bản Sư Thích Ca Mâu Ni Phật (3 lần)
Nam mô Đương Lai hạ sinh Di Lặc Tôn Phật (3 lần)
Nam mô Tây Phương cực lạc thế giới đại từ đại bi A Di Đà Phật (3 lần)
Nam Mô Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát (3 lần)
Nam mô Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát (3 lần)
Nam mô Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát (3 Lần)

Nam mô Đại Thế Chí Bồ Tát (3 lần)
Nam mô Đại Nguyện Địa Tạng Vương Bồ Tát (3 Lần)
Nam mô Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát (3 lần).
(Tới đây ngưng chuông mõ)

11)- Qùy chắp hai tay **đọc lời phát nguyện**:

Đệ tử chúng con xin chí thành phát nguyện:
Chúng sinh vô biên thệ nguyện độ,
Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn,
Pháp môn vô lượng thệ nguyện học,
Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành.

12)- Lễ tạ, đứng đọc rồi lễ hoặc vừa đọc vừa lễ:

- Con quy Phật rồi, nguyện cho chúng sinh, hiểu thấu đạo lớn, mở lòng tuyệt vời (1 lễ).
- Con quy Pháp rồi, nguyện cho chúng sinh hiểu thấu nghĩa Kinh, trí tuệ như biển (1 lễ).
- Con quy Tăng rồi, nguyện cho chúng sinh hợp đạo đồng tình không gì trở ngại (1 lễ).
- Hòa nam Thánh chúng, (Xá 1 xá rồi đọc tiếp **hồi hướng**)
- Nguyện đem công đức này, hướng về đệ tử và tất cả chúng sinh đều cùng thành Phật đạo. (Xá 3 xá rồi lui. Xong nghi thức buổi lễ).

Cước chú giải thích:

(1) Bốn đại: Đất, nước, gió, lửa.
(2) Năm Ấm: Năm Uẩn: Sắc, tho, tưởng, hành, thức.
(3) Bốn giặc ma: Buồn phiền, dục lạc, chết, quyến rũ.
(4) Ngục ấm giới: Năm Cái: Tham, sân, lười biếng, dao động, nghi ngờ.
(5) Năm dục: Sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, vị ngon, xúc chạm., .

Tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật

(Phật Học Phổ Thông quyển 1 từ trang 127 đến 139. Thập Chú)

I)- Tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật là gì?

1)- Tụng Kinh là gì?

Là đọc các Kinh của Phật thành tiếng có âm điệu theo nhịp mõ, chuông. Đọc theo lời Kinh một cách thành kính những lời Phật dạy được ghi trong Kinh kệ. Tụng Kinh có khi đọc một mình, cũng có khi nhiều người cùng đọc. Thời đức Phật còn tại thế, các lời dạy của Ngài chưa được viết ra sách, các đệ tử của Ngài phải học thuộc và tụng đọc tư duy hàng ngày. Sau khi đức Phật nhập Niết Bàn được ba tháng, năm trăm vị Thánh Tăng mới cùng nhau bắt đầu kết tập Kinh Phật tại động Thất Diệp, tức là hang Tát Ba La thuộc núi Kỳ xà Quật, nước Ma Kiệt.

2)- Trì Chú là gì?

Trì là giữ chắc, Chú là lời bí mật của chư Phật, không ai hiểu được, chỉ có chư Phật mới hiểu được nghĩa lý của Chú mà thôi. Chú cũng được gọi là Thần Chú, Đại Thần Chú, Đại Minh Chú, Vô Thượng Chú, Vô Đẳng Đẳng Chú. Các bài Chú đều có công đức, oai thần không thể nghĩ bàn được. Chú trừ được tội lỗi, tiêu tai, giải ách, tăng phước đức cho người trì tụng.

3)- Niệm Phật là gì?

Là đọc tên Phật để tưởng nhớ danh hiệu cùng tất cả các đức hạnh của Phật mà noi theo. Khi gặp hoạn nạn sợ hãi, hay làm việc gì tội lỗi, chúng ta niệm Phật để xin Ngài che chở cho. Khi cần sự nhẫn nhục chịu đựng hoặc cần sự sáng suốt, chúng ta cũng niệm Phật, để cầu Ngài gia trì cho thêm sức chịu đựng và sáng suốt mạnh mẽ hơn.

II)- Tại sao tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật?

1)- Tại sao phải tụng Kinh?

Kinh có nghĩa lý cao siêu, nếu đọc một hai lần, chúng ta không thể hiểu và nhớ hết được, cho nên cần phải đọc đi đọc lại nhiều lần để hiểu hết nghĩa lý và để nghĩa lý ấy thấm sâu vào tâm trí của chúng ta. Sự miệt mài đọc tụng theo lời Kinh còn làm cho tâm người đọc quên hết mọi việc trần tục, quên đi các nghịch cảnh phiền lụy đã xảy ra, đang xảy ra trong đời sống hàng ngày. Một khi đã thấm nhuần lời Kinh rồi, chúng ta dễ dàng đối phó với mọi hoàn cảnh xảy ra chung quanh, do đó chúng ta cần phải tụng Kinh.

2)- Tại sao phải trì Chú?

Người trì chú nếu ý thức được rằng Chú là những lời chỉ có chư Phật mới hiểu và giảng giải được, Chú là kho tàng bí mật của chư Phật. Nếu muốn vào kho tàng của Phật phải trì Chú, do đó chúng ta cần phải trì Chú.

3)- Tại sao phải niệm Phật?

Phật là bậc giác ngộ hoàn toàn, sáng suốt trong sạch, từ bi vô lượng, phúc huệ vô biên, đức hạnh viên mãn, thần thông quảng đại, chí tôn trên trời đất. Khi niệm Phật, chúng ta sẽ được Phật gia trì cho có sức chịu đựng khổ cực, nhẫn chịu được những cảnh ngang trái, tăng trưởng lòng từ bi hỷ xả, tinh tấn hơn trong việc tu hành v.v…

Niệm Phật còn đưa tâm ý chúng ta không suy nghĩ tưởng nhớ việc khác, giúp cho tâm không rong ruổi muôn mối, tâm không bị vẩn đục, mê mờ, nên được sáng suốt. Do đó chúng ta cần phải niệm Phật.

III)- Tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật nào?

1)- Tụng những Kinh nào?

Kinh nào cũng có giá trị của nó, đều có công năng phá trừ si mê, khai mở tâm trí, hướng tới giải thoát. Nhưng

tùy cơ duyên, căn cơ của mỗi người, hợp với sở nguyện của mình, thích Kinh nào thì tụng Kinh ấy. Thông thường, tụng các Kinh như: Hồng Danh (chư Phật), Phổ Môn, Vu Lan, Di Đà, Dược Sư, Địa Tạng, Kim Cang, Lăng nghiêm, Bát Nhã Tâm Kinh, Hoa Nghiêm v.v…

Muốn sám hối giải trừ tội lỗi đời này và các đời qúa khứ phải lạy tụng theo Kinh Hồng Danh. Muốn giải tai nạn khổ đau bệnh hoạn tụng Kinh Kim Cương, Lăng Nghiêm, Kinh Dược Sư.

Tại các chùa thường những ngày lễ lớn như lễ Thượng Nguyên (rằm tháng giêng Âm lịch) tụng Kinh Phổ Môn, Dược Sư. Lễ Phật Đản tụng Kinh Bát Đại Nhân Giác (Kinh Tám Điều Nhận Biết Của Bậc Đại Nhân). Lễ Vu Lan tụng Kinh Vu Lan, Địa Tạng, Di Đà. Lễ Phật Thích Ca thành Đạo tụng Bát Nhã Tâm Kinh v.v….

2)- Trì những Chú nào?

Thường thường các Phật tử tại gia trì Chú Đại Bi, Thập Chú (mười Chú gồm: Như Ý Bảo Luân Vương Đà La Ni, Tiêu Tai Cát Tường Thần Chú, Công Đức Bảo Sơn Thần Chú, Phật Mẫu Chuẩn Đề Thần Chú, Vô Lượng Thọ Quang Minh Vương Đà La Ni, Dược Sư Quán Đỉnh Chân Ngôn, Quán Âm Linh Cảm Chân Ngôn, Thất Phập Diệt tội Chân Ngôn, Thiện Nữ Thiên Chú, Vãng Sinh Tịnh Độ Thần Chú).

Tại các chùa thường trì tụng Chú dài và khó, vì âm điệu trắc trở khó đọc, khó nhớ, đó là Chú Lăng Nghiêm. Nếu Phật tử tại gia có nhiều thời giờ và quyết tâm, nên trì hết các Chú lại càng được nhiều lợi ích.

3)- Niệm Phật nào?

Đức Phật nào cũng có đủ mười danh hiệu là: "Như Lai, Ứng Cúng, Chính Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Đạo Pháp Ngự, Thiên

Nhân Sư, Phật, Thế Tôn". Các đức Phật đều cùng toàn giác, phước trí vô biên, từ bi vô lượng, nên niệm Phật nào cũng đều cảm ứng cả. Nhưng hiện tại, chúng ta còn ảnh hưởng của Phật Thích Ca Mâu Ni, do giáo pháp của Ngài để lại đang lưu hành, nên chúng ta phải niệm danh hiệu Ngài: "Nam mô Ta Bà Giáo Chủ Bản Sư Thích Ca Mâu Ni Phật". Nếu người muốn sinh về cõi Cực Lạc thì niệm: "Nam mô Tây Phương cực lạc thế giới đại từ đại bi A Di Đà Phật". Người muốn gặp Phật Di Lặc sau này niệm: "Nam mô đương lai hạ sinh Di Lặc Tôn Phật".

IV)- Tụng Kinh trì Chú niệm Phật thế nào?

1)- Tụng Kinh như thế nào?

Một số người không hiểu ý nghĩa của tụng Kinh, tụng cho có tụng, tụng lấy lệ cho xong việc. Lại có người tụng Kinh nhanh như gió cuốn nước tuôn. Nếu tụng Kinh như thế không được lợi ích, vì tốc độ tụng Kinh mau qúa hành giả không quán chiếu kịp lời Kinh, không thấu triệt được ý Kinh. Tụng như thế cũng như nước đổ lên đầu con vịt, nước chuội đi hết không còn gì cả. Bởi vậy, chúng ta phải tụng từ từ, nhịp nhàng khoan thai, không nhanh quá mà cũng chẳng chậm quá, vì mục đích của tụng Kinh là phải hiểu lời Kinh và nghĩa lý của Kinh phải được thấm nhập vào tâm người tụng. Có một điều cần nêu ra: trong những buổi lễ, một số Chùa đã tụng những Kinh bằng chữ Hán Việt, khiến các Phật tử đọc chẳng hiểu gì cả, phải cố đọc cho xong việc. Việc làm này, xin chư Tăng Ni vui lòng coi dùm lại, đừng để tệ nạn tụng Kinh để Phật nghe như thế vô ích....

2)- Trì Chú như thế nào?

Lời của các bài Chú không ai hiểu được trừ chư Phật, nếu đọc Chú rời rạc, phân tâm, không chú tâm ý triệt để không đúng với ý nghĩa của trì Chú. Bởi vậy cho nên khi

trì Chú phải đọc làm sao để những lời có vẻ vô nghĩa ấy thâm nhập hòa đồng với thân tâm người trì Chú, đây mới là đúng cách trì Chú.

3)- Niệm Phật như thế nào?

Miệng niệm Phật mà đầu óc còn suy nghĩ việc này chuyện nọ, không đúng ý nghĩa của niệm Phật. Người niệm Phật phải quán tưởng hoặc nhìn hình tượng Phật để thấy những đều tốt lành, sự cao cả vĩ đại của Phật, và noi gương làm các việc lành tránh làm các điều ác v.v…

V)- Những ai tụng Kinh trì Chú niệm Phật?

Tất cả Phật tử tại gia, xuất gia đều nên tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật, nhất là những người không tu một pháp môn nào cả, lại càng cần nên hành trì. Những Phật tử tại gia đã có bàn thờ Phật trong nhà, nên hàng ngày thực hành cả ba, nếu bận việc làm ăn lựa một thứ, nếu bận qúa nên thực hành vào ngày cuối tuần được nghỉ ở nhà. Tùy theo hoàn cảnh mỗi người mỗi gia đình mà hành trì, không có một tí gì là bắt buộc cả. Có hành trì hay không tùy tâm mỗi cá nhân tự định liệu lấy tương lai của mình.

Người có tu thiền định cũng nên chia thời gian hàng ngày để có thời gian hành trì ba việc hoặc một việc trong tụng Kinh, trì Chú, và niệm Phật.

Người xuất gia cũng tùy theo mà hành trì cho thích hợp với khuôn khổ pháp môn của tịnh thất hoặc của chùa.

VI)- Lợi ích

1)- Lợi ích của tụng Kinh:

Người tụng Kinh sẽ dần dần thấu suốt nghĩa Kinh, các căn nhiếp theo lời Kinh khiến người tụng ghét bỏ điều ác, sinh khởi làm việc lành, có lợi cho bản thân người tụng. Các người khác nghe lời Kinh ấy sẽ học hỏi được nhiều điều tốt đẹp, từ các người thân con cháu, đến hàng xóm láng giềng đều được lợi lạc bởi được nghe lời tụng Kinh.

Người tụng Kinh đúng cách còn đưa người tụng đến nhất tâm thanh tịnh, sẽ có lợi ích không thể nghĩ bàn, linh nghiệm lạ thường, người nào tụng, người ấy tự chứng nghiệm mà thôi.

2)- Lợi ích của trì Chú:

Một câu hay một bài Thần Chú ngắn có thể thâu gồm cả một bộ Kinh. Hiệu lực của Chú rất phi thường kỳ diệu. Người chí tâm thọ trì Chú lâu bền đạt đến thanh tịnh, sẽ có linh ứng lạ thường không thể giải thích, như người uống nước nóng lạnh tự biết, người ngoài không thể thấy.

3)- Lợi ích của niệm Phật:

Một câu niệm Phật giá trị bằng ba tạng giáo điển. Niệm Phật nào cũng có đủ hết các công đức vô lượng vô biên. Niệm Phật có công năng trừ tâm vọng niệm điên đảo, phá tâm si mê đen tối, đạt tâm trong sạch của bậc Đại nhân.

Nếu người nào chuyên niệm Phật A Di Đà cầu vãng sinh, với chí tâm thành khẩn chuyên nhất, được tâm bất loạn, sẽ được Phật A Di Đà tới xoa đầu, đến lúc lâm chung, được Phật A Di Đà, và các Bồ Tát tới đón về Tây phương cực lạc.

Tóm lại, tụng Kinh, trì Chú niệm Phật cũng là các cách tu của người Phật tử tại gia và xuất gia. Người Phật tử trong khi tiếp xúc với đời làm lành, lánh ác, rồi lại hành trì đúng mức tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật chắc chắn sẽ đạt được qủa Thánh.

VII)- Phần phụ: Thập Chú

Mười bài Chú sau đây thường được tụng tại các chùa, Phật tử tùy theo trường hợp mà trì tụng, nếu học thuộc và đọc hàng ngày được thì rất hữu ích, nhất là gặp những trường hợp đặc biệt mà đọc ra bài Chú tương ưng như trong khi gặp hoạn nạn đọc “Tiêu tai cát tường thần chú

hay Quán Âm Linh Cảm Chân Ngôn v.v…", lợi lạc không thể đo lường trước được.

1)- NHƯ Ý BẢO LUÂN VƯƠNG ĐÀ LA NI:

Nam mô Phật đà gia, nam mô Đạt ma gia, nam môm Tăng già gia, nam mô Quán Tự Tại Bồ Tát Ma Ha Tát, cụ đại bi tâm giả, đát điệt tha, án chước yết ra phạt để, chấn đa mạt nị ma ha bát đắng mế, rô rô rô rô, để sắt tra thước a ra yết rị, sa dạ hồng phấn sa ha. Án, bát đạp ma, chấn đa mạt ni, thước la hồng, án bạt lạt đà, bát đản mế hồng.

2)- TIÊU TAI CÁT TƯỜNG THẦN CHÚ:

Nẵng mồ tam mãn đá mẫu đà nẫm. A bát ra để, hạ đa xá, sa nẵng nẫm, đát điệt tha. Án khê khê, khê hế khê hế, hồng hồng, nhập phạ ra, nhập phạ ra, bát ra nhập phạ ra, bát ra nhập phạ ra, để sắt tra, để sắt tra, sắt trí rị, sắt trí rị, sa phấn tra, sa phấn tra, phiến để ca, thất rị duệ, sa phạ ha.

3)- CÔNG ĐỨC BẢO SƠN THẦN CHÚ:

Nam mô Phật đà gia, nam mô Đạt ma gia, nam mô Tăng gia gia. Án, tất đế hộ rô rô, tất đô rô chỉ rị ba, cát rị bà, tất đạt rị, bố rô rị sa phạ ha.

4)- PHẬT MẪU CHUẨN ĐỀ THẦN CHÚ:

Khể thủ quy y tô tất đế, đầu diện đỉnh lễ thất câu chi, ngã kim xưng tán đại chuẩn đề, duy nguyện từ bi thùy gia hộ.

Nam mô tát đá nẫm, tam diểu tam bồ đà, câu chi nẫm, đát điệt tha, án chiết lệ chủ lệ chuẩn đề sa bà ha.

5)- VÔ LƯỢNG THỌ ĐÀ LA NI:

Án, nại ma ba cát ngõa đế, a ba ra mật đạp, a ưu rị a nạp, tô tất nễ, thực chấp đạp, điệp tả ra tể dã, đát tháp nghiệp đạt dã, a ra ha đế, tam dược tam bất đạt dã, đát nễ dã tháp, án tát rị ba, tang tư cát rị, bát lị thuật đạp, đạt ra mã

đế, nghiệt nghiệt nại tang, mã ngột nghiệt đế, sa ba ngõa tỉ thuật đế mã hát nại dã, bát rị ngõa lị sa hát.

6)- DƯỢC SƯ QUÁN ĐỈNH CHÂN NGÔN:

Nam mô bạc già phạt đế, bệ sái xã, lũ rô bệ lưu li, bát lạt bà, hát ra xà dã, đát tha yết đa giã, a ra hát đế, tam miểu tam bột đà gia, đát điệt tha, án bệ sái thệ, bệ sái thệ, bệ sái xã, tam một yết đế sa ha.

7)- QUÁN ÂM LINH CẢM CHÂN NGÔN:

Án, ma ni bát minh hồng, ma hạt nghê nha nạp, tích đô đặc ba đạt, tích đặc ta nạp, vi đạt rị cát tát, nhi cán nhi tháp, bốc rị tất tháp, cát nạp bổ ra nạp, nạp bốc rị, đâu thắc ban nạp, nại ma lô cát, thuyết ra gia sa ha.

8)- BẢY PHẬT DIỆT TỘI CHÂN NGÔN:

Ly ba ly bà đế, cầu ha cầu ha đế, đà la ni đế, ni ha ra đế, tỳ nê nễ đế, ma ha già đế, chân lăng càn đế, sa bà ha.

9)- VÃNG SINH TỊNH ĐỘ THẦN CHÚ:

Nẵng mồ a di đá bà dạ, đá tha già đá dạ, đá địa dạ tha, a di rị đô, bà tỳ, a di rị đá, tất đam bà tỳ, a di rị đá, tỳ ca lan đế, a di rị đá, tỳ ca lan đá, già di nhị, già già na, chỉ đá ca lị sa bà ha.

10)- THIÊN NỮ THIÊN CHÚ:

Nam mô Phật đà, nam mô Đạt ma, nam mô Tăng già, nam mô thất ly, ma ha đề tỵ gia, đát nễ giã tha, ba lỵ phú lâu na, giá lỵ tam mạn đà, đạt xá ni, ma ha tỳ ha ra già đế, tam mạn đà tỳ ni già đế ma ha ca lỵ dã, ba nễ ba ra ba nễ, tát rị phạ lật tha, tam mạn đà, tu bát lê đế, phú lệ na, a rị na, đạt ma đế, ma ha tỳ cổ tất đế, ma ha di lặc đế lâu bả tăng kỳ đế, hê đế tỷ, tăng kỳ hê đế, tam mạn đà, a tha a lâu, bà na ni.

Nam mô Ly Cấu Địa Bồ Tát Ma Ha Tát (3 lần)., .

Trì Giới

(Tăng Nhất A Hàm, quyển 1 trang 168, 206; quyển 3 từ trang 439 đến 446. Tạp A Hàm quyển 1 Kinh 241 trang 446, quyển 2 Kinh 640 trang 609. Phật Học Phổ Thông quyển 4 từ trang 86)

I)- Trì Giới là gì?

Trì là giữ chặt chẽ, Giới là những điều ngăn cấm không được làm, không được phạm. Trì Giới là thực hành những luật lệ mà đức Phật đặt ra cho Phật tử xuất gia thi hành trong khi tu hành, và cho Phật tử tại gia áp dụng trong cuộc sống để có đời sống đạo đức và hưởng quả báo tốt đẹp. Nhờ có giữ giới tâm mới được ổn định, tại sao? Vì nếu không giữ giới như một người giết người cướp của chẳng hạn, tâm người ấy tất nhiên là phải dao động mạnh nếu không nói là loạn động, nên không thể định tĩnh được, do đó người giữ giới tâm dễ được định tĩnh. Tâm được định huệ mới sinh, huệ phát sinh mới dứt trừ được vô minh, và khi hết vô minh sẽ hết sinh tử luân hồi, tức là minh tâm kiến tánh, đốn ngộ Phật tánh vậy.

Giới luật của Phật đặt ra không phải để trừng phạt người không thi hành, mà để giúp cho những người nào thi hành nghiêm chỉnh sẽ hưởng được qủa vị tốt đẹp. Những giới luật chỉ có mục đích làm cho các đệ tử Phật được mau chóng đạt qủa Thánh trong khi tu hành.

II)- Có mấy loại giới luật? Có ba loại:

1)- Giới luật cho Phật tử tại gia (Cư sĩ):

Phật tử tại gia gồm cư sĩ nam, cư sĩ nữ. Những Phật tử tại gia có những giới: Ngũ giới, Bát quan trai giới, Bồ tát giới cho cả hai loại Phật tử tại gia và xuất gia.

1- Ngũ giới: Phật tử tại gia có thể giữ từ một tới năm giới là: 1- Không sát sinh, 2- Không trộm cướp, 3- Không tà dâm, 4- Không nói dối, 5- Không uống rượu. Đã được phân tích kỹ trong bài "Thế nào là một người Phật tử, phần Ngũ giới".

2- Bát quan trai giới (tám cửa ngăn): Quan là cửa, trai là sau giờ ngọ không được ăn. tám cửa ngăn chặn tám điều tội lỗi là: 1- Không sát sinh, 2- Không trộm cướp, 3- Không dâm dục, (chứ không phải là không tà dâm), 4- Không nói dối, 5- Không uống rượu, 6- Không trang điểm, ca hát hay dự cuộc vui, 7- Không nằm ngồi chỗ êm ấm cao sang (để ngăn ngừa sự qúa sung sướng nảy sinh dục vọng), 8- Ăn chay không qúa giờ ngọ (để ngừa buồn ngủ, bệnh và dễ nhất tâm). Tu tám cửa trai giới chỉ trong vòng 24 giờ tức là một ngày tròn mà thôi. Hành giả nên thọ giới tại chùa, khi hiểu rõ chương tình, nghi thức rồi, có thể tự thọ giới tại nhà.. Nên sắp xếp để thọ bát quan trai giới mỗi tháng một lần, vào ngày mồng tám, mười bốn, rằm, v.v…, nếu hoàn cảnh thuận tiện, thọ nhiều lần càng tốt. Trong khi thọ tám cửa trai giới, thân khẩu ý của hành giả được thanh tịnh, tuy chỉ có 24 giờ nhưng rất qúy báu, hơn cả một đời của người không tu hành gì cả. Về vấn đề này được phân tích kỹ trong bài "Tám Quan Trai Giới".

2)- Giới luật cho Phật tử xuất gia:

Có bốn loại Phật tử xuất gia là Sa Di, Sa Di Ni, Tỳ Kheo, và Tỳ Kheo Ni.

1- Sa Di và Sa Di Ni là những người nam và nữ mới xuất gia phải giữ 10 giới gồm: 1- Không sát sinh, 2- Không trộm cướp, 3- Không dâm dục, 4- Không nói dối, 5- Không uống rượu, 6- Không trang điểm, 7- Không ca hát hoặc dự các cuộc vui nhộn, 8- Không nằm ngồi chỗ êm

ấm cao sang, 9- Phải ăn chay và không qúa giờ ngọ, 10- Không dùng vàng bạc châu báu.

2- Tỳ Kheo: Là Tăng phải giữ 250 giới, gồm cả những giới cho Sa Di.

3- Tỳ Kheo Ni: Là Ni phải giữ 348 giới, gồm cả những giới cho Sa Di và Tỳ Kheo.

Ngoài ra còn một loại Phật tử xuất gia nữa, đó là **Thức Xoa Ma Na**, đó là người chưa đủ tuổi, chưa phải là Sa Di hay Sa Di Ni, giữ 6 giới và tập 296 hạnh giới.

Những giới dành cho Tăng Ni rất nhiều và chi tiết, không thể viết ra ở đây. Những giới luật này là những hàng rào cản không cho tu sĩ làm với mục đích giúp cho giới tu sĩ không vướng mắc vào những việc của thế gian để tâm được ổn định thanh tịnh, sẽ đưa người tu đến giải thoát. Như tham gia biểu tình ủng hộ phản đối, bàn chuyện chính trị tranh cãi hơn thua, nuôi con nuôi, buôn bán v.v… Người tu hành chân chính không bao giờ làm các việc ấy, vì khi làm tâm trí sẽ bận bịu với các việc ấy không thể yên ổn tu hành được.

3)- Bồ Tát giới: Bồ Tát giới chung cho cả Phật tử tại gia và Phật tử xuất gia. Những Phật tử phát tâm tu hạnh Bồ Tát giới là để rộng bề làm Phật sự và hóa độ chúng sinh. Bồ Tát giới gồm có:

1- Nhiếp luật nghi giới: Người thọ trì Bồ Tát giới quyết giữ 12 giới và 48 khinh giới, nghĩa là quyết không phạm một việc ác nào cả.

2- Nhiếp thiện pháp giới: Người thọ trì Bồ Tát giới quyết làm tất cả các việc lành.

3- Nhiêu ích hữu tình giới: Người thọ trì Bồ Tát giới quyết tu hạnh từ bi hỉ xả, làm tất cả các điều lợi ích cho tất cả chúng sanh, không một loài nào mà không hóa độ.

III)- Trì giới như thế nào? Có hai cách:

1)- Trì giới chấp tướng: Là trì giới do vì danh được người ta khen, vì bị người khác ép, hay nể người khác mà trì giới, Vì ganh đua hay tự hào mà trì giới. Những loại trì giới như thế, chỉ có bề ngoài, miễn cưỡng, tự cao tự đại, giả dối đánh lừa người khác. Trì giới như thế không có lợi ích gì cả, vì bên trong ô nhiễm xấu xa.

2)- Trì giới vô tướng: Trì giới không chấp tướng, theo đúng các điều Phật dạy mà thi hành, không vì danh hay bị ép, không vì nể vì ganh đua mà trì giới. Trong khi giữ giới không hề nghĩ mình giỏi hơn người hay có ý nghĩ khinh chê người phạm giới, mà chỉ nghĩ trì giới là bổn phận của mình không thực hành không được. Trì giới với tâm như thế mới đúng là trì giới rộng lớn (Ba La Mật).

Trong T ạp A H àm quyển 2 trang 609 và Tăng Nhất A Hàm, quyển 3, trang 551, đức Phật dạy người tu: "**Chẳng thà ngủ nghỉ chứ không trong lúc tỉnh táo tư tưởng suy nghĩ điên đảo. Thà dùng sắt nóng nung vào mắt chứ không do nhìn sắc đẹp xấu mà khởi loạn tưởng. Thà dùng dùi nhọn đâm thủng lỗ tai chứ không vì nghe tiếng hay dở mà khởi loạn tưởng. Thà dùng kìm nóng kẹp đứt lỗ mũi chứ không do ngửi mùi mà khởi yêu ghét. Thà dùng dao bén cắt lưỡi chứ không nói lời ác; thà dùng lá đồng nung đỏ cuốn quanh người, chứ không khởi nghĩ dâm dục**".

Trang 550 đức Phật dạy: "Nếu người trì giới giảm, người ác nổi lên, khi ấy chính pháp dần dần suy đồi, phi pháp tăng lên, chúng sanh trong ấy sẽ rơi vào ba đường ác. Nếu người trì giới đầy đủ, người phạm giới giảm xuống, chính pháp hưng thịnh, chúng sinh trong đó khi mạng chung đều sinh lên cõi Trời, cõi Người".

IV)- Vấn đề đối với người tu:

Giới luật của đức Phật đặt ra chỉ có mục đích làm lợi cho người giữ giới thực hành, người tu mau đạt qủa vị tốt đẹp. Giới luật của đức Phật không đặt kỷ luật trừng phạt người không tuân theo, có thi hành hay không là tuỳ tâm tự liệu lấy, và cũng tuỳ theo đó mà được hưởng ít nhiều phúc đức. Như trong thế gian sống chừng mực, lương thiện được nhiều người khen ngợi, còn người sống buông thả, không kỉ cương, gây rối, lừa bịp, bị pháp luật trừng trị, và mọi người chê bai.

Đối với người tu hành, trì giới đầy đủ, sẽ sáng như mặt trăng trong đêm tối giữa các vì sao. Còn đối với người không giữ giới, sẽ có rất nhiều tai hại như:

Thứ nhất, những người khác trông thấy người ấy phạm giới sẽ chê bai, xa lánh.

Thứ hai, nếu không ai thấy, ai nghe người ấy phạm giới, mà sự thực người ấy có phạm giới, người ấy sẽ tự hổ thẹn với chính mình.

Thứ ba, nếu người ấy không tự hổ thẹn, người ấy sẽ chẳng bao giờ tu tới nơi tới chốn được, rút cục người ấy chỉ quẩn quanh trong luân hồi sinh tử khổ não mà thôi.

Thí dụ một tu sĩ nam thường hay cùng một nữ nhân chuyện trò, gặp gỡ, đi lại cùng với nhau nhiều lần, đây có thể gọi là gần gũi. Người ngoài sẽ nghi ngờ, đặt dấu hỏi tại sao hai người này thường giao tiếp gặp nhau? Dù người đó có chân thật tới đâu đi nữa, nhưng đức Phật đã cấm tiếp xúc riêng lẻ giữa nam và nữ. Đức Phật cấm như thế để ngăn ngừa "lửa gần rơm lâu ngày sẽ bén", cũng như lửa gần xăng sẽ dễ bùng cháy. Người tu hành không được tiếp xúc nhiều ngay với cả người cùng phái, bớt sự này sự nọ, phải gìn giữ sáu căn là mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý, không cho phóng chạy, không cho dính mắc

sáu trần là sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp. Có như vậy tâm mới được bình thản, dễ đi đến thanh tịnh, cho nên người có tâm dính mắc, tu chẳng ích gì.

Có người nói: "Tại sao có người tu hành làm các việc giao tiếp xấu xa, có người tu hành chỉ lo làm việc đời không lo tu, mà không thấy ai nói gì, người ấy vẫn cứ tiếp tục ngang nhiên như thế?" Câu trả lời là Phật giáo không chủ trương trừng phạt một ai, nếu biết người kia làm sai, phạm giới, thì chê bai, xa lánh, chứ không trừng phạt. Vì lẽ đó, người ấy vẫn tiếp tục đường lối của họ, tự làm tự lãnh hậu qủa là sau khi chết sẽ sinh vào cõi ác. Tuy nhiên ngay trong hiện tại, người phạm giới vẫn có một số người tin theo, đây là vấn đề nan giải, vì những người tin theo này không thấy người ấy là phạm giới, không thấy người ấy làm sai phạm hạnh (khuôn phép), nên dù có người khác lưu ý họ vẫn không nghe, và vẫn tin theo ủng hộ người phạm giới ấy.

Chỉ có điều là nếu một tu sĩ muốn gần người khác phái, muốn hoạt động việc đời, thì đức Phật cho phép cởi áo của người tu ra và mặc áo của người đời, để trở thành người bình thường trong xã hội. Người ấy lập gia đình, hoạt động ngoài đời như mọi công dân khác, vấn đề sẽ được giải quyết dễ dàng. Nhưng khi người ấy cởi bỏ áo nhà tu ra, làm người thường, không còn giá trị nữa, vì lời nói của người ấy ít có ảnh hưởng tới người khác. Bởi vậy, người ấy cố bám víu vào chiếc áo tu sĩ để lợi dụng chiếc áo phục vụ cho bản thân họ. Người ấy sống như con mọt, nếu không mau mau sám hối sửa đổi kịp thời, tới lúc chết ắt sẽ vào cõi ác, lúc ấy có hối cũng không còn kịp nữa!

V)- Vài trường hợp Phật dạy:

1)- Trong Tăng Nhất, quyển 1, trang 168, đức Phật bảo: "Nếu người nào có tâm dính mắc 21 kết là: Giận (sân), làm hao tổn (nhuế hại), ngủ nghỉ (thuỳ miên), chơi bời (điều hý), nghi ngờ, dữ tợn (nộ), sợ hãi (kỵ), buồn (não), ganh ghét (tật), đắng cay (tắng), không thẹn với mình (vô tàm), không xấu hổ với người (vô quý), giả vờ (huyễn), gian dối, chống đối (ngụy), tranh giành, kiêu căng, phóng túng (mạn), đố kỵ, tự cao tự đại (tăng thượng mạn), tham. Người này ắt đọa đường ác chẳng thể sinh cõi lành, ví như áo lông cũ nát lâu ngày dính đầy bụi, nếu muốn nhuộm màu xanh, vàng, chẳng thể thành được.

Ngược lại, nếu có người không có 21 kết nêu trên dính mắc tâm, người đó ắt sinh lên Trời, ví như áo dạ trắng mới sạch không bụi, muốn nhuộm màu nào cũng được.

2)- Cũng quyển 1, trang 206, đức Phật lấy thí dụ về các loài vật để ám chỉ so sánh với người tu, đức Phật nói:

1- Kià, tại sao gọi người ví như quạ?

Như có người ở chỗ yên lặng, hằng tập dâm dục, làm các hạnh ác, lại che đậy các hành động xấu xa ấy. Giống như quạ bị đói khổ, ăn đồ dơ dáy, rồi chùi mỏ sợ chim khác thấy, nói rằng con quạ này đã ăn đồ dơ bẩn. Người ấy bị các người khác chỉ trích, xa lánh, sau tự hổ thẹn, hối lỗi, người này giống như quạ.

2- Kià sao gọi là người như lợn heo?

Nếu có người ở chỗ vắng vẻ, tập mãi dâm dục, làm các hạnh ác, không cần che đậy hành động xấu xa ấy. Người này ví như lợn heo, hằng ăn đồ dơ bẩn, nằm chỗ thối tha nhơ nhớp, lại còn lăng xăng với các lợn heo khác. Người tập dâm dục và làm các hạnh ác bị người khác chỉ trích không biết xấu hổ, chẳng hối lỗi, đối với người khác còn cống cáo khen mình là "ta đây sung sướng". Đây là người giống như lợn heo. Hãy nên lià xa người này.

3- Kià sao gọi người giống như lừa?

Như có người xuất gia học đạo, lại có các căn bất tịnh, theo đuổi vạn mối, sinh các loạn tưởng, điều ác đủ cả, lại tự xưng: "Tôi cũng là người tu". Người này ví như con lừa vào trong bầy trâu rồi tự xưng rằng: "Tôi cũng là trâu", nhưng xem hai lỗ tai chẳng giống trâu, sừng cũng không giống, đuôi cũng chẳng giống, âm thanh cũng khác. Bấy giờ, bầy trâu hoặc lấy sừng húc, hoặc lấy chân đá, hoặc lấy miệng cắn. Người tu này cũng lại như thế, các căn bất tịnh, nếu mắt thấy sắc, theo khởi tưởng sắc, rong ruổi muôn mối, sinh các loạn tưởng, điều ác đến đủ, chẳng thể bảo vệ. Tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý biết pháp (muôn vật), theo đó khởi thức tưởng rong ruổi muôn mối, sinh các loạn tưởng. Các điều ác sinh khởi đủ cả, chẳng thể giữ được ý căn thanh tịnh. Người có phạm hạnh (Chân tu) trông thấy chỉ trích: "Chao ôi! Người ngu này tựa như người tu ! Nếu là người tu, đúng ra không nên như thế". Đây là người giống như lừa, hãy nên xa lià người này.

4- Người kia tại sao giống như trâu?

Nếu có người xuất gia học đạo, giữ gìn sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý không cho rong ruổi theo sáu trần sắc thanh hương vị xúc pháp. Tâm ý không loạn động được thanh tịnh, liền được đến chỗ phạm hạnh (khuôn mẫu). Các bậc phạm hạnh thấy người kia, ai nấy đều kêu lên: "Mừng bạn đồng học Phật". Ví như trâu vào trong bầy trâu, có tai, sừng, đuôi, âm thanh đều đúng là trâu. Các con trâu trong đàn thấy rồi, mỗi con đến liếm đầu mặt. Đây là người giống như trâu, nên làm người học như trâu, mà không nên làm người giống như quạ, lợn, lừa.

VI)- Trì giới có ích lợi gì?

Phật tử thọ trì giới luật nghiêm chỉnh sẽ được an vui tự tại và được mọi người tôn trọng coi như một tấm gương sáng để soi. Hành giả trì giới trang nghiêm sẽ đưa đến tâm thanh tịnh, rất có lợi cho hành giả trong khi tu hành. Nếu kiếp này chưa thấy dấu đạo, kiếp sau sẽ đắc quả Bồ Đề thoát vòng sinh tử luân hồi.

Trì giới nằm trong Lục Độ là bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, và trí huệ, có một công năng hơn hẳn bố thí một bậc. Người bố thí mà không trì giới, không thể tiến được, vì sao? Vì vừa tạo phúc do bố thí, vừa tạo tội do không trì giới, tức là vừa tạo phúc vừa tạo tội, thiện ác lẫn lộn đủ cả như thế, làm sao bước lên qủa Thánh được?

Khi Hành giả trì giới dẫn đến được tâm thanh tịnh, sẽ phát khởi tâm từ bi hỉ xả, nên khi thấy người bố thí liền sinh tâm vui vẻ tán thán công đức ấy, như vậy là "tùy hỉ công đức bố thí". Hành giả khi hành trì giới luật nghiêm trang, người khác thấy thế bắt chước, như thế là đã dùng "thân giáo" để bố thí pháp.

Vì vậy, trì giới rộng lớn (Ba La Mật) là một phương pháp thần diệu có thể bao gồm cả bố thí lẫn trì giới, chắc chắn sẽ đưa hành giả tới bờ giải thoát vậy.

Tóm lại, chúng ta thấy rõ sự lợi ích của trì giới lớn lao như thế, giờ đây chỉ còn một điều là chúng ta phải quyết định dứt khoát phát tâm dũng mãnh trì giới rộng lớn (Ba La Mật). Khi phát tâm rồi, phải thực hành cho tới nơi tới chốn, vì học thì phải hành (học hành), khi đã học rồi phải tu, nếu học mà không tu, cũng như cái đẫy, cái bồ đựng chữ. Tu mà không học thì thiếu sót. Tu mà không hành (tu hành) thì vô bổ, ích gì? ., .

Tinh tấn

(Tăng Nhất A Hàm quyển 2 trang 149, 196, quyển 3 trang 28, 131. Tạp A Hàm Kinh số 1247 trang 424. Phật Học Phổ Thông quyển 4 từ trang 93 đến 97)

Tinh là chuyên cần, **tấn** là tiến tới; **tinh tấn** là siêng năng chăm chỉ chuyên cần không ngưng nghỉ, không thoái lui, tiến tới mãi khi làm một việc gì; tinh tấn là ý chí năng lực quyết tâm cần mẫn theo đuổi làm một việc gì cho tới nơi tới chốn. Tinh tấn đối nghịch với buông lung, phóng dật, chểnh mảng, lười biếng.

I)- Tại sao cần phải tinh tấn?

Ở đời, làm bất cứ việc gì mà chểnh mảng, buông lung, lười biếng thường bị thất bại, nếu tinh tấn, siêng năng, chăm chỉ dễ đưa tới thành công.

Như có hai anh em nhà kia, sự thông minh không chênh lệch bao nhiêu, người anh có tính bất cần mọi việc, ương ngạnh khó bảo, không lo học hành, lại hay gây sự với em. Đến lớp thầy giảng không cần suy nghĩ ghi nhớ, về nhà chỉ ôn bài, làm bài cho có làm, kết qủa cuối năm bị xếp hạng thấp. Khi học hết trung học không được nhận vào các trường tốt.

Còn đối với người em trái lại, học hành chăm chỉ siêng năng, khi đi học về nhà lo học bài làm bài xong mới chơi. Ở trường thầy khen, bạn nể, ở nhà cha mẹ vui mừng, vì sao? Vì người em là thủ khoa toàn trường khi tốt nghiệp trung học, lại được một trường đại học nổi tiếng cấp học bổng nhận cho học ngành Bác sĩ y khoa chương trình ngắn hạn chỉ có bảy năm liên tục, trong khi những sinh viên khác học bốn năm đại học xong phải thi MCAST (Malta college of Art, Science and Technology) rồi mới

nạp đơn xin học y khoa. Ở các trường đại học y khoa thường mỗi năm nhận được cả nghìn đơn xin học, nhưng chỉ có khoảng một trăm người được nhận cho học mà thôi. Khi được nhận rồi phải học bốn năm, vị chi là tám năm hết thảy, (chưa kể ba hoặc bốn năm tập sự ở nhà thương).

Như vậy sự tinh tấn đã mang lại sự lợi ích vô cùng lớn lao mà ai cũng thấy rõ.

Đối với người tu hành cũng vậy, không chịu tinh tấn trong việc học hỏi, thực hành, chẳng bao giờ đạt tới đích được.

II)- Tinh tấn về những gì?

1)- Học giáo lý, nghe thuyết pháp:

Chúng ta đã biết một số điều đức Phật dạy rồi, chúng ta cần phải tiếp tục học thêm, biết thêm, vì các điều Phật dạy nhiều như rừng, cao hơn trời cao, sâu hơn biển sâu. Không thể trong thời gian ngắn mà hiểu ngay được, chúng ta cần phải tiếp tục tinh tấn học hỏi, nghĩ nhớ cặn kẽ để áp dụng thực hành.

2)- Hành trì, thực hành:

Khi đã tinh tấn học hỏi giáo lý đầy đủ chu đáo, chúng ta phải áp dụng thực hành tức là tu. Nếu đã hiểu biết giáo lý mà không chịu thực hành, người đó như con mọt sách, như người có một bồ chữ cất ở trong kho chẳng ích gì. Nếu đã hiểu giáo lý không chịu tu, giống như người đếm bò cho chủ, người đếm tiền trong nhà băng, người ấy chỉ có một ít tiền lương còm đủ sống trong hiện tại, nhưng không thể giàu được. Muốn giải thoát khỏi sinh tử luân hồi, người tu phải luôn luôn tinh tấn dũng mãnh hành trì, khi nào tới đích mới dừng nghỉ.

III)- Trong khi tu, phải làm những gì?

1)- Ngăn khởi các điều ác:

Từ trước đến giờ chưa hề làm các điều ác, rất tốt, nhưng phải để ý từ nay về sau tiếp tục tinh tấn không bao giờ cho điều ác phát sinh. Như từ trước đến nay chưa bao giờ sát sinh, trộm cướp, tà dâm, nói dối, v.v…, từ nay về sau tiếp tục không cho các điều ấy phát sinh.

2)- Diệt các điều ác đã sinh:

Các điều ác đã lỡ làm rồi, từ bây giờ trở đi không còn phạm lại nữa. Như ta đã nói dối, kiêu mạn, tật đố (ganh ghét), v.v…, từ nay về sau ta không làm các điều ấy nữa.

3)- Làm các điều lành phát sinh:

Các điều lành điều tốt từ hồi nào tới giờ ta chưa hề làm, ta nên làm cho nó khởi sinh nảy nở từ ý nghĩ, lời nói đến hành động. Như tham gia công tác xã hội từ thiện, bỏ của góp công giúp người nghèo tàn tật; hay chưa quy y thụ giới, ăn chay niệm Phật, đọc Kinh sách học đạo v.v…, từ nay ta bắt đầu làm các việc ấy.

4)- Điều lành đã có làm tăng hơn lên:

Khi chúng ta đã có làm các điều lành rồi, chúng ta lại làm cho các điều lành ấy tăng trưởng hơn lên. Như ta đã làm việc từ thiện rồi, ta lại làm từ thiện thêm nữa; ta đã quy y rồi, nay ta phát nguyện tinh tấn thọ trì ngũ giới; ta đã thọ trì ngũ giới rồi, nay ta tinh tấn hành Bát quan trai giới; đã ăn chay một hai ngày trong tháng rồi, nay ta phát nguyện tinh tấn ăn chay nhiều ngày hơn lên, v.v…

IV)- Tinh tấn như thế nào?

1)- Tinh tấn chấp tướng:

Khi có mặt người khác tỏ ra cần mẫn chăm chỉ, siêng năng hăng hái để được khen ngợi, nhưng khi không có ai lại buông lung. Có người vì sợ chê bai quở mắng mà tinh tấn, nhưng khi không có người kiểm soát, lại lười biếng. Có người tinh tấn vì háo thắng, muốn hơn người vượt

người, tự cao tự đại "ta hơn người". Với dụng tâm vì danh lợi, vì sợ vì hơn như thế đều là tinh tấn chấp tướng.

2)- Tinh tấn vô tướng:

Là tinh tấn không vì dục vọng như nêu ở trên, do lòng mình tự cảm thấy cần phải tinh tấn, không tinh tấn không được, dù một mình hay ở chỗ đông cũng vậy, dù có người khác hay không cũng vẫn tinh tấn. Vì mục đích mà phải chuyên cần, không thoái chí ngưng nghỉ giữa chừng, một lòng một dạ tinh tấn tiến tới đích.

3)- Tinh tấn như thế nào?

Đức Phật dạy người tu phải khéo biết tùy lúc tư duy về tướng Chỉ, tùy thời tư duy về tướng Quán, tùy thời tư duy về tướng Xả. Nếu chỉ một bề tư duy về tướng Chỉ, tâm kia dễ đi đến hạ liệt. Nếu chỉ một bề tư duy về tướng Quán, tâm kia dễ đi đến loạn động. Nếu chỉ tư duy về tướng Xả, tâm kia dễ đi đến không được chính định, không sạch hết hữu lậu ô nhiễm. Do đó phải biết tùy thời mà thay đổi tinh tấn để làm sao tâm được chính định, sạch hết các lậu hoặc. Như người luyện vàng tùy thời, nếu quạt lò lâu quá, vàng sẽ cháy khô, nếu chỉ dội nước vàng sẽ cứng, nếu quạt và dội nước quá lâu, vàng sẽ không thuần thục. Nếu biết tùy thời quạt, dội nước hoặc ngưng cả hai mới thích ứng có vàng tốt được.

V)- Vài điều Phật dạy liên quan tới tinh tấn.

Vì tinh tấn quan trọng nên được Phật nói rất nhiều như trong: Bát Chính Đạo, Bốn tinh tấn, Năm lực, Bảy giác chi, và Năm căn.. Sau đây là một số trường hợp đức Phật đã đề cập và nhấn mạnh sự tinh tấn, chúng ta cần biết:

Trong bộ Tăng Nhất A Hàm, quyển 3, trang 28, Đại thần của vua A Xà Thế đến hỏi đức Phật việc Vua muốn đánh nước Bạt Kỳ, Phật giảng nước Bạt Kỳ có bảy điểm hay tốt, quan Đại thần nghe đức Phật dạy như thế nên

ông kết luận "không nên đánh". Sau khi quan Đại thần cáo từ, đức Phật tập trung Tăng chúng tại đại giảng đường nơi vườn trúc Ca Lan Đà thuộc thành La Duyệt nước Ma Kiệt, rồi Ngài dạy: "Tỳ Kheo các Thầy hãy lắng nghe và suy nghĩ bảy pháp Bất thoái chuyển như sau:

1- Các Thầy nên tụ họp, hòa thuận trên dưới kính nhường, ngày càng tinh tấn tiến lên tu các pháp lành.

2- Các Thầy hãy thuận theo lời giảng dạy, tinh tấn tiến lên không thoái lui.

3- Các Thầy không tham đắm việc đời, cứ thế tiến tới.

4- Các Thầy không đọc tụng sách tạp ngoài đời, suốt ngày giữ gìn ý đạo.

5- Các Thầy chuyên cần, trừ khử ngủ nghỉ, tự răn nhắc tinh tấn tỉnh táo.

6- Các Thầy không học các bói thuật, toán thuật, kỹ thuật, không khiến người tập thành nó, ở chỗ vắng vẻ, tu tập, ngày càng tiến lên.

7- Các Thầy khởi lên tất cả các việc của thế gian không có gì đáng ưa thích, tu tập thiền hạnh, hành trì các pháp đã được dạy, tinh tấn tiến lên.

Đó là bảy pháp bất thối chuyển, các Thầy thành tựu được thì Ma, Thiên Ma không được tiện lợi".

Cũng trong Tăng Nhất A Hàm, quyển 2, trang 149, khi đức Phật ngự tại đạo tràng Kỳ Hoàn vườn Cấp Cô Độc nước Xá Vệ, có Bà la môn Lậu Sanh đến thăm viếng, sau khi vái chào rồi thưa: "Ở trong chỗ vắng, thật là khổ thay! Ở riêng đi đứng một mình dụng tâm rất khó".

Đức Phật bảo: "Đúng thế, Bà la môn! Như lời ông nói, vì sao? Ngày xưa khi Ta chưa thành đạo, Ta thường nghĩ: "Ở nơi hoang vắng, thật là khổ thay! Ở riêng đi đứng một mình dụng tâm rất khó".

Bà la Môn thưa: “Nếu có người dòng dõi do lòng tin kiên cố xuất gia học đạo, thì Sa Môn Cù Đàm (đức Phật) là tối thượng thủ, có nhiều lợi ích, dẫn đường cho bọn quần manh (người tối tăm)”.

Đức Phật bảo: “Đúng vậy, có các người dòng dõi do lòng tin kiên cố, xuất gia học đạo, Ta là tối thượng thủ, có nhiều lợi ích, làm người dẫn đường cho bọn quần manh kia. Nếu thấy Ta họ đều sinh lòng hổ thẹn, đến ở nơi vắng vẻ, trong khe núi”

Bấy giờ Ta nghĩ: “Có Sa môn, Bà la môn đến ở chỗ vắng vẻ mà thân hành bất tịnh chỉ nhọc công, chẳng ích gì. Ta không như vậy, Ta thân hành thanh tịnh. Các A la hán thân hành thanh tịnh, thích ở chỗ vắng, Ta là tối thượng thủ”.

Đức Phật nói tiếp: “Có những người lười biếng, không tinh tấn chuyên cần, Ta chẳng như vậy, vì sao? Vì Ta có tâm tinh tấn dũng mãnh, trong các Hiền Thánh không buông lung, có tâm tinh tấn, Ta là tối thượng thủ. Có người tuy ở chỗ vắng lại hay quên tinh tấn và vẫn có ý nghĩ bất thiện, nhưng Ta chẳng quên tinh tấn và ý luôn luôn thanh tịnh. Nếu có bậc Hiền Thánh không quên tinh tấn và ý thanh tịnh, thì Ta là tối thượng thủ, nên Ta ở chỗ vắng vẻ càng thêm vui mừng”.

Cũng trong Tăng Nhất A Hàm, quyển 3, trang 131. Khi ấy đức Phật cũng ở đạo tràng Kỳ Hoàn, Tôn giả A Na Luật suy nghĩ về Tám điều tâm niệm của bậc Đại nhân là: “Biết đủ, ít dục, ở chỗ vắng, giữ giới, có định, có huệ, tinh tấn, và giải thoát”. Tư duy rồi Tôn giả đi đến chỗ đức Phật để hỏi nghĩa lý của tám điều ấy, được Phật dạy: “Pháp (giáo lý) của Ta là của người ít ham muốn, vô dục, của người tri túc, của người ở chỗ vắng, của người trì giới nghiêm trang, của người thiền định đúng đắn, của

người trí tuệ, của người tinh tấn, của người tri kiến giải thoát. Đã giải thoát liền được vô dư Niết Bàn.

Pháp của Ta không phải điều được làm của người nhiều dục, của người không biết đủ, của người ưa chỗ ồn ào, của người không giữ giới, của người loạn tưởng, của người ngu si, của người lười biếng, đem ý ngu để cầu chứng qủa Thánh thì không thể được”.

Đức Phật dạy tiếp: “Các pháp này là việc làm của bậc Đại nhân, của người tinh tấn, không phải việc làm của người buông lung phóng túng. Vì sao? Ví như Bồ Tát Di Lặc đáng lẽ phải ba mươi kiếp (một kiếp khoảng 16 triệu năm) nữa mơi thành Vô Thượng Chính Đẳng Chính Giác, nhưng Ta đo sức tinh tấn của Bồ Tát Di Lặc mà thọ ký thành Phật sớm, chỉ còn có hơn nửa kiếp nữa mà thôi.

A Na Luật biết đó, các đức Phật đồng một bậc, cùng về giới luật, trí tuệ giải thoát không khác, tất cả đều không khác nhau, chỉ có **tinh tấn** là khác nhau. Đối với chư Phật qúa khứ, vị lai, người tinh tấn bậc nhất là Ta.

Bởi vậy cho nên điều tâm niệm tinh tấn là tôn qúy tối thượng nhất trong tám điều tâm niệm của bậc Đại nhân (Tám Chính Đạo), và nên tìm cách thực hiện bằng mọi giá. Cũng nên vì bốn chúng phân biệt nghĩa này, nếu tám điều tâm niệm của bậc Đại nhân được lưu truyền ở thế gian thì đệ tử của Ta đều được thành tựu qủa Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm, và A la hán”.

VI)- Lợi ích của tinh tấn:

Những sự nghiệp hiển hách ở đời, hay những kết qủa vẻ vang trong đạo đều do tinh tấn mà có. Giá trị và sự lợi ích của tinh tấn vô cùng quan trọng và không thể thiếu trong đời sống hàng ngày ngoài đời cũng như trong đạo.

Cũng như người muốn đi bộ về nhà xưa xa vạn dặm, nếu không chịu đi ngay cứ nấn ná dùng dằng không

quyết trong một vài tháng hay năm ba năm. Tới khi đã quyết định lên đường rồi, lại không tiến bước miệt mài, mỗi ngày nghỉ nhiều hơn đi, ghé chỗ này năm ba ngày, nghỉ chỗ kia vài ba tháng, như vậy chừng nào mới về tới nhà xưa được? Nếu không tranh thủ thời gian đi cho mau chóng, có khi mới tới nửa đường, người ấy đã bị bệnh chết ở dọc đường, người ấy trở thành cát bụi, mục đích trở về nhà xưa tan theo mây khói vào hư vô.

Đối với người học đạo quy y Tam Bảo, tinh tấn giữ giới, làm phước được tái sinh làm người tùy theo phúc đức ít nhiều mà được đến nơi tương ưng. Người tinh tấn làm mười điều lành, tu Thiền định, Tám chính đạo, Mười hai nhân duyên, Bốn diệu đế, v.v…, tùy theo sự tinh tấn đạt được theo tầng bậc thấp hay cao, đều được qủa Người, Trời, Niết Bàn, không sai sót.

Tóm lại, nếu không có đức tính tinh tấn, dù ở đời hay ở đạo, cũng khó thành công, khó đạt mục đích mong muốn. Ở đời vốn đã khổ, không tinh tấn kết cục về sau lại càng khổ hơn. Người có tu mà không muốn tinh tấn, cũng không khác, người ấy chỉ loanh quanh luẩn quẩn trong khổ não của sinh tử luân hồi, ích gì? Thà rằng, tất cả , dù người đời hay người đạo, chúng ta chịu đựng tinh tấn, trước khổ sở cực nhọc, thức khuya dậy sớm, làm việc vất vả, hành trì kiên cố, để mai này có được kết qủa mong muốn. Như vậy trước khổ sau sướng, có phải là đẹp đẽ qúy giá biết chừng nào không?

Một câu chót cho kết luân của đề tài tinh tấn này, đó là lời đức Phật mà chúng ta cần ghi nhớ, trước khi nhập Niết Bàn, Ngài đã tha thiết dặn bảo: “Các Ông hãy **tinh tấn** lên để giải thoát”. Đó là lời tâm huyết cuối cùng của đức Phật đã dạy.

Ngồi Thiền và Quán hơi thở

(Tạp A Hàm quyển 1 Kinh số 236 trang 440. Trung A Hàm quyển 2 trang 361, và từ trang 391 đến 394. Thiền Căn Bản. Thiền Tứ Niệm Xứ)

I)- Chuẩn bị:

1- Về thân: Đối với người mới tập thiền, không nên ngồi thiền trong lúc qúa no đói, có bệnh, thiếu ngủ, khát nước, quần áo qúa chật, qúa nóng lạnh, qúa ồn ào, không có tọa cụ. Khi ngồi thiền, thân thể, quần áo phải sạch sẽ.

2-Về tinh thần: Để dễ tập trung vào việc thiền, người hành thiền phải dứt các lo lắng ràng buộc với công việc, chấm dứt các tham muốn, không còn các sự lo lắng, giận hờn, ghen tị v.v… nghĩa là muốn hành thiền mau tiến bộ phải tránh tham sân, phải bớt tiếp xúc với sáu trần là sắc đẹp, thanh hay, hương thơm, vị ngon, xúc êm dịu, pháp tưởng nhớ. Cũng cần phải tin pháp môn hành trì, tin thiện tri thức, tin chính mình có đủ khả năng, tất cả không một chút nghi ngờ về các điều nêu trên, gọi là có chính tín.

3-Vật dụng: Tọa cụ để ngồi, có thể dùng môt cái chăn mền mỏng gấp làm tư, một cái gối bằng bông dầy mỏng tùy ý. Nếu nền ngồi có thảm, chỉ cần một cái gối là đủ.

II)- Cách ngồi:

Chăn mền gấp làm tư trải xuống, để gối trên mền ngay ngắn, ngồi thế nào để chân sẽ không đụng gối.

1- Ngồi bán kết già: Để chân trái trên đùi phải hay chân phải trên đùi trái, bàn chân nằm ngửa bằng với đùi (nếu không thể để trên đùi, để trên bắp chân). Chân kia nằm ngửa phiá dưới, bằng đùi kia (hay giữa đùi và bắp chân).

2- Ngồi toàn kết già: Cũng giống như ngồi bán kết già nêu trên, nhưng phải kéo bàn chân kia lên nằm ngửa trên

đùi và bằng đùi kia(cách ngồi này rất khó, chỉ dễ đối với người đã ngồi quen rồi hoặc còn trẻ tuổi).

Người mới tập ngồi thường hay bị tê chân, qua thời gian hết tê thì đau mỏi, về sau khi hết đau mỏi rồi, ngồi bao lâu cũng được.

Nới lỏng dây bụng, cổ áo, cho rộng rãi thoải mái, sửa cho ngay ngắn.

- Về tay: Tay trái nằm ngửa để trên chân ở giữa hai đùi, tay phải cũng nằm ngửa để trên tay trái (hay ngược lại), các ngón chồng lên nhau, trừ ngón cái vừa đụng nhau, rồi hai bàn tay kéo sát vào người vừa phải thoải mái, không cho xê dịch.

- Về lưng cổ: Giữ cho xương sống và cổ ngay ngắn, không cong, không nghiêng vẹo.

- Về đầu mặt: Đầu hơi cúi một chút như thế nào để tầm mắt nhìn thẳng chạm đất xa khoảng 1 mét 5 (khoảng 5 feet) cách chỗ ngồi.

III)- Trước khi thiền:

1- Cách thở Tiếp theo dùng miệng thở hơi ra dài, đừng gấp cũng không nên mạnh qúa mà từ từ nhẹ nhẹ, rồi dùng mũi hít vào cũng từ từ như khi thở ra. Khi thở ra hít vào tưởng tượng như các mạch máu trong người đều theo hơi thở mà lưu thông cùng khắp. Cũng có thể tưởng tưởng khi thở ra tất cả những buồn phiền lo lắng và khí độc trong người đều ra hết, và khi hít vào những khí trong lành đều lưu thông cùng khắp cơ thể. Thở ra hít vào 3 lần hoặc nhiều hơn tùy ý. Khi thở xong, để hơi thở tự nhiên, nhẹ nhàng, không nên cố thở, không nên kìm giữ hơi thở, không nên làm cho bụng phồng xẹp phải theo ý mình.

2- Miệng lưỡi: Xong ngậm miệng lại, hai môi khép kín vừa phải, hàm dưới trong, hàm trên ngoài, răng để khít nhau, lưỡi để sát lên trần của hàm trên.

3- Mắt: Mắt nhắm vừa đủ để che ánh sáng bên ngoài đối với ban ngày hoặc có đèn sáng, không cần phải nhắm nghiền, trong khi thiền nhắm mắt dễ bị hôn trầm (mờ mịt buồn ngủ), mở mắt to dễ bị tán loạn. Nếu thiền ban đêm hay trong phòng tối nên mở mắt một nửa có lợi tránh được buồn ngủ.

Từ đây, giữ hơi thở điều hòa, không gấp không chậm, không gây thành tiếng, thân ngồi ngay thẳng vững vàng, không cử động xê dịch, và bắt đầu hành thiền.

IV)- Thực hành thiền:

Trên đây là chỉ chung cách ngồi, tùy theo pháp môn tu mà mỗi người chọn để thực hành thiền. Mỗi pháp môn đều có chỉ dẫn cách thực hành thiền riêng của nó như tu Chỉ: Là buộc tâm không cho suy nghĩ, không cho tư tưởng khởi lên, gọi là dứt vọng tâm dứt tán loạn, phải tỉnh táo sáng suốt và tịch tịnh vắng lặng. Tu Quán: Là quán sát các tướng nhân duyên sinh diệt, như quán "Thân bất tịnh" để đối trị tham dục, quán "Sổ tức" là đếm hơi thở ra vào, đối trị loạn động, ngăn ngừa suy nghĩ nhớ tưởng đủ thứ; tu "Tứ Niệm Xứ" quán sát "thân thọ tâm pháp", tu "Tứ Thiền" v.v…. Riêng Thiền Tông, tuy không chủ trương ngồi thiền, vì có thể áp dụng trong mọi hoàn cảnh đi đứng nằm ngồi đều dụng công tham thiền được cả, nhưng không phải là bác bỏ hẳn việc ngồi thiền, vì những người mới tu, ngồi dễ dàng hơn cho việc thực hành tham thiền của mình.

1)- Cách trị hôn trầm (chìm vào mê tối**):**

Nếu trong khi ngồi thiền tâm biết mờ mịt, nửa thức nửa ngủ, đầu gục xuống nhiều, có khi chảy nước bọt rãi từ miệng ra, đây là hôn trầm và rơi vào Vô Ký (không tỉnh), phải nhấc đầu lên, mắt mở to ra một chút, để tâm nơi đầu mũi. Nếu vẫn còn xảy ra như thế, phải quán "Sổ

tức" để trị hôn trầm, đối với người tham thiền phải biết mình tham và nghe rõ câu tham tuy không mở miệng.

Còn có nhiều cách trị buồn ngủ khác mà đức Phật đã dạy. Sau đây chúng ta lược trích một đoạn Kinh Trưởng Lão Buồn Ngủ (thùy miên) trong Trung A Hàm quyển 2 từ trang 391. Một thời Phật du hóa ở vườn Lộc Dã xứ Bà Kỳ Sấu, khi đó Tôn giả Trưởng Lão Mục Kiền Liên lại ở làng Thiện tri thức nước Ma Kiệt. Một hôm đức Phật ở trong định thấy Tôn giả Mục Kiền Liên đang buồn ngủ, Ngài liền dùng Như kỳ tượng định, chỉ trong chớp mắt Ngài tới ngay trước mặt Tôn giả Mục Kiền Liên và nói:

- Mục Kiền Liên, Thầy đang mắc phải chứng buồn ngủ.

Tôn giả Mục Kiền Liên bừng tỉnh, vội trả lời:

- Thưa Thế Tôn, quả thật con đang mắc chứng buồn ngủ.
- Nếu buồn ngủ, thầy biết là tướng nào của mình (sở tướng) gây buồn ngủ, thầy chớ tu tập theo tướng ấy nữa. Hãy theo giáo pháp khác đã được nghe được biết tùy theo đó mà thụ trì, suy niệm suy tư.

Nếu chứng buồn ngủ vẫn chưa hết, hãy dùng hai tay xoa hai bên mép tai, hoặc rửa mặt, hoặc đi tắm. Nếu vẫn chưa hết buồn ngủ, hãy đi ra ngoài nhìn trăng sao, đi kinh hành, giữ chính niệm, giữ gìn các căn, trụ tâm bên trong.

Sau khi kinh hành, ngồi thiền trở lại, nếu buồn ngủ vẫn chưa hết, hãy nằm nghiêng bên phải, hai chân chồng lên nhau. Khởi nghĩ tưởng về ánh sáng (quang minh tưởng), lập an trú chính niệm, khởi ý niệm luôn luôn muốn thức dậy. Đừng ham lạc thú ngủ nghỉ, tài lợi, danh dự . . .

Khi đức Phật giảng dạy cho Tôn giả Mục Kiền Liên xong, Ngài biến khỏi nơi ấy trở về vườn Lộc Dã.

2)- Cách trị tán loạn:

Nếu ngồi thiền để lưng cong ễnh bụng ra dễ sinh mệt mỏi, tán loạn (suy nghĩ tưởng nhớ đủ thứ chuyện), sinh

bệnh, phải sửa lại lưng cho ngay thoải mái, để tâm nơi đầu mũi. Nếu vẫn còn xảy ra nhiều lần như thế, phải quán Sổ tức để trị tán loạn. Đối với người tham thiền phải quay trở lại với câu thoại đầu tham cho rõ ràng.

Nên nhớ bài kệ của Ngài Vĩnh Gia Huyền Giác:

Tỉnh tỉnh lặng lặng phải,
Vô ký lặng lặng sai,
Lặng lặng tỉnh tỉnh phải,
Loạn tưởng tỉnh tỉnh sai.

3)- Thời gian Thiền, tham:

Thời gian thiền dài ngắn tùy theo mỗi hành giả, từ nửa giờ cho tới một giờ hay hơn nữa, tùy sức mỗi người. Thông thường khi mới tập thiền, ngồi trong thời gian ngắn, sau dần dần tăng thời gian dài hơn lên.

V)- Xả thiền:

Khi xuất thiền trước nhất phóng tâm theo cảnh khác, kế há miệng thở ra hơi dài từ từ, dùng mũi hít vào cũng từ từ, tưởng tượng khắp các mạch máu, thớ thịt đều theo hơi thở mà lưu thông cùng khắp. Kế là động nhẹ thân, hai vai, các bắp thịt hai tay, lưng, cổ, rồi động đến bắp thịt hai chân. Sau nữa, hai tay xoa vào nhau nhiều lần, áp đặt hai bàn tay, các ngón tay trên hai mắt khoảng năm ba giây, xong xoa vuốt mặt đầu cổ, làm ba lần, xong dùng hai bàn tay bóp nhẹ hai bàn chân, bắp thịt chân và đùi.

Việc xả thiền trên đây phải làm từ từ không vội gấp. Nếu làm không đúng, có thể bị chứng nhức đầu, các khớp xương cứng khó cử động, các bắp thịt chân bị chuột rút, tê cứng v.v… Và nhất là về sau mỗi khi tọa thiền cảm thấy khó chịu không yên.

VI)- Quán hơi thở: Có 3 cách quán hơi thở:

1)- Quán sổ tức: Là quán đếm hơi thở. Quán hơi thở là căn bản để trị hôn trầm tán loạn. Tất cả các pháp môn,

trong khi thiền đều có thể xảy ra hôn trầm và tán loạn. Nên chúng tôi viết cách quán này vào đây, hy vọng nó không thừa, để giúp cho người mới tập thiền có bước đầu tiên vững chắc. Quán Sổ Tức là đếm hơi thở, có ba cách đếm:

1- Đếm hơi lẻ: Là thở hơi vào đếm một, thở hơi ra đếm hai, thở hơi vào đếm ba, thở hơi ra đếm bốn . . . cứ thế thở và đếm cho đến mười. Rồi lại bắt đầu đếm từ một đến mười, cứ thế đếm đi đếm lại từ một đến mười, trong nửa giờ, một giờ hay hai giờ tùy ý.

2- Đếm hơi chẵn: Là thở vào rồi thở ra đếm một, thở vào rồi thở ra lần nữa đếm hai, cứ như thế thở và đếm tuần tự tới mười. Khi đếm đến mười rồi, tiếp tục đếm lại từ một cho đến mười, như thế đếm cho tới khi xả quán.

3- Đếm nghịch: Là dùng một trong hai cách đếm trên, nhưng là đếm ngược từ mười đến một.

Nói thì dễ nhưng làm không dễ, thường hay mắc các khuyết điểm:

- **Đếm nhảy**, như mới đếm đến bốn liền nhảy lên sáu, mới đếm đến sáu liền nhảy lên tám v.v...
- **Đếm thừa,** như đã đếm đến sáu lại đếm năm, đã đếm đến bảy lại đếm bảy nữa v.v...
- **Đếm quên:** Đang đếm bỗng quên không nhớ là đếm đến mấy rồi!

Nếu đếm lẫn lộn như thế, phải đếm lại.

Trường hợp **Tôn giả Chu Lợi Bàn Đặc Ca** đần độn tụng một bài kệ bốn câu trong ba tháng mà không thuộc, lúc quên đầu, lúc sai đuôi. Phật thấy thế ban cho cách "**đếm hơi thở vào ra**", Tôn giả bèn cứ thế mà thực hành không hề ngưng nghỉ, chỉ chú tâm đếm theo hơi thở, ngoài hơi thở ra không suy nghĩ tưởng nhớ sự vật gì khác, cho đến vi tế tột cùng, Tôn giả thấy hết thảy đều

sinh (sinh ra), trụ (có thấy đó), dị (biến hoại), diệt (mất đi) từng mỗi sát na, và đạt đến tâm định tĩnh rỗng rang tự tại vô ngại. Tôn giả Chu Lợi Bàn Đặc Ca đã được Phật ấn chứng là bậc A La Hán (Bậc Thánh).

2)- Quán Tùy Tức: Tôn giả Tôn Đà La Nan Đà mỗi khi ngồi thiền tâm thường loạn động, đức Phật thấy thế dạy quán "**tướng trắng trên chót mũi**", chuyên chú tập trung tất cả vào đó. Tôn giả quán sát kỹ trên đầu mũi như thế, sau 21 ngày Tôn giả thấy hơi trong mũi thở ra vào như khói, thân tâm thế giới trong ngoài rỗng suốt trong sạch như ngọc lưu ly. Rồi dần dần tướng khói tiêu mất, mà hơi thở lại biến thành sắc trắng, tâm được khai ngộ, các lậu hoặc phiền não khai trừ sạch, hơi thở ra vào biến thành quang minh soi khắp cùng mười phương thế giới. Tôn giả đã được đức Phật ấn chứng là bậc A La Hán, và thọ ký cho Tôn giả sẽ đắc qủa Bồ đề (thành Phật) trong tương lai.

3)- Quán An Ba Ban Na: Tôn giả La Vân là con ruột của đức Phật thường lo buồn, hay suy nghĩ tưởng nhớ đủ thứ chuyện được đức Phật chỉ cho cách tu **"An Ba Ban Na**" một cách đầy đủ. Sau khi ghi nhận lời dạy một cách chu đáo, Tôn giả La Vân liền đến gốc cây ngồi kết già, chính thân chính ý, không nghĩ tưởng chuyện khác, buộc tâm ở chót đầu mũi. Tôn giả thở vào dài biết thở vào dài, thở ra dài biết thở ra dài; thở vào ngắn biết thở vào ngắn, thở ra ngắn biết thở ra ngắn. Thở vào mát cũng biết thở vào mát, thở ra mát cũng biết thở ra mát; thở vào ấm cũng biết thở vào ấm, thở ra ấm cũng biết thở ra ấm. Quán khắp thân thể, hơi thở vào ra thảy đều biết cả; lúc có thở biết có thở, lúc không thở biết không thở; hơi thở từ ngoài vào biết hơi thở từ ngoài vào, hơi thở từ trong ra biết hơi thở từ trong ra.

Tôn giả La Vân tư duy như thế, dục tâm liền được giải thoát, có giác có quán, hoan hỉ an lạc đạt Sơ thiền. Có giác có quán hỉ, chuyên chú nhất tâm, nhập tam muội không giác không quán, hỉ lạc đạt Nhị thiền. Không còn niệm hỉ lạc, tự giữ giác tri thân lạc, xả niệm hỉ đạt Tam thiền. Khổ vui đã diệt hết sầu lo, không khổ không vui, xả niệm thanh tịnh đạt Tứ thiền. Do tam muội này, tâm thanh tịnh sáng suốt, biết từ đâu sinh ra, biết vô số kiếp về trước của mình, biết chỗ khởi tâm suy nghĩ của chúng sanh, biết nhân qủa lành dữ của hết thảy chúng sanh. Do tam muội này, thấy biết như thật về khổ, nguyên nhân gây ra khổ, cách diệt khổ, và con đường dẫn đến Đạo. Do tam muội này, tâm dục lậu đã sạch, liền được giải thoát, sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc làm đã xong, biết rõ không còn tái sinh, đã ra ngoài vòng luân hồi sinh tử của sáu cõi.

Lúc ấy, đức Phật bảo các Tỳ Kheo: "Tỳ Kheo La Vân là người trì cấm giới thứ nhất, cũng là người thứ nhất sạch hết hữu lậu trong các vị đắc A La Hán".,.

Đức Phật dạy

Người vững vàng tinh tấn, người kiên trì hành thiền, vượt được mọi ràng buộc, thành tựu Niết Bàn tối thượng

Thiền định

(Tạp A Hàm quyển 1 Kinh số 207 trang 405, Phật Học Phổ Thông quyển 4 từ 109 đến 113. Thiền Căn Bản. Pháp Môn Đốn Ngộ).

I)- Thiền định là gì?

Thiền phiên âm theo tiếng Phạn là thiền na, là tư duy, suy nghiệm, suy cứu đối tượng của tâm thức; cũng là tĩnh lự, dùng tâm vắng lặng để thẩm sát sự việc.

Định theo tiếng Phạn là tam muội, đồng nhất, chuyên nhất, tâm ý không tán loạn. Nhờ định mà hành giả đạt tới trạng thái sâu lắng của tâm thức trong việc chú ý đến tâm hoặc vật. Khả năng đạt định là một trong những điều kiện tiên quyết của tu tập thiền.

Thiền định gồm có Chỉ và Quán:

1)- Chỉ (Xa ma tha): Còn gọi là Thiền vắng lặng, là ngồi tĩnh lặng cho hết tư tưởng vọng niệm nổi lên để được thanh tịnh, tức là dứt niệm quên trần để tâm vắng lặng.

2)- Quán (Tỳ bà xá na): Còn gọi là Thiền Minh Sát, là ngồi tập trung tư tưởng vào một đối tượng, đề mục nào đó, không cho tán loạn vọng tưởng, cho tâm được thanh tịnh để quán sát suy nghiệm chân lý.

II)- Mục đích của thiền định?

Người có ý chí quyết tâm tu thiền sẽ đưa đến đồng nhất giữa vũ trụ và bản thể chân tâm, đó gọi là giác ngộ, giải thoát. Tiến sĩ tâm lý học, cũng là Thiền sư người nước Anh tên David Fontana nói: "Thiền không có nghĩa là ngủ gục, để tâm chìm lặng vào hôn mê, xa lìa thế gian, vị kỉ chỉ nghĩ về mình, vào các vọng tưởng điên đảo, quên mất mình đang ở đâu và làm gì. Thiền định là giữ tâm

tỉnh táo, chú tâm, tập trung đầu óc vào một đối tượng thuần nhất, biết mình là ai, và đang ở đâu?"

Thiền định có mục đích duy nhất là kinh nghiệm tỉnh giác, giác ngộ, giải thoát. Thiền định dẫn hành giả đạt một tâm trạng tập trung lắng đọng như một hồ nước mà người ta chỉ có thể nhìn tới đáy hồ khi nước trong vắt không còn một tí gợn sóng lay đông. Tâm trạng bình yên lắng đọng này có thể đạt được qua nhiều cách khác nhau trong việc tập trung tâm trí vào một đối tượng.

Thiền định còn có mục đích bao gồm tất cả các pháp: tu Chỉ như ngăn giữ không cho suy nghĩ tưởng nhớ nổi lên; tu Quán, như quán Hơi Thở, quán Thân Không Sạch, quán Bốn Niệm Xứ "thân, thọ, tâm, pháp", quán Từ Bi, quán Năm Ấm "sắc, thọ, tưởng, hành, thức", quán Mười Hai Nhân Duyên "vô minh, hành, thức, danh sắc, sáu nhập, xúc, thụ, ái, thủ, có, sinh, già chết" v.v…

III)- Các loại thiền định:

Thiền định là phần thứ năm trong Sáu Độ (Lục độ), người muốn cầu Thánh đạo phải tu thiền, lià thiền không có đường nào khác. Đến như người niệm Phật cầu sinh cõi tịnh độ cũng phải tu các phép quán, mới có kết qủa, không thể chỉ có niệm Phật mà cho là đủ được.

Các loại thiền được chia ra:

1)- Thiền ngoại đạo: Người chấp sai khác, ưa cõi trời, chán cõi trần mà thiền là thiền ngoại đạo.

2)- Thiền phàm phu: Người tin nhân qủa, cũng ưa cõi trời, chán cõi người mà thiền là thiền phàm phu. Thiền này có hai thứ:

a)- Căn bản vị Thiền: gồm:

1- Tứ thiền: Tu thiền định đạt bốn qủa vị Thánh. Muốn đạt thiền này phải thoát ly buồn rầu khổ não.

2- Bốn vô lương tâm: Tu thiền quán "Từ Bi Hỉ Xả"

3- Tứ không: Người nhàm chán cảnh sắc giới tu tứ không: Vô lượng Không, Vô lượng Thức, Vô sở hữu, Phi Hữu tưởng Phi Vô tưởng.

Người tu 12 phẩm nêu trên có cảm giác vui thích (lạc thọ) của thiền, nên gọi là căn bản vị thiền.

b)- Căn bản tịnh Thiền: gồm có:

1- Sáu diệu môn [Sổ tức (đếm hơi thở), tùy tức (theo dõi hơi thở), chỉ, quán, hoàn (phản bản hoàn nguyên), tịnh (bản tánh thanh tịnh)]: Người có huệ tánh nhiều thì tu sáu diệu môn.

2- Mười hai phẩm: Người có thể định tĩnh nhiều thì tu mười hai phẩm nêu trên.

Căn bản tịnh thiền để phát sinh trí vô lậu, nên muốn đạt vô lậu cần phải tu thiền định.

3)- Thiền xuất thế gian: Người biết rõ lý **ngã không** mà thiền, cũng gọi là căn bản thiền, như quán chín lỗ của thân người không sạch, quán vô ngã, quán khổ v.v…Đối tượng của các thiền quán trên là lấy vật chất (pháp hữu vi) làm đối tượng suy nghiệm, nhưng có thể đi đến kết qủa ly dục, phát sinh trí vô lậu (hết nhiễm ô).

4)- Xuất thế gian thượng Thiền: Người ngộ được **pháp ngã đều không**, cũng gọi là Đại thừa thiền. Kinh Địa Trì giải thích đại thiền này là: "Quán sát thật tướng của tâm, không cần đối tượng ngoại cảnh. Thiền của chúng sinh có đại thiện căn tu hành khó tu, thâm diệu, bao gồm tất cả các hạnh của Bồ Tát. Nó có công năng tự hành hóa tha, đoạn trừ phiền não đau khổ cho chúng sinh, và làm cho chúng sanh an lạc trong hiện tại và tương lai".

5)- Tối thượng thừa Thiền: Người ngộ tự tâm xưa nay vốn thanh tịnh, đầy đủ trí huệ vô lậu, tâm ấy tức là Phật, y theo tâm ấy mà tham thiền, tức là trực chỉ nhân tâm

kiến tánh thành Phật là tối thượng thừa Thiền. Cũng gọi là chân như tam muội, nhất hạnh tam muội, niệm niệm tu tập lâu ngày tự nhiên được trăm nghìn tam muội. Môn đệ chư Tổ truyền xuống là Thiền này.

IV)- Tu thiền phải như thế nào?

Có bốn vấn đề cần phải tuân theo như sau:

1)- Về các duyên: Có năm điều:

1- **Giữ giới**, nếu phạm giới, dù nhẹ (khinh) hay nặng (trọng) cũng phải sám hối.

2- **Biết đủ**, từ mặc tới ăn, và tất cả nhu cầu đều phải biết đủ, không mong cầu để tâm được an tịnh.

3- **Ở chỗ yên tịnh,** tránh nơi ồn ào, để tâm dễ thanh tịnh.

4- **Dứt các sự ràng buộc**, không giao kết việc đời, không làm thợ giỏi, không làm thầy bói, thầy tướng, thầy bùa phép v.v… để chuyên nhất thiền định.

5- **Gần gũi Thiện tri thức** để học hỏi thiền định, cùng tu để nhắc nhở cảnh sách lẫn nhau.

2)- Về năm dục: Năm dục thuộc năm căn đắm nhiễm năm trần cần phải tránh là mắt đắm sắc đẹp, tai ưa nghe tiếng hay, mũi thích ngửi mùi thơm, lưỡi cảm vị ngọt, thân xúc chạm khoái lạc đều phải xa lìa. Nếu say đắm năm dục, sẽ bị loạn động tâm, không thể có tâm thanh tịnh, vì năm dục nếu cầu được càng hăng, như lửa thêm củi. Nên tất cả các loài chúng sinh đều bị năm dục này sai khiến và bị đọa đầy. Cổ nhân nói: "Năm dục là giặc cướp phá hoại tài sản, là đạp phải rắn độc không thoát khỏi táng thân mất mạng, là lửa dữ thiêu đốt cả gia tài và mạng sống, cần phải tránh xa".

3)- Về tâm ý: Có năm thứ:

1- **Bỏ dâm dục:** Trong khi ngồi thiền, ý khởi ham muốn nhục dục phải bỏ liền, không cho tiếp tục.

2- **Bỏ sân giận:** Khi tọa thền, nếu tâm suy nghĩ qúa khứ rồi khởi sân hận oán thù, phải gấp xả bỏ không cho tăng trưởng, phải quán từ bi nhẫn nhục cho tâm lắng xuống.

3- **Bỏ dao động:** Khi tâm ý dao động ngồi không yên, nói đủ thứ, khi dao động suy nghĩ tưởng nhớ đủ chuyện, không thể nhiếp tâm vào định được.

4- **Hối hận:** Khi đã chót hưởng năm dục, hưởng tham dục, giận hờn, dao động rồi, khi ngồi thiền mới hối việc trước đã làm, đâm ra lo buồn che đậy cả tâm tính, mũi tên hối hận này đã cắm sâu vào tâm khó nhổ ra được. Nên khi phạm các lỗi này, phải hối hận sám hối, xong không còn phiền lo nữa, như thế tâm được yên ổn.

5- **Bỏ nghi ngờ:** Nếu có lòng ngờ vực sẽ chướng ngại cho thiền định, như:

- Nghi mình: Nghi mình ngu tối, chướng sâu tuệ ít, khởi như thế, thiền định không thể phát sinh. Muốn tu, chớ có khinh mình, vì căn lành nhiều đời đâu thể lường được.

- Nghi Thầy: nghi thầy không đủ tư cách dạy mình là khởi mạn làm chướng ngại thiền định, dù thầy chưa hoàn toàn thanh tịnh, nhưng vẫn tưởng như Phật mới được.

- Nghi pháp: Người đời khi mới thụ giáo thường hay nghi giáo pháp, nên tự làm chướng ngại, tuy ở trong Phật pháp mà không được gì cả, nên phải bỏ nghi mới dễ dàng nhập đạo.

4)- Về Phát tâm:

Người tu mới học thiền phải trước hết **phát đại nguyện độ hết thảy chúng sinh,** nguyện đem tất cả phúc đức các đời trước và đời này để **cầu thành Phật đạo vô thượng**.

5)- Về thực hành:

Để việc thực hành được kết qủa mỹ mãn, hành giả cần:

1- Có lòng mong muốn ưa thích Pháp môn thiền định.

2- Tinh tấn siêng năng, nhất tâm hành trì trong việc tu thiền định.
3- Nhớ những điều hữu ích của Pháp môn thiền, tôn trọng qúy mến.
4- Phải chọn Pháp môn thiền cho đúng, thích hợp với hành giả.

V)- Thiền bệnh và ma sự

1)- Thiền bệnh:

Thiền bệnh là trong khi thiền, hành giả thấy "cảnh lạ", chấp cảnh ấy là thực, rồi sợ hãi hoặc thích thú với cảnh ấy, cần phải tỉnh táo, không để nó gây loạn hoặc dẫn dắt. Trong khi tu thiền, có người chấp cảnh "không", để tâm rơi vào hư vô, đây cũng là bệnh, cần phải tỉnh táo chú tâm vào thiền định. Có ba loại bệnh và cách trị:

1- **Báo chướng:** Mười tám giới gồm sáu căn, sáu trần, và sáu thức làm duyên khởi lên các cảnh trong tâm không dừng nghỉ. Làm cho tâm tán loạn không kìm chế được, người tu phải quán "Sổ tức": đếm hơi thở ra vào để đối trị loạn tưởng. Nếu trong khi thiền bị buồn ngủ mờ mịt hôn trầm, hành giả phải quán "Tùy tức": theo dõi hơi thở vào ra ngắn biết hơi thở vào ra ngắn, hơi thở vào ra dài biết hơi thở vào ra dài. Tâm theo hơi thở như thế trị cả hôn trầm lẫn tán loạn. Nếu thân tâm bực bội không yên, tán loạn lộn xộn, khi ấy hành giả phải áp dụng "Chỉ": để tâm ngay đầu mũi hay chỗ rốn.

2- **Phiền não chướng**: Trong khi thiền nếu tham dục phiền não nổi lên, dùng quán "thân không sạch" (bất tịnh). Quán từ chủng tử không sạch đến chỗ ở của bào thai không sạch; thân thể từ trong ra ngoài đều không sạch, dơ bẩn, nhơ nhớp, thối tha. Nếu sân hận nổi lên, quán "Từ bi hỉ xả" đối trị. Nếu tà kiến ngu si phát sinh, quán "Mười hai nhân duyên" để đối trị.

3- **Nghiệp chướng:** Trong khi thiền, tâm tự nhiên mờ mịt, đó là nghiệp chướng hắc ám, hành giả phải nhớ tưởng niệm Phật có trí sáng suốt thanh tịnh. Nếu bỗng nhiên khởi ác hay thấy ác cảnh hiện ra, đó là nghiệp chướng dữ từ qúa khứ hiện. Hành giả phải niệm Phật có công đức thường lạc và bản tánh không sinh chẳng diệt thường hằng, để đối trị nghiệp chướng.

2)- Ma Sự:

Ma tiếng Phạn là Ma la, người Tầu dịch là Sát, nó cướp của công đức và giết mạng trí tuệ của người tu thiền; Sự là lấy công đức trí huệ độ thoát chúng sanh là Phật sự. Phá hoại chúng sinh, khiến phải sinh tử luân hồi là Ma sự. Có hai loại:

1- **Ma phiền não, ma chết:** Là những việc thông thường ở đời, tùy tâm người sinh ra, nên phải tự tâm chân chính mà trừ bỏ nó.

2- **Ma qủy thần:** Trong khi thiền, cảnh ma hiện ra đủ cả, từ những con vật dữ dằn đến những sinh vật nhỏ bé để phá hoại, trêu chọc, làm náo loạn người thiền. Có khi là cảnh cha mẹ đã khuất bóng, có khi là cảnh người nam nữ đẹp như mộng để làm cho tâm đắm nhiễm, loạn động. Đây là những cảnh ma, người thiền phải cho là không thật, là huyễn, không chấp, giữ tâm bình lặng, ma tự nhiên tiêu diệt mất. Nếu khởi tâm lo sợ cảnh dữ dằn, hoặc yêu thương, vui mừng tham đắm cảnh đẹp, sẽ bị ma náo loạn, làm mất thiền định và sinh cuồng loạn tâm trí. Nếu người nào thường hay gặp cảnh ma mỗi khi thiền thì phải niệm: "Nam mô Tam Bảo Phật Pháp Tăng thường trụ khắp mười phương", hoặc đọc Công đức Bảo Sơn Thần Chú: "Nam mô Phật đà gia, nam mô Đạt ma gia, nam mô Tăng già gia. Án, tất đế hộ rô rô, tất đô rô chỉ rị ba, cát rị bà, tất đạt rị, bố rô rị sa phạ ha".

VI)- Lợi ích của Thiền định:

Tu thiền định có mười lợi ích sau đây:

01)- An trụ trong uy nghi: Tu thiền định phải theo đúng phương pháp mà hành trì, trải qua thời gian lâu dài, năm căn được định tĩnh, chính định phát khởi sẽ được an tịnh trong pháp thức oai nghi.

02)- Đạt cảnh giới từ bi: Tu thiền định khởi tâm từ bi thương yêu chúng sinh, muốn cho muôn loài được an ổn.

03)- Diệt trừ phiền não: Nhờ năng lực thiền định mà các phiền não tham sân si không còn phát sinh.

04)- Sáu căn yên ổn: Thiền định giữ được sáu căn không bi ngoại cảnh mê hoặc.

05)- Vui vẻ an lạc: Người tu thấy thiền định là món ăn qúy giá hơn tất cả các món ăn của thế gian.

06)- Xa lìa ái dục: Khi thiền định tâm niệm ái dục lắng xuống không còn phát sinh làm ô nhiễm tâm nữa.

07)- Chứng được chân không: Thiền định đưa tới chứng được chân không, nhưng không rơi vào chỗ đoạn diệt hư vô, tức là chứng được chân không mà diệu hữu.

08)- Giải thoát: Thiền định cởi mở được hết những trói buộc xưa kia của tâm.

09)- Đạt trí huệ: Khai phát trí huệ vô biên, và an trú tâm trong cảnh giới của chư Phật.

10)- Giải thoát tri kiến: Đạt đến giải thoát rốt ráo, không còn hữu lậu khổ mghiệp, thành vô lậu giải thoát.

Tóm lại, năm căn được tự tại, phiền não được dứt trừ, từ bi được thành lập, trí huệ phát chiếu, cảnh giới giải thoát được phơi bày trước mắt. Thiền định có công năng qúy báu, có diệu dụng phi thường, làm sao mà bỏ qua cho được? ., .

Trí Huệ

(Tham khảo trích dẫn: Tăng Nhất A Hàm quyển 1 trang 312, quyển 3 trang 560. Tạp A Hàm quyển 2 Kinh số 547 trang 349. Phật Học Phổ Thông quyển 4 từ trang 115 đến trang 120)

I)- Trí Huệ là gì?

Trí Huệ: Do chữ Nam Phạn (Pali) "Panna" chữ Bắc Phạn (Sancrit) "prajna", là hiểu rõ sự lý cùng tột, là Bát nhã, là trực nhận tánh không, là giác ngộ, là "Trí biết tục đế, Huệ thông chân đế". Có thể nói Trí là thể tính sáng suốt trong sạch, Huệ là cái sáng chiếu soi, Trí Huệ rộng lớn (Ba La Mật) là thể tính sáng suốt soi sáng một cách tinh tường không thể nhầm lẫn. Trí huệ là sự hiểu biết siêu việt cùng tột, là giải thoát.

II)- Tại sao cần phải có Trí Huệ?

Con người sống từ vô thủy tới nay luôn luôn si mê nên mới khởi tham sân tà kiến, tạo biết bao nhiêu đau khổ cho mình, cho người và chúng sanh.. Đó là đầu mối của vô minh, do vô minh sinh ra ý nghĩ các điều sai trái, miệng nói những lời điên đảo, thân làm các việc động trời. Vì thế bị trôi lăn trong sáu cõi, chịu biết bao khổ đau. Muốn hết đau khổ, người Phật tử phải hết si mê, muốn dứt si mê phải tu để có trí huệ. Khi có trí huệ sẽ hết vô minh, hết vô minh sẽ không còn có ý khẩu thân điên đảo. Ý khẩu thân không điên đảo sẽ không còn tạo nghiệp, không tạo nghiệp sẽ không còn sinh tử luân hồi tức là giải thoát. Bởi thế chúng ta cần có trí huệ là vậy.

III)- Trí huệ khác với trí tuệ ra sao?

Trí tuệ là danh từ thường dùng trong đời sống con người, trí tuệ được hiểu như là sự thông minh sắc bén,

hiểu biết tinh mẫn, thông minh linh hoạt. Trí tuệ là của bộ óc tìm tòi phát minh sáng chế theo suy luận., v.v…

Chúng ta không nên hiểu lầm trí tuệ của thế gian cũng giống như trí huệ của Phật giáo. Vì trí tuệ của thế gian chỉ có thể như các nhà khoa học, triết học, bác sĩ, tiến sĩ, giáo sư, bác học v.v… có kiến thức hiểu biết về một lãnh vực nào đó, chứ không thể là bậc đã đạt đạo có trí huệ thấy biết như thật cùng khắp vũ trụ vạn vật, có đủ ba minh, bốn trí, sáu thông, năm nhãn v.v…của bậc Thánh.

Muốn đạt trí tuệ cần phải học hỏi suy nghĩ, nghiên cứu thí nghiệm, nghiền ngẫm lý thuyết. Muốn đạt trí huệ cũng cần học hỏi nghiên cứu, nghiền ngẫm giáo pháp, và còn đi xa hơn nữa, đó là "hành trì", "thiền định".

Nếu muốn dùng chữ trí tuệ, chỉ được coi như những người thông minh học nhiều nhớ giỏi, chứ chưa phải là người đạt trí huệ đạt giác ngộ tức giải thoát.

Dù trong nhận thức trực tiếp hay trong suy luận người có trí huệ sẽ luôn luôn đúng, trong khi người có trí tuệ sẽ có khi đúng có khi sai. Do đó chúng ta thấy rõ sự khác biệt giữa trí huệ và trí tuệ.

IV)- Có mấy loại trí huệ? Có hai loại:

1)- Căn bản trí: Là giác tính minh diệu mà mọi chúng sanh đều có sẵn, nhưng bị vô minh che lấp nên chưa xuất hiện. Thí dụ như chất vàng lẫn trong quặng đất sỏi đá, như mặt trời bi che bởi sương mù về mùa đông.

2)- Hậu đắc trí: Là trí huệ có được nhờ công phu tu tập, ví như vàng đã được lọc luyện từ quặng đất sỏi, vàng không còn lẫn lộn với bất cứ chất gì khác. Người tu hành đến khi hết vô minh phiền não, trí huệ hiện ra.

Tuy phân ra hai loại nhưng chỉ là một, cũng như một thứ vàng.

Sau khi tu đạt hậu đắc trí tức trí huệ hiện, các thức được chuyển biến thành các trí như sau:

1- Thành sở tác trí: Năm thức Nhãn, Nhĩ, Tị, Thiệt, Thân trở thành trong sạch không còn một tí gì bợn nhơ của năm trần là Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc, nghĩa là không còn vẩn đục bởi phàm trần. Tâm hành giả như hồ nước trong lặng không gợn sóng, lúc đó năm thức biến thành "Thành sở tác trí". Nghĩa là năm giác quan của chúng ta trở thành có năng lực thần diệu kỳ bí, chứ không còn là giác quan của kẻ phàm phu chỉ nhận biết một cách hạn hẹp mà thôi.

2- Diệu quan sát trí: Thức thứ sáu, ý thức là thức góp ý nhận biết cho năm thức nêu trên, thức này làm việc suốt ngày đêm không ngưng nghỉ. Ban ngày suy nghĩ tưởng nhớ hết việc này qua chuyện khác, lo lắng buồn khổ, hân hoan sung sướng v.v…, ban đêm khi ngủ mộng mơ đủ cả. Khi tâm viên ý mã (tâm ý như khỉ ngựa) ấy đã được cột lại một chỗ hết đường cựa quậy qua sự tu hành rồi, thức này chuyển thành "Diệu quan sát trí" có công năng quan sát thâm diệu cùng khắp.

3- Bình đẳng tính trí: Thức thứ bảy Mạt Na là thức tự ý thức về chính mình, ô nhiễm cho rằng mình có một cái ta, Mạt Na phân biệt chủ thể khách thể tạo nên ý thức nhị nguyên chấp ngã (ta) nhân (người) chúng sanh (muôn loài). Năm giác quan cùng ý thức báo cho Mạt Na thông tin từ bên ngoài không hề đánh giá tốt xấu. Chính Mạt Na là kẻ đánh giá phải trái hay dở tốt xấu v.v…, và ra lệnh cho sáu thức kia phản ứng hành động, đồng thời Mạt Na lại đưa tất cả các cảm giác (chủng tử) vào A Lại Da là thức thứ tám. Khi tu hành phá vỡ tan tành chấp tướng ngã nhân chúng sanh thọ giả (cảm giác) của Mạt Na thì

nó chuyển thành "Bình đẳng tánh trí", nghiã là trí huệ này có năng lực nhận thức chân thật về tính bình đẳng vô ngã trong muôn pháp.

4- Đại Viên cảnh trí: Khi cảm giác của tất cả các hoạt động của năm căn và ý được Mạt Na đưa vào A Lại Đa, thức này có nhiệm vụ giữ gìn tất cả các tin tức ấy, gọi là chấp trì sinh mạng chủng tử. Khi tu hành đạt đến địa vị vô lậu (không còn ô nhiễm), thức này chuyển thành "Đại Viên cảnh trí", tức là thành cái trí huệ sáng suốt trong sạch như chiếc gương khổng lồ tròn đầy trong sạch soi chiếu cùng khắp, tương ưng cho chân tâm chân như Phật tánh.

V)- Làm sao có trí huệ?

Muốn có trí huệ, đức Phật đã dạy tám vạn bốn nghìn pháp môn tu, người Phật tử có thể chọn bất cứ pháp môn nào thích hợp với mình để tu hành, đều có thể đạt được trí huệ tức là giải thoát. Tuy nhiên, căn cứ duy thức học, sau khi tu theo duy thức, khi hành giả đạt trí huệ sẽ có bốn trí nêu trên. Ngoài ra, trước khi tu chúng ta cần tìm hiểu nghiên cứu cho tường tận, không còn một điều gì nghi ngờ khó hiểu. Rồi còn phải suy gẫm xem pháp môn tu có thích hợp với mình không, có những trở ngại gì cần phải vượt qua, nghiã là hành giả phải hiểu biết pháp môn mình sẽ tu. Sau khi đã hiểu rõ pháp môn tu, hành giả mới bắt đầu tu tức là thực hành. Khi đã thực hành rồi, phải tinh tấn chuyên cần không ngưng nghỉ không gián đoạn, kiên cố thực hành sẽ có ngày đạt trí huệ, tức là giải thoát.

VI)- Công năng của trí huệ ra sao?

Như trên đã nói, tám thức chuyển thành bốn trí, bốn trí có công năng diệu dụng vô cùng rộng lớn, khó mà diễn tả hết được, nhưng có thể nêu ba công năng như sau:

1- Khi trí huệ phát sinh thì phiền não hết, như ánh sáng phát ra thì bóng tối không còn nữa.
2- Khi trí huệ khai mở chiếu soi sự vật, sẽ thấy rõ thực thể bản chất, thực tướng của vạn vật đều được phơi bày.
3- Khi trí huệ bừng sáng thấy rõ tâm cảnh đều là chân không, nên thể nhập được chân lý, tức là giác ngộ vậy.

VII)- Trường hợp thể hiện trí huệ:

Trong bộ Tăng Nhất, quyển 1, trang 312 viết: Một thời, Tôn giả Đại Ca Chiên Diên, đại đệ tử của đức Phật, dẫn một số đông đảo Tỳ Kheo đi du hóa đến nước Bà Na. Khi Tôn giả đang ở bên một bờ hồ, có Trưởng lão Bà la môn tên Thượng Sắc dẫn một số đông đảo đệ tử đến gặp, Sau khi chào hỏi xong, vị Trưởng lão nói:

- Như Ca Chiên Diên đây nói là người tu hành, nhưng không hành đúng pháp luật của người tu, vì sao? Vì Tỳ Kheo trẻ tuổi mà không làm lễ các bậc trưởng thượng cao đức Bà la môn của chúng tôi.

Tôn giả Ca Chiên Diên trả lời:

- Các vị Bà la môn nên biết, đức Phật thuyết hai địa vị, một là địa vị già cả, hai là địa vị trai tráng.

Bà la môn hỏi:

- Thế nào là địa vị già cả, thế nào là địa vị trai tráng?

Tôn giả đáp:

- Cho dù người tuổi sáu mươi, bảy mươi, tám mươi, mà không dừng được ái dục tham sân si, làm các việc ác, chấp chặt các việc ở đời. Người này tuy có thể bảo là già, mà thực ra họ ở địa vị trai tráng.

Còn người tuổi độ hai mươi, ba mươi, bốn mười, năm mươi. Người ấy chẳng tập quen dâm dục, sạch hết tham sân si, chẳng chấp việc đời, cũng chẳng làm các hạnh ác. Đó là người trai tráng ở địa vị già cả.

Ba la môn lại hỏi:

- Trong đại chúng của Ông có một Tỳ Kheo nào không hành ái dục, chẳng tạo hạnh ác chăng?

Tôn giả trả lời:

- Trong đại chúng của chúng tôi đây không có một Tỳ Kheo nào ái dục tập dục, không có một Tỳ Kheo nào làm hạnh ác cả. Tất cả Tỳ Kheo đây, người nhỏ nhất cũng đã thấy dấu đạo, vì sao? Vì Tỳ kheo nhỏ nhất cũng đã đạt qủa vị Tu đà hoàn, một qủa vị trong bốn qủa vị của bậc phạm hạnh là Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm , và A la hán. A la hán là bậc đã sạch hết các nhơ bẩn, có trí huệ đầy đủ, v à đã thoát ra khỏi cảnh khổ sinh tử luân hồi.

Bà la môn nghe nói như vậy, liền đứng dậy vái và nói:

- Các Ông tuổi trai tráng mà ở địa vị già cả, thật qúy hóa thay, còn tôi già cả mà còn ở địa vị niên thiếu, thật đáng trách. Rồi Bà la môn nói tiếp:

- Xin cho con được quy y Ngài.

Tôn giả nói:

- Ông chớ quy y tôi, Ông nên quy y nơi bậc mà tôi đã quy y. Ngài là bậc Chính Đẳng Chính Giác, là bậc Đại Trí Huệ, là Thầy của Trời và Người, là Như Lai, Phật. Ngài đã nhập Niết Bàn mất rồi!

Trong khi nói, Tôn giả quỳ hướng về nước Câu Thi nơi đức Phật nhập diệt mà vái lạy. Bà la môn thấy Tôn giả lạy, nói như thế thì thưa:

- Nếu Như Lai còn ở đời, con không quản ngại đường xa đến kính lễ, nay Như Lai đã Nhập Niết Bàn, con xin quy y Phật, Pháp và Chúng Tỳ Kheo. Xin Ngài chấp nhận cho, con sẽ học hỏi và tuân hành theo các lời Ngài dạy. . .

Đạo Phật

(Trường A Hàm quyển 1 trang 590. Đức Phật và Phật Pháp từ trang 273 đến 301, từ trang 415 đến 421. Phật Học Phổ Thông quyển 1 từ trang số 7 đ ến 31)

I)- Thế nào là Đạo Phật?

Đạo là con đường như con đường cõi Trời, con đường cõi Người, cõi Súc sinh, Địa ngục v.v…Chữ Đạo này có nghĩa vừa tốt (con đường cõi Trời), lại vừa xấu (con đường cõi Ngạ qủy, Súc sinh, Địa nguc). Do đó chữ Đạo có nghĩa này không phải là chân lý.

Đạo là bổn phận như bổn phận người cai trị dân, bổn phận người dân, bổn phận làm vợ làm chồng, bổn phận làm cha mẹ, làm con v.v… Chữ Đạo trong nghĩa này thường chịu ảnh hưởng của tập quán, mà phong tục địa phương này không giống địa phương khác, tập quán nước này không giống nước khác. Vì vậy chữ Đạo với nghĩa này cũng không phải là chân lý.

Đạo là chân lý tuyệt đối, dù ở bất cứ chỗ nào, dù thời gian thay đổi, nó vẫn đúng, đó là chữ Đạo mà chúng ta muốn nói tới ở đây.

Phật là gì? Chữ Phạn là Buddha, là Giác, hiểu biết cùng tột. Giác có nghĩa là tự giác, tự làm cho mình ngộ; Giác có nghĩa là giác tha, làm cho người khác cũng ngộ; Giác có nghĩa là giác hạnh viên mãn, giác ngộ hoàn toàn cho mình và cho người, chỉ có Phật mới đầy đủ giác hạnh viên mãn.

Đạo Phật còn gọi là Phật giáo, do Phật đặt ra để chỉ lối cho tất cả chúng sanh, những ai thực hành đúng đắn đầy đủ được nhiều lợi ích và đạt được chân lý tối thượng.

II)- Sự thành hình Kinh điển và Giáo lý:

1)- Sự thành hình Kinh điển:

Do ba lần kết tập chính:

1- Kết tập lần thứ nhất: Sau khi đức Phật nhập Niết Bàn khoảng ba tháng, năm 543 trước Dương lịch, đệ tử đức Phật, Tôn giả Đại Ca Diếp là vị Tổ thứ nhất hướng dẫn Tăng đoàn. Tôn giả thấy có một vài Tăng tụng sai lời dạy của Phật thì lo sợ Phật pháp sẽ bị diệt mất, nên nói với các vị Thánh Tăng rằng: "Đức Thế Tôn đã nhập diệt rồi, tôi khuyên các vị hãy ngồi lại với nhau kết tập những lời của đức Thế Tôn đã thuyết pháp giảng dạy để truyền bá về sau, không nên để giáo pháp của Ngài đoạn diệt mất"

Tôn giả Đại Ca Diếp cùng các vị Thánh Tăng bèn nhờ vua A Xà Thế nước Ma Kiệt đứng ra triệu tập tất cả Tăng chúng từ các nước đến để tổ chức đại hội kết tập những lời giảng của Phật trong suốt 45 năm hành Đạo của Ngài.

Lúc ấy chỉ có 500 vị A La Hán Thánh Tăng được dự vào việc kết tập trong động Thất Diệp thuộc núi Kỳ Xà Quật gần thành Vương Xá nước Ma Kiệt.

Bắt đầu kết tập Luật Tạng do Tôn giả Ưu Ba Ly (Upãli) là Trưởng lão giữ Giới Luật của Phật đọc các Giới Luật và tất cả Thánh Tăng duyệt xét, thêm bớt cho đúng với lời dạy của Phật. Phần kết tập Kinh, Luận, do Tôn Giả A Nan là Thị giả của Phật đọc và tất cả Thánh Tăng duyệt xét thêm bớt cho đúng với lời dạy của Phật. Khi kết tập xong, giáo lý của Phật được xếp phân loại làm ba tạng gọi là Tam Tạng "Luật, Kinh, Luận".

Có sách cho rằng khoảng 100 năm sau ngày Phật nhập diệt, có kết tập lần thứ hai, nhưng nhận thấy đây chỉ là sự kiện một nhóm 700 Tu sĩ ở một địa phương Bạt Kỳ

(Vajji) thuộc nước Tỳ Xá Ly (Vasali) đưa ra mười điều sửa đổi Luật của Phật. Nên có sự bất đồng giữa Tôn Giả trưởng lão Da Xá tuổi Hạ 120 năm (mỗi năm an cư học giáo lý trong ba tháng là một tuổi hạ) và nhóm Bạt Kỳ. Sau đó Tôn Giả Da Xá đến gặp Tôn giả trưởng lão Ly Bà Đa tại Ấp Ba Lợi, rồi hai vị cùng đến Bạt Kỳ lập "hội đồng" bàn luận gồm 8 người. Nhóm Bạt Kỳ 4 người, Tôn giả Nhất Thiết Khứ tuổi Hạ 136 năm đại diên. Nhóm Ấp Ba Lợi 4 người Tôn giả Ly Bà Đa tuổi Hạ 120 năm đại diện. Tôn Giả Ly Bà Đa hỏi, Tôn Giả Nhất Thiết Khứ trả lời về mười điều sửa đổi Luật đều phi pháp hết. Do đó các vị tu hành ở Bạt Kỳ phải tôn trọng tất cả những Luật Phật đã đặt ra, không được sửa đổi. Vì vậy việc này không nên coi là kết tập. Mặc dù phải chấp hành luật đầy đủ, nhóm Bạt Kỳ sau đó tách ra thành Đại chúng Bộ.

2- Kết tập lần thứ hai: Sau 236 năm, vào năm 307 trước Dương lịch, 1000 vị A La Hán Thánh Tăng do Trưởng lão Mục Kiền Liên Đế Tu (Moggaputta Tissa) đứng đầu kết tập lại, tại Lâm viên thành Hoa Thị nước Ma Kiệt, bằng tiếng thổ ngữ chữ Bắc Phạn (Sanscrit), do Vua A Dục (Asoka) khởi xướng và bảo trợ. Chữ Tam Tạng Kinh (Tipitaka) có nghĩa là ba cái bồ (giỏ), mỗi bồ đựng một Tạng "Kinh, Luật, Luận".

3- Kết tập lần thứ ba: Sau 460 năm ngày Phật nhập Niết Bàn, năm 83 trước Dương lịch. Vì có khuynh hướng nói trái nhau làm sai lạc Giáo pháp, nên Vua Ca Ni Sắc Ca (Kanishca) thỉnh Hiếp Tôn giả (Parsva) và chọn được 500 vị A La Hán Thánh Tăng là những người có đủ Tam Minh Lục Thông, tinh thông nội giáo Tam Tạng, ngoại điển quán triệt Ngũ Minh. Lần tập kết này do Ngài Thế Hữu làm đệ nhất và Hiếp Tôn giả làm đệ nhị. Kết tập tại thành Ca Thấp Di La (Kasmira) nước Kiền Đà La (Tích

Lan?), lần này bằng chữ Nam Phạn (Pali). Sau khi kết tập xong ba Tạng được chép vào lá đồng mỏng (có sách ghi vào lá bối) gồm mười vạn bài tụng, có 9.600.000 chữ.

2)- Giáo lý của Đạo Phật:

Như trên, chúng ta đã thấy sự thành hình giáo lý của Đạo Phật, trong cả ba lần kết tập, lần đầu là căn bản, hai lần sau chỉ là bổ túc chút ít, giải thích cho rõ ràng hơn và dùng ngôn ngữ khác nhau mà thôi. Tam t ạng dịch từ Bắc Phạn gồm bốn bộ là: "Trường A Hàm, Trung A Hàm, Tạp A Hàm, Tăng Nhất A Hàm"; Tam tạng dịch từ Nam Phạn có năm bộ Kinh là "Trường bộ, Trung Bộ, Tương Ưng Bộ, Tăng Chi Bộ, và Tiểu Bộ. Trong Tiểu Bộ có 15 quyển. Tam Tạng Kinh điển chia ra như sau:

1- Luật: Là những giới luật đức Phật đặt ra cho Phật tử xuất gia và tại gia giữ gìn tu tập. Phần lớn là để áp dụng cho người xuất gia, nhưng cũng có rất nhiều điều về luân lý đạo đức cao thượng áp dụng cho mọi người. Huân tước Zetland của nước Anh ở thế kỷ 20 đã phát biểu trong Quốc hội Anh rằng: "Thật là ngạc nhiên, những nguyên tắc căn bản trong Quốc Hội chúng ta ngày nay đã có sẵn trong giáo lý Phật giáo từ 2500 năm nay rồi".

2- Kinh: Là những lời Phật Thích Ca dạy về dứt trừ những thói hư tật xấu để đạt được an vui. Những bài giảng đa phần cho người xuất gia hoặc cho cư sĩ, nhưng cũng có những bài giảng cho phụ nữ, trẻ em v.v… Lại có một số bài giảng của các đại đệ tử của đức Phật đã được Ngài công nhận cũng được ghi trong Kinh.

3- Luận: Luận phần nhiều là do Thánh Tăng làm ra để giải thích, bàn nghĩa lý sâu rộng trong Kinh Luật để Phật tử khỏi lầm lẫn chân giả, chính tà. Luân quan trọng vì gồm phần triết lý cao siêu mà đức Phật đã nói, rồi các vị

Tổ, Thánh Tăng giải thích thêm cho được rõ ràng. Luận tạng là công trình sáng tạo của những bộ óc kỳ tài siêu phàm, người Phật tử muốn học Phật phải biết đến phần Luận tạng, nó là "vi diệu pháp" vô cùng quan trọng để mở mang trí tuệ.

Theo quyển 1 bộ Trường A Hàm, trang 590, đức Phật chia giáo lý ra làm 12 phần, gọi là mười hai bộ Kinh mang tính cách 12 thể loại khác nhau gồm:

1. Quán Kinh, 2. Kỳ dạ Kinh, 3. Thọ ký Kinh, 4. Kệ Kinh, 5. Pháp cú Kinh, 6. Tương ưng Kinh, 7. Bản duyên Kinh, 8. Thiên bản Kinh, 9. Quảng Kinh,10. Vị tằng hữu Kinh, 11. Thí dụ Kinh, 12. Đại giáo Kinh.

III)- Lý thuyết Đạo Phật như thế nào?

1)- Đạo Phật có phải là một triết học không?

Chân lý mà đức Phật dạy đều có thể trắc nghiệm thực hành được qua bản thân mỗi người. Phật giáo không bao giờ đề cập đến lý thuyết mơ hồ, lý thuyết suông không thể chứng minh được. Đức Phật giảng dạy những gì bên trong và chung quanh con người, những gì liên quan đến sự giải thoát khỏi khổ đau, những gì cần thiết để rửa sạch tâm, và không bao giờ bàn đến những vấn đề mà Ngài cho là mất thời giờ vô ích.

Đức Phật dạy lý đời là "vô thường" nay thế này mai thế khác, đời là biển "khổ" nước mắt chúng sinh nhiều hơn nước bốn biển, đời sống "vô ngã" không có cái gì gọi là "ta" được cả, và tất cả đều "không", không có gì là chân thật cả. Giáo lý mà đức Phật dạy đều có tính cách triết lý để Phật tử học hỏi và thực hành hầu đạt chứng ngộ bằng trực giác.

Đạo Phật không phải là triết học, một lối chỉ đi tìm trí tuệ bằng cách giải thích căn cứ trên lý thuyết mà không

bao giờ được biết như trong "Siêu hình học", hay không bao giờ được rành mạch như trong "luân lý học, chính trị học v.v…" Triết học chỉ liên quan đến sự hiểu biết mà không chú ý đến thực hành, Đạo Phật hiểu rồi còn phải thực hành và chứng ngộ. Như vậy Đạo Phật không những là một triết học mà còn đi xa hơn triết học rất nhiều.

2)- Đạo Phật có phải là một tôn giáo không?

Với nghĩa thông thường, tôn giáo là "một hệ thống tín ngưỡng tin tưởng vào một Thần linh và tôn sùng lễ bái vị ấy". Với nghĩa như vậy, Đạo Phật không phải là tôn giáo, vì Phật giáo không đòi hỏi tin đồ tin mù quáng, tin suông, mà phải căn cứ vào sự học hỏi và thực hành lấy để đạt mục tiêu chân lý. Đạo Phật không bao giờ hứa rằng chỉ cần tin là liền đạt chân lý giải thoát. Sự tin tưởng đức Phật cũng như học trò tin thầy, nghe giảng rồi còn phải suy xét học cho nhớ; như người bệnh tin lương y được bắt mạch cho thuốc rồi còn phải nghe lời dặn bảo kiêng cữ, uống thuốc v.v…Giáo lý của Đạo Phật là để rửa sạch cáu bẩn, nếu ai thực hành rửa sạch cáu bẩn trong tâm mình, thì được giải thoát. Chỉ có mình mới tự rửa được tâm mình mà thôi, có làm hay không là tùy mỗi người tự liệu lấy, tự quyết định tương lai của mình, không một ai làm thay mình được. Đạo Phật không đưa ra một hình phạt nào bắt phải theo phải làm, nếu không làm sẽ bị hình phạt này nọ, để người theo sợ sệt mà phải tuân theo.

Nếu hiểu tôn giáo là giáo lý đi sâu vào bên trong đời sống con người, một hệ thống giáo lý giúp con người thoát khỏi khổ đau phiền não của sinh già bệnh chết, thì Đạo Phật là một tôn giáo của tất cả các tôn giáo trên thế giới này.

Đức Phật dạy: "Không nên tin ngay những điều mình nghe người khác nói lại, không nên tin những điều phong

tục tập quán truyền lại, không nên tin những tin đồn từ miệng người này qua miệng người kia, không nên tin những gì từ ức đoán suy diễn, không nên tin những gì bề ngoài hợp với thành kiến chủ quan, không nên tin những gì hình như có thể chấp nhận được, không nên tin những gì mà mình nghĩ rằng vị tu sĩ nói ra vì đã được kính nể, không nên tin những gì mà sách vở đã ghi lại. Mà mỗi người tự suy xét hiểu rõ những điều ấy không hợp luân lý, đáng bị khiển trách, bị người trí lên án cấm đoán, bị phá sản phiền khổ thì phải không tin, hãy từ bỏ không làm theo điều ấy. Trái lại, mỗi người tự suy nghĩ hiểu rõ điều ấy hợp luân lý, được khen ngợi, được người trí khuyến khích, nếu thực hành sẽ được hạnh phúc an vui, thì nên hành động đúng như vậy"..

Người Phật tử lễ bái hình tượng đức Phật để bày tỏ lòng ngưỡng mộ, và noi theo làm theo những lời Phật dạy, chứ không phải để thỉnh cầu xin xỏ ân huệ. Người tôn kính Phật là người hành trì kiên cố lời Phật dạy để đạt qủa vị Thánh mới là người tôn kính đức Phật bậc nhất.

Tụng Kinh, trì Chú, niệm Phật không phải để cầu xin ân huệ điều nọ việc kia mà hành trì để thanh lọc tâm đưa đến giải thoát. Cầu xin chỉ là thái độ nô lệ tinh thần dẫn con người đến ươn hèn. Mỗi khi Phật tử cầu nguyện, chỉ là cầu chư Phật gia trì cho mình đủ kiên nhẫn chịu đựng, thêm sáng suốt, luôn nhớ không quên, tinh tấn thực hành những lời Phật dạy.

3)- Đạo Phật có thờ Thần linh không?

Đạo Phật không phải là tôn giáo siêu hình, không công nhận Thần linh, không bắt tín đồ phải khép nép sợ hãi tuân theo, Phật giáo không dạy giáo điều thần bí, nhưng chính đức Phật có đặc tính Thần linh không ai bằng. Biết bao nhiêu sự việc từ ngày thành đạo tới ngày nhập Niết

Bàn đã chứng tỏ Thần linh của đức Phật là vượt Thánh, nhưng chẳng bao giờ Ngài tự xưng là Thần linh.

Đạo Phật không công nhận sự kỳ bí của Thần linh đứng ngoài và bên trên con người, thần linh chính là do con người, do chúng sinh, từ chúng sinh mà ra, không huyền hoặc. Phật giáo không hề có những tín điều không thể giải thích được, có tính cách phi lý, giải thích quanh co mập mờ để bắt các tín đồ phải nhắm mắt tuân theo

IV)- Tôn chỉ, đường lối và nền tảng

1)- Tôn chỉ của Đạo Phật:

Đạo Phật có những tôn chỉ như sau:

1- Không nên làm: Không nên làm các việc gốc của khổ báo là thân làm ác, miệng nói ác, và ý nghĩ ác.

2- Nên làm: Nên làm các việc gốc của lạc báo là thân làm những việc lành, miệng nói những lời diệu hạnh, ý nghĩ những điều lợi ích cho toàn thể chúng sinh.

3- Đoạn diệt: Đoạn diệt thân làm ác, đoạn diệt miệng nói ác, đoạn diệt ý nghĩ ác.

4- Pháp luật: Mục đích đoạn diệt tham sân si mà nói pháp luật.

5- Không khổ hạnh: Khổ hạnh không đúng cách là nghiệp hạ tiện nên phải đoạn trừ.

6- Không vào thai: Đoạn trừ, đoạn diệt, nhổ tuyệt tận gốc rễ sự vào bào thai.

7- An ổn: Xuất gia, tu đạo, thành tựu khuôn phép tính nết tu hành đạt qủa vô thượng ngay trong đời này tự tri, tự giác, tự chứng, thành tựu an trú.

2)- Đường lối của Đạo Phật:

Đạo Phật không đòi độc quyền chân lý, không bài xích chỉ trích tôn giáo khác, không cố níu kéo giữ người ngu si không hiểu bỏ đạo, và chỉ có vòng tay rộng mở đối với

người nào tự nguyện thiết tha tự thấy Đạo Phật là bổ ích muốn nhập đạo, không có một tí nào sự sắp xếp, ảnh hưởng, lôi cuốn bằng những hình thức mà nhiều tôn giáo thường làm.

Phật giáo không phải là tôn giáo độc đoán, cưỡng bách, ngược đãi, mà là tôn giáo ôn hòa nhất trong nhân loại.

Đạo Phật không chủ trương đời sống trường tồn, cũng không nói chết là hết; không chủ trương sống khổ hạnh, cũng không ca ngợi đời sống sa hoa.

Phật giáo không lạc quan, không bi quan, nhưng thực tế; không chủ trương tuyệt đối tại thế, không chủ trương tuyệt đối siêu thế, Phật giáo là con đường duy nhất thoát khổ, giải thoát. Cũng như nước biển chỉ có một vị mặn, giáo pháp của Phật giáo chỉ có một vi, đó là giải thoát.

Đạo Phật đứng trên trọng tâm là con người, tự con người làm hòn đảo cho chính mình nương tựa, không nương tựa vào bất cứ gì bên ngoài. Dùng giáo pháp như chiếc bè qua sông để tự cứu mình đến bờ bên kia giải thoát khỏi khổ não của sinh tử luân hồi.

3)- Nền tảng của Đạo Phật:

Nền tảng của Đạo Phật là Vô Thường, Khổ, Vô Ngã.

1- Vô Thường: Tất cả những gì là vật chất đều biến đổi, không có cái gì là trường tồn bất biến trong vũ trụ thế gian. Đây là chân lý không ai chối cãi được, dù thời nào đi nữa, dù ở đâu cũng vậy, tất cả đều không trường tồn bất biến. Vậy nền tảng này vững hơn bàn thạch, vì bàn thạch cũng vô thường.

2- Khổ: Bốn chân lý "Khổ, nguồn gốc của khổ, cách diệt khổ, và con đường dẫn đến đạo". Một số người cho rằng Phật giáo lấy Khổ làm căn bản nên Đạo Phật là bi quan yếm thế. Sự thực, Đạo Phật không bi quan yếm thế,

cũng không lạc quan hão, mà chỉ thực tế, vì khổ ở đời là hiển nhiên không ai chối cãi được. Đức Phật thấy cái bệnh trầm kha "khổ" của chúng sanh, rồi tìm nguyên nhân của khổ là do "Ái dục" mà ra, nên Ngài kê cho toa thuốc trị khổ, đó là "Tám Chính Đạo: Chính kiến, Chính tư duy, Chính ngữ, Chính nghiệp, Chính mạng, Chính tinh tấn, Chính niệm và Chính định". Nếu ai chịu uống thuốc đắng này sẽ hết khổ được giải thoát nhập Niết Bàn, thì nói bi quan yếm thế ở chỗ nào?

3- Vô Ngã: Không có cái gì là trường tồn bất biến, không có một cái gì độc lập mà hiện hữu được. Cái ngã, cái ta chỉ là tập hợp của sáu đại là "đất, nước, gió, lửa, không, và thức". Tất cả sáu đại đều không có chủ tể, khi đủ nhân đủ duyên thì nó hội tụ tạm gọi là có, khi hết duyên thì nó tan rã, nên chẳng có cái gì gọi là "ta", chẳng có cái gì gọi là "ngã", do đó nó "vô ngã".

Có người nói "vô ngã" là không có tự ngã, không có cái "ta", như thế không thể vui vẻ hạnh phúc được, nhưng thực ra nếu vô ngã tức không chấp không thấy có ta nữa thì hết lo lắng buồn phiền, tức là sung sướng chứ còn gì? Hơn nữa, khi không còn cái ngã, không cố tìm cách bảo vệ, tranh giành, chiếm đoạt và làm các điều xấu xa đê hèn. Người không chấp cái ta chấm dứt được tham ái, sân si, ngã mạn, v.v…, sẽ đưa thân tâm đến an lạc thanh tịnh và đạt bậc Thánh ngay trong đời hiện tại, không là vui vẻ hạnh phúc thì là cái gì?

V)- Hành Xử của Đạo Phật

1)- Đạo Phật là đạo chân thật thực tế:

Tất cả giáo lý của Phật giáo không có chỗ nào là vô lý không giải thích được, không có chỗ nào không thực hành được. Vì đức Phật đã hành những điều Ngài dạy, và

dạy những gì Ngài đã thực hành. Nếu chỉ hiểu tín ngưỡng giáo lý thôi mà không hành, chẳng được ích lợi gì. Ví như người đếm bò cho chủ, như người đếm tiền trong ngân hàng, chỉ được chút ít lương đủ sống chứ không thể giàu có được. Người hiểu giáo lý của đức Phật không hành trì không thể hưởng qủa vị Thánh.

Đức Phật không giảng dạy các lời dư thừa vô ích đối với sự thoát khổ của con người. Ngài từ chối trả lời những câu hỏi đi ra ngoài mục đích "giải thoát" mà một số người ngoại đạo hoặc đệ tử của Ngài đã đặt ra.

Đạo Phật chú trọng về tri thức trí huệ chứ không để ý đến tình cảm luyến ái, để ý đến nhân cách nhân phẩm tín đồ hơn là số lượng tín đồ.

2)- Đạo Phật là đạo tự do bình đẳng:

Phật giáo dùng tinh thần tự do cởi mở, không dùng oai quyền trong giáo lý. Thay vì dùng mệnh lệnh như "Ngươi phải làm thế này, ngươi không được làm thế kia", thì đức Phật dạy "Ông nên làm thế này, thầy không nên làm thế kia".

Đức Phật dùng giáo lý dạy cho tất cả người nào muốn học. Cũng như tùy bệnh cho thuốc, đức Phật quán sát thấy người ấy thích hợp với giáo pháp nào, Ngài liền nói giáo pháp ấy cho người ấy nghe, và người ấy sẽ thực hành đường ngắn nhất ấy để đạt mục đích.

Đức Phật là người đầu tiên trong lịch sử nhân loại hô hào loại bỏ chế độ phân chia giai cấp, xây dựng một nền luân lý công bằng cao thượng giữa con người với con người. Ngài lên án hệ thống phân chia đẳng cấp xúc phạm đến phẩm giá con người tại Ấn Độ thời bấy giờ. Ngài cho rằng "Nếp sống, hoàn cảnh sống tạo ra người làm việc này hay việc kia, chứ không phải do nơi sinh trưởng". Giai cấp Bà la môn cho rằng "Họ là cao cả hơn

hết các giai cấp khác, các giai cấp khác phải phục tùng sự sai bảo của họ". Đây là lý luận vô căn cứ, vì người giàu kẻ nghèo, người sang kẻ hèn khi phạm luật phạm tội đều bi xét xử như nhau, khi chết cùng bị đọa sinh vào cõi xấu như nhau. Còn người hiền lương đạo đức, làm lành tránh dữ, dù người đó ở trong giai cấp cao hay giai cấp thấp vẫn không bị pháp luật xét xử, được nhiều người kính trọng nể vì, khi chết cùng được sinh đến cõi lành như nhau.

Trong Tăng đoàn của đức Phật thời ấy có đủ các thành phần khác nhau trong bốn đẳng cấp của Ân Độ. Có đệ tử từ hàng vương giả đến, có đệ tử từ hàng Bà la môn nhập. Lại có đệ tử đã từng là người làm mướn, người hớt tóc, người hốt rác, gái giang hồ, con nông gia, con thợ lò rèn v.v… Lại có đệ tử là người hiền lương đạo đức, nhưng cũng có đệ tử là kẻ trộm cắp, kẻ giết người v.v… Nghĩa là trong Tăng đoàn của đức Phật có đủ các thành phần của xã hội tốt xấu đủ cả. Thế nhưng, đẹp đẽ thay! qúy hóa thay! Những người vừa kể trên đều nghiêm trì giới luật, vâng theo lời dạy bảo của đức Phật, tinh tấn hành trì thiền định, và tất cả đều đã đắc qủa Thánh

Đối với phụ nữ, thời ấy người đàn bà bị ngược đãi coi rẻ, đức Phật không coi rẻ phẩm giá của phụ nữ, mà chỉ ghi nhận sự yếu đuối của tính tật đố. Nhưng Ngài nhìn nhận cả nam giới và nữ giới đều có thiện tánh như nhau, vì vậy Ngài đặt giáo giới cho mỗi giới đúng với vị trí của mỗi giới. Làm mẹ được hưởng danh dự xứng đáng trong Đạo Phật, có lần đức Phật thấy Vua Kosala buồn phiền về việc được tin Hoàng hậu sinh con gái, Ngài bảo Vua: "Một bé gái có khi còn qúy hơn một bé trai rất nhiều, Đại vương không nên buồn rầu". Trong hàng Ni thời ấy cũng có đủ thành phần, từ hoàng hậu, công chúa, tiểu thư trong

hàng qúy tộc, cho đến những bà mẹ đau khổ, phụ nữ thế cô nghèo hèn, cho đến gái giang hồ. Tất cả đều bình đẳng đồng tu trong giáo hội Ni đoàn, không có sự phân chia này nọ, và những người này đều đạt qủa Thánh.

3)- Đạo Phật là đạo từ bi:

Đức Phật có tâm từ bi vô lượng vô biên bao trùm hết thảy chúng sanh từ Trời, Thần, Người, Ngạ qủy, Địa ngục, Súc sinh các loài từ to lớn đến nhỏ bé. Ngài dạy: "Không ai có quyền sát hại mạng sống của kẻ khác". Phật tử chân chính phải có lòng từ bi đối với muôn loài.

Nếu các tôn giáo giết hại lẫn nhau vì khác biệt tôn giáo, nếu các tôn giáo không thể hòa hợp được với nhau thì không phải là tôn giáo, mà ví như những đảng cướp lớn không hơn không kém. Nếu các tôn giáo đụng độ nhau gây chết chóc, khổ sở buồn phiền cho con người, kể như các vị Giáo chủ của các tôn giáo ấy đã thất bại trong sứ mạng mang lại hạnh phúc cho nhân loại.

Đối với người Phật tử chân chính, không có người xa kẻ lạ, người oán kẻ thù, chỉ có người anh em trong tình thương bao la trong tâm từ bi mà thôi.

VI)- Sự lan truyền của Đạo Phật:

Sau khi đức Phật Thích Ca nhập Niết Bàn, các vị Tổ nối truyền khoảng 1000 năm ở Ấn Độ. Vị Tổ thứ 28 là Bồ Đề Đạt Ma qua Trung Hoa truyền tiếp được năm đời Tổ nữa, thì Phật giáo lan truyền khắp Á Châu. Hiện nay phương tiên truyền thông, giao thông tiện lợi nên đã lan sang các nước của Âu Châu, Mỹ Châu, Úc Châu và Phi Châu.

Ta phải để ý ngay đến những người Tây phương đầu tiên theo Phật giáo phần lớn là những nhà trí thức như luật gia, bác sĩ, tâm lý học, vật lý học, giáo sư đại học,

khoa học gia v.v… Những người có địa vị, nổi tiếng của Tây phương hết lời ca ngợi, thực hành theo Phật giáo. Vì sao thế? Vì họ cho rằng Phật giáo là tôn giáo hợp lý, thực tế nhất, là tôn giáo tinh vi tiến bộ nhất trong nhân loại. Thế mà nhiều người vô minh, si mê tại Á Châu lại cho Đạo Phật là lỗi thời không hợp lý, và có liên hệ tới mê tín dị đoan v.v…!

Người Tây phương thấy giá trị của Phật giáo, vì giáo lý Phật giáo đã hé mở ánh sáng trong việc khoa học tìm hiểu thế giới, vũ trụ. Đạo Phật không bị ràng buộc bởi một nền văn hóa địa phương hay một chủng tộc nào, và hội nhập vào bất kỳ nền văn hóa nào. Phật giáo chú trọng đến nội tâm con người, chuyển hóa con người từ vô minh đạt đến trí huệ. Giáo thuyết của Phật giáo không những gần gũi với khoa học, mà còn gần gũi với triết học, tâm lý học. Khoa học thấy rằng những khám phá của họ thường tương đồng với lý thuyết Đạo Phật. Mặc dù khoa học đã khám phá một ít trong biết bao nhiêu điều Phật dạy, còn đối với việc chuyển hóa nội tâm của Phật giáo bao giờ khoa học mới đạt được?

VII)- Kết qủa tối hậu của Đạo Phật:

Phật giáo mang lại những thành qủa sau đây:

1)- Chân Thường: Tất cả chúng sinh sống trong cảnh vô thường, trôi lăn từ cõi này qua cõi khác các loài không ngưng nghỉ trong sinh tử luân hồi, không có ngày ra khỏi. Đạo Phật đưa ra giáo pháp để thoát khỏi cảnh ấy. Nếu người nào tu theo giáo pháp của Phật giáo một cách đúng mức đều đạt được kết qủa giải thoát ra khỏi cảnh trôi lăn muôn đời ấy, nên gọi là Chân Thường.

2)- Chân Lạc: Trong đời sống của tất cả chúng sanh các loài đều không được toại lòng mong muốn nên khổ

đau phiền não ở loài nào cũng có. Nếu không có cách nào ra khỏi được, muôn đời chìm đắm trong khổ đau, Đạo Phật có món thuốc giải thoát, người nào uống thuốc đắng ấy sẽ được giã cái tật khổ muôn đời ấy. Nếu đã được giải thoát rồi thì hết khổ tức được vui mãi mãi, nên gọi là Chân Lạc.

3)- Chân Ngã: Con người sống với cái ta, bảo vệ cái ta, nên làm đủ thứ điên đảo để bảo vệ cái ta, vì làm đủ thứ điên đảo nên khổ không vui. Nếu không chấp cái ngã biến đổi vô thường này, không tìm mọi cách bất chính để bảo vệ nó, sẽ được giải thoát khỏi nó. Đã được giải thoát hoàn toàn rồi, người ấy sẽ sống với bản ngã chân thật của mình, lúc nào cũng an nhiên tự tại, nên gọi là Chân Ngã.

4)- Chân Tịnh: Khi sống trong đời sống hàng ngày tranh đua, giành giật, bao nhiêu phiền toái hàng ngày dồn dập đổ lên đầu lên cổ, hết việc này đến chuyện khác, đầu óc tâm trí rối bù. Bao nhiêu phương pháp an thân, an tâm của Đạo Phật đều có thể áp dụng để đem lại sự an nhiên tự tại. Khi đã được an nhiên tự tại rồi, tâm thể được thanh tịnh vắng lặng mà diệu hữu, thần thông quảng đại, nên gọi là Chân Tịnh.

Đạo Phật xây dựng trên nên tảng chân thiện mỹ, từ bi hỉ xả, bình đẳng trí tuệ v.v…Trên căn bản như thế, Phật giáo sẽ trường tồn bất biến. Có những quốc gia, chế độ xây dựng trên bạo lực cường quyền, khi cường vinh đến cực điểm rồi phải tan rã, nhưng Phật pháp kiến tạo bằng các thứ nêu trên sẽ tồn tại mãi mãi tới khi nào người Phật tử còn biết gìn giữ những nguyên tắc cao cả của Phật giáo.,.

Bốn Diệu Đế

(Tăng Nhất A Hàm quyển 1 từ trang 541 đến 543. Trung A Hàm quyển 1 trang 122, 337, từ trang 378 đến 394, Tạp A Hàm quyển 2 từ trang 84 đến 87. Đức Phật và Phật Pháp từ trang 323 đến 327)

I)- Thế nào là Bốn Diệu Đế?

Bốn Diệu Đế là chân lý về Khổ, là căn bản của Đạo Phật, cũng gọi là Bốn Thánh Đế, hay Khổ Thánh Đế. Bốn Diệu Đế gồm có bốn chân lý là:

1)- Khổ đế: Là chân lý về sự khổ, biết như thật về khổ.

2)- Tập khổ đế: Là chân lý về sự phát sinh ra khổ, biết nguyên nhân như thật về sự gây ra khổ.

3)- Diệt khổ đế: Là chân lý về diệt khổ, biết như thật về cách diệt khổ.

4)- Đạo đế: Chân lý con đường Đạo dẫn đến diệt khổ.

II)- Đặc điểm của Bốn Diệu Đế

1)- Khổ đế: Mọi sự tồn tại đều mang tinh chất khổ não. Sinh, già, bệnh, chết, yêu thương phải xa lìa, thù ghét phải gặp gỡ, cầu mong chẳng được, đều là khổ. Sâu xa hơn, năm nhóm tạo thành thân tâm, tức những cái tạo thành cái ngã (cái ta), cũng gọi là "Ngũ uẩn" gồm thân "sắc" và tâm có "thụ (cảm thọ), tưởng (suy nghĩ tưởng nhớ), hành (khởi ý), thức" (nhãn, nhĩ, tỵ, thiệt, thân, và ý thức), tạo nên cái ta, đều là khổ. Đối với khổ đế nên biết, nên hiểu tường tận như thật.

2)- Tập khổ đế: Nguyên nhân của khổ do dục sinh, dục làm gốc, là sự ham muốn, tìm sự thỏa mãn của dục vọng, thỏa mãn được trở thành, thỏa mãn bị hoại diệt, mất đi nên khổ. Các loại ham muốn này là gốc của sinh tử luân hồi. Đối với chân lí thứ hai, nguyên nhân gây ra khổ nên biết như thật, nên đoạn trừ.

3)- Diệt khổ đế: Khi gốc của mọi tham ái được tiêu trừ, đoạn diệt, thì sự khổ này cũng được đoạn tận. Đối với chân lí thứ ba diệt khổ đế này nên biết, nên chứng.

4)- Đạo diệt khổ: Phương pháp để đạt sự trừ khổ là con đường diệt khổ tám nhánh Bát Chính Đạo. Đối với chân lí thứ tư đạo diệt khổ, nên biết, nên tu trì.

Không hiểu Tứ Diệu Đế ngọn ngành là Vô minh (si).

III)- Nhận chân Bốn Diệu Đế

Người nào đối với khổ đã hiểu biết, đối với nguyên nhân gây ra khổ đã biết đoạn trừ, đã biết tu, đã biết chứng, Người ấy không còn chướng ngại nào cả. Năm hạ phần kết sử đã lìa đã đoạn, năm hạ phần kết sử là tham dục, sân hận, thân kiến (chấp ta), giới thủ (chấp giữ 6 căn, 6 trần, 6 thức, căn dính mắc trần như mắt ưa sắc đẹp, tai thích nghe lời hay v.v…), và nghi ngờ đã trừ, đã biết hết sạch. Người ấy bình trị thành hào, nghĩa là hào sâu "vô minh" đã dứt, đã biết không còn. Người ấy vượt qua các hiểm nạn, nghĩa là vượt qua khổ sinh tử không bờ mé. Người ấy được gọi là Hiền Thánh dựng ngọn cờ chính pháp. Người ấy đã giải thoát hết phược (ràng buộc), nghĩa là đã đoạn tận ái, đã biết ái bị tiêu diệt; đã biết ngã mạn đoạn trừ không còn manh giáp.

Vì thế, đối với Tứ diệu đế phải khởi tâm muốn quán sát, nỗ lực tinh tấn học để biết như thật về Bốn thánh đế.

Vì sao? Vì được làm kiếp người rất khó. Ví như con rùa trong biển lớn, và một khúc cây trôi nổi trên mặt biển, cứ 100 năm con rùa nổi lên một lần, cho tới khi nào rùa gặp được khúc cây là được tái sinh làm người. Tuy là khó khăn nhưng còn có thể gặp được, còn kẻ phàm phu

ngu si trôi nổi, tạm được thân người còn khó hơn việc rùa gặp khúc cây nổi!

Vì sao như thế? Vì hầu hết các chúng sinh không làm các việc lành, không chân thật từ ý nghĩ, lời nói, đến việc làm, thực hành không chân thật, giả dối, bôi bác, che đậy. Kẻ mạnh hiếp kẻ yếu, sát hại lẫn nhau, xoay vần tạo ra vô lượng điều ác.

Bởi thế, đối với Khổ thánh đế chưa hiện quán (chưa thấy hiện tỏ rõ ràng trước mắt). Vậy nên siêng năng tinh tấn khởi ý muốn tu học hiện quán để thấy biết rõ ràng như thật.

Không nên suy tư những việc thế gian. Vì sao? Ví như thời xưa có một người đến bờ ao ngồi suy nghĩ về việc đời. Trong lúc đang suy nghĩ, người ấy bỗng nhiên thấy bốn thứ quân binh: voi, ngựa, binh, xe vô số, tất cả ở trong lỗ của ngó sen, người ấy thấy rồi liền nghĩ: ”Ta đã mất trí, điên cuồng tâm trí, điều thế gian không có mà nay ta thấy như thế!”. Nhưng thực ra, người ấy không phải điên cuồng mất tâm tính, mà người ấy thấy chân thật. Vì sao như thế? Vì lúc ấy, các vị Trời đang đánh nhau với các vị Thần (A tu la) cách bờ ao không xa. Các vị Trời thắng, còn các vị Thần thua, bại trận, chạy trốn, ẩn núp vào ngó sen trong ao.

Do đó, hãy cẩn thận, chớ nên suy nghĩ việc thế gian, vì chẳng có lợi ích về nghĩa, về pháp, về phạm hạnh (phạm: khuôn phép, hạnh: tốt đẹp); chẳng phải trí, chẳng phải giác, chẳng phải đưa đến Niết Bàn. Nên tư duy, suy nghĩ Bốn thánh đế.

Nên chuyên cần thiền định, tĩnh lặng nội tâm, khi đã thành tựu nội tâm tĩnh lặng, thì khổ hiển hiện như thật, nguyên nhân gây ra khổ hiển hiện như thật, khổ diệt đạo hiển hiện như thật.

Nên tu học, siêng năng thiền quán, vì số chúng sinh đối với Tứ diệu đế biết như thật qúa ít ỏi, ví như một nắm đất trong tay đối với đất của qủa địa cầu. Vì số Người và Trời chết được sinh làm người ít như một cục đất so với đại địa này, còn số Người và Trời chết đi sinh vào Súc sinh, Ngạ qủy, Địa ngục, nhiều như đại địa này.

Tại sao thế? Vì số người không sát sinh (cả trực tiếp lẫn gián tiếp), không trộm cắp (theo đúng ý nghĩa của nó), không tà dâm, không nói dối, nói ác, không tham lam, không sân giận, hận thù, không uống rượu say sưa v.v…, ít như hòn đất trong tay so với số người làm việc ác không giữ gìn năm giới nhiều như đất của cả đại địa này.

Ở ba đường ác (Súc sinh, Ngạ qủy, Địa ngục) không có pháp để học, nên khi nào hết nghiệp báo ác trong nhiều kiếp mới được trở lại cõi người, làm người ngu tối bần tiện nghèo nàn.

Bởi vậy, để được an vui đời này và đời sau, nên tu thiền quán về Bốn thánh đế, đồng thời giữ gìn năm giới cho người Phật tử vừa nêu trên. Đối với tất cả khổ, sinh, già, bệnh, chết, yêu phải chia ly, ghét phải hội ngộ, mong cầu chẳng được v.v… đều thấy biết như thật; quán sát “ngũ dục” (sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, vị ngon, xúc chạm) giống như hầm lửa. Sau khi thấy năm dục như thế rồi, tâm không còn bị tham dục, tham ái, tưởng nhớ hoành hành nữa, không còn bị các việc của thế gian lọt vào tâm nữa, như vậy mới dễ dàng nên việc được.

Tóm lại, muốn hết khổ được vui, muốn ra khỏi sinh tử luân hồi, đạt cứu cánh Niết Bàn, phải biết như thật đối với đạo diệt khổ, nghiã là phải tu theo con đường diệt khổ tám nhánh “Tám Chính đạo” .,.

Tám Chính Đạo

(Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 784, 785, 789 từ trang 97 đến trang 112. Trung A Hàm quyển 4 từ trang 215 đến 223, Đức Phật và Phật Pháp từ trang 328 đến 338. Phật Học Phổ Thông quyển 3)

I)- Tám chính Đạo là gì?

Tám Chính Đạo là con đường giải thoát khỏi khổ, gồm có tám nhánh là Chính kiến, Chính tư duy, Chính ngữ, Chính nghiệp, Chính mệnh, Chính tinh tấn, Chính niệm, Chính định. Thiếu một trong tám nhánh không thành Bát chính đạo. Bát chính đạo còn được gọi là Tám thánh đạo.

Bát chính đạo là con đường dẫn đến Niết Bàn, nhưng cũng có ý nghĩa rằng Bát chính đạo là để giải thoát khỏi vô minh, để giác ngộ tính "không", thể tính của mọi sự. Chúng ta lần lượt phân tích để quán sát từng nhánh của Tám thánh đạo.

II)- Phân tích Tám Chính Đạo:

1)- Chính kiến:

Thế nào là Chính kiến? Là thấy có thiện nghiệp ác nghiệp, thiện báo ác báo, có đời này đời sau; là thấy đúng, thấy ngay thẳng, thấy không lệch không sai, thấy đúng sự thật. Người có chính kiến thấy như thế nào thì nhận đúng như thế ấy, không bẻ cong sự thật, không sai sự thật. Người có chính kiến không bị dục vọng thiên kiến chấp kiến làm cho sai sự thật. Vì vậy người có chính kiến nhận biết phân biệt rõ ràng đâu là chân thật, đâu là tà giả. Người có chính kiến gìn giữ một quan niệm xác đáng về Tứ diệu đế và giáo lý Vô ngã, thấy và biết như thật, đúng đắn chính xác. Có hai thứ chính kiến, hữu lậu (có ô nhiễm) và vô lậu. Chính kiến hữu lậu có chấp thủ

(giữ lấy) hướng đến đường lành. Ví như nói bố thí là việc tốt, biết bậc A la hán chẳng thụ thân sau. Chính kiến vô lậu không chấp thủ, chân chính dứt sạch đưa đến giải thoát. Ví như về khổ, về nguyên nhân của khổ, về cách diệt khổ, tư duy về vô lậu, phân biệt, suy tìm, giác tri (biết) sáng suốt, tỉnh giác quán sát để biết như thật. Đây gọi là chính kiến của bậc Thánh.

2)- Chính tư duy:

Thế nào là Chính tư duy? Là suy nghĩ chín chắn đúng với lẽ phải, suy nghĩ với mục đích đứng đắn. Người có chính tư duy suy xét về đạo lý cao siêu, suy gẫm cái đúng cái sai, cái phải cái quấy. Người có chính tư duy thường suy nghĩ về xuất ly tham dục, từ bỏ sân hận, xa lìa phiền não. Nghĩa là suy nghĩ về vô dục, không giận hờn, không buồn phiền. Người có chính tư duy suy xét về ý nghĩa của bốn chân lí đúng như thật, suy nghĩ về khổ, nguyên nhân gây ra khổ, cách diệt khổ, và con đường thực hành để diệt khổ. Tùy theo đạo lý tư duy quán sát toàn diện, điều nào nên nhớ nghĩ (niệm) thì nhớ nghĩ, điều nào nên hy vọng thì hy vọng.

Có hai cách chính tư duy: Chính tư duy hữu lậu và vô lậu. Chính tư duy hữu lậu thuộc thế tục có chấp thủ, hướng đến đường lành. Ví như tư duy về không sân hận, về vô dục, về vô hại. Chính tư duy vô lậu không chấp thủ, tư duy về khổ, tập, diệt, đạo; tư duy về tâm pháp tương ưng, không chấp trước, đo lường rành rẽ, ý hiểu chân chính dứt khổ, đưa đến giải thoát.

3)- Chính ngữ:

Thế nào là Chính ngữ? Là lời nói chân thật, thật thà, ngay thẳng công bình. Người có chính ngữ không nói sai sự thật, không nói dối, không nói xuyên tạc, không nói hai lưỡi, không nói thêu dệt, không nói ác. Ngôn ngữ

phát ra từ cửa miệng phải phù hợp với diệu hạnh, xa là bốn ác khẩu và các ác khẩu khác như nói phù phiếm, nói như điên, nói cho sướng miệng, phải đoạn trừ xa lánh không tạo tác như thế. Người có chính ngữ luôn luôn quán sát các lời nói ác của mình là đáng trách, tai họa.

Có hai loại Chính ngữ: Chính ngữ hữu lậu và vô lậu. Chính ngữ hữu lậu có chấp thủ hướng đến đường lành, nghĩa là đoạn diệt bốn ác khẩu. Chính ngữ vô lậu không chấp thủ, chân thật sạch hết khổ, tư duy về khổ, về tập, về diệt, về đạo. Lià tất cả điều ác của miệng, gìn giữ chẳng phạm, không chấp trước sự gìn giữ, chân chính dứt khổ, đưa đến giải thoát.

4)- Chính nghiệp:

Thế nào là Chính nghiệp? Là hành động chân chính đúng với chân lý và lẽ phải, tôn trọng giới luật, không làm cho người hay vật đau khổ vì mình. Người có chính nghiệp luôn luôn có ba diệu hạnh nơi thân là: Đoạn diệt sát sinh, chấm dứt trộm cắp, xa lià tà dâm. Ngoài ra, còn các ác hạnh khác của thân đều phải tránh xa, không thực hành, không tạo tác. Luôn luôn suy niệm (nhớ nghĩ) về các việc ác của thân là tai họa.

Có hai thứ Chính nghiệp: Chính nghiệp hữu lậu và vô lậu. Chính nghiệp hữu lậu có chấp thủ, hướng đến đường lành, nghĩa là không sát sinh, thôi trộm cắp, dứt tà dâm. Chính nghiệp vô lậu không chấp thủ, tư duy về khổ, về sự sinh ra khổ, về cách diệt khổ, và về con đường diệt khổ để trừ ý niệm tà nghiệp, trừ ba việc làm ác của thân, không chấp trước, cố gắng giữ gìn chẳng phạm, chân chính dứt khổ đưa đến giải thoát.

5)- Chính mệnh:

Thế nào là Chính mệnh (mạng)? Là sống bằng nghề chân chính lương thiện, không làm cho người và vật đau

khổ về nghề của mình. Người có chính mạng không làm các nghề tai hại như đồ tể, thợ săn, đánh cá, làm và buôn vũ khí, nấu, trồng, sản xuất và buôn bán rượu và ma túy. Đúng như pháp mà mong cầu, không mong cầu vô lý, không tham dục, không sinh sống bằng tà mệnh. Ngoài các việc nêu trên, còn không sống bằng nghề bùa chú, coi bói coi tướng, v.v…, biết đủ và mong cầu theo chính pháp. Tư duy suy niệm thấy các việc làm ác của thân mạng là tai họa.

Có hai loại Chính mệnh: Chính mạng hữu lậu và vô lậu. Chính mệnh hữu lậu có chấp thủ hướng đến đường lành, đúng như pháp tìm cầu công ăn việc làm mưu sinh, tìm cầu nhu yếu áo cơm. Chính mệnh vô lậu không chấp thủ, tư duy về khổ não, tập, về diệt, về đạo, tâm sạch sẽ, không chấp trước, giữ gìn chẳng phạm, chân chính sạch hết khổ, đưa đến giải thoát.

6)- Chính tinh tấn:

Thế nào là Chính tinh tấn? Là siêng năng chuyên cần, không buông lung lười biếng, phát triển nghiệp tốt tăng tiến, diệt trừ nghiệp xấu giảm thiểu. Cố gắng kham chịu, làm các việc thiện lợi không dừng nghỉ, không giảm sút. Người có chính tinh tấn luôn luôn nhớ thực hành các hạnh lành, xa lià ác hạnh, tinh cần chuyên chú, không suy thoái, qủa quyết chiến thắng thân tâm mình.

Có hai thứ Chính tinh tấn hữu lậu và vô lậu. Chính tinh tấn hữu lậu thuộc thế tục có chấp thủ, hướng đến đường lành. Muốn tinh tấn nỗ lực, bền bỉ chịu đựng, tạo tác tinh tấn chẳng dừng nghỉ. Tinh tấn vô lậu của bậc Thánh, không chấp thủ, tư duy về khổ khổ, về sự sinh ra khổ, về cách diệt khổ, về đạo diệt khổ, tâm sạch sẽ, nỗ lực chuyên cần, bền bỉ chịu đựng, tạo tác tịch tĩnh, nhiếp tâm

chẳng chịu dừng nghỉ, chân chính dứt sạch khổ đưa đến giải thoát.

7)- Chính niệm:

Thế nào là Chính niệm? Niêm nghĩa là nhớ nghĩ những điều hay lẽ phải, ghi nhớ những điều lợi mình lợi người lợi cả hai. Chính niệm là tỉnh giác về thân miệng ý, nghĩa là thuận theo nhớ nghĩ không dối không hư; thuận theo suy niệm phản chiếu niệm. Người có chính niệm liên tục nhớ nghĩ (niệm), tâm nhớ nghĩ (niệm) không dừng nghỉ xao lãng. Tỉ như suy niệm về các hành (thân làm, miệng nói, ý nghĩ) là tai họa, hoặc thấy Niết Bàn là tịch tĩnh, hoặc suy niệm về vô trước (không dính mắc) để quán sát thiện tâm giải thoát. Quán thân, thụ, tâm, pháp như thân, thọ, tâm, pháp.

Có hai thứ Chính niệm hữu lậu và vô lậu. Chính niệm hữu lậu có chấp thủ thuộc thế tục, hướng đến đường lành, như nhớ nghĩ, lại nhớ nghĩ không dối không hư. Chính niệm vô lậu của bậc Thánh không chấp thủ, tư duy về khổ, tư duy về tập, tư duy về diệt khổ, tư duy về đạo diệt khổ, tư duy về nhớ nghĩ không cấu nhiễm ô uế, nhớ nghĩ nhớ nghĩ (niệm niệm) không hư dối, đưa đến giải thoát.

8)- Chính định:

Thế nào là Chính định? Là tập trung tư tưởng về một vấn đề để nhận định rõ ràng, như tập trung tâm ý, ly dục ly pháp ác bất thiện để đạt bốn định. Nghiã là tâm không tán loạn, kiên cố nhiếp trì, lặng ngưng an trụ, nhất tâm tam muội, chuyên chú trụ thiền định.

Có hai thứ chính định hữu lậu và vô lậu. Chính định hữu lậu thuộc thế tục, có chấp thủ, hướng đến đường lành, như tâm trụ, chẳng loạn, chẳng đông. Chính định vô lậu của bậc Thánh không chấp thủ, chân chính dứt khổ, nghĩa là người ấy tư duy về khổ khổ, về tập, về diệt, về

đạo, tư duy về vô lậu, tâm pháp tương ưng, an trụ chẳng loạn, nhiếp thọ chẳng tán, lặng dừng nhất tâm tam muội, đưa đến giải thoát.

III)- Kết luận về Tám Chính Đạo

Ba Học Giới Định Huệ bao gồm hết thảy Bát Chính Đạo như sau:

- **Giới:** Gồm Chímh Ngữ, Chính Nghiệp, Chính Mệnh.
- **Định:** Gồm Chính Tinh Tấn, Chính Niệm, Chính Định.
- **Huệ:** Bao gồm Chính Kiến, Chính Tư Duy.

Hiểu biết Bát chính đạo một cách tường tận, sửa mọi lầm lạc từ ý nghĩ, lời nói, đến việc làm. Khi đã hiểu rõ ràng, đem ra áp dụng thực hành kiên cố, người ấy sẽ vươn lên khỏi đời sống tầm thường của thế nhân, đây mới là bậc chính nhân quân tử. Đối với người tu hành, sẽ đạt đến giải thoát an vui.

Ngược lại, người hướng đến tà kiến, trái ngược chính pháp, chẳng ưa chính pháp. Nếu người tà kiến, thân, miệng, ý đều như cái thấy tà của họ. Tất cả suy nghĩ, mong muốn, ước nguyện, hành động đều tùy thuộc tà kiến. Nó sẽ đưa đến qủa không ưa thích, không vừa ý, bất mãn, chống đối. Vì sao? Vì cái thấy ác nên gọi là tà kiến. Người tà kiến có thể khởi tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mệnh, tà tinh tấn, tà niệm, tà định. Người có tà kiến sẽ làm các việc tà như làm một hay cả ba điều ác về thân: sát sinh, trộm cướp, tà dâm; làm một hay cả bốn điều ác về miệng: nói dối, hai lưỡi, thêu dệt, nói ác; có một hay cả ba điều ác về ý: tham sân si. Như thế, người ấy khi chết không thể thoát khỏi sa địa ngục., .

Mười Hai Nhân Duyên

(Tăng Nhất A Hàm quyển 2 từ trang 120 đến 123, quyển 3 trang 415. Trung A Hàm quyển 1 trang 338, quyển 2 từ trang 531 đến 544, quyển 4 từ trang 457 đến 474. Trường A Hàm quyển 1 trang 471. Tạp A Hàm quyển 1 trang 511, 512, từ trang 630 đến 634., quyển 3 Kinh số 984 trang 482. Phật Hoc Phổ Thông quyển 4 từ trang 46 đến 57. Đức Phật và Phật Pháp từ trang 433 đến 450)

Quán 12 Nhân Duyên trừ si mê

I)- Nhân duyên là gì?

Nhân là nguyên nhân trực tiếp sinh ra một vật khác, như hạt lúa là nhân sinh ra cây lúa.

Duyên là trợ giúp trực tiếp hay gián tiếp cho một vật khác được thành, như đất nước ánh sáng không khí nhân công v.v… là trợ duyên cho hạt lúa thành cây lúa. Vậy nhân duyên là chỉ các sự việc làm nhân và cũng là trợ lực trợ duyên cho nó được thành. Mọi sự vật trong vũ trụ không thể đứng riêng một mình mà có được, mà phải nương vào nhau, từ vật nhỏ đến vật lớn, từ vật hữu hình đến vô hình, đều do nhân duyên mà có (chư pháp tùng duyên sinh).

Nhân duyên còn chỉ các vật đều là nhân, các nhân đó duyên với nhau mà thành ra vật khác, như gạch ngói xi măng gỗ nhân công v.v… là nhân, các nhân này duyên với nhau mà thành cái nhà chẳng hạn. Các pháp (các vật) trùng điệp làm nhân duyên cho nhau mà thành vật khác, như xi măng là do người ta làm bột vôi trộn với bột đất sét v.v… mà thành, vôi là do người ta nung đá mà thành v.v…Vạn pháp (vạn vật) trong vũ trụ trùng trùng điệp

điệp làm nhân làm duyên cho nhau mà thành ra vật nọ vật kia như thế (vạn pháp trùng trùng duyên khởi). Con người cũng là một vật trong vũ trụ, nên cũng không ra ngoài nguyên tắc ấy.

Tóm lại, pháp duyên khởi là đây có nên kia có, đây khởi nên kia khởi, như duyên Vô Minh có Hành, duyên Hành có Thức, duyên Thức có Danh Sắc, duyên Danh Sắc có Lục Nhập, duyên Lục Nhập có Xúc, duyên Xúc có Thụ, duyên Thụ có Ái, duyên Ái có Thủ, duyên Thủ có Hữu, duyên Hữu có Sinh, duyên Sinh có Già Chết.

II)- Con người chuyển biến như thế nào?

Muốn biết con người chuyển biến như thế nào, Phật Giáo có thuyết "Mười Hai Nhân Duyên" Để hiểu vấn đề chuyển biến luân hồi sinh tử, chúng ta phân tích lần lượt:

01)- Vô minh: Vô minh là gì? Có nhiều nghĩa giải thích cho nhân duyên "vô minh".

- Vô minh là không biết như thật, không tỏ ngộ chân tâm, không thấy Phật tánh của mình.
- Vô minh là không biết chân thật về mọi sự việc, thật cho là giả, giả cho là thật, phân biệt chấp mình, chấp người, chấp mọi sự trên đời.
- Vô minh là tối tăm, mê mờ**, ngu si**, không biết nghiệp báo lành ác, nên khởi **tham lam, sân hận**, do đó phiền não khổ đau sinh ra. Vô minh là không biết Khổ, không biết nguyên nhân gây ra khổ, không biết diệt khổ, không biết Đạo.

02)- Hành: Là làm, tạo tác. Vì vô minh, con người suy nghĩ, nói năng, hành động lành dữ gọi là "hành". Khi con người suy nghĩ, nói năng, hành động thiện ác là đã tạo ra cái nghiệp tương ưng tốt xấu. Cái nghiệp tương ưng ấy

huân tập vào thức thứ tám gọi là A Lại Đa Thức của mỗi người thành "nghiệp thức" phải mang.

03)- Thức: Là tám thức: Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỵ thức, Thiệt thức, Thân thức, Ý thức, Mạt Na thức, và A Lại Đa thức. A Lại Đa ghi nhận cất giữ tất cả các dữ kiện lành ác do Mạt Na thức mang vào, gọi là Thần thức, thức thiện ác hay Nghiệp thức thuộc tinh thần. Khi chết, Thần thức đi lãnh qủa báo khổ hay vui ở đời sau, nghĩa là sẽ đi huân tập nhập vào nguồn sống mới, tức là vào trong bụng mẹ để bắt đầu một cuộc sống khác gọi là Tâm thức.

04)- Danh Sắc: Tại môi trường sống mới, Tâm thức (không có hình tướng) cùng tinh huyết nhục thể gọi là "Sắc" (vật chất) hòa hợp nên có "Danh Sắc", Danh là tên gọi của Tâm thức gồm "Thụ, Tưởng, Hành, Thức", Sắc là nhục thể mới gồm bốn đại "Đất, Nước, Gió, Lửa", hai thứ tinh thần và thể chất hòa hợp với nhau là Danh Sắc.

05)- Lục Nhập (Lục xứ): Gọi là sáu chỗ vào. Từ Danh Sắc dần dần thành thân thể có sáu nội nhập xứ "sáu căn" (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý), là chỗ đến của "sáu trần" (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) nên gọi là chỗ "sáu nhập". Ở trong bụng mẹ phát triển đầy đủ tất cả bộ phận.

06)- Xúc: Là tiếp xúc. Khi đủ ngày tháng ra khỏi bụng mẹ, lớn dần lên, sáu căn tiếp xúc sáu trần, như mắt thấy cảnh, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân tiếp xúc bên ngoài, ý tiếp xúc pháp trần (pháp trần là các sự kiện đã được năm căn trên tiếp nhận).

07)- Thụ: Là lãnh thọ. Có ba loại thụ là thụ khổ, thụ vui, thụ không khổ không vui. Khi lớn dần lên tiếp xúc sáu trần sinh ra phân biệt, đó là "cảm thọ" mắt thấy cảnh đẹp xấu, tai nghe tiếng thấy hay dở, mũi ngửi mùi thấy

thơm thối tanh hôi, lưỡi nếm vị thấy mặn nhạt, ngọt bùi, đắng cay, thân tiếp xúc thấy nóng lạnh, êm nhám cứng mềm, ý nghĩ muôn vật khác biệt. Khi tiếp xúc rồi sẽ lãnh thọ những cảnh vui buồn, sướng khổ hay bình thường không vui buồn không sướng khổ.

08)- Ái: Là yêu thích. Có dục ái, sắc ái, và vô sắc ái. Lúc cảm thọ, sinh ra ưa thích hay không thích, đó là "ái ố", yêu ghét. Khi thọ vui sướng ưa thích, sinh tham muốn làm sao cho được, khi thọ buồn khổ ghét chê sinh giận hờn, tìm cách gạt bỏ. Đây là động cơ thúc đẩy "ý khẩu thân" tạo nghiệp.

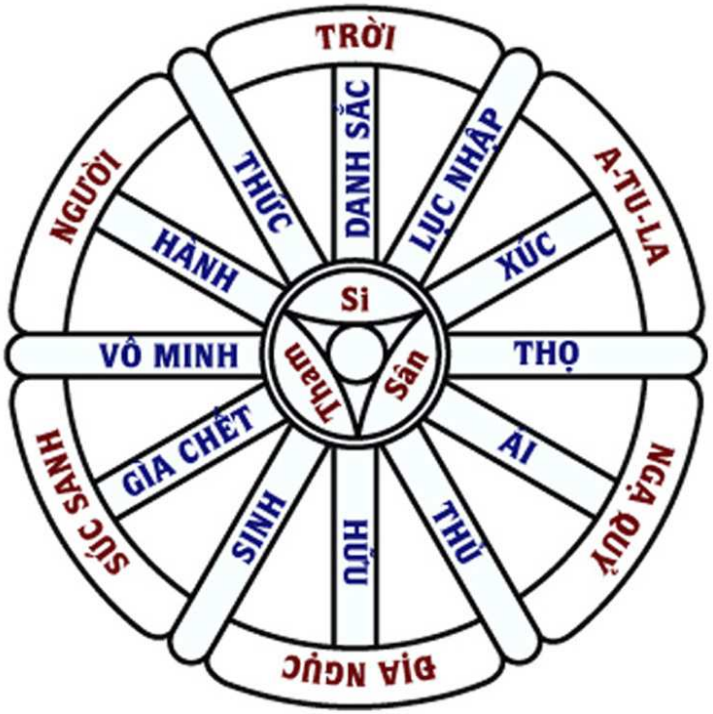
09)- Thủ: Là giữ lấy. Vì tham ái nên tìm cầu nắm lấy giữ lấy cái ưa thích, chấp đắm ghi nhớ mãi không quên gọi là "thủ", và ghét bỏ nhớ mãi cái không ưa cũng gọi là thủ. Mục đích của thủ là cố tìm phương này kế nọ để thỏa mãn cho bản ngã yêu ghét của mình, do đó mà tạo ra nghiệp. Có bốn loại thủ là dục thủ, kiến (thấy) thủ, giới (6 căn dính mắc 6 trần,) thủ, và ngã (chấp ta) thủ.

10)- Hữu: Là có. Nghiệp sẽ chiêu cảm qủa báo sau này nên gọi là "hữu", tức là "có" cái nhân lành dữ cho kiếp sau, gồm có ba loại hữu là dục hữu sắc hữu vô sắc hữu.

11)- Sinh: Là sinh ra. Đã có "hữu" là cái hạt mầm, hết đời này thế nào cũng "sinh" ra ở kiếp sau, tùy theo nghiệp lành ác mà được sinh đến một trong sáu cõi: Trời, Thần, Người, Ngạ Qủy, Súc Sinh, Địa Ngục để lãnh qủa báo lành hay dữ. Như vậy nếu mỗi chúng sanh có một thân, các loài trải qua sự hòa hợp sinh ra được ấm (Sắc, thụ, tưởng, hành, thức), được giới (gồm tứ đại đất nước gió lửa), được nhập xứ (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý), được mệnh (có sự sống).

12)- Già Chết: Mọi người khi già tóc bạc, răng rụng, khí lực hao mòn, các căn rã rời, tay chân yếu kém, lẩm cẩm, lú lẫn, làm việc gì cũng khó khăn mệt mỏi, đó là già. Khi một hơi thở ra không thở vào nữa thì mạng sống chấm dứt, hơi ấm không còn, thân hư hoại, đó là chết. Khi đã sinh phải "già chết", dù ở cõi nào cũng vậy.

Tóm lại, có cái này thì có cái kia. Không có cái này thì không có cái kia, nếu vô minh diệt thì hành diệt, hành diệt thì thức diệt, thức diệt thì danh sắc diệt, danh sắc diệt thì lục nhập diệt, lục nhập diệt thì xúc diệt, xúc diệt thì thụ diệt, thụ diệt thì ái diệt, ái diệt thì thủ diệt, thủ diệt thì hữu diệt, hữu diệt thì sinh diệt, sinh diệt thì già chết diệt.



Trong 12 nhân duyên chia ra như sau:

- Hai nhân duyên Vô Minh và Hành thuộc về đời qúa khứ vì mê lầm mà tạo nghiệp nhân.

- Năm nhân duyên Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thọ là năm qủa hiện tại nhận lãnh do nhân qúa khứ gây ra.
- Ba nhân duyên Ái, Thủ và Hữu là nhân đời hiện tại tạo nghiệp cho qủa ở kiếp sau, đó là hai nhân duyên Sinh và Già Chết.

Như thế, từ nhân đời qúa khứ (Vô minh, Hành) sang qủa đời hiện tại (Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thụ), trong khi gặt qủa đời hiện tại lại tạo nhân (Ái, Thủ, Hữu) cho qủa đời tương lai (Sinh, Già Chết). Ba đời cứ thế nối tiếp mãi không ngừng, như một bánh xe quay tròn mãi mãi. Nhưng việc luân hồi không phải chỉ ở cõi Người mà tùy theo nghiệp thức dẫn dắt, nếu làm lành được hưởng sinh trở lại cõi Người, cõi Trời hay cõi Thần, nếu làm ác, bị nghiệp kéo xuống Địa Ngục, Ngạ Qủy hay Súc Sinh.

Vô minh thuộc về mê "Hoặc" (hoặc là nghi ngờ, lừa dối, mê loạn). Hành thuộc về tạo "Nghiệp" (thiện, ác). Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thụ thuộc về qủa "Khổ". Ái thuộc về mê "Hoặc". Thủ, Hữu thuộc về tạo "Nghiệp". Sinh, Già Chết thuộc về qủa "Khổ".

Nếu người nào đối với pháp (hữu vi) không biết như thật, không biết như thật pháp tập (sinh ra), không biết như thật pháp diệt, không biết như thật pháp diệt đạo tích (con đường đạo), người ấy chẳng thể tự thấy pháp, chẳng tự biết như thật đối với sự Già Chết, cách diệt Già Chết, con đường đạo để ra khỏi Già Chết.

Cũng như vậy người ấy không biết như thật đối với "Sinh, hữu, thủ, ái, thụ, xúc, sáu nhập, danh sắc, thức, hành , vô minh"

III)- Làm sao chấm dứt sinh tử?

Muốn chấm dứt sinh tử luân hồi, phải diệt trừ "Vô minh" bằng cách quán sát và thực hành, chúng ta phân tích các phương pháp lần lượt từ dễ đến khó dưới đây:

1)- Diệt Vô minh cành ngọn (chi mạt vô minh):

Có 2 cách về "sự" và về "lý":

1- Về Sự (Sự việc làm):

Hành giả diệt tham Ái, không còn Ái sẽ không có Thủ, không còn Thủ sẽ không có Hữu, không còn Hữu sẽ không có Sinh Già Chết nữa. Kinh ghi: "Hữu ái sinh ưu, hữu ái sinh úy, vô sở ái nhạo hà ưu hà ưng?" Tức là có tham yêu nên mới lo mới sợ, không tham yêu lo sợ nỗi gì? Vì khi đối cảnh sinh tâm tham muốn (ái), nên chọn lựa giữ lấy (thủ), nên mới tạo nghiệp (hữu), do đó phải chịu sinh tử luân hồi. Nếu không tham muốn (không ái) sẽ chẳng lựa chọn chấp giữ (không thủ), vì không chấp thủ nên không tìm cầu tạo nghiệp (không hữu), không còn tạo nghiệp nên không còn sinh tử luân hồi.

Trong Tạp A Hàm, quyển 3, Kinh số 984 trang 482 ghi: Đức Phật ngự tại vườn Cấp Cô Độc, khi ấy Ngài dạy về "Ái" và nói như sau: "Hôm nay ta nói ái là lưới, là chất keo, là dòng suối, là rễ sen; những thứ này hay chướng ngại, che lấp, dính chặt, giữ chặt, che phủ, đóng kín, bế tắc, tối tăm, như cỏ rối, như chỉ rối, từ đời này sang đời khác, lưu chuyển qua lại, không lúc nào ngừng.

Tại sao ái là lưới, là chất keo . . . không lúc nào ngưng chuyển qua lại? Vì có ái nên có ngã có ta, tham muốn ta, ta như vậy, có ta, không ta, giống ta, hợp với ta, yêu ta, thuận ta, ham muốn ta, chẳng hợp với ta, khác ta, chống lại ta, ghét ta, hoặc ta như vậy, hoặc khác, hoặc đúng, hoặc sai. Như thế 18 ái hành bên trong phát khởi, cho đến 18 ái hành từ bên ngoài khởi lên, cộng lại là 36 ái hành. Lại nói qúa khứ khởi, tương lai khởi, hiện tại khởi, như thế công lại thành 108 ái hành. Thế nên ái gọi là lưới, là chất keo, . . . cần phải dứt, phải lià, phải đoạn, để được tâm giải thoát, tuệ giải thoát".

Tóm lại, hết mê Hoặc (hết Ái) Nghiệp chẳng còn (hết Thủ, Hữu), Nghiệp chẳng còn Khổ cũng hết (hết Sinh, Già Chết).

Tu là từ Xúc Thọ phải để ý giữ gìn, ít tiếp xúc, khi thọ không phân biệt chấp trước này nọ, không để sự yêu ghét của Ngũ Dục (Sắc đẹp, Thanh hay, Hương thơm, Vị ngon, Xúc cảm khoái), Bát Phong (Tám thứ gió là được mất, hơn thua, vinh nhục, khen chê, vui buồn) làm chủ tâm mình. Nghĩa là không còn vướng mắc tham, sân (giận thù), tật đố (ganh tị), không còn chấp ngã (cái ta) nhân (người này khác người kia) chúng sinh (đối xử với các loài khác nhau) thọ giả (cho đời sống có thật, lâu dài), không còn bị năm Uẩn là sắc (do bốn đại đất nước gió lửa làm thành), thụ hay thọ (là cảm giác), tưởng (là nghĩ, nhớ), hành (là ý muốn), và thức (thức của sáu giác quan là nhãn thức, nhĩ thức, tị thức, thiệt thức, thân thức và ý thức) chi phối tâm mình, tức là không để Ái hoành hành nữa. Ái đã không có thì Thủ cũng không, Thủ đã không thì không có Hữu, đã không Hữu làm gì còn mầm để Sinh, tức là ra khỏi sinh tử luân hồi vậy.

Đức Phật còn chỉ cách để biết như thật của mỗi chi phần trong mười hai nhân duyên. Đó là biết như thật rằng có Sinh nên có Già Chết, không có Sinh làm gì có Già Chết. Đạo để đưa đến hết Già Chết là "Tám Chính Đạo". Tám Chính Đạo là Chính Kiến (thấy đúng), Chính Trí (suy nghĩ đúng), Chính Ngữ (nói đúng), Chính Nghiệp (không tạo nghiệp ác), Chính Mạng (không hành nghề tà), Chính Tinh Tấn (không lười biếng), Chính Niệm (liên tục không quên), Chính Định (tâm không tán loạn). Già Chết diệt hết do Tám Chính Đạo. Già Chết diệt thì Vô minh diệt, Vô minh diệt thì Hành diệt, Hành diệt thì thức diệt, Thức diệt thì Danh Sắc diệt, Danh Sắc diệt thì

Lục nhập diệt, Lục nhập diệt thì Xúc diệt, Xúc diệt thì Thụ diệt, Thụ diệt thì Ái diệt, Ái diệt thì Thủ diệt, Thủ diệt thì Hữu diệt, Hữu diệt thì Sinh diệt, Sinh diệt thì Già Chết diệt. Như thế ra khỏi sáu cõi nhập Niết Bàn.

2- Về Lý (nghĩa lý): Dùng lý lẽ, thấy các sự vật chỉ do nhân duyên hòa hợp mà có chứ không phải thật mà là giả (không Hữu). Vì các vật không thật nên không chấp giữ chặt lấy (không Thủ). Đã không chấp Thủ, không còn ham muốn (không Ái). Nếu ba cái "Ái Thủ Hữu" đều không cả, thì cái qủa "Sinh, Già Chết" cũng chẳng có nữa. Như vậy chẳng phải ra ngoài vòng sinh tử luân hồi sao? Cách quán và thực hành về Lý này cao hơn và khó thực hành hơn cách quán và thực hành về Sự ở trên.

2)- Diệt vô minh căn bản (căn bản vô minh):

Là diệt tận gốc rễ của sinh tử, có hai cách:

1- Bậc thượng căn dùng trí Bát Nhã phá trừ vô minh để trở về với bản thể chân tâm, như Bát Nhã Tâm Kinh Phật nói: "Ngài Quán Tự Tại Bồ Tát sau khi đi sâu vào trí huệ Bát Nhã soi thấy năm Uẩn đều không liền qua tất cả khổ nạn". Bậc Bồ Tát thấy rõ do vô minh mê mờ vọng động mà có thế giới vũ trụ, chúng sinh ngã pháp, nên các ngài dùng trí Bát Nhã phá trừ "sinh tướng vô minh" để trở về với bản thể chân tâm. Khi đã ngộ được chân tâm rồi thì sinh tử luân hồi phải diệt. Cách này chỉ Bậc thượng căn mới làm được.

2- Cũng có thể tu thiền định lần hồi tiến tới địa vị Đẳng giác Bồ Tát, dùng Kim cương trí mới phá trừ được "sinh tướng vô minh", chứng qủa Diệu giác (qủa Phật). Cách này cũng khó thực hiện vô cùng, và phải trải qua nhiều đời nhiều kiếp lâu dài.

IV)- Mười hai nhân duyên là diệu pháp.

Đức Phật dạy về diệu pháp thù thắng như sau:

Người thế gian thường điên đảo nương vào hai bên hoặc "có" hoặc "không". Họ bám lấy các cảnh giới, tâm liền dính mắc với cảnh giới. Nếu không dính mắc tức không thọ, không ái, không thủ, không chấp nơi ngã, không chấp nơi ta, lúc cái khổ này sinh là khổ sinh, lúc cái khổ này diệt là khổ diệt, chứ đâu có dính líu gì. Đối với điều này không nghi không mê lầm, không do người khác mà tự mình biết được. Đây gọi là chính kiến. Vì sao? Vì người nào hay quán sát như thật về thế gian về nguyên nhân của thế gian (thế gian tập), thì không sinh kiến chấp cho thế gian là "không". Ai hay quán sát thế gian không trường tồn (thế gian diệt), thì không sinh kiến chấp cho thế gian là "có". Nếu xa lìa hai bên (nhị biên) "có, không", tức là nói trung đạo, nghiã là: Cái này có nên cái kia có, cái này sinh nên cái kia sanh. Nghiã là do duyên vô minh nên có hành, do duyên hành nên có thức, do duyên thức nên có danh sắc, do duyên danh sắc nên có sáu xứ (lục nhập), do duyên sáu xứ nên có xúc, do duyên xúc nên có thụ, do duyên thụ nên có ái, do duyên ái nên có thủ, do duyên thủ nên có hữu, do duyên hữu nên có sinh, do duyên sinh nên có già bệnh, buồn, khổ, chết. Nói là cái này không nên cái kia không, cái này diệt nên cái kia diệt. Nghiã là vô minh diệt nên hành diệt, hành diệt nên thức diệt, thức diệt cho đến sinh già bệnh khổ chết diệt.

Nếu hỏi: "Ai già chết? Già chết thuộc về ai?" Nếu có người trả lời: "Ta già chết, già chết thuộc về ta, già chết là ta", và rằng: "Mệnh tức là thân, hoặc nói mệnh khác thân khác". Đó chỉ là một nghiã mà nói có các thứ, thì phạm hạnh (khuôn mẫu tu hành) kia không có. Đối với

hai bên, tâm chẳng theo, chính hướng trung đạo, bậc Hiền thánh chính kiến như thật chẳng điên đảo.

Nếu lại hỏi: "Cái gì là hành? Hành thuộc về ai?" Nếu có người trả lời: "Hành là ta, hành là cái của ta, ta là người hành". Như thế, mệnh tức là thân, hoặc nói mệnh khác thân khác. Kẻ thấy mệnh tức là thân, thì phạm hạnh (khuôn mẫu) không có. Kẻ thấy mênh khác thân khác, phạm hạnh cũng không có luôn. Lià hai bên, chính hướng trung đạo, bậc Hiền thánh thấy như thật chính kiến chẳng điên đảo. Đó gọi là vô minh duyên hành, nếu lià ái dục, lià vô minh rồi thì "minh" sanh, còn ai già chết? Già chết thuộc về ai? Già chết đã dứt, làm gì còn đời vị lai nữa? Đó gọi là "Đại Không Pháp"

V)- Kết luận về 12 nhân duyên:

Nếu người nào quán sát mười hai nhân duyên và thực hành tới đích sẽ thành đức Duyên Giác. Thời không có Phật hay không có ảnh hưởng giáo hóa của Phật, người tự tu hành mười hai nhân duyên được ngộ đạo, những vị ấy thường được gọi là bậc "Độc Giác", nghĩa là tự nghiên cứu tu mà giác ngộ.

Qủa vị Duyên Giác và qủa vị A La Hán như nhau, nhưng về trí huệ và thần thông, qủa Duyên Giác cao hơn qủa A La Hán. Tuy nhiên, qủa vị Duyên Giác kém qủa vị Phật.

Theo Bộ Trường A Hàm, quyển 1 trang 471 viết: Có một lần, tại xứ Kiếp ma sa thuộc nước Câu lưu sa, đức Phật giảng thuyết Mười hai nhân duyên cho đại chúng nghe, sau khi nghe xong, Tôn giả A Nan, Thị giả của đức Phật từ chỗ ngồi đứng lên vái Phật rồi thưa:

- Đức Thế Tôn vì đại chúng nói pháp nhân duyên sâu xa, nhưng con thấy không có nghĩa sâu xa gì cả.

Đức Phật bảo:

-Thôi, thôi, A Nan! Chớ khởi nghĩ như vậy, vì sao? Pháp mười hai nhân duyên rất sâu xa, khó thấy khó biết, cho đến hàng chư Thiên, Thiên Ma, Phạm Thiên, Sa Môn, Bà La môn. Những người chưa thấy pháp nhân duyên mà muốn suy lường phân biệt nghĩa lý của nó đều bị hoang mang, không thể thấy nổi. Cũng không phải chỗ hiểu của người thường được.

Này A Nan, duyên thụ mà có ái nghĩa là thế nào? Là giả dụ chúng sinh không có thọ vui, thọ khổ, thọ không vui không khổ thì có ái không?

- Thưa không.

- A Nan nên biết, nhân ái có mong cầu, nhân mong cầu có lợi dục, nhân lợi dục có đắm trước, nhân đắm trước có tật đố, nhân tật đố mà có thủ. Ta nói nhân ái có thủ. Nghĩa ta nói sâu xa là ở đó. . .

Chúng sanh không hiểu pháp Mười hai nhân duyên, bị lưu chuyển trong sinh tử không có ngày ra khỏi, thảy đều mê lầm. Không biết từ đời này qua đời sau, từ đời sau qua đời sau nữa, vĩnh viễn ở trong phiền não, muốn ra rất khó. Ta ban đầu mới thành đạo, suy nghĩ về "Mười hai nhân duyên", hàng phục ma quân và quyến thuộc của ma. Do trừ "vô minh" mà được "tuệ minh", vĩnh viễn diệt trừ các tối tăm, không còn trần cấu, lậu tận.

A Nan! Khi ta ba phen chuyển, nói pháp mười hai nhân duyên này, nhiều người liền được thành đạo Vô Thượng. Do phương tiện này nên biết pháp "Mười hai nhân duyên rất sâu xa, không phải người thường có thể tuyên nói được. Bởi thế nên nhớ phụng trì pháp Mười hai nhân duyên này., .

Quán sát thân bất tịnh

(Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 809 từ trang 131 đến 135, quyển 4 Kinh số 1165 trang 215. Phật Học Phổ Thông từ trang 23 đến 30)

Quán thân dơ bẩn trừ ham sắc dục

I)- Quán sát thân bất tịnh là gì?

Là quán chiếu quan sát phân tích tỉ mỉ thân người không sạch sẽ, không đẹp đẽ, cũng chẳng thơm tho, mà ngược lại, thân người dơ bẩn khó coi, hôi hám thối tha.

II)- Tại sao lại phải quán thân bất tịnh?

Hầu hết mọi người đều lầm tưởng cho rằng thân người là sạch sẽ đẹp đẽ thơm tho dễ thương đáng yêu. Nên đối với bản thân mình giữ gìn nâng niu, lo ăn lo mặc, tìm đủ cách để bồi đắp phục vụ cái thân. Không từ bỏ một hành vi xấu nào, bất chấp mọi thủ đoạn tàn ác vì mục đích phụng dưỡng nó. Đối với người khác phái, say mê đắm đuối, tìm đủ cách để chinh phục đoạt cho kỳ được. Vì sự đánh giá sai lầm giá trị cái thân thể mình, và sự tham đắm sắc thân người không đúng sự thật, nên cuộc đời đã xấu xa lại càng tồi tệ hơn. Đây là hậu qủa tai hại của sự chấp ngã (chấp cái ta) chấp nhân (chấp người), cần phải quán thân bất tịnh để phá tư tưởng chấp ngã nhân.

Muốn biết thân người bất tịnh như thế nào, đức Phật dạy chúng ta quán sát từ lúc thụ thai tới lúc chết, thân người đều không sạch, có ba giai đoạn quán thân bất tịnh:

1)- Quán hột giống và chỗ ở không sạch (Chủng tử, trụ xứ bất tịnh):

Là quan sát hạt giống yếu tố nguyên nhân đầu tiên của sự sinh ra thân người, chủng tử của thân mạng gồm hai

phần tinh thần và vật chất. Phần tinh thần gọi là "thần thức" hay "nghiệp thức" hay "thức thiện ác" của ý khẩu thân đã chứa trong "tàng thức" (A lại đa thức) của mỗi người mà người đời không hiểu gọi là "linh hồn". Khi con người chết đi, nghiệp lực dẫn dắt đi tái sinh tùy theo nghiệp đã tạo thiện hay ác mà được đến chỗ tốt hay xấu, nó là "sinh lực" và là "chủ nhân" của loài hữu tình.

Cái tàng thức hay thần thức này không trong sạch vì nó là kết tinh của đủ thứ tham sân tà kiến, yêu ghét, ác độc, nên nó xấu xa nhiễm ô bất tịnh. Đã bất tịnh thì phải tìm bạn bất tịnh mà kết giao cho cuộc sống mới, nên mới tìm gá với, hòa duyên vào chỗ bất tịnh là tinh cha huyết (trứng) mẹ, tức là gá hòa vào cái thai mới kết tụ vậy. Tinh huyết là chất hôi tanh không thơm trong cơ thể con người.

Cái thai nhơ nhớp dơ bẩn, kẻ dơ bẩn phải ở chỗ không sạch, cái thai phải nằm trong cái bọc như trong ngục tối tăm. Cái thai phải nằm trong bào thai co quắp đầm mình trong nước máu nhớt hôi tanh trong suốt chín tháng mười ngày mới thoát ra được. Khi ra, có khi gặp khó khăn, ra ngang ra ngược, có khi phải mổ thân mẹ để lấy ra, có khi bị ngộp thở, bởi vậy vừa ra khỏi bụng mẹ liền khóc thét lên "khổ qúa! khổ qúa!".

Như vậy mầm sống đầu tiên của con người từ tinh thần đến thể chất đều không sạch, lại sống trong chín mười tháng ở nơi tối tăm dơ bẩn như thế. Quán sát rõ ràng rồi sẽ dẹp lòng kiêu căng về con người sạch sẽ đẹp đẽ thơm tho, dẹp lòng tham đắm say mê sắc thân người khác.

2)- Quán bản chất thân và thân sinh ra chất không sạch (tự thể, tự tướng bất tịnh):

Về tự thể bản chất thân người vốn cấu tạo bằng những chất không sạch. Lấy thí dụ "tóc", mọi người cho là đẹp,

nhưng nếu không chăm sóc cắt tỉa uốn chải tắm gội xoa nước hoa dầu thơm thì làm gì có mùi thơm mà ngược lại có mùi hôi nồng nặc làm chỗ cho loài chấy rận sinh sống, Lúc ấy đầu tóc rối bù hôi hám như tổ cú, thử hỏi có ai yêu thích đắm say được nữa không? Khi đem lột da mặt của một người, ta thấy thịt máu bầy nhầy trông phát khiếp sợ, có ai mê được cái mặt ấy nữa hay không? Thật khủng khiếp khi thấy một tai nạn làm vỡ bể đầu một người, lúc ấy máu chảy óc lòi ra thật là dễ sợ. Những chất trong con người chẳng có cái gì đẹp đẽ thơm tho cả.

Thân sau khi ra khỏi bụng mẹ, bắt đầu cuộc sống mới với sáu căn mắt tai mũi lưỡi thân ý điều hòa với các bộ phận trong người thường tiết ra những chất dơ bẩn, mà ai cũng thấy là không sạch, ghê tởm cần phải tránh xa.

1- Về mắt: Hai mắt tiết ra chất nhử hay ghèn phải lau rữa, nếu người nào có một cục nhử ở khóe mắt, người khác trông thấy sẽ ghê tởm xa lánh.

2- Về tai: Hai lỗ tai lại tiết ra chất dơ khác gọi là ráy tai, ráy tai khô còn đỡ, nếu ráy tai ướt có mùi hôi gọi là thối tai, chẳng ai muốn gần người thối tai.

3- Về mũi: Hai lỗ mũi thường hay chảy nước, có khi đặc sệt xì ra coi khiếp qúa, nhất là những lúc cảm cúm càng sản xuất nhiều hơn nữa chất dơ bẩn này.

4- Về lưỡi miệng mồm hay chảy ra nước rãi, nhổ ra nước bọt, khạc ra đờm xanh đàm vàng gớm ghiếc qúa. Có người không gìn giữ hàm răng hay buồng phổi, nên mỗi khi nói chuyện mùi hôi trong miệng xông ra làm cho người đối thoại phải bật ngửa người ra xa!

5- Về thân: Trên thân có rất nhiều lỗ chân lông thường tiết ra mồ hôi khi nóng nực, gọi là mồ hôi vì mùi nó hôi chứ không thơm. Có người hôi nách, nếu không tắm rửa thường xuyên và bôi dầu khử mùi hôi, sẽ làm nhức mũi

người bên cạnh. Thân còn hai lỗ nữa tiết ra nước tiểu khai khú và phân hôi thối khủng khiếp mà ai cũng biết không cần phải dài dòng. Khi bị bệnh nặng hay lớn tuổi, các chất nhơ nhớp dơ bẩn từ chín lỗ nêu trên không kiểm soát được nữa, chúng muốn ra lúc nào thì ra, gây biết bao khổ sở cho thân người và làm ghê tởm cho cả những người khác nữa. Như hắt hơi, ho bắn ra đàm, nước tiểu hay phân rỉ chảy ra, thật khó coi, nhơ nhớp hôi hám.

Như vậy, rõ ràng thân người thật ra là đáng ghê tởm, nhưng ít người thừa nhận như thế do sự mê muội từ nhiều đời nhiều kiếp tham đắm bề ngoài, nhầm cái đẹp hào nhoáng được che đậy bao phủ bởi lớp nhung lụa phấn son, nhưng chỉ ít giờ sau là chất bất tịnh lại hiện ra.

Hành giả quán sát thân mình hay thân người khác cũng dơ bẩn như nhau không hơn không kém. Khi nào thấy rõ ràng từ bản chất thân đến sự sinh sản của thân, sản xuất ra toàn là chất bất tịnh rồi mới đúng lý của nó.

3)- Quán sát người chết dơ bẩn thối tha

(chung cánh bất tịnh):

Sau khi chút hơi thở cuối cùng, thần thức ra khỏi xác mang theo cái nghiệp đã gây ra trong suốt cuộc đời khi sống. Cái xác không hồn dần dần trở nên cứng ngắc, trả lại cho bốn đại là đất nước gió lửa. Hơi thở về với gió, hơi ấm về với lửa, chất lỏng về với nước, và chất cứng về với đất. Khi thân xác phân hóa thì những ruột gan phèo phổi v.v…tan rã thành nhơ nhớp hôi thối ghê tởm. Dù cho xác chết là người đẹp người thân nhất trên đời, dù cho là cành vàng lá ngọc tiểu thơ công chúa, dù cho là nguyên thủ thống lãnh uy phong lừng lẫy v.v… cũng đều như thế cả. Nếu với khí hậu nóng nực không gìn giữ thân xác ấy trong phòng lạnh, chỉ vài ngày sau, chất nước phân hóa chảy ra, mùi hôi thối xông lên không sao chịu

nổi. Sự thật này được phơi bày rõ ràng trong thời chiến tranh, mà nhiều người đã từng chứng kiến cảnh xác chết rữa thối khiến phải bịt mũi nhắm mắt ngoảnh đi chỗ khác. Nói một cách tổng quát, dù người giàu kẻ nghèo, người sang kẻ hèn, người đẹp kẻ xấu, người trẻ kẻ già, ai ai khi chết cũng trương sình mục rữa thôi tha ghê sợ cả.

Tóm lại, qua ba giai đoạn quán sát thân người bất tịnh nêu trên, chúng ta có quan điểm rõ ràng về những cái dơ bẩn của thân thể con người từ khởi đầu cho đến lúc chết. Không có một tí gì là sạch sẽ thơm tho mà chỉ là che đậy đánh bóng thân bằng tắm gội chải chuốt phấn son trong nhất thời, và nếu buông lơi là chất dơ bẩn lại xuất hiện, vì cội gốc bản chất của thân thể là bất tịnh.

III)- Quán thân bất tịnh như thế nào?

Hầu hết mọi người đều qúy trọng thân mình, tham sống một cách mãnh liệt đến nỗi tìm mọi cách để phục vụ cho thân mình bất chấp mọi bất công phi lý, hành động hiếp đáp giành giật một cách tàn nhẫn. Nếu quán sát kỹ càng, chúng ta sẽ thấy thân không qúy báu, không xứng đáng cho chúng ta tự hào hay tham đắm mến chuộng.

Chúng ta phải quán ngày quán đêm, quán nhiều lần, quán rồi quán nữa, quán không ngưng nghỉ về sự dơ bẩn của thân như thế rồi, ái dục, nhục dục, tham dục, tình dục sẽ bị tiêu diệt. Những cái hôi hám, khắm khú dơ bẩn sẽ làm cho tính ham mê nhục dục nhạt nhòa, lòng khát khao tình dục xấu xa bị phá tan tành vì sự dơ bẩn khiếp đảm. Không còn thấy một tí nào đáng qúy đáng yêu cái thân hôi hám thối tha của mình của người được nữa.

Nếu chưa hết, chưa nhòa sự ham nhục dục, cần phải quán nữa, quán liên tiếp không ngưng nghỉ, đến khi nào thấy rõ như thật thân là bất tịnh, không muốn gìn giữ, không muốn gần gũi, muốn xa lìa, muốn thoát ly mới

thôi. Khi nào không còn ham thích cái thân mình, không còn lưu luyến thân người khác phái, khi nào gần gũi cảm thấy chán ngán, thấy ghê sợ thật sự, mới tạm ngưng quán. Chỉ dừng quán khi lòng dục vọng, lòng ham thích nhục dục bị phá nát tan bởi quán chiếu sâu thẳm trong suy tư triền miên. Chỉ ngừng quán chiếu thân bất tịnh khi ham muốn ái dục bị triệt tiêu không còn manh giáp, không còn cách nào ngóc đầu lên được nữa mới thôi.

Do sự quán sát nhận chân ra cái nhơ nhớp hôi hám của thân thể mà màn ảo ảnh đẹp đẽ thơm tho qúy hóa của xác thân người bị xé toang phơi bầy bộ mặt thật, giúp người tu hành hướng đến giá trị chân thật một cách dễ dàng.

Tuy nhiên, chúng ta không nên kết luận một cách vội vàng rằng "cái thân bất tịnh thối tha nhơ nhớp, hãy diệt nó đi bằng cách tự tử chết cho rồi". Làm như vậy là xét đoán một cách nông cạn, vì trong thân bất tịnh còn có một cái qúy giá vô cùng, đó là "Phật tánh" đẹp đẽ sạch sẽ bất sinh bất diệt mà đức Phật đã cho biết. Phật tánh tuy lẫn trong cái bất tịnh dơ bẩn, nhưng nó không bị nhiễm ô hoen ố như hoa sen từ bùn chui lên mà không dính mùi bùn, lại có mùi thơm đặc biệt. Nếu chúng ta biết lợi dụng cái thân không sạch không bền mà tìm ra cái sạch cái bền, chúng ta đã làm đúng ý mà đức Phật đã dạy vậy.

Như thuở ấy, thời đức Phật còn tại thế, khi Ngài ngự tại rừng Tát La Lê thuộc làng Kim Cương ven sông Bạt Cầu Ma, vì thấy các đệ tử phần lớn ham sắc dục, nên Ngài dạy các Tỳ Kheo quán thân bất tịnh, tu tập nhiều được lợi ích lớn. Sau khi giảng rồi, Ngài nhập thất hai tháng không tiếp xúc một ai, trừ người mang thức ăn và ngày trăng tròn thuyết giới. Vào ngày Phật thuyết giới của tháng thứ hai, thấy thiếu vắng các Tỳ Kheo, Ngài hỏi Tôn giả A Nan, thị giả của Ngài do nhân duyên nào mà hội

trường thưa vắng hơn trước. Bấy giờ Tôn giả A Nan mới trình bày rằng: “Sau khi giảng dạy về quán thân bất tịnh, Thế Tôn nhập thất, các Tỳ Kheo tinh tấn thiền quán thân bất tịnh sinh ra chán ghét cái thân dơ bẩn thối tha, không muốn sống nữa. Do đó có nhiều người tự tử bằng cách uống thuốc độc, hoặc tự đâm, hoặc nhảy xuống sông, hoặc đâm đầu vào đá, còn phần lớn là nhờ người giết giùm. Có con của một tu sĩ ngoại đạo đã làm việc đi giết giùm các Tỳ Kheo chán cái thân thối tha dơ bẩn, nên tất cả đã có 60 Tỳ Kheo tự tử như thế”. Rồi Tôn giả thỉnh Phật nói pháp khác khiến các Tỳ Kheo nghe xong tinh tấn tu tập trí tuệ, được sống an vui trong chính pháp.

Bấy giờ đức Phật liền giảng: tuy cái thân dơ bẩn thật sự như thế, nhưng nó còn có cái quý giá ở trong. Không nên bỏ cái thân, mà cần giữ cái thân gớm ghiếc ấy để thoát khỏi nó, thoát khỏi sinh tử luân hồi. Nếu chết rồi, sẽ lại có cái thân khác, còn dơ bẩn hơn nữa, không có ngày ra khỏi, mà cần phải tu để thoát ra khỏi, không còn tái sinh nữa mới đúng ý nghĩa.

IV)- Lợi ích của quán thân bất tịnh

Vì sự đánh giá sai lầm lấy xấu làm đẹp, lấy dở làm hay, lấy hôi thối làm thơm tho, thì tất nhiên cái đẹp cái hay cái thơm thật sự bị bỏ quên bỏ rơi không còn được biết đến nữa. Phần lớn mọi người đã chấp cái “ta” tức là chấp cái thân nhỏ hẹp ngắn ngủi mà bỏ quên cái “tâm” rộng lớn đẹp đẽ bất biến trường tồn.

Làm thế nào để tìm ra cái bất biến trường tồn ấy? Bằng cách không coi thân mình là trọng, không coi thân người khác là đẹp là thơm, vì thực chất của nó là bất tịnh. Khi đã không thiết tha qúy mến thân mình và thân người nữa, sẽ không tìm đủ cách phục vụ thân mình hoặc chiếm đoạt thân người. Khi không còn yêu qúy tham đắm sắc thân,

không còn tham sân gây bao khổ não. Không còn tham sân gây bao khổ não, tâm không còn loạn động, hết vọng tưởng, được yên tĩnh thảnh thơi tiến tới thanh tịnh. Lúc đó chân tâm mới hiện ra, tức là được giải thoát vậy.

Nhưng vàng ngọc không phải tự nhiên có, mà phải tìm kiếm tôi luyện mài dũa mới có. Người tu hành cũng vậy cần phải gia công tu luyện, phải có sự sáng suốt không để cho ái dục khuấy phá, lấy giả làm chân lấy xấu làm đẹp. Người tu hành còn phải thành thật với chính mình trong vấn đề quán sát và phải tôn trọng sự thật, không để thành kiến tự ái, vào hùa thiên vị xen vào. Đó là người có trí tuệ, cộng với sự kiên nhẫn bền bỉ nữa, khó gì không thành công tốt đẹp.

Như thuở xưa, Tôn giả Ưu Ba Ni Sa Đa quán thân người chỉ toàn là nhơ nhớp thối tha, từ chân đến đầu, từ ngoài vào trong. Từ tóc tai mắt mũi lưỡi răng cho đến tim gan phổi ruột, v.v… không cái nào sạch sẽ đáng tham đắm, không cái nào chân thật, tất cả chỉ là huyễn hóa, che đậy, dối gạt. Khi người chết thành một tử thi bỏ ngoài gò mả sình trương bầm tím, máu mủ chảy ra, gân thịt rữa thối, cầm thú rỉa ăn, ròi bọ sinh sản, xương gân ly tán. Lúc ấy chỉ còn lại xương khô, dần dần tiêu thành tro bụi hư không, nên thân sắc chẳng khác với không. Quán sát thiền định kiên cố trong nhiều ngày như thế, Tôn giả ngộ thật tánh “sắc không không hai”, thành A La Hán, bậc Thánh, đã được Phật ấn khả., .

Chấp Ngã
Quán Vô Ngã

(Tạp A Hàm quyển 1 Kinh số 43 trang 95, Kinh số 109 trang 267, Kinh số 250, 252 trang 463, 467. Phật Học Phổ thông quyển 4.)

I)- Chấp ngã là gì?

Ngã là cái "ta" là "mình", người chấp ngã cho rằng có cái ta là thật là hiện hữu, là trường tồn bất biến của mỗi con người. Sự chấp ngã liên hệ tới quan điểm cho rằng: "con người từ khi sinh ra cho đến khi chết đi, mỗi người đều có một **"linh hồn",** linh hồn này làm chủ ý nghĩ và hành động, không thay đổi, duy nhất, trường tồn". Đây là quan điểm đưa đến việc chấp ngã, coi bản thân mình là thật có, quan trọng, cần phải nâng niu chiều chuộng, không ai được quyền đụng chạm hay xỉ nhục mình. Vì sự chấp ngã mà mỗi người đều tìm đủ cách để giữ gìn củng cố bảo vệ mình một cách triệt để, bất chấp tốt xấu hay dở phải trái, không từ nan một hành động nào mà không làm. Cũng vì chấp ngã qúa đáng mà trở thành người ngạo mạn điên đảo, cho cái ta là hay là tốt đẹp hơn cái ta khác không phải là ta, sẵn sàng bằng mọi giá chống lại những cái ta khác làm trái ý với ta v.v.. Do đó đã gây ra biết bao nhiêu buồn phiền, xương máu, nước mắt, khổ đau cho mình, người và chúng sanh.

Theo Phật giáo, quan điểm chấp "ngã", chấp có **"linh hồn"** là sai, vì mỗi người sau khi chết thần thức sẽ đi đầu thai, thần thức là nghiệp thức tức cái thức có chứa cái nhân, chủng tử của việc làm thiện hay làm ác để đi tái sinh. Nếu là linh hồn có quyền lựa chọn muốn đi đâu thì đi, như thế tại sao có người sinh vào chỗ cao sang giàu có quyền uy có kẻ phải sinh vào chỗ nghèo khổ khốn cùng?

Còn nghiệp thức không có quyền lựa chọn mà bị nghiệp dẫn dắt, làm thiện được đến chỗ tốt, làm ác phải đọa đến nơi xấu. Đó là lý nhân qủa nghiệp báo rõ ràng, người không tin nhân qủa nghiệp báo là người có tà kiến mê mờ, cần phải học hỏi nhiều để hết tà kiến ngu si.

II)- Đức Phật dạy phá chấp ngã

Trong Tạp A Hàm, quyển 1, Kinh số 43, trang 95, đức Phật dạy về phá ngã chấp, chúng ta lược trích như sau:

1)- Thế nào là do chấp thủ (giữ) nên sinh đắm trước?

Đối với "sắc" (thân) thấy là ta, thấy khác ta, thấy ở trong nhau, thấy sắc (vật chất) là cái của ta. Nếu sắc biến đổi tâm sẽ chuyển, tâm chuyển sinh ra chấp thủ, đắm trước, trì giữ, nên sinh tiếc, sợ hãi, loạn tâm. Đối với "thọ (cảm giác), tưởng (nhớ nghĩ), hành (tác ý, khởi ý), thức (Căn tiếp xúc trần sinh thức) cũng vậy. Do chấp thủ thấy thọ, tưởng, hành, thức là ta, là khác, là ở trong nhau, là cái của ta. Nếu thọ, tưởng, hành, thức biến đổi, sẽ sinh ra chấp thủ, trì giữ, nên sinh tiếc, sợ hãi, loạn tâm.

2)- Thế nào là không chấp thủ nên không đắm trước?

Đối với "sắc" không chấp thủ nên không đắm trước, không thấy "sắc" là ta, không thấy khác ta, không thấy ở trong nhau, không thấy là cái của ta. Vì không thấy như thế nên không chấp thủ sắc, khi sắc chuyển biến hoặc đổi khác, tâm không bị chuyển theo, không nuối tiếc, không trì giữ, nên không sinh sợ hãi được tâm an ổn. Đối với thọ tưởng hành thức cũng vậy, không chấp thủ thì không đắm trước, không thấy thọ, tưởng, hành, thức là ta, không thấy khác ta, không thấy ở trong nhau, không thấy là cái của ta. Khi thọ, tưởng, hành, thức biến chuyển, đổi khác, tâm không bị chuyển theo nên không sinh ra nhớ tiếc, không cố trì giữ, nên không sinh ra sợ mất.

III)- Phân tích vô ngã:

Để tránh những sự hiểu lầm gây tai hại trong việc cư xử hàng ngày của mọi người, và để các Phật tử dễ dàng trong việc tu hành, đức Phật đã giảng dạy phương pháp tìm hiểu phân tích quán sát xem con người có cái ta không? tức là có linh hồn không? bằng cách chia chẻ phân tích, có hai cách: Ngũ uẩn, và 18 giới phân biệt.

A) Phân tích Năm Uẩn hay Năm Ấm:

Đứng trên phương diện cấu tạo con người, toàn bộ thân tâm có năm thứ gọi là "Ngũ uẩn" gồm Sắc thuộc vật chất, và Tâm thuộc tinh thần. Chúng ta thử phân tích xem có cái nào là ta, cái của ta, hay tự ngã của ta không?

1/- Về sắc: Thân người do tứ đại "Đất, Nước, Gió, Lửa" hòa hợp mà thành. Đất cứng mềm là thể chất; nước ướt có đặc tính dính liền vật chất với nhau; gió di động là thành phần trong vật chất tạo sự chuyển động và tạo sự dẫn nhiệt; lửa ấm là thành phần nóng lạnh trong vật chất, lửa tạo sinh lực cho vật chất. Mỗi thứ có tính cách riêng của nó. Đất là của đất, sao bảo nó là của ta được? Nước, gió, lửa cũng thế, không thể bảo cái nào là của ta được. Vả lại bốn đại là thể chất không tri gác, làm sao có thể là ta được? Nếu bảo bốn thứ hòa hợp nên là ta, cũng không đúng, vì tuy chúng hòa hợp nhưng luôn luôn chuyển biến thay đổi, lại không thuần nhất một thứ nên sắc không phải là tự ngã của ta.

2/- Về tâm: Gồm: Thụ, Tưởng, Hành, Thức.

1- Thụ (Thọ) có phải là ta không?

Thụ là cảm giác do căn tiếp xúc với trần mà có thọ khổ, thọ vui, thọ không khổ không vui. Nếu căn không tiếp xúc trần sẽ không có thụ, khi tiếp xúc có thọ mới có ta, còn khi không tiếp xúc, không có thụ, nên không có ta. Vậy lúc có ta, lúc không có ta hay sao? Cái ngã là bất biến trường tồn, không thể nói rằng lúc có ngã lúc không

có ngã được. Vì thế biết rõ ràng không có ta. Thụ là của xúc chứ không phải là của ta. Từ xúc sinh ra thọ khổ, thọ vui, thọ không khổ không vui, chẳng phải một thể nguyên vẹn, nên chẳng phải tự ngã của ta.

2- Tưởng có phải là ta không?

Tưởng là tưởng tượng nhớ nghĩ, là tri giác, là hình dung ngoại cảnh, không nhớ nghĩ sẽ không có tưởng. Khi nhớ nghĩ có tưởng có ta, khi không nhớ nghĩ không có tưởng không có ta. Như vậy lúc có ta lúc không có ta, nếu bảo tưởng là ta thì không đúng, vì cái ta thường hằng lúc nào cũng phải có mới đúng. Thực ra, tưởng là của nhớ nghĩ của tri giác chứ không phải của ta. Lại nữa, tưởng về qúa khứ, hiện tại, tương lai, không nhất định, không thuần nhất, nên không phải tự ngã của ta.

3- Hành có phải là ta không?

Hành là những hoạt động có tác ý, có ý muốn, do niệm sinh, do ý muốn mà có hành, không suy nghĩ, không niệm không muốn sẽ không có hành. Nếu bảo hành là ta, khi niệm diệt hành diệt, ta cũng diệt, như vậy không đúng với cái ta bất biến, lúc nào cũng phải hiện diện. Lại nữa, Hành có hành thiện hành ác, không cố định thuần nhất, nên không phải tự ngã của ta, vì tự ngã luôn luôn thuần nhất không hỗn tạp, không thể lúc thế này lúc thế khác.

4- Thức có phải là ta không?

Thức do sự nhận biết phân biệt khi căn tiếp xúc với trần mà có. Khi căn và trần không tiếp xúc sẽ không có sự nhận thức phân biệt của thức. Nếu bảo thức là ta, khi không có căn trần tiếp xúc, tức không có nhận biết phân biệt của thức thì cái ta ở đâu? Thế nên thức không phải ta. Hơn nữa, thức có thủ (gìn giữ như thấy đẹp sinh ra yêu), có xả (bỏ đi như thấy xấu không ưa), không cố định thuần nhất như thế, nên cũng chẳng phải tự ngã của ta.

Tóm lại, tất cả thân tâm, chẳng thấy cái nào là ta cái của ta hay tự ngã của ta được cả. Cái thân luôn biến đổi vì bốn thành phần cấu tạo nên thân là "đất, nước, gió, lửa" luôn luôn thay đổi. Cái tâm thay đổi vì bốn thành phần tạo nên tâm là "Thụ, tưởng, hành, thức" thay đổi. Tâm thay đổi ví như một dòng sông lớn luôn luôn tiếp nhận những thành phần mới của sáu nhánh suối sông từ thượng lưu của sáu giác quan mắt tai mũi lưỡi thân ý cung cấp những sự kiện mới của đời sống hàng ngày. Nhưng những hạng phàm phu lầm nhận sự liên tục giả tạo bên ngoài như cái gì bền vững vĩnh viễn không thay đổi. Họ còn đi xa hơn nữa đưa ra một linh hồn trường tồn bất biến thay cho cái tâm luôn luôn biến đổi như thế. Vậy cái gọi là linh hồn, cái ta ấy nó ở vào chỗ nào? Đây gọi là "vô ngã". Phật giáo công nhận sự hiện hữu của một cá tính, nhưng phủ nhận có một chúng sinh bất biến trường tồn. Cái cá tính này biến đổi không ngừng theo sự hiện diện của vật chất và tâm thức do nghiệp lực dẫn dắt và điều khiển. Nó bắt nguồn từ qúa khứ xa xưa mà ta không thể quan niệm được về thời gian, nên gọi là từ "vô thủy", và nó sẽ còn liên tục diễn tiến trong tương lai vô hạn định nên gọi là "vô chung". Ngoại trừ người tu sạch hết "vô minh" mới hết nghiệp và ra khỏi sinh tử luân hồi.

Nghiệp báo tái sinh không phải là sự chuyển của linh hồn từ xác thân này sang xác thân khác. Nghiệp báo tái sinh cũng giống như châm lửa từ ngọn đèn này sang ngọn đèn khác. Không có ngọn đèn thứ nhất sẽ không có ngọn đèn thứ hai, nhưng ngọn đèn thứ hai không phải là ngọn đèn thứ nhất. Nó cũng giống như qủa bi da trắng đụng qủa bi da xanh làm cho qủa bi da xanh lăn đi. Chính sức đụng của qủa bi da trắng làm cho qủa bi da xanh lăn, ví như nghiệp lực làm cho có đời sống tiếp nối vậy, chứ

không phải là linh hồn bất biến trường tồn mà nhiều người không hiểu cho là có linh hồn. Do đó, chúng ta thấy rõ quan điểm chấp ngã là sai, chấp con người có linh hồn là sai hoàn toàn.

B) Phân tích Mười tám Giới phân biệt.

Giới có nghĩa là giới hạn, phân biệt là phân chia phần này với phần kia, bộ phận này với bộ phận khác, như trong con người có mắt, tai, mũi v.v…, ngoại cảnh có màu sắc cảnh vật, tiếng động lời nói, mùi thơm, vị ngon, nóng lạnh v.v…., đây là những giới riêng biệt.

Dùng trí tuệ quán sát phân tích nhận định từng phạm vi lãnh vực riêng rẽ xem có một linh hồn hay một cái ngã trường tồn bất biến duy nhất hay không. Để quán sát được đầy đủ chi tiết, đức Phật chỉ ra ba loại là "căn, trần, và thức", mỗi loại lại có sáu thứ khác nhau, thành ra 18 thứ, gọi là 18 giới phân biệt khác nhau, chi tiết tỉ mỉ hơn, chúng ta thử phân tích từng loại từng giới một như sau:

1)- Sáu căn:

Căn là gì? Căn là chỗ làm gốc nương tựa cho những cái khác phát triển nẩy nở phát sinh. Sáu căn là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý.

1- Nhãn căn: Là hai con mắt, bộ phận làm chỗ nương tựa cho sự thấy khi tiếp với cảnh vật chung quanh.

2- Nhĩ căn: Là hai lỗ tai, nơi nhận sự nghe của người được rõ ràng khi tiếp nhận làn sóng âm thanh hay tiếng động xung quanh.

3- Tỵ căn: Là hai lỗ mũi, chỗ nương tựa cho sự thở ngửi biết được xác thực khi tiếp nhận các mùi hôi thối, khét thơm v.v… trong không khí.

4- Thiệt căn: Là cái lưỡi trong miệng, bộ phận tiếp xúc với vật thực nước uống biết được vị mặn nhạt, chua cay, đắng ngọt v.v… .

5- Thân căn: Là thân do da bao bọc xương thịt, nơi biết các cảm giác nóng lạnh, cứng mềm, trơn nhám v.v… khi tiếp xúc với không khí và các vật chung quanh.

Năm căn này là năm bộ phận thấy được, chúng phơi bày ra ngoài, chúng phối hợp với các bộ phận bên trong thân để phụ trách các phần vụ chuyên môn của chúng. Theo duy thức học, năm căn thuộc về "phù trần căn", tức là "căn" về phần thô hiện bên ngoài để tiếp xúc với "trần" bên ngoài, nên thấy rõ ràng như con mắt, lỗ tai, lỗ mũi, v.v… Còn các bộ phận bên trong thuộc về phần "tế", nhìn bên ngoài không thấy được, duy thức học gọi là "tịnh sắc căn" chỉ phần ẩn phục của các căn ở bên trong như "võng mạc", "giác mô", "dây thần kinh", v.v… Nếu hai phần ngoài và trong rời nhau hay một phần bị hư thành vô dụng.

6- Ý căn: Ý căn là nơi nương tựa của ý thức (thức thứ sáu). Ý căn chính là nơi phát sinh ra sự phân biệt, đắn đo, nghi ngờ, nó chính là thức thứ bảy, rất tinh tế thuộc tinh thần nên không thấy (có thể nói nó nằm trong bộ óc).

2)- Sáu trần:

Trần là gì? Trần nghĩa là bụi, trần luôn luôn dời đổi, trần có nghĩa bóng là vật chất, cảnh vật. Sáu trần gồm "sắc, thanh , hương, vị, xúc và pháp", chúng ta lần lượt phân tích từng công dụng của mỗi thứ.

1- Sắc trần: Là màu sắc, hình dáng, tức là những gì mắt nhìn thấy được gọi là sắc, như con chim, đám mây, v.v…

2- Thanh trần: Là tiếng động mà tai nghe thấy, như tiếng hát, tiếng chuông, v.v…

3- Hương trần: Là mùi mà mũi ngửi thấy như mùi thơm, mùi hôi, mùi khét, v.v…

4- Vị trần : Là chất vị do lưỡi cảm nhận khi tiếp xúc với thức ăn thức uống, như mặn nhạt, chua cay, v.v…

5- Xúc trần: Là những thứ thân da tiếp xúc cảm nhận, như nóng lạnh, cứng mềm, trơn nhám v.v…khi tiếp xúc.

6- Pháp trần: Là những hình ảnh, tiếng, mùi, vị, cảm giác của năm căn tiếp xúc năm trần ghi lại lưu lại sau khi duyên với ý căn. Các hình ảnh, tiếng, mùi, vị, cảm giác ở đây không phải là vật chất của ngoại cảnh mà chỉ là những hình bóng âm vang của ngoại cảnh sau khi lọc qua năm giác quan và đồng thời được duyên bởi ý căn.

Chúng ta lấy thí dụ cho dễ hiểu:

- Cảnh vật bên ngoài là **sắc trần**,
- Máy chụp ảnh hay máy quay phim là **nhãn căn**,
- Hình ảnh thu được là **pháp trần**,
- Người xem ảnh hay xem phim là **ý căn**.

Hoặc thí dụ khác:

- **Thanh trần** ví như tiếng hát của ca sĩ,
- **Nhĩ căn** ví như cái máy ghi âm,
- **Pháp trần** ví như cuốn băng đã ghi âm,
- **Ý căn** ví như người đang nghe hát do máy phát ra.

3)- Sáu thức:

Thức là gì? Thức là sự nhận biết phân biệt. Thức vô hình không thấy được, gồm:

1- Nhãn thức: Là thấy biết hình sắc do nhãn căn tiếp xúc với sắc trần.

2- Nhĩ thức: Là nghe biết khi nhĩ căn đón nhận thanh trần.

3- Tỵ thức: Là biết mùi khi tỵ căn đón nhận hương trần.

4- Thiệt thức: Là biết vị khi thiệt căn tiếp xúc vị trần.

5- Thân thức: Là biết cảm giác do thân căn tiếp xúc trần.

Năm thức này có nhiệm vụ ghi nhận khi năm căn tiếp xúc với năm trần.

6- Ý thức: Là thức có nhiệm vụ tiếp xúc với pháp trần, pháp trần là tất cả những gì mà năm thức trên ghi nhận

được, ý thức duyên với năm thức trên để nhận diện, phán đoán, phân biệt cho rõ ràng.

Ý thức ví như người điều hành công việc, như vị chỉ huy linh hoạt tài giỏi. Nếu không có ý thức phụ vào, tuy có thấy, có nghe, v.v…nhưng không minh bạch rõ ràng, nên người xưa có câu: "Tâm bất tại diện thị nhi bất kiến, thinh nhi bất văn", nghĩa là nếu không để tâm ý, dù xem cũng chẳng thấy, nghe cũng chẳng hiểu. Khi có ý thức thì thấy nghe nhận biết v.v… đều được rõ ràng.

Khi chỉ có một mình ý thức mà không có năm thức trên, nghĩa là lúc không có năm trần, lúc ấy ý thức một mình suy nghĩ tưởng nhớ đủ điều, vẫn có đủ các cảnh của năm trần, không thiếu chi cả, nghĩ đến cảnh nào là có ngay cảnh ấy, nhớ đến âm thanh nào là có ngay âm thanh ấy v.v… Đây là ý thức nương ý căn, nhận lãnh suy nghĩ tính toán phân biệt từ thiện tới ác, đảm đang mọi chuyện, nhanh lẹ chu toàn hơn các thức khác, nên duy thức học gọi nó là: "Công vi thủ, tội vi khôi", nghĩa là công của nó đứng thứ nhất, còn tội của nó cũng đứng hàng đầu.

Thức thứ sáu, ý thức này hoạt động ngày đêm không nghỉ ngơi, không biết mệt mỏi, như con khỉ chuyền hết cành này qua cành khác, như con ngựa chạy qua chạy lại liên tiếp, nên cổ nhân nói: "tâm viên ý mã", tâm ý như khỉ ngựa lăng xăng loạn động. Ý thức chỉ ngừng nghỉ khi ngủ say, bị chụp thuốc mê, chết giấc, hay nhập thiền"vô tưởng định" mà thôi.

Một thí dụ để diễn tả sáu thức nêu trên như sau:

Một hội đồng giám khảo thi hoa hậu phải biết ca hát nữ công hội họa gia chánh (nấu ăn), hội đồng này gồm có sáu người, một ông chủ tịch và năm hội viên chuyên môn về năm ngành khác nhau. Một chuyên môn về sắc đẹp,

một chuyên về tiếng ca, một chuyên về mùi, một chuyên về vị, một chuyên về phẩm chất.

Năm hội viên sau khi lấy khả năng chuyên môn của mình để quan sát, phân tích, rồi trình bày chi tiết tỉ mỉ với ông chủ tịch. Ông chủ tịch thâu góp tất cả các tường trình của hội viên và đưa ra ý kiến nhận xét của mình và tuyên bố kết qủa cuộc thi. Ông chủ tịch đây chính là ý thức hay thức thứ sáu vậy.

IV)- Có cái ngã hay có linh hồn không?

Ở trên chúng ta đã phân tích công năng của từng giới một cách đầy đủ, đến đây chúng ta cần phân tích về sự liên hệ giữa các căn trần và thức, cũng như quán sát xem cái ta hay linh hồn nó nằm ở đâu?

1)- Liên hệ giữa căn trần và thức ra sao?

Căn là nội sắc nội vi, trần là ngoại sắc ngoại vật, hai thứ riêng biệt, nhưng chúng quan hệ mật thiết với nhau. Căn là phần chủ động, căn có khả năng duyên với trần. Nhờ có căn gồm có phần phù trần bên ngoài là mắt, tai, v.v…và phần tịnh sắc là hệ thần kinh v.v…. mà con người có thể nhận biết các ngoại cảnh chung quanh. Nếu không có căn, trần, thức, con người chỉ là vật vô tri vô giác. Ba thứ căn trần thức duyên nhau ảnh hưởng lẫn nhau, cần có nhau, thiếu một thứ sẽ không hoạt động được nữa , con người giống như cây đèn dầu phải có bấc tim đèn, dầu, và lửa, thiếu một thứ đèn không thể cháy sáng được. Nếu chỉ có dầu và tim đèn mà không có lửa, đèn không thể cháy được, nếu chỉ có tim đèn và lửa mà không có dầu, đèn cũng không cháy lâu được, nếu chỉ có dầu và lửa mà không đèn, cũng không thể cháy được. Đối với con người cũng thế, nếu chỉ có căn và trần mà không có thức sẽ không thể biết được cảnh, nếu chỉ có căn và thức mà không có trần sẽ không thấy gì cả, nếu chỉ có

trần và thức mà không có căn sẽ thành ra vô dụng như người mù, người điếc không thấy không nghe v.v…

Bởi vậy không một cái gì đứng riêng rẽ mà hữu dụng được cả. Thức là phần vô hình chủ chốt như thế ấy mà không thể đứng riêng biệt được, thì bấy lâu nay quan niệm cho rằng linh hồn, cái ngã, hay cái ta độc lập, trường tồn, bất biến, tự nó là chủ nhân ông điều khiển tất cả các cơ quan bộ phận của con người là không đúng, không đứng vững.

2)- Linh hồn, cái ngã, cái ta nằm ở đâu?

Đến đây chúng ta thử phân tích quán sát xem linh hồn, cái ngã, cái ta có thể có một tí nào nằm trong căn trần thức không?

1- Sáu căn có phải là ngã chăng?

Chúng ta biết sáu căn cấu tạo bởi xương thịt giây thần kinh, máu da v.v…, nếu cái ta nằm ở tại mắt chẳng hạn thì tại năm căn kia không có cái ta, nếu cái ta nằm tại tai, cũng vậy, cái ta sẽ không có tại năm căn kia; như vậy cái ta khi nằm tại mắt khi nằm tại tai, khi nằm tại lưỡi v.v…lung tung như thế, không chắc được rằng cái ta nằm ở tại đâu, thì cái ta là biến đổi hay sao? Không đúng. Nếu bảo rằng cái ta nằm tại cả sáu căn, như vậy hóa ra bảo rằng có tới sáu cái ta hay sao? như vậy cũng không đúng. Còn bảo rằng do sáu căn hòa hợp mà có cái ta sẽ trái với ý nghĩa của cái ngã là thuần nhất, trường tồn, bất biến. Vả lại, cho rằng cái ngã do sáu căn hợp lại, cũng như công nhận rằng cái ngã là do giả hợp mà thành nên không thật có. Đến đây chúng ta biết chắc rằng sáu căn không phải là linh hồn, không phải là ngã, không phải là cái ta.

2- Sáu trần có phải là ngã chăng?

Chúng ta biết rằng trần, vật chất thường biến đổi, thì làm sao linh hồn, cái ngã, cái ta nằm ở nơi trần được? Cái

ngã cũng biến đổi theo sáu trần hay sao? Lý này không đúng. Giả thử cái ngã nằm nơi sắc trần, mà cảnh trần luôn luôn thay đổi, vậy cái ta nằm ở cảnh nào? Hay nó biến đổi theo sắc cảnh? Khi cái ta nằm trong âm thanh, âm thanh không bao giờ tự nhiên có, nó từ vật hữu tình (chúng sanh) hay vô tình (vật chất) phát ra nên có tạo tác, nó là hữu vi nên có sinh diệt, vô thường, nên không thể là cái ta được. Cho đến hương, vị, xúc, pháp trần đều vô thường, bất định, vô ngã như sắc và thanh trần cả. Vả lại sáu trần đều ở ngoài thân con người, không lẽ linh hồn, cái ngã, cái ta nằm ở ngoài thân thể sao? Lý này lại càng vô lý hơn.

3- Sáu thức có phải là ngã chăng?

Thức là sự nhận biết phân biệt do sáu căn tiếp xúc với sáu trần mà có, nếu không có sáu căn và sáu trần thì sáu thức cũng vô dụng. Vì sự độc lập, thuần nhất, bất biến, trường tồn, tự lập của cái ngã nên sáu thức không đúng ý nghĩa và không đủ điều kiện của nó để coi là cái ngã.

Ngoài sáu căn và sáu trần ra, sáu thức còn phải có các duyên khác nữa mới hoạt động được, như nhãn thức, ngoài căn và trần ra còn cần phải có các duyên khác như khoảng trống không, ánh sáng, tác ý muốn thấy v.v… Nếu không có các thứ ấy, nhãn thức thành vô dụng, nên nhãn thức không có một tí gì là thuần nhất bất biến trường tồn. Các thức khác cũng như thế cả, cần tất cả những thứ mà nhãn thức cần, trừ ánh sáng mà thôi.

Xem vậy, chẳng thức nào là cái ta được cả, chúng chỉ là giả hợp mà tạm có, chứ không có một bản thể thực chất nào riêng biệt mà hoạt động nổi.

V)- Nhận định tổng kết:

Tóm lại tất cả Ngũ uẩn gồm sắc thụ tưởng hành thức và mười tám giới phân biệt gồm sáu căn, sáu

trần, và sáu thức nêu trên đều không thể độc lập được, không thật có cái ngã, không thật có linh hồn, chỉ do nhân duyên hòa hợp mà có, giả có chứ không có thực thể riêng của cái ngã hay linh hồn, không thuần nhất bất biến nên chẳng phải tự ngã của ta.

Từ bao lâu nay, cái ngã hoành hành được là nhờ núp vào bóng tối si mê, không hiểu không biết, nay nhờ phân tích, mổ xẻ, quán sát tỉ mỉ làm cho hình bóng cái ngã giả dối tan biến thành mây khói. Sự chấp ngã bị mổ xẻ chia chẻ tan nát, phơi bày rõ ràng, không còn một tí gì có thể chấp cái ngã, cái ta là có thật được nữa. Chấp ngã không có thì ngã ái ngã mạn không còn chỗ nương tựa được nữa. Nói một cách khác, các phiền não đau khổ do chấp cái ta sinh ra, nay ngã chấp đã bị diệt rồi thì phiền não khổ đau cũng hết.

Trong Tạp A Hàm quyển 4 Kinh số 1171 trang 228, đức Phật ví sáu căn mắt tai mũi lưỡi thân ý của thân như sáu con vật chó chim rắn dã can cá sấu khỉ được cột chung vào một cái cột. Nhưng chúng cố tìm cách bứt ra, chó muốn về làng, chim muốn bay lên khỏi, rắn muốn vào hang, dã can muốn tới gò mả, cá sấu muốn xuống biển hồ sông rạch, khỉ muốn về rừng cây. Mỗi con đều muốn đến chỗ quen thuộc an ổn của nó. Đối với sáu căn cũng vậy, mỗi thứ chỉ thích với cảnh giới của nó mà thôi. Nếu khéo tu tập mỗi thứ sẽ không còn đắm nhiễm, nghĩa là tư duy chúng là vô thường, biến hoại, dù vừa ý hay không vừa ý đều bị hại, vô thường, khổ, vô ngã nên cần phải xa lìa ly xả hết thảy.

Nếu hiểu **cái ta là không thật, nó là vô thường, khổ, vô ngã, không, biết cái thân tâm ta chỉ là giả hợp mà có đi đứng, ăn uống, nói năng, hành động; do nhân duyên hợp nên có, hết nhân hết duyên chẳng còn gì**.

Thấy biết như thật, ai nói thân ta xấu, lời dở, ý sai, cũng chẳng tức giận buồn phiền; có ai khen ta đẹp lời hay ý đúng, cũng chẳng hãnh diện mừng vui. Đó là người gạt bỏ được chấp ngã, sống đời an nhiên bình thản ngoài sự được mất, vinh nhục, hơn thua, đúng sai, vui buồn ở đời.

Đối với người tu hành khi không còn chấp ngã nữa, việc tu hành được dễ dàng hơn để tiến tới giải thoát. Điều cần yếu nhất là áp dụng thực hành trong đời sống hàng ngày một cách bền bỉ, vì sao? Vì dù chúng ta biết rõ ràng cái ngã là không thật, giả dối, nhưng nếu chúng ta không quán sát trong thời gian lâu dài, cái ngã chìm chìm lặng lặng kia nổi lên lúc nào không biết. Phân tích quán sát thấy rõ cái ngã là giả, không thật rồi, nhưng tình cảm đối với cái ngã từ lâu đời lâu kiếp đã ăn sâu trong tâm khảm tiềm thức của ta, không dễ dàng gột rửa ngay được.

Từ hồi nào tới giờ, cái ngã được chiều chuộng đủ điều, nay bỗng nhiên bảo rằng nó không thật. nó là giả, thế nào tình cảm cũng nổi dậy phản đối. Nếu nó không phản đối ngay được với sự phân tích, nó cũng âm thầm chống lại lâu dài. Phải luôn luôn tự kiểm điểm và quyết chí mới mong xóa được sự chấp ngã của tiềm thức vậy.

Một khi hết chấp cái thân giả hợp này là thật có rồi, không còn cố bám vào cái bè trôi nổi trên sông vui biển khổ của sinh tử luân hồi. Nghĩa là không còn chấp cái thân này là thật, nó chỉ là do nhân duyên hợp mà tạm có, ta phải lợi dụng cái thân tạm có này để tu hành, tức lợi dụng cái bè để có thể qua bờ bên kia vậy.

VI)- Câu chuyện vô ngã:

Một thời đức Phật du hóa tại vườn Ca Lan Đà thuộc thành Vương Xá, có một vị Tỳ Kheo tên Ưu Ba Tiên Na trú tại một cửa hang đá dưới núi Xà Đầu. Lúc ấy, Tôn giả Ưu Ba Tiên Na một mình ngồi thiền nơi đó, một con rắn

cực độc dài khoảng một thước từ trên phiến đá rơi xuống thân Tôn giả và cắn Ngài rồi bò đi. Tôn giả Ưu Ba Tiên Na gọi các Tỳ Kheo và nói:

- Có con rắn cực độc rơi trên mình tôi, chất độc ngấm vào thân tôi rồi. Chư Tôn giả hãy đến nhanh lên, đỡ giùm thân tôi đem ra ngoài, chớ để lâu thân này sẽ rã ra như một đống cám tại đây.

Khi ấy, Tôn giả Xá Lợi Phất đang ngồi bên một gốc cây gần đó nghe tiếng nói ấy, vội vã đến ngay và nói:

- Tôi xem tướng mạo sắc thái của Hiền giả, các căn không khác với bình thường, mà nói là trúng độc rắn, nhờ khiêng ra, chớ để lâu thân sẽ tan rã ra như một đống cám, như vậy là thế nào?

Tôn giả Ưu Ba Tiên Na nói:

- Nếu có người chấp mắt là tôi, là của tôi; chấp tai là tôi là của tôi; chấp mũi, lưỡi, thân, ý là tôi là của tôi. Đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp chấp là tôi là của tôi. Đối với các thứ cấu tạo nên thân thể là đất, nước, gió, lửa, không, thức chấp chặt cho là tôi là của tôi. Lại nữa, đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức chấp cho là tôi là của tôi, thì các căn, sắc mặt mới có biến đổi. Còn nay tôi không như thế, sáu căn chẳng phải là tôi, chẳng phải là của tôi; Sáu trần chẳng phải là tôi, chẳng phải của tôi; Sáu giới chẳng phải là tôi, chẳng phải của tôi; Năm ấm chẳng phải là tôi, chẳng phải của tôi. Vì thế cho nên, tôi không đau đớn, không sợ hãi, sắc mặt không thay đổi.

Tôn giả Xá Lợi Phất nói:

- Như thế, Hiền giả đã nhớ xa lìa ngã, ngã sở, ngã mạn, xa lìa dính mắc trói buộc, khiến đoạn dứt cội gốc ấy, thì đối với đời vị lai trọn không trở lại thế gian này nữa. Như thế làm sao sắc mặt và các căn biến đổi được.

Nói xong, Tôn giả Xá Lợi Phất đi vòng đến đỡ thân của Tôn giả Ưu Ba Tiên Na đưa ra ngoài hang. Thân của Tôn giả Ưu Ba Tiên Na bị trúng độc được đưa ra ngoài hang không bao lâu, liền rã ra như một đống cám.

Sau khi cúng dàng thi thể Tôn giả Ưu Ba Tiên Na xong, Tôn giả Xá Lợi Phất đi đến chỗ đức Phật thưa trình sự việc Tôn giả Ưu Ba Tiên Na bị rắn độc cắn cùng sự việc diễn tiến xảy ra. Bấy giờ đức Phật bảo Tôn giả Xá Lợi Phất rằng: “Nếu Tỳ Kheo Ưu Ba Tiên Na đọc bài kệ và câu chú thì sự việc đã không xảy ra như thế, rồi đức Phật nói kệ:

Thường thương xót loài kia,
Kiên cố Lai-trà-la,
Từ Y-la-bạt-na,
Y-bà-phất-đà-la,
Khâm-bà-la thượng mã,
Cũng từ Ca-câu-tra.
Và hắc Cù-đàm kia,
Nan-đà, Bạt-nan-đà,
Thương xót loài không chân,
Và cả loài hai chân,
Bốn chân cùng nhiều chân,
Cũng khởi lòng Từ bi.
Từ bi đối loài rồng,
Loài ở đất và nước,
Thương tất cả chúng sinh,
Đếm được không đếm được.
An vui với tất cả,
Cũng xa lìa phiền não,
Muốn cho tất cả hiền,
Tất cả đừng sinh ác,
Thường ở núi Xà đầu,

Cái ác không nhóm lại,
Rắn hung độc ác hại,
Hay hại mệnh chúng sinh,
Như lời chắc thật này,
Vô thượng Đạo Sư thuyết.
Nay ta tụng kệ này,
Lời Đạo Sư chân thật,
Tất cả các ác độc,
Không thể hại thân ta,
Tham dục sân nhuế si,
Ba độc của thế gian,
Như ba thứ độc này,
Trừ dứt gọi Phật bảo.
Pháp bảo trừ ác độc,
Tăng bảo cũng không khác,
Phá hoại độc hung ác,
Nhiếp thọ những người lành,
Phật phá tất cả độc,
Nên nói chú thuật này.

"Ô-đam-bà-lệ, Đam-bà-lệ, Đam-lục, Bà-bà-đam-lục, Nại-tể-túc, Nại-tể, Chỉ-bạt-tể, Văn-na-di, Tam-ma-di, Đàn-để, Ni-la-chỉ-thí, Ba-la, Câu-hạ-ô-lệ, Ô-ngu-lệ-tất-bà-ha".

Sau khi nghe đức Phật nói Kệ và đọc Chú xong, Tôn giả Xá Lợi Phất thưa với đức Phật là Tôn giả Ưu Ba Tiên Na chưa được nghe Kệ và câu Chú này. Kệ và Chú này sẽ giúp cho mọi người và đời sau.

Vậy chúng ta nên biết và học thuộc câu Chú trên phòng khi hữu sự cần đến.,.

BỐN VÔ LƯỢNG TÂM

(Đức Phật và Phật Pháp từ trang 617 đến 677. Phật Học Phổ Thông quyển 4 từ trang 123 đến 136. Nhặt Lá Bồ Đề từ trang 78 đến 84)

I)- BỐN VÔ LƯỢNG TÂM LÀ GÌ?

Vô lượng là nhiều vô số, nhiều không tính kể hết, rộng lớn bao la không có bờ mé, không thể đo lường hết được.

Tâm vô lượng là tâm vô cùng rộng lớn, thoát ra ngoài mọi sự phiền não, bình đẳng, không phân biệt, và bao trùm hết thảy chúng sinh.

Bốn vô lượng tâm gồm: Từ vô lượng, Bi vô lượng, Hỷ vô lượng, và Xả vô lượng. Mỗi thứ có đặc tính và công dụng riêng của nó, nhưng cả bốn đức tính này có liên hệ mật thiết với nhau, và để cứu giúp chúng sinh, nên còn gọi là Bốn tâm cao thượng.

II)- ĐẶC TÍNH BỐN VÔ LƯỢNG TÂM:

Bốn vô lượng tâm có đặc tính dẫn đến sinh khởi vô lượng phúc đức. Bốn vô lượng tâm là căn bản của cảm thành vô lượng qủa báo tốt đẹp cho vô lượng chúng sinh trong vô lượng thế giới qua vô lượng kiếp. Chúng ta xét từng thứ tâm sau đây:

1)- Tâm Từ là cho sự vui, là tâm trạng muốn cho người được mọi sự tốt đẹp, là lòng thành thật mong ước tất cả chúng sinh đều được yên lành vui vẻ, tức là trước tự vui, sau phá cái độc hại của sân hận giận thù. Khi phá cái độc hại của sân hận giận hờn rồi chúng sinh được vui, nên Từ cho vui là như thế.

2)- Tâm Bi là thương xót, là động lực rung động của tâm trước sự đau khổ của người khác. Vì thương xót nên tìm cách xoa dịu, muốn giúp người thoát khỏi cảnh khổ, tức

là phá cái hung bạo sợ hãi để chúng sanh được yên vui an ổn.

3)- Tâm Hỷ là lòng vui chân thật và bình đẳng, không phải vì tình cảm riêng biệt. Tâm Hỷ là lòng vui trước hạnh phúc của người khác. Tâm Hỷ phá những cái buồn phiền do sự ghen ghét, ganh tị, đố kị, chấp trước gây ra, và làm cho chúng sanh vui mà vui theo.

4)- Tâm Xả là làm cho chúng sinh phá bỏ những sai quấy, những tham muốn dục vọng. Xả vì thấy biết đúng đắn, nhận định chân chính, suy luận vô tư không thiên lệch, tức là không luyến ái ưa thích, cũng không phải là bất mãn ghét bỏ.

III)- PHÂN TÍCH BỐN VÔ LƯỢNG TÂM

1) TỪ VÔ LƯỢNG

Tâm Từ là lòng mến thương, gây tạo cái vui cho người; Tâm từ vô lượng là lòng thương mến vô biên, vô cùng rộng lớn, gây tạo cho chúng sanh cái vui chân thật. Để hiểu rõ Từ vô lượng, chúng ta cần phân loại cũng như cần biết cách hành của tâm từ như thế nào.

A)- Phân loại tâm Từ: Có hai loại

1- Tâm từ của thế gian:

Sự tạo vui của thế gian là tạm vui, không bền, cái vui còn có tham sân si chi phối, dục vọng dẫn dắt. Cái vui này còn bị phiền não lôi kéo, vì có dục vọng ở trong, nên sự thỏa mãn không lâu bền.

2- Tâm từ của xuất thế gian:

Cái vui xuất thế gian là cái vui chân thật, lâu bền, không bị sân hận giận thù chi phối, không bị dục vọng dẫn dắt. Cái vui này không ồn ào như cái vui của thế gian, nhưng là cái vui thanh tịnh êm đềm.

Muốn được cái vui này, phải dứt, phải đoạn sân hận giận thù, tức là diệt hết dục vọng, vì dục vọng là đầu mối của khổ não.

B)- Cách hành của tâm từ

Nỗi khổ sân hận giận thù của chúng sanh vô lượng, lòng từ cũng phải vô lượng, muốn hành tâm từ phải tùy phương tiện để làm lợi ích chúng sinh, đó là tùy cơ và tùy thời.

1- Tùy cơ hành tâm từ.

Tùy cơ là tùy theo trình độ của chúng sinh mà cho vui, tùy bệnh mà cho thuốc, có cho đúng thuốc mới có hiệu qủa chữa được khỏi bệnh. Người thầy thuốc còn phải có trí tuệ sáng suốt, không ngại khó khăn, một lòng kiên nhẫn. Muốn độ chúng sanh cũng vậy, phải có trí tuệ, kiên nhẫn, và tùy căn cơ trình độ của mỗi người mà hành hóa.

2- Tùy thời hành tâm từ.

Tùy thời là tùy lúc mà làm lợi ích chúng sanh, không phải lúc nào cũng làm được, có khi mưa nắng bão táp, công việc làm ăn, bệnh hoạn thất thường, v.v…Nếu không đúng lúc, không có kết qủa mong nuốn, nghĩa là phải tùy theo thời thế, đúng vào lúc thuận tiện.

Công hạnh của Bồ Tát là tạo cái vui chân thật cho chúng sinh. Tạo cái mầm chân thật là dẫn dắt chúng sinh làm các việc lành tránh làm các việc ác, cho đến khi thành hiện thực.

Lòng Từ còn phải đi đôi với lòng Bi, vì nếu chỉ có lòng Từ mà không có lòng Bi, sẽ không trọn vẹn không đầy đủ. Cho vui mà còn khổ, vui sao được? Do đó, chúng ta phân tích qua lòng Bi vô lượng.

2)- BI VÔ LƯỢNG.

Bi là lòng thương xót trước nỗi khổ của chúng sanh. Bi vô lượng là lòng thương xót rộng lớn, bao la, vô bờ bến,

và quyết làm cho dứt trừ những nỗi khổ ấy. Muốn dứt khổ, phải giáo hóa chúng sinh thôi, đoạn trừ làm ác, khởi tâm, tăng tiến làm việc lành. Muốn hiểu rõ tường tận về Bi vô lượng, chúng ta cần phân loại và cần biết cách hành của lòng Bi.

A)- Phân loại

Muốn cứu khổ, chúng ta phải biết có bao nhiêu loại khổ, từ đó chúng ta mới dễ dàng cứu khổ được, có năm loại:

1- Khổ nằm trong nhân:

Mọi người vô minh nên gây nhân xấu mà không biết, cứ làm một cách thản nhiên vui thích, họ có biết đâu rằng họ đang gieo hạt giống xấu. Khi họ gặt qủa dữ, họ cũng không biết là do chính họ gây nhân. Bởi vì ngu si vô minh như thế, nên họ khuyến khích ca ngợi kẻ gây khổ cho người khác, và họ khoan khoái thích thú, tỏ ra ta là người hiểu biết. Đúng họ là người hoan hô cổ võ cho người khác gây khổ để cứu khổ. Thật là bi thương! Chỉ người có trí huệ mới thấy được hậu qủa không tốt mà thôi, nên có câu: "Bồ Tát sợ nhân, chúng sanh sợ qủa".

2- Khổ nằm trong qủa:

Nhiều người không hiểu nhân qủa nghiệp báo, hay có hiểu cũng vô tình hay cố ý quên, nên khi qủa dữ tới với họ, họ than trời trách đất, họ cho rằng họ chẳng tạo tội gì cả, họ đổ thừa tại thế này, tại thế nọ, nên mới khổ như thế. Họ có biết đâu rằng những gì gánh chịu hôm nay là do việc làm ác tồn đọng từ lâu, từ đời qúa khứ xa xưa cho đến các việc làm ác ngày nay, nó đã đủ nhân đủ duyên nên mới phát hiện. Vậy muốn sau này được an vui, đời sau yên vui, ngay bây giờ, từ nay về sau phải gây nhân tốt, để rồi nhận qủa lành.

3- Khổ bao trùm thời gian:

Như thế, rõ ràng nhân qủa theo nhau như hình với bóng, không dứt ra được, vì trong khi ta lãnh qủa, ta lại tạo nhân. Nó cứ chồng chất và tiếp tục mãi như bánh xe quay vòng, không bao giờ ngừng từ vô thủy đến vô chung, không tạm nghỉ xả hơi một lúc nào cả.

4- Khổ bao trùm cả không gian:

Khổ xảy ra với mọi người ở mọi nơi, khi có si mê thì có gây nhân xấu, mà con người luôn luôn ở trong vô minh. Thành ra, con người ở bất cứ đâu cũng khổ cả, nó không có biên cương, trùm khắp nơi khắp chốn.

5- Khổ chi phối mọi loài:

Các loài Súc sinh, Ngạ qủy, Địa ngục, đối với ba loài này, khổ là hiển nhiên theo sự thấy của con người. Nhưng đối với chúng, chưa chắc chúng đã thấy rõ ràng như chúng ta thấy chúng khổ như thế. Loài Người biết khổ, nhưng vì say đắm năm dục (sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, ngon miệng, tiếp xúc khoái cảm), nên bị tham, sân, si kéo lôi thành ra chịu khổ mà nhiều người không biết. Loài Thần, sướng hơn người, nhưng có tính hay tranh đấu hơn thua, đánh nhau gây lộn thành ra cũng có khổ não. Loài Trời sung sướng nhất trong sáu loài, nhưng vẫn còn năm suy (Vòng hoa đội trên đầu héo dần, Áo choàng dính bụi bẩn, thân thể mất mùi thơm, Các Thiên nữ bỏ đi, Không thích ngồi tòa ngồi) vào thời gian cuối đời, nên rất buồn khổ trước khi qua đời.

B)- Cách hành của tâm bi.

Các vị Bồ Tát có lòng Đại Bi độ khắp chúng sinh, nên các Ngài thường vào các loài, sống như mọi loài để giáo hóa chúng sanh sửa bỏ tính xấu làm việc lành, cứu giúp chúng sanh khỏi cơn nghèo đói, hoạn nạn, bệnh tật. Người có lòng Bi là người có lòng vị tha, không sống cho

mình mà sống cho người, luôn tìm cơ hội để giúp kẻ khác, mà chẳng bao giờ mong đền đáp.

Những người nghèo đói, tàn tật, bệnh hoạn, côi cút, phóng đãng hư hỏng, v.v… trong xã hội là những hạng cần đến những người có tâm Bi cứu giúp từ vật chất đến tinh thần. Những người trong những hoạn nạn ấy nên được thương xót hơn là chê trách lên án họ, cần phải giúp đỡ và tùy trường hợp mà giáo hóa dậy dỗ cho họ khỏi khổ.

Mỗi người đều có đủ tính tốt và tính xấu, khi tính xấu của một người phát triển hơn tính tốt, người ấy trở thành người xấu. Ngược lại, khi tính tốt phát triển mạnh hơn, người ấy trở thành người tốt. Đôi khi chỉ cần một hành động nhỏ, một lời nói khéo đúng lúc, cũng có thể đổi hẳn thái độ và cách sống của một người hay nhiều người.

Nhân loại ngày nay đầy dẫy những cảnh căm hận giận thù, giết người hại vật, coi mạng sống như cỏ rác. Muốn cứu vãn khổ đau của tất cả chúng sinh, phải giáo hóa chỉ bày mọi người làm lành tránh làm ác, và thực hiện lòng Bi, để tẩy trừ những hành động bạo tàn độc ác.

3)- HỶ VÔ LƯỢNG

Tâm Hỷ là cái vui làm tiêu tan lòng ghen ghét, ganh tị, đố kị, tật đố. Vì có người thấy người khác thành công lấy làm khó chịu, không muốn ai nói tới, hay tìm cách gièm pha chê bai. Thấy người khác thất bại lại vui mừng, mang chuyện người khác thất bại đi nói với người nọ người kia một cách thích thú. Người có lòng Hỷ được hưởng nhiều lợi ích do lòng tốt đem lại, vì thấy người vui mà vui theo, đây là tùy Hỷ. Có hai loại tâm Hỷ: Tâm Hỷ của thế gian, và tâm Hỷ của Bồ Tát.

1- Tâm Hỷ của thế gian: Cái vui của thế gian có nhiều loại như:

- Thấy người đẹp đẽ vui vẻ, nghe người nói hay, hoặc hát hay, ngửi mùi thơm nước hoa của người khác, được ăn thức ăn ngon, được cảm giác lạ v.v… thì thích thú say mê vui vẻ. Đây là vui theo dục vọng, theo lòng phàm, cần phải kiểm soát, nếu không có thể sẽ gây khổ não buồn phiền.
- Vui theo ác nghiệp: Như khi thấy người sát sinh, trộm cướp, tà dâm, nói dối, v.v…lại tán đồng vui theo. Đây là sự khuyến khích việc làm ác của người ác, sự vui theo này là tòng phạm với kẻ có tội sẽ chịu khổ.
- Vui theo những việc nhân từ phúc thiện, như thấy người làm biệc bố thí, cúng dàng, lập nhà thương miễn phí, lập trại tế bần giúp kẻ nghèo đói, cứu kẻ tàn tật mồ côi bệnh khổ v.v…. Ta hết lời ca tụng, tiếp tay cho công việc của họ được thành công, mà không vì danh lợi của mình. Sự vui theo này là một bước tiến trên đường tạo thiện nghiệp, sẽ được qủa lành vui.

2- Tâm Hỷ của Bồ Tát:

Vui theo đúng ý nghĩa của chữ Hỷ không phải là cái vui của thế gian mà là do lòng Từ Bi hóa độ chúng sinh hết khổ được vui nên vui theo chúng sinh. Cái vui này còn vui hơn cái vui của chúng sanh được hưởng, tại sao vậy? Vì khi chúng sinh hết khổ được vui, chư Phật cũng vui mừng, nên Bồ Tát làm Phật sự càng mừng vui hơn.

Chư Bồ Tát phá cái buồn phiền của chúng sinh bằng hai cách:

- Dạy chúng sanh hiểu nguyên nhân của buồn phiền, và khuyên can chúng sinh xả bỏ sự buồn phiền.
- Hiểu rõ mọi sự việc: Bồ Tát giải thích cho chúng sanh hiểu lý sống ở đời về sự ghen ghét, ganh tị, tật đố, v.v…là những sự nhỏ nhen không nên để ý đối với một người hiền nhân quân tử. Nếu người ấy hiểu được rồi và

bỏ tính nhỏ nhen ấy, Bồ Tát đã làm được việc giáo hóa tốt đẹp.

- Khi chúng sinh đã hiểu biết thế nào là làm lành tránh ác rồi, sẽ xả bỏ những nhỏ nhen có tính cách nghĩ ác chất chứa trong lòng ấy, biết nhu hòa, biết vui khi người khác vui. Như vậy người ấy không còn buồn phiền mà được vui, Bồ Tát thấy thế thì vui theo.

Cái vui theo này ra ngoài phạm vi tự lợi, tự đắc, ngã mạn ở thế gian, mà bình đẳng, làm cho chúng sanh hết mê lầm được yên vui.

Chúng ta nên học cái vui của chữ Hỷ này, cái vui tinh khiết trong sạch, đẹp đẽ, cao cả không ích kỷ như của người đời.

4)- XẢ VÔ LƯỢNG.

Xả là bỏ đi, không kể, không chấp, không nhớ bỏ qua luôn. Đây là đức tính cần thiết khó thực hành nhất. Xả không có nghĩa là lạnh lùng, lãnh đạm, không màng đến thế sự. Vì chúng sinh chịu đủ thứ phỉ báng nguyền rủa giữa những cơn thăng trầm, thịnh nộ của cuộc đời. Người cao thượng luôn luôn giữ tâm bình thản khi được khen ngợi hay bị chỉ trích, tâm không lay động như núi đá vách sắt. Có hai loại Xả:

1- Tâm Xả của thế gian:

Khi một người khác làm diều lầm lỗi cho mình mà mình bỏ qua không phiền trách buồn giân, đó là tha thứ lỗi lầm cho người đó. Hoặc người ta gây khổ đau cho mình, mà mình cam nhận, nhẫn chịu, đó là xả bỏ. Nhưng có sự việc mà ta ít để ý là nhiều người có tính tự hào, đắc chí, ngạo mạn, gây sự bất bình cãi vã, to tiếng giữa anh em, bạn bè cùng nhóm với nhau về một phương diện nào đó, như đoàn thể, tổ chức, v.v… Nguyên nhân do chấp

ngã chấp nhân, chấp mình chấp cái này cái nọ mà thành ra lắm chuyện không hay xảy ra.

Vì sự chấp mình làm (chấp ngã), lại thấy kết qủa mình đạt được (chấp pháp), nên bị trói cột trong ngã nhân (ta người) bỉ thử (cái này cái kia), không bao giờ rứt ra được. Tuy có người biết chấp ngã là không phải, nhưng vẫn còn chấp pháp (chấp cái này cái kia, cái của ta …), thành ra chưa hoàn hảo được.

2- Tâm Xả của Bồ Tát:

Chỉ có Bồ Tát mới gột rửa được hết những sự chấp nêu trên, và dùng tâm bình đẳng để lợi ích tất cả chúng sinh mà thôi. Bồ Tát đã sach hết những điều sai quấy, không có một tí ghen ghét, ganh tị, đố kị nào cả. Bồ Tát không thấy mình là ân nhân mà ngược lại thấy chúng sanh là ân nhân của mình. Tại sao lại kỳ lạ vậy? Vì Bồ Tát cần làm, muốn làm Phật sự, để tiến bước trên đường đạt đạo qủa vô thượng Bồ Đề.

Người có tâm Xả sẽ không luyến ái, xa lánh lòng tham ái. Người có tâm xả thì không lãnh đạm, không thờ ơ, không lạnh lùng với chúng sinh. Người có tâm Xả luôn luôn có tâm vô tư, thản nhiên, an tịnh trước mọi hoàn cảnh trong cuộc đời.

Bồ Tát có một tâm Xả vô cùng rộng lớn, cao cả, bình đẳng, không phân biệt và trừ một loại nào, mà bao gồm hết thảy chúng sanh. Làm tất cả mà như không làm gì, giáo hóa cứu độ chúng sinh mà không thấy mình giáo hóa cứu độ. Đó mới là đại Xả.

IV)- Ý NGHĨA CỦA TỪ BI HỶ XẢ:

Bốn đức tính của Từ, Bi, Hỷ, Xả có liên quan mật thiết với nhau, thiếu một thứ là mất ý nghĩa toàn vẹn của nó. Nó lại có hai cặp đi đôi với nhau như hình với bóng, có Từ phải có Bi, có Bi phải có Từ. Cho vui mà không cứu

khổ thì không vui trọn vẹn, cứu khổ mà không có vui, tức còn ngã mạn, tự đắc, xa cách, không thân thiện, nên chưa đủ ý nghĩa của cứu khổ. Có Hỷ phải có Xả, ngược lại có Xả phải có Hỷ. Có Hỷ, tức vui theo, mà chưa Xả, tức chưa hết tham dục, thì không vui được. Khi có Xả, mà không có Hỷ, tức còn chấp nhân ngã nên chưa vẹn toàn.

Những ai muốn trở thành bậc vĩ nhân, muốn vượt lên trên để phục vụ nhân loại, muốn theo gót chân chư Phật và chư Bồ Tát, có thể phát triển hàng ngày và trau giồi bốn đức tính cao thượng này, nó luôn luôn có sẵn trong mỗi con người, sẽ trở nên mỗi ngày mỗi thăng tiến, và được vô lượng công đức.

Từ Bi Hỷ Xả phải rộng lớn mới thấu tới vô lượng chúng sinh, có vô lượng mới trừ hết vô lượng phiền não, có vô lượng mới độ được vô lượng chúng sinh hết khổ được vui.

Bởi vậy chư Phật đều có đủ bốn tâm cao thượng là Đại Từ, Đại Bi, Đại Hỷ, và Đại Xả.

V)- TÓM KẾT BỐN VÔ LƯỢNG TÂM:

Bốn Vô Lượng Tâm nói thì dễ, mặc dù bốn đức tính Từ Bi Hỷ Xả đã có sẵn trong mỗi người, nhưng khi thực hành mới thật là khó. Trước khi thực hành phải nghiên cứu cho tường tận, phải thông suốt đường lối, và khi bắt đầu, phải phát nguyện kiên cố. Khi làm, phải theo từng tầng bậc, từ dễ đến khó, từ nhỏ bé dần tiến lên rộng lớn, không thể hấp tấp vội vàng được. Khi đang làm phải bền lòng quyết chí, kiên nhẫn, nhẫn chịu mọi chông gai thử thách ở đời mới mong mỹ mãn được.,.

Bốn Chính Cần, Bốn Như Ý Túc

(Tăng Nhất A Hàm, quyển 1 trang 570, 571. Tạp A Hàm quyển 2 Kinh số 361 trang 387. Phật Học Phổ Thông quyển 3)

Bốn Chính Cần

I)- Bốn Chính Cần là gì?

Bốn chính cần là bốn việc chính, cần siêng năng cần cù làm cho được kết qủa tốt đẹp, làm cho tăng tiến mỹ mãn hơn lên. Bốn chính cần còn được gọi là **Bốn chính đoạn**. Bốn chính cần ngầm ý có sự quyết tâm, nhẫn nại, chịu đựng, dẻo dai, cố gắng, bền bỉ làm cho sự việc đang có xấu giảm đi dứt luôn, sự xấu chưa có không để sinh ra. Sự tốt đẹp đang có tiếp tục phát triển hơn lên, sự tốt chưa có làm cho phát sinh ra. Nhưng thế nào là sự xấu, việc ác, là sự tốt đẹp, việc thiện? Chúng ta cần phân biệt giữa thiện và ác trước khi nói đến Bốn Chính Cần.

II)- Phân biệt điều thiện và điều ác:

Nói đến điều thiện và điều ác một cách tổng quát thì ai cũng biết, nhưng đi vào chi tiết và cách đối xử hàng ngày nhiều người đã không phân biệt được đâu là thiện, đâu là ác. Nhiều người đã lầm lẫn giữa thiện và ác, họ đã cho việc ác là thiện, việc thiện là ác, bởi vậy họ đã hành động điên đảo, tạo khổ đau cho mình và cho người. Họ đã tạo nghiệp dữ do si mê nên lẫn lộn giữa tốt và xấu, vì không phân biệt được giữa thiện và ác một cách rõ ràng.

Đức Phật dạy bốn nguyên tắc căn bản để chúng ta nhận định phân biệt được sự khác biệt giữa điều tốt việc thiện, với điều xấu việc ác như sau:

1)- Nếu ý nghĩ lời nói việc làm của mình có hại cho mình, có hại cho người, có hại cho cả hai, đây là điều xấu, việc ác.
2)- Nếu ý nghĩ lời nói việc làm của mình có lợi cho mình, có hại cho người, đây là điều xấu, việc ác.
3)- Nếu ý nghĩ lời nói việc làm của mình có hại cho mình, có lợi cho người, đây là điều tốt, việc thiện.
4)- Nếu ý nghĩ lời nói việc làm của mình có lợi cho mình, có lợi cho người, đây là điều tốt, việc thiện.

Từ bốn nguyên tắc này, chúng ta cố gắng suy gẫm, sẽ phân biệt được đâu là thiện đâu là ác. Như vậy chúng ta không còn nhầm lẫn giữa thiện và ác, từ đó chúng ta hành động một cách quang minh chính đại. Nên nhớ rằng điều thiện và điều ác, nó thể hiện không chỉ ở hành động, mà còn ở lời nói. Nó cũng thể hiện không chỉ ở việc làm và lời nói, mà còn cả ở trong ý nghĩ. Vì ý nghĩ là đầu mối của lời nói và việc làm.

III)- Phân tích Bốn Chính Cần:

Bốn chính cần gồm: Trừ dứt các điều ác đã có, ngăn không cho phát sinh các điều ác mới, tiếp tục phát triển các điều lành đã có, và làm cho phát khởi các việc lành mới. Chúng ta lần lượt phân tích bốn việc này như sau:

1)- Dứt trừ các điều xấu ác đã có:

Dứt trừ các điều xấu ác từ ý nghĩ lời nói đến việc làm đã có, hoặc nhiều hoặc ít đã có xảy ra, không tiếp tục làm nữa. Thí dụ: Trước đây hay nói dối, nói đâm thọc, nói ác v.v…, từ nay về sau kiểm soát lời nói không cho xảy ra như thế nữa. Hoặc trước kia thỉnh thoảng có dùng mánh lới lấy của của người, từ nay trở đi không còn nghĩ đến vấn đề ấy nữa. Hoặc có bạn rủ đi câu, đi săn, bắt cá giết xúc vật mang về cùng nhau uống rượu vui vẻ, trước đây đã từng làm như thế. Nay thấy rõ đây là làm xấu ác, tạo

nghiệp xấu, nên từ chối không làm nữa. Không nên như người vô trí mà nói rằng: "Ta chẳng làm gì xấu ác cả". Có bao nhiêu việc xấu ác đã nghĩ, đã nói, đã làm, vì mê mờ, vì chấp cái sai cho là phải, nên không nhận ra mà thôi. Nên bỏ thời giờ suy xét trong năm qua, trong tháng qua, trong tuần qua, trong ngày hôm qua ta đã nghĩ gì nói gì làm những gì xấu ác không? Từ tham lam, giận hờn, kiêu căng, tật đố, ghen tị v.v… đều là nguồn gốc của buồn khổ, nguồn gốc của xấu ác. Nếu có, từ nay ta nên cẩn thận dẹp bỏ dứt trừ, không tiếp tục như thế nữa. Chúng ta phải nghĩ như thế này: " Những sự xấu ác kia ta đã làm vì ta chưa hiểu biết, nay ta hiểu lý lẽ chân thật do đức Phật dạy, nên từ nay trở đi, những điều nào có hại cho người ta không làm nữa. Ta biết rằng làm việc ác là tạo nghiệp dữ phải lãnh ở kiếp này hoặc ở các kiếp mai sau không sao tránh được. Vì lợi ích cho ta nên ta phải dứt trừ những nghiệp ác không cho tái phạm nữa".

2)- Ngăn không cho điều xấu ác phát sinh:

Những điều xấu ác sắp phát sinh trong ý nghĩ lời nói hay hành động, không nên cho nó sinh khởi, phải dập tắt ngay từ trong trứng nước, dập tắt ngọn lửa nhen nhúm từ trong ý tưởng. Vừa nghĩ tới điều gì, ta tự hỏi ngay: "Việc này có hại cho người không?". Nếu có hại cho người, ta phải dẹp bỏ ý định ấy ngay. Thí dụ: Khi muốn lấy tiền của của người khác, ta nghĩ ngay rằng đây là việc hại người, ta không thể làm như vậy được. Dù là việc tà dâm, nói dối, nói ác v.v… đều là hại người hại ta hại cả hai, nên không làm được.

Sự ngăn chặn không cho việc xấu ác sinh khởi từ thân miệng đến ý, ta phải luôn luôn để ý từng giây phút và lâu dài bền bỉ, chứ không phải chỉ để ý một lúc rồi quên. Không phải chỉ để ý một ngày rồi sau đó buông trôi mặc

cho ý miệng thân tạo tác theo dục vọng. Vì dục vọng đã có từ hồi nào tới giờ, nó đã qúa quen với sự phóng túng điên đảo, nên cần phải canh chừng lâu dài mới mong trị được cái bệnh trầm kha phát khởi điều xấu ác này được.

3)- Tiếp tục phát triển điều tốt lành đã có:

Nếu đã từng làm, nói, nghĩ những điều tốt thiện rồi, tiếp tục tăng thêm hơn lên cho lớn mạnh hơn. Nếu đã làm lợi cho một ít người rồi, nay làm lợi cho nhiều người hơn. Thí Dụ: Chúng ta đã bố thí rồi, nay bố thí thêm, bố thí rộng rãi hơn, nhiều hơn. Chúng ta đã từng nhẫn chịu, nay nhẫn nhục nhiều hơn nữa v.v…

Không nên cho rằng các việc làm tốt thiện đã đủ rồi, không cần làm nữa, mà cần phải làm thêm, cố gắng hơn nữa để cho lòng Từ Bi được phát triển nẩy nở rộng lớn. Khi ta làm các việc tốt thiện, tâm ta vui cùng cái vui của người nhận được, như vậy ta sẽ đạt được tâm an lạc ngay trong hiện tại.

4)- Khởi sự làm các việc tốt lành:

Nếu trước kia chưa làm các việc tốt lành, từ bây giờ ta bắt đầu làm. Thí dụ: Từ hồi nào tới giờ chưa bố thí cho ai cả, ta nên tạo cơ hội, xem chỗ nào cần giúp đỡ từ sự chỉ bảo tốt lành đến vật chất. Nếu đã làm sự tốt lành về phương diên này rồi mà chưa làm sự tốt lành về phương diện khác, ta nên khởi sự làm về phương diện chưa làm kia. Thí dụ: Đã từng bố thí, nay ta nên phóng sinh, tránh sát sinh. Từ hồi nào tới giờ chưa nói lời tốt thiện, bây giờ ta cố gắng bắt đầu nói những điều tốt lành cho người v.v… Đừng nên khi có ý nghĩ tốt, rồi lại đắn đo suy tới nghĩ lui trì hoãn, để rồi sự việc làm tốt trôi qua, bỏ qua, như thế là bỏ mất một cơ hội làm điều tốt thiện. Thí dụ: Như khi thấy người nghèo ăn xin, tính giúp chút đỉnh,

nhưng lại đi qua, không chịu đứng lại cho. Đây là để lỡ một việc làm tốt, tạo nghiệp tốt cho ta.

IV)- Kết luận về Bốn Chính Cần

Nhiều người chỉ vì đắn đo, tính tới tính lui về sự giàu nghèo, thiếu đủ, hơn kém, được mất mà quên việc tốt thiện. Không những quên mất việc tốt thiện mà còn gây việc xấu ác, gây hận thù, tranh giành, chiếm đoạt v.v…. tạo nghiệp dữ. Nếu biết đủ, dù giàu hay nghèo vẫn có thể làm tốt thiện được, chứ không phải chỉ người giàu có mới làm tốt thiện được. Thiện hay ác phát nguồn từ tâm ý, người nghèo có tâm từ vẫn làm được việc thiện, người giàu không có tâm từ không làm được việc thiện, mà ngược lại còn tạo ác nhiều hơn.

Nếu ai ai cũng diệt trừ điều xấu ác, giảm thiểu điều xấu ác, không cho điều xấu ác phát khởi. Nếu ai ai cũng tiếp tục làm tăng thêm điều tốt lành, và làm cho điều tốt lành chưa có được sinh khởi. Thử hỏi xã hội như thế sẽ đạt được thành qủa như thế nào? Khỏi cần trả lời, ai ai cũng thừa biết là vô cùng tốt đẹp, đã vô cùng tốt đẹp thì có khác gì Thiên Đàng không?

Đối với người tu, nếu thực hành đầy đủ Bốn Chính Cần một cách nhu nhuyễn, đường dẫn đến giải thoát mở rộng thênh thang với ánh sáng chói lòa chờ đón vị ấy ở cuối đường.

Bốn Như Ý Túc

I)- Bốn Như Ý Túc là gì?

Bốn Như Ý Túc là bốn điều được như ý muốn, bốn cách làm cho thiền định được kết qủa mỹ mãn đầy đủ, là bốn nẻo đường dẫn tới thần thông. Khi được định đầy đủ mỹ mãn rồi, tức là ở trong chính định, đã ở trong chính định sẽ thành tựu thần thông, nên còn được gọi là “Bốn

Thần Túc". Để giúp cho người tu hành tiến tới đạo qủa, Phật đã chế ra "Bốn Như Ý Túc", mà người tu hành cần phải học và hành khi thiền định để đi đến giải thoát. Khi đạt được tới đích, sự thù thắng sẽ thành tựu.

II)- Phân tích Bốn Như Ý Túc

Có bốn loại như ý túc chúng ta sẽ phân tích dưới đây:

1)- Ý chí quyết tâm mong muốn:

Là ý chí mạnh mẽ, quyết tâm thực hành, mong mỏi đạt mục đích tối thượng. Nó giống như chí thệ nguyện, quyết tử, luôn luôn nhớ nghĩ trong lòng, không lúc nào sao lãng quên. Luôn luôn để hết tâm tư vào việc mình đang theo đuổi, đang tu hành. Việc này cũng như mèo rình chuột chỉ một bề ngó vào hang chuột, không nhòm ngó chỗ nào khác. Người hành thiền cũng vậy, quyết tâm, nhất chí, mong mỏi, chú ý, không suy nghĩ chuyện gì khác ngoài việc đang làm đang thiền. Các việc khác đều quên hết thảy, có tiếng động, giọng ca đâu đó cũng không nghe, có bóng người (đẹp) qua ngay trước mặt cũng không thấy.

2)- Tinh tấn:

Tinh tấn là tăng tiến dũng mãnh, chuyên cần siêng năng chăm chỉ không lười nghỉ, không thoái lui, không bỏ cuộc. Khi tinh tấn thì cần mẫn theo đuổi liên tục cho tới khi đạt mục đích mới thôi. Người tinh tấn luôn luôn có nghị lực mạnh mẽ, dẻo dai bền bỉ. Cũng ví như gà chim ấp trứng luôn luôn nằm tại ổ để cho trứng được ấm, đủ điều kiện cho trứng nở thành con. Nếu gà hay chim ấp trứng chốc chốc lại bỏ ổ đi kiếm ăn, để cho trứng nguội lạnh, tất trứng không thể nở thành con được, lúc ấy trứng bị ung thối. Người tu hành cũng vậy, phải tinh cần hành trì không ngưng, mới có triển vọng đạt tới đích.

3)- Nhất tâm nhất ý:

Tất cả chỉ chú tâm vào một vấn đề đang tu, nhất tâm chú ý vào chủ đề, nhất ý để tâm vào một việc. Không ôm đồm nhiều việc, không suy nghĩ hết việc này tới chuyện khác. Không cho tư tưởng khác khởi lên, không cho tưởng nhớ điều nào khác, nghĩa là không cho các suy nghĩ vọng tưởng xen vào. Chỉ chú tâm vào một việc thiền định mà thôi. Tại sao? Vì khi suy nghĩ tưởng nhớ điều này việc nọ thì tâm bị tán loạn, sẽ không thể vào định được. Khi tâm lặng tức là những vọng tưởng đều không có không còn, chỉ còn có nhất tâm, cái một tâm này là tâm thiền về một vấn đề. Khi được một tâm rồi việc vào định sẽ dễ dàng nên việc.

4)- Quán sát:

Khi đã vào định được, ở trong định hành giả dùng trí tuệ sáng suốt để quán sát các pháp. Do định sinh trí huệ, dùng trí huệ này quán sát các pháp sẽ thấy biết như thật, quán sát vũ trụ vạn vật đúng như nó là, không sai sót mảy may. Khi đã quán sát đúng chân thật vạn vật, như thế là hết Vô minh được giải thoát.

III)- Kết luận về Bốn Thần Túc:

Xem như vậy, Bốn Như Ý Túc có bốn điều cần thực hiện, từ điều thứ nhất cần có ý chí quyết tâm mong muốn thành đạt trong việc tu hành, nên tinh cần dũng mãnh không lười mỏi. Từ sự tinh chuyên lâu bền cố gắng hành trì kiên cố, đoạn tham ái, dẹp trừ loạn tưởng, xa lìa dục, vô dục, xả ly được nhất tâm. Từ nhất tâm ta được định, được định nhu nhuyễn rồi trí huệ sinh. Trí huệ sinh thấy biết muôn pháp như thật, thấy biết như thật, các lậu hoặc (cáu bẩn) sạch hết, được vô lậu giải thoát. Lúc ấy thần thông diệu dụng sẽ hiển hiện đủ cả., .

Năm Căn, Năm Lực

(Tạp A Hàm quyển 2 từ Kinh số 643 đến 660 từ trang 634 đến 645, và từ Kinh số 670 đến 683 từ trang 649 đến 665. Phật Học Phổ Thông quyển 3)

I)- Năm Căn

1)- Năm căn là gì?

Năm Căn là năm vấn đề căn bản, năm cội gốc, năm nguồn căn bản cho việc tu hành. Đó là Tín Căn, Tinh Tấn Căn, Niệm Căn, Định Căn, và Huệ Căn.

- Tín Căn nên biết Bốn Bất Hoại Tín.
- Tinh Tấn Căn nên biết Bốn Chính Cần hay Bốn Chính Đoạn.
- Niệm Căn nên biết Bốn Niệm Xứ.
- Định Căn nên biết Bốn Thiền.
- Huệ Căn nên biết Bốn Thánh Đế.

2)- Phân tích Năm Căn

A)- Tín Căn. Thế nào là Tín Căn?

Tín căn là lòng tin vững chắc, lòng tin trong sạch, không bị bất cứ chuyện gì làm cho lay chuyển. Không một ai khác có thể phá hư hoại lòng tin sắt đá ấy được. Lòng tin này có được là do đã có bằng chứng, có luận lý, có lý trí xét soi đúng sai thật giả. Lòng tin vững chắc này khác với lòng tin mù quáng. Lòng tin mù quáng là tin không có lý trí xét soi hư thực chân giả. Lòng tin mù quáng là tin không có chứng minh cụ thể, mà chỉ được lý luận dông dài, huyền hoặc, nói suông, mơ hồ mà thôi.

Có bốn thứ Tín Căn (bốn bất hoại tín)

1- Tín Phật: Tin Phật là người giác ngộ hoàn toàn giải thoát mọi dục vọng, trí huệ rộng hơn biển cả, đức hạnh

cao cả tuyệt vời, đầy đủ từ bi trí dũng, công đức cao rộng hơn hư không.

2- Tín Pháp: Tin giáo lý của Phật là chân chính, chân thật, có một không hai trên thế gian này. Tin lời giảng dạy của Phật là đúng đắn, vì Ngài nói ra từ kinh nghiệm bản thân chứng nghiệm, chứng minh được, tuyệt đối không hư dối.

3- Tín Tăng: Những đệ tử của đức Phật là người tuân hành triệt để lời dạy của Phật đều thành tựu mỹ mãn. Có biết bao người tu theo giáo pháp của Phật đã tới đích một cách vẻ vang.

4- Tín Giới: Những giới luật do Phật đặt ra là những hàng rào ngăn cản không cho đi sâu vào tội lỗi. Những giới cấm của Phật đặt ra chỉ có mục đích giúp cho người tu hành thoát khỏi những nanh vuốt của giặc ma tham sân si v.v… Do đó người tu hành tin giới luật càng kiên cố bao nhiêu càng dễ dàng hơn bấy nhiêu trong việc giải thoát khỏi khổ, được cứu cánh Niết Bàn.

B)- Tinh Tấn Căn. Thế nào là Tinh Tấn Căn?

Tinh Tấn Căn là hăng hái tiến lên trong việc tu hành, dũng mãnh hành trì không ngưng nghỉ. Nhẫn nhục, chịu đựng gian khổ, kiên trì trước mọi cản trở khó khăn, không chịu dừng bước trên đường tu hành. Không bao giờ thỏa mãn khi chưa đạt được đích tối thượng. Cố gắng liên tục pháp đang tu hành như thế, còn phải diệt trừ các điều xấu ác đã có đang có, làm cho các điều xấu xa mất gốc rễ luôn, không còn ngóc đầu tiếp tục được nữa. Còn phải ngăn chăn không cho các điều xấu ác mới ló đầu xuất hiện. Lại làm các pháp tốt lành có sẵn phát triển hơn lên, các điều tốt đẹp chưa có làm cho sinh khởi bắt đầu thực hiện làm.

C)-Niệm Căn

Thế nào là Niệm Căn?

Niệm Căn là chú ý, ghi nhớ pháp môn tu hành tường tận rồi, còn phải quán sát nội thân trên thân, quán cơ thể bộ phận trong người như quán óc, răng, xương, phổi, tim, gan, thận, ruột v.v… Quán những bộ phận ngoài thân như đầu, tóc, tai, mũi, tay, chân v.v… Quán những cái liên lạc trong và ngoài thân như gân, thần kinh, mạch máu v.v…Cố gắng, nỗ lực ghi nhớ, chính niệm, chính trí điều phục tham ưu buồn phiền. Quán thọ trên thọ, quán sát các cảm giác vui sướng thích khoái đê mê, quán sát các cảm giác buồn khổ bực bội khó chịu không ưa, hoặc quán sát các cảm giác không vui không buồn. Quán tâm trên tâm, quán ý nghĩ tham lam giận hờn, quán tư tưởng tốt xấu khởi lên trong đầu. Quán pháp trên pháp, quán đối tượng của tâm như hình sắc đẹp xấu, tiếng ca hát hay dở v.v… Quán sát tất cả những thứ đó, rồi xa lìa từ bỏ nó v.v… (Xem bài Bốn Niệm Xứ)

D)- Định Căn. Thế nào là Định Căn?

Khi ghi nhớ đầy đủ rồi, quán sát nội thân trên thân, ngoại thân trên thân, nội ngoại thân trên thân như trên được nhu nhuyễn thuần thục rồi. Ly dục, lìa pháp ác, có giác (biết), có quán (thấy), có hỷ lạc (vui mừng) do lìa dục sinh chứng đắc Thiền thứ nhất, thành tựu an trú. Rồi giác quán tịch tịnh, nội (trong) tĩnh nhất tâm, không giác không quán, hỷ lạc do định sinh, chứng đắc Thiền thứ hai. Rồi ly hỷ, ly dục, xả tất cả, vô cầu, an trú với chính niệm chính trí, xả niệm lạc trú, chứng đắc Thiền thứ ba, thành tựu an trú. Rồi diệt vui, diệt buồn, diệt vui buồn, không vui không khổ, xả niệm thanh tịnh, chứng đắc Thiền thứ tư, thành tựu an trú (Xem bài Bốn Thiền tám định).

E)- Huệ Căn. Thế nào là Huệ Căn?

Khi hành giả tu tập thiền tiến tới tĩnh lặng rồi vào chính định. Ở trong chính định sẽ sinh huệ, dùng huệ quán sát thấy biết như thật về khổ, thấy biết như thật về nguyên nhân gây ra khổ, thấy biết như thật cách diệt khổ, thấy biết như thật đạo diệt khổ. Thấy biết tất cả vạn pháp như thật, đó gọi là Huệ Căn.

3)- Kết luận về Năm Căn:

Nếu người nào đối với Năm Căn quán sát như thật rồi, đối với Ba Kết sẽ được đoạn được biết. Ba Kết là gì? Đó là Thân Kiến (chấp ta), Giới Thủ (chấp giữ cái sai) và Nghi. Người đoạn Ba Kết đạt Tu Đà Hoàn, không đọa vào đường ác, quyết định chính hướng đến chính giác. Còn bảy lần sinh lại thế gian này, qua lại cõi Người cõi Trời, sau đó giải thoát luôn.

Khi tu Năm Căn, y viễn ly, y vô dục, y diệt, hướng đến buông xả. Đây là Năm Căn thành tựu, Năm Căn thành tựu tức là Tín Căn, Tinh Tấn Căn, Niệm Căn, Định Căn, Huệ Căn thành tựu. Nhưng năm căn này Huệ Căn là trên hết, vì Huệ Căn nhiếp trì tất cả, ví như căn nhà cây đòn nóc là trên hết.

Trong bộ Tăng Nhất, quyển 2, trang 196. Tại đạo tràng Kỳ Hoàn trong vườn Cấp Cô Độc nước Xá Vệ, đức Phật giảng "Thiện tụ". Thế nào gọi là thiện tụ?

Nghĩa là Năm căn gồm tín căn, tinh tấn căn, niệm căn, định căn, và tuệ căn. Nếu người nào tu hành năm căn này, sẽ thành Tu đà hoàn, được pháp không thoái chuyển, sẽ thành tựu chí đạo. Tinh tấn lên thành Tư đà hàm, khi mạng chung trở lại cõi này một lần, rồi dứt hết khổ nhập Niết Bàn. Tiến thêm lên A na hàm, khi mạng chung sinh lên cõi Trời rồi nhập Niết Bàn. Tu hành tinh tấn, dứt các

hữu lậu đạt vô lậu, được tâm giải thoát, trí tuệ giải thoát, tự thân tác chứng, như thật biết "sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã thành, việc làm đã xong, không còn thọ thân sau nữa". Thành bậc A la hán. Đức Phật dạy: "Đây là nhóm hay nhất trong các nhóm để tu, nếu chẳng hành theo pháp này, chẳng thành Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm, A la hán, Bích chi Phật, và Phật được".

II)- Năm Lực

1)- Thế nào là Năm Lực?

Năm Lực là năm sức mạnh mẽ, là năm năng lực, năm sức lực. Năm Căn ví như năm ngón của bàn tay, còn Năm Lực ví như sức co ruỗi của các ngón tay để cầm, nắm, cấu véo, bóp, xoa. Năm Lực gồm có: Tín Lực, Tinh Tấn Lực, Niệm Lực, Định Lực, và Huệ Lực. Chúng ta lần lượt phân tích từng Lực như sau:

2)- Phân tích Năm Lực

Vì sức của Năm Lực là nội công của Năm Căn, nên chúng ta chỉ cần nói đến sức này trong năm điều như sau:

1- Tín Lực. Thế nào là Tín Lực?

Tín Lực là sức tin thật vô cùng mạnh mẽ như gang thép, không có gì lay chuyển nổi. Sức tin này còn được gọi là tín thanh tịnh Tam Bảo Phật Pháp Tăng. Khi tin thanh tịnh rồi thì Người, Trời, Thần, Ma, Qủy, ngoại đạo không thể phá hoại được. Đây gọi là Tín Lực.

2- Tinh Tấn Lực. Thế nào là Tấn Lực?

Tinh Tấn Lực là sức mạnh tiến tới như vũ bão, kiên cường dũng mãnh, bền bỉ hành trì kiên cố. Quyết tâm tu Bốn Chính Cần cũng gọi là Bốn Chính Đoạn là: Dứt tuyệt các điều xấu ác đã có trước đây, chặn đứng các điều xấu ác sắp có không cho có, tiếp tục làm cho tăng trưởng

lớn mạnh các việc tốt thiện đã có làm trước đây, khởi sự làm các điều tốt thiện chưa từng làm.

3- Niệm Lực. Thế nào là Niệm Lực?

Niệm Lực là sức mạnh ghi nhớ không quên không thể quên như người ghiền nghiện. Nếu quên, tự nhiên cảm thấy thiếu thốn không chịu được, rất là khó chịu không yên. Luôn luôn nghĩ nhớ quán sát thân trên thân từ đầu tóc tới ngón chân móng chân. Luôn luôn nhớ quán sát thụ trên thụ từ các cảm giác vui buồn không vui không buồn. Luôn luôn quán sát tâm trên tâm từ ý nghĩ hiện tại tương lai đến các tưởng nhớ qúa khứ. Luôn luôn nhớ quán sát pháp trên pháp từ hình ảnh âm thanh đến mùi vị v.v…Cố gắng, nỗ lực, chính niệm, chính trí, điều phục.

4- Định Lực. Thế nào là Định Lực?

Định Lực là tập trung tinh thần mạnh mẽ vào việc tu thiền. Lià dục, lià pháp xấu ác bất thiện, có giác, có quán đầy đủ sinh hỷ lạc, chứng đắc Thiền thứ nhất, thành tựu an trú. Rồi giác quán tịch tịnh, nội tĩnh nhất tâm, không giác không quán, hỷ lạc do định sinh, chứng đắc Thiền thứ hai. Rồi lià dục, ly hỷ, xả tất cả, vô cầu, an trú với chính niệm, chính trí, xả niệm lạc trú, chứng đắc Thiền thứ ba, thành tựu an trú. Rồi diệt vui, diệt buồn, diệt không vui không buồn, xả niệm thanh tịnh, chứng đắc Thiền thứ tư, thành tựu an trú. Tập trung nghị lực dũng mãnh tu thiền để đạt và trụ vào bốn thiền như thế. Đó gọi là Định Lực.

5- Huệ Lực. Thế nào là Huệ Lực?

Sức mạnh của Huệ Lực giống như sức mạnh giữa biển khơi, sức vô cùng giữa không gian vô tận. Bởi vậy đối với vạn vật vũ trụ, huệ này thấu khắp. Nếu đối với khổ biết như thật, nguyên nhân gây ra khổ biết như thật, cách diệt khổ biết như thật, con đường diệt khổ tiến tới đạo

biết như thật. Không có gì không biết. Đó gọi là Huệ Lực.

3)- Bốn Lực khác

Những gì là Bốn Lực khác?

Hành giả đã tu Năm Lực là Tín Lực, Tinh Tấn Lực, Niệm Lực, Định Lực và Huệ Lực rồi, còn phải thực hành bốn lực khác, đó là Vô Tội Lực, Nhiếp Lực, Giác Lực, và Tàm Qúy Lực. Chúng ta lần lượt phân tích như sau:

1- Vô Tội Lực. Thế nào là Vô Tội Lực?

Vô Tội Lực là hành giả ngồi ở chỗ vắng yên tịnh suy nghĩ rằng: "Qúa khứ, hiện tại ta làm điều xấu ác, tiếng xấu đồn xa, tương lai, sau này, đời sau sẽ chịu qủa báo dữ, sinh làm ngã qủy, súc sinh, vào địa ngục. Ta nên tự hối, ta là bậc thầy cũng nên tự hối, dạy người biết hối lỗi. Ta dùng cách tự quở trách và răn không tái phạm nữa. Dũng mãnh kiên trì, kiên cố như thế. Đây là Vô Tội Lực.

2- Nhiếp Lực. Thế nào là Nhiếp Lực?

Nhiếp Lực là Bốn Nhiếp Sự gồm Tuệ Thí, Ái Thí, Lợi Hành, và Đồng Sự. **Tuệ Thí** là sự bố thí pháp, giảng giải giáo lý là tối thắng. **Ái Thí** là nói năng nhu hòa điềm đạm, lời hay ý đẹp, nói đúng lúc. Ái ngữ cũng là tối thắng, vì được mọi người nghe ưa thích lợi lạc. **Lợi Hành** là tối thắng vì đối với người không tin làm cho tin, kiến lập lòng tin; đối với người bỏn sẻn đem lòng nhân bố thí; đối với trí ác, đem chính trí để kiến lập. **Đồng Sự** là tối thắng nghĩa là người tu giới đem tịnh giới trao cho họ; là người tu Tu Đà Hoàn đem cách tu Tu Đà Hoàn trao, v.v…

3- Giác Lực. Thế nào là Giác Lực?

Giác Lực là Huệ, Đại Huệ, Thâm Huệ, Thắng Huệ, Tối Huệ, Thật Huệ. Là biết như thật việc thiện, việc ác; biết

như thật có tội, hay không có tội; biết như thật pháp phân biệt, pháp không phân biệt; biết như thật pháp duyên khởi, pháp không duyên khởi; biết như thật pháp thấp kém, pháp tối thắng; biết như thật tất cả muôn pháp. Đây gọi là Giác Lực.

4- Tàm Qúy Lực. Thế nào là Tàm Qúy Lực?

Tàm Lực là hổ thẹn về điều bất thiện đã lỡ làm, tự thẹn với lòng mình về điều xấu xa đã xảy ra. **Qúy** lực là hổ thẹn với người khác vì việc làm ô uế của mình; Tàm qúy lực là vừa tự thẹn trong lương tâm mình vừa xấu hổ với người về sự đê hèn xấu xa của chính mình.

Tóm lại, bốn lực khác này phụ trợ cho Năm Lực được thành tựu dễ dàng mau chóng hơn. Người tu hành cần phải học, ghi nhớ, và thực hành đồng loạt.

III)- Tổng kết Năm Căn Năm Lực

Nếu người tu hành không tạo ác, hay có tạo ác nhưng đã được sám hối tự răn (Vô Tội Lực), biết hổ thẹn khi lầm lỗi ((Tàm Qúy). Vị ấy có bốn nhiếp sự là bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự (Nhiếp Lực). Hành giả tin Phật Pháp Tăng kiên cố, không vì bất kỳ lý do gì mà thay đổi lòng tin (Tín). Vị ấy hành trì dũng mãnh liên tục không ngưng nghỉ (Tinh Tấn), lại ghi nhớ các pháp tu một cách triệt để (Niệm). Hành giả quyết tâm tập trung tâm ý vào việc tu hành để đạt thanh tịnh (Định), khi ở trong định nhu nhuyễn được chính định, vị ấy quán sát vạn pháp vũ trụ (Giác, Huệ). Hành giả sẽ biết như thật tất cả, biết như thật rồi sạch hết ô nhiễm cấu uế được vô lậu giải thoát. Khi đó thần thông diệu dụng tự hiển hiện., .

Bảy Giác Chi

(Tạp A Hàm quyển 2 từ Kinh số 696 đến số 711 từ trang 690 đến 700, quyển 3 Kinh số 713, 714, 715, 718, 719 từ trang 11 đến 29. Trung A Hàm quyển 4 trang 130. Phật Học Phổ Thông quyển 3).

I)- Bảy Giác Chi là gì?

Giác chữ Phạn là Boddhi (Bồ Đề) là giác ngộ; Chi là nhánh, loại, phần. Bảy Giác Chi là bảy loại tu tuần tự sẽ đạt đến đạo qủa. Bảy Giác Chi còn gọi là "Bảy Giác Phần", hay còn gọi là "Thất Bồ Đề", bảy phương tiện thực hành sẽ đi đến giải thoát.

II)- Phân tích Bảy Giác Chi.

Bảy Giác Chi gồm có:

1)- Niệm Giác Chi:

Thế nào gọi là Niệm Giác Chi?

Niệm Giác Chi là luôn luôn tỉnh thức nhớ pháp tu để hành trì, không có ý nghĩ, tư tưởng, tạp niệm nào khác xen vào làm rối tâm. Là nội pháp tâm niệm trụ, là trí, là đẳng giác (biết cùng tận).

2)- Trạch Pháp Giác Chi

Thế nào là Trạch Pháp Giác Chi?

Trạch là phân biệt lựa chọn, **pháp** là sự việc, pháp môn. Lựa chọn điều tốt thiện, loại bỏ điều xấu ác. Loại bỏ pháp không thích hợp, chọn pháp môn tu thích hợp với mình. Trạch Pháp Giác Chi là dùng trí tuệ để phân biệt lựa chọn kỹ càng không nhầm lẫn.

3)- Tinh Tấn Giác Chi

Thế nào là Tinh Tấn Giác Chi?

Tinh Tấn Giác Chi là luôn luôn đoạn trừ điều xấu ác, luôn luôn nuôi dưỡng các điều tốt lành. Kiên trì, bền bỉ, không bỏ cuộc, không thỏa mãn khi chưa tới đích.

4)- Hỷ Giác Chi.

Thế nào là Hỷ Giác Chi?

Hỷ Giác Chi là hân hoan vui vẻ, tiêu diệt hết các sự lo lắng buồn phiền, được thích thú thoải mái, được tâm hân hoan tràn đầy.

5)- Khinh An Giác Chi

Thế nào là Khinh An Giác Chi?

Khinh An Giác Chi là khi đã loại bỏ việc xấu ác, lựa chọn được pháp tốt lành. Mọi khó khăn buồn phiền đã loại đã dứt rồi, tâm thể được nhẹ nhàng thư thái, thân khỏe khoắn tâm dễ chịu nên gọi là Khinh An.

6)- Định Giác Chi

Thế nào là Định Giác chi?

Định Giác Chi là khi thân tâm đã an lạc rồi, hành giả sẽ dễ dàng được thanh tịnh và đi vào định tâm.

7)- Xả Giác Chi

Thế nào là Xả Giác Chi?

Ở trong định tiến tới chính định, nên lúc đó không còn bận rộn vướng mắc một điều nào. Tất cả các điều tốt đẹp lẫn xấu xa đều không còn một tý gì trong tâm. Đây là xả bỏ, gọi là trí, đẳng giác (biết cùng tận).

Như vậy, thực hành Bảy Giác Chi một cách đầy đủ có thể chuyển đến đạt Niết Bàn. Đây gọi là Bẩy Giác Chi.

III)- Tu Bảy Giác Chi cần biết:

1)- Nếu trong lúc tu tâm yếu kém, nghi ngờ, do dự, hành giả không nên tu Khinh An Giác Chi, không nên tu Định Giác chi, không nên tu Xả Giác Chi. Nếu thấy tâm yếu kém, do dự sinh khởi, lúc ấy hành giả nên tu Trạch

Pháp Giác Chi, nên tu Tinh Tấn Giác Chi, Nên tu Hỷ Giác Chi.

2)- Nếu trong khi tu tâm dao động dấy khởi, Hành giả không nên tu Trạch Pháp Giác Chi, không nên tu Tinh Tấn Giác chi, không nên tu Hỷ Giác Chi. Nếu tâm dao động sinh khởi, Hành giả nên tu Khinh An Giác Chi, nên tu Định Giác Chi, nên tu Hỷ Giác Chi.

Nhờ những phương pháp này có thể khiến cho trụ nhất tâm nhiếp trì. Còn Niệm Giác chi trợ giúp tất cả các giác chi.

IV)- Phật dạy tu Bảy Giác Chi:

"Nếu người nào có một niệm cao đẹp quyết thành tựu những điều đã nghĩ và nói từ lâu, có thể nhớ lại, ngay lúc ấy tập Niệm Giác Chi. Đã tu tập miệm giác chi rồi, tu niệm giác chi đầy đủ. Tu niệm giác chi đầy đủ kiên cố rồi, người ấy phân biệt, chọn lựa, tư duy. Bấy giờ tu Trạch Pháp Giác Chi, đã tu trạch pháp giác chi một cách đầy đủ rồi. Đã lựa chọn phân biệt suy xét pháp rồi, thời người ấy sẽ Tinh Tấn Giác Chi, nỗ lực hành trì. Nơi đây tinh tấn tu tập, đã tinh tấn giác chi tu tập rồi, thời tinh tấn giác chi đầy đủ. Người ấy đã nỗ lực tinh tấn giác chi, thời hoan hỷ sinh, lià các tưởng điên đảo, tu Hỷ Giác Chi. Đã tu hỷ giác chi, thời hỷ giác chi đầy đủ. Hỷ giác chi đầy đủ rồi, thời thân tâm khinh an, tu Khinh An Giác Chi. Đã đủ khinh an giác chi rồi, thời khinh an giác chi đầy đũ. Khinh an giác chi đầy đủ rồi, thời được an vui. Đã an vui rồi, thời được tâm định, tu Định Giác Chi, đã tu định giác chi rồi, thời định giác chi đầy đủ. Định giác chi đầy đủ rồi, thời tham ưu buồn phiền diệt. Tham ưu diệt, thời Xả Giác Chi đầy đủ, tu xả giác chi đầy đủ, thời được tâm giải thoát , tuệ giải thoát.

Đây gọi là Bảy Giác Chi, là tối thắng giác phần, hãy tu tập, tu tập nhiều Bảy Giác Chi".

V)- Làm sao tu Bảy Giác Chi?

Tu Bảy Giác chi cũng giống như thân người nhờ ăn mới được nuôi lớn lên. Bảy Giác Chi cũng nhờ thức ăn mới tồn tại, tăng trưởng.

Thế nào là Niệm Giác Chi không ăn?

Đó là chẳng tư duy Bốn Niệm Xứ (Thân, Thọ, Tâm, Pháp), nên niệm giác chi chưa khởi không khởi. Niệm giác chi đã khởi làm cho giảm sút.

Thế nào là Niệm Giác Chi có ăn?

Đó là có tư duy Bốn Niệm Xứ, Nên niệm giác chi chưa khởi làm cho khởi. Niệm giác chi đã khởi làm cho thêm rộng lớn.

Thế nào là Trạch Pháp Giác Chi không ăn?

Đối với sự lựa chọn thiện pháp bất thiện pháp chẳng tư duy, nên Trạch Pháp Giác Chi chưa khởi khiến chẳng khởi. Trạch pháp giác chi đã khởi khiến cho giảm sút.

Thế nào là Trạch Pháp Giác Chi có ăn?

Là có sự tư duy trong việc chọn lựa thiện pháp bất thiện pháp, nên trạch pháp giác chi chưa khởi khiến cho khởi. Trạch pháp giác chi đã khởi khiến cho tăng thêm rộng lớn.

Thế nào là Tinh Tấn Giác chi không ăn?

Đối với Bốn Chính Đoạn (Bốn Chính Cần: Điều ác đã có làm cho tiêu diệt, điều ác chưa có làm cho không sinh khởi, điều lành đã có làm cho tăng trưởng, điều lành chưa có làm cho sinh khởi) chẳng tư duy, nên tinh tấn giác chi chưa khởi làm cho không khởi. Tinh tấn giác chi đã khởi làm cho giảm sút.

Thế nào là Tinh Tấn Giác Chi có ăn?

Là có sự tư duy về Bốn Chính Đoạn, nên khiến cho tinh tấn giác chi chưa sinh khiến chi sinh. Tinh tấn giác chi đã sinh khiến cho càng thêm rộng lớn.

Thế nào là Hỷ Giác Chi không ăn?

Là có hỷ, có pháp hỷ xứ (nơi chỗ vui vẻ), nhưng chẳng tư duy, nên hỷ giác chi chưa khởi không khởi. Hỷ giác chi đã khởi làm cho giảm sút.

Thế nào là Hỷ Giác Chi có ăn?

Có sự tư duy đối với hỷ, hỷ xứ, nên khiến cho hỷ giác chi chưa sinh khiến cho sinh. Hỷ giác chi đã sinh khiến càng thêm rộng lớn.

Thế nào là Khinh An Giác Chi không ăn?

Là có thân khinh an, có tâm khinh an. Đối với nơi ấy chẳng chính tư duy, nên khinh an giác chi chưa khởi không khởi. Khinh an giác chi đã khởi làm cho giảm sút.

Thế nào là Khinh An Giác Chi có ăn?

Là tư duy có thân khinh an, tư duy có tâm khinh an, nên khiến cho khinh an giác chi chưa sinh khiến cho sinh. Khinh an giác chi đã sinh khiến cho càng thêm rộng lớn.

Thế nào là Định Giác Chi không ăn?

Là có Tứ Thiền, đối với "Bốn thiền" chẳng chính tư duy, nên định giác chi chưa khởi khiến cho không khởi. Định giác chi đã khởi khiến cho giảm sút.

Thế nào là Định Giác Chi có ăn?

Là Tư duy có "Tứ Thiền", từ thiền thứ nhất đến thiền thứ tư, nên khiến cho định giác chi chưa sinh khiến cho sinh khởi. Định giác chi đã sinh khiến cho càng thêm rộng lớn.

Thế nào là Xả Giác Chi không ăn?

Là có Ba Giới (Dục Giới, Sắc Giới, Vô Sắc Giới) cần vô dục, đoạn, diệt. Đối với ba giới này chẳng tư duy, nên xả giác chi này chưa sinh khởi không khởi. Xả giác chi đã khởi làm cho giảm sút.

Thế nào là Xả Giác Chi có ăn?

Là tư duy Ba Giới, nên xả giác chi chưa khởi được làm cho khởi. Xả giác chi đã khởi khiến làm cho càng thêm rộng lớn.

Tóm Lại, tu Bảy Giác Chi cần nương nơi viễn ly, nương nơi vô dục, nương nơi diệt, hướng đến xả. Tu tập, tu tập nhiều, sẽ đắc vô thượng Chính Đẳng Chính Giác.

VI)- Kết luận về Bảy Giác Chi:

Để kết luận về Bảy Giác Chi, hành giả nên biết và ghi nhớ lời đức Phật dạy trong Trung A Hàm quyển 4, Kinh Đa Giới, trang 130 như sau:

"Nếu ai không đoạn trừ Năm Triền Cái [Hay Năm Cái là Tham dục, Sân hận, Ngủ nghỉ (Thụy miên), Dao động (Trạo cử), Nghi], những thứ làm cho tối tăm, làm cho không mắt, tâm ô uế, tuệ yếu kém, tâm không an trú vững vàng trên Bốn Niệm Xứ. Không tu Bảy Giác Chi, không chứng đắc Vô Thượng Chính Đẳng Giác, mà đoạn tận diệt khổ, trường hợp này hoàn toàn không có.

Nếu ai đoạn trừ Năm Triền Cái, những thứ làm tâm ô uế, làm tuệ yếu kém, an vui vững vàng trên Bốn Niệm Xứ, tu Bảy Giác Chi, chứng đắc Vô Thượng Chính Đẳng Chính Giác, đoạn tận diệt khổ, trường hợp này tất có.".

NIẾT BÀN

(Trung A Hàm quyển 1 trang 565. Tạp A Hàm quyển 1 Kinh số 57 trang 119, quyển 3 Kinh 1076 trang 659, quyển 4 Kinh số 1162 trang 208. Đức Phật và Phật Pháp từ trang 510 đến 560. Nhặt Lá Bồ Đề từ trang 78 đến 84)

I)- Niết Bàn là gì?

Niết Bàn do chữ Nibbana của Nam Phạn (Pali), và chữ Nirvana của Bắc Phạn (Sanscrit), do chữ Ni là không, và chữ Vana là dệt, ái dục. Niết Bàn là không dệt, không ái dục, dứt duc, diệt dục. Niết Bàn dược hiểu rộng ra là tận diệt vô minh, tịch diệt, giải thoát, viên tịch, vô vi, an lạc.

Người đạt được trạng thái tâm thể hoàn toàn vắng lặng tỉnh táo là đạt tới Niết Bàn. Niết Bàn khác với người hôn mê, chết giấc không biết gì. Có thể nói Niết Bàn là tình trạng tuyệt định tĩnh, tuyệt kiến, tuyệt trí, tuyệt huệ. Niết Bàn có trạng thái không phát khởi, không sinh, không thành, không tạo tác, không tùy thuộc thế gian. Niết Bàn còn được diễn tả bằng những chữ như tối thượng, bất khả diệt, thanh tịnh tuyệt đối, giải thoát v.v…

II)- Đặc tính của Niết Bàn: Có hai loại:

1)- Niết Bàn Vô trụ: Niết Bàn không xứ sở chỗ nơi nào nhất định. Niết Bàn vô trụ như các vị A La Hán khi tịch diệt chỉ còn chân như tồn tại, không thể diễn tả được, là cái hiện hữu nhưng không được nhận biết.

2)- Niết Bàn Thường trụ: Niết Bàn thường trụ với ý nghĩa cố định bất động. Niết Bàn sẵn có của mọi chúng sanh, mỗi chúng sinh đều vốn có tự tính Niết Bàn, chứ không phải do tu mới có. Như mặt nước vốn phẳng lặng, chỉ vì gió, vật hay người làm động nên thành sóng; mặt gương vốn soi hình chỉ vì bụi bám mà không thấy bóng.

Niết Bàn của chư Phật là dạng chủ động dập tắt ngọn lửa đời sống, nhưng cũng chủ động ban phát lòng từ bi. Đây là dạng thống nhất chân như với mọi chúng sinh. Các vị Bồ Tát khi giác ngộ vào trong sáu cõi giáo hóa chúng sanh lúc nào cũng tự tại.

Theo Phật giáo, những pháp hữu vi thuộc thế gian đều có một hay nhiều nguyên nhân tạo điều kiện phát sinh, biến đổi và diệt mất. Những pháp vô vi không thuộc thế gian, không cần điều kiện hay nguyên nhân để có, đó là Niết Bàn. Tất cả sự vật trong vũ trụ từ vật chất đến tinh thần đều biến đổi, từ nhỏ nhít như tế bào, tới lớn như qủa đất đều biến đổi. Về tinh thần như tâm thức, sự biến đổi còn mau chóng hơn nhiều. Niết Bàn không được làm thành bởi biến đổi, Niết Bàn không bị tiêu diệt, vô sinh, trường cửu, bất diệt, đáng được ưa chuộng.

Hạnh phúc thế gian trong đời sống chỉ là sự thỏa mãn nhất thời, qua rồi tham vọng khác lại xuất hiện, không khi nào dứt, không khi nào đủ. Nhưng nhiều người lầm tưởng hạnh phúc do mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý mang lại là hạnh phúc nhất trên đời. Đức Phật không chấp nhận như thế, ngay cả nếu một người xa lià dục vọng, xa lià việc ác, có biết (giác) có thấy (quán). Do là dục ly pháp bất thiện sinh ra vui sướng (hỷ lạc) và an tâm trong thiền thứ nhất, đó là hạnh phúc cao thượng hơn. Hoặc người chấm dứt dục vọng, xa lià việc ác, dứt biết (giác), dứt thấy (quán), nội tĩnh nhất tâm, không giác không quán, định sinh hỷ lạc, an trụ thiền thứ hai, đó là hạnh phúc cao thượng hơn nữa. Hoặc người chấm dứt dục vọng, xa lià bất thiện, là tham, ly hỷ, trụ xả, biết thân được an vui, mà Thánh nhân thường nói là xả niệm lạc thú an trú thiền thứ ba, đó là hạnh phúc cao thượng hơn nữa. Hoặc người chấm dứt dục vọng, xa lià bất thiện, là khổ, dứt buồn

vui, chẳng khổ chẳng vui, buông xả tất cả, chính niệm nhất tâm, an trú thiền thứ tư, cho đó là hạnh phúc cao thượng hơn. Đức Phật vẫn không chấp nhận, vì còn có hạnh phúc cao thượng hơn. Cần phải vượt lên khỏi mọi tri giác về hình thể, vượt lên khỏi cảnh giới không, vượt lên khỏi cảnh giới thức, lên khỏi cảnh giới tưởng. Nghĩa là phải vượt khỏi cảm giác, tri giác, tâm thức. Đó mới là hạnh phúc cao thượng nhất. Tóm lại, Niết Bàn là hạnh phúc tối thượng, Niết Bàn là chân lạc tuyệt đối.

III)- Các loại Niết Bàn: Có hai loại Niết Bàn:

1)- Niết Bàn Hữu dư: Diệt sạch năm hạ phần kiết sử là "dâm, sân, si, tâm dính mắc, tâm ô nhiễm (hữu lậu)", tức diệt hết phiền não lậu hoặc, nhưng còn thân của nghiệp dư, gọi là Niết Bàn còn tàn dư. Niết Bàn này là trạng thái của các bậc Thánh đã dứt bỏ mọi phiền não, các vị này còn sống trên đời nên vẫn còn ngũ uẩn, còn nghiệp dư thừa. Có thể nói các vị đã chứng bậc A La Hán rồi không còn tái sinh nữa, nhưng vẫn còn nghiệp dư, tập khí từ nhiều đời nhiều kiếp còn sót lại. Các Ngài vẫn còn dùng thân ngũ uẩn là sắc, thụ, tưởng, hành, thức để sống, tức còn cảm giác, nên mặc dù không còn tái sinh nữa, vẫn được gọi là Niết Bàn Hữu dư.

2)- Niết Bàn Vô dư: Là không còn phiền não, không còn ô nhiễm, không còn dính mắc sáu căn, ý giải thoát, trí tuệ giải thoát, tâm vắng lặng. Cũng gọi là Đại Niết Bàn hay Bát Niết Bàn. Đức Phật cho biết: "Niết Bàn là tâm vắng lặng không lay động. Không có cái vui nào bằng cái vui do tâm bất động tạo thành, nên gọi là Niết Bàn Vô dư".

Khi còn bị ái dục trói buộc, dính mắc thì còn tạo nghiệp, còn tạo nghiệp sẽ còn sinh tử. Đến khi nào ái

dục chấm dứt không còn nghiệp qủa nữa mới thoát khỏi luân hồi. Đó là giải thoát khỏi sinh tử triền miên đạt Niết Bàn. Sự dập tắt các thứ lửa như lửa tham, lửa sân, lửa ngu si tà kiến, lửa sinh, lửa già, lửa chết, lửa lo buồn, lửa thất vọng, lửa khổ sở v.v…hết sạch, sẽ dẫn tới Niết Bàn.

Niết Bàn Vô dư đạt được khi các vị A La Hán nhập diệt. Chỉ có chư Phật và đại Bồ Tát đang khi sống tại thế là có được Niết Bàn Vô dư. Tại sao? Vì các Ngài dù vẫn hoạt động bình thường như mọi người, nhưng các Ngài không còn một tí gì thích thú với những cảm giác nữa, nên các Ngài đã chứng Niết Bàn Vô dư đang khi còn sống là vậy.

IV)- Những câu hỏi về Niết Bàn:

Sau đây là một số câu hỏi liên quan đến Niết Bàn:

1)- Niết Bàn có phải là hư vô không?

Có người hiểu Niết Bàn và hư vô là một, Niết Bàn là trống rỗng trống không, không có gì hết. Nếu chỉ vì các giác quan không thấy không biết, không nhận ra được mà cho rằng Niết Bàn là hư vô thì vô lý. Cũng như người mù từ lúc mới sinh ra, không thấy màu sắc hay mặt trời mặt trăng, nay có người nói các màu sắc đỏ vàng xanh tím trằng đen khác nhau, hay diễn tả mặt trời tròn có sức nóng và tỏa ánh sáng v.v… Người mù ấy khó mà tưởng tượng nổi những sự khác biệt giữa các màu sắc, và cho rằng làm gì có sự khác biệt như thế. Cũng như khó tưởng tượng ánh sáng như thế nào?

Ngôn ngữ không thể diễn tả được ý nghĩa của những gì qúa trừu tượng ngoài lãnh vực của thế gian. Vì vậy khi các vị đạt qủa A La Hán diễn tả Niết Bàn, chúng ta không sao hiểu nổi. Nên các vị nói rằng: "Nếu không gian là không thì Niết Bàn là có, và Niết Bàn là đạo qủa, Niết Bàn có thể chứng ngộ được như một đối tượng tinh

thần". Do đó, Niết Bàn không phải là hư vô, mà là hạnh phúc hoàn toàn, là tuyệt đối duy nhất, phải tự chứng ngộ mới hiểu được.

2)- Làm sao biết có Niết Bàn?

Mỗi người đều có tự tính Niết Bàn, chỉ vì bị trần cấu tham sân si tà kiến, chấp nhân ngã chúng sanh thọ giả v.v…mà thành khuấy động, nghĩa là bị ái dục, vô minh gây phiền não nên Niết Bàn bị che lấp, vùi dập. Vì vô minh mà tạo nghiệp, vì tạo nghiệp nên có sinh tử, nếu không tạo nghiệp, sẽ dứt được luân hồi, tức đạt được Niết Bàn. Biết bao nhiêu đệ tử của đức Phật từ hàng cư sĩ tại gia, cho đến hàng Phật tử xuất gia đã chứng qủa Niết Bàn, thể hiện một cách cụ thể rằng thực tế có Niết Bàn, sau khi diệt trừ hết phiền não cấu uế ở đời.

3)- Niết Bàn có thực hay không có thực?

Người đời thường hay chấp chặt, khi nói có, họ chấp có thường còn, trường tồn vĩnh cửu, khi nói không họ chấp hoàn toàn không, chẳng có gì. Niết Bàn không phải thực có hay thực không, nó xa lìa có và không. Vì nếu nói có thì phải có hình tướng, có thể diễn tả được. Niết Bàn không có hình tướng để có thể chỉ ra được, nên không thể bảo Niết Bàn là thực có hay thực không.

Như trong Tạp A Hàm quyển 3, trang 659 cho biết Tôn giả Đà Phiêu Ma La Tử đến chỗ đức Phật lễ Phật xin phép Phật cho phép Ngài nhập Niết Bàn. Sau hai lần xin phép, Phật im lặng chấp thuận, tới lần xin phép thứ ba, đức Phật bảo: "Các pháp hữu vi đều như thế cả", các pháp, cái gì là vật chất đều vô thường tan hoại cả. Tôn giả Đà Phiêu Ma La Tử sau khi được đức Phật cho phép, liền phóng thân lên hư không, ở trên hư không làm đủ 18 phép thần biến hóa trong tư thế ngồi nằm, đi, đứng. Tôn giả dùng lửa đốt thân, dùng nước tưới mát thân, sau cùng,

dùng lửa tam muội đốt toàn thân như một cây đuốc, ánh sáng tỏa khắp, cho đến khi thân tâm đều tiêu diệt hết, biến hết chẳng còn gì, như ngọn đèn tim dầu cùng hết. Lúc ấy đức Phật nói kệ diễn tả Niết Bàn như sau:

Ví như đốt thanh sắt,
Lửa lóe sáng rực rỡ,
Sức nóng dần dần mất,
Cũng như thế giải thoát,
Vượt bùn lầy phiền não,
Các dòng đã dứt sạch,
Chứng đắc dấu bất động,
Nhập Vô dư Niết Bàn.

4)- Niết Bàn ở đâu?

Niết Bàn tùy thuộc mỗi con người, tùy thuộc sự chấm dứt đau khổ phiền não. Niết Bàn không tùy thuộc ở sự cấu tạo vật chất. Niết Bàn không phải là một cảnh giới nào đã được tạo ra hay một cái gì được tạo ra. Đức Phật không chấp nhận Niết Bàn là một cảnh Trời nào dành riêng cho một cá thể xuất chúng, mà là sự thành tựu, mọi chúng sanh đều có thể đạt đến. Đức Phật không chấp nhận có một cảnh trời vĩnh cửu trong ấy có hình thức khoái lạc mà con người mong muốn thỏa thích hưởng thụ theo ý nghĩa của thế gian này. Không thể có một cảnh giới nào như vậy, bất luận là nơi nào trong vũ trụ.

Niết Bàn không ở nơi nào nhất định, nó tùy duyên, có duyên thì hiện, hết duyên thì ẩn chứ không về đâu, ở đâu không nhất định. Nếu diệt hết khổ, vững vàng trên nền tảng đạo hạnh trong việc nhiếp tâm quán tưởng, dù ở trời Đông hay trời Tây, trời Nam hay trời Bắc, đều sẽ thành tựu đạo qủa Niết Bàn như nhau.

5)- Niết Bàn tịch tĩnh hay biến động?

Niết Bàn không biến chuyển, không di động, nó tịch tĩnh bất động, nhưng không phải như thây chết hay núi đá yên lặng bất động. Niết bàn tuy tịch tĩnh vắng lặng bất động, nhưng luôn luôn chiếu soi. Vì vậy chư Phật có tam thân (Pháp thân, hóa thân, và báo thân), ngũ nhãn (nhục nhãn, thiên nhãn, pháp nhãn, tuệ nhãn, Phật nhãn), ngũ trí, lục thông v.v… Vô số diệu dụng, chư Đại Bồ Tát tuy bất động nhưng vào các loài để giáo hóa chúng sinh ở bất cứ nơi đâu cũng là cảnh giới không thể nghĩ bàn. Không phải đến Niết Bàn rồi không còn gì nữa.

6)- Cái gì nhập Niết Bàn?

Chẳng có cái gì nhập Niết Bàn cả, Niết Bàn tự nó có sẵn, mỗi chúng sinh đều có tự tánh Niết Bàn, tự nó xưa nay vẫn vậy. Mỗi chúng sinh do hai phần danh và sắc khi đủ nhân đủ duyên thì thành, khi hết duyên thì mất. Hai phần này luôn luôn biến đổi, ngoài hai yếu tố ấy, không có một linh hồn bất biến trường cửu, không có một cái ta nào cả. Do đó, không có cái ta hay linh hồn nhập Niết Bàn. Niết Bàn của Phật giáo khác hẳn với Ấn Độ giáo, Ấn Độ giáo tin có linh hồn trường tồn bất biến và một Thượng đế.

Niết Bàn thật là khó hiểu đối với mọi người, vì không thể dùng ngũ quan tri giác của con người mà hiểu biết được. Nhưng muốn hiểu biết Niết Bàn, con đường Phật đã dạy thật rõ ràng minh bạch. Nếu ai thành tựu được Niết Bàn sẽ hiển hiện rõ ràng trước mặt người ấy.

V)- Làm sao đạt Niết Bàn?

Để đạt Niết Bàn, chúng ta phải theo con đường Trung Đạo mà đức Phật đã vạch ra. Chúng ta phải tránh xa hai cực đoan là lối tu "khổ hạnh", và lối sống "lợi dưỡng", vì cả hai cực đoan này đều làm chậm bước tiến của người tu hành.

Người có chính kiến nhận định rõ ràng luật nhân qủa để tránh xa điều ác, cố gắng thực hiện điều lành. Người có chính kiến thấy rõ ràng đời sống là qúy giá, không những đối với mình, đối với người thân của mình, mà còn đối với loài người, và cả đối với loài vật lớn nhỏ. Tất cả đều tôn trong triệt để không xâm phạm, không làm tổn hại.

Người có chính kiến cũng là người liêm khiết chân thật, không những không xâm phạm của cải tài vật của người, mà còn biết bố thí bằng mọi hình thức.

Người có chính kiến không những xa lánh dâm dục tà vạy trong sự giao tiếp với người khác phái, mà đối với mọi người còn dùng thật ngữ, chân ngữ, dùng lời nói chân thật, ngay thẳng, hòa hợp, dịu dàng. để giao thiệp.

Người có chính kiến không những xa lánh rượu, mà còn xa lánh cả với ma túy, vì nó làm cho trí tuệ bị tiêu mòn, thể xác yếu đuối bệnh hoạn.

Người có chính kiến sống giản dị biết đủ, sống trong sạch không bon chen. Biết tự kiểm soát sáu căn "mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý", không để sáu trần "sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp" dính mắc lôi cuốn, nghĩa là không để thế gian tình trần dẫn dắt để tâm không bị chao động, được yên ổn.

Các vị cư sĩ giữ năm giới căn bản, tu hành vẫn có thể trở thành bậc Thánh. Các vị xuất gia tôn trọng triệt để giới luật của người xuất gia, sẽ dễ dàng hơn rất nhiều.

Muốn tiến đến Niết Bàn, chúng ta phải thực hành "Giới, Định, Huệ". Các đề mục để tham thiền có rất nhiều, như dùng đất, nước, không khí, màu sắc v.v… làm đối tượng quán sát. Những đề mục để ghi nhớ, nghĩ tưởng (niệm) như suy niệm về Phật, Pháp, Tăng, Giới, bố thí, chư thiên, quán thân, quán hơi thở, qu án từ bi hỷ xả, quán người chết, quán vô thường, vô ngã v.v…

Hành giả có thể dùng một hình ảnh tượng trưng để suy gẫm, quán sát như dùng một ngọn đèn đang cháy để quán về lửa, dùng một bát nước để quán về nước, dùng một qủa bóng hay một bông hoa màu xanh, đỏ, vàng v.v… để quán sát hình ảnh hay màu sắc một cách kiên cố sẽ đưa tới nhất tâm thanh tịnh, vắng lặng.

Hành giả tu tứ niệm xứ, tứ chính cần, tứ thần túc, năm căn, năm lực, bảy giác chi, tám thánh đạo (gồm 37 Đạo Phẩm), tứ thiền, tham thiền v.v… tới khi tâm được an trú sẽ dẫn tới Niết Bàn.

Hành giả phải nghiên cứu kỹ và chọn một đề mục thích hợp để thực hành. Trước khi thực hành phải nghiên cứu cho tường tận cách hành trì, và phải có một thời khóa biểu giờ giấc hành trì. Như buổi tối yên tĩnh, buổi sáng tươi mát là những lúc thích hợp nhất để ngồi tham thiền. Nên cố giữ đúng giờ mỗi ngày thành thói quen sẽ có ảnh hưởng tốt cho việc định tâm. Nên đọc bài "Ngồi thiền" để biết rõ cách sửa soạn và cách ngồi thiền.

VI)- Kết luận về Niết Bàn.

Định kiểm soát tâm, nhưng Huệ mới là chính để giúp hành giả từ phàm trở nên Thánh. Huệ giúp tận diệt mọi nhiễm ô để nhận ra chân tướng của vạn pháp. Với tâm định, hành giả quán sát thân tâm: Có thân là do tứ đại "đất nước gió lửa" mà tạm có, khi tứ đại tan rã sẽ không còn thân nữa. Tâm do "thụ, tưởng, hành, thức" mà tồn tại, những thứ này luôn luôn biến đổi không ngừng, không có thực thể. Vì thế cho nên thân tâm do năm uẩn hợp lại không phải là ta, không phải là cái của ta, không phải là tự ngã của ta. Nó chỉ là do "nghiệp thức" qúa khứ lưu chuyển, hợp với tinh cha huyết (trứng) mẹ mà có thân hiện hữu. Do nhân duyên ấy, qúa khứ tạo điều kiện cho hiện tại, hiện tại tạo điều kiện cho tương lai. Suy niệm

như thế sẽ thấy rõ diễn biến của sinh tử (sống chết). Nó như một dòng nước chảy không ngừng. Nó là vô thường, là khổ, không có một linh hồn trường cửu bất biến. Hành giả nhìn rõ điều đó, không còn lầm lẫn, cảnh sống chỉ là tạm bợ, cảnh vui chỉ là tạo khổ, không có hạnh phúc chân thật. Khoái lạc chỉ là mở đường cho đau khổ, chỗ nào có biến đổi vô thường, chỗ đó có đau khổ, và chỗ nào có biến đổi sẽ không có tự ngã trường tồn vĩnh cửu được.

Các vị A la Hán còn mang thân ngũ uẩn, nên vẫn như mọi người về thể xác, nhưng khi các vị nhập Đại định sẽ không còn thấy thân thể đau đớn. Lúc ấy mọi thứ của cơ thể đều ngưng bặt như ngưng bặt hơi thở, nhưng vẫn còn hơi nóng, giác quan vẫn sáng suốt.

Khi vị A La Hán nhập diệt như ngọn đèn dầu trước gió tắt biến, thoát khỏi danh sắc, thân tâm, rồi biến mất, không thể ghi nhận được Ngài đi đâu. Ta không thể nói vị A La Hán sẽ tái sinh, vì mọi điều kiện tạo sự tái sinh đã tiêu diệt hết. Ta không thể nói vị A La Hán mất tiêu thành hư vô, vì không có gì để mất tiêu thành hư không.

Vậy Niết Bàn là sự giải thoát khỏi mọi sự buồn phiền đau khổ, là sự tận diệt tự ngã, và là sự tận diệt vô minh.

Niết Bàn là bản thể của tự tánh đầy khắp không gian, chỗ nào cũng hiện diện, bất sinh bất diệt, tràn khắp thời gian quá khứ hiện tại tương lai, lúc nào cũng có. Bởi vậy:

Muốn đạt quả Niết Bàn,
Hãy tinh tấn tu hành,
Đừng như chim hạc già,
Chết rũ nơi đồng hoang., .

Bốn Niệm Xứ

(Tạp A Hàm quyển 1 trang 584, quyển 2 trang 594, quyển 3 từ trang 135 đến 143. Trung A Hàm quyển 2 từ trang 357 đến 370, từ 563 đến 578. Kinh Quán Niệm Hơi Thở. Thiền Tứ Niệm Xứ.)

I)- Bốn Niệm Xứ là gì?

Niệm là nhớ, nghĩ, để ý, biết, chú ý, tỉnh táo, ý thức, chú tâm, tỉnh thức, quán sát.
Xứ là nơi, chỗ, lĩnh vực, thứ, loại, hạng, phần.
Tứ Niệm Xứ là bốn lĩnh vực, bốn loại cần để ý chú tâm tỉnh táo quán sát tỉ mỉ.

Đức Phật nói Kinh "Tứ Niệm Xứ" trong đó có bốn phần cần biết ghi nhớ thực hành. Đó là "Niệm Thân, Niệm Thụ, Niệm Tâm, Niệm Pháp". Đây là một Kinh căn bản quan trọng để tiêu diệt buồn khổ, phá chấp ngã, xa lìa chấp pháp, và đạt tới cứu cánh giải thoát.

II)- Đức Phật dạy Bốn Niệm Xứ:

Bộ Tạp A Hàm, quyển 3, Kinh số 810, 811, 812, 813, từ trang 135 đến 143, lược trích như sau:

Một thời đức Phật ngự tại làng Kim Cương ven sông Bạt cầu ma, trong rừng Tát la lê. Bấy giờ Tôn giả A Nan, Thị giả của Phật đến hỏi Phật:

- Thưa Thế Tôn, có thể có một pháp tu tập khiến cho hai pháp được đầy đủ, tu tập tu tập nhiều khiến cho bốn pháp đầy đủ không? Đức Phật trả lời:

- Có một pháp, khi tu tập nhiều, có thể làm cho hai pháp được đầy đủ. Thế nào là một pháp? Đó là An Na Ban Na, nhớ tu tập nhiều, khiến cho Bốn Niệm Xứ đầy đủ. Bốn Niệm Xứ đầy đủ thì Bảy Giác Phần đầy đủ. Bảy Giác Phần đầy đủ thì giải thoát.

1)- Thế nào là tu An Na Ban Na?

Là lúc niệm thở vào nên học như niệm thở vào, lúc niệm thở ra nên học như niệm thở ra, hoặc dài hoặc ngắn, tất cả thân hành đều biết rõ (giác tri). Thân hành dừng nghỉ lúc niệm thở vào nên học như thân hành dừng nghỉ niệm thở vào. Thân hành dừng nghỉ lúc niệm thở ra nên học như thân hành dừng nghỉ niệm thở ra.

2)- Thế nào là tu An Na Ban Na thì Tứ Niệm Xứ đầy đủ?

1- Vị đệ tử bậc Thánh sống quán **niệm thân trên thân**, nếu khác thân cũng như thế, tùy theo thân tư duy. Nếu có biết vui thích (giác tri hỷ lạc), biết tâm suy nghĩ (tâm hành), biết tâm hết suy nghĩ (tâm hành diệt), lúc chú ý (niệm) thở vào biết tâm suy nghĩ dứt lúc thở vào; chú ý lúc thở ra biết tâm suy nghĩ dứt lúc thở ra.

2- Vị đệ tử bậc Thánh sống quán **niệm thụ (thọ) trên thụ**, nếu có thụ khác cũng thế, tùy theo thọ tư duy. Nếu biết tâm (giác tri tâm), biết tâm vui, tâm định, tâm giải thoát, lúc niệm thở vào nên học như niệm thở vào, tâm giải thoát lúc niệm hơi thở ra nên học như tâm giải thoát lúc niệm hơi thở ra.

3- Vị đệ tử bậc Thánh sống quán **niệm tâm trên tâm**, nếu có tâm khác, cũng tùy tâm tư duy. Nếu lúc quán vô thường, quán đoạn, vô dục, diệt, thời lúc thở vào nên học như quán vô thường, quán đoạn, vô dục, diệt lúc thở vào, lúc thở ra nên học quán như thế lúc thở ra.

4- Vị đệ tử bậc Thánh quán **niệm pháp (muôn vật) trên pháp**, nếu có pháp khác cũng tùy pháp mà tư duy khi thở vào, thở ra như thân, thọ, tâm. Đó gọi là tu An Na Ban Na niệm đầy đủ Bốn Niệm Xứ.

3)- **Đối với sáu căn:** Nếu đối với mắt không giữ luật nghi, tham ưu thế gian, pháp ác bất thiện thường lọt vào tâm. Khi mắt thấy sắc chẳng giữ lấy hình tướng, thì nơi mắt giữ luật nghi chân chính. Nơi tai, mũi, lưỡi, thân, ý giữ luật nghi chân chính cũng lại như thế. Người ấy do thành tựu giới luật Hiền thánh, khéo giữ gìn các căn, đi qua đi lại, quay nhìn, co duỗi, đi đứng nằm ngồi, thức ngủ, im lặng đều trụ ở trong chính trí (hiểu rõ sự lý).

Người ấy thành tựu Thánh giới này, bảo vệ các căn, chính trí chính niệm, đến nơi vắng vẻ ngồi bên cội cây, ngồi trong phòng vắng. Ngồi một mình, chính thân, chính niệm, buộc tâm an trụ, đoạn tham lam buồn phiền thế gian, lià tham dục, trừ sạch tham dục, dứt sự **ngăn che** (triền cái) của sự sân hận, dứt ngủ nghỉ (thùy miên), trấn áp không yên (trạo hối), xả nghi. Đã đoạn trừ được **sự ngăn che (năm cái**) của sân hận, ngủ nghỉ, không yên, nghi ngờ rồi, thời đoạn trừ được năm thứ ngăn che não loạn tâm.

4)- Thế nào là tu Tứ Niệm Xứ đầy đủ Bảy Giác Chi?

Nếu quán niệm thân trên thân, buộc niệm an trụ không quên, lúc ấy khéo tu niệm, trạch (chọn lực) pháp, tinh tấn, hỷ, khang an, định, xả giác phần đầy đủ. Tu thọ, tâm, pháp cũng như thế. Đó gọi là tu Tứ Niệm Xứ đầy đủ Bảy Giác Chi.

5)- Làm sao tu Bảy Giác chi Minh Giải Thoát đầy đủ?

Nếu tu niệm giác phần, y viễn ly, y vô dục, y diệt, hướng đến xả, tu niệm giác phần rồi thời đầy đủ Minh Giải Thoát. Tu trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khang an, định, xả giác phần cũng như thế, thời đầy đủ Minh Giải Thoát.

Vị đệ tử bậc Thánh cần phải sống với quán niệm "nội thân trên thân", tinh cần tinh tấn, chính trí, chính niệm, điều phục tham ưu thế gian. Cũng thế, sống với quán

niệm ngoài thân, trong ngoài thân, thụ, tâm, pháp cũng nói như thế.

Nếu người nào tu tập, tu tập nhiều Bốn Niệm Xứ, khiến chưa thanh tịnh được thanh tịnh, đã thanh tịnh được thêm tươi sáng.

Khi niệm thở vào nên học như thân hành dừng bặt khi thở vào, khi niệm thở ra nên học như thân hành dừng bặt khi thở ra. Lúc ấy, người ấy sống với **quán niệm thân trên thân**; sống quán niệm thân trên thân rồi, như thế khéo biết tư duy bên trong.

Nếu khi đó người ấy biết vui (giác tri hỷ) …nên học giác tri ý hành dừng bặt. Vị ấy sống **quán niệm thụ trên thụ**, sống quán niệm thụ trên thụ rồi, như thế khéo biết tư duy bên trong.

Nếu người ấy giác tri tâm, giác tri tâm hỷ, giác tri tâm định, giác tri tâm giải thoát khi thở vào nên học như tâm giải thoát thở vào. Khi tâm giải thoát thở ra nên học như tâm giải thoát thở ra. Lúc đó, người ấy sống quán niệm tâm trên tâm rồi biết khéo nội tư duy.

Cũng thế, vị ấy biết tâm (giác tri tâm) … tâm giải thoát khi thở ra nên học như tâm giải thoát thở ra. Như vậy, vị ấy sống **quán niệm tâm trên tâm**, biết khéo nội tư duy về thân, thụ, tâm, tham lam buồn phiền (tham ưu) dứt bỏ xả bỏ. Bấy giờ, vị ấy sống **quán niệm pháp trên pháp**, rồi, nên biết khéo tư duy bên trong (nội).

Đó là người tinh cần, nỗ lực tu Bốn Niệm Xứ.

III)- Phân tích Bốn Niệm Xứ:

Để hiểu tường tận Tứ Niệm Xứ, chúng ta phân tích tỉ mỉ từng phần một:

1)- Niệm Thân:

a)- Thế nào là Niệm Thân?

Là chú ý quán sát biết rõ cả cơ thể đang chuyển biến như thế nào. Tỉnh táo ghi nhận thấy rõ ràng từng bộ phận, mỗi cơ quan trong và ngoài của thân thể, và những diễn biến mỗi thứ của thân thể đang hoạt động ra sao.

b)- Các loại Niệm Thân: Các loại niệm thân gồm có:

1- Theo dõi hơi thở vào ra: Thở vào biết thở vào, thở ra ý thức biết thở ra. Thở vào dài chú tâm thở vào dài, thở ra dài quán sát thở ra dài. Thở vào ngắn để ý biết thở vào ngắn, thở ra ngắn ý thức biết thở ra ngắn. Nếu ngưng thở chú ý biết ngưng thở, tiếp tục thở vào ra biết tiếp tục thở vào ra v.v… Như thế gọi là theo dõi hơi thở vào ra.

2- Theo dõi các cử động:

Đang ngồi ý thức biết đang ngồi, xê dịch bàn tay biết đang xê dịch bàn tay, há miệng ngáp chú ý há miệng ngáp, v.v… trong khi ngồi thiền. Đang đi để ý đang đi, đang ăn quán sát đang ăn, đang tắm ý thức đang tắm, đang nói quán sát đang nói v.v… trong các hoạt động hàng ngày. Như vậy là theo dõi các cử động.

3-Quán sát các bộ phận của thân: Quán sát từng bộ phận của thân từ đầu, tóc, óc trở xuống tai, mắt, mũi, miệng, lưỡi, răng, cổ, vai, tay, ngực, lưng, phổi, tim, gan, mật, lá lách, bụng, ruột non, ruột thừa, ruột già, thắt lưng, bụng dưới, thận, bọng đái, mông v.v… hết thảy các bộ phận của thân. Quán sát sự tuần hoàn của hệ thống máu di chuyển. Quán sát hệ thống tiêu hóa chuyển biến, v.v…Như vậy là quán sát thân.

c)- Cách Niệm Thân:

Niệm thân là quán sát và ghi nhận tất cả những gì có và đang vận hành trong thân như hơi thở vào ra, máu di chuyển, tóc, móng chân, móng tay mỗi giây phút mỗi dài ra, tế bào sinh ra và chết đi liên tiếp, thức ăn ăn vào, các bộ phận tiêu hóa, thải ra v.v…

d)- Công dụng của Niệm Thân:

Quán Niệm Thân là để biết rõ cơ thể và các biến động không ngừng, để nhận biết thực tướng của thân mình.

2)- Niệm Thụ:

a)- Thế nào là Niệm Thụ?

Niệm thọ là quán sát cảm giác, biết rõ cảm giác của mình về một sự việc gì. Chú ý xem cái cảm giác ấy ra sao, nó vui sướng thích thú, khoái cảm đê mê, hay nó buồn khổ, bực bội khó chịu, dễ ghét không ưa, hay nó không vui không buồn v.v….

b)- Phân loại Niệm Thụ:

Có ba loại Niệm thụ là: Thụ vui như trong lúc ngồi thiền cảm thấy thoải mái nên vui. Thụ khó chịu như trong khi ngồi thiền có nhiều tiếng ồn ào. Và thụ không khổ không vui như trong khi ngồi thiền có tiếng chim hót hay gió thổi lá xào xạc, đó là hoạt động bình thường không có cảm giác bực bội hoặc cảm giác thích thú.v.v…

c)- Cách Niệm Thụ:

Để ý xem cảm giác khởi lên như thế nào, biến mất ra sao. Nghĩa là luôn luôn tỉnh thức canh chừng cảm giác của mình xem nó sinh ra và biến đi như thế nào. Phải theo dõi từng giây phút đúng với thực tế thực sự của nó.

Người bình thường nếu không học quán sát cảm giác, khi cảm giác khổ xuất hiện sinh thất vọng, gặp cảnh vui liền mừng rỡ. Còn người đã thực hành quán sát, đã biết quán sát, không còn để cảm giác vui buồn chi phối.

d)- Công dụng của Niệm Thụ:

Nhờ quán sát, ghi nhận một cách tường tận về cảm giác mà biết như thật những cảm thọ vui buồn hay không vui buồn. Biết rõ sự sinh diệt của chúng, hành giả thoát được sự trói buộc hay sự làm nô lệ cho cảm giác.

3)- Niệm Tâm:

a)- Thế nào là Niệm Tâm?

Tâm là ý nghĩ, tư tưởng. Niệm tâm là quán sát chú ý biết ý nghĩ, tư tưởng khởi lên, gọi chung là vọng tưởng, như nhớ ngày xưa đi học, hay nghĩ đến tương lai v.v…

b)-Phân loại Niệm Tâm:

Có muôn nghìn ý nghĩ, tư tưởng, vọng niệm, nhưng đại loại có thể chia ra làm ba loại:

1- Vọng niệm tốt lành, tức những điều suy nghĩ việc thiện như nghĩ đến việc giúp đỡ người, bố thí cho kẻ nghèo, cúng chùa v.v…

2- Vọng niệm dữ độc, tức những điều suy nghĩ việc ác như nói xấu người, thù hằn không đội trời chung, nghĩ đến việc lừa đảo, trộm cắp, tà dâm v.v…

3- Vọng tưởng không thiện không ác, tức là nghĩ đến những việc không lợi hại, không thiện ác như nghĩ đến vẻ đẹp của một đóa hoa và sự tàn dần của hoa, nghĩ đến đám mây trôi và sự vô định của mây, nghĩ đến biển cả và sóng vỗ vô tận của nó v.v…

c)- Cách Niêm Tâm:

Hành giả chú ý quán sát để biết các suy nghĩ, tưởng nhớ khởi lên, không để sót một nghĩ tưởng nào lọt qua mà không biết. Không để tình cảm chi phối, tức không để thụ xen vào. Không để thích thú luyến ái (cái vui, cái thích) hay bất mãn không ưa (cái buồn, cái xấu) lôi kéo. Phải giữ sự chú ý một cách khách quan, không để một tí tình cảm yêu ghét nào chi phối cả.

d)- Công dụng của Niệm Tâm:

Mục đích của Niêm tâm là để biết sự thật hoạt động biến đổi của tâm ngay từ lúc bắt đầu khởi suy nghĩ tưởng nhớ tới lúc nó diệt. Nếu thực tập lâu rồi tâm trở nên bình lặng và sẽ dần dần đi đến chỗ kiểm soát được tâm.

4)- Niệm Pháp:

a)- Thế nào là Niệm Pháp?

Niệm pháp là quán sát chú tâm để biết đối tượng của tâm, đối tượng của tâm là pháp. Nếu không có pháp ta không thể thấy tâm, cũng như không có tâm ta không thể thấy pháp.

b)- Phân loại Niệm Pháp: Chúng ta xem xét bốn loại Niệm Pháp:

1- Năm Triền Cái: Là năm cái ngăn che làm cho mê mờ gồm có: Tham dục, sân hận, hôn trầm (mờ mịt u tối như ăn nhiều, ợ ngáp, yếu đuối, không vui, lười biếng), trạo cử (không yên, phóng dật), nghi hối (nghi ngờ, do dự, lưỡng lự).

2- Năm Uẩn: Là năm thứ cấu tạo nên thân, gồm: "Sắc, thụ, tưởng, hành, thức". Sắc là thân; Thụ, tưởng, hành, thức là tâm.

3- Sáu căn: Là năm giác quan gồm "mắt, tai, mũi, lưỡi, thân", và ý vô hình tướng. Năm giác quan có năm đối tượng trần là "sắc, thanh, hương, vị, xúc". Và ý có đối tượng là "pháp" (xin đọc lại bài quán chấp ngã).

4- Bảy giác chi: Là bảy phần biết gồm: "Niệm (nhớ, nghĩ, biết, chú ý, tỉnh thức v.v..), trạch pháp (phân tích chọn lựa), tinh tấn, hỷ, khinh an, định, và xả.

c)- Cách Niệm Pháp:

1- Quán sát Năm Triền Cái là năm thứ hiện tượng ngăn che, như khi có ý muốn tham dục xuất hiện. Ta phải ý thức tỉnh táo quán sát biết nó xuất hiện và lìa bỏ nó. Khi sân hận nổi lên ta phải chú ý biết sân hận nổi lên, nhìn kỹ nó, nó sẽ tự biến. Khi mờ mịt tối tăm xuất hiện (hôn trầm xuất hiện), ta phải tỉnh táo, hôn trầm sẽ tự dứt. Khi xao động không yên, ta chú ý xem, biết ngay nó là trạo cử, nó liền yên ổn. Khi nghi ngờ điều gì, ta chú ý biết là đang nghi hối điều không đâu, nghi liền tự xả.

2- Quán sát Năm Uẩn là những thứ tạo nên thân tâm: Sắc thân cấu tạo bởi "đất nước, gió, lửa" hợp lại. Xương, tóc, móng, thịt do đất mà thành, hơi thở do khí gió mà nên, hơi ấm do lửa mà có, máu, nước tiểu, nước bọt làm thành bởi nước. Quán sát như thế biết rõ ràng sắc chẳng phải là ta, sắc là của đất nước gió lửa, sắc chẳng phải là của ta, nên xả được cái thân dễ dàng.

Tâm gồm tất cả thụ tưởng hành thức. Quán sát thụ là do cảm giác vui buồn không vui không buồn mà có, lià cảm giác đâu còn có thụ nữa. Tưởng là nhớ nghĩ, là tri giác việc nọ việc kia, cái nọ cái kia, tưởng luôn biến đổi không ngừng. Không nhớ nghĩ sẽ không có tưởng. Hành là hoạt động có tác ý, có mong muốn, không còn tác ý mong muốn sẽ không có hành. Thức là sự nhận thức phân biệt khi căn tiếp xúc với trần, không có sự tiếp xúc căn trần thì không có thức.

Tóm lại ta ghi nhận để biết tất cả những cấu tạo, hoạt động của thân tâm, do đó không còn dính mắc, dứt, xa lià, xả bỏ sẽ được thân khỏe tâm an.

3- Quán sát Sáu Căn là "mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý", và đối tượng của sáu căn là sáu trần "sắc thanh, hương, vị, xúc, pháp".

- Mắt thấy hình sắc, ta không để bị lôi kéo hay ghét bỏ bởi hình sắc đẹp xấu.
- Tai nghe âm thanh, ta không để bị quyến rũ hay chê bai bởi âm thanh hay dở.
- Mũi ngửi mùi, ta không để bị đam mê hay khó chịu bởi mùi thơm tho hay hôi thối.
- Lưỡi nếm vị, ta không để bị vị dính mắc hay từ chối bởi ngon hay không ngon.
- Thân tiếp xúc, ta không để bị tùy thuộc ở cảm giác trơn nhám, êm dịu v.v…

- Ý tiếp nhận pháp trần, ta không để bị phân biệt điên đảo.

Như vậy, ta được yên ổn.

4- Quán Tứ Diệu Đế: Bốn sự thật về khổ, hành giả quán để biết như thật về "Khổ", nguyên nhân gây ra khổ, cách diệt khổ, và con đường diệt khổ (xem bài Bốn Diệu Đế).

Khổ là hiển nhiên, sinh, già, bệnh, chết đều khổ, yêu thương bị chia ly, thù ghét phải gần gũi, mong cầu chẳng được đều là khổ. Nguyên nhân của mọi sự khổ là "ái dục", là "tham, sân, si" v.v….

Muốn diệt khổ phải diệt ái dục, diệt tham, sân, si v.v…

Con đường diệt khổ là "Tám Chính Đạo" gồm chính kiến, chính tư duy, chính ngữ, chính nghiệp, chính mệnh, chính tinh tấn, chính niệm, và chính định.

5- Quán sát Bảy Giác Chi: Là bảy điều biết, cũng gọi là bảy yếu tố giác ngộ trong vạn pháp cần ghi nhớ là "Niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khang an, định, và xả" như sau:

- **Niệm:** Tất cả "thân, thụ, tâm, pháp", ta đều phải luôn luôn nhớ nghĩ đến, để ý quán sát.
- **Trạch pháp:** Là lựa chọn pháp tốt đẹp, làm cho sạch sẽ bằng cách không còn dính mắc, xa lià dứt sạch, dùng trí tuệ phân tích phân biệt đúng sai để chấm dứt ô nhiễm.
- **Tinh tấn:** Không lười mỏi, không buông lung, luôn luôn hành trì dũng mãnh không ngưng nghỉ.
- **Hỷ:** Vui vẻ với sự hành trì tinh tấn.
- **Khang an:** Yên ổn thư thái, không chuyển đổi, một mực cố thủ hành trì trong yên lành an tịnh.
- **Định:** Hành thiền kiên cố, do bốn yếu tố nêu trên là luôn luôn nhớ nghĩ chú tâm quán sát, lựa chọn thiện pháp, tinh tấn hành trì, vui vẻ yên ổn, sẽ đi dần vào định.
- **Xả:** Buông bỏ tất cả để hành thiền đạt định kiên cố.

Bảy yếu tố giác ngộ, nếu được ghi nhớ thực tập tinh tấn kiên cố sẽ đạt được tâm thể thanh tịnh.

d)- Công dụng của Niệm Pháp:

Tâm và pháp dính liền nhau, là đối tượng của nhau. Không có tâm sẽ không có pháp, không có pháp sẽ không có tâm (muôn pháp do tâm tạo). Khi tâm khởi thì pháp hiện, khi tâm diệt thì pháp mất. Do đó tâm và pháp đều vô thường. Biết pháp là vô thường, hành giả không còn nghĩ đến pháp nữa, nên được trí huệ tối thượng.

IV)- Chuẩn bị hành trang: Cần 6 điều:

1)- Tín: Là lòng tin, sau khi tìm hiểu tường tận, phải có niềm tin đối với pháp môn này, sau đó thực hành tinh tấn kiên trì không ngưng nghỉ, sẽ có hy vọng đạt tơi đích.

2)- Nguyện: Cần phát nguyện mạnh mẽ, quyết tâm dũng mãnh hành trì. Nguyện rằng: "Phật đạo vô thượng thề nguyện thành, chúng sanh vô lượng thề nguyện độ".

3)- Buông bỏ nhẫn nhục: Không dính mắc mọi sự, tránh chấp trước. Nhẫn nhục trước mọi việc hơn thua, được mất, khen chê, vui buồn.

4)- Tránh ba nghiệp: Về thân, khẩu, ý cần phải giữ gìn khiến lỗi chẳng sinh để thân tâm được yên ổn.

5)- Xa lià phan duyên: Người hành thiền nên xa lià mọi thứ phan duyên như viết văn làm thơ, hội họp, coi văn nghệ, dự đại hội, xem tiểu thuyết v.v… để tâm không bị phân tán vào các thứ ấy, và để dành thời giờ cho việc hành thiền bổ ích.

6)- Bất an về sự sống chết: Việc lớn sống chết từ vô lượng kiếp trước trôi lăn trong khổ não, nếu không hành trì cho mau, vô thường đến sẽ không thể giải quyết việc thoát khỏi sinh tử luân hồi được nữa.

V)- Phương pháp hành trì:

Cần phải nhận định các điều sau đây:

1)- Người quán sát và đối tượng: Phương pháp hành trì là người hành trì và pháp quán chiếu tuy hai mà là một., tuy một mà là hai. Theo khoa học, thường khi quan sát, người quan sát và vật được quan sát khác biệt nhau, có người quan sát và vật bị quan sát. Còn hành thiền Tứ Niệm Xứ, gọi là "Thiền Minh Sát", hành giả phải xóa bỏ ranh giới giữa người quán sát và đối tượng được quán sát. Nghĩa là người quán sát không đứng ở bên ngoài mà phải đồng nhất sự quán và sự được quán. Thực hành như vậy mới đưa hành giả đến chỗ chứng nghiệm một cách trực tiếp không bị chia cắt. Thân tâm được nhất như, chủ thể quán sát và đối tượng được quán sát là một. Người hành thiền vừa là người quán sát, vừa là đối tượng để quán sát. Cũng như một diễn viên trên khấu vừa đóng trò, vừa tự quan sát mình diễn trò nói năng, múa may, đi lại v.v…chứ không phải khán thính giả thưởng thức dưới sân khấu. Ở đây không còn sự phân biệt khách quan và chủ quan mà là cả hai.

Nên để ý các câu trong Kinh nói: Quán thân trong (trên) thân, quán thụ trong (trên) thụ, quán tâm trong (trên) tâm, quán pháp trong (trên) pháp". Có nghĩa là khi quán sát, hành giả không đứng bên ngoài, mà phải đồng nhất mình với đối tượng được quán. Có như vậy, hành giả mới chứng nghiệm thực tại trực tiếp, và thấy rõ thực chất bản thể được.

Trong Kinh còn nói: "Quán thân trong thân, quán thân ngoài thân, quán thân trong ngoài thân". Có nghĩa: Quán thân trong thân là quán những bộ phận trong con người mình như ruột, gan, phổi, óc v.v..; quán thân ngoài thân

là quán những pháp bên ngoài như quán con chim, cái bàn, bông hồng v.v…; quán thân trong ngoài thân như những gì mình có người khác cũng có, tức là những sự tương đồng giữa trong và ngoài.

2)- Cách hành thiền: Phương pháp hành trì là phải để ý, chú tâm, tỉnh thức, tinh tấn vượt thoát khỏi mọi tham đắm vui thích, xa lìa mọi chán ghét buồn phiền sinh khởi trong cuộc đời. Vì tất cả những thứ ấy là màn vô minh che không cho ta thấy được chân tướng của vạn pháp.

Tứ Niệm Xứ là một phương pháp thực hành thiền chứ không phải là một lý thuyết suông. Bởi vậy, người nào cảm thấy thích hợp với mình thì nên nghiên cứu kỹ càng và áp dụng thực hành.

Tứ Niệm Xứ còn được hành trì song song với quán hơi thở vào ra. Đây là việc làm khó khăn, nhất là lúc ban đầu. Nếu vượt qua được bước đầu rồi, mọi chuyện đều được giải quyết êm xuôi.

VI)- Thực hành Bốn Niệm Xứ:

Người mới thực hành phải ngồi mới dễ dàng thiền quán được (xin xem bài "Ngồi Thiền" để biết cách chuẩn bị ngồi thiền). Hành giả khi đang thiền để hơi thở tự nhiên, không cố thở, không cố ngưng thở, không thót bụng, cũng không phình bụng, mà để hơi thở tự nhiên vào ra.

Trong khi thiền quán, không nên dùng chữ "tôi" vào trong quán. Tất cả chỉ là "sự". Tỉ dụ: "Biết những sợi tóc trên đầu, tim đang bóp, máu đang dẫn đến các cơ quan trong cơ thể để nuôi các tế bào v.v…". Không nói: "tôi biết những sọi tóc trên đầu tôi, tim tôi đang bóp, máu của tôi đang dẫn đến các cơ quan trong thân thể tôi để nuôi các tế bào v.v…". Vì đứng trên quan điểm không dựa trên người quán và người bị quán, mà là dựa trên quan

điểm có một sự quán trên một sự được quán. Bây giờ, chúng ta bắt đầu thực hành thiền quán nhé:

A)- Niệm thân trong thân:

Về thân, gồm bốn hơi thở vào ra từ một đến hơi thở thứ tư:

0**1)-** Hơi thở VÀO thứ nhất, biết, ý thức đang thở vào.

- Hơi thở RA thứ nhất, theo dõi đang thở ra.

Ở đây, tâm người thở là chủ thể, hơi thở là một phần của thân, là đối tượng để quán.

02)- Hơi thở VÀO thứ hai, biết đang thở vào và ý thức toàn thân của hơi thở.

- Hơi thở RA thứ hai, theo dõi đang thở ra và ý thức toàn thân của hơi thở.

Ở đây cần được theo dõi toàn thể hơi thở từ đầu tới cuối, hơi thở và toàn thân hợp nhất.

03- Hơi thở VÀO thứ ba, biết đang thở vào và ý thức tóc ở trên đầu. . .

- Hơi thở RA thứ ba, biết đang thở ra và ý thức trong đầu có bộ óc. . .

Ở đây, hơi thở được phối hợp và hợp nhất với bộ phận mà hành giả quán chiếu.

04- Hơi thở VÀO thứ tư, biết đang thở vào và ý thức đầu mặt có mắt, tai, mũi, miệng, lưỡi, răng . . .

- Hơi thở RA thứ tư, biết đang thở ra và ý thức cổ, gáy, vai . . .

Ở đây, hơi thở vẫn được phối hợp và hợp nhất với bộ phận quán chiếu. Đến đây, sự quán chiếu có thể đưa hành giả đến sự lắng dịu an tịnh.

B)- Niệm thọ trong thọ:

Về cảm giác, gồm bốn hơi thở vào ra từ năm tới hơi thở thứ tám:

05)- Hơi thở VÀO thứ năm, biết đang thở vào và ý thức có một sự lo lắng không yên về sự hành thiền này.

- Hơi thở RA thứ năm, biết đang thở ra và ý thức không còn sự lo lắng, được yên tâm.

06)- Hơi thở VÀO thứ sáu, biết đang thở vào và ý thức có một sự bực bội buồn phiền về một người bạn bị bệnh.

- Hơi thở RA thứ sáu, biết đang thở ra và ý thức không còn sự bực bội buồn phiền.

07)- Hơi thở VÀO thứ bảy, biết đang thở vào và ý thức có một sự mệt mỏi chán nản vì mọi người đều kiêu ngạo.

- Hơi thở RA thứ bảy, biết đang thở ra và ý thức không còn sự mệt mỏi chán nản.

08)- Hơi thở VÀO thứ tám, biết đang thở vào và ý thức có một sự hạnh phúc vì thân thể được toàn vẹn.

- Hơi thở RA thứ tám, biết đang thở ra và ý thức có một sự bình yên thoải mái.

Bốn hơi thở về cảm thọ, quán sát tất cả cảm giác vui buồn, không vui không buồn. Cảm thọ có thể từ thân phát sinh, cũng có thể từ tri giác (cảm giác, biết) phát sinh. Ý thức cả thân hành và tâm hành. Hơi thở, tâm, thân và cảm thọ trở thành nhất như.

C)- Niệm tâm trong tâm:

Về tâm, gồm bốn hơi thở từ thứ chín tới hơi thở thứ mười hai.

09)- Hơi thở VÀO thứ chín, biết đang thở vào và ý thức đang suy nghĩ một điều xấu.

- Hơi thở RA thứ chín, biết đang thở ra và ý thức điều suy nghĩ xấu đã biến mất.

10)- Hơi thở VÀO thứ mười, biết đang thở vào và ý thức đang nhớ đến sự giận buồn đối với một người bạn.

- Hơi thở RA thứ mười, biết đang thở ra và ý thức sự giận buồn không còn nữa.

11)- Hơi thở VÀO thứ mười một, biết đang thở vào và ý thức tưởng nhớ quá khứ xa xưa.

- Hơi thở RA thứ mười một, biết đang thở ra và ý thức không còn tưởng nhớ quá khứ xa xưa nữa.

12)- Hơi thở VÀO thứ mười hai, biết đang thở vào nghĩ tới tương lai tốt đẹp.

- Hơi thở RA thứ mười hai, biết đang thở ra và ý thức có một sự an lạc.

Bốn hơi thở này quán về tâm gồm có nhớ nghĩ (tưởng), trạng thái tâm lý (hành), nhận biết phân biệt (thức) và đôi khi cũng có cảm giác, tri giác (thụ) xen vào. Có 51 loại tâm hành, nên hoạt động của tâm rất nhiều, nhưng hành giả chỉ quán những gì đang xẩy ra trong hiện tại. Nhờ quán chiếu, hành giả biết được những ràng buộc của tâm, do quán chiếu những chi tiết bản chất của ràng buộc mà có thể cởi trói giải thoát cho tâm.

D)- Niệm pháp trong pháp:

Pháp là đối tượng của tâm, gồm bốn hơi thở từ thứ mười ba tới hơi thở thứ mười sáu.

13)- Hơi thở VÀO thứ mười ba, biết đang thở vào và ý thức một trong "Năm Cái" là những hiện tượng tham dục, sân hận, mờ mịt (hôn trầm), không yên (trạo cử), nghi ngờ (nghi hối) xuất hiện.

- Hơi thở RA thứ mười ba, biết đang thở ra và ý thức những hiện tượng ấy khi có khi không, nên nó là vô thường, không có cá thể, không thường còn. Do đó nó không là ta, không là của ta, không là tự ngã của ta.

14)- Hơi thở VÀO thứ mười bốn, biết đang thở vào và ý thức một trong "Năm Uẩn" là Thân (sắc) và Tâm [cảm giác (thụ), nhớ nghĩ (tưởng), trạng thái tâm lý (hành), nhận biết phân biệt (thức)] tạo nên thân tâm.

- Hơi thở RA thứ mười bốn, biết đang thở ra và ý thức thân là vô thường, khổ, không. Tâm là thụ tưởng, hành, thức luôn luôn biến đổi, nên thân tâm không là ta, không là của ta, không là tự ngã của ta.

15)- Hơi thở VÀO thứ mười lăm, biết đang thở vào và ý thức sáu căn, sáu trần, sáu thức hợp duyên tạo thành hình sắc, âm thanh, mùi vị, cảm giác.

- Hơi thở RA thứ mười lăm, biết đang thở ra và ý thức trong ba căn trần thức nếu thiếu một thứ thì không hoạt động được nữa, trần ở ngoài, nên căn thức không là ta, không là cái của ta, không là tự ngã của ta.

16)- Hơi thở VÀO thứ mười sáu, biết đang thở vào và ý thức "Bảy Giác Chi" là luôn luôn biết (niệm), chấm dứt nhiễm ô (trạch pháp), không lười mỏi (tinh tấn), vui vẻ (hỷ), yên ổn (khang an), hành thiền kiên cố (định), buông bỏ mọi sự (xả).

- Hơi thở RA thứ mười sáu, biết đang thở ra và ý thức xả bỏ tất cả sẽ được yên ổn trong thiền quán dẫn tới định tĩnh an khang.

Bốn hơi thở cuối quán chiếu về pháp, tức quán chiếu đối tượng của tâm. Tâm không thể hiện hữu nếu không có pháp, pháp không hiện hữu nếu không có tâm, vì thế tâm vừa là chủ thể vừa là đối tượng để nhận thức.

VII)- Lưu ý khi hành thiền:

1)- Người mới học thiền nên thực tập nhiều lần cho một hơi thở. Thí dụ tập thở và quán hơi thở thứ nhất trong một giờ của đêm đầu tiên. Đêm thứ hai tập ôn lại hơi thở thứ nhất trong năm mười phút rồi tập qua hơi thở thứ hai cho tới lúc xả thiền. Đêm thứ ba ôn lại hơi thở thứ nhất và hơi thở thứ hai cũng năm mười phút rồi tập qua hơi thở thứ ba cho tới khi xả thiền. Và cứ làm như thế cho tới

khi tập hết mười sáu hơi thở, và từ đó mỗi lần ngồi thiền áp dụng cả mười sáu hơi thở.

Cũng có thể tập quán bốn hơi thở trong một lần ngồi thiền, như bốn hơi thở đầu quán về thân, bốn hơi thở kế tiếp quán về thụ v.v… Cũng có thể tập quán nhiều lần hơn cho một hơi thở nào mà mình cảm thấy khó thực hành, miễn làm sao để hành thiền được êm xuôi dễ dàng.

2)- Trong khi thiền quán nếu xẩy ra những sự khác thường, như thấy ngứa, chân tê, buồn ngủ từ thân, hay nghe tiếng động, v.v…từ ngoài, nên tỉnh táo ghi nhận. Nếu chịu đựng được thì tốt, còn nếu không chịu đựng được như tê chân nên ý thức và nhè nhẹ dùng tay chuyển vị thế của hai chân với nhau sẽ hết tê.

3)- Trong khi hành thiền, hơi thở nên để tự nhiên, không cố thở, không ngưng thở, không phình bụng hay xẹp bụng mà để tự nhiên. Chỉ để ý biết theo dõi hơi thở và ý thức quán "thân, thụ, tâm, pháp" đã được giải thích rõ ràng ở phần thực hành trên.

4)- Khi hành thiền ngồi được nhu nhuyễn rồi, hành giả nên áp dụng thực hành trong cả bốn oai nghi là trong khi đi, đứng, nằm, ngồi đều theo dõi hơi thở và ý thức đi, đứng, nói năng v.v…Nghĩa là ý thức trong mọi lúc ở mọi nơi về mọi cử chỉ, hành động, suy nghĩ, nói năng v.v…

5)- Trong khi thiền quán dù được tâm an tịnh vẫn nên tiếp tục không ngưng nghỉ. Đây là phép quán gọi là "thiền tuệ", khi đạt tới đích sẽ dẫn đến giải thoát an vui, thất thông bát đạt có đủ cả.

VIII)- Kết Luận về Bốn Niệm Xứ.

Để biết giá trị của tu Bốn Niệm Xứ này, chúng ta tóm lược trích Tạp A Hàm, quyển 2, các Kinh số 335, 336, 339, 342 như sau:

Một thời đức Phật ngự tại tịnh xá Kỳ Hoàn, vườn Cấp Cô Độc, thuộc nước Xá Vệ. Bấy giờ Tôn giả A Na Luật đang ở tịnh xá Tòng Lâm cũng thuộc nước Xá Vệ, trong khi Tôn giả Đại Mục Kiền Liên ở trong rừng Khủng Bố có nhiều cầm thú dưới chân núi Thất Thu Ma La thuộc thôn Bạt Kỳ. Tôn giả A Na Luật một mình ở chỗ vắng tu Thiền định suy nghĩ: "Có đạo Nhất thừa khiến cho người tu được thanh tịnh, lià buồn phiền khổ não, được Chân như, đó là "Bốn Niệm Xứ", cần quán "Thân, Thọ, Tâm, Pháp". Nếu người nào tin ưa, tu tập nhiều Bốn Niệm Xứ, tức là gần gũi Thánh đạo, là tin ưa pháp cam lộ. Người tin ưa Thánh pháp, tu tập, tu tập nhiều sẽ thoát khỏi sinh già bệnh chết, thoát khỏi buồn phiền khổ não".

Lúc ấy, Tôn giả Mục Kiền Liên biết tâm ý của Tôn giả A Na Luật, trong khoảnh khắc như người lực sĩ co duỗi cánh tay, Tôn giả Mục Kiền Liên biến khỏi rừng Khủng Bố nước Tỳ Xá Ly, hiện trước Tôn giả A Na Luật tại tịnh xá Tùng Lâm, nước Xá Vệ, rồi bảo rằng:

- Thầy nghĩ rằng: "Có đạo Nhất thừa khiến cho người tu được thanh tịnh, lià buồn phiền khổ não được Chân như, đó là tu "Bốn Niệm Xứ", cần quán "Thân, Thọ, Tâm, Pháp". Nếu người nào tin ưa, tu tập nhiều Bốn Niệm Xứ, tức là gần gũi Thánh đạo, là tin ưa pháp cam lộ. Người tin ưa Thánh pháp, tu tập, tu tập nhiều sẽ thoát khỏi sinh già bệnh chết, thoát khỏi buồn phiền khổ não" chăng?

Tôn giả A Na Luật đáp:

- Đúng thế, đúng thế, thưa Tôn giả Đại Mục Kiền Liên.

Tôn giả Mục Kiền Liên hỏi tiếp:

- Thế nào là tin ưa Bốn Niệm Xứ?

- Nếu đối với thân, quán thân, tâm duyên thân chính niệm trụ, điều phục tham ái thế gian, lặng lẽ, nhất tâm tinh tấn.

Đối với thọ, tâm, pháp cũng như thế. Thưa Tôn giả Đại Mục Kiền Liên, đó là tin ưa Bốn Niệm Xứ.

Tôn giả Mục Kiên Liên khen ngợi, rồi hỏi tiếp :

- Thế nào là tu tập Bốn Niệm Xứ? Tu tập nhiều sẽ được quả báo gì?

- Đối với thân bên trong khởi tưởng nhàm chán hay không nhàm chán đều buông bỏ hết, chính niệm, chính tri. Đối với thọ tâm pháp cũng như thế, buông bỏ hết. Đó là tu tập Bốn Niệm Xứ. Thưa Tôn giả, vì tôi đối với Bốn Niệm Xứ tu tập, tu tập nhiều, thành tựu đại thần lực. Vì đối với Bốn Niệm Xứ khéo tu tập, nên trong một Tiểu Thiên thế giới (Gồm 1000 mặt trời trong một vùng), chỉ cần tạo một chút phương tiện là có thể quán sát khắp cả. Ví như người mắt sáng ở trên lầu cao nhìn xuống thấy mọi vật trên đất bằng, tôi quán sát Tiểu Thiên thế giới cũng vậy. Như thế, tu tập, tu tập nhiều Bốn Niệm Xứ thành tựu thần lực oai đức lớn như thế.

Lại nữa, tu tập, tu tập nhiều Bốn Niệm Xứ, dứt hết các ô uế, lậu hoặc, được vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, hiện tại tự biết tác chứng: "Sự sinh đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã xong, không còn thọ thân sau nữa".

Tôn giả Mục Kiền Liên khen:

- Lành thay, lành thay! Hiền giả đã làm đúng những gì mà thiện nam tử, con của qúy tộc thấy sự kết hợp phiền toái tại gia sống đời dục lạc, là bỏ gia đình, cạo bỏ râu tóc, mặc áo cà sa, theo Phật xuất gia học đạo, tinh tấn tu phạm hạnh, đắc qủa A La Hán.

Khen xong, Tôn giả Mục Kiền Liên nhập tam muội trong khoảng khắc, như người lực sĩ co duỗi cánh tay, đã trở về rừng Khủng Bố nước Tỳ Xá Ly ., .

Bốn Thiền Tám Định

(Trung A Hàm quyển 3 trang 715, quyển 4 trang 51. Trường A Hàm quyển 1 trang 460. Tạp A Hàm quyển 1 Kinh số 259 trang 500, quyển 2 Kinh số 483 trang 224, quyển 3 Kinh số 864 đến số 870 từ trang 216 đến 222, quyển 4 Kinh số 1129 trang 128).

I)- Thế nào là Bốn Thiền Tám Định?

Là Thiền theo thứ bậc chứng đắc từ bậc thứ nhất đến bậc thứ tư, còn Định là trong mỗi bậc thiền khi đạt tới thanh tịnh vắng lặng được gọi là ở trong Định. Như vậy trong bốn bậc Thiền có bốn Định, còn bốn cảnh giới Định nữa gọi là "Tứ Không" là an trú Vô Lượng Không Xứ, Vô Lượng Thức Xứ, Vô Sở Hữu Xứ, và Phi Hữu Tưởng Phi Vô Tưởng Xứ. Chúng ta lần lượt phân tích Bốn Thiền, Tám Định.

II)- Phân tích Bốn Thiền Tám Định

1)- Thiền Định Thứ Nhất: Hành giả suy niệm thấy mắt đối với sắc, tai với âm thanh, mũi với mùi, lưỡi với vị, thân với xúc chạm tạo nên cảm giác như rượu độc làm người si mê say sưa, tất cả những thứ ấy gọi chung là ham muốn (ái dục). Tìm cầu ái dục khó nhọc khổ sở, được rất khó mà mất lại dễ, nó tạm bợ, không bền vững, vô thường, khổ. Đối với Năm Ấm là "sắc, thọ, tưởng, hành, thức", sắc là thân do bốn đại "đất, nước, gió, lửa" hợp thành, chúng cũng như bốn con rắn độc lại không hợp nhau, nên khi bệnh này, khi tật kia. Và tâm do "thọ, tưởng, hành, thức" chủ động, chúng đều biến đổi, nên đều là vô thường, khổ, vô ngã. Thế nên, phải suy niệm ham muốn là độc hại, các việc ác từ thân, miệng, ý đều là bệnh, là ung nhọt, gai nhọn. Hành giả thấy biết như vậy, ở chỗ vắng, không ồn ào, tùy nghi ngồi thiền, tinh tấn

hành trì. Hành giả còn phải biết tùy thời tùy lúc thay đổi Chỉ, Quán, Xả. Khi đang suy niệm Quán bị tán loạn, phải đổi qua Chỉ, khi buồn ngủ mê mờ phải đổi qua Quán, khi ái dục khởi lên phải dùng Xả để trị. Như thế, tin tưởng ở Phật pháp, tin tưởng ở vị Thiện tri thức, tin tưởng ở chính mình rồi, bèn sinh thoải mái (hoan duyệt), thoải mái nên thân nhẹ nhàng (khinh an), do thân nhẹ nhàng nên cảm thọ vui (lạc), cảm thọ vui nên tâm định, đây là **Định Thứ Nhất**. Do tâm định, hành giả thấy như thật, biết như thật, vị ấy sinh nhàm chán, xa lìa các ái. Như vậy hành giả đối với các hành của ý miệng thân, các hình tướng v.v… quán sát lìa xa ái dục, lìa các pháp ác, có biết (giác) có thấy (quán), do lìa dục sinh an vui (hỷ lạc), an trú đầy đủ, chứng đắc **Thiền Thứ Nhất**.

2)- Thiền Định Thứ Hai: Trong thiền thứ nhất đạt được như nước đã yên lặng, không còn sóng, nhưng như nước còn đục, nước còn vẩn bùn, chưa trong, chưa thể nhìn thấy sỏi đá ở dưới đáy được. Đối với hành giả vì có biết có thấy nên còn dụng tâm để biết để thấy, giống như nước có vẩn bùn nên nước không trong. Do đó, hành giả phải không còn biết gì cả (không giác), không còn thấy gì cả (không quán), như để cho vẩn bùn lắng xuống, nước được trong vắt, tức là cái biết cái thấy trừ bỏ hết (giác quán tịch tịnh), bên trong một bề yên ổn (nội tĩnh nhất tâm). Như thế, hành giả không giác, không quán, giác quán tịch tịnh, nội tĩnh nhất tâm nên được định, đây là **Định Thứ Hai**, định sinh hân hoan, thành tựu an trú đầy đủ, chứng đắc **Thiền Thứ Hai**.

3)- Thiền Định Thứ Ba: Trong thiền thứ hai định sinh hân hoan, Ở đây vẫn còn cái vui của phàm phu, hành giả phải xả bỏ hân hoan, lìa tham vui dục, chính tri, chính niệm, trụ vào xả niệm vui (lạc) của bậc Thánh nói. Bấy

giờ thân cảm giác an vui, chuyên niệm nhất tâm, tự biết sự an vui của thân mà các bậc hiền Thánh mong cầu. Giữ niệm thanh tịnh, được **Định Thứ Ba**, nhất tâm thanh tịnh, thành tựu an trú đầy đủ, chứng đắc **Thiền Thứ Ba.**

4)- Thiền Định Thứ Tư: Trong thiền thứ ba, mặc dù đã xả bỏ cái hân hoan, bỏ vui dục, nhưng lại trú vào cái vui của thân do thiền định mang lại, nên tâm còn động. Do đó, ở đây hành giả phải gạn lọc hết sạch những vi tế của khổ vui, diệt khổ, dứt vui, không khổ không vui đều diệt tuyệt, cái vui của thân thiền định mang lại cũng xả bỏ hết, chỉ còn có tâm niệm thanh tịnh, được **Định Thứ Tư**, nhất tâm thanh tịnh, thành tựu an trú đầy đủ, chứng đắc **Thiền Thứ Tư**.

5)- Định Thứ Năm: Hành giả nào trong khi thiền quán sự nói năng suy nghĩ và hành động của mình (sở hành), đối tượng mục tiêu của mình (tiêu đích), mà vượt qua được tất cả sự tưởng nhớ các hình sắc (sắc tưởng), không nhớ nghĩ (suy niệm) bất cứ loại tưởng nhớ nào. Nghĩa là quán phá cái nghĩ tưởng có hình sắc trong và ngoài, diệt cái có đối đãi, tất cả chỉ là không. tu tập, tu tập nhiều, sẽ nhập vô lượng không, được niệm thanh tịnh định. Đây là **Định Thứ Năm**, nhất tâm thanh tịnh, thành tựu an trú **Vô Lượng Không Xứ**, còn được gọi là Không Vô Biên Xứ.

6)- Định Thứ Sáu: Hành giả nào trong khi thiền quán sự nói năng suy nghĩ hành động của mình, đối tượng của mình, mục tiêu của mình vượt qua tất cả Vô lượng không xứ. Nghĩa là hành giả quán xét cho rằng có cái không xứ là sai, mà nó phải là một cái gì khác, đó là thức. Hành giả suy niệm về vô lượng thức, tu tập, tu tập nhiều sẽ nhập vô lượng thức, được niệm thanh tịnh định. Đây là **Định Thứ Sáu**, nhất tâm thanh tịnh, thành tựu an trú **Vô Lượng Thức Xứ**, còn gọi là Thức Vô Biên Xứ.

7)- Định Thứ Bảy: Hành giả trong khi thiền quán sự nói năng suy nghĩ và hành động của mình, đối tượng của mình, mục tiêu của mình vượt qua tất cả Vô lượng thức xứ. Nghĩa là hành giả quán xét cho rằng có cái thức xứ là sai, mà thực ra chẳng có cái gì gọi là thức cả. Hành giả suy niệm về tất cả không có thức, là vô sở hữu thức, tức là vị ấy vượt qua trạng thái không thức quán và tâm sở hữu. Tu tập, tu tập nhiều sẽ nhập vô sở hữu, được niệm thanh tịnh định, đây là **Định Thứ Bảy**, nhất tâm thanh tịnh, thành tựu an trú **Vô Sở hữu Xứ**.

8)- Định Thứ Tám: Hành giả nào trong khi thiền quán sự nói năng suy nghĩ và hành động của mình, đối tượng của mình, mục tiêu của mình vượt qua tất cả vô sở hữu xứ. Nghĩa là hành giả quán xét tất cả "tưởng" là sai, tất cả "không tưởng" cũng sai luôn. Hành giả thấy tưởng như bệnh, như mụn nhọt, như gai, thấy vô tưởng như ngu si. Hành giả tu tập, tu tập nhiều sẽ nhập phi hữu tưởng phi vô tưởng, được niệm thanh tịnh định, đây là **Định Thứ Tám**, nhất tâm thanh tịnh, thành tựu an trú **Phi Hữu Tưởng Phi Vô Tưởng Xứ**, còn gọi là Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ, là hành nghiệp lưu dư cao nhất trong sự "có".

Tóm lại, nếu nhập Thiền thứ nhất, tác dụng của ái dục diệt. Nếu nhập Thiền thứ hai, tác dụng của thấy biết (giác quán) diệt. Nếu nhập Thiền thứ ba, tác dụng của hân hoan (hỷ lạc) diệt. Nếu nhập Thiền thứ tư, tác dụng của hơi thở không còn biết nữa (diệt). Nếu nhập Không vô biên xứ, tác dụng của sắc tưởng diệt. Nếu nhập Thức vô biên xứ, tác dụng của không tưởng diệt. Nếu nhập Vô sở hữu xứ, tác dụng của thức diệt. Nếu nhập phi hữu tưởng phi vô tưởng, tác dụng của vô sở hữu diệt. Nếu nhập Diệt tận định, tác dụng của thọ tưởng diệt.

III)- Những trở ngại khó khăn

Dù cố gắng, người sơ cơ vẫn phải trải qua những giai đoạn khó khăn như phóng tâm, những ý tưởng ngoài đề mục thiền xuất hiện trong đầu, trước mắt, làm cho hành giả cảm thấy không tiến bộ, nản lòng, mất nhẫn nại. Hành giả phải cố gắng khắc phục, vượt qua mọi khó khăm để tiếp tục. Những trở ngại về tinh thần ngăn chặn hành giả tiến đến Niết Bàn là **Năm Triền Cái (Ngũ Cái**) gồm:

1- Tham ái: Tham ái là tham muốn nhục dục, luyến ái sáu trần, dính mắc bởi "sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp". Chúng là những cái mạnh nhất trói buộc con người vào vòng sinh tử. Muốn tận diệt chúng, phải nhận thức mối nguy hại của chúng, kiên trì quán sát mối nguy hại, kiểm soát sáu căn "mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý". Đây là những con rắn độc giết hại tâm thanh tịnh, ngăn trở hành giả đạt tới bậc Thánh.

2- Sân hận: Sân giận, hận thù, oán hờn, tật đố ganh ghét. Hành giả phải quán sát để thấy rõ nguồn gốc xấu xa tệ hại của nó mà trừ bỏ xa lìa nó. Đây là ngọn lửa dữ thiêu đốt con người. Hành giả dùng tâm Từ Bi để đối trị, khi đã trừ bỏ xa lìa được rồi, lòng sẽ nhẹ nhõm, dễ dàng tiến tới tâm định tĩnh vắng lặng.

3- Hôn trầm, thùy miên: Hôn trầm thùy miên là dã dượi, uể oải, không vui, ăn nhiều, ợ ngáp, lười biếng, muốn ngủ nghỉ, không muốn hành thiền, không muốn tinh tấn. Hành giả phải cố gắng ngăn chặn bằng cách suy nghĩ đến sinh tử vô thường đến lúc nào không biết, không còn kịp nữa. Lại một kiếp trôi lăn không biết sẽ về đâu, nên phải cố gắng tỉnh thức, kiên trì.

4- Trạo hối, phóng dật: Là hối tiếc, có trạng thái buông xuôi, chao động của tâm khi đã làm những điều bất thiện. Hành động ác ấy đưa đến sự lo âu hối tiếc đã để xảy ra

việc bất thiện. Cũng có tình trạng lo âu khi việc thiện để qua mất không làm nên đưa tới buông thả. Lại có đủ thứ khoái lạc ở đời, nên thường nhớ nghĩ không dứt được. Đối trị trạo hối phóng dật bằng cách tự hứa hẹn sẽ không để tình trạng như thế xảy ra nữa. Quyết dứt bỏ xa là các điều lo âu và các điều vui thích ở đời, để đưa tâm trở lại an ổn trong việc hành thiền.

5- Nghi ngờ: Nghi ngờ là do dự trong qúa khứ, tương lai, và hiện tại, là nghi pháp hành trì, nghi Thiện tri thức giảng dạy, nghi chính mình không đủ khả năng. Khi nghi ngờ sẽ có tâm bất định làm cho việc hành trì bị trở ngại. Hành giả phải chú tâm quán sát, tỉnh thức theo dõi, quán sát để ra khỏi sự bất định của nghi ngờ.

Năm Triền Cái trên nếu không dùng Chính tư duy để suy niệm chính xác, chúng sẽ làm cho hành giả bị tối tăm, không còn con mắt sáng, không còn trí minh mẫn, nên chẳng thể giải thoát đến Niết Bàn được.

IV)- Thực hành Tứ Thiền và Quả vị :

Người hành trì Bốn Thiền phải khắc phục mười trói buộc, đó là: 1- Thân kiến, 2- Hoài nghi, 3- Giới cấm thủ, 4- Ái dục, 5- Bất toại, 6-Sân hận, 7- Kiêu mạn, 8- Tật đố, 9- Bủn xỉn, 10- Vô minh. Qua bốn giai đoạn của Tứ Thiền, khi hành trì kiên cố, chúng ta có thành qủa chia ra như sau:

1)- Hành trì và qủa vị thứ nhất:

Người khắc phục được ba trong mười trói cột, đó là:

01- Thân Kiến: Chấp ngã, tin thân ta là thật, là qúy, là bất biến, mà thực ra thân ta chỉ là sự cấu thành giả tạm của năm uẩn gồm tâm và sắc luôn luôn biến đổi, không có cái gì có thể gọi là ta được. Nó là vô thường, khổ, không, vô ngã, nên không có ngã, không có cái ta (đã

phân tích ở bài chấp ngã), hành giả phải quán sát suy gẫm cho đến khi không còn chấp có ta nữa mới thôi.

02- Hoài nghi: Người hoài nghi có tà kiến như không tin nghiệp báo nhân qủa, không tin giáo pháp của Phật khi thực hành đúng có thể đạt qủa. Không tin Tam Bảo, không tin luân hồi, không tin Thiện tri thức, không tin chính mình v.v…Hành giả cần phải quán sát, dùng tuệ trí suy gẫm cho đúng đắn để diệt trừ hoài nghi.

03- Giới cấm thủ: Những gì Phật cấm lại tin theo như mê tín dị đoan, sống khổ hạnh, sống theo lợi dưỡng, năm căn dính mắc năm trần, chấp đủ thứ điên đảo, v.v… Hành giả cần phải dùng chính kiến chính tư duy để nhận ra đâu là chân thật đâu là tà giả và xa lià nó.

Hành giả quán sát hoặc hành, hoặc hình, hoặc tướng, đối với những pháp này quán sát lìa dục, ly pháp ác, có biết (giác), có thấy (quán), do ly dục sinh vui vẻ, đạt qủa Thiền thứ nhất gọi là Tu Đà Hoàn. Hành giả đạt qủa Tu Đà Hoàn là bước vào dòng suối chảy đến Niết Bàn ở bước khởi đầu.

Người chứng Thiền thứ nhất, nếu chưa đạt được qủa vị thứ hai, sẽ còn phải tái sinh lại cõi người bảy lần nữa mới đạt tới quả Niết Bàn. Nhưng các vị này đã tạo được tâm tin Tam Bảo (Phật, Pháp, Tăng) vững chắc, nên không còn bị tái sinh vào các cõi dữ nữa.

2)- Hành trì và qủa vị thứ hai:

Hành giả tiếp tục hành trì để cởi trói ba thứ nữa, đó là:

04- Ái dục: Hành giả phải quán sát cho tới khi thấy rõ sự ham muốn, sự thèm khát là nguyên nhân gây ra khổ. Sáu căn "mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý" là cửa ngõ của cảm giác yêu ghét khi tiếp xúc với sáu trần là "sắc, thanh, hương, vi, xúc, pháp" đưa đến vui khổ. Năm trần đầu liên quan đến vật chất, trần sau cùng là pháp trần, liên quan đến

tinh thần, nhưng cũng bắt nguồn từ vật chất mà ra. Ái dục biểu lộ bằng tâm ham muốn vướng mắc, nên khổ, và là nguyên do loài hữu tình trôi nổi trong vòng luân hồi. Hành giả cần quán sát để thấy rõ sự dính mắc, lôi kéo của tham dục đưa đến chỗ khổ, nên cần phải từ bỏ xa lià.

05- Bất toại: Là không được thoả lòng, không được thoả mãn. Con người có đủ thứ nhu cầu, có vô số điều mong muốn. Nếu không được như ý, không được toại ý, sẽ đi đến bất mãn, không vui, buồn khổ. Người hành thiền phải biết sống đủ, ít nhu cầu, không đòi hỏi, như thế mọi sự sẽ được toại ý, thoả mãn những gì mình có, sẽ không còn buồn khổ, do đó dễ đi vào định tâm.

06- Sân hận: Là không muốn điều gì không ưa như không muốn nghe điều mình không muốn nghe, không muốn thấy người mình ghét. Nếu thấy nghe những gì không thích sẽ nổi sân giận. Người hành thiền phải biết quán từ bi để không còn một tí gì sân hận mới được.

Với sự cởi trói của ba thứ nêu trên, hành giả quán sát kỹ càng, gia công hành trì tinh tấn, đối với hành như thế, hình như thế, tướng như thế, dứt giác, dứt quán, nội tĩnh nhất tâm, không biết không thấy gì khác, được định sinh vui vẻ, đạt qủa Thiền thứ hai gọi là Tư Đà Hàm. Chứng bậc thứ hai, các vị này nếu chưa chứng bậc thứ ba, sẽ tái sinh cõi người một lần rồi tu tiếp cho tới đạt Niết Bàn.

3)- Hành trì và qủa vị thứ ba:

Điều cần để ý ở đây là mặc dù đã chứng bậc thứ hai diệt ái dục, trừ bất toại, nhưng vẫn còn **ái dục vi tế**, vẫn còn sự **bất toại nhỏ nhiệm, v**ẫn còn **giận hờn mờ mờ** từ lâu còn sót lại. Khi ấy hành giả tận diệt trọn vẹn hết sạch ba trói cột ấy, bằng cách tận diệt hoàn toàn mọi ham muốn về vật chất lẫn tinh thần. Đối với hành như thế, hình như thế, tướng như thế, là tham, dứt vui, dứt buồn,

trụ xả, chính niệm, chính trí, biết thân an vui mà bậc Thánh thường nói là "Xả niệm lạc trú", kiện toàn tuệ giác, an trú đạt qủa Thiền thứ ba gọi là A Na Hàm. Nếu chưa đạt quả A La Hán trong đời hiện tại, các vị này sau khi mạng chung sẽ không còn tái sinh lại cõi người, cũng không tái sinh lên cõi trời Dục giới, mà sẽ tái sinh lên cõi trời Vô phiền ở Sắc giới. Vị ấy sẽ tiếp tục tu ở đấy, và đắc qủa A La Hán rồi nhập Niết Bàn khi hết tuổi thọ.

4)- Hành trì và qủa vị thứ tư:

Các vị đắc qủa thứ ba tiếp tục cởi trói bốn thứ nữa là:

07- Kiêu mạn: Sự kiêu mạn về mọi vấn đề như kiêu mạn về sự hơn người: "Chỉ có ta mới hiểu được điều này, không ai được như ta, v.v…"

08- Tật đố: Ganh tị người khác hơn mình như không muốn người khác giỏi hơn mình, ghen ghét người khác giàu hơn mình hay có sức khỏe hơn mình v.v…

09- Bủn xỉn: Có nghĩa là bần tiện keo kiết, không mở lòng rộng lượng từ của cải đến lời nói chỉ dẫn, nó có tính ích kỷ, nên cần phải quán từ bi hỷ xả để đoạn diệt nó.

10- Vô minh: Là không hiểu biết về mọi sự việc, thật cho là giả, giả cho là thật, chấp mọi sự điên đảo của thế gian cần phải nghiêm trì giới luật và thiền định v.v…

Hành giả tư duy bốn thứ kiêu mạn, tật đố, bủn xỉn vô minh như bệnh, như gai nhọn, như ung nhọt, vô thường, khổ, vô ngã. Hành giả đối với hành như thế, hình như thế, tướng như thế, là khổ dứt vui, vui buồn đều dứt, không buồn không vui, chán lìa, ghê sợ, ly xả tất cả những gì còn sót lại. Vị ấy dần dần đạt tới chính tâm nhất niệm, an trụ Thiền thứ tư gọi là A La Hán. Vị A La Hán biết rõ ái dục đã sạch, vô minh đã tiêu diệt hoàn toàn, mọi ô nhiễm đều sạch hết. Hành giả biết như thế, thấy như thế, tâm giải thoát dục lậu (ô uế), tâm giải thoát hữu

lậu, tâm giải thoát vô minh lậu, giải thoát tri kiến. Vị ấy tự thấy rõ rằng: "Sự sinh của ta đã chấm dứt, phạm hạnh đã lập, các điều cần làm đã làm xong, tự biết chẳng còn thọ thân sau nữa". Bấy giờ, vị ấy chứng nghiệm hạnh phúc tối thượng.

Tóm lại, khi hành giả chuyên chú hành thiền, sẽ có một ngày chứng kiến một sự ngạc nhiên tự bản tâm, hành giả cảm thấy một tâm trạng hạnh phúc thỏa thích, tâm vắng lặng mà trước kia chưa bao giờ thấy. Càng củng cố tâm định, càng tinh tấn hành trì, tuệ minh càng tăng trưởng sâu sắc một cách lạ thường. Hành giả ý thức rằng thân tâm luôn luôn biến đổi, nên hiểu rõ ràng rằng những gì phân tán tan hoại đều đáng sợ đáng bỏ. Nhận chân thân tâm như thế, nên hành giả nhàm chán muốn lìa bỏ, muốn xả bỏ trọn vẹn tất cả. Hành giả tiến thêm một bậc nữa là tuệ xả, nghĩa là không luyến ái không chê bai, không yêu ghét, chỉ muốn lìa bỏ mọi sự, vì vô thường, khổ, vô ngã mà muốn xả bỏ để thành tựu đạo quả Niết Bàn.

V)- Lưu ý khi hành thiền

1)- Bốn loại trong mỗi tầng chứng đắc:

Nếu hành giả trong khi thiền quán với sở hành, đối tượng, mục tiêu mà là dục, là pháp ác, có biết (giác), có thấy (quán), do là dục nên sinh an vui, chứng đắc Thiền thứ nhất. Từ đây có bốn chủng loại có thể xảy ra như sau:

- Loại 1: Vị ấy không chấp thọ sở hành này, không suy niệm trên đối tượng, không suy niệm trên mục tiêu này, mà chỉ hành niệm tương ưng với dục lạc, với sự thoái chuyển, thì vị ấy phải biết rằng: "Ta sinh pháp này mà không trú, không tiến, cũng không nhàm chán, nên bị thoái chuyển, do đó định của ta sẽ không tồn tại lâu".

- Loại 2: Vị ấy lãnh thọ sở hành, suy niệm trên đối tượng, suy niệm trên mục tiêu, lập niệm đúng như pháp,

khiến an trú với ý chuyên nhất, thì vị ấy nên biết rằng: "Ta sinh pháp này mà không thoái chuyển, không tiến, cũng không nhàm chán, nên ta được an trú, do đó định này của ta chắc chắn tồn tại lâu dài".

- Loại 3: Vị ấy không chấp thọ sở hành này, không suy niệm trên đối tượng, không suy niệm trên mục tiêu này, mà chỉ hành niệm tương ưng với thiền thứ hai, với sự thăng tiến, thì vị ấy biết rằng: "Ta sinh pháp này mà không thoái chuyển, không trú mà cũng không nhàm chán, nên ta được thăng tiến, như vậy không bao lâu nữa sẽ chứng đắc Thiền thứ hai".

- Loại 4: Vị ấy không chấp thọ sở hành này, không suy niệm trên đối tượng, không suy niệm trên tiêu đích này, mà chỉ hành niệm tương ưng với vô dục, với tịch diệt, thì vị ấy nên biết rằng: "Ta sinh pháp này mà không thoái chuyển, không trú, cũng không thăng tiến; vì ta sinh pháp này khiến ta nhàm chán, như vậy không bao lâu nữa, sẽ chứng quả lậu tận".

Lại nữa, hành giả nào với sở hành, đối tượng, tiêu đích, biết thấy đã dứt, nột tĩnh nhất tâm, không biết, không thấy, hân hoan do định sinh, chứng đắc thiền thứ hai, thành tựu an trú. Từ đây có bốn chủng loại khác nhau, tương tự như Thiền thứ nhất nói trên.

Cũng như vậy, có bốn chủng loại khác nhau đối với Thiền thứ ba, Thiền thứ tư, Vô lượng không xứ, Vô lượng thức xứ, Vô sở hữu xứ, và Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ.

2)- Bốn trường hợp trong mỗi bậc thiền

Trong khi thiền có thể có bốn trường hợp như sau:

1- Hành Thiền tốt đẹp cho là suy thoái:

- Hành giả ly dục, lìa pháp ác, có biết (giác), có thấy (quán), hân hoan và vui (hỷ và lạc) do lìa dục, chứng

Thiền thứ nhất, thành tựu an trú. Tâm hành giả tu tập chính tư duy, thì từ thiền thứ nhất tiến lên Thiền thứ hai, đó là sự tịch tịnh thù thắng. Nhưng hành giả lại nghĩ rằng: "Tâm ta lìa bản tướng, mà hướng đến chỗ khác, làm mất Thiền thứ nhất và diệt mất định". Do không biết như thật, nên thoái chuyển ý, bèn mất định.

- Lại nữa, hành giả biết (giác) và thấy (quán) đã tịch tĩnh, nội tĩnh nhất tâm, không biết, không thấy, có hân hoan và vui (hỷ và lạc) do định sinh, chứng Thiền thứ hai, thành tựu an trú. Tâm vị ấy tu tập chính tư duy, từ Thiền thứ hai hướng đến Thiền thứ ba, đó là tịch tịnh thù thắng. Nhưng hành giả lại lầm nghĩ rằng: "Tâm ta lìa bản tướng mà hướng đến chỗ khác, làm mất Thiền thứ hai, và diệt mất định. Vị ấy không biết như thật, nên thoái chuyển ý, liền mất định.

- Lại nữa, hành giả ly dục, lìa vui, xả, vô cầu, an trú chính niệm chính trí, thân có cảm giác vui (lạc), điều mà bậc Thánh gọi là "Xả niệm lạc trú", chứng đắc Thiền thứ ba, thành tựu an trú. Tâm vị ấy tu tập chính tư duy, từ Thiền thứ ba hướng đến Thiền thứ tư, đó là tịch tịnh thù thắng. Nhưng hành giả lại nghĩ rằng: "Tâm ta lìa bản tướng hướng đến chỗ khác, mất Thiền thứ ba, và mất định luôn". Hành giả không biết như thật, nên thoái chuyển ý, liền mất định.

- Lại nữa, hành giả với khổ diệt, vui diệt, hân hoan (hỷ) và buồn rầu (ưu) vốn có cũng diệt, không khổ không vui, xả niệm thanh tịnh, chứng đắc Thiền thứ tư, thành tựu an trú. Tâm vị ấy tu tập chính tư duy, từ Thiền thứ tư hướng đến Vô lượng không xứ, đó là tịch tĩnh thù thắng. Nhưng hành giả lại nghĩ: "Tâm ta lìa bản tướng hướng đến chỗ khác, làm mất Thiền thứ tư, và diệt mất định".Vị ấy không biết như thật, nên thoái chuyển ý, liền mất định.

- Cũng như vậy, hành giả nhập Vô lượng không xứ; hoặc vượt qua Vô lượng không xứ, nhập Vô lượng thức xứ; hoặc vượt Vô lượng thức xứ, nhập Vô sở hữu xứ; hoặc vượt Vô sở hữu xứ, nhập Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ. Tâm hành giả tu tập chính tư duy, tịch tĩnh thù thắng, nhưng vị ấy không nhận biết như thật, mà thoái chuyển ý, làm mất định.

2- Hành thiền suy thoái cho là tốt đẹp:

- Hành giả lìa dục, lìa ác, có biết (giác), có thấy (quán), có hân hoan (hỷ) do lìa dục phát sinh, chứng đắc Thiền thứ nhất, thành tựu an trú. Vị ấy tư duy trong những tư tưởng nhỏ hẹp khác (không phải là chính tư duy) để tu tập con đường dẫn đến Thiền thứ hai. Nhưng hành giả lại nghĩ: "Tâm ta tu tập chính tư duy, an vui (lạc) tịch tịnh, từ Thiền thứ nhất hướng đến Thiền thứ hai, đó là tịch tịnh thù thắng". Vị ấy không biết như thật rằng có thể tư duy bằng tưởng tương ưng với xa lìa (yểm ly) mà nhập Thiền thứ nhất, nhưng không thể bằng tư duy về những tưởng nhỏ hẹp khác mà vào Thiền thứ hai. Vị ấy do không biết như thật, nên không biết rõ tâm mình, vì vậy mà mất định. Thiền như vậy là sai, suy thoái mà cho là tốt đẹp.
- Lại nữa, hành giả với biết và thấy (giác và quán) đã dứt, nột tĩnh nhất tâm, không biết (giác), không thấy (quán), được định, định sinh hân hoan vui vẻ (hỷ lạc), chứng Thiền thứ hai, thành tựu an trú. Hoặc hành giả lìa (ly) dục, lìa hân hoan (hỷ), xả tất cả, vô cầu, an trú chính niệm (nhớ nghĩ), chính trí (tư duy), thân cảm giác vui (lạc), điều mà bậc Thánh gọi là "xả niệm lạc trú", chứng Thiền thứ ba, thành tựu an trú. Hoặc hành giả diệt khổ diệt vui (lạc), khổ vui đều diệt hết, không khổ không vui, bỏ (xả) nhớ nghĩ (niệm) thanh tịnh, chứng đắc Thiền thứ tư, thành tựu an trú. Khi hành giả đã tiến tới một trong

Thiền thứ hai, thứ ba, thứ tư như thế rồi, vị ấy lại tư duy trong những tư tưởng nhỏ hẹp khác để tu tập con đường dẫn đến bậc Thiền cao hơn. Nhưng vị ấy lại nghĩ: "Tâm ta tu tập chính tư duy, tịch tịnh, từ Thiền bậc thấp hướng đến bậc cao hơn, đó là tịch tịnh thù thắng". Hành giả không biết như thật rằng không thể bằng tư duy về những tư tưởng nhỏ hẹp khác mà vào Thiền bậc cao hơn được. Vị ấy không biết như thật, không biết rõ tâm mình, nên mất định. Như vậy là sai lầm, suy thoái cho là tốt đẹp.
- Cũng vậy, hành giả vượt qua tất cả sắc tưởng (nghĩ, nhớ hình tướng), diệt có (hữu) đối tưởng, không tư duy bất cứ loại tưởng nào, nhập vô lượng không, chứng Vô lượng không xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt qua Vô lượng không xứ, nhập Vô lượng thức, chứng Vô lượng thức xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt qua tất cả Vô lượng thức xứ, nhập vô sở hữu, chứng Vô sở hữu xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt qua Vô sở hữu xứ, nhập phi hữu tưởng phi vô tưởng, chứng Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ. Khi hành giả đã tiến tới một trong tầng chứng đắc của Tứ không như thế rồi, vị ấy lại tư duy trong những cái nhỏ hẹp khác để hướng đến bậc cao hơn của các cõi Vô sắc giới. Nhưng hành giả lại nghĩ: "Tâm ta tu tập chính tư duy, an lạc tịch tịnh, từ Thiền thứ tư hướng đến Vô lượng không xứ, hoặc từ Vô lượng không xứ hướng đến Vô lượng thức xứ, hoặc từ Vô lượng thức xứ hướng đến Vô sở hữu xứ, hoặc từ Vô sở hữu xứ hướng đến Phi hữu tưởng phi vô tưởng. Đó là những tịch tịnh thù thắng". Hành giả không biết như thật rằng có thể tư duy bằng tưởng tương ưng với xa lìa (yểm ly) mà nhập Vô lượng không xứ, Vô lượng thức xứ, Vô sở hữu xứ, Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ, nhưng không thể bằng những tư duy nhỏ hẹp khác mà vào tầng bậc cao hơn. Vị

ấy do không biết như thật, vì vậy mất định, sai lầm, suy thoái cho là tốt đẹp.

3- Hành Thiền suy thoái biết là suy thoái

- Hành giả với sở hành, với đối tượng và mục tiêu, là dục, là pháp ác, có biết (giác), có thấy (quán), có hân hoan vui vẻ (hỷ lạc) do định phát sinh, chứng Thiền thứ nhất, thành tựu an trú. Nhưng vị ấy không thọ hành ấy, không suy niệm về đối tượng, và mục tiêu, chỉ hành trên Thiền thứ nhất mà niệm tưởng tương ưng vốn đã thoái thất sẵn. Hành giả bèn nghĩ rằng: "Tâm ta là khỏi bản tướng, lại hướng đến chỗ khác mà mất Thiền thứ nhất, diệt mất định". Vị ấy biết như thật rồi, đối với sự như thật không thoái ý, không đổi ý, không mất định, như vậy suy thoái biết như thật là suy thoái.
- Lại nữa, hành giả đối với sở hành, đối với mục tiêu đối tượng, biết và thấy (giác và quán) đã dứt, nội tĩnh nhất tâm, không biết (giác) không thấy (quán), được định, định sinh hân hoan vui vẻ (hỷ lạc), chứng Thiền thứ hai, thành tựu an trú. Hoặc hành giả là dục, là hân hoan (hỷ), xả, vô cầu, an trú chính niệm, chính trí, thân cảm giác lạc, điều mà bậc Thánh gọi là "xả niệm lạc trú", chứng Thiền thứ ba, thành tựu an trú. Hoặc hành giả diệt khổ diệt vui, vui buồn đều diệt hết, không khổ không vui, xả niệm thanh tịnh, chứng Thiền thứ tư, thành tựu an trú. Khi hành giả đã tiến tới một trong Thiền thứ hai, hoặc thứ ba, hoặc thứ tư như thế rồi, vị ấy lại không thọ hành ấy, không suy niệm về đối tượng mục tiêu, mà chỉ hành trên Thiền thứ hai, thứ ba, thứ tư vốn đã thoái thất sẵn. Hành giả bèn nghĩ: "Tâm ta là khỏi bản tướng, lại hướng đến chỗ khác, mất Thiền (thứ hai, hoặc thứ ba, hoặc thứ tư), diệt mất định (tương ưng). Hành giả biết như thật rồi,

đối với sự như thật không đổi ý, không thoái ý, không mất định, như vậy suy thoái biết như thật là suy thoái.
- Cũng vậy, hành giả với sở hành, với đối tượng và mục tiêu, vượt qua tất cả sắc tưởng, diệt có (hữu) đối tưởng, không nhớ nghĩ (suy niệm) bất cứ loại tưởng nào, nhập vô lượng không, chứng Vô lượng không xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vươt qua tất cả Vô lượng không xứ, nhập vô lượng thức, chứng Vô lượng thức xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt tất cả Vô lượng thức xứ, nhập vô sở hữu, chứng Vô sở hữu xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt qua Vô sở hữu xứ nhập phi hữu tưởng phi vô tưởng, chứng Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ, thành tựu an trú. Khi hành giả đã tiến tới một trong tầng chứng đắc của Tứ không như thế rồi, nhưng vị ấy không thọ hành ấy, không suy niệm về đối tượng và mục tiêu ấy, mà chỉ hành trên hoặc Vô lượng không, hoặc Vô lượng thức, hoặc Vô sở hữu, hoặc Phi hữu tưởng phi vô tưởng, mà niệm tưởng tương ưng vốn đã thoái thất sẵn. Hành giả bèn nghĩ: "Tâm ta là khỏi bản tướng, lại hướng đến chỗ khác, mất Vô lượng không xứ, hoặc mất Vô lượng thức xứ, hoặc mất Vô sở hữu xứ, hoặc mất Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ, diệt mất định". Hành giả biết như thật rồi, đối với sự biết như thật không thoái ý, không đổi ý, không mất định, như vậy suy thoái biết là suy thoái.

4- Hành Thiền tốt đẹp biết là tốt đẹp

- Hành giả là dục, là pháp ác bất thiện, có biết (giác) có thấy (quán), có hân hoan vui vẻ (hỷ lạc) do là dục phát sinh, chứng đắc Thiền thứ nhất, thành tựu an trú. Tâm vị ấy tu tập chính tư duy, an lạc, tịch tịnh, rồi từ Thiền thứ nhất hướng đến Thiền thứ hai, đó là tịch tịnh thù thắng. Hành giả bèn nghĩ: "Tâm ta tu tập chính tư duy, an lạc tịch tịnh, rồi từ Thền thứ nhất hướng đến Thiền thứ hai,

đó là tịch tịnh thù thắng". Hành giả biết như thật rồi, bèn biết rõ tâm ấy mà không làm mất định, như vậy là hành Thiền tốt đẹp biết như thật là tốt đẹp.

- Lại nữa, hành giả lìa dục, lìa ác, nội tĩnh nhất tâm, biết thấy (giác quán) đã dứt, không biết không thấy, được định, định sinh hân hoan vui vẻ (hỷ lạc), chứng Thiền thứ hai, thành tựu an trú. Hoặc hành giả lìa dục, lìa hân hoan (ly hỷ), xả, vô cầu, an trú chính niệm, chính trí, thân được cảm giác vui (lạc), điều mà bậc Thánh gọi là "xả niệm lạc trú", chứng Thiền thứ ba, thành tựu an trú. Hoặc hành giả diệt vui diệt khổ, vui buồn vốn có cũng diệt luôn, không khổ không vui, bỏ niệm thanh tịnh, chứng Thiền thư tư, thành tựu an trú. Khi hành giả đã tiến tới một trong Thiền thứ hai, thứ ba, thứ tư như thế rồi, tâm vị ấy tu tập chính tư duy, an lạc tịch tịnh, từ Thiền thấp hướng lên thiền cao hơn, đó là tịch tịnh thù thắng. Hành giả bèn nghĩ: "Tâm ta tu tập chính tư duy, an lạc tịch tịnh thù thắng, từ Thiền thấp hướng đến thiền cao hơn, đó là tịch tĩnh thù thắng". Vị ấy biết như thật rồi, bèn biết rõ tâm ấy mà không làm mất định, như vậy là hành Thiền tốt đẹp biết như thật là tốt đẹp.

- Cũng như vậy, hành giả vượt qua tất cả sắc tưởng,, diệt hữu đối tưởng, không tư duy bất cứ loại tưởng nào, nhập vô lượng không, chứng Vô lượng không xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt qua Vô lượng không xứ, nhập vô lượng thức, chứng Vô lượng thức xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt Vô lượng thức xứ, nhập vô sở hữu, chứng Vô sở hữu xứ, thành tựu an trú. Hoặc hành giả vượt qua Vô sở hữu xứ, nhập Phi hữu tưởng phi vô tưởng, chứng Phi hữu tưởng phi vô tưởng xứ, thành tựu an trú. Khi hành giả đã tiến tới một trong tầng chứng đắc của Tứ không như thế rồi, tâm vị ấy tu tập chính tư duy,

an lạc tịch tịnh, từ tầng thấp hướng đến tầng cao hơn, đó là tịch tịnh thù thắng. Vị ấy bèn nghĩ: "Tâm ta tu tập chính tư duy, an lạc tịch tịnh, từ tầng thấp hướng đến bậc cao, đó là tịch tịnh thù thắng". Hành giả biết như thật rồi, biết rõ tâm ấy mà không làm mất định, như vậy là hành Thiền tốt đẹp, biết như thật là tốt đẹp., .

Đức Phật dạy:

Lấy bệnh khổ làm thuốc thần,
Lấy hoạn nạn làm giải thoát,
Lấy khúc mắc làm thú vị,
Lấy ma quân làm bạn đạo,
Lấy khó khăn làm thích thú,
Lấy kẻ tệ bạc làm người giúp đỡ,
Lấy người chống đối làm nơi giao du,
Lấy thi ân như đôi dép bỏ,
Lấy sự xả làm vinh hoa,
Lấy oan ức làm cửa ngõ đạo hạnh.

LUẬN BẢO VƯƠNG TAM MUỘI

KIẾN TÁNH

(Giải Thoát Tức Thì. Pháp Môn Đốn Ngộ)

I)- Kiến Tánh là gì?

Kiến Tánh là thấy, thấy đây là thấy bằng con mắt trí huệ con mắt bát nhã. Thấy gì? Thấy tường tận chân lý của cuộc đời về khổ, nguyên nhân gây ra khổ, cách diệt khổ, và con đường tiến tới đạo. Thấy từng người, từng vật một cách thấu đáo: người vật đều có hình, có tướng, cái gì có hình tướng đều do duyên hợp mà thành, đã do duyên hợp sẽ có ngày tan, có hợp ắt có tan hoại. Vạn pháp là hư huyễn, nhận biết hư huyễn giả hợp, tâm không chạy theo, mà dừng lại ở thể giác tánh, hằng tri hằng giác. Tai nghe tiếng chuông, biết là tiếng chuông, không khởi tâm theo để phân biệt tiếng to tiếng nhỏ, tiếng hay tiếng dở; mắt nhìn hoa hồng, không khởi tâm phân biệt hồng đẹp hồng xấu v.v… đó là thấy biết như thật, như thế lâu ngày sẽ dẫn tới kiến tánh.

II)- Tánh còn gọi là gì và ai có Tánh?

Tánh còn được gọi bằng nhiều danh từ khác nhau như: Chân Tâm, Tự Tánh, Bản Lai Diện Mục, Chân Như, Như Lai, Tâm Bất Sinh Diệt, Tâm Phật, Phật Tánh v.v….

Bất kỳ trẻ già, trai gái, ai ai cũng có Tánh. Phật Tánh không do tạo tác mà thành, Phật Tánh vốn đã có sẵn: Tánh nghe, tánh nhìn, tánh ngửi, tánh nếm, tánh xúc chạm, tánh ý. Người sống trong tánh giác thường hằng, người ấy là Phật, Phật trong tiếng Trung Hoa, hoặc Buddha trong tiếng Phạn của Ấn Độ có nghĩa là người Giác Ngộ. Đức Phật đã nói: “Ta là Phật đã thành, các người là Phật sẽ thành”.

III)- Cái gì tiêu biểu cho Tánh?

Dùng thí dụ cho dễ hiểu:

1)--Tánh ví như nước:

Bản chất của nước là trong, có đúng không? Nếu ta cho một chút bùn vào nước, khuấy lên, nước sẽ bị đục, nhưng khi ta để nước yên lặng một thời gian, bùn sẽ lắng đọng, chìm xuống, gạn nước ra, loại bỏ bùn, nước trong trở lại. Bùn tượng trưng cho những thói hư, tật xấu, Tu Tâm tượng trưng cho lắng bùn, hành Thiền loại bỏ vọng tưởng, tượng trưng cho gạn lọc. Nhờ tu tâm và Thiền, một thời gian, Phật Tánh sẽ hiển lộ.

2)--Tánh ví như gương:

Bản chất của gương là sáng soi, có đúng không? Nếu ta để một thời gian không lau chùi, gương sẽ dính bụi, nếu ta tiếp tục không màng tới lau bụi gương, bụi sẽ mỗi lúc mỗi dầy. Muốn soi gương sáng rõ như lúc ban đầu, ta phải lau chùi, gương càng nhiều bụi, ta càng phải lau chùi kỹ hơn, mài miệt lau chùi một thời gian, sự soi sáng nguyên thủy của gương sẽ hiển lộ trở lại. Bụi tượng trưng cho những thói hư, tật xấu, Tu Tâm, hành Thiền loại bỏ vọng tưởng, tượng trưng cho lau bụi. Nhờ tu tâm và Thiền tham một thời gian, Phật Tánh sẽ hiển lộ.

3)--Thể của Tánh:

Tánh ở thể tĩnh lặng, khi tâm không loạn động, chân tánh sẽ hiện tiền . Tánh không có một định kiến hay một thiên kiến nào về sự vật, Tánh không có một ý kiến tư tưởng nào đối với ngoại cảnh, Tánh không lựa chọn phân biệt bác bỏ một sự kiện nào. Tánh không sinh diệt, mà trường tồn bất biến, nó còn mãi mãi, dù xác thân ta có chết đi, Tánh Phật vẫn không diệt.

Giống như gương. Lớp bụi này bám lên, lớp bụi khác chồng chất, gương không phản đối. Ta lau bụi, gương

vẫn tĩnh lặng, lau mãi cho tới khi không còn một hạt bụi, mặt gương an nhiên hiển lộ sáng láng phản chiếu. Chân tâm là như thế ấy.

IV)- Làm thế nào để sống được trong Tánh?

Khi thấy sự vật hay ngoại cảnh, ta không khởi ý tưởng, không khởi niệm và suy nghĩ về ngoại cảnh sự vật ấy, nếu ta nảy sinh ra thái độ, thì tiếp theo nhiều ý tưởng khác lần lượt sẽ xuất hiện. Như gặp cảnh, ta phân biệt đẹp xấu, thích không thích; nghe tiếng hát, ta khởi ý hay dở, ưa không ưa v.v… Đó là những bụi bặm ta đang chồng chất trên gương tâm của ta .

Mỗi khi ý tưởng ý niệm đã nổi lên rồi, những ý tưởng ý niệm khác sẽ tiếp tục nổi lên theo. Như khi ta làm vườn không mang bao tay, vô tình ta cầm phải con sên, nếu là người tự tại liền biết đó là con sên rồi từ từ bỏ xuống, nếu là người chưa được tự tại thì ném liệng xuống, còn người khởi ý nóng giận, sau khi ném liệng là tìm đập cho con sên chết và sẽ nhớ mãi về việc này.

Chính những ý tưởng ý niệm ý nghĩ gọi chung là vọng tưởng trỗi dậy ấy làm mờ và che lấp cái Tánh Giác bất sanh bất diệt của mỗi người. Càng đa mưu túc trí, càng hoạt bát lanh lợi, càng nhiều mưu kế, càng tỏ ra khôn ngoan nhiều bao nhiêu, cái Tánh càng bị che lấp và mờ mịt nhiều bấy nhiêu.

Cho dù, biết là như thế, biết ý tưởng ý niệm ý nghĩ làm mờ Tánh, nhưng lại cố chặn, không cho chúng nổi lên hay căm ghét vọng tưởng ấy, ta không thể làm như thế được. Vì sao? Vì làm như thế là lấy ý tưởng sau để ngăn chặn ý tưởng trước, sẽ không bao giờ tận cùng, như đá đè cỏ, và Tánh Phật lại càng mờ mịt hơn.

Bởi vậy, muốn kiểm soát vọng tưởng, muốn không có vọng tưởng, thì cái muốn kiểm soát, muốn không có

vọng tưởng lại chính là vọng tưởng. Cái ý tưởng muốn kiểm soát, muốn không có ấy, làm Tánh Phật mờ thêm.

Tánh không có ý tưởng, không có hình tướng, không ở trong ở ngoài hay ở trung gian. Ý tưởng là nguồn gốc của không thật, nguồn gốc của thay đổi, nguồn gốc của vô minh, và là nguồn gốc của sinh diệt. Khi không còn ý tưởng sẽ không còn thay đổi, khi hết biến đổi sẽ hết vô minh, khi hết vô minh ta được giải thoát, đâu cần cầu giác ngộ nữa.

Vọng tưởng không có thực thể, khi sinh khởi nó chỉ như bóng ma, khi gặp các sự kiện là nó hiện ra, và làm mờ cái Tánh Phật đã sẵn có. Nếu để ý tưởng nổi lên đủ thứ nọ kia, như khuấy nước làm cho nước đục lên hay tung bụi làm cho gương đầy bụi, nước không còn trong lặng, mặt gương không thể thấy gì được nữa. Như vậy, vọng tưởng làm cho ta càng ngụp lặn lâu dài trong sinh tử luân hồi, vì Tâm Tánh an bình đã bị những vọng tưởng, si mê, vô minh làm mờ, che khuất đi.

Một vấn đề thường làm cho ý tưởng liên tục nổi lên nhiều hơn, đó là sự dính mắc, ham thích, thói quen, say mê, ghiền nghiện. Không có các thứ ấy chịu không nổi, tìm đủ cách để có cho bằng được. Chưa nói đến những tai hại của nó về thể chất, chỉ nói về nhớ nghĩ nổi lên liên tục trong đầu về vấn đề ấy, sẽ làm cho Tánh Phật liên tục bị che khuất thêm lên.

Khi tiếp xúc với ngoại cảnh, nếu không có ý tưởng nào nổi lên nghĩa là chỉ có một ý "biết" rồi im bặt, không còn ý tưởng nổi lên nữa và lâu mãi như thế, sẽ dần vào Định. Khi ở trong Định lâu dài, Huệ sẽ hiển lộ, và Tánh Giác hiện tiền, mọi hạt bụi tan biến, nghiệp sạch.. Khi lâm chung, chúng ta nhắm mắt ra khỏi xác thân một cách an nhiên tự tại để thoát khỏi sinh tử luân hồi.

Nghe tuy đơn giản đấy, nhưng thực sự có dễ dàng không? Khó dễ mau chậm tùy theo căn cơ và sự quyết tâm tu trì của mỗi người. Chúng ta đã trôi lăn trong sinh tử vô số kiếp, mỗi người có những mục đích, những việc làm khác nhau trong những kiếp đã qua. Có người đã từng tu nhiều, có người tu ít, hoặc không tu, vậy trong kiếp hiện tại, những ai đã từng tu nhiều sẽ dễ dàng hơn trong việc kiến tánh, những ai tu ít hay chưa tu, cần nhiều thời gian hơn. Vì nếu gương đã lau gần sạch, lau sẽ mau sạch hơn . Dù gì đi nữa, chúng ta hãy lập tức cố gắng miệt mài lau bụi, vì từng giờ từng phút vô thường không chờ ai đâu. Nếu không xong ở kiếp này, nguyện tiếp tục ở kiếp sau. Có như thế, chúng ta mới thoát ra khỏi sinh tử luân hồi và giúp mọi người cùng tiến tâm để không còn tuôn trào nước mắt và sống trong đau khổ.

V)- Thực hành để đạt Kiến Tánh

Như đã nói ở trên, Phật Tánh có sẵn trong mỗi người, nhưng phải tự mình thực chứng. Dù theo Thiền Định, Mật Tông, hay Thiền Tông, đều có chung một mục đích là minh tâm kiến tánh, thực chứng đốn ngộ Tánh Phật.

Thật khó khăn giữ cho vọng tưởng không nổi lên từ giờ này qua giờ khác, từ ngày này qua ngày khác, nên chư Phật Tổ đã chỉ cho những cách để có thể đạt thấy Tánh. Sau đ ây là vài cách của Thiền Tông.:

1)- An trú trong Tánh Phật

Làm sao an trú trong Tánh?

Khi ý tưởng khởi lên, ta phải nhận biết được ý tưởng khởi lên, bao nhiêu cũng được, chỉ ghi nhận mà không vương vấn hay suy nghĩ, tức là đã phù hợp với Tánh. Đừng ngăn chặn ý tưởng trồi lên, cũng đừng xua đuổi chúng, chỉ cần biết nó đang khởi lên hay diệt đi, đó là ta an trú trong Tánh Phật.

Lại biết rằng vọng tưởng vốn không có thực thể nào cả, chúng chỉ tạm thời khởi lên rồi biến mất. Mỗi khi làm việc gì, cứ làm việc với một ý chuyên nhất, không suy nghĩ tưởng nhớ, không bị ngoại cảnh lôi kéo đi, đó là làm việc thực hành cùng với Tánh của mình, cũng là an trú trong Tánh Phật. Tỉ dụ khi lái xe, ta cứ chăm chú việc lái xe, mắt nhìn đường, tay chân hoạt động phần vụ của nó, đầu óc không nghĩ chuyện này việc khác mà theo mắt nhìn, tai vẫn để tự nhiên. Khi thấy một tai nạn liền biết tai nạn xẩy ra, thế thôi.

Một khi sống không khởi ý tưởng đẹp xấu, hay dở, vui buồn, đúng sai, hơn thua, phải trái, tham lam, giận hờn, ghen tị v.v… nghĩa là sống không chấp bất cứ điều gì, không dính mắc vào một vấn đề gì, đó là sống với cái Tánh. Nếu sống mãi với Tánh như thế lâu dần tự Tánh sẽ hiển lộ sáng láng, thông suốt, bất luận là làm gì, đi đứng, mặc áo, ăn cơm, tắm rửa v.v…mọi lúc, mọi nơi đều hành xử tương ưng với cái Tánh Phật một cách tự nhiên tự tại như thế.

Quan điểm của phương pháp này là biết vọng tưởng nổi lên không ngưng nghỉ từ vô thủy đến nay, nhưng nếu thấy biết vọng tưởng khởi lên diệt đi, rồi vọng tưởng khác lại nổi lên diệt đi, thì chính những cái biết này là Tánh đấy. Cứ để nó đến và đi không sao, chỉ cần ghi nhận biết nó đến và đi là được rồi. Nếu chống lại nó tức là dùng vọng tưởng chế ngự vọng tưởng thì chẳng ăn thua gì. Còn nếu không chạy theo, cũng không chống đối, mà chỉ nhận biết nó, nó sẽ tự nhiên biến mất.

Tánh Phật vốn sẵn có, mọi sự đã sẵn sàng, không cần suy nghĩ, không cần bám vào ý tưởng khái niệm mê ngộ, được mất, thành hoại, không cần ngăn chặn vọng tưởng, mà chỉ cần nhận biết vọng tưởng nổi lên diệt đi v.v…,

hãy để mọi sự tự nhiên, không ý kiến này nọ, Tánh Phật tự nhiên diệu dụng vô cùng. Đừng bao giờ để ý tưởng giàn xếp, vì ý tưởng là do vướng mắc ngoại cảnh, và ý tưởng khởi lên liên tiếp nó sẽ làm mờ đi Tâm Phật.

Khi vọng tưởng nổi lên diệt đi và tới một lúc nào đó nó vẫn nổi lên diệt đi mà ta không biết nó nổi lên, tức là ta đã để trâu ăn lúa mạ của người, Ngài **Quy Sơn Linh Hựu, Tổ phái Quy Ngưỡng** nói : "Phải nắm mũi kéo nó ra". Tu lâu ngày được thuần thục rồi vọng tưởng sẽ hết nổi lên, chỉ còn là Tánh Phật tĩnh lặng, tức là giác ngộ giải thoát vậy.

2)- Sống với hiện tiền:

Phương pháp này cũng cùng một quan điểm nêu trên về vọng tưởng nổi lên diệt đi và cần phải nhận biết nó nổi lên diệt đi trong mọi lúc, ở mọi nơi.

Phương pháp này còn nêu ra rằng hiện tại là giao điểm của qúa khứ và tương lai, ý tưởng là sản phẩm của kiến thức kinh nghiệm trong quá khứ, tưởng tượng tương lai là sản phẩm của thời gian. Qúa khứ và tương lai chỉ là vọng tưởng, chỉ có những gì hiện tiền mới là chân thôi, xa là vọng tưởng và sống với hiện tại là giải thoát.

Khi sống với hiện tiền sẽ không có được mất, hơn thua, giàu nghèo, đẹp xấu, yêu ghét, tham sân si v.v…vì tất cả đều do vận hành của ý tưởng mà ra, nếu phi ý tưởng, tất cả những thứ đó đều biến mất. Phi ý tưởng là tâm trạng vô niệm tự nó xuất hiện khi sống trọn vẹn với hiện tiền. Vô niệm là tâm không dính mắc ngoại cảnh, gặp trần cảnh không khởi lên ý tưởng nào cả.

Cũng chủ trương tâm vô trụ, vô trụ thì không đặt để cái tâm nhất định ở một chỗ nào, có xanh thấy xanh, có đỏ thấy đỏ, khi vật qua rồi chẳng còn hình bóng nào lưu lại, nhưng khi cần đến lại hiện ra rõ ràng không thiếu sót.

Phương pháp này chủ trương tỉnh thức, sống với hiện tại, chú tâm hiện tiền, để ý đến những gì đang xảy ra trước mắt. Ăn uống, nói năng, mặc áo, đi đứng, tiếp vật, đãi khách v.v… đều thấy biết rõ ràng, tức là hành chính niệm. Khi hành chính niệm kiên cố sẽ đi vào Định, đã ở trong Định lâu dài sẽ được Huệ khai mở, tức là thấy Tánh. Không chấp đọc nhiều hay đọc ít, hiểu nhiều hay hiểu ít, cũng chẳng chấp xuất gia hay ở tại gia, việc cốt yếu là phải hành trì để loại trừ thói quen tật xấu, loại trừ tập khí lâu đời tồn đọng, tức là giải thoát tri kiến của ta.

Ý tưởng là lời nói không âm thanh, tiếng nói là ý tưởng có âm thanh. Khi tiếng nói không âm thanh trong nội tâm dứt, ý tưởng, vọng tưởng dứt hẳn, khi ấy tự làm chủ được tư tưởng của mình, tư tưởng không trồi lên ngoài ý muốn nữa, thì các phiền não, sợ hãi, khổ đau không còn nữa.

Khi không còn ý tưởng, tư tưởng, vọng tưởng do tự làm chủ được mình, do cách sống với hiện tiền, thì sự nhận biết đó là sự nhận biết thường hằng, lúc ấy Tâm Tánh giống như một thửa ruộng không có cỏ dại cây hoang mọc lên thì tự nhiên thân ta phóng ra hào quang sáng láng, tức giác ngộ giải thoát vậy.

3)- Tham thiền:

Phương pháp tham thiền cũng cùng quan điểm về nhận biết các vọng tưởng nổi lên diệt đi như hai phương pháp trên, cũng không cho ngăn chặn loại trừ vọng tưởng khởi lên, mà để nó tự nhiên nổi lên, và phải biết nó nổi lên diệt đi.

Phương pháp này dùng một câu thoại đầu để tham cứu, để tự hỏi chính mình về một vấn đề, về một thắc mắc cho tới khi đột nhiên hiểu được thực chất, bản thể của nó, tức thấy Chân Tánh hay Tánh Phật.

Muốn được chân chứng phải có thực tham, nghĩa là phải tham thiền một cách kiên cố mới đạt được thực chứng, thấy Tánh rốt ráo. Trong khi đi, đứng, nằm, ngồi thường nhớ tham, tu như thế lâu ngày thuần thục thì được an trụ để vào Chân Như tam muội.

Tham câu thoại đầu phải có nghi tình là tham câu hỏi có thắc mắc, cái thắc mắc này là chính nghi không phải hồ nghi, hồ nghi là nghi người, nghi vật, nghi pháp, chính nghi là nghi chính mình. Tỉ dụ tham câu: "Chủ nhân ông của thân ta là ai? Và nay ở đâu?" Cứ thế mà hỏi mà tham, không tìm cách giải thích câu hỏi.

Khi tham thiền phải chấm dứt sự tìm hiểu để biết, chấm dứt sự tưởng nhớ, chấm dứt sự đương nhiên hiểu biết như ăn thứ gì, cứng mềm ra sao, mùi vị thế nào v.v…, đều là đương nhiên hiểu biết. Tuy nhiên, nếu tham thiền được nhu nhuyễn, được thường hằng, được nhất tâm rồi thì những sự tìm hiểu, tưởng nhớ nêu trên tự động lu mờ đi, tức là những ý tưởng, tư tưởng, vọng tưởng trước kia thường hay nổi lên không ngưng nghỉ, tự động biến mất.

Tham thiền là hỏi thầm trong đầu câu tham mà không cần mở miệng, nhưng vẫn nghe lời nói ấy liên tục.

Tham thiền còn gọi là tham khán công án, nghĩa là vừa tham vừa nhìn vào chỗ không hiểu không biết ấy xem nó là gì.

Thiền Sư Nguyệt Khê nói về tham khán thoại đầu: "Tham như thế nào để tai ta nghe vang vang câu thoại đầu mà không cần mở miệng, khán như thế nào để mắt ta nhìn sâu thẳm vào chỗ đen tối mịt mù như chọc thủng màn mù mịt đen tối ấy".

Mục đích của tham thiền là mượn cái không biết của bộ óc (Câu thoại đầu) để chấm dứt tất cả những cái biết

của bộ óc, vì những cái biết của bộ óc có giới hạn, là không chân thật, tức là dùng câu thoại đầu làm cái búa tạ đập vỡ bể vô minh.

Tham thiền, khi một câu thoại đầu hay một công án đặt ra, người tham thiền bị đưa vào một thế bế tắc (không hiểu nổi) vì khả năng biện giải lý luận hoàn toàn vô dụng (không dùng được). Như vậy, tham thiền đã nhắm phương thức tiếp cận với thực tại chân lý vượt ngoài giới hạn của lý luận biện giải. Mặc dù việc tham thoại đầu, nếu nó không giúp khai mở trực giác lập tức, thì nó cũng là rất cần thiết, vì nó dọn đường cho khả năng trực nhận, tạo điều kiện dễ dàng cho tâm trong việc đạt đến trực nhận chân lý thực tại, tức chứng ngộ, thấy Tánh vào một thời điểm nào đó.

Tham thiền sẽ đưa người tham từ tán loạn tâm (có nhiều vọng tưởng nổi lên) dần đến nhất tâm (chỉ còn một tâm tham thiền) rồi sẽ đạt đến vô tâm (không còn thấy tham thiền nữa), khi đó sẽ liễu tâm tức thấy Tánh

Tham thiền khi đốn ngộ không những hiểu thấu câu tham, mà còn thấu triệt hết chân Tánh, vũ trụ, tức là giác ngộ giải thoát vậy.

Ngài Hư Vân nói: "Pháp môn dụng công phu tuy nhiều, nhưng Phật, Tổ đều cho tham thiền là Vô Thượng Diệu Môn" (Xin xem quyển "Pháp Môn Đốn Ngộ" của cùng tên tác giả).

Tổng kết:

Xem ra, "Sống với Tánh" và "Sống với Hiện Tiền" gần như nhau trong việc thực hành. Tuy nhiên, để đạt tới thấy Tánh, tất cả các cách tu đều có chỗ giống nhau là phải thiết tha, kiên trì, không bỏ cuộc giữa đường, và lúc nào cũng phải thực hành đúng đắn., .

DIỆU DỤNG CỦA TU CHỨNG

(Trung A Hàm quyển 4 trang 573. Tạp A Hàm quyển 3 Kinh số 885 trang 244. Nguồn Gốc Loài Người từ trang 334 đến 337)

I)- Diệu dụng của tu chứng là gì?

Diệu dụng của tu chứng là khi diệt trừ hết tham, sân, si, tà kiến, ngã chấp, kiêu mạn, đố kị v.v…nghĩa là tất cả những thói hư tật xấu, ái dục, vô minh đã bị tiêu trừ hoàn toàn. Đồng thời hành trì thiền đinh, hoặc quán tưởng, hoặc tham thiền v.v… kiên cố, sẽ dẫn hành giả tới kiến tính, đốn ngộ, giác ngộ gọi là đạt quả tối thượng giải thoát. Khi đã giải thoát rồi, vị ấy thấy biết như thật, không còn lầm lẫn chân tà, giả thật. Vị ấy tự thấy biết như thật đã ra khỏi vòng sinh tử luân hồi, vị ấy sống rất tự tại trong mọi trạng huống ở đời. Vị ấy thường trải bốn vô lượng tâm Từ Bi Hỷ Xả đến khắp chúng sanh, thường hằng cứu độ tất cả chúng sinh (chúng sanh trong sáu cõi). Trong khi sống ở đời, vị ấy hành sử rất gương mẫu, và có những đặc thù mà người thường không thể có được, nên vị đó được gọi là bậc Thánh nhân. Một bậc Thánh nhân với đầy đủ ý nghĩa có diệu dụng kỳ đặc như "Ba thân, Năm trí, Năm mắt, Bảy thần thông v.v…"

Để hiểu rõ, chúng ta sẽ phân tích các diệu dụng mà một bậc Thánh đạt được khi đạt giải thoát.

II)- Phân loại Diệu dụng

1)- BA THÂN (Tam Thân):

a)- Thế nào là Ba Thân? Ba thân là Pháp Thân, Báo Thân, và Hóa Thân. Chư Phật, và chư đại Bồ Tát xuất

hiện ở thế gian để hoằng hóa độ chúng sanh, nên có nhiều hình thức khác nhau chỉ vì lợi ích chúng sinh. Với quam điểm Ba Thân không phải là trạng thái độc lập riêng biệt, mà là biểu hiện của một bản thể duy nhất.

b)- Phân loại Ba Thân:

1- Pháp Thân: Là Thể Tánh thật sự, là Chân Như, Như Lai, Phật Tính, là Thể của vũ trụ. Pháp Thân là Tánh, Phật Tính mà Phật và chúng sinh đều có như nhau. Pháp thân còn là quy luật vận hành của vũ trụ. Pháp Thân cũng là Giáo pháp mà đức Phật đã nói ra để truyền dạy cho Phật tử.

Pháp Thân thường hằng, bất biến, không hình tướng. A Lại Đa thức, thức thứ tám của mỗi người được gọi là Pháp Thân. Như Lai Tạng cũng được gọi là Pháp Thân.

Như vậy, Pháp Thân, Thể Tính, Chân Như, Như Lai, Phật Tính, Tánh, Phật v.v… là Thể Tính thanh tịnh, thường hằng, toàn năng. Các vị Phật, đại Bồ Tát xuất hiện chính là hiện thân của Pháp Thân vì lợi ích của chúng sinh.

Pháp Thân là bản thể của tự tính cùng khắp không gian và thời gian, nó vô hình vô thanh mà hay hiện hình hiện thanh, như như bất động mà biến hóa cùng tột, tràn đầy năng lực.

2- Báo Thân: Là Thụ Dụng Thân. Là các thân Phật trong các cõi Tịnh Độ. Báo Thân là do thiện nghiệp, công đức, tu hành, và giác ngộ của các vị Bồ Tát hóa hiện cho chúng sinh thấy, nên gọi là Thụ Dụng Thân. Thân được hưởng những thiện nghiệp đã tạo, công đức đã tu trì. Báo Thân thường mang 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp mà người thường không thể có được.

3- Hóa Thân: Là thân người. Cũng. gọi là Ứng Thân, hay Ứng Hóa Thân, với mục đích cứu độ con người. Hóa

Thân do Báo Thân chiếu hiện dựa trên lòng từ bi, và có mục đích giáo hóa chúng sinh. Hóa Thân cũng chịu mọi chi phối về thể xác như mọi người. Như sinh, già, bệnh, chết, nhưng Hóa Thân có đủ thứ Thần thông.

2)- NĂM TRÍ (Ngũ Trí):

Như bài "Trí Huệ" đã nói theo Duy Thức Tông có Bốn Trí (Tứ trí) là "Thành Sở Tác Trí, Diệu Quan Sát Trí, Bình Đẳng Tính Trí, và Đại Viên Cảnh Trí". Trong bài này chúng ta phân tích sâu xa hơn, vì theo Mật Tông còn thêm một trí nữa là "Pháp Giới Trí". Chúng ta lần lượt theo dõi để hiểu rõ vấn đề này:

1-Thành Sở Tác Trí:

- Theo Duy Thức Tông, Thành Sở Tác Trí do năm thức là Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân thức khi trở thành trong sạch không còn một tí vẩn đục, gợn nhơ của năm trần Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc, nghĩa là không còn bị dính mắc, lôi kéo bởi trần cảnh ở đời. Tâm hành giả như hồ nước trong lặng không gợn sóng, nghĩa là đạt giác ngộ, lúc ấy năm thức trên biến thành "Thành Sở Tác Trí". Nghĩa là năm giác quan của ta trở thành có năng lực thần diệu kỳ bí, chứ không còn là giác quan của kẻ phàm phu chỉ nhận biết một cách hạn hẹp mà thôi.

- Theo Mật Tông Thành Sở Tác Trí còn được gọi là Thành Sự Trí. Trí này do "Hành" (trong Năm Uẩn) cùng với tâm "ganh ghét" đã được chuyển hóa khi chứng ngộ vô ngã của chính bản thân của các pháp hữu vi. Trí này giúp hành giả hoàn thành tất cả mọi việc mà không tạo nghiệp, đó gọi là hành động vô vi. Trong Mạn Đà La, trí này thuộc đức Phật Bất Không Thành Tựu, giáo chủ một cõi Phật ở phương Bắc.

2- Diệu Quan Sát Trí:

- Theo Duy Thức Tông, Diệu Quan Sát Trí do Ý thức là thức thứ sáu góp ý phân biệt cho năm thức nêu trên. Ý thức làm việc suốt ngày đêm không ngưng nghỉ. Ban ngày suy nghĩ tưởng nhớ hết việc này tới chuyện khác, lo lắng buồn khổ, hân hoan vui mừng v.v…Ban đêm khi ngủ mộng mơ đủ thứ. Khi tâm viên ý mã (tâm ý lăng xăng loạn động như con khỉ chuyền cành, như con ngựa bất kham không để chân yên) ấy đã được buộc cột lại một chỗ hết đường cựa quậy qua sự tu hành rồi, ý thức chuyển thành Diệu Quan Sát Trí, có công năng quan sát thâm diệu cùng khắp.

- Theo Mật Tông, nguồn gốc của Diệu Quan Sát Trí là "Tưởng" (trong Năm Uẩn) cùng với tâm trạng tham dục đã được chuyển hóa khi chứng ngộ thành Diệu Quan Sát Trí. Trí này giúp hành giả biến chuyển khả năng của người bình thường thành trí huệ siêu việt, tùy cơ ứng biến đúng lúc đúng chỗ không cần dụng công. Trong Mạn Đà La, trí này thuộc về Phật A Di Đà, giáo chủ một cõi Phật ở phương Tây.

3- Bình Đẳng Tính Trí:

- Theo Duy Thức Tông Bình Đẳng Tính Trí do "Mạt Na", "tự ý thức", "thức thứ bảy" tự ý thức về chính mình, còn gọi là "Ý", tự ô nhiễm cho rằng mình có một cái "ta". Mạt Na đưa tin tức về cảm giác chủng tử từ sáu thức trước cho A Lại Đa (Thức thứ tám) gìn giữ tất cả các sự kiện, và chấp làm thật ngã thật pháp. Tuy nhiên, nó luôn luôn thay đổi, nó là căn bản phiền não gồm: Ngu si, Tà kiến, Kiêu mạn, và Ái dục. Mạt Na còn là tác giả của "căn cảnh duyên, tác ý duyên, và chủng tử duyên". Nó có tánh tướng lo nghĩ và làm chỗ nương tựa cho sáu thức trước về ô uế hoặc trong sạch. Mạt Na phân biệt chủ thể khách thể, tạo nên ý thức "nhị nguyên"(Cho rằng bản

thể vũ trụ do hai bản thể làm thành, hoặc theo hai cái nguyên đề mà suy diễn ra cái khác như sáng tối, phải trái, đẹp xấu, yêu ghét v.v…). Mạt Na chấp ngã, nhân, chúng sanh, chấp đủ thứ điên đảo. Năm giác quan cùng ý thức báo cho Mạt Na tin tức từ bên ngoài không hề đánh giá tốt xấu. Nhưng chính Mạt Na, thức thứ bảy này là kẻ đánh giá phải trái, hay dở, yêu ghét v.v… và ra lệnh cho sáu thức kia phản ứng hành động. Đồng thời Mạt Na đưa tất cả các cảm giác (chủng tử) vào A Lại Đa thức là thức thứ tám. Khi tu hành phá vỡ tan tành các "chấp" của Mạt Na, Mạt Na này chuyển thành "Bình Đẳng Tính Trí", có công năng nhận thức chân thật về tính bình đẳng vô ngã trong vạn pháp.

- Theo Mật Tông Bình Đẳng Tính Trí do "Thụ" (trong Năm Uẩn) cùng với tâm trạng kiêu mạn đã được chuyển hóa khi chứng ngộ. Trí này giúp hành giả thấy rõ sự bình đẳng giữa mình và chúng sanh. Tinh thần Từ Bi Hỷ Xả phát xuất từ trí này. Trong Mạn Đà La, trí này thuộc về Phật Bảo Sinh, giáo chủ một cõi Phật ở phương Nam.

4- Đại Viên Cảnh Trí:

- Theo Duy Thức Tông, các cảm giác của tất cả các hoạt động của Năm Căn và Ý thức được Mạt Na đưa vào "A Lại Đa", là Thức thứ tám, còn gọi là "Tàng thức". A Lại Đa có nhiệm vụ gìn giữ tất cả các tin tức ấy, gọi là "chấp trì sinh mệnh chủng tử" của các pháp, nó luôn luôn sẵn sàng tiếp nhận tin tức do Mạt Na chuyển đến, không bao giờ đầy, ví như chiếc bình không đáy, bao nhiêu chứa cũng hết và không bao giờ mất. Cả đời người sóng gió lên bổng xuống chìm, trải qua biết bao nhiêu sự việc, trong A Lại Đa có đầy đủ, ví như cái máy "Vi tính" chứa đủ thứ của cuộc đời. Khi tu hành đạt đến địa vị vô lậu (sạch hết ô nhiễm cấu bẩn), thức này chuyển thành Đại

Viên Cảnh Trí, nghĩa là thành cái trí huệ sáng suốt trong sạch như gương khổng lồ tròn đầy trong sạch soi chiếu cùng khắp, tương ưng cho Chân Như, Phật Tính.

- Theo Mật Tông, Đại Viên Cảnh Trí do nguồn gốc của "Thức" (trong Năm Uẩn) cùng với tâm trạng sân hận thuộc về ý trong ba cửa tạo nghiệp đã được chuyển hóa khi chứng ngộ. Trí này giúp hành giả nhìn vạn vật với tâm thức vô ngã, không phân biệt đúng sai, chấp nhận vạn vật với mỗi sắc thể riêng của nó. Trí này ví như tấm gương vì một hạt bụi nó cũng không bỏ qua, và khi hạt bụi bay đi, nó không còn để lại dấu vết gì. Trong Man Đà La, trí này thuộc Phật Bất Động, giáo chủ một cõi Phật ở phương Đông.

5- Pháp Giới Trí:

Duy Thức Tông không đề cập tới Pháp Giới Trí. **Theo Mật Tông,** trí này siêu việt Pháp Giới, trí cùng tột. Nguồn gốc căn cơ của Pháp Giới Trí là "Sắc" (trong Năm Uẩn) cùng với Vô minh thuộc về "thân" trong ba động cơ tạo nghiệp là "thân, khẩu, ý". Trong Mạn Đà La, Pháp Giới Trí thuộc Phật Đại Nhật nằm ở Trung tâm.

3)- NĂM THỨ MẮT (Ngũ Nhãn):

Năm thứ mắt gồm: Nhục nhãn, Thiên nhãn, Pháp nhãn, Huệ nhãn, và Phật nhãn. Các vị thành Phật mới có đầy đủ năm loại mắt này.

1- Nhục nhãn: Nhục nhãn là con mắt của người thường. Mắt này chỉ thấy ở chỗ sáng không thấy chỗ tối, chỉ thấy trước mặt không thấy sau lưng, chỉ thấy gần không thấy thật xa. Không thấy khi bị ngăn che bởi tường vách, vật, núi, đồi v.v… Loài người, và tất cả loài vật súc sinh có loại mắt này.

2- Thiên nhãn: Có thể nhìn gần nhìn thật xa thấy hết, nhìn trong bóng tối hay nhìn dưới ánh sáng đều thấy như nhau. Có thể cùng một lúc vừa nhìn phiá trước vừa nhìn phiá sau, nhìn qua mọi chướng ngại như tường vách, vật, núi dồi v.v… không bị trở ngại. Chư Thiên có mắt này.

3- Pháp nhãn: Pháp nhãn là con mắt đạo lý, Pháp nhãn thấy được sự đa dạng của tất cả các đạo lý. Bậc có Pháp nhãn thấy được đạo lý của mười phương ba đời chư Phật.

4- Huệ nhãn: Là con mắt trí huệ thấy được tính không của vạn vật, thấy được nghĩa lý sâu cạn của văn tự. Bậc có Huệ nhãn thấy được quả báo đời trước đời sau, lành hay dữ, như xem chỉ tay trong lòng bàn tay.

5- Phật nhãn: Là con mắt của bậc giác ngộ, nhìn thấu suốt thể tính của vạn sự. Phật nhãn sáng suốt hoàn toàn, soi khắp mọi nơi, thấu suốt từ vô thủy kiếp về trước tới vô số kiếp về sau. Hiểu biết nhân quả như thấy trước mắt.

4)- BẢY THẦN THÔNG (Thất thông):

Nhiều sách chỉ ghi sáu Thần thông (Lục thông), không thấy ghi "Sinh tử thông". Thiết nghĩ nên ghi cho được đầy đủ. Chư Phật và chư đại Bồ Tát có đầy đủ Bảy Thần thông như sau:

1- Như Ý Túc thông: Cũng gọi là Thần Túc thông. Có thể phân thân làm nhiều thân khác nhau, hay hợp nhiều thân làm một thân.. Có thể biến hóa thân nhỏ bé lại hay to lớn lên tới có thể sờ tới mặt trăng, mặt trời. Có thể đi qua tường vách gạch sắt, đi qua núi đất đá. Có thể đi trên mặt nước sông hồ như đi trên đất. Ngồi kết già bay trên không trung như chim bay qua cánh đồng lúa chín.

2- Thiên Nhãn thông: Nhìn thấy các tầng trời có chư Thiên ở. Nhìn rõ cõi Thần, cõi Ngạ qủy, cõi Địa ngục. Nhìn rõ ban ngày cũng như ban đêm, nhìn rõ cùng lúc

phía trước mặt và phiá sau lưng. Nhìn xuyên qua các vật cản trở, tường vách, núi đồi .v.v…

3- Thiên Nhĩ thông: Có thể nghe được tiếng nói dù xa tới vạn dặm. Có thể nghe được tiếng nói của các loài gần xa không ngăn ngại. Có thể dùng Thiên nhĩ để nghe người khác nói hoặc nghe người khác cầu cứu từ rất xa.

4- Tha Tâm thông: Dùng Tha Tâm thông có thể biết ý nghĩ của người khác có tâm dục hay không, có tâm sân hay không, có tâm ác hay có tâm thiện. Biết tâm niệm người khác dù ở gần hay ở xa đều biết được cả.

5- Túc Mệnh thông: Biết được tiền kiếp của mình một đời, hai đời, ba đời, bốn đời, mười đời, trăm đời, nghìn đời, vô số đời. Biết kiếp nào tên gì, ở đâu, sống như thế nào, gia đình ra sao, thọ yểu thế nào v.v…. đều biết rõ ràng từng chi tiết nhỏ bé đều rõ ràng từng đời, từng kiếp cho tới vô lượng kiếp về trước.

6- Sinh Tử thông: Biết người này người kia kiếp trước sinh ở đâu, làm nghề gì, đời sống ra sao, gia đình thế nào, sống bao nhiêu tuổi v.v…đều biết hết thảy. Lại biết người kia kiếp trước làm lành làm ác thế nào, kiếp này tái sinh lãnh quả báo lành dữ ra sao. Tóm lại có thể biết tất cả mọi người qua lại tái sinh chỗ lành chỗ dữ đều do nghiệp đã tạo ra dẫn dắt.

7- Lậu Tận thông: Biết như thật các lậu hoặc ô nhiễm đã diệt sạch, nên được tâm giải thoát khỏi vô minh lậu. Biết như thật rằng: "Sinh tử đã hết, giải thoát đã đạt, việc tu hành đã làm xong, không còn tái sinh đời sau nữa". Lại còn có thể biết lậu hoặc, ô nhiễm, thói hư tật xấu của người khác đã sạch hết hay chưa . , .

Kinh sách trích dẫn tham khảo

01)- Đại Tạng Kinh Việt Nam, Hòa Thượng Thích Minh Châu chỉ đạo, gồm: Bộ Trường A Hàm: Ngài Phật Đà Da Xá dịch Phạn ra Hán, HT Thích Trí Tịnh dịch, xuất bản năm 1991 tại thành phố Hồ Chí Minh, VN. Bộ Trung A Hàm: Ngài Tăng Già Đề Bà dịch Phạn ra Hán, Viện Cao Đẳng Phật Học Nha Trang dịch, HT Thích Thiện Siêu hiệu đính, xuất bản năm 1992 tại TP HCM, VN. Bộ Tạp A Hàm: Ngài Cầu Na Bạt Đà La dịch Phạn ra Hán, HT Thích Thiện Siêu và HT Thích Thanh Từ dịch, xuất Bản năm 1995 tại TP HCM. Bộ Tăng Nhất A Hàm: Ngài Phật Niệm dịch Phạn ra Hán, HT Thích Thanh Từ dịch, xuất bản năm 2005 tại Hà Nội, VN.

02)- Chư Kinh Tập Yếu: (Gồm: Kinh Kim Cang, Pháp Hoa, Hoa Nghiêm, Duy Ma Cật, Pháp Bảo Đàn, Viên Giác, Bát Nhã Tâm Kinh) Ngài Tam Tạng Pháp Sư Cưu Ma La Thập dịch Phạn ra Hán, HT Thích Duy Lực dịch, xuất bản năm 1993 tại TP HCM, VN.

03)- Kinh Lăng Nghiêm: HT Thích Duy Lực dịch, xuất Bản năm 1993 tại TP HCM, VN.

04)- Kinh Phả Môn: HT Thích Thanh Cát dịch năm 1962, xuất bản năm 2000 tại San Jose, Calịfornia, Hoa Kỳ.

05)- Kinh Đại Phương Tiện Phật Báo Ân: Thích Chính Tiến dịch, xuất bản năm 1997 tại TP HCM, VN.

06)- Kinh Bát Đại Nhân Giác: Chùa Giác Minh ấn tống năm 1995 t ại Palo Alto, Cali. Hoa Kỳ.

07)- Kinh Dược Sư: Tam Tạng Pháp Sư Huyền Trang dịch ra Hán, HT Thích Tuệ Nhuận dịch, chùa Giác Minh ấn tống năm 1987 tại Palo Alto, Cali, Hoa Kỳ.

08)- Kinh Hồng Danh: Phật tử An Tánh phát nguyện ấn Tống năm 1986 tại Culver, Cali, Hoa Kỳ.

09)- Kinh Di Lặc: Chùa Xá Lợi ấn tống 1973 tại Sàigòn.

10/- Kinh Thập Thiện: Hòa Thượng Tâm Châu dịch, Miền Liễu Quán ấn hành 1997 tại San Jose, Cali Hoa Kỳ.

11)- Kinh Quán Niệm Hơi Thở: Thiền Sư Thích Nhất Hạnh dịch và chú giải, Lá Bối ấn bản năm 1987.

12)- Đại Bi Thập Chú: chùa Giác Minh ấn tống năm 1985 tại Palo Alto, Cali, Hoa Kỳ,.

13)- Phật Học Phổ Thông của Hòa Thượng Thích Thiện Hoa, xuất bản năm 1965 tại Sàigòn, VN.

14)- Đức Phật và Phật Pháp của Đại Đức Pháp Sư Narada, người Tích Lan viết năm 1964, Cư sĩ Phạm Kim Khánh dịch, xuất bản năm 1970 tại Sàigòn, VN.

15)- Nhật Lá Bồ Đề của HT Thích Thanh Từ, xuất bản năm 1985 tại TP HCM, VN.

16)- Cành Lá Vô ưu: của HT Thích Thanh Từ, xuất bản năm 1996 tại TP HCM, VN.

17)- Khóa Hư Lục của vua Trần Thái Tông, HT Thanh Từ giảng giải, ấn hành năm 1996 tại TP HCM, VN.

18)- Thiền Tứ Niệm Xứ của HT Thích Trí Siêu, chùa Đức Viên ấn hành năm 1988 t ại San Jose, Cali, Hoa Kỳ.

19)- Sự tích Phật A Di Đà, chư vị Bồ Tát và Tổ Sư, của Cư sĩ Trần Nguyên Chấn, TuViên Kim Sơn in năm 1999.

20)- Thiền Căn Bản của HT Thích Thanh Từ, xuất năm 1991 tại Los Alamitos, Cali, Hoa Kỳ.

21)- Sự Lý Lễ Tụng của HT Thích Tố Liên dịch, Chùa Giác Minh ấn hành 1982 t ại Palo Alto, Cali, Hoa Kỳ,.

22)- Nghi Thức Tụng Niệm, do Lá Bối ấn hành năm 1989 tại San Jose, Cali, Hoa Kỳ.

23)- Nghi Thức Sám Hối: Ấn tống năm 1987 do chùa Giác Minh Palo Alto, Cali, Hoa Kỳ.

24)- Thân Trung Ấm do Đặng Tấn Hậu và Minh Châu dịch, xuất bản năm 1997 tại Toronto, Gia Nã Đại.
25)- Tự Điển Phật Học của Chân Nguyên và Nguyễn Tường Bách, xuất bản năm 1999 tại Huế, VN.
26)- Luận Về Nhân Qủa của HT Thích Chơn Quang, nhà in Papyrus ấn tống năm 2007 tại San Jose, Cali, Hoa Kỳ.
27)- Giải Thoát Tức Thì của Nhi Bất Nhược xuất bản năm 2007 tại Cali Hoa Kỳ
28)- Nguồn Gốc Loài Người của Toàn Không Đỗ Đăng Tiến xuất bản năm 2006 tại Cali Hoa Kỳ.
29)- Pháp Môn Đốn Ngộ của Toàn Không Đỗ Đăng Tiến xuất bản năm 2007 tại Cali Hoa Kỳ.

Dẫn Kết:

- Mong thay, đọc giả đọc nhiều lần những bài cần ghi nhớ và cố gắng thực hành để đạt tới cứu cánh.
- Mong thay, vị nào dịch sách Phật Giáo Căn Bản này ra ngoại ngữ, vị ấy sẽ có công đức vô lượng.

HỒI HƯỚNG:

Nguyện đem công đức này,
Hướng về khắp tất cả,
Đệ tử và chúng sinh,
Đều cùng thành Phật đạo.

NAM MÔ THÍCH CA MÂU NI PHẬT

TOÀN KHÔNG ĐỖ ĐĂNG TIẾN

PHẬT GIÁO CĂN BẢN

Mười điều tâm niệm

01- Nghĩ đến thân thể đừng cầu không bịnh khổ, vì không bệnh khổ dục vọng dễ sinh.
02- Ở đời đừng cầu không gặp hoạn nạn khó khăn, vì không hoạn nạn khó khăn lòng kiêu căng nổi dậy.
03- Cứu xét tâm tính đừng cầu không khúc mắc, vì không khúc mắc sở học không thấu triệt.
04- Xây dựng sự nghiệp đừng mong không trở ngại, vì không trở ngại chí nguyện không kiên cường.
05- Việc làm đừng mong dễ thành, vì dễ thành lòng sinh khinh thường kiêu ngạo.
06- Giao thiệp đừng mong lợi mình, vì lợi mình thì mất đạo nghĩa.
07- Với người đừng cầu tất cả đều thuận theo ý mình, vì thuận theo ý mình lòng sinh tự kiêu.
08- Thi ân đừng mong báo đáp, vì mong đền đáp là thi ân có ý mưu đồ.
09- Thấy lợi đừng nhúng tay vào, vì nhúng tay vào tâm trí bị hoen ố.
10- Oan ức không cần biện bạch, vì biện bạch nhân quả chưa xả.

Luận Bảo Vương Tam Muội

Phương Danh
qúy vị phát tâm công đức in sách

01)- Ô Bà Hoàng Đắc Cương, San Jose, Cali.	185	quyển
02)- Ô Bà Ngô Đôn, San Jose, Cali.	37	--
03)- Ô Bà Trần Quang, San Jose, Cali	50	--
04)- Ô Bà Lâm Hữu Trãi, Santa Clara, Cali	19	--
05)- Ô Bà Phạm Duy Chiêm, San Jose , Cali	37	--
06)- Ông Quách Phong, Santa Clara, Cali	7	--
07)- Bà Đỗ Thị Liên (Diệu Hương) Milpitas	74	--
08)- Ô Bà Đặng Ngoc Trai, Milpitas, Cali	37	--
19)- BS Đỗ Hạnh Nguyên, Fremont, Cali	50	--
10)- Ô Bà Đỗ Đăng Trường, Cupertino, Cali	50	--
11)- BS Đỗ Đăng Trị, Hayward, Cali	74	--
12)- Ông Đỗ Đăng An, Milpitas, Cali	50	--
13)- Ô Bà Nguyễn Doãn Thăng, Milpitas, Cali	37	--
14)- Ô Bà Trần Thiện Tích, Berala, Úc Đại Lợi	37	--
15)- Ô Bà Trần Ngọc Hoàng, Reno, Nevada	37	--
16)- Ông Huỳnh Anh, San Jose, Cali. USA	7	--
17)- Tác giả	462	--

Tổng cộng in :	1250	quyển

Liên Lạc:

425 Gemma Dr, Milpitas, CA 95035, USA.
Email: tiendangdo@yahoo.com
Tel. 510-688-0503, 408-946-0405

Sơ lược về tác giả

Hình chụp ngày 29/8/2010

- Sinh tại Hoàng Thượng, Duy Tiên, Hà Nam, VN. Sinh năm 1935
- Học sinh Trung học Chu Văn An 1952 – 1959
- Tốt nghiệp Học Viện Quốc Gia Hành Chánh 1963
- Tốt nghiệp Sĩ Quan đặc biệt Nha Trang 1964
- Phó Quận Trưởng Đức Thạnh, Phước Tuy 1964 – 1965
- Phó Quận Trưởng Long Điền, Phước Tuy 1965 – 1967
- Chánh Văn Phòng Tỉnh Pước Tuy 1967 – 1969
- Phó Tỉnh Trưởng Tỉnh Hậu Nghĩa 1969 – 1973
-Trưởng ban truy tố báo chí Bộ Nội Vụ 1973 – 1975
- Vừa đi làm vừa học Đại Học Iowa, IOWA, Hoa Kỳ 1975 – 1977
- Ch. viên Điện tử Công ty Qume, San Jose, Cali, HK 1978 – 1984
- Ch. viên Điện tử Côngty Varian, Palo Alto, Cali HK 1984 – 1995
- Kỹ sư Sản phẩm Điệntử Novalus, San Jose, Cali. 1995 – 2000

Hoạt động Phật Giáo:

- Viết trong Đặc san Hoa Sen tại Palo Alto, Cali, HK 1984 – 1995
- Điều hành chương trình phát thanh tiếng nói"Hoa Từ Bi" của Phật giáo tại vùng San Jose, California. Hoa Kỳ . . . . . 1998 – 1999
- Viết và XB quyển Nguồn Gốc Loài Người, tại Cali, HK. 2006
- Viết và XB quyển Pháp Môn Đốn Ngộ, tại Cali, Hoa Kỳ 2007
- Viết trong một số Tuần Báo ở San Jose, Cali, HK 2008 – 2011
- Viết trong Mạng thantamanlac@yahoogroups.com 2008 - 2009
- Viết và XB cuốn **Phật Giáo Căn Bản**, tại Cali. Hoa Kỳ . . . 2009
- Viết đăng trong mạng: xitrum70@yahoo.com . . . . . .2010 – 2011
- Viết trong một số Tuần Báo ở Santa Ana, Cali, HK 2010 – 2011
- Viết trong một số TB ở Houston & Dallas, Texas 2010 – 2011
- Viết quyển **Đức Phật và Cõi Vô Hình,** sẽ XB tại Cali, HK 2011
- Viết quyển **Pháp Môn Tịnh Độ**, sẽ XB tại Cali, Hoa Kỳ . . 2011