



NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT

TỊNH KHÔI

**PHẬT PHÁP
VÀ PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT**



NHÀ XUẤT BẢN PHƯƠNG ĐÔNG

MỤC LỤC

Lời cảm tạ	7
Dẫn nhập	9
Mong cầu của đời người	9
Vì sao cần học Phật?	10
Vì sao cần tu hành?	12
Tu hành là thế nào?	16
Chỗ tốt đẹp của pháp môn Trì Danh niệm Phật.....	16
Giải thích nghi ngờ	18
<i>A Phật giáo không phải là mê tín</i>	<i>18</i>
<i>B Phật giáo chẳng phải là tiêu cực - trốn đời</i>	<i>19</i>
<i>C Phật giáo là trí tín không phải mê tín</i>	<i>21</i>
<i>D Phật pháp và khoa học</i>	<i>23</i>

CHƯƠNG I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

A - Ý nghĩa và lược sử đức Phật Thích Ca	27
B - Phật chẳng phải là thần	29
C - Phật học	30
D - Mục đích học Phật	31
E - Giáo lý Phật học	31
1 Tam pháp ấn	31
2 Mười hai nhân duyên	33
3 Bốn thánh đế	35
4 Tám chánh đạo	43
5 Ba quy y	45
6 Bồ đề tâm, Bồ Tát	47
7 Luật nhân quả (nhân duyên quả báo)	50
8 Sáu hồi	58
9 Năm giới	62
<i>Không sát sinh</i>	<i>62</i>
<i>Không trộm cắp</i>	<i>63</i>
<i>Không tà dâm</i>	<i>63</i>
<i>Không nói vọng</i>	<i>65</i>
<i>Không uống rượu</i>	<i>66</i>
10 Mười thiện nghiệp	66
<i>A Phật nói kinh “thập thiện nghiệp”</i>	<i>66</i>
<i>B Thập thiện nghiệp</i>	<i>67</i>

11 Sáu pháp Ba La Mật và bốn phép nhiếp	75
<i>A Bồ thí</i>	77
<i>B Trì giới</i>	83
<i>C Nhẫn nhục</i>	86
<i>D Tinh tấn</i>	90
<i>E Thiên định</i>	91
<i>F Trí huệ (bát nhã)</i>	92
<i>G Bốn phép nhiếp</i>	93
12 Bốn tâm vô lượng	94
13 Tâm được thanh tịnh	95
<i>A/ Nhìn rõ – buông rời</i>	96
<i>B/ Tâm bình thường</i>	98
14 Sanh tử và nghiệp	98
15 Ba cõi và sáu đường	102
16 Phiền não	104
17 Hồi hướng	105
18 Các tông phái trong Phật Giáo	107
19 Pháp môn Trì Danh niệm Phật	113
20 Ăn chay	116

CHƯƠNG II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Đôi lời bày tỏ	123
Nhất tâm niệm Phật	128
Niệm phật nhiều	131
Trong tâm có Phật	133
Sự tội kỵ trong niệm Phật	139
Chẳng niệm gì cả - chỉ niệm A Di Đà Phật	148
Mỗi ngày niệm một lần thì niệm lực chẳng đủ	149
Tập thói quen niệm Phật	152
Niệm phật có nề nếp	153
Nhất niệm lúc lâm chung rất quan trọng	156
Học Phật cần kịp thời	158
Phương pháp niệm Phật	163
Đại nguyện thứ 18 & 19 của Phật A Di Đà	173
Định khóa sớm tối	186

CHƯƠNG III: TU HÀNH CẦN BIẾT

Đôi lời tâm huyết	193
Sửa tâm bệnh đối tập khí	226
Pháp môn tu: tự lực và tha lực	249
Phương pháp tu Trì Danh niệm Phật	251
Tín - Hạnh - Nguyện	252
Tu hành không được do dự	262
Tu hành cần bền lòng không thoái chuyển	264
Gỡ bỏ sự kết buộc nơi tâm	265
Không nên bị mắt, tai, mũi, lưỡi, thân dẫn dắt	266
Vạn ma không đẩy lùi được tâm bồ đề	267
Nhỏ nhẹ khiêm tốn	274
Thành tựu	275
Trong sạch, tâm ít ham muốn, trừ phiền não	275
Phương pháp đoạn trừ phiền não	279
Ngã chấp	283
Lúc niệm Phật vọng tưởng nhiều	285
Chẳng nên vọng cầu cảm ứng	287
Cuộc sống qua đi thì tốt	290
Tiêu trừ niệm tham	294
Tiêu trừ niệm sân.....	295
Tiêu trừ niệm si	296
Tiêu trừ ngã kiến	297
Tiêu trừ chấp trước	298
Đoạn trừ Ái dục	299
Không vọng cầu khai ngộ	312
Học Phật tu hành chẳng nên sợ khó	317
Đuổi đi lo sầu	318
Tham khảo kinh điển	319
Lâm chung tốt đẹp	321
Hộ niệm cho người sắp lâm chung	323
Huyền ký của đức Phật trong thời mật pháp	333
KẾT LUẬN.....	343
HỒI HƯỚNG	351

LỜI CẢM TẠ

Nam Mô bốn sư Thích Ca Mâu Ni Phật!

Nam Mô tiếp dẫn đạo sư A Di Đà Phật!

Con nhất tâm đánh lễ tạ ơn hồng ân của chư Phật, chư Bồ Tát đã gia trì cho con viết nên tập sách này. Với sự hiểu biết còn quá nông cạn và thiếu sót cũng như tài hèn và hạnh bạc, bản thân con tự thấy làm hổ thẹn vô cùng. Nhưng bởi lòng lợi tha thúc giục, đồng thời cũng muốn làm cảm nang tu tập cho chính mình nên con mạn phép viết nên tập sách này.

Con thành kính đánh lễ tạ ơn những lời khai thị, những bài giảng quý hơn vàng ngọc của tất cả chư vị đại đức tăng ni trong và ngoài nước qua các phương tiện truyền thông (Internet, VCD, tài liệu, sách vở v.v...) đã giúp ích cho con rất nhiều trong việc hiểu biết về Phật pháp nói chung và pháp môn Trì Danh Niệm Phật nói riêng.

Nội dung trong quyển sách này, chủ yếu là những lời giáo huấn của chư Phật, chư tổ và các chư vị cao tăng đại đức từ xưa đến nay về Pháp Môn Trì Danh Niệm Phật như:

- Phật học phổ thông (HT. Thích Thiện Hoa)
- Đường về Cực Lạc (HT. Thích Trí Tịnh)
- Niệm Phật Thập Yếu (HT. Thích Thiện Tâm)
- Pháp môn Tịnh Độ (HT. Thích Trí Thủ)
- Ấn Quang Đại Sư Gia Ngôn Lục (Ấn Quang Đại Sư)

- Long Thơ Tịnh Độ (Cư sĩ Vương Nhật Hưu)
- Ý Nghĩa Hoằng Pháp và Hộ Pháp (Cư sĩ Diệu Âm Diệu Ngộ)
- Những bài giảng và khai thị của lão Pháp Sư Tịnh Không
- v.v...

Quyển sách này con viết bằng hết tất cả tâm huyết, nay xin trân trọng gửi đến tất cả các quý bạn đọc gần xa bằng cả tấm lòng tri ân. Trong quá trình biên soạn, những sai sót của con là điều không thể tránh khỏi. Con cúi xin các vị cao tăng đại đức, các bậc thiện tri thức và quý bạn đọc gần xa hoan hỷ chỉ dạy thêm.

Nam Mô A Di Đà Phật.

Phật Lịch 2555, ngày 20 tháng 04 năm 2011
Nguyễn Huy Khôi – PD Tịnh Khôi



Lời thỉnh cầu:

Khi đọc xong quyển sách này, Tịnh Khôi thiết tha xin quý bạn đọc hoan hỷ trao quyển sách này đến cho người khác có duyên cùng đọc (trừ khi quý bạn thật sự muốn giữ lại để đọc thêm lần nữa).

(Quý bạn đọc cần file PDF xin liên lạc số 0918.691.958 hoặc địa chỉ email *nguyenhuykhoi2005@yahoo.com*).

DẪN NHẬP



MONG CẦU CỦA ĐỜI NGƯỜI

Sống ở trên đời, con người ai thường cũng muốn giàu sang, danh vọng, quyền lực, sống lâu, khỏe mạnh, vui vẻ..., nhưng người đạt như ý nguyện ít lại càng ít. Có người nghèo khổ hèn kém, có người nhiều bệnh tật hoặc tàn phế, có người đoản mạng chết sớm. Riêng sự an lạc, vui vẻ thì ai cũng đều có thể hưởng thụ được, nhưng thật đáng tiếc, có nhiều người lại không nhìn rõ, lênh lạc tự tìm khổ não, sống lỗi lầm trong khổ não.

Người giàu mà không biết đủ (tri túc) thì không đầy đủ, có rồi lại muốn thêm nữa, tốt rồi lại càng muốn tốt hơn, được rồi lại sợ mất, sợ tai họa đến, sợ bệnh tật, sợ chết... lúc nào tâm trạng cũng bất an, buồn bực lo sầu sợ sệt. Tâm trạng người ấy cho dù ở thiên đường cũng như là ở địa ngục. Ngược lại, người nghèo mà biết thiếu dục tri túc thì là đầy đủ, biết nhân quả, rõ thị phi, không bạo ngược, không mặc cảm, không tham, không oán giận, không hơn thua hay so sánh với người khác... Người như vậy tự mình được cái vui và an lạc.

Con người, cuối cùng một đời, tìm kiếm, tranh đấu không ngoài sự hào hoa nơi vật chất và danh lợi. Để được vui vẻ, nếu chỉ vì thỏa mãn đầy đủ lòng ham muốn của mình, tha hồ làm điều trái lẽ, thì có cái gì mà chẳng thể làm. Chẳng phải chờ đợi báo ứng đời sau mới tho

khổ, mà đời này cũng có thể gặp tai họa trùng trùng, như thế có thể vui vẻ được chăng?

Cuộc sống của con người có hai việc: Một là cuộc sống vật chất, hai là cuộc sống tinh thần. Cuộc sống vật chất càng tìm cầu thì càng đau khổ, vĩnh viễn không thể đầy đủ. Nhưng nếu hướng về phương diện cuộc sống tinh thần để tìm cầu, thì tâm tình có thể thoải mái, tâm lý an ổn, thì sẽ được cuộc sống vui vẻ.

Người học Phật tu hành chuyên nhất chí thành ở nơi chân tâm, vâng làm các việc thiện, chẳng cầu những thứ hư vinh trước mắt, mà cầu ở nơi chỗ sâu xa của nội tâm, dứt bỏ dục vọng chính mình và chấp trước, giữ gìn tâm thanh tịnh. Từ việc hành trì không gián đoạn, tự nhiên được an lạc, đầy đủ và vui vẻ trong tâm linh. Do người tu hành có chánh kiến, chánh tư duy, tâm từ bi, làm việc thiện, không làm ác, thiếu dục tri túc, ít phiền não, có sự ký thác trên tinh thần là: Tin Phật. Có lý tưởng: Thành Phật, cuộc sống tự nhiên được an lạc, vui vẻ.

Đương nhiên chẳng phải ngay khi mới bắt đầu tu hành thì có thể được sự vui vẻ trên tâm linh, quyết cần phải thanh trừ tập khí vô minh của chính mình: tham, sân, si... Cải chánh hành vi sai trái, sự vui vẻ mới có thể hưởng dụng được.

VÌ SAO CẦN PHẢI HỌC PHẬT?

Mục đích học Phật là như thế nào? Nói một cách đơn giản, tức là “chuyển mê thành ngộ”. Nhưng Mê là cái gì? Còn NGỘ là thế nào?

Mê, tức là mờ mịt đối với chân lý nhân sinh vũ trụ, không rõ được chân tướng của nhân sinh, cũng không rõ được sự tương duyên khởi của vũ trụ. Chân tướng của nhân sinh vũ trụ là: Thế gian vô thường, cõi nước nguy hiểm (mỏng manh, dễ mất), bốn đại khổ - không, năm uẩn không tướng.

Chúng ta thường có thói quen nhận lầm muôn pháp hư huyền là thường trụ bất hại, và thân tâm do năm uẩn hòa hợp làm chân ngã, cho đến chấp ngã, chấp pháp, khởi hoặc, tạo nghiệp, rốt cuộc bị trôi nổi trong sinh tử, chìm đắm trong biển khổ.

Ngộ, tức là đối với chân như lý tánh của nhân sinh, sự tương duyên khởi của vũ trụ, có sự lý giải thấu triệt, biết là duyên sinh tánh không, duyên khởi vô ngã (duyên sinh, là do các duyên hòa hợp mà sinh; duyên khởi, là nói các pháp do các duyên hợp thành, tánh đó vốn không, không có tự tánh chân thật). Do đó không thể chấp trước, tự tìm phiền não, tạo nghiệp để chuốc lấy quả khổ.

Nói một cách khác: Mê, tức là không rõ chân tướng của nhân sinh, một người ở trong cuộc sống vài mươi năm, nói gần, không hiểu được chính mình sinh ra như thế nào, đến già, lại không hiểu rõ lúc nào chết? Chết rồi đi về đâu? Cho đến tất cả vạn vật bên ngoài con người cũng như thế, đều là chẳng rõ sự kỳ diệu. Nói xa hơn, tất cả vạn hữu trong vũ trụ tại sao lại tồn tại? Phạm là không rõ được những đạo lý này, nên bảo là mê.

Ngộ, là rõ ràng chân tướng sự thật, hiểu được thân thể của nó chỉ là giả tướng hòa hợp của bốn đại: đất, nước, gió, lửa (tức là tám đại hệ thống của thân thể con người giải phẫu ra). Thân thể giả tướng này, trải qua từ trẻ nhỏ, thiếu niên, trung niên, già, có một ngày bốn đại không điều hòa thì bệnh, bệnh nặng mà chết, sau khi chết từ từ dần về tiêu diệt. Ngoài nơi thân xác, thật tướng mà mắt thường ta không nhìn thấy, gọi là chân như (còn gọi là linh hồn) hay còn gọi là Phật tánh là vĩnh viễn tồn tại, là không sinh không diệt. Một người như thế này, vạn vật cũng là thế này, người nếu hiểu được đạo lý này gọi là Ngộ. Học Phật tức là đem cảnh Mê của người chuyển đổi đi, mà mở ra một con đường khiến người đi vào cảnh Ngộ.

Nhưng mục đích của học Phật không phải chỉ là sự giải thoát cho riêng mình, mà còn phải vì tất cả chúng sanh mà bài trừ khổ nạn, được vui vẻ mà nỗ lực tu hành.

VÌ SAO CẦN TU HÀNH?

Vì sao cần tu hành ư? Là vì cần: Là khổ được vui. Thế giới Ta Bà là biển khổ, người đời là những kẻ khổ, khổ nhiều vui ít, người nghèo khổ, người giàu cũng khổ, lúc bận rộn khổ, lúc nhàn rỗi cũng khổ. Khổ mỗi dạng mỗi kiểu, mỗi loại rất nhiều trong cuộc sống hàng ngày. Tóm lại: không hợp với lòng thì không yên, không tự tại, không vui tức là khổ!

Tu hành là thế nào? Là phải ra khỏi sinh tử luân hồi sáu đường, là khổ được vui, thành Phật. Thành Phật đầu tiên cần phải biết TIN nhân quả, dứt ác tu thiện, tu thân

dưỡng tánh, rõ sanh tử, chuyển mê khai ngộ. Thế gian là cuộc vô thường, không có gì thường hằng bất biến. Đại địa và thân tâm chúng ta, mỗi phút mỗi giây đều thay đổi. Ở trong thân tâm bất định ảo huyền này, bạn có thể tìm được một cái CHÂN NGÃ bất biến hằng thường không? Thế giới Ta Bà là các pháp vô thường, tất cả các hiện tượng đều là dời đổi biến hóa, sinh diệt từng giây phút, mọi sự vật thiên biến vạn hóa, dơ nhuốc khổ đau, khổ não lổp lổp, nên cõi Ta Bà còn gọi là uế độ (cõi nhơ nhớp).

Đời người là khổ, trên thân thể có khổ của sinh, lão, bệnh, tử, trên tinh thần cũng có nhiều thứ khổ khác nhau. Chúng ta lấy khổ làm vui đã thành thói quen, cho là bình thường. Người đời phần nhiều lấy dục lạc của năm giác quan làm vui, khổ vui do nơi cái nhìn về nhân sinh không đồng ở mỗi người, đối với sự nhận biết và thứ lớp của bản chất khổ vui, mỗi việc cũng khác nhau. Người đời hầu hết thì muốn rời xa cái khổ, cái vui thì muốn được. Người đời cảm thọ khổ và vui chẳng qua là dựa trên sự thuận và nghịch của thân tâm, tổn hại hay ích lợi mà nói. Y cứ theo Phật mà nhìn, khổ mà người đời nói, là cái khổ thật sự. Nói là vui, ngược lại chưa chắc là thật vui. Đức Phật đã khẳng định rằng đời người là khổ, có khổ đương nhiên cần phải xuất ly, lìa khổ thế gian, cầu vui giải thoát, xa lìa luân hồi ở ba cõi sáu đường. Đây là sự nỗ lực và nhận thức nên có của nhân sinh, cũng là mục đích của Đức Phật xuất hiện ở thế gian, ở đây lấy việc lìa khổ được vui làm tiền đề của Phật pháp. Chúng ta chỉ hiểu rằng: Khổ - chân thật là khổ, Vui - chân thật là vui, mới có thể sanh khởi yêu thích và quy hướng

chân chánh đối với Phật pháp. Phật pháp là phương pháp đứng trên căn bản khiến chúng ta có thể dẹp trừ khổ đau, mà đạt được an lạc chân thật. Chỉ có tu trì Phật pháp, tin thọ phụng hành, hành trì không gián đoạn, tự nhiên sẽ đạt được sự đầy đủ và vui vẻ của tâm cảnh.

Đời người không có sự nhẹ nhàng và thoải mái tuyệt đối, cũng không có sự thống khổ và phiền não vĩnh hằng, có lúc “lạc cực sanh bi, khổ tận cam lai”. Người đời nhân nơi khổ mà tìm cầu vui, ngược lại nhân nơi vui mà sanh đến khổ đau. Đời người gặp gỡ thường xuyên là vui vẻ ít mà buồn đau thì nhiều, lý do khổ não của đời người cũng vô cùng, vô tận.

Đời người có mấy thứ khổ ư? Bao gồm có: Khổ của việc sanh ra (sanh khổ), khổ của già suy (lão khổ), khổ lúc gặp chết mất (tử khổ), khổ lúc gặp người mình oán hận (oán tắng hội khổ), khổ lúc cùng người yêu thương chia rời (ái biệt ly khổ), khổ vì sự những gì muốn được mà lại không được (cầu bất đắc khổ)... Tóm lại, khổ về các loại, các dạng rất nhiều, chẳng an, chẳng vui vẻ cũng là khổ!

Người có trí tuệ, trước khi làm một việc gì, trước phải suy xét vì sao nên làm thế này? Sau khi hiểu rõ, mới khẳng định sự việc nên làm, bắt tay vào việc mà không có một chút e dè lo sợ. Đối với mọi người, công việc cứ y trên đạo đức mà làm, y cứ trên trí tuệ mà xử lý tất cả công việc, tức là HỌC PHẬT.

Con người vì sao cần phải tu hành? Phật giáo lấy “đời người là khổ” ra nói rõ, nên cần phải tu hành. Có

người sẽ phản đối, hiện tại tôi đang cảm thọ được rất vui vẻ, sự vui vẻ này vì sao có thể là khổ chứ? Thật ra, kiến giải của người đời phần nhiều có sai lệch, thậm chí điên đảo. Đối với chúng ta cho là vui, nhưng trong con mắt người có trí tuệ nhìn, tức chính là khổ! Sau khi vui vẻ qua đi, khổ sẽ đến. Vì vui và khổ nối nhau mà đến, cũng như ban ngày và ban đêm, sau khi ngày qua đi đêm tối sẽ đến, do đó, đời người là khổ, xác thật là không thể phủ nhận. Vậy thì như thế nào mà thoát ly được khổ, đó chính là việc gấp rút trước tiên con người phải làm.

Khổ cần phải làm nào mới thoát ly? Đức Phật ở trong bốn thánh đế, dạy rằng KHỔ do TẬP mà có. Tập là sự kết chứa các phiền não, hoặc và nghiệp. Do nơi nghiệp của con người mới có khổ. Nghiệp tuy là vô hình nhưng lại là chủ thể của nhân sinh. Sở dĩ cần lìa khổ, quyết cần phải đoạn TẬP. Muốn đoạn tập không được tạo nghiệp, không có nghiệp thì không có tập.

Như thế Nghiệp là thế nào? Nghiệp là hành vi của chúng ta. Thân tâm không thể không có hoạt động, có hoạt động rồi thì có hành vi, có hành vi rồi thì có nghiệp. Sở dĩ không tạo nghiệp là không làm ác nghiệp, và chẳng liên quan đến thiện nghiệp thì không làm. Vì không tạo ác nghiệp, hành thiện là điều tất yếu. Chúng ta hy vọng hành vi chính mình là hành vi thiện. Y cứ theo Phật pháp mà nói: Giải thoát phiền não, trong tâm thanh tịnh, an tường, tự tại, tinh thần thoải mái, tương lai có khả năng thoát khỏi sinh tử.

TU HÀNH LÀ THẾ NÀO?

Tu hành là thế nào? Tu tức là sửa đổi. Hành tức là hành vi của chúng ta. Hành vi này bao quát có: hữu hình và vô hình, tức là ba nghiệp: thân, khẩu, ý. Tu hành là sửa đổi lại hành vi của thân, khẩu, ý của chúng ta.

Hành vi của thân, khẩu, ý sao cần sửa đổi? Vì hành vi của con người, có nhiều lúc làm tổn hại người khác hoặc chúng sanh khác, trong vô hình cũng tổn hại chính mình, khiến tự mình và người khác đều cảm thọ thống khổ. Những hành vi này tức là ác nghiệp.

Có thể tu được thân, khẩu, ý không làm ác, tự nhiên thân tâm thanh tịnh an lạc, tình huống ở thân tâm yên ổn rồi, vọng niệm lại ít hơn. Nếu như có thể tiến đến mà niệm niệm ở nơi thiện, thân hành ở nơi thiện, miệng nói ở nơi thiện, ý tưởng ở nơi thiện, thì là từ “tu hành” tiến đến “tu trì” rồi. Do đã đem các tập khí bất lương cải chánh, tâm đã thuần nhất, chướng ngại cũng đã giảm thiểu hoặc tiêu trừ, lại thêm niệm chẳng gián đoạn danh hiệu “Nam mô A Di Đà Phật”, vọng tưởng tạp niệm giảm thiểu hoặc tiêu trừ, tình đời xem đã rõ, muôn duyên thế tục buông đi, việc vãng sanh thế giới Cực lạc ở Tây Phương thì nắm chắc.

CHỖ TỐT ĐẸP CỦA PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Thứ nhất, là rõ được sanh tử, ra khỏi luân hồi sáu nẻo, vãng sanh Tây Phương Cực Lạc thế giới, lìa khổ được vui - chân lạc - thành Phật. Trên phương diện thực

hành, đây là pháp môn thẳng tắt, viên đốn mà rất dễ hành trì, phù hợp với tất cả hạng người và hoàn cảnh trong thời mạt pháp này.

Thứ hai, người đời khi mệnh chung bị đau đớn khổ sở không thể nói hết, muôn nghìn người khó được một người chết an lành tự tại. Người niệm Phật tu hành có công phu, đến lúc mệnh chung, thân không bệnh khổ, biết trước ngày giờ chết, chánh niệm hiện tiền, tâm không điên đảo, đang đứng hoặc đang ngồi mà niệm Phật vãng sanh về thế giới Cực lạc. Nếu công phu niệm Phật sâu, thì ở hiện đời được nhất tâm bất loạn, căn lành sâu dày, lại có thể thân chứng niệm Phật tam muội (chứng ngộ).

Thứ ba, trên sinh hoạt tinh thần có chỗ ký thác là “tín Phật”, có lý tưởng là “thành Phật”. Cuộc sống được an lạc tự tại.

Thứ tư, biết tin nhân quả (thiện có thiện báo, ác có ác báo), rõ thị phi, dùng ác tu thiện, thiếu dục tri túc, cuộc sống yên ổn đạm bạc giản dị, tâm cảnh khai mở, nhìn rõ tình đời, muôn duyên thế tục buông xuống, công việc thì giữ bốn phận, vui với tập thể, giao thiệp với người hài hòa, ngược lên không thẹn với trời, cúi xuống không tủi với đất, phần lớn giảm nhẹ đi những phiền toái từ bên ngoài xã hội, gia đình và công việc tự nhiên được yên ổn, tốt đẹp, tự tại, an lạc, nhìn các việc đều thoải mái thích hợp thuận mắt.

Thứ năm, nương giáo lý của Đức Phật mà chiếu xét tư tưởng, hành vi của chính mình, như điều gì bất chánh

thì đưa vào chỗ chánh, không nề nếp thì đưa vào nề nếp. Khi gặp vấn đề khó khăn về cuộc sống, khổ rầu về hoàn cảnh, những thiếu sót hạn chế của xã hội hiện thực, việc con người phiền não xấu xa... đều có thể điều chỉnh tâm cảnh bất bình chính mình, trong tâm bình hòa, bình thuận, bình tĩnh, bình đạm. Tâm không theo sự vui giận mà chìm nổi, xem danh lợi phú quý như khói mây qua mắt, lấy tâm tri túc để thủ xả muôn vật. Không vọng cầu, không vọng lấy, không vọng dùng, không bị sự trói buộc bởi cảnh bên ngoài, tâm an lý được, tùy duyên qua ngày, cuộc sống sẽ được hạnh phúc vui vẻ.

GIẢI THÍCH NHỮNG NGHI NGỜ

A. PHẬT GIÁO KHÔNG PHẢI LÀ MÊ TÍN

Nói “mê tín” là không hiểu rõ ràng và tin một cách mù quáng. Bất kỳ điều gì, ta đã trải qua sự quan sát và suy nghĩ, rồi nhận định điều ấy không có sai lầm mà sinh tín ngưỡng, đó là tín ngưỡng của lý trí. Nếu như chưa rõ hiểu, chỉ nghe người khác nói là rất tốt, hoặc dựa vào truyền thống của gia tộc mà tín ngưỡng theo, sau khi tín ngưỡng còn chưa thâm nhập hiểu rõ, chỉ thuần túy ngay trên việc làm là “tín ngưỡng”, như thế bản thân của ta cũng là mê tín. Nếu như ta không hiểu rõ Phật giáo, chỉ nghe người khác nói Phật giáo là mê tín, hoặc nhìn thấy một vài nghi thức biểu tượng của Phật giáo, mà chưa trải qua sự thâm nhập rõ hiểu ở nghĩa lý, mà đã nhận định Phật giáo là mê tín, như thế thật mới là mê tín, rồi nói pháp mê tín cho người khác, thành kiến chấp mê tín chính mình.

Phật giáo, trái lại, khuyến khích con người hoài nghi, đều đem việc hoài nghi đề xuất ra để thảo luận. Chỉ có hoài nghi mới có thể bàn xét mà có được đáp án, như đây mới có thể sản sinh ra tín tâm chân chính. Trên sự thật, không có bất kỳ tôn giáo nào như là Phật giáo chịu cho con người hoài nghi kiểu này, khai phóng kiểu này và không mê tín kiểu này.

B. PHẬT GIÁO KHÔNG PHẢI LÀ TIÊU CỰC, TRỐN ĐỜI

Phật giáo lấy từ bi làm gốc, nhấn nhục làm hành động. Đối với thanh sắc, danh lợi, năm dục sáu trần thì Phật giáo chủ trương xa tránh. Vậy thì Phật giáo có phải là tôn giáo tiêu cực trốn đời thật không? Xin thưa là không phải, chỉ cần con người đối với Phật pháp có chút ít hiểu rõ thì có thể biết được tinh thần tích cực nhập thế của Phật giáo. Mà ở nơi Phật giáo, ngược lại từ bi dũng mãnh, tinh tấn không giải đãi. Đây là chỗ vĩ đại của Phật giáo, cũng chính là tính tích cực của Phật giáo.

Cũng có người sẽ hỏi: “Tôi thường thấy các hòa thượng hoặc những người tu hành, chỉ ở trong núi thẳm hoặc trong các chùa tụng kinh niệm Phật, cuộc sống này sao có thể nói là tích cực chứ?”. Đây cũng là chỉ biết một mà không biết hai. Tinh thần của đại thừa Phật pháp là độ khắp chúng sanh, nếu độ chúng sanh thì cần phải học tập phương pháp độ sinh. Thí dụ như có người bị chìm trong nước, anh đâu có lòng cứu người mà không biết bơi lội, cùng lắm chỉ đứng yên trên bờ hô hoán. Có người khác tuy biết bơi giỏi, nhưng ngược lại anh ta chỉ đứng khoanh tay. Lúc này nếu có một người đã có tâm

cứu người lại biết bơi lội, nhảy vào trong nước thì có thể cứu được người dưới nước lên. Đệ tử của Phật, không luận là tỳ kheo xuất gia hay phật tử tại gia, những người tụng kinh niệm Phật đó, đều là người phát nguyện rộng cứu người, đang luyện tập kỹ thuật bơi lội. Không có kỹ thuật làm sao cứu người? Càng không phải là đem những lời này ra làm lời biện hộ cho đệ tử của Phật, trên sự thật, tinh thần của Phật giáo xưa nay như vậy.

Phật giáo không phải là chủ nghĩa của sự chán nản. Pháp lực độ của đại thừa tuy trọng về nhẫn nhục, nhưng xả thân vì pháp, cũng là giáo nghĩa của Phật giáo. Khi bạo lực xâm lăng, chánh pháp có nguy cơ sắp diệt, giáo lý Phật cảm hóa không hiệu quả, Phật tử cũng sẽ phản khởi đại lực đồng mãnh, đứng dậy chống đối với bạo lực. Như trong kinh “Nhân duyên tăng hộ” chép rằng: “Vì hộ sinh mệnh của Phật pháp thà bỏ tiền tài, vì cứu hộ một nhà thà bỏ một người, vì cứu hộ một thôn thà bỏ một nhà, vì cứu hộ một nước thà bỏ một thôn”. Rắn độc cắn tay thì trảng sĩ chặt đứt cổ tay. Đoạn kinh văn ở trên, là những gì mạnh mẽ và quả cảm.

Xét ra, sự tích cực tiến thủ của người đời chẳng ngoài sự tranh đấu trên danh lợi, say đắm trên thanh sắc. Phật giáo chủ trương hy sinh chính mình, dưới phổ độ chúng sanh, trên thì cầu Đại giác, tinh tấn không biếng nhác. Đó mới gọi là tích cực vậy!

C. PHẬT GIÁO LÀ TRÍ TÍN KHÔNG PHẢI MÊ TÍN

Phật pháp là pháp giúp con người chuyển mê khai ngộ, chuyển si sinh huệ, chuyển phàm thành thánh. Nếu có người đối với Phật pháp không hiểu, hoặc hiểu biết nửa vời sẽ nhận định Phật giáo là mê tín, đây không khác nào như người mù sờ voi, như ếch ngồi đáy giếng.

Trên thực tế, thế gian cũng có tôn giáo mê tín, tức là đem tất cả chính mình giao phó cho thần linh ở bên ngoài mà chẳng tin vào chính mình. Phật giáo tin tưởng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, chúng sanh đều có thể tu trì thành Phật. Nhiều tôn giáo khác tin mọi việc cát hung, họa phước của con người đều do thần linh bên ngoài chi phối, bởi thế con người phải cầu thần linh che chở, bảo hộ.

Ở trong sự khốn khổ mê mờ sợ sệt, con người tin chắc có những loại thần có đủ oai lực đang không chế và thao túng tất cả vũ trụ. Những vị thần này hễ nghịch đến thì sẽ bị tai họa, còn thuận theo thì được tha thứ và giúp đỡ. Đối với việc cúng tế các vị thần, các tôn giáo đa thần cũng chủ trương là đại sự cho cuộc sống của con người.

Nhất thần tôn giáo có tiền bộ hơn so với đa thần tôn giáo. Thiên Chúa (hay Thượng Đế) là vị sáng tạo và là chủ tể của cả thế gian, vũ trụ vạn hữu. Đây cũng là do nơi đa thần mà biến đến nhất thần. Bà La Môn giáo của Ấn Độ, Thiên Chúa giáo của người Do Thái, Gia Tô giáo cho đến Hồi Giáo của Ả Rập đều thuộc một loại này. Xem hết giáo nghĩa của những tôn giáo này, tuy

hình thái và nghi thức không đồng, nhưng chỉ lấy một đối tượng làm việc sùng bái thì là một.

Ngoài tôn giáo tín ngưỡng về tha lực, Phật giáo là tôn giáo tín ngưỡng về tự lực. Phật giáo không cho rằng vũ trụ vạn vật là do Thượng Đế sáng tạo. Đối với vũ trụ vạn hữu, hiện tượng sanh diệt biến đổi. Mọi pháp từ nhân duyên mà sinh, mọi pháp cũng từ nhân duyên mà diệt. Đây sinh, kia diệt, đều là quả của nhân duyên sinh. Tinh thể vận hành, đầu mỗi thời gian trôi trôi trong đó đều do nhân quả. Sinh lão bệnh tử, yểu thọ, trong đó cũng có nhân quả. Nhân như vậy, quả như vậy, mảy tơ sợi lông chẳng sai. Vì thế, các hiện tượng tự nhiên chắc chắn không phải do Thượng Đế sáng tạo và chủ tể. Chính ta là chủ tể của chính mình, không có thần nào có thể làm chủ tể con người, cũng không có thần nào có thể ban phúc giáng họa.

Khi Đức Phật Thích Ca ngộ đạo thành Phật, câu nói đầu tiên của ngài là: “Kỳ thay! Kỳ thay! Tất cả chúng sanh đều có đủ đức tướng Như Lai trí huệ, nhưng vì vọng tưởng chấp trước, không thể chứng được, nếu lìa vọng tưởng thì nhất thiết trí, tự nhiên trí được hiện tiền”. Đức tướng Như Lai trí huệ là cái gì? Tức là Phật tánh, là người người đều có đủ. Tánh này ở nơi thánh không tăng, ở nơi phàm không giảm. Người người nương nơi pháp tu trì, chuyển mê khai ngộ, đều có thể thành Phật. Nhưng nương nơi pháp tu trì chuyển mê khai ngộ hoàn toàn cần dựa vào thực hành của chính mình. Ví như cái gương phủ đầy bụi, quyết cần phải tự mình lau chùi đi bụi bặm, khôi phục lại tánh gốc là tánh trong sáng vốn có. Đây hoàn toàn dựa vào sự tu trì của chính mình,

chẳng giống như người Công Giáo mong nhờ tha lực nói là: “tin Chúa thì được cứu rồi”. Người đời không hiểu lý này, lấy tôn giáo mong nhờ thần lực giúp cứu, cho là khoa học, còn tôn giáo nhờ dựa vào sự tu trì chính mình cho là mê tín. Đây chẳng phải là điên đảo đen trắng, không rõ thị phi sao? Cái nào là trí tín? Cái nào là mê tín? Người mắt sáng đủ có chỗ lựa chọn rồi.

D. PHẬT PHÁP VÀ KHOA HỌC

Khoa học trong hiện tại và tương lai rất cần thiết cho nhân loại. Khoa học không ngừng tiến bộ để đáp ứng nhu cầu hưởng thụ vật chất và tinh thần của con người. Trong quan niệm của con người, khoa học luôn phát minh những điều mới mẻ, tiến bộ, thiết thực. Điểm chính yếu của khoa học có ba:

Một là luật NHÂN QUẢ, là từ lý luận đến thực tiễn để đưa ra kết luận.

Hai là KINH NGHIỆM THỰC TẾ, là sau khi thu nhập chứng cứ, nghiên cứu, từ đó đưa ra lý luận để giải thích, chẳng thêm bất kỳ “không tưởng” nào.

Ba là PHÂN TÍCH, là dùng thực tiễn trải qua thời gian để phân tích và quan sát sự biến đổi của từng cá thể, hoặc mổ xẻ từng cá thể để quan sát cái tổng thể.

Khoa học dùng ba phương pháp này để nghiên cứu các sự vật, hiện tượng, từ đó biết được sự tồn tại của sự vật hiện tượng từ hai phương diện: sự liên tục của thời

gian và sự hòa hợp của không gian. Điểm này khoa học với Phật học rất giống nhau.

Cấu trúc của mỗi Kinh Phật chia làm ba phần lớn: Phần tựa, phần chánh tông và phần lưu thông. Mỗi phần lớn lại phân ra làm nhiều phần nhỏ, thứ lớp. Sự phân chia nghiêm ngặt này cũng hợp với tinh thần của khoa học.

Mỗi một bộ Kinh Phật bắt đầu đều có sáu điểm chứng tín: TÍN, VĂN, THỜI, CHỦ, XỨ, CHÚNG để nói rõ điểm trọng yếu về thời gian, địa điểm, người nghe... mà Phật nói kinh đó. Điều này giống như người làm công tác khoa học viết về báo cáo thực nghiệm. Báo cáo thực nghiệm bắt đầu cần phải viết: Người chủ trì, những người thực hiện, thời gian, địa điểm, mục tiêu thực nghiệm, phương tiện sử dụng (đồ vật sử dụng).

Quá trình của người học Phật, có bốn phương pháp phù hợp với khoa học: Một là Tin, hai là Hiểu, ba là Thực hành, và bốn là Chứng.

TIN, là tin phương pháp Đức Phật dạy cho con người là CHÂN CHÁNH. Đức Phật nói con người có Phật tánh, nhưng Phật tánh đó bị phiền não ngăn che, cho nên ở nơi cảnh mê. Con người nếu trừ được mê vọng, thì sanh khởi giác ngộ, tương lai cũng được thành Phật. Nếu ta đối với những lời nói của Đức Phật mà không hoài nghi, thì ta có chánh tín đối với Phật giáo.

HIỂU, là ta tuy tin những lời nói của Đức Phật đúng, nhưng ta cần xác định thực tế có thể hiểu rõ ý nghĩa bao

hàm trong một câu nói đó hay không. Không được hồ đồ có chỗ không rõ ràng, không thể hiểu mập mờ, hoặc không hiểu, hoặc là có chỗ hiểu lầm.

THỰC HÀNH, là đối với câu nói của Phật “người sẽ thành Phật” này, ta đã tin sâu sắc rồi, ta lại hiểu được làm thế nào mới có thể thành Phật. Như thế hiện tại ta cần phải đem phương pháp thành Phật của Đức Phật dạy, từng bước từng bước luyện tập một cách thiết tha và chắc chắn. Nhưng có nhiều đệ tử tuy là mang tri thức của Phật, tin pháp của Phật giảng, nhưng lại đem Phật pháp theo việc làm của thế tục hoặc gấp rút công sức để mau được cái lợi, thực hành được một thời gian không thấy công hiệu thì chẳng làm nữa. Kiểu này tuy là có tin có hiểu, nhưng rốt cục là ngang bằng với sự chẳng tin chẳng hiểu. Bởi vì học Phật đối với TIN và HIỂU, thì HÀNH càng trọng yếu hơn.

CHỨNG, là phương pháp lúc Đức Phật còn tại thế dạy người thành Phật có tám vạn bốn nghìn pháp môn, bất kỳ một pháp nào, hễ có hăng tâm mà chí thành tu trì, thì có thể thành A La Hán, thành Bồ tát, thành Phật. Chỉ riêng ở Trung Quốc và Việt Nam, các bậc cao tăng, đại đức, cư sĩ nhiều đời thành đạo (đắc đạo thành Bồ tát hoặc thành Phật) rất nhiều (Các sách như “Cao tăng truyện”, “Hiền thánh lục”, “Mấy điệu sen thanh” đã nói đến rất nhiều).

Nói một điểm thực tế hơn, khoa học hiện đại ngày nay đã phát hiện ra rất nhiều điều mới mẻ. Tuy nhiên, kinh Phật hơn 2500 năm trước đã sớm có ghi chép.

Thế giới trong quan niệm của người đời, chẳng ra khỏi phạm vi địa cầu. Như bình thường nói “đi vòng quanh thế giới” chẳng qua là đi một vòng xung quanh địa cầu. Gọi là “đại chiến của thế giới”, cũng chẳng qua là chiến tranh quốc tế đại quy mô trên địa cầu. Mà Đức Phật đã từng nói trong kinh: “tam thiên đại thiên thế giới”. Tam thiên đại thiên thế giới, thật chẳng phải là ba nghìn cái thế giới, mà là tập hợp một nghìn thế giới làm một tiểu thế giới, tập hợp một nghìn tiểu thế giới làm một trung thế giới, tập hợp một nghìn trung thế giới làm một đại thế giới. Do trong đó bao hàm bội số của cái ba nghìn, cho nên gọi là tam thiên đại thiên thế giới. Trong kinh nói rằng: “Hư không vô tận, thế giới vô lượng, quốc độ chúng sanh vô lượng”, cho nên tam thiên đại thiên thế giới cũng rất vô lượng. Địa cầu chỗ ở của chúng ta, chẳng qua là một hạt bụi trong không gian bao la vô tận. Lời nói của pháp này khi khoa học chưa phát triển, thật khó được con người tiếp nhận. Nhưng do nơi sự phát triển của thiên văn học, đã chứng minh tinh cầu trong hệ ngân hà nhiều đến nỗi không thể đếm hết, khoảng cách giữa các tinh cầu cũng tính không hết. Ví dụ như khoảng cách giữa trái đất với mặt trời là tám phút rưỡi năm ánh sáng (khoảng cách của một năm ánh sáng, mỗi giây là ba trăm ngàn kilômét, nhân lên số giây của một năm). Khoảng cách giữa sao Ngưu Lang và Chức Nữ đến mười hai ngàn năm ánh sáng. Lại có những hành tinh cách trái đất tới khoảng vài chục năm ánh sáng... Do đây có thể biết so với khoa học, Phật pháp càng khoa học.

Chương I

TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC



A - Ý NGHĨA VÀ LƯỢC SỬ ĐỨC PHẬT THÍCH CA

Phật là tiếng Phạn, gọi tắt của hai chữ “Phật Đà” mà Hán văn phiên âm ra (còn gọi là Như Lai, Thế Tôn...), ý nghĩa đó là bậc Giác ngộ. Giác ngộ nhân sinh và tất cả vạn vật, xa cho đến thật tướng và chân lý của mọi sự hữu hình và vô hình.

Phật ra đời vì một nhân duyên lớn: Khai thị chúng sanh ngộ nhập Phật tri kiến. Nhân duyên lớn ấy là gì? Chính là: “Khai thị chúng sanh ngộ nhập Phật tri kiến”, để cho chúng sanh được nhờ đó mà đổi mê ra ngộ thấy tánh tỏ tâm, vượt sống khỏi chết, lìa khổ được vui.

Đức Phật mà chúng ta đang nói là Đức Thích Ca Mâu Ni Phật. Ngài đản sinh vào ngày rằm tháng 4, năm 623 trước công nguyên tại vườn Lâm Tỳ Ni thành Ca Tỳ La Vệ của bộ tộc Thích Ca (Sakya) thuộc bắc Ấn Độ (ngày nay là Nepal). Lúc nhỏ Ngài tên là Tất Đạt Đa, thái tử con vua Tịnh Phạn, mẹ Ngài là Ma Da phu nhân. Khi Ngài mới sinh ra được bảy ngày thì bà qua đời, bà dì Ma Ha Ba Xà Ba Đề thay thế nuôi dạy Ngài nên người.

Khi thái tử đản sanh, một vị Đạo sĩ già tên là A Tư Đà tu hành trên núi Hy Mã Lạp Sơn được mời đến cung vua để xem tướng cho Thái tử. Gặp Thái tử, đạo sĩ A Tư Đà bỗng nhiên chấp tay vái chào với thái độ hết sức

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

cung kính. Đạo sĩ tuy cười mà vẻ mặt thoáng buồn. Được hỏi vì sao, Đạo sĩ A Tư Đà trả lời là ông mừng vì Thái tử tương lai sẽ thành Phật, bậc giác ngộ vô thượng, nhưng ông buồn vì ông tuổi đã quá cao, sẽ qua đời mà không được vị Phật tương lai trực tiếp giáo huấn, giác ngộ.

Khi Thái tử lên bảy tuổi, những thầy giáo giỏi nhất đương thời được mời đến hoàng cung dạy cho Thái tử các môn học như: ngôn ngữ học, văn học, Công nghệ học, y học, Logic học, và Thần học. Sách kể rằng: chỉ trong khoảng thời gian từ 7 đến 12 tuổi, Thái tử đã học thông thạo các môn học và 4 sách Thánh Veda. Đến năm 13 tuổi, Thái tử học võ thuật, theo truyền thống dòng dõi đẳng cấp võ tướng (Ksatriyas, Sát đế lỵ). Nhờ có sức khỏe phi thường, Thái tử học môn võ gì cũng giỏi; về môn bắn cung, sách kể rằng, trong một cuộc hội thi, Thái tử đã bắn một mũi tên xuyên 7 lớp trống đồng, trong khi người giỏi nhất tại cuộc thi chỉ bắn xuyên được ba lớp trống đồng.

Năm 16 tuổi, Ngài kết hôn với công chúa Da Du Đà La và sinh được một con trai là La Hầu La. Theo thời gian, Ngài chứng kiến những cảnh tượng sanh, lão, bệnh, tử... các điều đau khổ và sự tàn sát lẫn nhau của loài người và loài vật, Ngài quyết chí cần phải tìm ra một phương pháp để giải quyết các việc khổ đau của thế gian. Năm 29 tuổi Ngài quyết chí xuất gia tìm kiếm con đường giải thoát. Suốt sáu năm tìm đạo và tu hành khổ hạnh mà không có kết quả, cuối cùng Ngài ngồi dưới gốc cây bồ đề của thành Già Da, tinh tấn nhập thiền định khai sáng chính mình. Sau 49 ngày nhập thiền định,

Ngài được đại giác ngộ chánh giác, bắt đầu giảng dạy. Một đời nói pháp bốn mươi chín năm, lúc viên tịch là tám mươi tuổi. Hầu như Ngài đi khắp cả xứ bắc Ấn Độ, dẫn dắt mọi người trong tất cả các giai cấp và tầng lớp trong xã hội. Với họ, ngài luôn bình đẳng không phân biệt, đả phá chủ nghĩa phân biệt giai cấp của xã hội đương thời, đề xướng chủ nghĩa chúng sanh bình đẳng.

B - PHẬT CHẴNG PHẢI LÀ THẦN

Đức Phật THÍCH CA MÂU NI là nhân vật trên lịch sử. Mười phương ba đời tất cả chư Phật đều từ nhân gian mà thành Phật, chứ không phải ở trên trời hay chỗ nào khác mà thành Chánh Đẳng Chánh Giác. Như thế có thể thấy địa vị của con người là tôn quý vô thượng. Do đó có thể nói rằng, con người có đầy đủ hoàn toàn nhân cách tức là Phật. Thành Phật hoàn toàn do nơi trí tuệ và sự nỗ lực của con người, mà không phải là nhờ vào bất cứ thần linh nào hoặc sự cảm ứng của lực bên ngoài. Chỉ cần chúng ta chịu phát nguyện, tinh tấn, cuối cùng đều có thể thành Phật. Cho nên nói rằng, Phật giáo là nơi mọi người đều có thể dựa vào. Người người thành Phật rồi giáo hóa, không phải như thần tự xưng là: “Duy chỉ có ta là cao tột vô thượng, con người tuyệt đối không thể đạt đến địa vị của ta”. Nói pháp như thế là phủ định quan niệm bình đẳng “Người người đều có thể thành Phật”. Ấn Độ trong thời đại của Đức Phật, sự phân biệt đối xử giữa các giai cấp trong xã hội (Bà La Môn, quý tộc, bình dân, nô lệ) rất khắc nghiệt. Ngài mạnh mẽ chủ trương đối lập phế trừ giai cấp, đề xướng chúng sanh bình đẳng, đó cũng chính là tinh thần của Phật giáo.

C - PHẬT HỌC

Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, với tâm đại bi thiết tha, một đời Ngài cố gắng thuyết pháp độ sinh. Cái học của Phật giảng thời ấy chỉ dùng lời nói, không có viết thành văn chương. Sau khi Phật diệt độ, chúng đệ tử sợ rằng trải qua thời gian lâu, học lý của Đức Phật dạy sẽ từ từ bị mai một mất. Cho nên chúng đệ tử, do Đại Ca Diếp lãnh đạo, nhóm họp 500 người tại một nơi tên gọi là “Diệp Thọ Nghiêm”, khai ra hội nghị kết tập. Trong hội do một người đệ tử của Phật có sức nhớ rất mạnh mẽ và số lần nghe pháp cũng rất nhiều, đó là ngài A Nan. Ngài A Nan đọc lại chân lý thật tướng của nhân sinh và vũ trụ mà Đức Phật đã giảng, đó gọi là “Kinh tạng”. Những quy định, quy củ hành trì cho chúng đệ tử mà Phật đặc biệt lập ra, gọi là “Luật tạng”. Ngoài ra, ngài Phú Lâu Na dùng phương thức vấn đáp với Phật để giải thích và phát huy chân lý của Phật, gọi là “Luận tạng”. Kinh, Luật và Luận này hợp lại chung gọi là “Tam tạng”. Nhưng nhiều người học thời đó hãy còn có giới hạn, chưa từng tham gia, bên ngoài hội do Bà Sư Bà lãnh tụ riêng kết tập năm tạng: Kinh, Luật, Luận, Tập và Chú cัม. Ngoài ra, còn có các vị Bồ tát như: Văn Thù, Di Lặc... và A Nan tôn giả kết tập Thánh điển “đại thừa tam tạng”. Tổng quát những sự kết tập ở trên gọi là “Đại tạng kinh”. Phật giáo với sự viên mãn của giáo lý, sự tinh mật của luận bàn, trên thế giới bất luận kinh điển của một tôn giáo khác cũng không thể so sánh được.

D - MỤC ĐÍCH HỌC PHẬT

Tam tạng kinh điển, không luận là nói về lý hay về hành, hoặc nói như thế nào đi nữa, mục đích là khiến chúng sanh chuyển mê khai ngộ, lìa khổ được vui, khiến chúng sanh đồng thành Phật đạo. Mà chúng ta nghiên cứu kinh điển giáo lý, tụng kinh niệm Phật, giữ năm giới mười thiện nghiệp, thực tiễn sáu pháp Ba La Mật, mục đích đó cũng là mong cầu chuyển mê khai ngộ, lìa khổ được vui, cứu cánh sau cùng cũng là mong cầu đồng thành Phật đạo.

E - GIÁO LÝ PHẬT HỌC

1. TAM PHÁP ÁN

Đức Phật từ vấn đề: sanh, lão, bệnh, tử ở đời người mà nói ra chân lý, chân lý hiện thực từ quan sát mà có. Chân lý này tức là: ***Chư hành vô thường, Chư pháp vô ngã, Niết bàn tịch tịnh***. Đó chính là Tam Pháp Án. Pháp án tức là: “ấn chứng chân lý” cũng tức là “tiêu chí của Phật pháp”

- ❖ **CHƯ HÀNH VÔ THƯỜNG**. “Hành” là chỉ cho hiện tượng sanh diệt biến hóa. Chư hành vô thường là nói tất cả pháp thế gian sanh, trụ, dị, diệt giây phút không ngừng. Việc mà quá khứ có, hiện tại xuất hiện rồi tương lai biến mất. Tất cả các việc này đều thuộc vô thường. Điều này ở trong sinh hoạt thường ngày, chúng ta đều có thể kinh nghiệm thấy được, cho nên không cần phải chứng minh mà tự

rõ, Phật pháp tức là từ sự thật “tự rõ” này mà xuất phát ra.

Do nơi vô thường, con người sẽ sanh, lão, bệnh, tử hoặc dẫn đến sự biến đổi mà trở nên tốt hay xấu. Ví dụ như người nghèo trở nên giàu, người yếu trở nên mạnh, người ngu trở nên người hiền, người mê đạt được niềm vui tịnh ngộ, đây đều là vô thường của thế gian. Nhưng vô thường trong Phật pháp là biến diệt, mà không phải là đoạn diệt. Sự biến diệt này là trước diệt sau sinh, nối nhau không dứt. Đó tức là chân lý trong nhân sinh và trong vũ trụ của tất cả các hiện tượng.

- ❖ **CHU PHÁP VÔ NGÃ**, là nói tất cả sự vật đều không tồn tại vĩnh cửu bất biến. Sự vật ở thế gian có hiện tượng tồn tại là do nhân duyên hòa hợp mà có, rồi đến lúc nhân duyên ly tán, thì lại tiêu mất không sót lại, cũng không thể thường trụ bất hoại.

NGÃ là cái thể hòa hợp của: phong, thủy, thổ, hỏa. Năm uẩn là: sắc, thọ, tưởng, hành và thức. Đại khái, Ngã chẳng ra ngoài tinh thần và nhục thể. Mà ngã con người chấp trước là lấy cái giả của tinh thần và nhục thể này làm Ngã. Nhưng chín chắn mà phân tích, ở trong giả tướng này, rốt cuộc thì tinh thần là Ngã hay nhục thể là Ngã?

Ngã chân chánh là chân như Phật tánh của chúng ta. Nhưng chân như Phật tánh này bị vọng tưởng chấp trước ngăn che, rồi chấp trước cái tướng giả hợp của năm uẩn này làm Ngã. Mà tướng giả hợp

của năm uẩn này, không thể thường trụ thường hằng, cho nên đối với bốn đại, năm uẩn mà cầu Ngã ở trong đó, rốt cuộc chẳng thể có được.

“Chư hành vô thường” mọi người đều rất dễ tiếp nhận. Nhưng “chư pháp vô ngã” thì người đời rất khó chấp nhận, mà là học thuyết rất đặc trưng của Phật pháp.

- ❖ **NIẾT BÀN TỊCH TỊNH**, “Niết bàn” là trạng thái không còn phiền não. Niết bàn tịch tịnh, tức là đạt đến cảnh tượng không khổ, an lạc và tự tại.

Chúng sanh vì do ngã chấp, khởi hoặc tạo nghiệp mà thọ báo, cho nên ngã chấp là cái gốc của sinh tử luân hồi. Nếu không có ngã chấp thì hoặc nghiệp không khởi, ngay sau đó có thể hiểu chân chánh thật tướng các pháp, tức là Niết bàn tịch tịnh.

“Chư hành vô thường”, “chư pháp vô ngã”, hai pháp ấn đó là tất cả các pháp hữu vi của thế gian đều là pháp sinh diệt. Pháp ấn “Niết bàn tịch tịnh” là pháp vô vi của xuất thế gian, đó là pháp bất sinh bất diệt.

2. MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN

Ba ấn tổng hợp lại là thuyết nhân duyên. Nhân duyên nghĩa là do duyên mà khởi. Duyên là tổ hợp của các điều kiện phù hợp. Khởi là chỉ cho năng lực phát sinh. Vì thế, duyên khởi là tập hợp các điều kiện mà sản sinh ra các sự vật hiện tượng. Hiện tượng là vô thường, sinh diệt thay đổi, nhưng sự biến đổi của chúng là sự

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

biến đổi ở một điều kiện nhất định, pháp biến hóa này tức là duyên khởi.

Trung tâm của Phật pháp là nhân duyên, đây là điểm không đồng giữa Phật pháp và các tôn giáo khác, mà đó là cái đặc sắc riêng của Phật pháp.

Mười hai duyên là: vô minh, hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, hữu, sanh, lão tử (mười hai chi phần). Mỗi chi phần đều có sự quan hệ lẫn nhau mà tạo thành vòng, tức là “*vô minh*” duyên với “*hành*”... “*sanh*” duyên với “*lão tử*”, đây là “lưu chuyển duyên khởi”, đau khổ tạo thành phiền não mà sản sinh ra. Khi “*vô minh*” diệt, thì “*hành*” diệt... cho đến “*sanh*” diệt thì “*lão tử*” diệt, nghĩa là “hoàn diệt duyên khởi”, diệt hết phiền não, là cảnh giải thoát.

Mười hai nhân duyên là giáo lý mà người học Phật phải nên xem trọng, từ đó mới có thể hiểu được sự lưu chuyển ba đời của vạn vật, là sự chuyển hóa trong lưới nghiệp lực.

Dựa vào nguyên lý của 12 nhân duyên, có thể giải thích các hiện tượng luân hồi của ba đời. Nói một cách tổng quát, từ nơi Hoặc (phiền não) sẽ tạo ra Nghiệp, do nơi tạo Nghiệp nhất định thọ báo mà sinh Khổ, nhân nơi Khổ mà sinh ra phiền não mới. Như vậy ba thứ này xoay vần xen nhau làm nhân duyên, mãi luân hồi không dừng dứt. Nói cách khác, do nơi Vô minh, Ái, Thủ duyên với các thứ phiền não, nên có cái nhân mà tạo thành Thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, lão tử v.v... các khổ báo.

Mười hai nhân duyên là đạo lý dùng để giải thích vì sao con người ở trong biển khổ sinh tử xoay vần luân hồi. Mười hai nhân duyên bắt đầu từ “vô minh” cho đến “lão tử”, nhưng nó chẳng phải là một đường thẳng mà là một hình vòng tròn mắc xích với nhau. Mạng sống tức là như thế này, đầu mà cuối, cuối mà lại đầu, lưu chuyển luân hồi không dừng, giống như gà đẻ ra trứng, trứng nở ra gà,...

Sự suy lão, tử vong của chúng ta, do chúng ta có sinh mới có tử. Mà chúng ta sở dĩ đầu thai đến nhân gian, đây là chúng ta bị vô minh che không rõ thị phi, vọng loạn làm ác. Do đó chúng ta đời này cần nỗ lực làm thiện, đoạn tuyệt tất cả nhân ác, học Phật tu hành, thường xuyên trì niệm “Nam Mô A Di Đà Phật”, về sau khỏi phải thọ lấy luân hồi khổ báo.

Mười hai nhân duyên cho chúng ta biết nguyên nhân của sinh tử, đánh thức chúng ta cần phải tiến một bước nghiên cứu như thế nào để liễu thoát khỏi sự uy hiếp của sinh tử. Chẳng vậy thì sống say chết mộng, khổ nạn vĩnh viễn, không có ngày ngừng nghỉ.

3. BỐN THÁNH ĐẾ

Thuyết mười hai nhân duyên là pháp môn “tự nội chứng”, tức là “tự hành pháp môn”. Căn cứ thuyết Đức Phật quán sát sở đắc từ thiên định tư duy lúc thành Phật đạo dưới cội Bồ Đề. Đức Phật ở tại vườn Lộc Uyển đã thuyết pháp cho năm anh em Kiều Trần Như, đây là lúc Đức Phật bắt đầu độ chúng sanh.

Bốn thánh đế là cơ sở của Phật giáo, cũng là tư tưởng trung tâm của Phật pháp.

Bốn thánh đế gồm: Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Đế nghĩa là “chân thật bất hư”, là chân lý. Đế này là chỗ hiểu biết của bậc thánh, cho nên gọi là “thánh đế”.

“Khổ đế” là chỉ cho hiện tượng của sinh mạng, đều là quả khổ. “Tập đế” là nói rõ nguyên nhân tạo thành quả khổ. “Diệt đế” là nói rõ trạng thái lý tưởng diệt hết tất cả phiền não mà vào Niết bàn. “Đạo đế” là nói rõ phương pháp dẫn dắt diệt hết tất cả phiền não đau khổ.

Bốn thánh đế bao gồm hết nhân quả của thế gian và xuất thế gian: Tập là nhân và khổ là quả, đó là nhân quả của cõi mê. Đạo là nhân và diệt là quả, đó là nhân quả của cảnh ngộ. Khi Đức Phật nói pháp, trước tiên ngài nói “khổ” sau đó nói “tập” là muốn khiến cho chúng sanh trước tiên phải nhàm chán ở sự bức bách của các khổ và các nguyên do của các khổ, khiến chúng sanh biết khổ mà đoạn tập. Tiếp theo, Đức Phật nói “diệt” trước rồi sau mới nói “đạo” là muốn chúng sanh trước mừng ở nơi diệt và sự an lạc thanh tịnh, từ đó phát ra sự tu tập của đạo, khiến chúng sanh tu đạo mà chứng diệt. Cho nên nói: ***khổ phải biết, tập phải đoạn, diệt cần chứng, đạo phải tu*** là vậy.

3.1 KHỔ ĐẾ:

Khổ, là chỉ sự bức bách. Vô số ác nghiệp của chúng sanh tạo ra từ vô thủy đến nay sẽ chiêu cảm đến vô lượng các khổ khác nhau. Thực trạng tất cả sinh mạng ở trong

cõi mê này đều chẳng có điều gì mà không nhiễm ô và khổ não. Tuy trong đời người cũng có những lạc thú, nhưng cảnh vui này rốt cục sẽ ở nơi vô thường thay đổi dẫn đến tạo ra nỗi khổ niềm đau. Không có ai có thể tránh được, liên hệ đối với các loại và hiện tượng của khổ sẽ nói ở sau.

Bản thân của đời người là khổ, là thuyết cơ bản của Phật giáo, gọi là “khổ đế”. Liên quan đến chủng loại của khổ rất nhiều, trong sinh hoạt hằng ngày chúng ta thường gặp đến, không thể nào kể xiết, nhân đó đưa ra “tất cả hành khổ” trong một pháp ấn “chư hành vô thường” của ba pháp ấn. Như từ kinh văn của “kinh chuyển pháp luân” có thể chia khổ làm 8 loại: sinh khổ, lão khổ, bệnh khổ, tử khổ, ái biệt ly khổ, oán tăng hội khổ, cầu bất đắc khổ, ngũ ấm xí thành khổ.

Sanh Khổ, tức chỉ cho nỗi khổ trong cái sanh. Loài người khi ở trong thai đã có tình thức. Do có tình thức nên có sự cử động cảm xúc. Khi mẹ ăn thức lạnh vào, thai nhi cảm thấy như ở trong giá băng; lúc ăn thức nóng vào, thai nhi cảm thấy như bị nung đốt. Thai nhi sống trong chỗ chật hẹp tối tăm như nhóp, vừa lọt lòng đã kêu khóc oa oa. Rồi từ đó khi lạnh, nóng, đói, khát, muỗi kiến cắn đốt, chỉ biết kêu khóc mà thôi. Nếu như Sanh không khổ thì khi lọt lòng trẻ đã chẳng kêu khóc. Ngoài ra, sanh khổ còn mang ý nghĩa là: sống trong cuộc đời này là khổ. Huệ nhãn của Phật thấy rõ những chi tiết ấy, nên Ngài xác nhận là khổ.

Lão Khổ, tức sự khổ trong lúc tuổi già. Con người khi già rồi, các căn đều suy yếu: mắt mờ, tai lãng, lưng

mỏi, chân run, ăn thấy kém ngon, ngủ không thẳng giấc, trí nhớ chẳng còn minh mẫn, làn da khô nhăn, răng lần lần đau nhức chuyển rụng. Dù cho bậc thanh niên tuấn nhã, hay trang thiếu nữ tiên dung, khi đến tuổi này cũng thế. Lắm kẻ tuổi già lơ lẩn, khi ăn mặc, lúc đại tiểu đều nhộp nhơ, con cháu dù thân, cũng sanh nhàm chán. Kiếp người dường như kiếp hoa, luật vô thường chuyển biến khi đã đem đến cho hương sắc, nó cũng đem đến cho vẻ phai tàn. Xét ra cái già thật không chi vui, thân người thật không chi đáng luyến! Vì thế đức Phật mới bảo: già là khổ!

Bệnh Khổ, tức sự khổ trong cơn đau yếu bệnh tật. Có thân là có bệnh, từ những thứ bệnh nhẹ thuộc ngoại cảm, đến các chứng bệnh nặng của nội thương. Có người vướng phải những bệnh nan y như: lao, cùi, ung thư, bại liệt. Trong cảnh ấy, tự thân đã đau đớn, lại tốn kém hoặc không có tiền thuốc thang, chính mình bị khổ lụy, lại gây thêm khổ lụy cho người quyến thuộc. Đó là trên khổ mà gia thêm khổ! Nỗi khổ về bệnh là sự hiển nhiên, chúng ta rất dễ nhận thức.

Tử Khổ, tức sự khổ trong lúc chết. Mọi người đều muốn sanh thuận tử an, nhưng việc ấy rất khó được, mà khi chết phần nhiều sắc thân lại bị bệnh khổ hành hạ đau đớn. Thân đã như thế, tâm thì hãi hùng lo sợ, tham tiếc tài sản sự nghiệp, buồn rầu phải lìa bỏ thân nhân, muôn mối dập dồn, quả thật là khổ. Đề cập đến chữ Chết mấy ai đã muốn nghe, nói chi là ưa thích.

Ái Biệt Ly Khổ, tức sự khổ khi xa lìa người thân yêu. Điều này trong hoàn cảnh chiến tranh, ta càng thấy

rõ. Biết bao gia đình chịu cảnh kẻ Bắc người Nam. Biết bao thanh niên phải dấn thân nơi trận mạc, người ở nhớ thương, kẻ đi sâu thăm. Đó chỉ là cái khổ sanh ly. Lại biết bao kẻ tuổi hầy còn xuân, tử thần cướp đi người yêu quý, phải chịu cảnh góa bụa bơ vơ. Rồi lại những kẻ cha mẹ, anh em, con cái bị đạn bom tử nạn. Còn biết bao trẻ em quyền thuộc đều chết, thiếu tình thân mật, sống vất vưởng nơi làng cô nhi! Đây là nỗi khổ về tử biệt. Cho nên trong thời buổi này, biển nhớ sông thương đã sâu dài, mà núi hận trời sầu cũng cao rộng! Cảnh sanh ly tử biệt với người thân yêu, quả thật là khổ!

Oán Tắng Hội Khổ, tức sự khổ về oan gia hội ngộ. Bị những kẻ đối nghịch thù oán ở gần bên gièm pha nói xấu, phá phách mưu hại, làm cho ta phải bức tức khó nhẫn, lo sợ không yên, là một điều khổ. Lại còn nhiều gia đình, cha mẹ anh em hoặc vợ chồng không đồng ý kiến, thường có sự tranh cãi giận ghét buồn phiền lẫn nhau. Đó khác nào sự gặp gỡ trong oan gia, đâu có chi là hạnh phúc!

Cầu Bất Đắc Khổ, tức sự khổ về mong cầu không toại ý. Trong đời sống, con người có rất nhiều ước vọng mong cầu. Đại khái như nghèo muốn cho giàu, xấu muốn cho đẹp, không con muốn cho có con, có con muốn cho nó nên người thông minh hiếu thuận. Ngàn muôn ước vọng như thế, cầu mong mà không toại ý, đó là nỗi khổ.

Ngũ Ấm Thạnh Khổ, tức sự khổ về năm ấm hừng thịnh. Năm ấm là: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Sắc ấm thuộc về thân, bốn ấm kia thuộc về tâm. Nói một cách

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

đơn giản: Đây tức là sự khổ về thân và tâm. Điều thứ tám này bao quát bảy thứ khổ trước: thân thì sanh, già, bệnh, chết, đói, khát, nóng, lạnh, vất vả nhọc nhằn; tâm thì buồn, giận, lo, thương, trăm điều phiền lụy.

Có kẻ, nếu nói Sanh là khổ; họ bảo: khi sanh ra tôi không biết chi, nên chẳng thấy khổ! Nếu nói Già là khổ; họ bảo: hiện tại tôi chưa già! Nếu nói Bệnh là khổ; họ bảo: từ trước tới giờ tôi thường khỏe mạnh, rất ít đau yếu, nếu có bệnh cũng chỉ xoàng thôi, không thấy chi là khổ! Nếu nói Chết là khổ; họ bảo: cái chết chưa đến, biết đâu đó như là một giấc ngủ yên? Nếu nói chia lìa là khổ; họ bảo: gia quyến tôi vẫn đoàn tụ vui vẻ, không có sự biệt ly! Nếu nói Oán gặp gỡ là khổ; họ bảo: tôi đâu có làm gì để ai oán ghét mưu hại? Nếu nói Cầu không được là khổ; họ bảo: cuộc sống của tôi đầy đủ như ý, không cầu mong cầu chi khác. - Thế thì kẻ ấy không có khổ ư? - Họ có khổ, tức là là sự khổ về năm ấm, hay thân tâm đều sung thịnh. Thân tâm cường kiện sung thịnh sao lại khổ? Chúng ta thử xem trên xã hội này, những án mạng như: bắn giết, cướp bóc, hiếp dâm, đánh chém nhau. Các án mạng ấy, một phần do hạng người nhàn rỗi, thân tâm quá sung mãn đầy đủ, họ bị những kích thích về tâm lý, sinh lý, ngồi đứng không yên, vô sự sanh sự, gây nên những việc hung tàn. Như hiện nay từ Châu Âu, Châu Mỹ... đến Việt Nam, rất nhiều kẻ sống theo trào lưu cuồng loạn, say đắm theo rượu mạnh, nhảy nhót, nghiện ma túy, dâm dật, buôn lậu, ưa vũ thoát y hoặc nhạc kích động, ăn chơi đủ cách, cho đến thích nguy hiểm, bạo hành. Thân và Tâm của họ không yên, như ngọn lửa bùng cháy gây nên nhiều lỗi lầm tội ác, để rồi phải chịu khổ. Đó chính là cái khổ “Năm ấm hùng thịnh”.

Ngoài 8 thứ khổ nói trên còn có riêng 3 khổ: khổ khổ, hoại khổ và hành khổ.

- **Khổ khổ**: Thân thể này của chúng ta là thân nghiệp báo, xưa nay trải qua rất khổ rồi, lại thêm sự kích động từ bên ngoài đến, như: đói, khát, lạnh, nóng, đánh, hại... càng tăng thêm nỗi đau khổ, tức là trên khổ lại thêm khổ, đây là chuyên chỉ cho sự đau khổ trên nhục thể.

- **Hoại khổ**: Chỉ cho lúc hiện tượng vui vẻ phát sinh biến đổi, tạo thành đau khổ. Nhân đó mà gọi là khổ biến đổi (biến dịch khổ), đây là thứ đau khổ cảm thọ trên tinh thần.

- **Hành khổ**: Tức là tất cả hành khổ, chữ “Hành” là chỉ cho tất cả hiện tượng không thể tránh khỏi, dời đổi, biến hóa, mà tất cả các hiện tượng lưu chuyển đều là khổ. Thứ khổ này cùng với “ngũ ấm xí thành khổ” (của 8 khổ) là ý nghĩa giống nhau.

Ở trên đã nêu ra các hiện tượng khổ, chỉ là đối với hạng phàm phu đang còn mê hoặc chưa giác ngộ. Đối với bậc thánh giả đã giải thoát mà nói, là không cảm thọ khổ đó. Song phàm phu chúng sanh phải chịu các thứ khổ, nhưng chỉ cần có thể kịp thời tỉnh giác, tiến tới tu hành, do ở nơi khả năng chân chánh thấy được khổ, KHỔ ĐỂ, lại có thể quán sát ra nguyên nhân của khổ, TẬP ĐỂ, tiến tới muốn đem khổ tiêu diệt, DIỆT ĐỂ, dẫn đến tìm được phương pháp tiêu diệt khổ, ĐẠO ĐỂ. Như vậy cũng có thể khổ giảm thiểu tác dụng cho đến không còn.

3.2 TẬP ĐẾ:

Tập đế là chỉ cho sự chiêu tập. Phiền não và khổ đau mà chúng sanh thọ lãnh, là từ hoặc nghiệp tham, sân, si của ngã tướng từ nơi nghiệp thọ báo chiêu gom lại. Chiêu tập cái nhân tất cả pháp khổ, cũng chính là căn nguyên của biển khổ sinh tử ba cõi. Tập đế lấy nghiệp làm nhân, lấy phiền não làm duyên. Nghiệp có ba nghiệp: thân, khẩu, ý. Phiền não có: tham, sân, si lại khiến cho thân, khẩu, ý làm việc bất thiện. Cho nên có cái khổ luân hồi ba cõi, tạo thành nguyên nhân sanh tử luân hồi không dứt và tất cả các thống khổ.

3.3 DIỆT ĐẾ:

Diệt đế là chỉ cho khổ được diệt (cắt hết nhân TẬP), đem cái “khát ái” sở hữu mà diệt đi toàn bộ. Khát ái là đại biểu cho tất cả phiền não, do đó diệt là diệt hết tất cả phiền não, không có nhiễm trước, vắng lặng ẩn mật, cũng tức là Niết bàn. Niết bàn chẳng phải là “diệt không”, mà là xả ly, diệt bỏ tất cả đau khổ, giải thoát khổ não sanh tử của ba cõi.

3.4 ĐẠO ĐẾ:

Đạo đế là chỉ chung cho Hành. Đạo đế là tu hành dẫn đến Niết bàn, có thể lìa luân hồi sinh tử mà vào trạng thái Niết bàn. Đạo này lấy trung dung mà cầu giải thoát, cũng gọi là chánh đạo. Như thế ở trên cuộc sống tu hành cần làm thế nào mới phù hợp với trung đạo? Chúng ta cần phải nương theo “bát chánh đạo” mà tu trì.

4. TÁM CHÁNH ĐẠO

Không tà gọi là chánh, thông đạt không trở ngại gọi là đạo. Chánh đạo ấy có thể giúp chúng sanh dứt được khổ và tập, đạt đến cảnh giới của thánh hiền là Niết Bàn Tịnh Tĩnh.

Trong tám chánh đạo, “chánh kiến” là đầu tiên, nó giúp phá trừ được cái biết cái thấy của thế tục một cách lầm vọng sai lệch, từ đó mà ngộ nhập chánh đạo. Ngoài chánh kiến ra, bảy chánh đạo kia là: chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định.

4.1. Chánh kiến (thấy chân chánh): là thấy hiểu chính xác, phá trừ vô minh. Đối với đạo lý duyên khởi và bốn thánh đế cũng như thế giới quan và nhân sinh quan của Phật pháp, chẳng phải là chỗ mê lầm (hoặc) thấy biết của thế tục.

4.2. Chánh tư duy (suy nghĩ chân chánh): Một khi suy nghĩ được phát ra, phần nhiều do vọng tưởng mà khởi. Nếu người tu hành đã thấy bốn thánh đế, dùng chánh kiến tương ứng, phá trừ tưởng pháp tà ác, mà khiến cho trí tuệ tăng trưởng, đoạn trừ mê hoặc, xa lìa tất cả niệm ác.

4.3. Chánh ngữ (nói lời chân chánh): lấy lời nói chân chánh mà tu khẩu nghiệp, lìa các lời nói láo, nói ác, nói luồn lách, nói hai chiều. Chỉ nói lời khả ái (ái ngữ) thì khẩu nghiệp tự tịnh.

4.4. Chánh nghiệp (nghiệp chân chánh): Khi ta khởi tâm động niệm thì tạo nghiệp. Tu thân, phải không sát sinh, trộm cắp, tà dâm, không làm các việc hại chúng sanh dù trực tiếp hay là gián tiếp.

4.5. Chánh mạng (cuộc sống chân chánh): Mạng là nghề nghiệp để mưu sinh cho cuộc sống. Chánh mạng là mưu sinh bằng những việc làm chân chánh (thanh tịnh và chính đáng).

4.6. Chánh tinh tấn (siêng năng chân chánh): Chúng ta phải chân chánh nỗ lực tiến tới, đưa ba nghiệp được thanh tịnh. Không từ việc nơi thân miệng khổ nhọc mà khổ hạnh, hoặc mê tín của thế tục và pháp của ngoại đạo.

4.7. Chánh niệm (niệm chân chánh): Niệm từ tâm mình khởi, tâm chẳng lìa đạo, xa lìa tà niệm, chỉ niệm chân như thật tướng, vả lại từng lúc từng lúc không quên lời giảng của Đức Phật: vô thường, khổ, vô ngã... Không luận làm việc gì, ta đều cùng với chánh pháp tương ưng, tâm không có động mất.

4.8. Chánh định (định một cách chân chánh): Chánh định là xa lìa bất định và tà định, lấy chánh niệm vô thượng giữ gìn tâm, an việc thiền định ở trong trí vô phân biệt mà được.

Đạo diệt khổ gọi là “bát chánh đạo”. Tu bát chánh đạo (tám chánh đạo), làm nhân cho “Diệt đế”, đó gọi là kim chỉ nam của người tu tập đạo pháp, khiến tâm tham

ái và chấp trước không xả đó sẽ bị diệt yếu đi và diệt hết, để lợi ích cho việc tu hành.

5. BA QUY Y

Phật, Pháp, Tăng là tam bảo (ba ngôi báu) trong cửa Phật. Quy y tam bảo tức là quy y Phật, quy y Pháp và quy y Tăng. **Quy** là quay về, còn **Y** là nương tựa, nương nhờ.

Phật, là nói tắt của chữ “Phật đà” của Ấn Độ, Trung Quốc dịch thành là Giác, tức là người chứng ngộ chân lý. Hàm chứa ý tự mình giác ngộ và lợi ích cho người khác, cả hai việc ấy viên mãn đầy đủ.

Pháp, Ấn Độ gọi là “Đạt ma”, nói theo nghĩa hẹp, tức là chân lý, nói theo nghĩa rộng là tất cả sự vật hiện tượng tồn tại. Tổng quát là Đức Phật nói giáo pháp chân nghĩa của toàn thể vũ trụ nhân sinh.

Tăng, là tiếng nói tắt chữ “Tăng già” của Ấn Độ, là đoàn thể truyền bá chánh pháp có hành vi đạo đức đầy đủ.

Nương Phật làm thầy, vì Phật dạy rõ cho chúng ta chân lý tuyệt đối chính xác không lầm, từ đó dẫn dắt chúng ta được giác ngộ, giải thoát khỏi sự mê lầm mà viên thành Phật đạo. Cho nên quy y Phật, có thể khiến chúng ta **giác mà không mê**, nên người học Phật lấy Phật làm bốn sự quy y, mà bỏ ngoại đạo.

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

Nương Pháp làm thuốc, nhân vì Pháp (chân lý) có công dụng và hiệu quả bỏ trừ được phiền não, khiến chúng ta ***Chánh mà chẳng Tà***, đều gọi là chúng sanh chuyển mê khai ngộ, lìa khổ được vui, không nương nơi tà pháp của ngoại đạo.

Nương Tăng làm bạn, vì họ có thể đem chánh pháp truyền bá mà truyền trao cho chúng ta, khiến chúng ta lìa khổ được vui, nên người học Phật quy y Tăng, có thể khiến cho chúng ta ***tịnh mà không nhiễm***. Đây chính là từ chánh tín mà vào chánh giác, không nương nơi đồ chúng ngoại đạo.

Bao quát mà nói, Phật, Pháp, Tăng giúp cho chúng sanh xa lìa biển khổ sinh tử, được Niết bàn (giải thoát), cho nên nói là chỗ của chúng sanh rốt cuộc phải quy y.

Người ban đầu học Phật, tín tâm chưa kiên cố, nên cần phải quy y tam bảo và nhờ sự giúp đỡ của các quý thầy và các bậc thiện tri thức để tu hành. Nhưng về sau, người ấy cần phải nương nơi sức chính mình mới có thể thành Phật đạo. Đây là điểm không đồng nhất giữa Phật giáo và các tôn giáo khác. Cho nên nghĩ sâu xa sau cùng của quy y tam bảo tức là quay về chính mình, tự tâm vốn có Phật, tự mình có thể thành Phật, tức là đầy đủ chánh pháp (chân lý), tự mình nương nơi pháp tu học, tự thân và Tăng già là “nhất thể”. Nhìn từ bên ngoài, quy y là sự dẫn dắt tha lực “tín nguyện”. Nhưng nhìn sâu, đây chỉ là “tăng thượng duyên” (điều kiện giúp đỡ tiến bộ). Trên thực tế, dốc sức chính mình, thực hiện lý tưởng, đây mới là ý nghĩa chân thật của vấn đề quy y tam bảo.

Mục đích của học Phật, tuy là ở chỗ siêu phàm nhập thánh như nhau, nhưng phương pháp nghiên cứu và tu hành không đồng mà phân thành rất nhiều phương pháp khác nhau. Tịnh độ tông (pháp môn trì danh niệm Phật) là một trong các phương pháp đó.

Tam quy y tổng kết mà nói: quy y Phật tức là “giác ngộ mà không mê”, quy y Pháp tức là “chánh mà không tà”, quy y Tăng tức là “tịnh mà không nhiễm”.

6. BỒ ĐỀ TÂM, BỒ TÁT

Hai chữ “Bồ đề” là tiếng Phạn của Ấn Độ, dịch là Giác, ý là “chánh giác”, giác chính mình, giác người khác và giác ngộ viên mãn. Giác ngộ Phật đạo cũng có nghĩa là thành Phật. Bồ đề tâm tức là tâm giác ngộ, tức là tâm học tập Phật pháp, là thường ở trên hiện tượng mà rõ ràng và thông đạt, cũng tức là tâm thành Phật.

Phát tâm Bồ đề tức là phát tâm thành Phật. Vì sao ta cần phải thành Phật? Là vì lợi ích tất cả chúng sanh, “trên cầu Phật đạo, dưới hóa độ chúng sanh”, rộng tu tất cả thiện hạnh, thấu hiểu triệt để pháp tánh bình đẳng, quyết không kiến chấp ta và chúng sanh có gì sai biệt, như thế mới cùng tâm bồ đề tương ứng.

Bồ Tát, tiếng Phạn là Bồ Đề Tát Đỏa, là chúng sanh hữu tình có giác ngộ. Giác ngộ về nỗi khổ của tất cả chúng sanh, cảm thông với nỗi khổ của chúng sanh, và phát nguyện cứu thoát chúng sanh ra khỏi những nỗi khổ đó. Vì thế, khi thấy ai hay thương người, hay bố thí, và cứu giúp người trong cơn khổ nạn, thì chúng ta thường

nói người ấy có tâm Bồ tát. Trong hàng Bồ tát, có người là phàm phu, có người là bậc Thánh. Bồ Tát chia thành 52 thứ bậc: Thập tín, thập trụ, thập hạnh, thập hồi hướng, thập địa, đẳng giác, diệu giác. Bốn mươi thứ bậc trước khi đạt thập địa đều là phàm phu. Mười hai thứ bậc từ sơ địa trở lên mới là hàng Thánh. Trong kinh Phật, thông thường khi nói đến Bồ Tát mà không ghi rõ gì thêm thì đó là Thánh Bồ Tát. Bồ tát đạt tới vị Diệu giác tức là thành Phật rồi. Còn ở ngôi vị Đẳng giác là vị Đại Bồ Tát sắp thành Phật. Các vị Bồ tát mà chúng ta rất quen thuộc như: Quan Thế Âm, Đại Thế Chí, Văn Thù, Phổ Hiền, Địa Tạng v.v... đều là những vị Đẳng giác Bồ tát. Chúng sanh trước khi thành Phật tất yếu phải trải qua một quá trình làm Bồ tát. Muốn làm Bồ tát trước hết phải có tâm nguyện lớn, chủ yếu là bốn lời nguyện: *“Chúng sanh vô biên thể nguyện độ, phiền não vô tận thể nguyện đoạn, Pháp môn vô lượng thể nguyện học, Phật đạo vô thượng thể nguyện thành”*. Chư Phật và Bồ tát đều có tâm vô ngã và đại bi, nên khi các Ngài hóa thân để độ chúng sanh, nguyên tắc chung, các Ngài không bao giờ để lộ thân phận của mình, khi các Ngài đi (viên tịch) thì tùy duyên mà các Ngài có thể tiết lộ thân phận của mình. Vì vậy, những ai tự xưng mình là Phật, Minh sư, vô thượng sư, Bồ tát... thì đều là giả để lừa gạt chúng sanh.

Hóa độ chúng sanh, ta trước phải độ chính mình, việc mình không muốn thì đừng làm cho chúng sanh (bất luận là thân, miệng, ý đều chẳng thể được). Trong tâm thường giữ lòng từ ái và sự bao dung, khiêm tốn hiền hòa, nghĩ đến chúng sanh. Khi trí huệ ta đã có, lời nói

của ta sẽ có ích cho chúng sanh, nói chúng sanh tâm phục khẩu phục, chúng sanh tự nhiên sẽ tự động gần gũi ta, chẳng cần ta nhọc sức quảng cáo tuyên truyền. Khi ta chưa có trí tuệ, lời nói không viên dung, làm sao có thể khơi sự hứng thú cho chúng sanh? Dẫn pháp mà không khế cơ, khế lý, nói rách miệng cũng không tác dụng.

Khấp độ chúng sanh có hai việc: Thứ nhất, cứu huệ mạng cho người, trừ si mê cho người, khiến cho họ được minh giác, giải thoát luân hồi sinh tử, an trụ cảnh tịnh cực lạc, vĩnh hằng thọ dụng. Thứ hai, cứu thân mạng cho người. Nghĩa là, chúng ta làm những việc giúp đỡ cho những người có hoàn cảnh khó khăn trong cuộc sống (bằng tiền bạc vật chất, hoặc hay công sức phục vụ).

Độ chúng sanh là việc rất khó! Bởi vì Phật pháp không thuận theo thế tục (không theo cái tâm tục của người đời). Không có trí tuệ mà khuyên người tin Phật chẳng phải dễ. Trước mắt chỉ có thể chính mình, chờ có một ngày trí tuệ phát ra mới độ được chúng sanh, trước mắt chỉ có thể nói lời ái ngữ, lượng sức tùy duyên mà làm việc thiện, giữ gìn thiện tâm.

Đại Trí Độ Luận chép rằng: *“Bồ tát chưa chứng được vô sanh pháp nhẫn, chẳng thể độ chúng sanh. Ví như phá bỏ thuyền mà cứu người chết đuối, mình và người đều bị chìm”*. Bồ Tát qua sông tự thân khó bảo tồn! Làm sao độ được người?

7. LUẬT NHÂN QUẢ (Nhân duyên quả báo)

Phật pháp giảng: vô thường, khổ, không, vô ngã, là tất cả muôn việc muôn vật trên thế gian đều là do nhân duyên hòa hợp thì sanh, nhân duyên ly tán thì diệt, tất cả tùy duyên mà không nên cưỡng cầu.

Duyên khởi, tức là nói rõ tất cả các pháp đều là nơi nhân duyên mà sinh khởi. Nói đơn giản, tức là sự sinh khởi tất cả sự vật và hiện tượng trên thế giới, đều là tương đối, quan hệ và điều kiện nhất định của nó xen nhau tồn tại. Nếu như không có quan hệ và điều kiện này, bất kỳ sự vật và hiện tượng nào, đều không có pháp sinh khởi. Tại sao gọi là nhân duyên?

Nhân duyên cũng là điều kiện quan hệ. Trên kinh Phật đã từng nói: “Nếu đây có thì kia có, nếu đây sinh thì kia sinh, nếu đây không thì kia không, nếu đây diệt thì kia diệt”. Đây là định nghĩa về duyên khởi, thể hiện quan hệ “đồng thời” và “khác thời” nương nhau tồn tại của sự vật.

Thế nào là đạo lý “khác thời” xen nhau tồn tại? Thí dụ sự quan hệ của hạt giống và mầm. Khi hiện tại có nảy mầm, thì hạt giống của quá khứ không còn, đây tức là đạo lý của quan hệ “khác thời” xen nhau tồn tại của quan hệ sinh–sinh. Nhìn một phương diện khác, lúc hạt giống diệt cũng chính là lúc mầm sinh, đây là chứng minh hiện tượng sinh-diệt của mầm và hạt giống, lại là một loại quan hệ “đồng thời” xen nhau tồn tại.

Loại quan hệ đồng thời và khác thời xen nhau tồn tại này Phật giáo gọi là “quan hệ nhân quả”. Ví dụ như hạt giống là “nhân” và mầm là “quả”, vì trước có hạt giống nên sau mới có sự phát triển của mầm, đây là quan hệ nhân quả khác thời xen nhau tồn tại. Quan hệ nhân quả đan xen và rất phức tạp. Cho nên muôn sự vật hiện tượng, đứng trên thời gian mà nói, do ở sự quan hệ liên tục nhân quả khác thời vô số. Đứng trên không gian mà nói, quan hệ xen nhau tồn tại vô số, tổ chức thành một cái mạng lưới rất lộn xộn, phức tạp. Đây tức là nhân quả tương tục không dứt, tức là quy luật nhân quả.

Nhân quả, nói một cách đầy đủ là “nhân duyên quả báo”. **NHÂN** là nguyên nhân, **DUYÊN** là tổ hợp các điều kiện thích hợp. Sự vật do nhân duyên hòa hợp được sản sinh gọi là **QUẢ**, quả này đối với việc tạo nhân gọi là **BÁO**.

Nhân quả có tính chất thông qua “ba đời”. Ở đây có hai ý nghĩa: Thứ nhất, quả báo phát sinh có tính chất nhanh hay chậm. Nói nhanh, nghĩa là ngay đời này tạo nhân được liền quả báo (quả báo nhãn tiền). Nói chậm, có thể nhân tạo ra phải trải qua rất nhiều đời lâu xa về sau mới thọ báo. Thứ hai, sau khi phát sinh quả báo, thời gian thọ báo cũng có ngắn dài. Nói ngắn chỉ có mấy ngày, mấy tháng, mấy năm. Nói dài từ bắt đầu thọ báo cho đến lúc báo hết dừng lại, vượt qua đời quá khứ, đời hiện tại, đời vị lai, thời gian vô cùng lâu xa.

Bất kỳ sự vật nào, không thể không nhân mà sinh quả. Nhưng có nhân mà không đủ duyên thì cũng không thể sinh quả. Ví như một hạt giống (nhân) nếu không

gieo nó trong đất cùng với các điều kiện của ánh sáng mặt trời, mưa, sương... thì không thể nảy mầm sinh trưởng được. Chẳng những sự sinh trưởng của sự vật như vậy, mà sự biến đổi và hoại diệt của sự vật cũng như thế.

Luật nhân quả cũng có vài điểm được chú ý:

- 7.1.** Trong luật nhân quả không có nhân thứ nhất, cũng không có quả cuối cùng. Trước nhân lại có nhân, cho đến vô thủy. Sau quả lại có quả dẫn đến vô chung. Ví như cha là nhân của con, cha lại có cha, cha... cha... vô thủy. Con là quả của cha, con lại có con, con... con... vô chung.
- 7.2.** Nhân và quả trong luật nhân quả là tương đối, mà chẳng phải là tuyệt đối. Chẳng hạn như tám vải là quả của sợi bông, nhưng tám vải lại là nhân của chiếc áo.
- 7.3.** Trên phương diện thời gian (quá khứ, hiện tại, vị lai), hề gặp đủ duyên thì nhân sinh quả.
- 7.4.** Bản chất nhân quả là một. Nhân có thể sinh, thì quả sẽ sinh. Quả có thể sinh thì cái nhân sẽ được sinh. Đứng trên sắc pháp mà nói, trồng dưa được dưa, trồng đậu được đậu, hạt đậu chẳng thể sinh từ dưa, hạt dưa cũng chẳng phát ra từ mầm đậu. Đứng trên tâm pháp mà nói, tự làm nhân, tự thọ quả.

Luật nhân quả là quy luật tự nhiên của vũ trụ nhân sinh. Phật giáo chủ trương nhân quả ba đời (tức là chỉ cho quá khứ, hiện tại và vị lai), con người và vạn vật đều phải chịu sự chi phối của “luật nhân quả”, đây cũng gọi là nhân duyên quả báo. Thành Thánh hay thành Phật, lên thiên đường hay xuống địa ngục, thành công hoặc thất bại trong sự nghiệp, hạnh phúc hay khổ đau đều là không khỏi luật nhân quả.

Luật nhân quả đặc biệt chú trọng về “DUYÊN”. Duyên là nhiều yếu tố trợ giúp một vật nào đó sinh thành. Để dễ hiểu, chúng ta lấy việc trồng hạt đậu làm ví dụ. Hạt đậu được gieo vào trong đất ẩm lại thêm ánh sáng mặt trời, không khí, nước, sự chăm sóc... tức là trợ giúp hạt đậu sinh trưởng. Đây được gọi là sự trợ duyên cho hạt đậu. Trái lại, hạt đậu được gieo vào trong đất mà thiếu các điều kiện nói trên hoặc bị côn trùng hay chim chóc ăn mất thì hạt đậu ấy không những không thể phát triển, mà thậm chí sẽ chết đi. Đây gọi là “chướng duyên” đối với hạt đậu.

Chúng ta sở dĩ đến thế gian làm người đều do các nghiệp thiện ác từ đời trước của mình mà luân hồi đến, (chúng sanh vì các loại nghiệp tạo tác khác nhau mà luân hồi sinh tử trong sáu đường: trời, người, a tu la, súc sinh, ngạ quỷ, địa ngục). Do quá khứ mỗi cá nhân ở trong thời gian và không gian tạo nghiệp chẳng giống nhau, nên mỗi người ở đời này phải nhận những nghiệp báo cũng khác nhau.

Dựa vào lý luận về nhân quả, chúng ta có thể lý giải vì sao có người được thông minh trí tuệ, giàu sang, khỏe

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

mạnh, một đời như ý, bước tiến thuận lợi mà không phí sức, ngồi hưởng vinh hoa. Ngược lại có người thì cả đời sống hèn kém, lênh đênh vất vả, lại còn gặp gỡ những tai ương hoặc bệnh tật, khổ không thể kể xiết.

Chúng ta phải biết rõ các điều khổ nạn mà không nên oán trời trách người. Ở trong đời này, chúng ta càng phải nỗ lực từng giờ làm được các điều: “các việc ác chớ làm” (*chư ác mạc tác*), chớ nên tái lại bất cứ nhân ác nào. Tiến tới thì phải làm được: “nên làm các việc thiện” (*chúng thiện phụng hành*), tuy nhiên chính mình đối với hoàn cảnh trước mắt còn vẫn khổ, nếu như thiện duyên kết nhiều, ác duyên sẽ chẳng thể tăng trưởng.

Con người muốn sự nghiệp thuận lợi hoặc đạt được hạnh phúc, thì hành vi phải lấy quan niệm “nhân quả” làm điểm xuất phát. Người mà có được cái nhìn “nhân quả” thì từng lúc đều có thể cảnh giác, kềm chế chính mình, phân biệt thị phi, rõ biết nhân quả báo ứng biến hóa để theo con đường chánh mà đi, nhằm đạt đến quả báo tốt cho chính mình. Một con người có quan niệm nhân quả, thì họ sẽ thực tế, quan niệm tư duy chính xác đời người vô thường, sẵn sàng chịu tất cả các khổ. Cho nên họ có thể đoạn trừ tất cả các ác, tích cực hành thiện, kết nhiều thiện duyên, tiến đến mà thể ngộ được ý nghĩa và mục đích chân thật của vấn đề tu hành học Phật.

Có những người rất xấu, hầu như không làm các nghiệp thiện, thậm chí không ác gì mà không làm, nhưng cuộc sống lại hưởng thụ rất nhiều... nào là: thăng quan, phát tài, thành đạt, huy hoàng, khiến người khác thèm muốn. Do đó, chính mình sẽ hoài nghi nhân quả. Lại có

những người lý luận: “Thiên hạ làm gì có việc nhân quả báo ứng, nếu có việc nhân quả báo ứng thì thế gian sẽ không có người xấu”. Những lý luận như vậy đều là tà tri, tà kiến tạo thành.

Kinh Phật nói rằng: *“Nghiệp ác chưa chín mùi, người ác cho là vui, nghiệp ác lúc chín mùi, người ác mới thấy ác. Nghiệp thiện chưa chín mùi, người thiện cho là khổ, nghiệp thiện lúc chín mùi, người thiện mới thấy vui”*. Đoạn kinh văn này là nói những người không có ác nào chẳng làm. Họ chưa thọ báo ứng ở đời hiện tại, và lại còn hưởng thụ lấy cái vui. Đó là do nhân thiện của đời trước trong quá khứ của họ đến đời này gặp được duyên đã chín mùi. Nghĩa là, tất cả những gì hưởng thụ ở hiện tại, chính là nhân thiện của quá khứ. Nếu đời này họ tạo tác các nghiệp ác (nhân nghiệp ác), nhân đó vì trồng chưa lâu nên chưa chín mùi, đợi đến lúc nhân duyên nghiệp ác chín mùi, chắc chắn sẽ thọ báo khổ. Trên thực tế, cũng có người đang hưởng phước báo mà làm các việc ác thì phải gặp khổ nạn, chẳng sanh bệnh thì cũng gặp tai ương. Do đây có thể thấy, việc “quả báo hiện đời” này xác thực rất đáng sợ. Nếu đời này không thọ báo thì ở đời vị lai phải thọ báo.

Người hay giúp đỡ người khác, làm nhiều việc thiện, đời này ngược lại vẫn chịu khổ nạn trùng trùng. Những người làm việc thiện đó, vì nhân ác họ đã trồng từ quá khứ hoặc đời trước rất nhiều rất nặng, mà những nhân ác này gặp được “duyên” ở đời này, do đó tự nhiên chín mùi trước mà phải gánh chịu, còn phải khổ nạn trùng trùng. Còn đời này nhân thiện trồng chưa lâu, chưa chín

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

mùi, mà phải đợi đến lúc nhân thiện chín mùi (có thể đến đời sau), thì mới hưởng được phước báo.

Cho nên nói chính mình trong quá khứ trồng nhân nghiệp gì, hiện tại sẽ phải thọ lấy quả báo ấy. Hiện tại tạo nhân nghiệp gì, tương lai sẽ phải gặt lấy quả báo ấy. Tóm lại, có nhân nhất định sẽ dẫn đến quả, cho nên nói “nhân quả” là một loại chân lý “bất định tánh”, luật nhân quả là một định luật bất biến vĩnh cửu của nhân sinh vũ trụ.

Đức Phật nói: *“Tất cả thiện ác đều xuất phát từ tâm, tự tâm tu thiện khiến tâm an lạc, tự tâm tạo ác khiến tâm chịu khổ”, “Phước do tâm tác, họa do tâm sinh”*. Do đây có thể thấy, con người đối với tất cả những việc phước họa, đều do chính mình ở trong cuộc sống thường ngày tạo tác mà quyết định.

Học Phật tu hành thì phải tin sâu, hiểu rõ nhân quả. Không tin nhân quả, thì phạm sự việc theo tâm ham muốn mà làm hồ đồ, như thế thì chẳng cần phải học Phật, hay tu hành làm gì! Vì “lưới trời lồng lộng, thưa mà không lọt”, chúng sanh ở cõi Ta Bà, dù ai có bản lãnh thông thiên, đều không thể trốn khỏi sự phán xét của nhân quả. Cho nên nói: “Nhân quả dù đường tơ kẽ tóc không sai”. Phải, trái, cong, ngay... tất cả đều ở dưới sự phán xét của nhân quả, sẽ khiến mọi người tâm phục, khẩu phục.

Kinh Phật nói rằng: *“Nhược vấn tiền thế nhân, kim sanh thọ giả thị. nhược vấn lai thế quả, kim sanh tác giả thị”* (Nghĩa là: Nếu muốn biết nhân đời trước, thì hãy

nhìn kết quả lãnh thọ đời này. Nếu muốn biết kết quả đời sau, hãy nhìn nhân đời này làm ra). Nếu như chí thành học Phật tu hành, tin sâu báo ứng nhân quả, thì đích xác là chút mảy may không sai. Đời sống này dù nghèo cùng nhiều tai nạn là khổ báo của đời trước đã làm ác, khi báo ứng qua rồi sẽ được quả báo lành. Người ta giàu có vinh hoa, hồ đồ làm những hành vi sai trái, nhưng ngược lại trăm việc hanh thông, đó là người ta đời trước làm thiện, đời này hưởng phước, đời phước hết rồi thì phải chịu khổ báo.

Chúng ta quy y tam bảo, học pháp xuất thế gian, xưa nay là vì việc lớn sanh tử, vì sao vẫn nặng lòng với danh, lợi, sắc, miếng ăn của thế tục? Phóng túng tham, sân, si mà tạo các ác nghiệp? Chân chánh quy y tam bảo, thành tâm học Phật, có chí nơi đạo nghiệp, tin sâu nhân quả, cố siêng tự tu, tùy hỷ nơi nghiệp ác. Trên việc nhân quả, quyết không thiên tư, cũng không được chống đối. Cho nên đã là đệ tử Phật, trước khi làm gì phải cân nhắc đến hậu quả rồi mới có thể bắt tay vào làm. Việc tự lợi lợi tha có thể nói có thể làm, đối với người có lợi, đối với mình không tổn, cũng nên làm nhiều. Việc mà tổn người lợi mình, quyết không được làm, việc tổn người mà không lợi mình càng không được làm.

Chúng ta muốn lìa tai tránh nạn, bình an cát tường, phước báo tăng trưởng, thì ngoài việc không làm “ác” ra, còn phải cần làm “thiện” cho nhiều.

Sáu đường luân hồi chính là do chúng ta tạo ra vậy. Bởi do nơi mê hoặc mà tạo ra nghiệp, tạo nghiệp rồi chắc chắn phải thọ báo. Quả báo thiện ác mảy may

không sai. Nếu muốn vượt khỏi sáu đường luân hồi, thì chẳng nên tạo nghiệp. Không tạo nghiệp đã rất khó, mà không mê hoặc lại càng khó hơn. Vấn đề này không phải một đời mà có thể làm được. Nếu muốn được phước báo nhân thiên thì xem ra dễ. Thánh Hiền của thế gian và các tôn giáo khác đều có thể khiến người làm được, nhưng ra khỏi luân hồi thì người thế gian làm không được.

Nhân quả báo ứng là chân tướng của sự thật. Nếu rõ được sự thật này thì tâm an lý được, mà tâm đã an rồi thì chẳng oán trời trách người. Tâm an thì được định, định có khả năng sinh huệ, từ đây bỏ ác hướng thiện mà sửa đổi cho vị lai.

8. SÁM HỐI

Tu hành là chúng ta sửa đổi những hành vi không hợp lý, trước tiên chúng ta phải tìm cho ra nguyên nhân những hành vi này từ đâu. Chủ yếu của việc tu hành là trừ bỏ tập khí. Có thể đem tập khí xấu mà sửa đổi ở nơi thân, miệng, ý của chúng ta. Tìm ra nguyên nhân để tiêu trừ, như thế mới có thể đoạn trừ được rễ dây dưa của tập khí. Muốn thế cần phải nương vào công phu “phản tỉnh” và “sám hối”. Chúng ta từng lúc phải “hồi quang phản chiếu” (coi lại chính mình), mới có thể phát hiện những cái xấu ác, nhưng chỉ phát hiện thôi cũng chưa đủ, quyết cần phải dừng lại tiêu diệt nó, cho nên phản tỉnh và sám hối vô cùng trọng yếu.

Như thế nào là phản tỉnh và sám hối? Phản tỉnh là hỏi lại và tự xét chính mình trong quá khứ đã mắc những lầm lỗi gì, rồi đem ra bày tỏ sám hối. Sám hối tức là

nhận ra lỗi lầm, biết được các việc đã làm là không đúng, ta cần sửa lỗi, về sau không nên làm như thế nữa. Trên phương diện sửa đổi, lại cần phải chú ý vấn đề tập khí, những hành vi từ lâu đã thành thói quen. Thói quen đã nuôi dưỡng không dễ gì ngày một ngày hai có thể sửa đổi ngay được. Người đời nói rằng: “trường thành vạn dặm không phải xây một ngày xong”. Do đó, lúc tu tập sám hối, sửa đổi lỗi lầm, ta cần có tâm nhẫn nại và thường xuyên, không thể vì thất bại một hai lần mà nản tâm thối chí. Song ngược lại, đây chính là tâm bệnh của con người, cũng có thể nói là bản tánh vốn có của chúng sanh mà ở mãi nơi luân hồi, không thể giải thoát. Do đó, Cổ Đức vì muốn ngăn nhược điểm này của phàm phu, nên nói sám hối cần phát tâm hổ thẹn. Từ trong tâm thường sinh hổ thẹn (tâm quý tâm), và sợ cái khổ sinh tử. Như vậy mới có thể giữ gìn tâm nhẫn nại, không dứt sám hối, cho đến khi tội được diệt nghiệp được dừng.

Con người thường hay phạm sai lầm mà không tự biết. Nhưng người hiền chân chánh, khi phạm sai lầm mà dũng cảm nhận sai lầm mà sửa lỗi mình. Đó là dũng khí đáng mừng đáng khen! Nếu làm lỗi mà không tự biết, đó là kẻ ngu mê đáng thương xót! Nhưng có người ngược lại, biết rõ sai lầm mà biện hộ cho chính mình, xô đẩy trách nhiệm cho người khác, mưu toan thủ đoạn với lời lẽ xảo quyệt.

Sám hối, “sám” là sám lỗi ngày trước, đối với tội nghiệp đã phạm, sanh tâm hổ thẹn nhiều. “Hối” là sửa đổi quá khứ, tu chỉnh vị lai, quyết chẳng tái phạm. Sám, nếu có lỗi lầm, cầu xin đối phương rộng thứ bỏ qua, đây là ý của “sám”. Hối tức là đã phạm sai lầm, nên nhận lỗi

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

với đối phương, và nói ra sai lầm đã phạm, đây là ý của “hối”.

Người tu hành từng lúc phải phản tỉnh lời nói, việc làm, ý niệm của mình, để không hổ với mình, không thẹn với người. Nếu không có tâm tầm quý, lời nói việc làm của ta sẽ hồ đồ dễ tạo ác nghiệp. Thường ôm lòng phản tỉnh tầm quý, ta mới có thể hiếu thuận cha mẹ, tôn kính sư trưởng, giữ gìn hòa vui trong anh chị em, hòa khí với bạn bè và mọi người.

Nếu chúng ta không sám hối, nghiệp tội của chúng ta đã tạo tác sẽ khiến chúng ta đọa lạc, không biết chừng nào mới hết. Tất cả tội ác đều do vô minh vọng tưởng mà sinh ra. Nếu có tâm sám hối, thường xuyên niệm Phật trong sự tĩnh tọa thì những nghiệp ác vốn có giống như sương bị mặt trời trí tuệ tiêu tan. Sám hối không nhất định vì lỗi hiện có của mình, mà cũng là vì đời quá khứ mà sám hối, đồng thời cũng vì tất cả chúng sanh mà sám hối! “Pháp chỉ” ở trên hội Linh Sơn của Đức Phật nêu: “Sám hối nghiệp chướng, tin sâu nhân quả, tu trì phước huệ, là phương thuốc thần diệu trị được vạn bệnh”. Sám hối có thể giúp chúng ta trong lúc tu hành dứt trừ được nghiệp chướng.

Từ đây, chúng ta quyết cần phải cố gắng giữ gìn cho được sám hối thuần khiết ở quá khứ, không có thể khiến nó trở lại cảm nhiễm thói ác, để khỏi trở lại tạo các ác nghiệp. Giữ gìn như thế nào? Trước cần phải đối với tất cả các việc thiện, bất luận là mắt thấy hoặc tai nghe, trong tâm đều phải sanh lòng tùy hỷ. Đối với việc ác,

ngược lại phải sợ ghét như thù oán, tốt nhất là đem tâm an trụ ở nơi “tứ chánh cần”. Tứ chánh cần là:

1. *Ác đã sinh, khiến đoạn diệt.*
2. *Ác chưa sinh, khiến không sinh.*
3. *Thiện chưa sinh, khiến sinh khởi.*
4. *Thiện đã sinh, khiến tăng trưởng.*

Bốn việc cần thiết chân chánh này tức là đạo lý “các ác chớ làm, các thiện nên làm” (chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành), chúng ta lấy trí tuệ để quán sát, chính là khéo tinh tấn siêng năng tu hành ba học: giới, định, huệ, trừ diệt ba độc: tham, sân, si, đem bốn việc cần thiết chân chánh làm pháp môn trợ đạo để siêng tu khổ luyện, dứt ác sinh thiện.

Sám hối trước Phật và Bồ Tát tức là tìm chân thiện tâm của chính mình, cầu mong Phật và Bồ Tát chứng minh tâm của mình là chân thành, thành ý gánh vác việc làm lỗi lầm của chính mình. Việc đời này kiếp này có thể giải quyết được thì nên giải quyết, không nên trốn ở trong nhà sám hối với Phật và Bồ Tát. Như nếu khó làm được điểm này, thì ít nhất đối với người thân cận bên cạnh ta phải làm trước, trước sửa đổi được cá tính, làm được một con người có ý nguyện sám hối nhận lỗi với người.

Ngay khi ta muốn nhận lỗi, thì ý muốn sám hối (bất luận là lỗi lớn lỗi nhỏ) ngang bằng với việc tu “nhân quả quán”, hành mười thiện nghiệp. Cũng có thể chứng minh nhân cách Bồ Tát của ta đã đầy đủ làm việc khó làm.

Chân tâm hồi cải, tâm địa tức được trong sạch. Còn nếu tâm chúng ta không thanh tịnh, không bình đẳng, thì “giác tâm” cũng mất đi, lập tức phát khởi sám hối. Sám hối không phải là bảo người ta hàng ngày nghĩ lỗi đã làm, việc này là sai lầm, nghĩ như thế này tức là trở lại tạo lỗi. Lỗi lầm đã biết rồi, về sau không làm lại gọi là sám hối.

9. NĂM GIỚI

Năm giới là giới điều rất cơ bản của đệ tử Phật. Không luận là người xuất gia hay tại gia đều phải tuân thủ. Người tu hành “năm giới không giữ, đứt đường nhân thiên”.

Năm giới, mười thiện nghiệp của Phật giáo cùng với luân lý xã hội và pháp luật quốc gia gần giống nhau. Mọi người có thể làm được năm giới, mười thiện nghiệp của Phật giáo thì xã hội sẽ rất tốt đẹp, hòa bình. Đạo đức Phật giáo, chủ yếu là vâng làm năm giới, mười thiện nghiệp, khiến cho hoàn thiện nhân cách của con người.

Năm giới là: **không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói vọng, không uống rượu.**

❖ KHÔNG SÁT SINH

Luận Đại Trí Độ nói: *“Trong các tội nghiệp, nghiệp sát nặng nhất. trong các công đức, không sát thứ nhất”*. Tất cả các động vật đều có bản năng sinh tồn của nó. Con người tại sao tự cho mình quyền được giết hại các

động vật? Chẳng qua là vì miếng thịt mà giết nó để ăn. Từ đó mà kết thành “oan oan tương báo” không thể dứt.

“Không tranh giành” thì chẳng thể sát sinh, lấy tâm bình đẳng mà đối đãi với chúng sanh thì chẳng thể tranh giành. Nếu khởi lên cái niệm ta mạnh hơn người, ta làm hơn người, ta lớn hơn người thì sát sinh cũng ở nơi tâm tranh chấp mà tác quái, một khi tranh chấp thì sẽ “mày chết tao sống”.

❖ KHÔNG TRỘM CẤP

Trong kinh Lăng Nghiêm, đức Phật dạy rằng: “*A Nan! lại nữa thế giới, sáu đường chúng sanh, tâm không trộm cấp, thì không nuôi lớn sự tương tục sinh tử. Ông tu Tam Muội vốn ra khỏi trần lao, tâm trộm nếu không trừ thì trần lao không thể ra. Dù có đa trí và thiên định trong hiện tiền nếu như không dứt trộm cấp, thì quyết phải rơi vào tà đạo*”.

“Không tham” thì không thể trộm cấp, vì sao phải trộm cấp hay lừa gạt tiền của người khác? Bởi vì tham. Nếu người không có tâm tham, thì kể ra người ta cho anh, anh cũng không cần. Cho nên cần phải đem tâm tham mà trừ bỏ mới không thể trộm cấp.

❖ KHÔNG TÀ DÂM

Đức Phật quy định cho hàng đệ tử tại gia, nếu không phải là vợ chồng hợp pháp thì tuyệt đối nam nữ không thể hành dâm, hơn nữa còn bao quát trên niệm dâm khởi lên trong tâm, lời dâm ở nơi miệng nói. Vì dâm là cội rễ

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

của vạn vật sinh tử. Người học Phật tu hành thì cần phải đoạn dứt dâm! Dâm không đoạn thì Phật đạo không thành!

Trong kinh Lăng Nghiêm nói “dâm” là giới đầu. Người tu hành không thể đoạn trừ tâm dâm và việc làm dâm thì không cách nào đoạn trừ cội rễ sinh tử. Vì thế không luận người ta tinh tấn tu hành như thế nào, nếu không thể đoạn trừ dâm tuyệt đối không cách nào ra khỏi ba cõi. Dẫu người này khéo nói pháp, có biện tài, hiện tiền thiên định hữu lậu, anh ta vẫn là qua lại với ma quỷ, không những Tam muội chân thật (định) không thể hiện tiền, ngược lại lấy trí thiên nuôi giúp tâm dâm khiến dâm tăng trưởng lũy từng, rốt cục khiến mình rơi vào ma đạo. Kinh Lăng Nghiêm nói rằng:

“Cho nên A Nan! nếu không đoạn dâm, tu hành thiên định, như đem cát đá muốn nấu thành cơm, trải trăm nghìn kiếp, chỉ là cát nóng. Bởi vì sao vậy? Chẳng phải gốc cơm, mà là cát đá thành vậy. Ông lấy thân dâm, cầu diệu quả Phật, dù cho được ngộ, đều là rễ dâm, cội rễ dâm luân hồi ba đường quyết chẳng ra khỏi. Như Lai niết bàn, đường nào tu chứng? Phải khiến thân tâm, cơ dâm đều dứt, tánh dứt cũng không, Bồ đề chư Phật có thể cầu mong. Lời ta nói đây, gọi là Phật nói, không như đây nói, tức Ba tuần (Ma vương) nói”.

Trên đây là đức Phật đối với người không như pháp, không như luật mang lấy dâm mà tu hành, vốn mong tu chân, ngược lại thành ma nghiệp, sau khi mệnh chung, ắt phải rơi vào ma đạo. Phật tử chúng ta muốn cầu thành tựu đạo nghiệp đối với lời dạy răn của đức Phật, lý phải

tin thọ phụng hành, như vậy mà tu hành (Tịnh Khôi sẽ bàn luận nhiều hơn trong chương ba, mục “Đoạn trừ Ái dục”).

❖ KHÔNG NÓI VỌNG

Lời nói vọng là nói không đúng sự thật. Nếu thấy mà nói không thấy, không thấy mà nói thấy, lấy hư làm thật, lấy thật làm hư, lấy có làm không, lấy không làm có. Phàm là tâm và miệng không tương ứng nhau, muốn lừa dối với người, đều là vọng cả.

Kinh Lăng Nghiêm, Đức Phật nói rằng: “*A Nan, như vậy thế giới sáu đường chúng sanh, tuy thân tâm không có báo của sát – đạo – dâm, ba hành nghiệp đã mãn, như nếu đại vọng ngữ, tức là “Tam ma đề” không được thanh tịnh, thành thọ kiến chấp ma, mất đi hạt giống Như Lai*”.

Thế nào gọi là đại vọng ngữ? Là tự mình chưa được Bồ đề mà nói tự mình đã được Bồ đề, mình chưa chứng niết bàn mà nói đã chứng niết bàn, tự xưng mình là Phật hay Bồ Tát để mê hoặc chúng sanh đời sau, đó là ma ba tuần, là tạo đại vọng ngữ.

“Không tư riêng” thì không thể khởi lên lời nói vọng. Mọi người nói vọng cũng vì sợ mất đi lợi ích của chính mình, tâm riêng tư tác quái cho nên nói dối lừa người.

❖ KHÔNG UỐNG RƯỢU

Các loại rượu một ngụm cũng không nên uống, uống một ngụm thì sẽ có ngụm thứ hai, rồi tiếp ba, bốn... khời cũng không nên hít, đồ độc cũng không nên ăn dùng.

Uống rượu là một một phương tiện giao tiếp từ xưa đến nay. Từ hơn 2500 năm trước trong kinh điển, Phật cũng nêu đã rõ ràng chỗ xấu của uống rượu. Đức Phật nói: *“Ba nghiệp thân, miệng, ý làm ác, chỉ rượu là căn bản”*. Uống rượu say loạn, tâm không chừng mực, phung phí vô độ. Đó là cửa của các bệnh, gốc của đấu tranh. Cho nên các loại rượu đều không nên uống.

Đức Phật nói: *“Người uống rượu có sáu việc tổn thất: tài vật dễ tổn thất, dễ sinh bệnh, ưa thích đấu tranh, chuốc lấy tiếng xấu, dễ giận dữ táo bạo, càng lúc càng không có trí tuệ”*.

Kinh Ưu Bà Tắc chép rằng: *“Nếu lại có người ưa uống rượu, người đó hiện tại thường mất của, thân tâm nhiều bệnh, thường thích đấu tranh, tiếng xấu nghe xa, tổn mất trí tuệ, bị xấu nhan sắc và sức lực, chỗ làm đáng trách tất cả, người ta không ưa gặp, không thể tu thiện, đó gọi là báo ác hiện đời của người uống rượu”*.

10. MƯỜI THIỆN NGHIỆP

A. PHẬT NÓI KINH “THẬP THIỆN NGHIỆP”

Đạo mười thiện nghiệp là căn bản của tất cả thiện pháp, thì bất luận làm người hay chư thiên ở cõi trời,

thậm chí quả thánh ba thừa xuất thế, đều phải lấy mười thiện nghiệp làm nền tảng, từ đó từng bước từng bước đi lên. Do vậy, pháp “mười thiện nghiệp” là sự cân nhắc thánh phàm cao thấp, là kim chỉ nam cho cuộc sống của người Phật tử.

Gốc làm người ở nơi mười thiện, nguồn thiện cũng ở nơi mười thiện, và cơ sở của năm thừa cũng ở nơi mười thiện.

Trong Kinh Thập Thiện Nghiệp đức Phật nói: “Pháp này tức là đạo mười thiện nghiệp. Thế nào là mười? Nghĩa là có thể trợn xa lìa: sát sinh, trộm cắp, tà hạnh, nói vọng, hai lưỡi, miêng ác, lời nói đồn xóc hai chiều, tham dục, sân, tà kiến (ngu si).”

Từ “sát sinh” đến “tà kiến”, thông thường gọi là mười ác nghiệp. Trên mỗi ác nghiệp, lại thêm ba chữ “trợn xa lìa”, tức là vĩnh ly sát sinh... đến tà kiến, tức thành là mười thiện. Cho nên trong đoạn kinh văn này, chúng ta cần phải biết ba chữ rất trọng yếu đó là “trợn xa lìa”. Đương nhiên, “trợn xa lìa” kiểu này là bậc thánh mới có thể làm được, không phải hạng phàm phu chúng ta có thể làm được. Tuy là vậy, chỉ cần từng bước học, từ nay không làm việc sát sinh... cho đến tà kiến, tóm lại có làm thì có một ngày “trợn xa lìa”.

B. THẬP THIỆN NGHIỆP

1. Thế nào gọi là sát sinh? Cắt đứt mạng sống là sát, có tình thức gọi là sinh. Dứt đi sinh mạng của loài hữu tình gọi là sát sinh. Phàm là động vật có sinh mạng,

bất luận là lớn hay nhỏ, trên từ chúng ta, dưới từ côn trùng nhỏ, đều không thể có ý sát hại, hoặc khiến sảy thai, tự sát, cũng là sát sinh. Bất luận là dùng phương pháp công cụ nào, dù trực hay gián tiếp đến nỗi khiến cho sinh mạng của loài hữu tình tử vong gọi là sát sinh.

2. Thế nào là trộm cắp? Của công hay của riêng người, không luận là nhiều hay ít, lớn hay nhỏ, không được xâm chiếm nếu chưa có sự đồng ý của họ. Vấn đề trộm cắp cuộc sống có nhiều hình thức và thủ đoạn khác nhau. Như ăn trộm, ăn cắp, cướp giết là trực tiếp; tham ô nhận hối lộ, chiếm dụng của công là gián tiếp. Ép buộc, dối gạt, lấy công giúp tư, “nước đục thả câu” là hình thức thủ đoạn. Tóm lại, không cho mà tự lấy, hoặc dùng thủ đoạn không chính đáng mà đoạt lấy tiền bạc của cải, đều là trộm cắp.

3. Thế nào là tà dâm? Ngoài vợ chồng chính thức ra, có bất kỳ hành vi dâm nào, làm loạn quan hệ nam nữ, phạm hạnh bất tịnh, thì gọi là tà dâm. Đồng tính cầu thủ giao hợp, tự an ủi cũng thuộc về tà dâm, niệm dâm trong lòng khởi lên, miệng nói lời dâm cũng là tà dâm.

Tham đắm sắc dục cũng là bệnh chung của người đời. Không riêng gì bậc trung và hạ căn bị sắc đẹp mê hoặc, mà ngay cả những bậc thượng căn, nếu không khéo tinh tấn giữ gìn phẩm hạnh thì cũng khó thoát khỏi sự mê hoặc. Thử xem từ xưa đến nay, bao nhiêu anh hùng hào kiệt vượt trội, có mấy kẻ qua được cửa ải mỹ nhân? Người tu hành là để ra khỏi sinh tử, nhưng nếu không trừ được bệnh này thì cửa sinh tử khó ra khỏi. Pháp môn niệm Phật tuy là mang nghiệp vãng sanh,

nhưng nếu tật dâm kết chặt thì cách xa với Phật, không thể “cảm ứng đạo giao” được. Người tu hành không nên có tư tưởng hay hành vi tình ái, vì có tình ái thì sinh tử không thể dứt.

Đối với việc sắc tình, khi chưa thấy thì không nên nghĩ, thấy rồi, nghe rồi thì không nên tưởng, càng không được có động thái, nếu tâm chợt khởi niệm liền tự quở trách. Nếu sinh lý xung động, thì nghĩ tưởng lúc tức giận hiện tướng hung ác, nghĩ lúc bệnh hoạn hiện tướng suy bại, nghĩ lúc chết hiện tướng khó nhìn, từng việc quán sát rõ ràng. Cũng cần quán tưởng đến thân bất tịnh như xương thịt máu mủ, thân tướng như tử thi, hôi thối nhớp nhơ như nhà xí. Mấy ai đối với thứ này mà sinh tham ái? Tham ái đã dứt, niệm dục sẽ tiêu mất, tâm địa sẽ thanh tịnh. Không nên nghĩ tới sắc đẹp, chỉ nghĩ đến chỗ xấu xa bại hoại của nó, nhờ vậy tánh dục khó có thể xung động được (Vấn đề đoạn trừ Ái dục, Tịnh Khôi xin được bàn luận nhiều hơn trong chương ba).

Dâm dục dễ sinh ra sự đồ kỵ, chiếm hữu, vương mắc, ân oán, tranh chấp và phiền não. Dâm dục cũng dễ phát sinh quan niệm gia đình, gia quyến. từ đó sinh ra niệm quan hệ, riêng tư, trói buộc, gánh vác, kết tình, làm phương hại cho việc tu hành. Ở thế giới này, dục lạc là cội rễ luân hồi khiến chúng ta nhập thai mà tái sinh.

4. Thế nào là lời vọng? Miệng phải mà tâm trái, đối gạt không thật, điên đảo trắng đen, lộn xộn thị phi, nói chung đều là lời nói vọng.

5. Thế nào là lời nói ác? Là nói lời thô bạo, ác độc, ô uế... để chửi mắng nhục mạ người, làm tổn thương lòng người, khiến họ sinh buồn giận đều là ác khẩu. Đối với súc sinh ta cũng không nên chửi mắng nó.

6. Thế nào gọi là nói lưỡi hai chiều? Là lời bịa đặt sinh sự, xúi dục thị phi, khiêu khích ly gián giữa người và người, khiến họ bất hòa, gây thù chuốc oán lẫn nhau. Đó gọi là nói lưỡi hai chiều (đâm bị thóc, thọc bị gạo).

7. Thế nào gọi là lời nói thêu dệt? Là nói lời thêm bớt làm cho người khác hiểu sai sự thật, mỗi nơi một khác không hợp với nghĩa, những lời như thế đều gọi thêu dệt. Ba bốn người bạn tụ lại một chỗ, cao hứng bàn luận, vui cười đắc ý rất dễ phạm phải lời thêu dệt, phải nên cẩn thận.

Con người rất dễ bị phạm về khẩu nghiệp. Cho nên lời nói làm tổn hại người, ngược đãi, ô uế, thô bạo, ác độc, nói lời dối gạt, nói khoác lăm lời, miệng tâm trái nhau, đều không nên nói. Dẫu bị người cho là kẻ câm, cũng không nên làm tổn hại đến khẩu nghiệp.

8. Thế nào gọi là tham dục? Tham dục còn gọi là tham ái, tham luyến. Chúng ta không những yêu thương sinh mạng chính mình, mà còn yêu thương cả những gì thuộc về mình như thân thể, danh dự, quyền thế, người thân..., tham luyến không xả được. Không có thì muốn cho có, có rồi lại càng muốn nhiều. Tại sao? Do lòng tham không bao giờ đủ, đó là tham dục. Vì muốn thỏa mãn sự ham muốn mà bất chấp mọi thủ đoạn để đạt được mục đích.

9. Thế nào gọi là sân? Sân là sự phát giận, thịnh nộ, oán hận. Khi có điều gì không như ý thì phát giận, phiền não, trong lòng ôm lấy điều bực tức không vui, oán đây hận kia. Khi đối diện với hoàn cảnh hay sự việc không như ý, thì sự giận ở bên trong phát ra bên ngoài, đó gọi là sân. Sân đối với người tu hành là chướng ngại không nhỏ.

Đang lúc gặp việc không như ý mà cơn giận nổi lên, ta không nên nói, cũng không quá ức chế, cũng không nên trút cơn giận xuống người khác theo kiểu “giận cá chém thớt”. Nay Tịnh Khôi xin đưa ra một phương pháp: Từ từ hít dài một hơi, ngược lên từ từ thở ra (có thể uống thêm vài ngụm nước mát), làm như vậy vài lần, hỏa khí sẽ dần tiêu mất. Hoặc như cơn giận quá mức, có thể tìm một chỗ vắng vẻ, nắm tay đánh thật mạnh vào không khí, hoặc đánh vào vật mềm hay cái gối... để khí giận lần lần xả hết. Phương pháp tốt nhất là: coi như gió bên tai, coi như đang diễn tuồng, coi như nó đang tự chửi mắng nó, không nên lý sự với nó, không khởi tâm động niệm, khí giận sẽ không sinh khởi được.

Trong kinh Hoa Nghiêm nói: *“Một niệm tâm sân khởi, trăm ngàn cửa chướng ngại mở”, “Lửa sân phát khởi, đốt cháy cả rừng công đức”*. Như thế há chẳng sợ sao?

10. Thế nào gọi là tà kiến (ngu si)? Ngụ si không phải là ngu thật, mà là sai lầm trên nhận thức. Bởi vì tư tưởng lầm lạc (tà kiến), do kiến giải hoặc tập tánh không hợp lý, dẫn đến sự điên đảo trên hành vi, không rõ phải quấy, mặc tánh vọng làm, không rõ đạo lý, không tin

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

chánh đạo, không tin nhân quả báo ứng, không tin Phật, Bồ tát, thần quỷ. Tự cho mình là phải, cuồng vọng tự đại, trong mắt không có người, kiêu căng ngạo mạn. Đó là ngu si.

Thập thiện nghiệp, nếu không trái phạm thì gọi là thập thiện nghiệp (mười nghiệp thiện). Trái phạm thì là thập ác nghiệp (mười nghiệp ác). Tóm lại, phạm là những việc tổn hại cho chúng sanh thì thân không nên làm, miệng không nên nói, ý không nên nghĩ.

Người tu hành phải tin Tam Bảo, hiểu nhân quả, giữ năm giới, làm mười nghiệp thiện và nhẫn nhục, đây là việc người tu hành quyết cần phải đầy đủ. Đức Phật đã dạy bảo cho tín chúng cái việc hợp tình hợp lý, trừ phi người không muốn làm điều tốt, những việc này là tiêu chuẩn phép tắc để ngăn ngừa cho con người.

Xa lìa vĩnh viễn mười nghiệp ác, nhất định sẽ được công đức rất nhiều. Trong kinh “Phật thuyết Thập Thiện Nghiệp Đạo”, Đức Phật nói:

”Này Long Vương, nếu lìa SÁT SINH, tức thành tựu được mười pháp lìa não phiền. Thế nào là mười? 1. Đối với các chúng sanh khắp ban cho sự không sợ sệt. 2. Vì chúng sanh khởi tâm đại từ. 3. Vĩnh viễn xa lìa tất cả tập khí sân nhuế. 4. Thân thường không bệnh. 5. Thọ mạng dài lâu. 6. Thường được phi nhân thủ hộ. 7. Không có ác mộng ngủ thức vui vẻ. 8. Diệt trừ oán kết, các oán tự giải. 9. Không sợ đường ác. 10. Mệnh chung được sanh lên cõi trời. Đó là mười việc.”

“Lại nữa Long Vương, nếu là **TRÔM CẤP** tức được mười món tín pháp có thể giữ gìn. Thế nào là mười? 1. Tài sản chứa đầy, vua, giặc, nước, lửa không phải là con yêu, không thể làm tổn mất. 2. Nhiều người yêu thích. 3. Người không khinh rẻ. 4. Mười phương khen ngợi. 5. Không buồn tổn hại. 6. Tiếng lành đồn khắp. 7. Ở trong chúng không sợ. 8. Tiền tài, sinh mệnh, hình sắc, sức lực đều an lạc, biện tài đầy đủ, không khuyết thiếu. 9. Thường ôm lòng bố thí. 10. Mệnh chung được sanh lên trời. Đó là mười.”

“Lại nữa Long Vương, nếu là **TÀ HẠNH**, tức được bốn món đức trí đáng ca ngợi. Thế nào là bốn? 1. Các căn điều hòa và thuận nhau. 2. Vĩnh viễn xa lìa ồn ào. 3. Người đời ngợi khen. 4. Vợ chẳng lán quyền. Đó là bốn.”

“Lại nữa Long Vương, nếu là **NÓI VỌNG** tức được tám pháp chư Thiên khen ngợi. Thế nào là tám? 1. Miệng thường thanh tịnh thơm mùi hoa Ưu Bát. 2. Làm các điều thế gian tin phục. 3. Phát lời nói chân thành chứng thật, trời người kính yêu. 4. Thường dùng ái ngữ (lời khả ái) an ủi chúng sanh. 5. Được vui thù thắng nơi ý, ba nghiệp được thanh tịnh. 6. Lời nói không sai lầm, tâm thường hoan hỷ. 7. Phát lời tôn trọng, trời người phụng hành. 8. Trí tuệ thù thắng, không có thế lực nào chế phục. Đó là tám.”

“Lại nữa này Long Vương, nếu xa lìa **LUỖI HAI CHIỀU**, tức được năm pháp không thể hại. Thế nào là năm? 1. Được thân bất hoại, không thể hại được. 2. Được quyền thuộc bất hoại, không thể phá hoại. 3. Được

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

niềm tin bất hoại, thuận với gốc vậy. 4. Được phép hành bất hoại, sở tu kiên cố vậy. 5. Được thiện tri thức bất hoại, không đảo điên vậy. Đó là năm.”

“Lại nữa Long Vương, nếu là ÁC KHẨU, tức được tám món thịnh nghiệp. Thế nào là tám? 1. Nói không trái với chúng mức. 2. Nói đều là lợi ích. 3. Nói ắt hợp với lý. 4. Nói từ ngữ hay tốt. 5. Lời nói được thừa lệnh. 6. Nói ra thì được tin dùng. 7. Nói ra không cần bàn cãi. 8. Lời nói đều được yêu thích. Đó là tám.”

“Lại nữa này Long vương, nếu là LỜI NÓI THÊU DỆT, tức được thành tựu ba món quyết định. Thế nào là ba? 1. Nhất định làm cho người trí yêu thích. 2. Nhất định có thể dùng trí như thật để trả lời. 3. Nhất định có oai đức tối thắng đối với người – trời, không có hư vọng. Đó là ba.”

“Lại nữa này Long Vương, nếu là THAM DỤC, tức có thể thành tựu năm món tự tại. Thế nào là năm? 1. Ba nghiệp tự tại, các căn đầy đủ. 2. Tài vật tự tại, tất cả oán tặc không thể cướp đoạt. 3. Phước đức tự tại, từ tâm ưa muốn, vật đều đầy đủ. 4. Vương vị tự tại, của báu cũng như vật, đều phụng hiến dâng. 5. Vật có được hơn cả mong cầu hơn cả trăm lần thù thắng do lúc xưa không lẩn tiếc vậy. Đó là năm.”

“Lại nữa này Long Vương, nếu là SÂN, tức được tám pháp vui tâm. Thế nào là tám? 1. Không có tâm tổn hại nào phiền. 2. Không có tâm sân nhuế. 3. Không có tâm giành giật. 4. Có tâm nhu hòa chất trực. 5. Được tâm từ của bậc thánh. 6. Thường làm lợi ích, an được

tâm chúng sanh. 7. Thân tướng đoan nghiêm. 8. Vì bởi hòa nhẫn nên mau sinh cõi phạm hạnh (thanh tịnh). Đó là tám.”

“Lại nữa này Long Vương, nếu là TÀ KIẾN, tức được thành tựu mười pháp công đức. Thế nào là mười? 1. Được ý vui chân thiện, bạn bè chân thiện. 2. Tin sâu nhân quả, dẫu có hy sinh thân mạng quyết không làm điều ác. 3. Chỉ quy y Phật mà không phải các trời nào khác. 4. Trực tâm, chánh kiến, trọn xa lìa tất cả lưới nghi tốt xấu. 5. Thường sinh về nhân thiện, không quy về các đường ác. 6. Vô lượng phước huệ lần lửa tăng trưởng thù thắng. 7. Trọn lìa tà đạo, làm nơi Thánh đạo. 8. Không khởi thân kiến, xả các nghiệp ác. 9. Trụ nơi vô ngại kiến. 10. Không đọa lạc ở các nạn. Đó là mười.”

“Thập thiện nghiệp” cùng với “luật nhân quả” và “sám hối” đồng thời tu hành, sau khi rõ biết luật nhân quả thì không thể phạm mười thiện nghiệp.

Có thể nương nơi phương pháp mười thiện nghiệp thực tiễn là sáu pháp “Ba La Mật”, tu được sáu pháp Ba La Mật sẽ càng thù thắng hơn.

11. SÁU PHÁP BA LA MẬT VÀ BỐN PHÉP NHIẾP

Ba học gồm Giới, Định, Huệ; ba hạnh gồm Bố Thí, Nhẫn Nhục, Tinh Tấn. Ba học và ba hạnh kết hợp lại sẽ thành sáu độ, còn gọi là sáu pháp Ba La Mật.

Chữ “Ba La Mật” là tiếng Phạn, nghĩa hán là “Đáo bỉ ngạn”, và nghĩa Việt là “đến bờ bên kia”. Người qua

sông phải dùng thuyền bè mới vượt qua giữa dòng để sang bờ bên kia. Người học Phật cũng thế, hiện đang ở bờ sinh tử luân hồi, vượt qua giữa dòng là phiền não, đến bờ bên kia là tịch tịnh Niết Bàn. Thực hành sáu pháp Ba La Mật thì có thể vượt qua biển khổ sinh tử luân hồi, đến được bờ bên kia giải thoát, Niết Bàn.

Hàng Bồ Tát Đại thừa Phật giáo muốn thành tựu Phật đạo, cần phải thực tế bước lên sáu pháp Ba La Mật. Mỗi người tu hành học Phật, đều phải phát “Bồ Đề tâm”. Đầu tiên, phải tự mình tích cực làm cho được các hành vi: “tạo phước cho nhân loại, mang lợi ích cho chúng sanh”. Nếu chỉ ngóng trông tìm cầu thì thất vọng, phiền não, đau khổ sẽ xuất hiện. Đức Phật dạy pháp môn “Lục độ Ba La Mật” là để chúng sanh giải thoát phiền não thống khổ, khiến con người đạt được cảnh giới lý tưởng an lạc Niết Bàn. Đồng thời khiến con người đạt thăng hoa cuộc sống tinh thần. Pháp môn này tu hành viên mãn sáu thứ, tự lợi lợi tha, thành công sự nghiệp.

Sáu pháp Ba La Mật gồm: ***Bồ Thí, Trì Giới, Nhẫn Nhục, Tinh Tấn, Thiền Định, Trí Tuệ.***

Bồ thí có thể giải thoát được tâm “tham” của thân tâm. Trì giới có thể giải thoát được “tà hạnh” của thân tâm. Nhẫn nhục có thể giải thoát được “sân hận” của thân tâm. Tinh tấn có thể giải thoát được “giải đãi” của thân tâm. Thiền định có thể giải thoát được “tán loạn” của thân tâm. Trí tuệ có thể giải thoát được “ngu si” của thân tâm.

A. BỐ THÍ

Trong đại thừa Phật pháp, bố thí được xem là pháp đầu của sáu pháp Ba La Mật. Bởi vì bố thí là hành vi có thể thăng hoa được nhân cách. Nó có thể phát sinh năng lực của “sự vượt qua” (gọi là ĐỘ). Nghĩa là đem sự nhỏ mọn, cố chấp, đố kỵ, bì quan mà vượt qua, sang đến bờ bên kia là sự nhiệt thành, thoải mái, rộng rãi, tri túc và giàu có.

Bố thí là phát tâm Bồ Đề, rộng lợi ích tất cả chúng sanh, giải thoát khổ nạn của chúng sanh, giúp cho chúng sanh an lạc.

Mục đích của bố thí là thương xót chúng sanh, vì khiến chúng sanh an lạc. Không ở việc mong cầu, không mong báo đáp, không trông đợi ở nơi tiếng tăm.

Bố thí (làm thiện) cần phải thành tâm, không được phân biệt đối tượng, ôm lòng nặng đây nhẹ kia. Ngược lại thì không phải là bố thí.

Bố thí không khó, khó ở chỗ đạt được cảnh giới không có cái “ta” bố thí, không có “người” thọ của bố thí., cũng không có “vật” được thí.

Bố thí tức là “thí xả”. Vấn đề thí xả có nhiều phương diện, Chẳng hạn, bố thí dưới hình thức tài vật (tiền bạc, vật chất); hoặc dùng trí huệ, học vấn, hoặc thể lực, năng lực của mình mà giúp đỡ cho người.

Bố thí gồm có: tài thí, pháp thí và vô úy thí.

- + **Bố thí tài** (tài thí), là đem năng lực, tài sản của mình ra mà bố thí, mỗi niệm mỗi niệm vì người khác, không tự kỷ. Bố thí tài gồm có nội tài và ngoại tài (Nội tài là năng lực, khả năng của bản thân, còn ngoại tài là tiền của vật chất).
- + **Bố thí pháp** (pháp thí), nghĩa đem Phật pháp giáo hoá dẫn dắt chúng sanh, giúp họ được độ. Khi người khác muốn biết, muốn học tập, chỉ cần ta biết, ta có thể nhiệt tình hướng dẫn họ mà không đòi hỏi họ phải báo đáp. Cho nên bố thí pháp không nhất định là phải giảng kinh, nói pháp.
- + **Bố thí không sợ sệt** (vô úy thí), là cứu độ khổ nạn cho chúng sanh. Vì thế, ta nên lấy tinh thần an ủi giúp đỡ, khiến cho người xa lìa lo lắng, không còn sợ hãi, thoát khỏi sự bất an.

Giữ tâm làm thiện phải vì lợi ích chúng sanh, chân chính thiết thực, tùy sức tùy khả năng. Giả sử ta không có trí tuệ lại không có năng lực, càng không có của tiền vật chất, làm sao mà thí? Ở nhà hiếu thuận cha mẹ, ở ngoài tôn thầy kính lão, hiếu để trung tín, kính trên hòa dưới, tâm giữ chân thành, hiền hậu, ôn hòa nhẹ nhàng, nhân từ đáng mến, diện mạo hòa vui, thái độ cởi mở đãi người tiếp vật,... đều là những việc thiện. Hoặc có thể sanh khởi tâm tùy hỷ, tán thán khen ngợi việc tốt của người khác; người có việc buồn cần ta nên an ủi họ, đối với kẻ thất chí nên nói lời khích lệ,... Không phải bố thí là cứ phải cho bao nhiêu tiền, bao nhiêu vật mới là làm thiện. Chỉ cần giữ tâm thiện mới là thiện, không phải là làm được bao nhiêu thiện mới là thiện. Nếu làm được ít

tiền bạc, có thể mỗi tháng bố thí một phần nhỏ của thu nhập, còn như có nhiều thì có thể bố thí nhiều, làm việc cúng dường tam bảo, in (giúp) kinh sách, phóng sinh, cứu giúp nạn gấp, kẻ nghèo, người bệnh, người cần giúp đỡ...

Đối với việc thí xả tài vật (hành thiện) giúp người, không nên có một chút tâm hư vinh hay kiêu mạn, tự đại, đồ kỵ, mà phải hoàn toàn xuất phát từ tâm chân thành. Ngoài việc bỏ tiền ra rồi, chúng ta cũng nên xem xét động cơ và thái độ về việc thiện của mình, có phải là chân chính của “Ba La Mật” hay không? Hay là xuất phát từ tâm tham danh, cầu công đức phước báo của thế tục?

Sau khi bố thí mà sinh tâm hối hận, hoặc khoe việc làm thiện của mình, đây không phải là bố thí tốt nhất. Sau khi bố thí hoan hỷ trong lòng, và lại không đem việc bố thí của mình mà nhận lấy đối tượng được bố thí, và vật được thí không vướng bận trong lòng, đây mới là bố thí đỉnh cao.

Chỉ cần bố thí bằng tâm chân thành, thì dù là một nghìn đồng cũng hơn là hàng trăm triệu đồng mà tâm không chân thành. Bố thí mà tâm còn nghĩ đến công đức, danh tiếng, thì dù cho bố thí hàng trăm triệu đồng, công đức cũng chẳng là bao nhiêu.

Làm thiện, trong trăm việc thiện, “Hiếu” là trước nhất, không hiếu thuận với cha mẹ, không thể nói là làm thiện. Làm người, dù con trai hay con gái, phải nên phụng dưỡng kính thuận cha mẹ. Hiếu thuận cha mẹ mà

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

chỉ lấy cơm áo, tiền bạc để lo là chưa đủ đâu. Hầu hạ mẹ cha cần phải cung kính, phải nhẹ nhàng, một lời nói một việc làm đừng khiến cho cha mẹ phải thương tâm khó lòng, cần phải làm cho cha mẹ sinh tâm hoan hỷ, việc chính đáng cha mẹ làm không nên ngỗ nghịch, trái ngược, dắt dẫn cha mẹ tin Phật, học Phật tu hành mới là báo đáp ơn cha mẹ chân chính.

Bỏ người nhà cuộc sống gian khổ, không đoái hoài mà đi làm thiện, chẳng được công đức.

Tu thiện như thế chia ra có: Chân thiện, giả thiện, dương thiện, âm thiện, thị thiện, phi thiện, bán thiện, mẫn thiện, đại thiện, tiểu thiện, nan thiện, dị thiện.

Thế nào gọi là chân thiện, giả thiện?

Tu hành trọng yếu nhất là xuất phát từ sự chân thành mà không có sở cầu, giữ tâm lợi ích xã hội quốc gia, làm cho tất cả chúng sanh tạo phước, làm thiện không cần báo đáp, không lộ bày dấu vết, việc thiện như thế là “chân thiện”. Làm việc thiện vì đại chúng xã hội mà mình còn muốn sự báo đáp tương đương, hoặc mục đích lợi ích hay mưu toan nào đó, đây là trong cái thiện có xen lẫn với cái ác (thiện không thuần chất), không phải là chân thiện. Thiện mà muốn người thấy biết, không phải là “chân thiện”.

Thế nào gọi là dương thiện, âm thiện?

Khi làm việc thiện mà người ta biết thì gọi là dương thiện. Làm thiện mà không bị người ta biết thì gọi là âm

thiện. Việc thiện của ta làm mọi người đều biết, người người nhìn thấy khen ta tốt, thì chỉ có thể được tiếng khen (danh dự) và kính nể. Khen tốt tức là phước, chính phủ biểu dương ta là người tốt, làm được rất nhiều việc tốt, quả báo đều rất rõ ràng. Cho nên chúng ta nên hiểu rằng, không luận là làm bao nhiêu việc thiện, bắt tất phải để cho người khác biết, thì việc thiện vĩnh viễn tích chứa ở trong đó, mà không cầu báo hiện khởi, gọi là “tích đức”. Người khác biết rồi, thiện sẽ không chứa được, làm bao nhiêu thì báo trả bấy nhiêu, về sau quả thiện không còn chút nào. Do vậy, hành thiện mà người khác không biết, “âm đức” sẽ rất sâu dày.

Thế nào gọi là thị thiện, phi thiện (thiện phải, thiện quấy trái)?

Việc thiện lại phân ra “thị thiện” và “phi thiện”. Nghĩa là, một việc làm trước mặt thấy là thiện, trên bản chất chẳng là thiện; hay với nhất thời là thiện nhưng với đời sau là phi thiện; hoặc đối với một vài cá nhân là thiện, nhưng với quốc gia xã hội là phi thiện. Cho nên đối với thiện - ác không thể chỉ xem hiện tại trước mắt, cần phải hiểu được ảnh hưởng đối với quốc gia xã hội, đối với hậu thế lâu dài về sau, là mặt chính hay là mặt tà.

Thế nào gọi là bán thiện, mãn thiện (thiện một nửa, thiện đầy đủ)?

Bồ thí một trăm triệu đồng, nhưng tâm ý ngược lại không chân thành. Bồ thí một vài nghìn đồng, nhưng tâm ý chân thành. Lấy đây làm thí dụ, thì một trăm triệu đồng kia là “bán thiện”, một vài nghìn đồng đó là “mãn

thiện”. Đem của tiền mà giúp đỡ cho người khác, không phải ở nơi tiền nhiều hay ít, mà là thành ý nơi chân tâm, hết lòng hết sức mà làm, tức là mãn thiện. Nếu bố thí tiền của mà lòng tiếc tiền của, thì ân mong báo đáp, hoặc có mưu đồ, như thế dầu cho bố thí trăm triệu đồng, cũng chỉ có một nửa thiện mà thôi!

Thế nào gọi là đại thiện, tiểu thiện?

Làm việc thiện vì lợi ích cho chúng sanh, quốc gia xã hội, thì thiện tuy nhỏ mà công đức lớn. Nếu chỉ vì lợi ích cho mình hay gia đình người thân, như thế tuy lớn mà cũng là nhỏ.

Thế nào gọi là nan thiện, dị thiện (Thiện khó làm, thiện dễ làm)?

Cũng giống như tu thân khắc kỷ, cũng cần khắc phục từ chỗ khó khắc phục, thì lỗi làm nhỏ cũng không thể phạm. Như mười năm tiết kiệm tích góp, trả nợ thay cho người khác, hay cứu giúp những gia đình lâm cảnh khốn... Việc thiện này rất khó làm mà rất đáng quý, mà phước cũng rất hậu. Người có tiền tài thế lực, làm việc thiện rất dễ, tuy dễ mà không chịu làm, tức là thiện dễ làm mà không làm thì giàu mà bất nhân.

Có người thường nói: “Chờ lúc tôi có tiền mới bố thí làm việc thiện”. Bố thí không ở nơi cầm tiền đưa ra, có thể dùng trí tuệ hoặc khả năng của mình, tùy thời đều có thể giúp đỡ người, tùy duyên bố thí. Bố thí ở nơi tâm thương xót, tâm chân thành và cung kính.

Tài thí có thể độ người khổn đốn ách nạn, không thể độ người thoát ly sinh tử. Pháp thí có thể độ huệ mạng của người thoát luân hồi. Lúc bố thí tài, tâm giữ bình đẳng thành kính, không nên giữ tâm thi ân. Lúc bố thí pháp, phải giữ tâm thanh tịnh, không nên giữ tâm danh lợi.

B. TRÌ GIỚI (không làm các việc ác)

Trì giới tức là giữ giới luật, hành vi không vượt qua quy củ, không tạo các ác nghiệp. Ý nghĩa của giới tức là “dừng ác sinh thiện”.

Lúc Đức Phật sắp nhập Niết Bàn, ngài A Nan thưa hỏi Đức Phật: lúc Phật còn tại thế, tôn Phật làm thầy, sau khi Phật nhập diệt rồi thì lấy ai làm thầy? Đức Phật dạy rằng: “Lấy giới làm thầy”.

Cho nên chúng ta là đệ tử của Phật, hành trì giới luật mới có “đạo sư”, nếu không có giới hạnh, cũng như không có thầy truyền.

Trong luật tạng của Phật giáo, liên quan đến giới tướng của luật học rất nhiều, Phật tử tại gia có: ngũ giới, bát quan trai giới, thập thiện giới... xuất gia có tỳ kheo giới... Tóm lại, đều lấy năm giới làm căn bản mà trì cho được tịnh thì những cái nhánh cành (chi mạt giới) cũng dễ hành trì vậy.

Có câu nói rằng: “Thọ giới dễ, trì giới khó”, xác định là có lý. Nhưng cũng ở nơi thiện căn của chúng ta mà có cạn, sâu, quan hệ nghị lực của tín tâm có hay

không? Nếu như đệ tử của Phật giới luật nghiêm tịnh, thì ai chẳng kính ngưỡng? Chư Phật, Bồ Tát hãy còn hộ niệm, hưởng gì trời, quý thần và con người?

Giới, giúp cho chúng ta tu thành thiện pháp, phòng ngăn việc quấy, dứt cái ác, là đạo ngăn cấm cho thân tâm, khiến thân tâm không làm việc tổn hại chúng sanh, cũng tức là nghĩ ác, làm ác, mỗi loại từng chút đều không nên có, không nên làm.

Giới không phải là dùng để trói buộc người tu hành. Cũng như pháp luật của nhà nước, là muốn chúng ta chẳng nên phạm, nếu phạm rồi, thì sẽ phải chịu sự khống chế, khiến chúng ta phải chịu sự báo ứng của thân hiện tại.

Đệ tử Phật cần phải khéo hộ giữ giới luật, không như vậy thì cũng có thể khiến cho hành giả trở lại nơi biên khổ sinh tử, đọa lạc luân hồi. Đây là tính trọng yếu của giới luật, người có tâm học Phật tu hành không thể không xem trọng giới luật.

Người bước đầu nghe Phật pháp, phần nhiều sanh tâm sợ sệt, nghĩ rằng: “Phật pháp nghiêm quá! Thế này cũng phạm giới, thế kia cũng phạm giới!” cho nên hãi sợ, chẳng chịu thọ giới, chẳng chịu trì giới. Nếu trong lòng không giữ tâm riêng tư tự lợi, không giữ niệm tâm tổn hại chúng sanh, có gì mà ta phải sợ lắm vậy? Pháp luật quốc gia nhiều như thế, anh không phạm luật, ai làm gì được anh? Anh không phải là sống tự do tự tại sao? Trì giới, thọ giới, có gì mà sợ? Tức là sợ anh không muốn làm người tốt, nên mới sợ thọ giới! Nếu học Phật

mà không trì giới, một khi mất thân người, rơi rớt trong ba đường ác chịu khổ, thế mới đáng sợ! Trì giới chính là “thuốc kim đan” cứu pháp thân huệ mạng của chúng ta. Nếu cho rằng sinh tử có phần có số, đó là con cháu của ma. Nếu không cam tâm đọa lạc trong ba đường ác, thì nên cẩn thận trì giới! Giới vốn không dễ trì bởi vì không theo thể tục nên khó phát được tâm trì giới. Trì giới cũng giống như rèn sắt, nung rồi đập, đập rồi nung, bỏ những sái vụn (sái vụn tức là tập khí) thường xuyên đưa vào lửa, thường xuyên đập rèn... đâu phải làm một cái là xong. Tất cả từ từ mà mài luyện, không được miễn cưỡng thọ, không được miễn cưỡng trì, chẳng sợ trì không được mà chỉ sợ không phát tâm. Chư Phật, Bồ Tát đại từ đại bi đưa ra giới luật không phải e dè chúng ta phạm giới, nhưng các thần hộ giới họ không dung cho người phạm giới. Phạm nhiều không bằng phạm ít, phạm ít không bằng chẳng phạm. Chư Phật, Bồ Tát từ bi với chúng ta, chỉ tự chúng ta không từ bi với chính mình mà thôi.

Người thọ giới rồi nếu làm việc xấu thì thảm hại hơn nhiều so với người chẳng thọ giới. Cho nên chúng ta thọ giới rồi không thể không hiểu rõ về giới. Cần giữ gìn không phạm. Giới bị phá rồi, cũng như cái thùng bị thủng, đổ nước vào dù đầy sẽ chảy mất hết. Cho nên “kiên trì giới luật” chúng ta phải luôn ghi nhớ lấy trong lòng.

Trì giới tùy thời tùy chỗ phải sinh khởi chánh niệm, nên lấy đại từ và đại bi làm nguyên tắc, do đó dù ở bất cứ hoàn cảnh nào, niệm không theo đó mà sinh khởi, tự nhiên có thể ngăn dừng ý nghiệp. Đã không có ý nghiệp,

tức không có thân nghiệp và khẩu nghiệp, thì ba nghiệp được thanh tịnh.

C. NHÃN NHỤC

Nhẫn nhục tức là nhẫn nại tất cả khổ đau, chịu được sự khinh khi lăng mạ, không tranh đấu với người khác. Đối với sự nhục mạ của người khác, không sinh tâm sân hận, gọi là nhẫn nhục. Nhẫn nhục cũng là nhẫn nại, không luận làm công việc gì, đều phải có lòng nhẫn nại. Nhẫn nhục giúp sinh tâm nhẫn chịu, tức gặp người chửi mình, đánh mình, thậm chí giết mình, nên giữ lấy sự báo ơn ở nơi tâm Bồ Tát, xem những việc này là cơ hội cho ta tiêu trừ nghiệp chướng đời trước, giúp nhân duyên cho ta mau thành Phật.

Pháp môn nhẫn nhục, từ cạn đến sâu có 05 việc:

1. **Sanh nhẫn:** Tức là mỗi khi bị nổi nhục đến, không tìm cách chạy trốn hay chống cự, chỉ nên kiên cường một lòng nhẫn nại với nó, nhưng tâm lý cảm thấy khó thọ nhận, đau khổ mười phần. Cho nên gọi là sanh nhẫn.
2. **Lực nhẫn:** Chúng ta đối với nổi nhục khi nó đến, lui một bước, nhường ba phần, đem nó đè ép xuống, một lòng xưng niệm danh hiệu Phật, nhờ sức từ của danh hiệu Phật, đem tâm phần hận mà an định, cũng giống như đè bình hồ lô trên mặt nước, chẳng thể buông tay, một khi buông ra thì hồ lô lập tức nổi trở lại, nên gọi là lực nhẫn.

Hai việc nhĩn trên đây gọi là sự nhĩn

3. **Duyên nhĩn:** Ngay lúc nổi nhục hiện ra, chúng ta dùng trí tuệ để “hồi quang phản chiếu” (chiếu rọi lại tự thân tâm mình), tu phép quán nhĩn duyên. Chĩn chĩn mà suy xét vì sao vô cĩ lại chịu nhục, bị đĩn, bị chĩn mĩng, trong đĩ nhất định cĩ nhĩng nguyên nhĩn. Ta bị người hiĩp đĩp làm nhục đều là nhĩn duyên đĩn trước mà quả ác bấy giờ cảm chiếu lĩy, nên đĩn này theo nghiệp mà thọ báo. Như vậy, ý tưởng thọ báo trở thành ý tưởng trả nợ, tự nhĩn nổi nhục khĩ cĩ thể nhĩn mà cĩ thể thọ nhĩn một cách tự nhĩn, tâm tĩnh thoải mĩi, khĩng sinh sĩn hận, cho nên gọi là duyên nhĩn. Người xưa nĩi rằng: “cĩ tâm bao dung thì đức mới lớn, khĩng tham muĩn thì khĩ mới trũm”.
4. **Quĩn nhĩn:** Ngay lúc nổi nhục phát sinh, thì dùng trí tuệ “khĩng quĩn” để quĩn sĩt, hiĩu rĩ đĩng tâm, thân, thể giới, tĩt cả các phĩp, xưa nay là “vĩ ngĩ” (khĩng cĩ cĩi gì ta cĩ thể đĩng). “Ngĩ” là khĩng, thì trong đĩ cĩn cĩ ngĩ nào bị hiĩp đĩp nhục nhĩ u? Cho đến cảnh giới bị nhục? Đây tức là “tĩng ngĩ” cĩ khả năng KHĨNG và “nĩn nhục” đĩng KHĨNG, cả hai cĩi hoĩn toĩn là KHĨNG, cho nên “tĩng nhục” ở khoảng giữa, đĩng nhĩn cũng là trĩn khĩng thể cĩ đĩng. Cũng vậy, tâm sĩn hận của muĩn việc ác đĩ tự nhĩn sẽ khĩng thể phát sinh. Cho nên gọi là quĩn nhĩn.

5. **Từ nhẫn:** Bồ tát mỗi khi gặp nỗi nhục đến, không những không sinh tâm sân hận, mà ngược lại phát tâm từ bi, thương xót người hại mình. Họ hiện tại đánh chửi, làm nhục ta, ta có thể nhẫn thọ, như không có việc đó, chẳng thể báo trả lại. Từ đó khởi “vô duyên đại từ” và “đồng thể đại bi”, tùy nghi phương tiện giáo hóa, khiến cho người khác hiểu rõ qua lại, biết lỗi phải sửa đổi, dứt ác tu thiện, cho nên gọi là từ nhẫn.

Ba nhẫn sau gọi là lý nhẫn.

Nhẫn nhục không những là nhẫn cái nhục của người khác đem đến cho mình, mà càng phải nhẫn hoàn cảnh của chính mình tùy duyên gặp phải. Nếu ở trong nghịch cảnh khốn cùng bệnh khổ, nhẫn làm cho niệm thất vọng thấp hèn không sinh. Nếu ở trong thuận cảnh giàu sang, nhẫn làm cho niệm kiêu căng, mê đắm không khởi. Nếu ở trong cảnh không thuận không nghịch, nhẫn làm cho niệm dòi theo sự di dịch không sinh, chịu sự hiếp đáp nhục nhã không khởi tâm sân hận, gặp sự khen ngợi không sinh tâm tự mãn.

Nhẫn nhục không chỉ là nhẫn sự hiếp đáp nhục nhã, giết hại, cảnh thuận nghịch..., mà cần phải nhẫn đói khát, lạnh, nóng, thương đau, các khổ trên sinh lý. Nhẫn nhục là chiến đấu đến cùng với phiền não của nội tâm, phiền não từng lúc máy động ở nơi tâm của ta và người, nếu một lòng không chịu nhẫn, tức phiền não sẽ chiếm lĩnh trên tâm của ta.

Nhẫn nhục là phương tiện biến chiến tranh thành hòa bình, đổi hung ác thành tốt đẹp, hóa giải hận thù tiến đến hiện bày đại từ đại bi, đồng thời cũng là pháp môn chủ yếu “trên cầu Phật đạo, dưới giáo hóa chúng sanh”.

Nhẫn nhục có: “nhẫn cái khí”, “nhẫn cái khổ” và ”nhẫn cái vui”.

“Nhẫn cái khí”, tức là khi bị người hiếp đáp, nhục mạ, làm tổn thương, ta chẳng khởi tâm oán hận, phần khí. Ta không đi kể lể, không khởi tâm trả thù. Người đời hiếp đáp nhục mạ ta, chê bai ta, là tự ta còn có khuyết điểm, ta nên phản tỉnh tất cả việc làm của mình, nếu có khuyết điểm thì dốc sức sửa đổi để tiến bộ. Lúc chịu nhục còn cảm được vận may, cảm tạ người đã xét nghiệm ta, khiến ta có cơ hội tu “nhẫn nhục”, cảm tạ họ cho ta tiêu được tai ách. Ta nhẫn rồi, việc không còn, được thái bình. Nếu nhẫn không được, ta phải làm thế nào? Cần phải có cái tư tưởng như thế này: họ chửi ta, còn tốt hơn không đánh ta, họ đánh ta, thật là còn may họ không giết ta, nếu họ giết ta thì giúp ta bỏ báo thân này mà vãng sanh Cực Lạc. Nếu gặp lúc giận, thì phải nhẫn, biến nhẫn thành tha thứ, tha thứ rồi tha thứ! Cần chuyển xoay tư tưởng đến chỗ tốt đẹp, nếu chuyển đến chỗ xấu thì thảm lắm, khổ não đầy!

“Nhẫn cái vui”, là ngăn trừ tất cả các thứ thuộc về dục lạc (hưởng lạc trên cảm quan, như không hút thuốc, không uống rượu, ít giao tế qua lại, chẳng bước chân tới chỗ ca hát, cờ bạc, ngay cả ti vi cũng nên hạn chế xem...) để tâm khỏi bị tán loạn không chuyên nhất ngăn ngại việc tu hành. Có tâm dục lạc, tâm cũng không dễ gì

yên tĩnh, tâm không yên tĩnh làm sao có thể định. Cuộc sống bình thường không cầu buông thả và khoái lạc, thì cũng không ưu não và cũng không sợ sệt.

Nhẫn nhục bước đầu khó nhẫn nại vì tập khí, chỉ cần hạ quyết tâm, có nghị lực, thường xuyên, thì có thể làm được thôi. Người Phật tử tu hành chúng ta nên nhìn những tấm gương về hạnh nhẫn nhục trong các truyện tích như: Quan Âm Diệu Thiện, Quan Âm Thị Kính... để noi gương học tập.

D. TINH TẤN

Chuyên nhất không xen tạp, gọi là TINH. Không thối lui gọi là TẤN. Ý nghĩa của tinh tấn là tinh chuyên, không xen tạp. Tấn là không thối lui, không giải đãi, không buông lung, là ý nói sự nỗ lực, có ý chí kiên cố, chỉ có sự cố gắng tiến tới trước không dứt, không có tâm lùi về sau.

Người tu hành Phật đạo, như nông dân làm ruộng, không quản một nắng hai sương vất vả mới có được thu hoạch. Như người kinh doanh, không ngừng lao tâm nỗ lực, mới có được lợi nhuận. Tu hành học đạo cũng là một đạo lý như vậy, không được biếng nhác và gián đoạn. Trong vô lượng pháp môn, phải là “***nhất môn thâm nhập, trường kỳ huân tu***” thì mới có thể thành tựu. Nếu các pháp môn đều muốn học, thì tuyệt đối không thể thành tựu được. Sau khi “một pháp môn” thành tựu, thì vô lượng pháp môn khác lập tức đều thông đạt hết.

Tinh tấn giúp ta đối trị được ma chướng giải đãi (lười biếng), phá phiền não, bức bách...

Tu hành, không thể lúc làm lúc nghỉ, hôm qua như vậy, hôm nay lại cũng như vậy, tu hàng ngày, tu hàng năm, tu trọn đời, không nên quá gấp hay quá chậm. Không phải một năm hay mười năm thì có thể tu xong, quá gấp dễ sinh mệt mỏi làm thương tổn sức khỏe. Không nên mang tư tưởng ngày nay không tu còn có ngày mai, năm này không tu còn có năm sau, dễ khiến thân tâm biếng lười buông lung. Tinh tấn như giọt nước chảy lâu làm xuyên đá núi.

E. THIỀN ĐỊNH

Thiền định đối trị cho sự tán loạn: chúng sanh thì tâm tính tán loạn, vọng tưởng lăng xăng, tâm như vượn, ý như ngựa, luôn nghĩ đến sự ruồi rong, từng sát na sinh niệm, niệm niệm không dừng, nên tu thiền định để thoát thân tâm tán loạn.

Thế nào gọi là thiền? Thiền là nhất tâm xét vật. Thế nào gọi là định? Định là tĩnh lặng tư duy một cảnh. Ý nghĩa và mục đích chân chánh của thiền định là ở trong tĩnh lặng tư duy tập trung tinh thần, thống nhất tư tưởng, trừ bỏ tất cả vọng tưởng tạp niệm, cảnh tịch tĩnh không, thoát ly thế giới huyễn tưởng chủ quan, mà nhập vào thế giới an bình tĩnh lặng chân chánh.

Thiền định tức là lìa tất cả tướng ở bên ngoài, tâm tánh bên trong không loạn. Nếu chấp trước tướng của ngoại cảnh, tâm tánh bên trong cũng sẽ hỗn loạn. Có thể

lìa được tất cả các tướng ở bên ngoài, tâm tánh ở bên trong cũng có thể bất động.

Người bước đầu học tập Phật pháp, tâm thô tán loạn rất nhiều, định lực không đủ, trong một sát na niệm trước diệt, niệm sau sinh, niệm niệm liên tục trọn không dừng dứt. Vì thế phải khởi được chánh niệm, từ từ có thể khiến cho tâm niệm thanh tịnh mà đạt đến vô niệm. Công phu này cần thiết phải có thời gian lâu dài mới có thể vào được định, đạt tới cảnh giới vô niệm. Tốt xấu, chê khen, mừng giận đều không khởi tâm động niệm, mới có định lực.

Niệm Phật cũng là một phương pháp thiền định. Có thể niệm cho tới khi miệng không niệm mà tâm ở nơi niệm, chẳng niệm mà tự niệm. Niệm Phật có công phu rồi, “niệm Phật tam muội” không xa.

F. TRÍ HUỆ (Bát Nhã)

Trí huệ được chứng đắc từ thiền định, nói cách khác là nhờ trì giới mà được định, từ định sẽ phát sinh trí huệ. Nhưng trí huệ này thanh tịnh mà không phải là trí hữu lậu như thông minh, đa văn, bác học của người đời, mà là chánh trí viên dung vô ngại. Trí tuệ này có khả năng chiếu phá tất cả các phiền não, hiển bày bản tính chân như, rõ biết tất cả chân tướng của vũ trụ. Khi có được trí huệ, đối với tất cả các pháp thế gian và xuất thế gian, vạn tượng vũ trụ, không chỗ nào là chẳng biết, không chỗ nào mà chẳng hiểu, có thể thông sự đạt lý, phân biệt thị phi, phá trừ các mê hoặc. Chính xác rõ hiểu chân

tướng các pháp và khế hợp nhận thức chính xác của chân lý, rất rõ ràng nên lời nói cũng viên dung.

Tu sáu pháp Ba La Mật cần phải đồng thời tu cả sáu pháp, không được thiếu một pháp. Vì không có định thì chưa thể có huệ, có định mà không có huệ thì chưa ra khỏi trầm mê. Nếu chẳng trì giới sẽ trở ngại cho các thiện pháp. Ba học đủ mà không bố thí không thể nhiếp hóa chúng sanh. Bố thí mà không tu ba học thì chỉ trồng nhân phước báo trời, người. Trì giới mà không nhẫn nhục thì khó điều hòa khí sân. Có tinh tấn mà không có các pháp (độ) khác thì luống uổng công phu. Có các độ mà không có tinh tấn thì ban đầu siêng năng mà sau giải đãi. Cho nên nhất định phải sáu độ cùng tu, mới có thể đạt được hai việc lợi (tự lợi, lợi tha) của hàng đại thừa Bồ Tát một cách viên mãn.

Hành giả tu Bồ Tát hạnh, ngoài việc siêng tu trì sáu độ Ba La Mật ra, còn cần phải thực hành “Bốn phép nhiếp”, mới có thể vào sâu trong nhân gian mà cứu độ chúng sanh.

G. BỐN PHÉP NHIẾP

Bốn phép nhiếp tức là: Bố thí nhiếp, Ái ngữ nhiếp, Lợi hành nhiếp, Đồng sự nhiếp.

- 1. Bố thí nhiếp:** Là đối người có nhu cầu tiền, ta dùng “tài” để bố thí. Đối với người cầu tâm làm trọng, ta dùng “pháp” để bố thí. Từ chỗ thích hợp với đầy đủ nhu cầu của chúng sanh, khiến

cho tâm họ được hoan hỷ mà tiếp nhận sự giáo hóa, mà đạt được mục đích hóa độ chúng sanh.

- 2. Ái ngữ nhiếp:** Đối với người thường nói lời ôn hòa vui từ ái, khéo léo khiến người nghe sinh tâm hoan hỷ. Từ đó khiến họ phát tâm nguyện ước muốn nghe mà đạt đến mục đích hóa độ chúng sanh. Ái ngữ không phải là lời nịnh hót, hoa mỹ hoặc nói dèm pha.
- 3. Lợi hành nhiếp:** Dùng các việc làm của thân, miệng, ý đều có lợi cho người, toàn tâm toàn ý vì mọi người mà phục vụ, khiến cho họ vui vẻ, cam tâm tình nguyện cùng tu Phật đạo, nương theo lời dạy mà vâng làm để đạt đến mục đích độ người.
- 4. Đồng sự nhiếp:** Vào sâu trong xã hội, làm việc cùng với mọi người, cùng sinh hoạt và gần gũi với họ, khiến cho bên kia bên đây tình như thủ túc, ở nơi hoàn cảnh khế cơ hợp duyên mà hóa độ họ.

Bồ Tát vì thành tựu Phật đạo tối hậu mà tu sáu độ “Ba La Mật” và pháp môn lợi tha “bốn phép nhiếp”.

12. BỐN TÂM VÔ LƯỢNG

Bốn tâm vô lượng còn gọi là “bốn đẳng tâm”. Ý nghĩa này là chỉ lấy tâm bình đẳng mà không sai biệt để giáo hóa lợi ích tất cả chúng sanh. Ở đây xin nói đơn giản như sau:

1. **Tâm từ:** Tức là nghĩ thương yêu chúng sanh mà cho chúng sanh được an lạc.
2. **Tâm bi:** Bi, là chỉ sự thương xót, tức là tâm dẹp đi khổ. Cũng có nghĩa là nghĩ thương chúng sanh chịu các điều khổ, mà thương ô lòng bi, cứu giúp chúng sanh thoát ly khổ đau.
3. **Tâm hỷ:** Thấy người ngăn ác làm lành, ta sinh tâm hoan hỷ tán thán. Thấy người lìa khổ được vui, ta sinh tâm hoan hỷ.
4. **Tâm xả:** Xả là tâm từ, bi, hỷ đã làm không để ở trên tâm, xả mà không còn dính mắc đến oán, thương, yêu, ghét. Hết thấy đều buông bỏ.

Vui vẻ cùng chúng sanh gọi là Từ, cứu khổ chúng sanh gọi là Bi. thấy chúng sinh lìa khổ tâm sinh vui sướng gọi là hỷ. Một mực bình đẳng đối với chúng sanh, kẻ oán người thân đều xả mà không còn dính mắc gọi là xả. Tu trì bốn tâm trên sẽ giúp ta không chấp trước.

13. TÂM ĐƯỢC THANH TỊNH

Tâm được thanh tịnh là tâm không động niệm. Nói cách khác, tâm thanh tịnh là trạng thái của tâm không còn các thứ như: vọng tưởng, tạp niệm, phiền não, việc ác, việc thiện, hiện tại (trừ việc đang công tác), tương lai... Đạt được cảnh giới này tức là cảnh giới tâm bất loạn

Để đạt được tâm thanh tịnh không phải là chuyện dễ dàng, mà phải có thời gian công phu tu tập với quyết tâm

cao. Có người tu mấy mươi năm mà chữ “tham” chữ “ái” không bỏ thì làm sao tâm thanh tịnh? Nếu muốn tâm được thanh tịnh, thì muôn sự phải xả, muôn duyên phải rời.

Tâm thanh tịnh không phải như người gỗ đá, mà là gặp việc không mê, chỉ có chánh niệm, không có tà niệm. Tu tâm thanh tịnh, nhất định cần hạ quyết tâm rất lớn, tâm thường xuyên nhẫn nại, tức là “đắm nhiễm tình đời” (nghĩ tưởng bận tâm về người, việc, vật của thế gian), chúng ta nên xả ly càng nhiều càng tốt, chẳng cần nghĩ tưởng bận tâm, đem cái niệm nghĩ tưởng bận tâm chuyển biến thành cái niệm: NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT. Đem lợi ích của bản thân và gia đình mình biến làm lợi ích cho tất cả chúng sanh, mà không nghĩ tưởng đến mình. Có thể khởi tâm niệm là A DI ĐÀ PHẬT, nhất tâm chỉ có A DI ĐÀ PHẬT, không bị ngoại cảnh chuyển. Như vậy tâm chúng ta cũng thanh tịnh.

A/ NHÌN RÕ – BUÔNG RỜI

Nhìn rõ, tức là nhìn tất cả các giả tướng của thế gian đều vô thường, như sinh không mang gì đến, chết không mang gì theo, có người khác cũng tốt, không người khác cũng tốt. Người có tiền cũng là người, người không tiền cũng là người. Người có tiền ăn nhiều thịt nhiều cá gọi là ăn no, người không tiền ăn rau xanh, đậu hũ cũng là ăn no. Nhưng người có nhiều tiền có được mấy việc không khổ não buồn lo? Người không tiền mà cuộc sống được vui vẻ, tự tại, tâm vui thì cảnh thường vui. Biết (tin) lý nhân quả thì “nhìn được rõ”. Bi thương, sợ sệt, buồn lo, bận tâm, tham lam, phần hận tức là nhìn không rõ.

Buông rời, tức là không chấp trước ở nơi người, việc, và các thứ của thế gian như tiền tài, người thân, nam nữ, ăn uống, ngọc ngà châu báu, bảo vật... Không bận tâm, có cũng như không, chẳng mong ngóng nó, chẳng vì nó mà bận tâm so tính buồn phiền.

Dem người, vật, việc của thế gian từng cái, từng cái nắm trên tay mà buông đi, buông đi, buông càng nhiều càng nhẹ, buông càng triệt để thì càng không bận tâm. Việc hôm qua không hồi, không oán, việc của ngày nay không tham không cầu, việc của ngày mai không lo không sợ.

Tâm đầy đủ mới có thể buông được, tâm đầy đủ là tâm địa tự bình. Tâm không đầy đủ là buông chẳng rời, như không có tiền thì muốn có tiền, có tiền rồi lại muốn có nhiều hơn, càng nhiều càng tốt. (Tâm đầy đủ không phải là đầy đủ cho tâm tham vọng ham muốn của mình, mà làm tâm “thiếu dục, tri túc” vậy). Nếu như chấp dính việc thế gian mà không buông xả, thì ở nơi việc vãng sanh là một thứ chướng ngại lớn.

Nhiều đời nhiều kiếp, tâm của chúng ta đã sinh chấp dính cái được ở thế gian, chỉ sợ mất đi, tham luyến mà buông xả không được, lại còn tìm cầu cho đầy đủ đời này, thì sẽ chuốc lấy khổ não càng nhiều cho chính mình, và cũng sẽ ngăn trở con đường vãng sanh thế giới Cực Lạc.

B/ TÂM BÌNH THƯỜNG

Tâm bình thường là tâm biểu hiện ở việc làm tự nhiên trong cuộc sống ngày thường, không bị niệm lăng xăng, cố chấp, lộn xộn làm trở ngại, mà có thể làm việc một cách yên ổn thỏa đáng thuận lợi theo lệ thường ngày, khiến cho sinh hoạt chính mình không bị trôi buộc.

Chúng ta chỉ cần lấy tâm bình thường để đối mặt với cuộc sống hiện thực, không phân biệt tốt xấu, được mất. Giàu do người khác giàu, nghèo do người khác nghèo, bệnh do người khác bệnh, già cũng do người khác già, tùy thuận tự nhiên không cưỡng cầu, mở thoát những việc trôi buộc, mặc cho bốn mùa biến đổi, đều là thời tiết tốt tươi.

Tâm bình thường là một cái tâm giữ được sự quân bình mà thuần khiết, có trí huệ viên dung, không bị sắc tướng cõi dục làm mê, không bị huyền tướng trần lao làm lầm lạc (dối gạt), tâm trong sáng tự tại, bình thản vui tươi, trải qua cuộc sống vui vẻ đơn thuần.

Con người có tâm chân thật, nhẫn nhịn, bình ổn và tha thứ, thì gặp việc từ nơi bao dung mà ổn định, không nên vì người, sự tình, vật chất làm cho ta phiền não. Cho nên tâm bình thường tức là cuộc sống bình đạm, bình thường, lấy tâm từ ái mà bao dung tất cả.

14. SANH TỬ VÀ NGHIỆP

Sanh tử vô thường mang đến cho chúng sanh nỗi sợ hãi và bất an rất nhiều. Nhiều người nghĩ rằng người

chết rồi thì mọi sự chấm hết. Đây là do con người chỉ có nhục nhãn mà không có huệ nhãn, không thấy được chân tướng của vạn tượng vũ trụ, nên mới nghĩ như thế. Nhưng Đức Phật không những có nhục nhãn, huệ nhãn mà còn có Phật nhãn. Chân tướng của muôn hình vạn tượng vũ trụ Phật thấy rất rõ ràng. Ngài nói sinh mạng của con người không phải là chết rồi thì kể như xong hết, nếu như đơn giản như thế này, đời người có cái tâm tham muốn, thích làm gì thì làm cái nấy! Hơn nữa, đâu cần phải nói cái việc nhân quả báo ứng thiện ác, nêu rõ sinh tử như thế nào là phiền rồi! Thật sự, sinh mạng ta trước khi chưa sinh đã có rồi, cũng không phải chết rồi là hết! Không phải nói qua loa vài ba câu thì có thể nói được rõ ràng, đồng thời cũng là vấn đề rất khó giải quyết. Do đó, với nhu cầu học Phật tu hành, là để giải quyết đại sự sinh tử đời này của chúng ta.

Người tu hành học Phật đối với cái chết, cần thiết phải ghi nhớ hai điều đạo lý:

1. Đời người vô thường, con người ai ai cũng đều phải chết, hoặc tuổi thọ hết, hoặc phước hết, hoặc chết đột ngột.
2. Không nên cho rằng thọ mạng là do Trời định, mà thực tại là do nghiệp ác hiện đời, việc không nên làm mà làm, không khéo giữ gìn bản thân. Chớ nên cho là nhất định tùy thuộc ở tuổi thọ hết mà chết. Còn việc chết đột ngột thì sao? nào là tai nạn về nước, lửa, hung sát, xe cộ, trúng độc... tử vong không chính đáng.

Hiện tượng sinh tử luân hồi liên tục, nhân tố chủ yếu chính là **NGHIỆP**.

Nghiệp, tiếng Phạn gọi là “yết ma”, nghĩa là “tạo tác”. Chúng ta ở trên tư tưởng mà phát ra tạo tác các hành vi ở nơi ngôn ngữ và thân thể, gọi là “nghiệp”. Bất luận có hành động thể nào, Phật pháp đều gọi là **NGHIỆP**.

Nghiệp có ba tánh: thiện, ác và vô ký. Thiện nghiệp thì chiêu lấy thiện quả, ác nghiệp thì chiêu lấy ác quả, vô ký nghiệp không phải là thiện hay ác, cho nên không cảm quả.

Liên quan đến “nghiệp”, hơi khó cho chúng ta hiểu rõ, bởi vì nó không hình không tướng, không chất không lượng, nhưng người ta khởi tâm động niệm, đều thành nghiệp chủng, và lại không thể mài dũa hay diệt đi, nó tồn tại hằng hữu, gặp duyên thì khởi tác dụng. Chúng ta nếu miễn cưỡng làm một phép so sánh, thì không ngại nói là ẩn tượng trong ý thức của chúng ta. Chúng ta mỗi khi khởi tâm động niệm, cho đến ngôn ngữ hành vi, không kể là thiện hay ác, trong ý thức sẽ lưu giữ ẩn tượng, đây là chủng tử nghiệp được gieo vào trong thức thứ tám, ruộng thức thứ tám là A Lại Da thức. Chúng ta ở nơi ngôn ngữ và hành vi của thân tâm cho ẩn tượng lưu giữ trong ý thức, tuy có cạn có sâu, nhưng đều không do sự lâu hay tạm của thời gian mà xóa diệt. Đối với một sự vật nào đó, ẩn tượng sâu sắc thì trọn đời khó quên. Hiện tại các nhà tâm lý học giải thích “mộng” là hoạt động ẩn chứa trong ý thức đồng thời cũng biểu thị cho chúng ta thấy nghiệp lực cũng là bất diệt.

Nghiệp lực đều không ở nơi sự tử vong của nhục thể mà tiêu diệt, sau khi nhục thể tử vong, nghiệp lực gói gắm ở trong A Lại Da thức, thức này lại chịu sự chi phối của nghiệp lực, trở lại kết hợp cùng với vật chất riêng thành một sinh mạng mới. Nhưng sinh mạng mới hình thành là người, là súc sanh, là thần, là quỷ, A Lại Da thức không thể tự chủ, toàn dựa vào sự dẫn dắt của nghiệp lực. Trên kinh Phật có nói nghiệp lực dắt dẫn A Lại Da thức là: “ví như đòi nợ, kẻ mạnh dẫn trước”.

Nghiệp lực tức là sau khi tạo tác hành vi, năng lực giữ gìn liên tục mà dẫn phát. Thọ báo nhân gian đời này là nghiệp lực đời trước. Nghiệp lực đời trước cùng với nghiệp lực đời này lại quyết định cho tiền đồ đời sau. Đây chính là nhân quả báo ứng ba đời.

Dựa theo luật nhân quả của nghiệp lực mà nói, thời gian nghiệp báo phát sinh có ba dạng:

1. Đời này tạo nghiệp, mà đời này cũng thọ báo.
2. Đời này tạo nghiệp, mà đời kế đến thọ quả báo.
3. Đời này tạo nghiệp, mà hai hay nhiều đời sau mới thọ quả báo.

Đây cũng tức là từ ba đời quá khứ, hiện tại, vị lai mà nói rõ nhân quả là vấn đề không thể tiêu diệt. Chỉ cần nhân duyên đầy đủ, rồi cuộc cũng phải chịu báo ứng.

Dựa theo lập trường “thiện có báo thiện, ác có báo ác” mà nói, mỗi con người ở mỗi đời đều có thiện nghiệp và ác nghiệp, như thế thì vĩnh viễn không có cách nào liễu thoát sinh tử hay sao? Thật ra, chỉ riêng nghiệp

lực thì không nhất định có thể khiến chúng ta phải sinh tử luân hồi. Ngoài nghiệp lực còn phải có điều kiện của phiền não, trong đó “tham ái” là tối trọng yếu. Vì vậy, Phật pháp cũng bảo là: “dứt phiền não, xong sinh tử”.

15. BA CÔI VÀ SÁU ĐƯỜNG.

Hữu tình trong ba cõi, vì mê hoặc mà tạo nghiệp, vì tạo nghiệp mà thọ khổ, rồi do thọ khổ lại mê hoặc. Ba thứ: hoặc - nghiệp - khổ này hình thành ra vòng lẩn quẩn tuần hoàn. Nhưng nghiệp tạo ra, có thể chia ra nghiệp thiện, nghiệp ác, nghiệp nhẹ, nghiệp nặng. Do đây quả báo nhận được cũng có phân ra làm sáu đường. Nghiệp thức ở trong sáu đường mà sinh đây tử kia thì gọi là luân hồi sáu đường.

Thế nào là sáu đường? Sáu đường là: Trời, A Tu La, người, ngạ quỷ, súc sinh và địa ngục. Ba đường trước gọi là các đường thiện, ba đường sau gọi là ba đường ác (tam ác đạo).

Trong đó, cõi trời phước báo rất nhiều, thọ mạng cũng rất dài. A Tu La phước báo giống trời, mà tâm sân rất nặng, đấu tranh không dừng. Người thì khổ nhiều vui ít. Súc sinh thì là toàn khổ thôi. Ngạ quỷ thường chịu đói lạnh, nên gọi là ngạ quỷ. Địa ngục thì rất khổ đau, các kiểu và mức độ của sự dày dọ không thể kể xiết. Song ở trong sáu đường này, phước báo khổ vui trong mỗi đường cũng rất phức tạp, như ở cõi người có giàu sang và nghèo hèn, thành đạt và cùng khổ, thọ và yếu... Ba cõi, trong đó chia ra: cõi sắc, cõi dục và các cõi trời vô

sắc. Tóm lại, đều do nghiệp lực chiêu cảm, thiện thì đi lên mà ác thì đọa xuống, lý cố nhiên là như vậy.

Ba cõi: 1. Dục giới (thế giới dục, có đủ nam nữ, ăn uống). 2. Sắc giới (thế giới tâm thức, lìa nam nữ, ăn uống). 3. Vô sắc giới (thế giới tâm thức, không có hình sắc).

Sáu đường: Trời, A Tu La, người, ngạ quỷ, súc sinh và địa ngục.

CON NGƯỜI – Sanh từ đâu đến và chết đi về đâu?

Con người, đời này làm người, là đời trước phước báo cõi trời đã hưởng hết nên đọa lạc vào con đường làm người. Hoặc ở nơi cõi người sau khi chết mà trở lại sinh làm người. Hoặc do khổ báo ba đường ác chịu đủ rồi chuyển sinh làm người.

Người chết, chẳng phải là một khi chết là hết, mà chết chỉ là nhục thân chết thôi. Người đời nói “linh hồn”, cái đó vĩnh viễn không thể chết, mà lúc sinh tiền, làm thiện thì thăng thiên hưởng phước hoặc sinh trở lại làm người, nếu làm ác, thì đọa lạc trong ba đường chịu lấy khổ báo, tức là chết đây rồi lại sinh, sinh rồi lại chết. Sinh chết, chết sinh xoay vần luân chuyển, trọn không dừng lại, đây gọi là luân hồi sáu đường. Cũng tức là báo ứng nhân quả thiện có thiện báo, ác có ác báo.

Sáu đường thì đường nào tốt nhất? Đương nhiên đường Trời (thiên đạo) là tốt nhất, kế tiếp là A Tu La, rồi

đến người. Còn các đường khác, cứ thấp xuống một đường thì khổ lại tăng thêm.

Chúng ta nhờ dựa vào lương tâm, làm nhiều việc thiện, không thể ra khỏi luân hồi sao? Xin khẳng định là không! Người làm việc thiện thì sau được báo ứng tốt sinh vào thiên đạo, khi phước báo hết lại chuyển đến các đường khác, cũng như vậy có thể chuyển sinh đến đường súc sinh. Nếu muốn thoát ly luân hồi sáu đường mà chỉ nhờ vào việc làm thiện thì không đủ đâu, không học Phật tu hành dứt khoát không thể được, chí thành chuyên nhất tinh tấn không biếng lười, không phô bày, không lơ là, mới có thể ra khỏi luân hồi sáu nẻo.

16. PHIỀN NÃO

Phiền não còn gọi là hoặc, trần lao, nhiễm ô v.v... Do vì nó nhiễm loạn sự thanh tịnh thân tâm chúng sanh hữu tình, không được giác ngộ, làm chướng ngại lý tưởng Niết Bàn.

Phiền não thường không hiển bày ở bề mặt mà chủ yếu là tiềm ẩn có tính cách tà ác và cố tật ở chỗ sâu xa của nội tâm, một khi có cơ hội liền hiển bày biến hóa.

Phiền não, có thể phân ra “căn bản phiền não” và “tùy phiền não”. Tùy phiền não lại có thể từ lớn tới nhỏ về phạm vi nhiễm ô mà chia ra: tiểu tùy phiền não, trung tùy phiền não và đại tùy phiền não.

Phiền não gồm sáu loại: tham, sân, si, mạn, nghi, kiến. Trong sáu phiền não đó, năm thứ đầu là sự mê

hoặc chấp trước trên tập quán, gọi là TU HOẶC (tu hoặc). Đối với phiền não tư hoặc này dù cho có thể hiểu biết trên lý luận nó là các loại sai lầm, nhưng rất khó sửa đổi, loại tập quán này mê hoặc ngoan cố, cho nên cần phải dựa vào thời gian dài với sự nỗ lực tu hành mới có thể lần hồi dứt trừ. Tư hoặc còn gọi là “độn sử” (phiền não nặng nề chậm lụt). Còn Kiến, là sự mê hoặc trên tư tưởng, cũng gọi là KIẾN HOẶC. Loại phiền não này có thể nghe lý luận chính xác mà lãnh ngộ, thì có thể lập tức trừ bỏ mê hoặc, do đó cũng gọi là “lợi sử” (phiền não nhay bén). Nếu có thể đoạn được kiến hoặc, nghĩa là thấy được vị trí đạo, thì KHAI NGỘ. Như nếu dứt được kiến hoặc và tư hoặc, tức là chứng quả A LA HÁN.

17. HỒI HƯƠNG

Hồi hướng là quy hồi công đức của mình tu hành hướng về Phật đạo, để hướng đến đối tượng được kỳ vọng, để cầu được vĩnh viễn thoát ly biển khổ sinh tử, gọi là hồi hướng.

Nếu không thể hồi hướng thì một đời trì giới, một đời tu Phật đạo, cũng khó giải thoát sự trói buộc của sinh tử. Hồi hướng là một việc làm trọng yếu trong cuộc sống của người tu hành, các công sức trong một ngày làm được, cuối cùng đem hồi hướng. Người mỗi ngày niệm Phật, lạy Phật, tụng kinh và các công đức thiện hạnh, đều hay hồi hướng cho tất cả chúng sanh đồng sanh tịnh độ, đồng gặp Phật A Di Đà.

Công đức không nhất định phải bỏ tiền, bỏ sức ra mới có công đức. Như giảng kinh nói pháp, nghe pháp,

tụng kinh, niệm Phật, lạy Phật, thậm chí nói một câu ái ngữ, cổ động khích lệ hay nói lời an ủi, khiến cho đối phương hướng thiện. Những việc này đều là công đức, đều cần nên “hồi hướng”. Mỗi thời khóa ngày đêm niệm cung kính: “Đệ tử tên... nguyện đem tất cả công đức của ngày hôm nay hồi hướng: trang nghiêm tịnh độ Phật, trên đền bốn ơn nặng, dưới cứu độ ba đường khổ, nếu có người thấy nghe, đều phát tâm Bồ Đề, hết báo thân này rồi, đồng sinh nước Cực Lạc”. Đây là hồi hướng lớn. Nếu ở trong nhà có người sức khỏe rất kém, hoặc sự nghiệp của mình không thuận lợi... cũng có thể làm hồi hướng nhỏ. Chúng ta có thể nói: “Lấy tất cả công đức này hồi hướng cho (tên người bệnh) khiến họ thân thể khỏe mạnh trở lại”... Hoặc nói: “đệ tử... nguyện đem công đức đã làm trong ngày hôm nay hồi hướng cho cha mẹ đời trước, kẻ oán người thân, chủ nợ đời trước của (ai đó).. cả thầy đều phát tâm bồ đề, đồng sinh nước Cực Lạc”. Nhưng phải nhớ rằng: nhất định trước tiên phải làm việc hồi hướng lớn, rồi sau đó mới làm hồi hướng nhỏ.

Nếu học Phật tu hành, trên cuộc sống gặp khó khăn và thất ý hơn trước, đó là nghiệp trước nhiều đời, kẻ oán người thân, chủ nợ đến đời nợ. Khi học Phật tu hành, thì kẻ oán, người thân và chủ nợ chỉ sợ đời không được nợ mà đưa ra trước để đòi. Vì thế, chúng ta nên bỏ thí, niệm Phật, hồi hướng tất cả cho họ. Nhờ vậy mà kẻ oán, người thân, chủ nợ mới có thể tan hết. Có khổ nạn cũng nên phải tự hiểu, đây là do nhân ác đời trước, đời này chịu quả báo, quả báo hết khi trả sạch nợ. Quyết không thể oán trời trách người! Trách Phật và Bồ tát không linh!

Có bệnh ở nơi thân, lấy vô bệnh mà nhìn thì không thấy khổ.

18. CÁC TÔNG PHÁI TRONG PHẬT GIÁO

Khi Đức Phật còn tại thế, tùy thuận nơi căn cơ những người đến nghe trong pháp hội mà Đức Phật thuyết dạy giáo pháp phù hợp. Hoặc giảng rộng lý lẽ, hoặc dẫn chuyện tích xưa, hoặc bày ra giới luật. Có khi nói xa, có lúc nói gần, có khi chỉ thẳng, có lúc dùng ẩn dụ... Ngài dùng đủ cách như thế, cốt yếu cũng chỉ là muốn giúp cho chúng sanh đạt hiểu chân lý. Với hàng đệ tử xuất thân quý tộc nhưng dốt lòng tinh tấn, ngài dạy theo một cách. Với bậc vua quan còn tham đắm lợi danh, ngài lại dạy theo một cách khác. Với hàng thương gia rộng lòng bố thí, ngài dạy theo một cách. Với kẻ trung tín thành tâm, ngài lại dạy theo một cách khác. Cách sử dụng ngôn ngữ của Đức Phật biến hóa rất tuyệt diệu, phi thường. Trong kinh vẫn thường nói có đến tám vạn bốn ngàn pháp môn, cũng không ngoài ý này.

Sau khi Phật nhập Niết Bàn, các bậc thánh hiền qua từng thời đại mới luận giải rộng thêm để dễ dàng hơn cho sự tiếp nhận của người đời. Kinh sách dù không thay đổi, nhưng nghĩa lý ngày càng diễn giải rộng thêm. Lại tùy theo sự khế hợp căn cơ mà phân ra làm *Đại thừa* và *Tiểu thừa*. Người thích hợp với giáo lý nào thì chọn theo tông phái ấy. Nói chung vẫn không ngoài mục đích thoát khổ, được vui. Người tu dấu theo *Đại thừa* hay *Tiểu thừa*, nếu đạt đến chỗ rốt ráo cũng đều được lợi mình, lợi người. Nhưng vì cũng có người không nắm được yếu chỉ

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

tông môn, chấp giữ đến chỗ cực đoan nên sinh ra lầm lạc. Bởi vậy lại có thêm giáo lý *Trung thừa* để uốn nắn sai lầm này.

Đạo Phật, nói đơn giản, giống như một tấm bản đồ chỉ đường đi. Dù là cùng muốn đến một nơi, nhưng người ta có thể xem trong ấy mà chọn những lối đi khác nhau tùy theo vị trí xuất phát ban đầu của mỗi người. Có đường rẽ về bên này, có đường rẽ sang bên nọ... nhưng tựu chung đều dẫn người ta về đến đích. Những con đường, những lối đi khác nhau đó chính là tượng trưng cho các tông phái khác nhau trong Phật giáo. Dù chia ra nhiều tông phái, chung quy cũng là để tiếp dẫn đưa người đến chỗ giải thoát rốt ráo mà thôi.

Phật giáo theo thời gian phát sinh mười tông phái gồm:

PHÂN CHIA	TÊN GỌI
TIỂU THỪA	01. Câu Xá tông 02. Thành Thật tông 03. Luật tông
TRUNG THỪA	04. Pháp Tướng tông 05. Tam Luận tông
ĐẠI THỪA	06. Hoa Nghiêm tông 07. Thiên Thai tông 08. Mật tông 09. Thiền tông 10. Tịnh Độ tông

18.1 Câu Xá Tông (Hiện không còn)

Khai tổ: Bồ Tát Thế Thân (sinh năm 316 và mất năm 396) khởi đầu ở Ấn Độ và Ngài Huyền Trang ở Trung Hoa vào khoảng năm 654. Ngài Tchitsu và Tchitasu truyền sang Nhật năm 658.

Giáo lý căn bản: Bộ luận A Tỳ Đạt Ma Câu Xá gồm 9 phẩm, được người đương thời mệnh danh là Huệ luận, hay Thông minh luận.

Tông chỉ: Không có bản ngã, tất cả hiện tượng chỉ là hư dối, là sự hợp thành của các pháp mà thôi.

18.2 Thành Thật Tông (Hiện không còn)

Khai tổ: Ngài Ha Lê Bạt Ma ở Ấn Độ, thế kỷ 4. Ngài Cưu Ma La Thập truyền sang Trung Hoa vào thế kỷ 5. Ngài Huệ Quán và Khuyển Lặc ở Nhật Bản vào thế kỷ 7.

Giáo lý căn bản: Thành thật luận của ngài Ha Lê Bạt Ma vào thế kỷ 4.

Tông chỉ: Tất cả tâm thức và đối tượng của tâm thức đều là trống rỗng. Ngã và pháp đều là không. Bản ngã vốn không thật, mà các pháp tạo thành nó cũng đều là hư dối.

18.3 Luật Tông

Khai tổ: Ngài Đạo Tuyên Luật sư ở Trung Hoa. Ngài Giám Chân ở Nhật vào thế kỷ 8.

Giáo lý căn bản: Ba tác phẩm của Ngài Đạo Tuyên về Tạng Luật, nhất là Tứ phần luật của phái Đàm vô đức bộ.

Tông chỉ: Giới luật là yếu tố quan trọng nhất. Người tu phải bắt đầu từ việc nghiêm trì giới luật thì mới có thể tu chứng được bất kỳ pháp môn nào khác.

18.4 Pháp Tướng Tông

Khai tổ: Bồ Tát Thế Thân vào thế kỷ 5 ở Ấn Độ. Ngài Huyền Trang truyền sang Trung Hoa vào thế kỷ thứ 7. Ngài Đạo Chiếu và Huyền Phảng truyền sang Nhật vào các năm 660 và 734.

Giáo lý căn bản: Duy thức luận của Bồ Tát Thế Thân. Thành Duy thức luận của Đàm Ma Ba La.

Tông chỉ: Chỉ có thức là thật có và hàm chứa tất cả, vạn vật mà chúng ta nhận biết đều chỉ là sự biểu hiện của thức, cho nên xét về bản chất đều là không thật.

18.5 Tam Luận Tông

Khai tổ: Bồ Tát Long Thọ vào khoảng thế kỷ 2 - 3 ở Ấn Độ, tiếp theo là Ngài Ka Na Đề Bà vào khoảng thế kỷ 3. Ngài Cưu Ma La Thập truyền sang Trung Hoa vào thế kỷ 5. Ngài Huệ Quán truyền sang Nhật Bản vào năm 625.

Giáo lý căn bản: Trung luận và Thập nhị môn luận của Bồ Tát Long Thọ. Bách luận của Ka na đề bà.

Tông chỉ: Phát triển giáo lý trung đạo, xem đó là cứu cánh rốt ráo của thiên định, xóa bỏ mọi ý tưởng về có và không.

18.6 Hoa Nghiêm Tông

Khai tổ: Bồ Tát Mã Minh vào khoảng thế kỷ 1 và Bồ Tát Long Thọ khoảng thế kỷ 2, 3 ở Ấn Độ. Ngài Giác Hiền dịch kinh Hoa Nghiêm vào khoảng đầu thế kỷ 5. Ngài Đỗ Thuận truyền bá Hoa Nghiêm Tông ở Trung Hoa vào thế kỷ thứ 7. Ngài Đạo Tuyên truyền sang Nhật Bản từ năm 736.

Giáo lý căn bản: Kinh Hoa nghiêm

Tông chỉ: Tất cả các pháp đều do duyên khởi và phụ thuộc lẫn nhau, cái này sinh thì cái kia sinh, cái này diệt thì cái kia diệt, không một pháp nào có thể tồn tại độc lập trong thế giới này, cho đến giữa một hạt bụi nhỏ nhất với một cõi thế giới to lớn nhất trong vũ trụ cũng đều có sự tương quan mật thiết với nhau.

18.7 Thiên Thai Tông (Pháp Hoa tông)

Khai tổ: Ngài Trí Khải Đại sư sáng lập vào thế kỷ 6 tại Trung Hoa. Truyền Giáo Đại sư truyền sang Nhật Bản vào thế kỷ 9. Thiên Thai là tên của một ngọn núi, nơi vị tổ sư khai sáng tông này cư ngụ. Nhân vì lấy kinh Diệu Pháp Liên Hoa làm yếu chỉ nên người ta cũng thường gọi là Pháp Hoa tông

Giáo lý căn bản: Kinh Diệu Pháp Liên Hoa.

Tông chỉ: Tất cả chúng sinh đều có tánh Phật, đều có thể giác ngộ thành Phật.

18.8 Mật Tông (Chân Ngôn Tông)

Khai tổ: Đại sư Thiện Vô Úy và Kim Cang Trí truyền sang Trung Hoa, ngài Bất Không chính thức sáng lập vào thế kỷ 8. Hoàng Pháp Đại sư truyền sang Nhật Bản vào thế kỷ 9.

Giáo lý căn bản: Kinh Đại Nhật và kinh Kim Cang đảnh.

Tông chỉ: Dựa vào sự trì tụng chân ngôn và những nghi thức hành trì để tạo ra oai lực nhiệm mầu, giúp hành giả đạt đến cảnh giới giải thoát thông qua sự tập trung hoàn toàn vào các câu chân ngôn và những nghi thức hành trì.

18.9 Thiền Tông

Khai tổ: Từ đức Phật Thích Ca Mâu Ni truyền đến Tổ Bồ Đề Đạt Ma là 28 đời. Tổ Bồ Đề Đạt Ma truyền sang Trung Hoa vào thế kỷ 6. Tổ Huệ Năng khai sáng dòng thiền Nam tông vào thế kỷ thứ 7. Ngài Vĩnh Tây truyền tông Lâm Tế sang Nhật Bản vào thế kỷ 12. Ngài Đạo Nguyên truyền tông Tào Động sang Nhật vào thế kỷ 13.

Giáo lý căn bản: Tổ Bồ Đề Đạt Ma truyền kinh Lăng già, Tổ Huệ Năng giảng kinh Kim Cang. Từ sau Tổ Huệ Năng, lấy bộ Pháp Bảo Đàn Kinh làm cương yếu.

Tông chỉ: Không lập thành văn tự giáo nghĩa, chỉ thẳng vào tâm người, thấy tánh thành Phật.

18.10 Tịnh Độ Tông

Khai tổ: Ngài Đạo Xước vào thế kỷ 6, ngài Thiện Đạo vào thế kỷ 7. Đại sư Nguyên Không (tức Pháp Nhiên Thượng nhân) truyền sang Nhật vào thế kỷ 12. Giáo lý căn bản: Kinh A Di Đà, kinh Vô Lượng Thọ, kinh Quán Vô Lượng Thọ, và bộ Vãng sanh Tịnh Độ Luận của Bồ Tát Thế Thân.

Tông chỉ: Nhờ sự nhất tâm khi niệm danh hiệu đức Phật A Di Đà và tha lực tiếp dẫn của đức Phật A Di Đà, người niệm Phật khi lâm chung sẽ được vãng sanh về cõi Tây Phương Cực Lạc, nhờ đó có thể dễ dàng tiếp tục tiến tu cho đến khi thành Phật đạo rốt ráo.

19. PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Khi còn tại thế, Đức Phật Thích Ca thấy được chúng sanh vào thời mạt pháp, nghiệp ác tạo ra rất nhiều, chịu khổ cũng rất sâu, nhất là hạng hạ căn làm sao tu trì để giải thoát sinh tử. Vì thương xót con người trên thế giới này của chúng ta rất bi thiết, Đức Phật dạy bảo chúng ta chấp trì danh hiệu “A Di Đà Phật”, nguyện sinh cõi Tây Phương Cực Lạc, đổi ác thành thiện, tự lợi lợi tha, tin sâu nguyện thiết, hành trì niệm Phật, nhất tâm không loạn, đến khi mạng chung, chánh niệm hiện tiền, tâm không điên đảo, Đức Phật A Di Đà sẽ tiếp dẫn vãng sanh về nước Cực Lạc của ngài.

Đức Phật Thích Ca lúc nói pháp môn Tịnh độ “trì danh niệm Phật” này, gọi pháp này là pháp thế gian rất

khó tin. Nguyên nhân là người đời phần nhiều có niềm tin sai lầm, cho rằng trên đời không có cái gì để mình tin tưởng và nương tựa một cách chắc chắn, mà chỉ có sức mình làm mới đáng để tin cậy. Vì thế, rất nhiều tôn giáo lấy tư tưởng này làm cơ sở. Không riêng các tôn giáo khác, mà tôn chỉ của đa số tông phái của Phật giáo cũng đều như thế, như tông Hoa Nghiêm, tông Duy Thức, tông Thiên Thai, tông Thiên... đều dạy: con đường của mình do chính mình mở, tức là dựa vào sự tu trì của mình, cắt đứt phiền não mê hoặc, rõ tâm thấy tánh, chứng được chân lý thành Phật. Những giáo pháp này, bậc cao nhân lúc tu hành còn gặp rất nhiều khó khăn, huống gì người thường. Pháp môn Trì Danh Niệm Phật mà Đức Phật nói, đây cũng giống như đem tám chi phiếu ngàn vàng cho người ngu, khiến họ khó có thể lý giải được. Người ngu cho là một đồng tiền còn giá trị hơn tám chi phiếu ngàn vàng, bởi tâm người ngu trí cạn cợt, không đánh giá được, khó tin tưởng công đức của danh hiệu A DI ĐÀ PHẬT. So ra, các tôn giáo và tông phái khác rất khó tin. Cho nên nói là: “khó ở trong khó, không khó nào qua”. Bởi vậy Pháp môn Tịnh Độ là pháp rất khó tin.

Pháp môn Trì Danh Niệm Phật là tâm đại từ bi của Đức Thích Ca Như Lai, thương xót chúng sanh chẳng đủ tự lực, không thể một đời tu hành mà giải thoát được sinh tử. Một đời không xong lại chuyển sang đời khác dễ dàng bị mê hoặc tạo ác nghiệp sẽ đọa lạc, công tu hành ngày trước xem như bỏ hết. Đối với việc đó, nên Phật dạy người chấp trì danh hiệu A DI ĐÀ PHẬT, cầu Phật lực gia bị, tuy tự lực yếu mỏng, cũng có thể nương vào

sức từ của Phật tiếp dẫn vãng sanh về nước Cực Lạc, một khi sinh về cõi kia vĩnh viễn không thối chuyển.

Đức Phật A Di Đà không phải là vị Phật ở trong thế giới này của chúng ta. Đức Phật Thích Ca vì chúng ta mà nói về Đức Phật A Di Đà và thế giới Cực Lạc: Phật A Di Đà lúc chưa thành Phật thì chưa có thế giới Cực Lạc. Ngài vốn là một hoàng đế, lúc đó có Phật Thế Tự Tại Vương đang trụ thế. Hoàng đế này rất sùng kính chánh pháp, về sau xuất gia làm tỳ kheo với pháp danh là Pháp Tạng. Pháp Tạng khi tu hành xin Đức Phật Thế Tự Tại Vương cho xem thấy 210 ức cõi Tịnh độ của mười phương chư Phật. Sau đó Pháp Tạng phát ra 48 đại nguyện để lập nên một thế giới tên là Cực Lạc. Trong đó, sau mỗi đại nguyện đều có câu “Nếu không được như vậy, thì không ở ngôi Chánh Giác”. Trong 48 đại nguyện đó, đại nguyện thứ 18, 19 và 20 là ba đại nguyện tiếp dẫn chúng sanh. Quả nhiên về sau, thế giới Cực Lạc ấy được thành tựu, thế giới ấy ở phía tây của thế giới chúng ta, và Pháp Tạng tỳ kheo thành Phật có danh hiệu là A Di Đà Phật.

Đức Phật bốn sư Thích Ca khuyên dạy chúng ta nên phát nguyện vãng sanh và chấp trì danh hiệu “A Di Đà Phật”, đến lúc lâm chung sẽ được Đức Phật A Di Đà tiếp dẫn về thế giới Cực Lạc, vĩnh viễn hưởng sự yên ổn vui vẻ, lại không có một chút nguy hiểm khổ não. Đây mới là ý nghĩa chân chánh niệm: A DI ĐÀ PHẬT.

20. ĂN CHAY

Muốn thoát ly biển khổ luân hồi của sáu đường (ra khỏi ba cõi), thì nên ăn toàn chay. Muốn thân thể cường tráng mạnh khỏe, ít đau bệnh, thì nên ăn toàn chay.

Chúng ta thích ngon ở nơi miệng. Đó là thói quen từ nhiều đời, là nguyên nhân dẫn đến việc sát sinh tạo nghiệp. Ăn chay giúp bồi dưỡng hạt giống từ bi của chúng ta.

Có thể dứt hay ngăn trừ ăn thịt thì rất tốt, nếu chẳng được vậy thì có thể bằng phương thức lần hồi, bắt đầu mỗi lần cách một hai ngày ăn chay một ngày, lần lần tăng thêm số lượng chay, sau đó khẩu vị ăn chay sẽ trở thành thói quen.

Động vật (súc sinh) cùng với người cũng có thần kinh cảm giác, khi bị thương thì máu chảy, đánh đau thì rên la. Nghĩ xem lúc dao chặt hoặc bị đưa vào nồi nóng, nếu là thân ta hoặc cha mẹ, con cái của chúng ta, thì nỗi đau đến cùng cực ra sao? Cảnh đó thảm như thế nào?

Mỗi một cá nhân trong một đời đã từng chịu qua những bệnh vặt như đau đầu, đau bụng, hoặc từng bị kim đâm, dao cắt, bị phỏng, bị đốt... thì cũng khiến cho chúng ta ngồi đứng không yên, khó mà chịu đựng. Huống gì súc sinh lúc bị băm, cắt, chặt, thui, nấu cho đến chết, chúng đau đớn hơn cả những nỗi đau nhỏ của chúng ta gấp ngàn vạn lần. Hãy nhìn nó chống cự lúc bị trói bắt, nó kinh sợ dọ nạt để được chạy trốn, tiếng kêu bi ai thống thiết đau khổ, kéo dài rên rỉ cho tới lúc bị

chết! Tiếng bi ai động đến lòng người! Nỗi sợ sệt trước lúc chết như vậy mà ta nhẫn tâm ăn thịt nó sao?

Tinh thần cơ bản của Phật tức là: Chúng sanh bình đẳng. Ngăn trừ sát hại mà ăn chay. Bởi chúng ta có quyền sinh tồn mạng sống, thì tại sao chúng nó lại không có quyền sinh tồn mạng sống?

Học Phật, đầu tiên là học giới, không sát sinh là giới đầu tiên. Không sát sinh là không ăn thịt, ăn thịt là sát sinh. Tức nếu không tự tay ta giết nó, thì cũng đã là cộng nghiệp tội phạm sát sinh, ta không ăn thịt thì người khác cũng sẽ không sát sinh.

Kinh Lăng Nghiêm, quyển sáu, Phật dạy: “*A Nan, lại nữa các thế giới, chúng sanh trong sáu đường, tâm kia không sát, thì không theo việc sinh tử mà tiếp tục. A Nan! Ông tu tam muội vốn là để ra khỏi trần lao. Nhưng sát sinh không trừ thì trần lao không thể ra khỏi. Dẫu có đa trí, thiên định hiện tiền, nếu không dứt được việc sát thì chắc chắn sẽ rơi vào Thần đạo...*”. “*Các ông nên biết, là người ăn thịt dẫu được tâm khai giống như Tam Ma Đề, cũng đều là đại la sát, báo hết chắc chắn chìm vào biển khổ sinh tử, người như vậy chẳng phải là đệ tử Phật, giết nhau, nuốt nhau, ăn nhau chưa thôi!*”.

Kinh Lăng Nghiêm, quyển tám viết rằng: “*Thế nào gọi là chánh tánh? A Nan, như chúng sanh vào Tam Ma Đề, cần thiết trước tiên là nghiêm trì giới luật thanh tịnh, trọn dứt thân dâm, không dùng rượu thịt... là người tu hành. Nếu không dứt được dâm và sát sinh mà ra khỏi ba cõi, thì không có lẽ đó!*”

Bậc cổ đức nói rằng: “Ở đời không có người ăn thịt thì lò mổ không mở ra”. Thế gian nếu không có người muốn ăn thịt, muốn mua thịt, thì nghề sát sinh bán thịt sẽ không cách nào tồn tại, cũng sẽ không có người làm. Thế nào thì người ăn thịt cũng nói ngược lại: “Không phải vì tôi mà giết đâu!”.

Tất cả chúng sanh đều có bản năng sinh tồn của nó, đều có sự tự do sinh tồn. Loài người vì ham thích hưởng thụ của miệng mà giết mạng của nó! Chúng ta thử nghĩ, một người nhà bị phá, người thân bị giết hại, lừa vợ, xa con vẫn còn tìm cơ hội mà phục thù. Huống chi, sự chấp trước của động vật còn lớn hơn con người. Một khi thù oán đã kết, thì không lúc nào mà không tìm cơ hội để phục thù. Con người đối với những động vật mà tàn khốc bất nhân như vậy, cho nên mạng mạng đền nhau, nợ nợ đòi nhau sẽ xảy ra kiếp nạn thiên tai và chiến tranh liên miên.

Do đó, muốn cầu thân thể khỏe mạnh, gia đình bình an, con cái hiếu thuận, sự nghiệp thuận lợi. Thì nên từ nội tâm chính mình làm ra, không nên sát sinh ăn thịt. Giả dụ như còn nhẫn tâm sát sinh, ăn thịt chúng sanh, thế thì trả nợ báo oán là điều tránh không khỏi!

Có người nói: “Ta niệm Phật tụng kinh, tâm cũng rất tốt, hà tất phải nhất định ăn chay?”. Đây là lời tự dối mình, dối người. Thử nghĩ: Lưỡi dao chặt xuống chúng sanh mà niệm Phật tụng kinh, xin hỏi từ bi ở chỗ nào? Miệng nói niệm Phật tụng kinh các thứ, mà đem một cục thịt nhét vào miệng, nói tâm từ bi có nghe được không?

Có người nói rằng: “Tôi ăn thịt không nhiều, lại là thịt từ chợ mua về, tâm địa của tôi cũng rất tốt, vả lại thường niệm Phật tụng kinh, làm việc thiện, như vậy có thể giữ được bình yên hay không?”. Đây là kiểu lý luận “gieo nhân này mà mong quả kia”. Tự mình sát sinh ăn thịt thì tạo nghiệp đoản mạng, bệnh nhiều. Ngược lại, mà yêu cầu quả báo bình an, trường thọ, sức khỏe của cá nhân thì có nghịch lý hay không?

Kinh Lăng Nghiêm nói: “*Người ăn thịt mà cầu công đức, tất không thành tựu!*”.

Muốn chân chánh tu hành, liễu sanh thoát tử thì cần phải nắm lấy từ nhân địa. Nhân không chánh thì cầu không được chánh quả. Do đó, vấn đề khuyên nhau tu hành, niệm Phật, ăn chay, bắt tất phải bàn nói đến chỗ huyền diệu nữa, chỉ cần nhớ một câu: “Việc mình không muốn, đừng nên đem đến cho người, cho chúng sanh”. Từng giờ chiếu xét chính mình, kiểm thúc chính mình, thì thịt của chúng sanh có thể ăn hay không?

Sát nhân đền mạng, thiếu nợ phải trả, đây đã là đạo lý của thế gian. Người sát sinh ăn thịt cướp đoạt đi cái sinh mạng của chúng sanh. Nỗi oán hận sâu nặng như thế, đâu phải chỉ mấy câu niệm Phật, tụng mấy biến kinh là có thể giải quyết xong được.

“Tam tịnh nhục” cũng không nên ăn. Tam tịnh nhục là: không vì ta mà sát, ta không thấy sát, ta không nghe sát. Có người nói: “Ta đến chợ mua thịt mà người ta giết rồi, hoặc nấu chín đã thành rồi về ăn, nên ta không có tội lỗi?” Đây là cách nói xô đẩy trách nhiệm. Thịt ở chợ hay

Chương I: TỔNG QUAN VỀ PHẬT HỌC

lò mổ là vì ai mà giết? Bởi vì có người ăn thịt nên mới có người sát sinh bán thịt, vì có người sát sinh bán thịt thì có người ăn thịt. Hai loại người này là liên kết tạo thành tội ác sát sinh.

Cho nên người tin Phật thì hiểu rõ được nhân quả, không rõ nhân quả thì không thể tu hành! Nhân quả thì may mắn không sai sót, nhân quả báo ứng như bóng theo hình, so ra vi tế hơn chân tơ kẽ tóc, một chút cũng trốn tránh không được, không thể không nhận thức chính mình, không thể không rõ nhân quả, lại càng không thể không tin nhân quả.

Ăn chay là bước khởi đầu rất cơ bản của người học Phật tu hành. Ăn chay là một cửa tắt để tu thân dưỡng tánh. Ăn chay, rốt cuộc có chỗ tốt đẹp gì? Chỉ có tự mình ăn chay mới có thể hiểu được, như người uống nước, lạnh nóng tự biết. Chỗ tốt của việc ăn chay ngoài vấn đề không kết oán thù ra, còn có thể giảm phát sinh bệnh tật, thân thể cường tráng, còn được sinh tâm hoan hỷ, tâm từ bi, so về kinh tế, giá trị dinh dưỡng cũng so cao hơn.

Vấn đề ăn được hay không, dễ hay khó? Đó là vấn đề tu hành học Phật, chí thành chân tâm hay không của chính mình? Nếu học tu hành chí thành chân tâm thì giữ vững nguyên tắc, xả bỏ sự thèm muốn của miệng, chỉ ăn toàn đồ chay! Ăn chay là một lối đi tắt hoàn chỉnh nhân cách. Tâm lý sẽ ảnh hưởng sinh lý, nếu ở nơi tâm lý cho rằng đồ chay không thích ăn, thế thì nuốt không trôi. Một người lập chí học Phật tu hành, việc sinh tử đều có thể buông bỏ thì hà tất gì ở nơi một chút việc ăn chay mà

làm cho chúng ngại ngay nơi tâm lý. Phật tử tại gia chúng ta, muốn thoát lìa biển khổ mới đi học Phật, lại còn sợ ăn chay, cho là đồ chay sẽ làm tổn thương sức khỏe! Như thế e rằng học không được cái gì cả!

Thật ra, thịt cá không phải là vị ngon mà chỉ nhờ những đồ gia vị, nếu trong lúc nấu nướng thịt cá mà không nêm bất cứ thứ gia vị nào, người ăn sẽ thấy rằng không ngon, rất khó ăn.

Người đời phần lớn cho rằng chỉ có sơn hào hải vị, thịt béo cá to mới ngon, mới có dinh dưỡng. Rau xanh, đậu hủ là những món quay qua quay lại của hạng người bần cùng mới ăn. Thật ra rau đậu hay cá thịt, khi qua khỏi miệng rồi, vị gì cũng đều không còn nữa! Ăn uống chủ yếu là làm cho bao tử không đói, miệng không khát, duy trì thân thể mạnh khỏe. Đồ ăn không cần xem đẹp xấu, giá trị cao hay thấp, mà phải xem có đủ dinh dưỡng và tốt cho cơ thể hay không.

Ăn chay, chúng ta không nên chú trọng về những thức ăn giả mặn (giả gà, giả cá v.v...). Bởi vì đây là tuý niệm không ăn thịt chúng sanh, ngược lại trong tâm lại nghĩ tưởng, như vậy thân thể tịnh mà trong tâm không tịnh.

Ngày nay, với xu hướng gia tăng dân số trên thế giới, nhu cầu về lượng thịt hàng ngày càng tăng, việc phá rừng để mở rộng các trang trại chăn nuôi gia súc cũng ngày càng gia tăng theo. Trong quá trình chăn nuôi, những tài nguyên như nước, lương thực, hóa chất v.v... sẽ phải hao tổn rất nhiều. Ngoài ra, lượng chất thải và

khí thải của gia súc càng ngày càng nhiều gây ô nhiễm môi trường và tác động thêm hiệu ứng nhà kính. Tất cả những nhân tố đó đã ảnh hưởng rất lớn đến hệ sinh thái và khí hậu của trái đất. Do vậy, ăn chay cũng là góp phần bảo vệ môi trường, tài nguyên và điều hòa khí hậu của trái đất.

Những năm gần đây, khi khoa học dinh dưỡng đã tiến bộ, mới biết rằng ăn chay và sức khỏe có sự quan hệ mật thiết với nhau. Thịt cá ngày nay hầu hết đều là nuôi công nghiệp kết hợp sử dụng các hóa chất kích thích tăng trưởng gây độc hại cho cơ thể. Trong khi đó, dùng đồ ăn thiên nhiên tươi sạch thay thế cho thịt và đồ ăn chế biến, không những vẫn đảm bảo sức khỏe mà còn giúp ngăn ngừa các độc tố vào trong cơ thể.

Chúng ta sở dĩ không rõ về dinh dưỡng chay mà cho rằng món chay dinh dưỡng không tốt, thân thể suy nhược, sợ ăn chay không tốt nên thôi lui tâm tu hành học Phật, thế thì rất đáng tiếc! Chúng ta tu hành học Phật, phát tâm ăn chay vì chính mình mà cũng là làm gương tốt để độ được nhiều chúng sanh.



Chương II

PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT



ĐÔI LỜI BÀY TỎ

Trong Kinh Đại Tập, Đức Phật dạy: “*Đời Mạt Pháp ức ức người tu hành, hiếm có một người đắc đạo. Chỉ có nương vào Niệm Phật mới thoát khỏi sanh tử*”. Pháp niệm Phật là đạo để thượng thánh hạ phàm cùng tu, là pháp dù trí hay ngu đều thực hành được. Hạ thủ dễ, thành công cao, dùng sức ít nhưng được hiệu quả nhanh. Do chuyên cậy vào Phật lực nên lợi ích thù thắng, vượt trội hơn những giáo pháp thông thường. Người xưa nói: “*Các môn khác học đạo như kiến bò lên núi cao. Niệm Phật vãng sanh như căng buồm thuận gió, nước xuôi*”. Trên từ bậc Đăng Giác Bồ Tát chẳng thể ra khỏi pháp này, dưới đến kẻ tội ngũ nghịch, thập ác cũng có thể chứng nhập pháp này. Công đức, lợi ích của pháp môn này vượt trội hơn các giáo pháp khác trong cả một đời giáo hóa của Đức Phật. Bởi lẽ, các giáo pháp khác toàn dạy dùng tự lực để thoát ly sanh tử. Kẻ chưa đoạn Hoặc, chỉ nương vào từ lực của Phật liền có thể đới nghiệp vãng sanh. Bậc đã đoạn Hoặc nếu nương theo từ lực của Phật sẽ nhanh chóng chứng được phẩm vị cao.

Vì thế, đây là một pháp môn đặc biệt nhất trong cả một đời giáo hóa của Đức Phật, chẳng thể dùng những giáo pháp thông thường để bàn luận pháp này được! Do đó, các kinh Đại Thừa như kinh Hoa Nghiêm, Pháp Hoa,

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Vô Lượng Thọ v.v..., các đại Bồ Tát như Quan Thế Âm, Văn Thù, Phổ Hiền v.v...; các đại tổ sư như Long Thọ, Mã Minh, Liên Trì v.v... đều hiển thị, xiển dương, khen ngợi, chỉ dạy, phổ khuyến niệm Phật vãng sanh.

Hết thấy các pháp môn tuy đón - tiệm và quyền - thật đều khác nhau, nhưng đều phải dụng công tu tập sâu xa mới đoạn Hoặc, chứng Chân, xuất ly sanh tử, siêu phàm nhập thánh. Đó gọi là dựa vào tự lực mà không dựa vào điều gì khác cả. Nếu như còn mảy may chút Hoặc chưa tận thì vẫn còn bị luân hồi như cũ. Đó là các pháp phải thấu đạt lý rất sâu, chẳng dễ tu tập. Nếu chẳng phải là hạng có sẵn căn cơ cao từ nhiều đời trước, đời này thật khó lòng chứng nhập.

Chỉ có mình pháp môn Trì Danh Niệm Phật, chẳng luận là phú quý hay bần tiện, già, trẻ, gái, trai, trí, ngu, tăng, tục, sĩ, nông, công, thương, hết thấy hạng người đều tu tập được là do đại bi nguyện lực của đức A Di Đà Phật nhiếp thủ chúng sanh khổ não nơi cõi Ta Bà. Vì thế, so với các pháp môn khác, tu Tịnh Độ đặc quả dễ dàng hơn. Nay đang lúc là thời Mạt Pháp, bỏ pháp môn này thì không còn có cách nào thuận tiện hơn cả.

Niệm Phật trì danh là việc giữ gìn, hành trì một câu danh hiệu “Nam Mô A Di Đà Phật”, rất đơn giản dễ dàng, nhưng pháp rất rộng lớn. Chỉ cần niệm Phật một cách chí thành, khẩn thiết, chuyên nhất và cung kính, mới có thể cảm ứng với Phật, và đời sống mới được lợi ích.

Người tu Tịnh độ từ xưa đến nay, phương pháp trì danh niệm Phật, số người được thành tựu rất nhiều không thể kể xiết. Pháp môn đó rất thẳng tắt, rất viên đốn, có thể vượt qua tam giới mà không cần trải qua sự lần hồi tu hành, vả lại có thể siêu đốn (vượt qua mau chóng). Cũng giống như từ cấp tiểu học vượt thẳng lên đại học bằng phương pháp rất đơn giản, khiến người ta không dám tin, thật là “bất khả tư nghì” (không thể nghĩ bàn)!

Đối với pháp môn vô thượng mà giản dị này, xin chớ nên coi dễ mà không siêng năng, chớ cho là khó mà sinh e sợ thối lui, chớ cho là cạn cợt mà tỏ vẻ khinh thường, chớ cho là sâu xa mà không dám thực hành, chớ muốn mau lẹ mà không chịu bền lâu, chớ lười mõi mà không mạnh mẽ, chớ vì ngu chậm mà cứ mãi vô tâm, chớ vì căn cơ mình cạn cợt mà tự chê không có phần. Cũng như mài dao, mài lâu dao lụt thành dao bén, nếu vì lụt mà chẳng chịu mài, để đó thành đồ vô dụng.

Lại nữa, nếu cho rằng tu hành là khổ, thì không biết là lười mõi càng khổ hơn sao? Tu hành siêng năng thì khổ nhọc tạm thời mà an lạc vĩnh kiếp, lười mõi thì cầu an một thời mà thọ khổ nhiều đời. Bởi vậy, trì danh hiệu Phật là chân bất khả tư nghì, hay tu trì thì tâm tánh cũng bất khả tư nghì.

Người tu hành cầu một đời thoát khỏi sinh tử, thì chỉ có pháp môn trì danh niệm Phật là tối thẳng nhất. Vì trì danh niệm Phật, một mặt là nhờ sức lực tín, hạnh, nguyện của chính mình (tự lực), mặt khác lại có thêm lực đại bi đại nguyện của đức Phật A Di Đà (tha lực). Có

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

được cả hai lực: tự lực và tha lực, thì dù tự lực chưa đủ vẫn còn có Phật lực mà nương cậy. Cho nên nói rằng trì danh niệm Phật là pháp môn thẳng tắt và viên đốn.

Một pháp trì danh rất hợp thời cơ, bởi vì pháp môn này ta không phải bỏ pháp thế gian mà chứng Phật pháp, không lìa Phật pháp mà hành pháp thế gian, tùy thời tùy duyên mà ta có thể tu hành, không cần phải vào núi thẳm hay rừng sâu để tu, không cần phải xa lánh cuộc đời mà đối với việc hữu ích cho đời ta vẫn có thể làm được.

Muốn được lợi ích Phật pháp thì phải có tâm cung kính, có một phần cung kính thì tiêu được một phần tội nghiệp, tăng một phần phước huệ. Có được sự cung kính mười phần thì tiêu mười phần tội nghiệp, tăng thêm mười phần phước huệ. Nếu không có tâm cung kính thì dẫn đến thói hư hèn ngạo mạn, nghiệp tội ngày càng tăng mà phước huệ ngày càng giảm đi. Vì thế, sự cung kính chí thành là “siêu phàm nhập thánh”, cũng là bí quyết “liễu sinh thoát tử”. Có thể đem tâm chí thành, nhất tâm niệm Phật, tâm cung kính nhớ Phật, chắc chắn có thể lìa được biển khổ sinh tử. Chỉ cần một lòng buộc niệm không rạn vỡ, chắc chắn sinh về thế giới Tây Phương Cực Lạc.

Niệm Phật có tâm chí thành hay không, tâm cung kính có chân chánh hay không? Chúng ta nghĩ xem, trong lúc niệm Phật hoặc tụng kinh nếu như gặp một người hay một việc quan trọng khác, thì niệm Phật tụng kinh sẽ trở thành thứ yếu (ít quan trọng hơn). Như vậy có thể thấy rằng sự cung kính, chí thành này chưa được chân thuần, cho nên cần phải chân thành cung kính một

cách chân chánh, thì niệm Phật tụng kinh mới là việc lớn nhất của đời người. Ví như trong lúc ta niệm Phật tụng kinh, có người, bảo ta rằng: “Hiện tại có một việc buôn bán nếu làm gấp thì sẽ thu được lời vài trăm triệu đồng”, bảo đảm rằng bạn sẽ quay đầu đi, không niệm Phật được rồi. Có thể thấy rằng chúng ta cung kính, chí thành đối với Phật và Bồ Tát mà chịu không nổi thử thách, khi trải qua thử thách thì mới hiểu được tâm cung kính, tâm chí thành này không chân thật một chút nào cả.

Pháp môn niệm Phật, không phải là phương pháp kỳ diệu gì cả, chỉ cần chúng ta có thể dốc lòng mà niệm, nhất định sẽ thành công. Thế nào gọi là dốc lòng? (hay còn gọi là “tâm chết”), tức là làm cho chết sạch đi tất cả những cái tâm phiền não, vọng tưởng, chấp trước. Nhất tâm chuyên niệm “Nam Mô A Di Đà Phật”, trong tâm có Phật, Phật không lìa tâm, tâm không lìa Phật, nhất tâm bất loạn.

Tác dụng của trì danh niệm Phật là cần phải đem tâm ta và tâm Phật hợp nhất, đến mức chí thành, vắng lặng, tâm ta và tâm Phật trọn vẹn một thể. Tự nhiên sẽ đạt những cảnh giới bất khả tư nghì. Nếu tâm ta mờ mịt tán loạn, nguyện đã mất đi sức lực vốn có của bản tâm, làm sao có được những cảnh giới ấy xuất hiện.

Ví dụ như một giọt nước rơi vào trong đất thì chẳng làm được gì, nếu rời đất mà vào biển thì nước biển cùng với giọt nước ấy hòa thành một thể, lực đó rất lớn bất khả tư nghì.

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Giọt nước ví như cái tâm, đất ví cho sáu căn, sáu trần và sáu thức (6 căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; 6 trần: sắc, tiếng, mùi, vị, va chạm, pháp; 6 thức: là sự cảm giác của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý). Nhiếp giữ các căn, xa rời các trần, vượt thoát các thức, tức dung thông với tâm Phật, chứng với tâm Phật, thành là một thể. Sức oai thần đó cũng là bất khả tư nghì.

Trì danh niệm Phật tuy dễ dàng, một phương pháp tu hành nhẹ nhàng thoải mái. Song khó ở chỗ là không có tín tâm, nguyện tâm, hăng tâm đối với Đức Di Đà. Niệm Phật kiểu làm theo lệ, có thể qua loa thì qua loa, có thể bày biện thì bày biện, tùy tiện không chuyên tâm, qua được thì cho qua, thể thì không có chút gì ở tại tâm ý.

Trì danh niệm Phật, trong lúc niệm chuyên chú vào một cảnh, không nghĩ tưởng việc khác, tất cả đều buông bỏ, nên nhất tâm niệm Phật, hễ nghĩ là Phật, tưởng cũng là Phật, đến lúc công phu thuần thực, rỗng rang tự nhiên rơi rụng câu niệm Phật, chứng nhập vào cảnh giới “vô niệm” mà không niệm nào chẳng niệm. Công phu niệm Phật đến đây mới là đạt đến phương pháp, cảm ứng với đạo, thấy được sức công hiệu tốt đẹp.

NHẤT TÂM NIỆM PHẬT

Nhất tâm niệm Phật, là chỉ có một tâm niệm Phật, ngoài ra không có tạp niệm vọng tưởng phiền não. Miệng niệm Di Đà mà tâm không tán loạn, nếu miệng niệm Di Đà mà tâm tán loạn thì không được lợi ích nhiều.

Niệm cần phải niệm nhất tâm, trong miệng niệm Phật, trong tâm tưởng Phật, niệm là Phật, tưởng cũng là Phật, không kể là có vọng tưởng hay không vọng tưởng, nếu là niệm Phật mà tâm tán loạn, hoặc tưởng việc khác, thì không phải là nhất tâm niệm Phật.

Niệm Phật không khó mà khó ở chỗ trì lâu, trì lâu không khó mà khó ở nhất tâm. Nhất tâm là thế nào? Nhất tâm tức là xả bỏ tất cả công việc của thế tục, buông tất cả việc đời đi, chẳng nên nghĩ, chẳng nên nhớ, không mong lấy, không vọng dùng, mà chỉ có tâm niệm Phật tưởng Phật.

Giữ chặt sáu chữ hoặc bốn chữ danh hiệu Đức A Di Đà, đều cần phải chí thành khẩn thiết, nhất tâm niệm Phật, vọng tưởng tạp niệm khởi, không nên để ý nó, càng không được lớn vồn theo nó, ta niệm Phật của ta, ngày ngày dụng công, năm năm dụng công, thời gian lâu rồi niệm Phật thuần thực, tâm chẳng rong ruổi bên ngoài, vọng tưởng tạp khí từ vô thủy kiếp đến nay tự nhiên tiêu tan hết. Tối kỵ là tất cả trạng thái bông bông bênh bênh, một cái tâm trôi trôi nổi nổi, chẳng dùng một chút sức lực nào cả, kiểu như thế thì chỉ có một sự rỗng tuếch buông trôi theo thời gian mà thôi!

Giữ gìn danh hiệu Phật, niệm từ tâm khởi, tiếng từ miệng phát, âm vào nơi tai, từng chữ từng câu niệm được rõ ràng, nghe được rõ ràng, nhiếp cả sáu căn, chẳng được niệm kiểu dối hàm hồ qua đi. Nếu ta nhất tâm niệm Phật chí thành không chấp ở nơi tướng, tự có thể nhiếp cả sáu căn, thì sẽ có ngày công phu của ta được

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

thuần thực. Khi đó định, huệ tự nhiên phát sinh, ba thứ độc (tham, sân, si) không khởi, ác nghiệp chẳng tạo nữa.

Có những người miệng thì niệm Phật, trong tâm ham muốn suy nghĩ sai quấy loạn tưởng. Phép niệm như thế là không có chỗ tác dụng. Nên cần phải niệm Phật nơi miệng, tưởng Phật nơi tâm, tâm và miệng hợp nhất. Ngoài câu niệm Phật ra, việc gì cũng không nghĩ tưởng, niệm gì cũng không khởi, mới dễ được nhất tâm bất loạn.

Thử nghĩ, miệng niệm Phật, tay lần chuỗi, mà tâm lại tưởng việc khác, hoặc mắt nhìn ngó đông tây, hoặc nghe âm thanh nào đó, hoặc có người nào đi qua bên cạnh thì quay đầu mà dòm ngó đánh tiếng đưa tin, hoặc tâm tình buồn phiền, hoặc công việc bận rộn khó nhọc, vả lại gấp rút thời gian làm cho qua loa, niệm số mục cho hết việc, tức khiến cho mỗi ngày số lượng niệm đến ngàn câu danh hiệu Phật, cũng chẳng được kể là nhất tâm niệm Phật.

Niệm Phật chẳng nên mong cầu cảm ứng thì tâm mới có thể thanh tịnh, nên làm đến chỗ “vô sở cầu”. Người tu hành niệm Phật, tuy hàng ngày bề bộn đủ các công việc mà tâm không bề bộn, vẫn hằng giữ gìn tâm thanh tịnh rỗng rang.

Học Phật tu hành, điều cần yếu trước nhất là tâm trong sạch và ít ham muốn, đạm bạc với đời, không mang không vác, không buồn, không lo lắng đa đoan. Như thế ta mới có thể chuyên chí nhất tâm niệm Phật. Nếu ta còn đa dục (ham muốn nhiều) thì ta còn bị sự trôi

buộc của các việc đời thế tục, tâm tình rối loạn niệm Phật làm sao được nhất tâm?

Niệm Phật cần phải đồng nhất trên nhiều phương diện. Nghĩa là: tâm, hành vi và miệng của người niệm Phật không được trái nghịch nhau, mở miệng niệm Phật, trong tâm phải tưởng nhớ Phật, và hành vi cũng không được trái với lời răn dạy của Phật. Thân, miệng và tâm hợp nhất là cương lĩnh chính yếu của niệm Phật giải thoát. Nếu như danh hiệu Phật chỉ dính ngoài cửa miệng mà không cùng tâm và thân kết hợp với nhau thì làm sao có thể đạt được sự lợi ích của niệm Phật.

Chánh tín niệm Phật là không nên chấp trước phải niệm như thế nào, nghĩ tưởng đến thì niệm, quên niệm cũng bất tất phải vắn vưng nơi ý, có những lúc bệnh hoạn hoặc đau khổ, có thể niệm thì lập tức niệm.

NIỆM PHẬT NHIỀU

Niệm Phật nhiều không phải là niệm cho số lượng nhiều, mà là hằng ngày niệm Phật, tùy thời gian, tùy nơi tùy chỗ, đi đứng ngồi nằm, lúc động lúc tĩnh, lúc rảnh rang hay bận rộn, công việc không dụng tâm mà đều là A Di Đà Phật. Có thể niệm Phật số mục nhiều lại có thể tinh thuần “nhất tâm”, thế thì càng tốt.

Niệm Phật phải nên niệm nhiều mới có thể nuôi thành thói quen niệm Phật, thói quen trở thành tự nhiên, bình thường mới có thể khởi niệm niệm Phật tùy thời tùy chỗ. Niệm Phật không có thói quen, chỉ định thời gian công khóa mới khởi được tưởng niệm Phật, lúc bình

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

thường sẽ không khởi được niệm Phật. Nếu ngẫu nhiên khởi được niệm Phật, thì niệm cũng không được bao nhiêu tiếng rồi dứt mất. Cho nên niệm Phật cần phải niệm nhiều để tập thành thói quen niệm Phật.

Muốn tập thành thói quen niệm Phật, không phải là một sớm một chiều thì có thể được, mà phải là năm dài tháng rộng nuôi dưỡng mà thành, thói quen thành thực một cách tự nhiên càng phải cần có công phu sâu dày.

Vì sao cần niệm Phật nhiều? Đó là để tăng thêm lực niệm Phật, khiến cho nghiệp lực giảm lại ít đi, lực niệm Phật càng lớn thì lực của nghiệp càng nhỏ. Lực niệm Phật mà lớn, đến lúc “nhất tâm bất loạn” thì được “Niệm Phật tam muội”. Lực của nghiệp nhỏ, nhỏ đến khi vọng tưởng tập niệm không khởi, phiền não sẽ dứt. Lực niệm Phật lớn thì sẽ biết trước ngày giờ mạng chung, chánh niệm hiện tiền, tâm không điên đảo mà niệm Phật vắng sanh. Còn lực của nghiệp mà lớn hơn lực niệm Phật, thì lúc mạng chung nghiệp lực hiện tiền, nghiệp của ngày trước chiêu cảm khiến tâm kinh hãi sợ sệt, tâm chẳng điên đảo cũng trở thành điên đảo. Tâm một khi điên đảo thì bị nghiệp lực dẫn dắt, chuyển nhập luân hồi.

Người đời do tập khí vô minh phiền não, không phải đời này mới có, mà đời đời kiếp kiếp đã có rồi, vả lại từ nhỏ đã nuôi dưỡng thêm lớn, hằng ngày đều tưởng đến, hằng giờ đều nghĩ đến, thì bảo làm sao nó không phát sinh nghiệp lực rất lớn? Cũng như thế, chúng ta nên niệm Phật cho thành một sức mạnh, trực tiếp lôi kéo khắc phục những vô minh tập khí, phiền não, vọng tưởng. Cũng tương tự, nên hằng ngày niệm Phật, hằng

giờ niệm Phật, trong cuộc sống thường ngày tùy thời, tùy chỗ mà tưởng mà niệm. Niệm lâu rồi thì sự niệm Phật mới phát sinh ra “lực niệm Phật”, niệm Phật càng nhiều thì lực niệm Phật càng lớn, nghiệp lực sẽ theo đó mà bị diệt nhỏ đi hoặc tiêu mất, lúc mạng chung vắng sanh mới không có chướng ngại, mới có phân bảo đảm!

Người tại gia chúng ta không những bận rộn công việc nhà mà còn bẽ bộn công việc ngoài xã hội. Vậy thì cái nhân chính là bận rộn! Vì việc vắng sanh về thế giới Tây Phương Cực Lạc, dù bận rộn cũng nên lợi dụng thời gian để niệm Phật. Nếu không như vậy thì không có lực niệm Phật, trong tâm không có Phật, lúc mạng chung làm sao có thể chánh niệm hiện tiền, tâm không điên đảo để mà niệm Phật vắng sanh?

TRONG TÂM CÓ PHẬT

Trong tâm có Phật nghĩa là tùy thời tùy chỗ khởi tưởng niệm Phật: đi, đứng, ngồi, nằm, lúc động, tĩnh, nhàn nhã, bận rộn, công việc không dụng tâm mà đều có A Di Đà Phật; lúc miệng không niệm mà tâm vẫn ở nơi niệm, chẳng niệm mà tự niệm, không niệm mà không phải chẳng niệm; Phật không rời tâm, tâm không rời Phật, mới có thể được “nhất tâm bất loạn”, tâm ta với tâm Phật thông nhau, tâm và Phật ở cảnh giới “nhất như”, được niệm Phật tam muội.

Trong miệng niệm Phật mà trong tâm nghĩ bậy tưởng loạn, phép niệm như thế thì đều không có tác dụng. Nên cần phải trong miệng niệm Phật, trong tâm tưởng Phật, tâm và miệng như nhất. Ngoài một câu danh

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

hiệu Phật ra, việc nào cũng không nên nghĩ tưởng đến, niệm nào cũng không nên khởi, đây tức gọi là nhất tâm bất loạn, như vậy mới dễ dàng thành công.

Niệm Phật khi công phu thuần thục nhất định có cảm ứng không thể nghĩ bàn. Người ở thế gian phước báo lớn không phải là giàu có tiền bạc hay sống lâu, mà phước báo chân chánh là lúc lâm chung không có bệnh, tinh thần sáng suốt, biết được đi đến đâu, đây mới là phước chân chánh.

Trong cuộc sống hằng ngày tùy duyên mà qua ngày, mang mọi cái phân biệt, chấp trước, buồn lo... buông bỏ cả đi, được đại tự tại, đó mới là hạnh phúc chân chính.

Như gặp tai nạn lớn, nên niệm: “Nam Mô A Di Đà Phật tiếp dẫn con vãng sanh về thế giới Cực Lạc”. Niệm ngày đêm không dừng, đến lúc vãng sanh.

Niệm Phật mà không thể nghiêm trì giới luật, dùng dốt tham sân, hàng phục vọng niệm, đánh phá chấp trước, mà muốn cầu nhất tâm bất loạn thì khác nào “mò trăng đáy giếng”.

Gọi là “nhất tâm bất loạn” tức là chỉ có một tâm niệm Phật, không có tạp niệm của phiền não vọng tưởng (Quý bạn có thể xem thêm sách “Kinh Nghiệm Niệm Phật và Những Chuyện Luân Hồi” của cư sĩ Diệu Âm Diệu Ngộ, trang điện tử www.dieuamdieungo.com).

Nếu trong tâm không có Phật, không những lúc bình thường mất niệm (không khởi được tưởng niệm), nếu là

ngẫu nhiên khởi được tướng niệm, niệm cũng không được mấy câu thì dứt quãng rồi, có lúc ngay cả thời khóa sáng chiều cũng không biết niệm.

Lúc niệm Phật, người khác gọi ta, ta đều không biết, như thế mới có “định lực”, có công phu. Lúc niệm Phật mà có gió thổi cỏ động ta đều biết cả, như thế là chưa có định lực, nên cần phải quyết tâm công phu thêm nữa.

Đương nhiên chẳng phải là ngay khi bắt đầu niệm thì đạt được cảnh giới “trong tâm có Phật” liền. Chúng ta không ngại thì từ hôm nay bắt đầu, cố gắng công phu không dứt, như vậy thời gian lâu, ta nhất định trong tâm có Phật. Nên biết thành công tất cả đều là bắt đầu từ hiện tại.

Người sơ cơ học Phật niệm Phật, đương nhiên là chẳng dễ dàng niệm Phật được nhiều, càng chẳng thể bàn luận trong tâm có Phật. Nhưng có thể chuyên tâm nhất ý niệm hằng ngày, niệm hằng giờ, lâu ngày công phu sâu dày, tự nhiên sẽ có thể niệm Phật nhiều, tự nhiên trong tâm sẽ có Phật. Không nên chỉ vì công việc thế tục bận rộn mà không chịu dụng công niệm Phật, không niệm thì trong tâm làm sao có Phật?

Tối kỵ là lúc có thời gian mà chỉ biết ăn uống chơi vui, tán gẫu, xem ti vi... bỏ câu A Di Đà Phật sang bên một cách thoải mái, thế thì trong tâm làm sao có Phật!

Trong tâm ta không có Phật, thì thử hỏi trong tâm Phật có ta không? Lúc ta mạng chung, Phật có đến tiếp dẫn ta không? Chúng ta phải nên nhớ rằng: cầu sinh về

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

thế giới Tây Phương Cực Lạc, là tự ta cần đến Phật thôi, chứ không phải là đức A Di Đà cần đến ta đâu!

Thử nghĩ xem, có một người lạ ở nơi xa, mỗi lần thấy mặt ta cũng chỉ thoáng qua một chút, ngay cả chào hỏi xã giao cũng không được một câu. Vậy khi người ấy muốn đến chỗ ta để ở, cần ta đi đón tiếp, ta có muốn đi đón tiếp không? Như vậy đem lòng mình so ra thì biết.

Chuyên trì danh hiệu A Di Đà Phật đơn giản dễ làm. Chuyên là chuyên nhất, chuyên tâm. Trì là giữ gìn không để mất nó đi. Danh hiệu là sáu chữ “Nam Mô A Di Đà Phật” hay bốn chữ “A Di Đà Phật”. Chúng ta từ sáng đến tối, không được rời xa câu Phật hiệu này, niệm to tiếng, nhỏ tiếng hay mặc niệm (niệm thầm) đều được. Không nên gián đoạn, lộn xộn, hoài nghi, mà phải chân thành, khẩn thiết, cung kính, chân chánh phát nguyện vãng sanh về thế giới Cực Lạc. Như thế, vãng sanh về thế giới Cực Lạc là cơ sở nắm chắc.

Vãng sanh về thế giới Cực Lạc có hai vấn đề cần thiết không thể không biết: 1-Chánh niệm hiện tiền. 2-Tâm không điên đảo.

Chánh niệm hiện tiền: Là khi mạng chung, nghĩ niệm là Phật mà tưởng cũng là Phật, lúc cuối cùng của hơi thở còn ở tại nơi câu niệm Phật, niệm Phật vãng sanh.

Tâm không điên đảo: Là khi mạng chung chỉ có tâm niệm Phật tưởng Phật thôi, không nhớ tưởng đến tất cả công việc của thế tục. Ngày thường tu hành tinh tấn,

niệm Phật đến nhất tâm bất loạn rồi, lúc mạng chung nếu có may mắn tưởng niệm việc thế tục thì tâm sẽ điên đảo, một khi tâm điên đảo thì luân hồi chẳng được vãng sanh!

Lúc bình thường không gắng công niệm Phật, mà thường trong tâm tham ái dính mắc gốc rễ sinh tử (như: tài sản, sự nghiệp, danh tiếng, người thân, ăn uống, chơi bời, không như ý thì giận dữ oán hận...) thì lúc mạng chung làm sao mà không nghĩ đến chúng chú? Ngay khi nghĩ đến chúng, tâm sẽ điên đảo, cộng thêm nghiệp từ đời trước chiêu cảm, tâm hoang mang, ý hoảng loạn, bệnh khổ rất nhiều, tà niệm hiện tiền, tâm không điên đảo mới là chuyện lạ!

Trong tâm phàm phu của chúng ta vọng tưởng tạp niệm rất nhiều, niệm này vừa đi thì niệm khác lại đến. Niệm Phật tức là cần gom trói cái tâm vọng tưởng tạp niệm này, niệm danh hiệu Phật nhiều một chút thì tạp niệm loạn vọng tưởng ít đi một chút, hằng giờ dụng công, công phu sâu dày thì có thể thu gom tất cả các tạp niệm vọng tưởng này trên danh hiệu Phật, tất cả các tạp niệm vọng tưởng đều không có, đó là nhất tâm bất loạn rồi.

Chánh niệm hiện tiền: Người tu hành thường ngày siêng năng niệm Phật đạt công phu sâu, đến lúc mạng sống gần như sắp đứt hơi thở, đứt khoát trong tâm biết rất rõ ràng mình sẽ đến nơi nào, trong tâm an tịnh chỉ có vấn đề niệm Phật tưởng Phật, không có niệm nào khác xuất hiện.

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Tà niệm hiện tiền: Người tu hành bình thường không cố công niệm Phật mà chỉ giải đãi (biếng nhác), bầy biện, lơ là, đến lúc mạng chung tâm này chắc chắn sẽ hoảng loạn, sợ hãi, mê mờ tán loạn, điên điên đảo đảo... dù một chút xíu cũng không thể biết được mình sẽ sinh về đâu!

Niệm Phật phải sinh chánh tín, mới có thể dụng công tốt đẹp, tùy thời tùy chỗ mà niệm Phật. Nếu sinh “bất chánh tín” thì niệm Phật thành ra cầu tài, cầu bình yên... có lúc niệm có lúc không.

Không luận ở nơi nào, hoàn cảnh nào, dù bận rộn cũng được, khi công việc cần phải suy nghĩ thì tạm buông câu Phật hiệu, công việc xong rồi lập tức khởi lại ngay Phật hiệu. Giả như công việc không đòi hỏi vấn đề suy nghĩ nghiên cứu thì có thể vừa làm việc vừa niệm Phật, lúc gặp cảnh thuận hay nghịch đều không quên niệm Phật. Nếu làm được thế này, việc vãng sanh sẽ có hy vọng cao.

Tâm niệm Phật chân hay không chân, chỉ nên xét nghiệm ở trong phiền não, vui ưa, hay ghét bỏ. Ví dụ người niệm Phật có chân tâm, ở trong phiền não ưa ghét, tất nhiên niệm Phật mỗi niệm mỗi niệm không gián đoạn. Còn như nếu một khi vui giận đến trước, mà A Di Đà Phật vút bỏ ở sau, như thế làm sao có thể được sự linh nghiệm của niệm Phật!

Cổ đức nói rằng: “Học Phật không khó mà khó ở sự phát tâm, phát tâm không khó mà khó ở sự đồng mãnh, đồng mãnh không khó mà khó ở sự giữ gìn lâu xa”. Lại

nói: không luận là nghề nghiệp công việc gì, lúc bắt đầu chưa có chi, không chịu cố gắng siêng năng, dẫn đến lâu ngày tình thế dời đổi, tâm sanh mỗi mệt, hoặc được ít cho là đủ, hoặc sợ khó mà sống cầu an. Phép đời như thế, học Phật cũng vậy.

SỰ TỐI KỲ TRONG NIỆM PHẬT

Sự tối kỳ trong niệm Phật: “Tinh thần phân tán, câu chữ mơ hồ, đã không âm tiết lại không liên lạc, tâm chẳng ứng với miệng, tiếng chẳng nhiếp với niệm, khinh lờn thành quen”.

- Tinh thần phân tán: Lúc niệm Phật tư tưởng không tập trung, đưa tinh thần lên không được. Tâm tình hời hợt, ý chí thì chìm mất, tạp niệm thì vô cùng, chẳng hôn trầm cũng trạo cử (vọng tưởng, tạp niệm), đây là vấn đề tối kỳ.
- Câu chữ mơ hồ: Câu hiệu Phật phát ra lơ mơ không rõ, người khác nghe không rõ, ngay cả chính mình nghe cũng không rõ. Cho nên có câu rằng: “Mình còn chưa nghe được thì Phật làm sao nghe?”.
- Không âm tiết: Âm tiết điều hòa thích ứng thì niệm Phật dễ nhiếp tâm, phương pháp hữu ích thì lực mới to lớn. Ngược lại, sáu chữ trong một câu Phật hiệu, bất kể nhịp gõ chữ nào, lúc thì một nhịp, nửa nhịp, một phần tư nhịp, một phần tám nhịp, thế thì làm cho mỗi câu hiệu Phật bị biến đổi, niệm loạn thành một mảng, còn bàn luận

nhiep tâm thể nào. Không những thời gian từng chữ sắp đặt được tốt, mà sự cao thấp nhẹ nặng của thanh âm cũng phải hợp với tiết tấu. Bởi vì niệm Phật có tiết tấu thì giống nước chảy róc rách, tự nhiên, dễ dàng, rõ ràng. Không âm tiết đã chẳng tốt, cộng thêm lại chẳng liên quan thì càng sai.

- Chẳng liên lạc: Là câu sau không tiếp câu trước. “Tịnh niệm tương tục” rất trọng yếu của sự niệm Phật, mà nếu không liên quan làm sao kế tục với nhau.
- Tâm chẳng ứng với niệm Phật: Là trong miệng thì niệm Nam Mô A Di Đà Phật, mà ở trong tâm tính toán riêng một việc ở bên ngoài như: mua chiếc xe mới, hoặc muốn đến chỗ nào. Vì tính toán những việc đó thì tâm và miệng không thể thể ứng với nhau. Ngoài ra có một tình huống là: ngay lúc niệm Phật, tạp niệm lăng xăng, không biết tạp niệm nhiều thể này từ đâu đến, đây khởi kia mất, không cách nào trừ bỏ. Tuy vậy chẳng nên buồn lo, vì đây là hiện tượng tất nhiên trong quá trình niệm Phật, chẳng nên quan tâm nó (mặc cho vọng niệm lăng xăng, hãy nghe chính mình và niệm Phật rõ ràng), đây là yếu quyết. Then chốt vẫn là khởi lên một câu hiệu Phật này.
- Tiếng không nhiếp niệm: Tiếng, chỉ cho lúc niệm Phật, tiếng niệm Phật trong miệng phát ra, âm thanh này có tác dụng rất lớn, then chốt của pháp môn tịnh độ, cũng có thể nói là “Mật quyết”, tức ở nơi tự niệm tự nghe. Cái được niệm là Nam Mô A

Di Đà Phật, cái được nghe cũng là: Nam Mô A Di Đà Phật. Cho nên đều nhiếp sáu căn, trước tiên thì thiệt căn (lưỡi) và nhĩ căn (tai) đều nhiếp. Lúc này niệm là danh hiệu Phật, mà nghe cũng là danh hiệu Phật, tưởng cũng là danh hiệu Phật, nên ý căn (ý) cũng được nhiếp, tay giữ chuỗi niệm (thân), mắt thì nhìn tượng Phật, trong tỷ căn (mũi) được nghe là mùi hương đốt cúng Phật, cho nên ba căn này cũng được nhiếp. Nhiếp sáu căn đều là then chốt ở tánh nghe. Thông thường chúng ta tự tu, dùng cách “Kim cang trì” là tốt nhất, tức là có một tí âm thanh vừa vừa ở giữa miệng môi và chân răng, không phải to lắm. Cách này niệm đã có âm thanh lại vừa dưỡng khí, gọi là Kim cang trì. Mặc niệm cũng có thể nghe, song mặc niệm thì mệt một chút. Âm thanh lớn nhỏ có thể linh hoạt, lúc tán loạn và lúc phiền não khởi có thể niệm lớn, dùng âm thanh để nhiếp niệm. Nếu niệm được yên tĩnh thì có thể niệm nhỏ, niệm cách Kim cang trì hoặc nhỏ một chút đều có thể được. Cần có tiếng, cần nghe được tiếng. Âm thanh này thì có nhiếp được niệm. Đây là chỗ thù thắng của pháp môn niệm Phật, then chốt là ở nơi “Tự nghe”.

- Khinh lờn thành quen: Nếu như lúc niệm tự tâm phiền tạp tán loạn, tiếng được niệm tất nhiên lộn xộn khó nghe. Tâm không chuyên chú tai cũng mất linh nghiệm, tác dụng của tiếng niệm tự nhiên không nhiếp niệm một chút nào cả. Ở tình huống này không có tác dụng nhiếp đều sáu căn. “Khinh lờn thành quen”, đây là thành ngữ thường dùng ở

trong đạo Phật. Niệm một cách khinh thường không thể chuyển thức thành trí, mà là nuôi lớn cái thói quen (Thức). Chúng ta niệm Phật tức là chuyển ý thức phân biệt thành “Diệu quán sát trí”. Nên khiến nó chuyển. Nếu niệm như thế này: vừa không âm tiết, tán loạn, tinh thần lảng xãng, lại vừa không liên suốt, tư tưởng trong tâm và niệm trong miệng không giống nhau, âm thanh được niệm cũng nhiếp không được ở nơi tâm, phép niệm này không phải là “chuyển” Thức mà là “nuôi dưỡng” Thức. Niệm cách này thì “vĩnh viễn khó thành từng loạt”, niệm Phật niệm đến khi nhất tâm bất loạn rất khó, trước nhất phải đạt đến niệm Phật thành thói quen. Chúng ta phải niệm cho được thành thói quen, ít thì mười mấy câu, nhiều thì ba chục câu, nhiều nữa thì một tràng hai tràng, trong lúc này tâm không được động chạy, từ đầu đến cuối đều là: Nam Mô A Di Đà Phật, đây gọi thành tràng, mức độ chính mình là thế nào, chính mình hoàn toàn có thể biết. Cho nên pháp niệm này, kiểu như trên, tức là “vĩnh viễn chẳng thành loạt”, đây là phép niệm không tốt, thì nên tránh đi, nên tránh khỏi chỗ dễ sinh sai lệch, mà nên tập trung tinh thần sức lực mặt hướng về ánh sáng.

Trước mắt chỉ nêu ra sự cấm kỵ của niệm Phật, cần gắng sức trừ bỏ, sau đây chính là con đường vạch ra nên tuân thủ đối với việc trước mắt:

- + Âm thanh hài hòa vận tiết ổn định: Thanh hòa, chỉ cho tiếng và ý khi niệm Phật nên hài hòa, hòa mỹ, yên hòa. Bởi vì âm rất quan trọng, nếu niệm quá

gắt gao hay khàn giọng thì âm thanh chẳng được hòa. Tiếng niệm Phật mà âm thanh tốt đẹp vi diệu, thanh tịnh trang nghiêm, thì tự nhiên tâm sẽ khoáng đạt tinh thần vui vẻ, thân tâm được an hòa. Ngược lại thì khiến tâm người loạn, nóng nảy không an.

- + Vận ôn: Vận là âm thanh hài hòa, chỉ cho khí độ của thần vận cao nhã. Ôn là chỉ cho sự an định. Vận ôn là âm thanh an hòa trầm tĩnh, khí vận thì cao nhã, tự nhiên có một sự điều hòa của âm vận.
- + Khẩn thiết chu đáo: Khẩn thiết, ta niệm Phật như đang ở trước Phật, cách này mỗi niệm một tiếng, đều là từ trong tâm chí thành phát ra, khẩn khẩn thiết thiết niệm: Nam Mô A Di Đà Phật, cần phải từng câu từng câu, đây tức là cách niệm chu đáo, cũng tức là tịnh niệm nối nhau. Đối với người đã có thời khóa ổn định, trước nhất yêu cầu là phải rất chu đáo ở trong thời khóa, thời gian này không nên lệch lạc. Cũng xin nói thêm rằng, không chỉ vồn vện trong định khóa mới chu đáo, mà phải nên xuyên suốt tùy lúc tùy chỗ, đều cần phải thường thường khởi lên một câu Phật hiệu này. Nếu có thể được như vậy, thành tràng thành hạt cũng chẳng khó. Pháp môn tịnh độ (niệm Phật) có cái hay ở trong đây, người đời có thể làm được, không phải là cao không với tới. Để được khai ngộ, điều này rất khó, không phải là người người đều có thể được. Niệm Phật vãng sanh cũng không phải là kiểu này, mà ai cũng đều có thể niệm. Cần chu đáo, thường có một câu này, sự tỉnh là có thể

làm được, vấn đề là tự mình không chịu niệm mà thôi. Phiền não một khi khởi lên thì không chịu niệm. Giận dữ gấp rút là phiền não, vui vẻ đắc ý cũng là phiền não. Thật ra, xét kỹ trong phiền não cũng có thể niệm, chỉ là chính mình không chịu niệm. Nếu hay tí mĩ chu đáo, trì niệm khẩn thiết, tự nhiên sẽ thành loạt thành tràng, nhất tâm bất loạn. Cho nên việc niệm Phật vãng sanh thường xuyên lúc nào cũng được quan tâm.

+ Trầm lắng an nhàn: Câu nói này chính là chỉ thẳng những bệnh thường gặp nhiều của người tu hành. Có người dụng công nóng lòng gấp gáp, bức tức muốn mau được thành tựu, do đó rất khẩn trương, rất gấp rút. Đây cũng là có tâm mong cầu. Nhưng sự thù thắng của niệm Phật thì từ nơi “hữu niệm” mà thâm hợp với “vô niệm”, từ “hữu cầu” mà khế hợp với “vô cầu”, từ “vãng sanh” mà chứng được “vô sanh”. Nên “trầm lắng”, trầm lắng đến mức bình tĩnh, tâm tư không có một chút lo nghĩ bởi hồi về sự được mất, bất an nào. Mà vả lại nên “an nhàn”. Bởi vì có người nỗ lực, cũng bởi ở tâm tư nôn nóng mà rơi vào sự khẩn trương, bẽ bộn, rối loạn, lo lắng, gấp rút... Như vậy là đi ngược lại lời dạy của bậc Thánh rồi!

“An nhàn”, hai chữ này tiến đến một bậc nữa mà nói, không những chỉ là sự bình tĩnh (trấn định), mà còn là muôn duyên đều nhất loạt buông mất, không giữ không cầu, đó là một người đại nhàn giữa trời đất. Trong tâm chỉ nhớ câu niệm Phật, một câu danh hiệu Phật rõ ràng trước mặt, đã không có điều ngăn ngại lại chẳng

điên đảo, vắng lặng an tâm. Cho nên có thể thấy rằng hai chữ “AN NHÀN” quan trọng cần yếu mười phần. Ngược lại, nếu gấp rút nôn nóng, muốn thấy Phật thấy hào quang, muốn thấy xuất hiện điềm lành, niệm thế này thì sẽ sinh ra tâm bệnh. Vả lại không phải là do niệm Phật mà sinh ra bệnh, mà là do trong lòng gấp rút như thế nên sinh ra tâm bệnh. Chúng ta nên an nhàn, vì sao có thể an nhàn? Vì tín tâm! Người có tín tâm thì rất an nhàn. Có người hỏi rằng: Ta tại sao niệm chưa tốt, vẫn còn vọng tưởng tạp niệm? Ngài Ngẫu Ích đại sư giảng rất rõ: “vãng sanh hay không, hoàn toàn do nơi có tín nguyện hay không”. Vậy mình đã có tín tâm sâu xa hay chưa? Phát nguyện có chân chánh hay không? Chân chánh đó là không muốn lưu luyến thế giới Ta Bà này, mà ưa thích Cực Lạc nguyện cầu vãng sanh. Trên thực tế rất nhiều người còn lưu luyến, chẳng thể lìa bỏ, tham luyến tài sản, sự nghiệp, danh vọng, vợ con, vật chất, hưởng thụ, cuộc sống hiện tại tốt đẹp v.v... nên cố sức ham muốn nhiều nhưng sống được mấy năm, rồi lại muốn tốt nhất là trường sinh bất lão! Chính sự lưu luyến thế giới này mà bỏ lìa không được. Cho nên ưa thích Cực Lạc cần phải phát “đại nguyện”. Nhiều kiếp trở lại đây tất cả chúng sanh đều là quyền thuộc của mình đang ở trong biển khổ đợi chờ ta cứu độ. Nhưng ta làm sao mới có thể độ họ được đây? Bản thân ta còn đang giãy giụa trong biển khổ, không đủ năng lực nào cứu độ người khác, chỉ sau khi vãng sanh, nương sức gia trì của Phật, ta sẽ có được trí tuệ và năng lực rồi cứu độ tất cả những quyền thuộc này. Phải là tâm tình như thế này, và nguyện lực như thế này. Có tín và nguyện tự nhiên sẽ niệm, thì nhất định vãng sanh, cho nên vãng sanh hay không, hoàn toàn

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

nhờ ở sự có hay không có tín nguyện. Mọi người nói muốn vãng sanh, thì trước nhất mọi người ở ngay nơi tín nguyện mà dốc sức công phu. Nguyện này của ta có chân chánh hay không? Nếu tín nguyện thiết tha thì chắc chắn vãng sanh. Tóm lại, trong vấn đề niệm Phật, trong tâm không nên gấp rút nôn nóng mà phải tự nhiên an nhàn.

+ Tiếng hợp với tâm, tâm ứng với tiếng: Tiếng niệm Phật từ trong tâm thành khẩn thanh tịnh phát ra tự nhiên hài hòa an ổn, âm thanh câu niệm Phật này vi diệu, trải qua tai mình mà đạt đến bản tâm, được nghe chính là được niệm, cho nên tự nhiên hợp nhau, tiếng hợp với tâm. Âm thanh này là danh hiệu Phật muôn đức trang nghiêm. Âm thanh này vào tai là tự tâm được niệm, tự tâm niệm Phật, tự tâm là Phật. Cho nên tự tâm chắc chắn tương ứng với tiếng được nghe. Tiếng hợp tâm, tâm hợp tiếng, cho nên nói rằng: “tâm và tiếng nương nhau”. Nói một cách đơn giản: Ta niệm Phật, mà niệm Phật có tiếng thì âm thanh trở lại trợ giúp cho ta. Do ta phát ra tiếng, tiếng trở lại giúp ta, cho nên nói nương nhau. Niệm như thế này không cần dùng cách bài trừ vọng niệm mà vọng niệm tự tiêu mất.

Chưa có thể “nhất tâm” thì trước cần phải “chuyên niệm”, chưa có thể được “bất loạn” thì trước phải tập “thành từng loạt”.

Nhất tâm bất loạn là lúc niệm Phật tâm không tán loạn, dần tới tâm chí thành, chuyên niệm danh hiệu Phật.

Trong kinh “Phật thuyết Đại Thừa Vô Lượng Thọ”, điều kiện căn bản được yêu cầu của “ba bậc vãng sanh” đó là: “*Phát bồ đề tâm, nhất hướng (lòng) chuyên niệm*”. Thường xuyên chuyên niệm một câu A Di Đà Phật này, là thời gian niệm rất chuyên tâm, không có vọng tưởng tạp niệm. Chưa thể đạt được nhất tâm thì trước phải chuyên niệm. Chuyên nhất chẳng biến đổi, nghĩa là đối với người có lập trường không vững, đứng núi này trông núi nọ, ngày nay muốn niệm Phật, ngày mai muốn tham thiền, ngày một lại muốn trì chú..., nghĩa là muốn tu học nhiều pháp xen tạp. Như thế thì chẳng là “*chuyên nhất*”.

+ Chưa có thể “bất loạn”, trước phải “học thành từng loạt”: Khi chưa đạt được cái tâm “hoàn toàn đều không tán loạn”, thì trước nên khiến nó thành từng loạt. Ta không thể suốt không tán loạn, nhưng ta có cách làm mấy mươi câu thành một loạt, trong một loạt mấy mươi câu này không có vọng tưởng tạp loạn. Nếu người không chân thật dụng công thì ngay cả lập thành loạt niệm như thế này cũng khó mà làm được. Cho nên nói rằng: “Chân siêng chân chuyên, công hiệu tự thấy, không cần hỏi người, xin tự nghiệm lấy”. Như người uống nước, lạnh hay nóng tự mình biết.

Từng câu từng niệm mà chân thật, chắc chắn ra khỏi Ta Bà. Thế nào gọi là CHÂN? Một câu giải thích rất bình thường, nếu muốn niệm được chân thật, chỉ cần niệm của chân thật. Không phải là ngụy trang dối người, không phải là làm trên hình thức, không phải là có mục đích khác, không phải là vọng cầu lãng xãng, không phải là cái vẻ bề ngoài. Phải nên khẩn cầu thiết tha, thường

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

thật tín nguyện trì danh, một câu danh hiệu Phật này tự mình niệm rất rõ ràng, tức là niệm chân thật rồi vậy.

Niệm Phật chẳng thể cầu trước tiên là nhất tâm bất loạn, vì nhất tâm bất loạn rất khó, có thể được một loạt một tràng, tức là ba mươi, năm mươi hoặc ba trăm, năm trăm câu... mà không loạn, lại có thể tùy lúc tùy nơi mà có thể khởi tưởng niệm Phật.

Niệm Phật mà có thể “nhất tâm bất loạn” đương nhiên là điều tốt rồi, nhưng có thể niệm được thành loạt thành tràng mà chẳng loạn cũng không phải là dễ. Có thể niệm được thành loạt thành tràng không loạn, tùy lúc tùy nơi mà khởi được câu niệm Phật cũng là đáng khích lệ rồi. Chỉ e rằng, chỉ biết niệm Phật trong thời khóa nhất định, ngoài ra lúc bình thường chẳng khởi được tâm niệm Phật!

Lúc niệm Phật nhất định nên niệm một cách “chánh tâm thành ý” và “cung kính”, đây là bí quyết nhiệm màu của niệm Phật trì danh, vả lại trong lúc niệm Phật cần tâm không nên thêm việc, chuyên tâm chỉ Nam Mô A Di Đà Phật, niệm được thuần thực, thì dần dần có thể được nhất tâm bất loạn.

CHẲNG NIỆM GÌ CẢ - CHỈ NIỆM A DI ĐÀ PHẬT

Niệm Phật như thế nào? Xin thưa cùng mọi người một phương pháp: Tức là tùy lúc tùy nơi đi đứng ngồi nằm, động tịnh rảnh rỗi hay bận rộn, lúc đi đường niệm, lúc đứng cũng niệm, lúc ngồi cũng niệm, lúc nằm cũng niệm, công việc chẳng dụng tâm suy nghĩ cũng niệm, lúc

phiền não niệm, lúc vui vẻ cũng niệm. Việc quá khứ không nghĩ tưởng, việc hiện tại (trừ lúc đang làm việc) cũng không nghĩ tưởng, việc vị lai không nghĩ tưởng, việc lớn không tưởng, việc nhỏ cũng không tưởng, việc ác không tưởng, việc thiện cũng không tưởng, chung quy đều không nghĩ tưởng. Như thế nào mới là chẳng nghĩ tưởng?, Tức là niệm chí thành chuyên nhất: A Di Đà Phật, không chấp trước tốt xấu, có không, được mất, chê khen, buông hết tình đời việc tục, chỉ có một câu A Di Đà Phật. Con người cả ngày vì tình đời việc tục mà bận rộn, nghĩ đông nghĩ tây, tâm làm sao có thể yên tịnh được. Chẳng những lúc niệm Phật tâm không thể nhất tâm bất loạn, ngay cả lúc niệm Phật thành loạt thành tràng cũng chẳng thể được. Như thế việc vãng sanh thế giới Cực Lạc đành dẹp bỏ ư?

MỖI NGÀY NIỆM MỘT LẦN THÌ LỰC NIỆM CHẴNG ĐỦ

Đừng nên cho rằng sớm tối mỗi ngày chỉ niệm Phật một lần thì lúc mạng chung có thể vãng sanh thế giới Cực Lạc! Không có chuyện dễ quá như thế đâu! Chỉ nương vào sớm tối mỗi ngày niệm một lần niệm Phật, thì có thể nhất tâm bất loạn không? Trong tâm có Phật không? Bởi vì nghiệp chướng của chúng ta rất sâu nặng, ngày trước chẳng nói làm chi, mà phiền não, dục vọng, ác niệm, ác hạnh của chúng ta hiện tại đây không phải là ít, những phiền não ác niệm này cần nương nơi lực niệm Phật để tiêu trừ, lực niệm Phật càng lớn thì lực của nghiệp sẽ càng nhỏ đi, lúc mạng chung mới có thể “chánh niệm” hiện ra trước mặt, niệm Phật vãng sanh.

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Ta thử nghĩ xem lực niệm Phật của ta có thể lớn hơn lực của nghiệp không? Trong kinh A Di Đà, đức Phật nói rõ: *“Không thể lấy chút ít thiện căn nhân duyên phước đức, mà được sinh nước kia (Cực Lạc)”*.

Nếu ta sớm tối mỗi ngày chỉ niệm Phật một lần, thì trong tâm của ta không có Phật, như thế làm sao có thể cảm thông cùng đức Phật A Di Đà? Như thế chẳng ngại rằng Phật A Di Đà quên ta lâu quá, đến lúc ta mạng chung chẳng đến đón ta. Mà chỉ ngại rằng tự mình không thật sự thường xuyên niệm Phật, chẳng niệm Phật nhiều, trong tâm không có Phật. Bình thường không biết niệm Phật, lúc mạng chung làm sao có thể khởi tưởng niệm Phật được?

Thế nào là *thiện căn, nhân duyên, phước đức*? Chí thành trì niệm danh hiệu đức A Di Đà là “chánh hạnh”, gọi là *thiện căn*. Không biết hoặc không tin được việc tu chân chánh này tức là không có thiện căn. Hiếu dưỡng cha mẹ, phụng thờ sư trưởng, thọ giữ giới cấm, chẳng làm việc ác, ưa làm việc thiện, đó là “trợ hạnh”, gọi là *phước đức*. Tu mà chỉ cầu tự độ cho mình, không phát tâm độ chúng sanh, tức là thiện căn ít. Không biết tu các trợ hạnh thì không có phước đức. Tu chỉ cầu phước báo trời người, mà không hồi hướng cho chúng sanh, tức là phước đức ít. Niệm Phật là nhân chính, đừng ác tu thiện là duyên trợ giúp. Cho nên nói rằng: *“không thể lấy chút ít thiện căn nhân duyên phước đức mà được sinh nước kia”* là chính vì thế.

Mười niệm có thể vãng sanh? Từ sớm đến tối niệm Phật gom lại được bao nhiêu niệm? Niệm Phật như thế

sao không thể vãng sanh? Nếu có thể, thì có chỗ nắm chắc không? Người mà mười niệm có thể được vãng sanh, trong muôn nghìn người khó có được mấy người! Chúng ta muốn sanh về thế giới Cực Lạc nên mới niệm Phật, tại sao không làm cái việc có cơ sở chắc chắn chứ?

Mười niệm vãng sanh. Đó là người khi mạng chung gặp được thiện tri thức khai thị, dạy cho niệm Phật, tâm sinh hoan hỷ, thần chí trong sáng, nguyện sanh thế giới Cực Lạc. Bản thân người ấy lại có thể niệm chí tâm, cho đến mười niệm vào giây phút sau cùng. Nhưng đây cũng là do nhân đã gieo trồng từ nhiều đời trước mà nay mới chín mùi. Nếu chẳng phải vậy, thì sợ rằng nghiệp chướng dắt dẫn, bạn lành khó gặp, mười niệm khó thành, thân bị bệnh khổ, đau đớn bức bách, nghiệp trước chiêu cảm, thần trí hôn mê hoảng loạn, chánh niệm khó thành, oan gia trái chủ bao vây đòi nợ hãm hại... làm sao có thể niệm được mười niệm nhất tâm. Cho nên, mười niệm tuy nói là dễ, thật ra khó may mắn tập trung. Vì vậy, ngay lúc thân thể ta còn đang khỏe mạnh, chúng ta nên dừng mãnh tinh tấn sớm chuẩn bị cho mình tư lương Tịnh độ, để khỏi đến lúc cần đến không kịp.

Dừng chủ quan cho là sẽ mời được thiện tri thức đến để khai thị hoặc trợ niệm cho ta khi sắp lâm chung. Ta có biết mạng chung lúc nào đến không? Mời được Thiện tri thức được hay không? Thật ra, nhờ được thiện tri thức khai thị trợ niệm cũng khó mà nhờ cậy! Ngay cả chính mình còn nương cậy không được, huống nữa là nương cậy người khác! Lúc lâm chung phát sinh chướng ngại, mạng đứt liền theo nghiệp mà luân hồi đọa lạc. Cho nên, muốn vãng sanh về thế giới Cực Lạc, thì ta nên làm cái

việc có cơ sở chắc chắn, không nên giữ lấy cái tâm may mắn đó!

Ngài Thiện Đạo đại sư, trong bài kệ khuyên hóa, nói rằng: *“Lần nữa da gà tóc hạt, nhìn xem bước đi lóng cồng, chỉ có tu hành nẻo chánh, thường chuyên niệm Phật A Di Đà”*.

TẬP THÓI QUEN NIỆM PHẬT

Niệm Phật lúc sáng và tối mỗi ngày niệm được, vậy thì lúc bình thường có niệm được không? Ngẫu nhiên nhớ được niệm, niệm cũng không được mấy câu thì dứt. Nếu muốn nuôi dưỡng thành thói quen niệm Phật, tốt nhất là sáng sớm thức dậy còn ở trên giường thì niệm (niệm thầm), tối lại lúc ngủ cũng niệm, niệm đến khi ngủ. Kể từ hôm nay ta bắt đầu làm đi, thì niệm Phật dễ nuôi dưỡng thành thói quen. Ngày ngày niệm, giờ giờ niệm, khởi tưởng thì niệm liền, mới có thể nuôi dưỡng thành thói quen niệm Phật, khiến thói quen trở thành tự nhiên, tự nhiên miệng lúc chẳng niệm mà tâm vẫn ở nơi niệm, chẳng niệm mà tự niệm, trong tâm luôn có Phật, lâu ngày công phu sâu dày, miệng niệm tâm nghĩ, tự nhiên thành một, nhất tâm bất loạn. Niệm Phật niệm đến lúc quên ta (vọng ngã), thì đạt được niệm Phật tam muội, cũng có thể ngộ đạo, đoạn trừ phiền não, liễu thoát sinh tử.

Nếu cả ngày chúng ta vì công việc bận rộn, vì danh lợi bận rộn, vì hưởng thụ mà xao lãng, phân tán buông lung, công phu tu tập bất thường, tâm thường bị chuyển theo cảnh vui, giận, buồn... thì làm sao có thể nuôi

dưỡng thành thói quen niệm Phật? Cho dù có thấu hiểu ba tạng, mười hai bộ kinh, biện tài không ngăn ngại..., thì cũng không thể ra khỏi ba cõi sáu đường!

NIỆM PHẬT CÓ NỀ NẾP

Mọi người đều có thể hiểu được ý tứ của câu “Niệm Phật có nề nếp”, tức là toàn tâm toàn lực niệm Phật mà tâm không xen thêm việc khác. Lúc có phiền não, niệm Phật, lúc hoan hỷ, cũng niệm Phật, ban ngày, niệm Phật, ban đêm, niệm Phật, lúc bận rộn, niệm Phật, lúc nhàn rỗi, cũng niệm Phật, không lúc nào là không khắc sâu và không ở tại câu niệm Phật. Tu hành mà chỉ biểu hiện của công phu bên ngoài, mà không có sự nỗ lực thẳng tiến ở nơi “đức hạnh”, nghiêm trì giới luật (năm giới, mười thiện, sáu độ), thanh tịnh tâm. Thế thì, thói quen niệm Phật của người đó cũng giống như một cái máy niệm Phật. Máy niệm Phật tuy có thể có thói quen niệm Phật, nhưng chúng ta ai cũng biết rằng máy niệm Phật không thể vắng sanh Cực Lạc.

Người không tu hành thì có thể là người không cần nề nếp lắm, nhưng người tu hành thì một chút cũng chẳng nên lơ là. Đừng để việc thế tục như: Công tác, kết hôn, sinh con, lo gia đình, mua xe mua nhà... làm trở ngại việc niệm Phật có nề nếp của mình. Nên nương theo pháp mà tu hành nề nề nếp nếp, về sau mới có thể được giải thoát (sinh về thế giới Cực Lạc ở tây phương). Đây là vấn đề ý vị sâu xa, cũng là chỗ diệu nghĩa của một câu “Niệm Phật có nề nếp” này. Nếu như người có thể dụng công niệm Phật phát ra bằng miệng thì càng bổ sung được những thiếu sót trên thân phẩm. Song có rất nhiều

người niệm Phật, đối với chính mình không có tín tâm, lại còn nhờ bạn bè hãy vì mình mà lúc lâm chung trợ niệm giúp mình một phen (người có tín tâm đầy đủ và công phu sâu thì không cần phải nhờ cậy như vậy). Đây là hạng người tu hành niệm Phật chẳng đủ sự thành thực, tín tâm dễ bị lay động vậy. Nói cách khác, niệm Phật bình thường chẳng đủ thành nề nếp, trong tâm bị những sự việc hoặc những ý niệm “không nề nếp” chiếm lĩnh, trong tâm tồn tại những việc thế tục so tính cư mang đất dấn mà thành kẻ “miệng thì nề nếp mà tâm không nề nếp”. Cần ý thức rằng việc vãng sanh là chẳng thể hoàn toàn nhờ vào cửa miệng, mà quan trọng là công phu trong tâm, nề nếp (thanh tịnh) trong tâm. Trên miệng niệm tới niệm lui đều là một câu A Di Đà Phật, miệng không biết được chính mình có thói quen hay không, nó chỉ là phản ảnh lại nhu cầu của nội tâm mà thôi, nó chẳng qua là công cụ phát thanh, nếu ta không dùng nó thì cũng chẳng thể ảnh hưởng lại nội tâm. Cho nên công phu trên miệng không hoàn toàn chứng minh chỗ có nề nếp hay không, công phu trong tâm mới chính là nề nếp. Ta nếu niệm Phật nề nếp thì nên dùng nề nếp (thanh tịnh) trong tâm để niệm. Tịnh Khôi ngàn vạn lần xin các bạn đồng tu chớ nên dùng tâm không nề nếp mà niệm Phật! Nếu không thì hành vi là tự dối mình, là chướng ngại cho việc vãng sanh của mình.

Trong “nề nếp” đã bao gồm ý nghĩa là hướng theo Phật mà học tập, nhìn chung, thật thà chiếu theo lời dạy của Phật mà làm. Người chẳng có nề nếp, ngoài việc niệm Phật trên cửa miệng ra, các bộ phận khác đều xa lìa tâm Phật và hạnh Phật. Nên biết rằng đức Phật A Di Đà

thì không thể mang được hàm răng mái tóc của ta lúc lâm chung, cái mà Phật mang là cái TÂM của ta, một cái tâm thanh tịnh, tâm nghĩ tưởng Phật.

Niệm Phật đương nhiên có thể giải thoát (sinh tây), nhưng niệm Phật giải thoát thật ra chẳng phải là không có điều kiện, bởi vì danh hiệu Phật phải cần kết hợp với người niệm Phật, mới có thể khiến cho một câu danh hiệu Phật phát huy có sức ứng hợp của nó, tức là tâm của người niệm Phật, hành vi (thân) và miệng cần phải kết hợp thành một thể. Miệng niệm Phật, trong tâm cũng cần tưởng Phật, hành vi thường ngày không thể trái với sự răn dạy của Phật, đây mới là sự niệm Phật chu toàn.

Trong kinh Vô Lượng Thọ, phẩm thứ 25, đức Phật dạy rằng:

“Lại nữa A Nan! Nếu có chúng sanh muốn sanh về nước kia, tuy không siêng năng thiền định, nhưng hết lòng trì kinh giữ giới, chuyên làm điều lành, nghĩa là không giết hại sanh vật, không trộm cắp, không dâm dục, không nói dối, không nói lời thêu dệt, không nói lời hung dữ, không nói đâm thọc, không tham lam, không giận hờn, không si mê, ngày đêm nhớ nghĩ đức Phật A Di Đà ở thế giới Cực Lạc có nhiều công đức, nhiều sự trang nghiêm, chí tâm quy y đánh lễ cúng dường; Người ấy khi mạng chung không kinh sợ, tâm không rối loạn, liền được vãng sanh về cõi Cực Lạc”.

Trong kinh Vô Lượng Thọ, phẩm thứ 37, đức Phật lại dạy:

“Các người đã trồng nhiều căn lành, phải nhẫn nhục tinh tấn, đừng phạm cấm giới, từ tâm chuyên nhứt, thanh tịnh trai giới, tu một ngày một đêm ở cõi Ta Bà hơn làm lành ở cõi Vô Lượng Thọ cả trăm năm. Tại sao vậy? Cõi nước của đức Phật đó đều hành thiện tích đức, không có một chút ác. Tu thiện ở Ta Bà mười ngày đêm hơn làm lành ngàn năm ở các cõi Phật khác. Tại sao vậy? Vì cõi nước Phật ở phương khác thì phước đức tự nhiên có, không có duyên để làm ác, chỉ có thế giới Ta Bà này thiện ít ác nhiều, toàn là khổ độc chưa từng ngừng nghỉ”.

“Khi ta nhập Niết Bàn, kinh điển lần lần diệt mất, nhân dân gian trá, làm nhiều điều ác, ngũ thiêu ngũ thống, về lâu sau càng làm ác nhiều thêm nữa, các người nên khuyên bảo nhau như lời Phật dạy không được tái phạm”.

Những lời ân cần dạy bảo của đức bổn sư Thích Ca, người tu hành chúng phải luôn luôn ghi nhớ mà y giáo phụng hành.

NHẤT NIỆM LÚC LÂM CHUNG RẤT QUAN TRỌNG

Chúng ta niệm Phật phải toàn lực ở lúc lâm chung, nhất niệm là chánh niệm (niệm Phật tưởng Phật) thì niệm Phật vãng sanh. Nhất niệm là tà niệm (tưởng việc thế gian, một khi tưởng việc thế gian thì tâm điên đảo) thì rơi vào luân hồi. Từ sớm đến tối niệm một câu danh hiệu Phật, đi niệm ngồi niệm... cho đến cả ngày cả năm niệm niệm không thôi, không lúc nào chẳng là thuần

thực câu niệm này đến khi lâm chung nhất niệm mới thôi. Do nhất niệm này rất quan trọng, nó là nghiệp dắt hồn dẫn phách, tạo mạng sanh thân, chẳng việc gì mà chẳng do đây. Nên niệm thiện thì lên cõi trời, niệm ác thì xuống địa ngục, niệm ma sẽ thành ma, niệm Phật lại thành Phật. Nếu bình thường chẳng niệm nhiều, huân tập chín chắn sắc bén, trong tâm có Phật, đến lúc lâm chung thì sớm đã quên mất chánh niệm niệm Phật, vẫn phải theo các niệm thiện ác đã huân tập chín mùi từ nhiều đời mà đi, luân hồi khắp sáu nẻo đều từ một niệm này làm chủ. Nếu chuyên chú ở nơi đức Phật, thì thân tuy chết mất, mà thần thức trong sáng, tức theo nơi nhất niệm mà vắng sanh về thế giới Cực Lạc vậy.

Cho nên niệm thuần thực (trong tâm có Phật) một câu: Nam Mô A Di Đà Phật, lúc mạng chung mới có thể chánh niệm hiện tiền, tâm không điên đảo, niệm Phật vắng sanh. Nếu bình thường ta chẳng siêng năng niệm Phật (trong tâm không có Phật), lúc mạng chung làm sao biết Phật! Lúc ấy, niệm niệm đều là những chuyện thế gian. Hơn nữa, khi lâm chung bệnh khổ làm cho thân thể đau đớn, bức bách rất nhiều, hoặc sanh ý bên ngoài, hoặc tiếng kêu khóc của người thân, thần trí thì hôn mê, nghiệp trước thì chiêu cảm, ác nghiệp thì hiện ra, tâm hoảng hốt, ý tán loạn, sáu thần không chủ, hoặc tham ái sanh tử thế gian, tà niệm hiện ra... thì tâm niệm Phật không thể nào khởi lên được. Khi nghiệp lực hiện ra liền bị nghiệp lực dẫn dắt vào luân hồi là không tránh khỏi. Vì vậy, nhất niệm lúc lâm chung rất quan trọng, quan trọng lắm!

Chúng ta phải quán sát thân này như hư không. Thân vì nghiệp chướng từ vô thủy trở lại đây sinh ra, nghiệp chướng thì do vọng tưởng mà khởi. Chánh niệm sanh thì vọng tưởng diệt, nghiệp chướng tiêu trừ.

Sở dĩ bệnh khổ vây lấy thân là vì nghiệp báo, do bởi đời trước tạo ra các ác nghiệp nên đời này thọ báo, thấy như quả báo nặng mà thọ nhận nhẹ, mình niệm Phật của mình, nhất tâm niệm Phật, lại chẳng thấy khổ. Chẳng được để bệnh khổ làm tâm sanh phiền não vọng tưởng. Vọng tưởng một khi khởi lên thì nghiệp chướng liền đến, mà nghiệp chướng đến thì tâm liền điên đảo.

Vì sao có người niệm Phật nhiều mà chẳng được vắng sanh? bởi vì là “TÍN, HẠNH, NGUYỆN chẳng đầy đủ nên lúc mạng chung tâm sanh điên đảo”, nghiệp lực hiện ra, bởi bị nghiệp lực dẫn đi chuyển đến trong sáu đường.

Cho nên, niệm Phật cần phải nhất tâm chuyên niệm, niệm nhiều, niệm cho nề nếp để nuôi dưỡng thành thói quen niệm Phật, trong tâm có Phật, lúc mạng chung mới có thể chánh niệm hiện tiền, tâm không điên đảo mà niệm Phật vắng sanh.

HỌC PHẬT CẦN KỊP THỜI

Học Phật tu hành là việc rất đáng quý và khó gặp của đời người. Căn cứ pháp của Phật dạy rằng: *“Thân người khó được, Phật pháp khó nghe, Bạc đại thiện tri thức khó gặp”*. Mỗi tầng lại khó hơn một tầng. Trong kinh ví người nghe được Phật pháp khó như con rùa mù

gặp được lỗ bọng cây nổi. Chúng ta chín chắn mà nghĩ lại, thật là chẳng sai một chút nào! Hiện tại dân số trên thế giới nhiều như thế nào, nhưng chân chánh có thể biết được Phật pháp thì có bao nhiêu người? Trong số đó người có thể học Phật tu hành, thực tại là số ít trong số ít. Người học Phật tu hành Trì Danh Niệm Phật mới thật là đáng quý, còn hơn kẻ nghèo được của báu vậy.

Chúng ta thường nghe rất nhiều người nói: “Hiện tại tôi không có rảnh để tu hành, cũng không rảnh để niệm Phật”. Xin thử hỏi, chúng ta một ngày hai mươi bốn tiếng đồng hồ, không lẽ không rảnh được một chút nào sao? Nhất định không phải thế, mà tất cả đều là vì danh lợi và dục vọng chất đầy cả trong đầu, trong đó có rảnh không? Người có tín tâm lấy Phật pháp làm sự nghiệp lớn, người không tín tâm đem Phật pháp làm vật tiêu khiển lúc nhàn rỗi! Có thể ứng dụng Phật pháp hay không cũng ở điểm này.

Lại có người nói: “Ta sáu mươi tuổi về sau mới học Phật cũng chưa muộn, hiện tại còn chưa phải là lúc”. Người nói những tư tưởng này thật sự còn quá nông cạn. Thật ra, khi đến tuổi già mới học Phật sẽ có rất nhiều chướng ngại lớn. Bởi vì, phần lớn thời gian của cuộc đời, tâm tính và tập khí đã kết sâu đậm với những việc thế tục như: tiền bạc, quyền thế, danh vọng, địa vị, nam nữ, ăn uống... thì làm sao có thể dễ dàng tu hành học Phật được. Hơn nữa, khi tuổi tác già rồi, thể lực suy yếu, muốn suy nghĩ học Phật tu hành, mà tâm học Phật của người ấy chẳng thuần, ý lại không chánh, tập khí tâm bệnh muốn sửa mà rất khó đổi, vấn đề lợi ích Phật pháp đâu có được cũng chẳng thể lớn hơn sự ham muốn

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

những vật chất hưởng thụ. Vì thế, cần nhân cơ hội lúc còn thanh niên trẻ khỏe mà tu hành học Phật thì sẽ có lợi ích nhiều hơn.

Có rất nhiều người tuổi trẻ lầm cho là niệm Phật chẳng cần sớm, chẳng cần phải niệm ở hiện tại, vì hiện tại còn phải làm rất nhiều việc, viện ra rất nhiều lý do, lầm cho pháp môn niệm Phật rất cạn cợt, coi khinh một câu Phật hiệu “Nam Mô A Di Đà Phật”. Ngược lại họ chưa nhớ ra lời dạy của người xưa:

*“Chớ đợi tuổi già mới học Phật
Mồ hoang lắm kẻ tuổi còn xanh”*

Con người, lúc tuổi già nua tinh thần sức lực suy yếu, bốn đại chẳng điều hòa, đau bệnh phát sinh nhiều nổi, ở trong phiền não vì tham lam khôn đốn, nghiệp ác xâm lấn, danh lợi ham muốn lại khó buông bỏ. Nói tu hành (niệm Phật) đâu phải là việc dễ, niệm Phật chẳng có thói quen nề nếp, thì trong tâm không có Phật. Lúc mạng chung không thể “Chánh niệm hiện tiền”, tâm sinh điên đảo chẳng thể vắng sanh. Cho nên càng là tuổi trẻ thì càng nên tranh thủ học Phật (niệm Phật), nuôi thành thói quen niệm Phật, trong tâm có Phật, nhất tâm bất loạn!

Có người nói: Học Phật (niệm Phật) là tốt, nhưng ta mỗi ngày bận rộn đến tối, mỗi năm bận rộn tới đầu, chỉ có thể được cái ăn cái mặc, đã không tiền làm công đức, cũng không có thời gian rảnh rỗi để nghe kinh, niệm Phật. Cuộc sống cần phải khẩn trương, niệm Phật tuy cũng tốt, nhưng chẳng phải là miếng ăn thức uống, hãy

đợi chờ ta phát tài rồi mới niệm Phật (!?). Chúng ta cứ chín chắn mà suy gẫm xem, phần lớn những người giàu sang chỉ lo hưởng phước. Bởi nhiều tiền lắm bạc, nên những người giàu sang có nhiều cơ hội tham đắm vào ngũ dục, gây nhiều ác nghiệp mà tạo những nhân bị đọa lạc về sau này. Giàu sang phú quý, có mấy người phát tâm học Phật tu hành? Cho nên, trong kinh 42 chương, đức Phật đã nói: *“giàu sang học Đạo là khó”*. Người giác ngộ thì phải luôn nhớ rằng: “sinh tử là việc lớn của đời người”, từ đó mà phát tâm tu hành niệm Phật cầu sanh Tây Phương Cực Lạc, còn việc mưu sinh cũng chỉ là những thứ yếu trước mắt để có thể qua ngày mà thôi.

Có người cho rằng: Tôi là công nhân, viên chức, chỗ ở là nhà chung, chẳng thuận tiện. Cúng Phật lạy Phật hẳn nhiên là không thuận tiện, niệm Phật cũng là làm rối sự yên tĩnh của người khác, tôi làm không được. Đúng thế, nơi công cộng nhiều sự bất tiện, thật ra chẳng sai. Nhưng làm việc gì cũng đều có cách khéo léo của nó, nếu biết niệm Phật ra tiếng sẽ gây phiền cho người khác, thì chỉ cần “thành tâm” mặc niệm (niệm thầm) cũng được, chẳng nhất định phải là niệm Phật ra tiếng.

Có người nói rằng: Niệm Phật là pháp hèn kém của ông già bà lão và của hạng độn căn. Hễ gặp những luận điệu như thế này thì cần phải đề cao cảnh giác, chớ nên vì những miệng lưỡi bén nhọn đó chuyển ý. Trong lịch sử Phật giáo, rất nhiều vị cao tăng đại đức tôn kính, sau khi đã thấu triệt và giác ngộ được đạo lý, đều ra sức hoằng dương niệm Phật cầu sanh Tịnh độ. Như vậy, chẳng lẽ những vị cao tăng đại đức ấy đều là những hạng tầm thường và độn căn hết sao!? Sự và Lý không nói

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

cũng tự rõ, chúng ta phải tự suy xét. Một điều khác, đó là xưa nay người thành tựu trong niệm Phật rất nhiều. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thương xót chúng sanh hữu tình, chỉ bày pháp môn niệm Phật rất khế hợp với căn cơ chúng sanh thời mạt pháp này. Pháp tu đơn giản rõ ràng, đạo tràng khắp nơi thuận tiện thích ứng, rảnh rỗi bận rộn đều có thể tu. Hễ phàm là người chí thành niệm Phật cầu vãng sanh, đều tương ứng với đại bi đại nguyện của đức Phật A Di Đà.

Bởi không biết rõ pháp Trì Danh Niệm Phật, cho rằng niệm Phật cần tụng kinh, hoặc ngồi yên, hoặc cần tiền làm công đức v.v... Pháp môn niệm Phật chỉ giữ một câu danh hiệu: “Nam Mô A Di Đà Phật”, đã đơn giản, lại thẳng tắt, không tiền làm công đức cũng được. Người giàu niệm, người nghèo cũng có thể niệm, lúc rảnh rỗi niệm, lúc bận rộn cũng có thể niệm, là một phương pháp tùy lúc tùy nơi đều có thể thực hành.

Biết chân chánh, thấy chân chánh, đó là vấn đề rất quan trọng. Nếu cái biết và thấy (tri kiến) của con người không chân chánh, thì dễ lầm lạc vào ngoại đạo, ngoài tâm chấp lấy pháp, tất cả mê tình do tà kiến mà khởi, tức chịu sự trói buộc, rất sợ ma chướng, hoặc nguyện lực có chỗ thiếu sót. Cho nên nói là, nguyên nhân không chân chánh thì chuốc lấy kết quả gặp ghèn. Nếu người tu hành tri kiến thuần chánh, chuyên chí niệm Phật, sanh về nước Cực Lạc, có thể từ phàm phu thăng đến quả Phật.

Các bạn tuổi trẻ xin lưu ý! Nếu thật sự muốn lúc mạng chung vãng sanh về thế giới Cực Lạc, học Phật tu hành (niệm Phật) thì càng sớm càng tốt, nuôi thành thói

quen niệm Phật, trong tâm có Phật, khiến vọng tưởng không sinh, phiền não dứt trừ, vãng sanh Cực Lạc sẽ có cơ sở chắc chắn. Chờ đợi tuổi già mới tu hành học Phật, vì tham lam vây quanh, nghiệp ác xâm lấn, danh lợi, ham muốn... buông không rời được. Nói vãng sanh thế giới Cực Lạc đâu phải dễ, một khi mất thân người, lại rơi rớt ở trong sáu đường luân hồi thì khổ không thể nào nói hết!

PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT

Pháp môn Trì Danh Niệm Phật là phương pháp tu dễ dàng và tiện lợi nhất hiện nay. Nhưng Trì Danh cũng được áp dụng với nhiều cách thức khác nhau tùy theo căn cơ, hoàn cảnh của mỗi người. Cũng như trị bệnh, chỉ cần trị lành được bệnh là thuốc hay đối với chứng bệnh. Vọng tưởng của chúng ta là bệnh, danh hiệu Phật là thuốc, có thể trừ được bệnh, đó là diệu dược. Nay Tịnh Khô xin lược giới thiệu qua mấy phương pháp như sau:

1. Niệm phản văn: Phương pháp này, miệng vừa niệm, tai vừa nghe vào trong, kiểm soát từng chữ từng câu cho rành rẽ rõ ràng hết câu này đến câu khác. Nghe có hai cách, hoặc dùng tai để nghe, hoặc dùng tâm để nghe. Tuy nghe vào trong nhưng không trụ nơi đâu, lần lần quên hết trong ngoài, cho đến quên cả thân tâm cảnh giới, thời gian không gian, chỉ còn một câu Phật hiệu. Cách thức phản văn, khiến cho hành giả dễ gạt trừ vọng tưởng, mau được nhất tâm. Kinh Lăng Nghiêm nói: “Chân giáo thể phương này, thanh tịnh do nghe tiếng. Muốn chứng vào Tam Muội, nên như thế tu hành”; chính là ý trên đây.

2. Niệm số châu: Đây là cách thức miệng vừa niệm tay vừa lần chuỗi. Ban đầu ý niệm còn ràng buộc nơi tràng hạt, sau lần buông bỏ đi đến cảnh nhất tâm. Phương pháp số châu khiến cho niệm lực mạnh mẽ, ví như người yếu chân đi núi, nhờ nương cây gậy mà tiến bước lên cao mãi. Niệm cách này lại cần phải ghi số mỗi thời hoặc mỗi ngày là bao nhiêu câu. Ghi số có điểm lợi là bắt buộc người tu phải giữ định số, trừ được bệnh biếng trễ; nhưng cần chú ý đừng quá tham mau, tham nhiều mà niệm không được rành rẽ rõ ràng. Người xưa tuy niệm nhiều nhưng cũng ở trong sự rành rẽ, do nhờ hai điểm là: thuần thực và định tâm. Ngẫu Ích đại sư (vị tổ thứ chín của Tịnh Độ Tông), từng khai thị: *“Muốn đi đến cảnh giới Nhất tâm bất loạn, không có cách chi kỳ diệu khác. Trước tiên hành giả cần phải lần chuỗi ghi số, niệm niệm rành rẽ rõ ràng, giữ khóa trình quyết định chẳng thiếu, thề một đời không thay đổi. Niệm như thế lâu ngày lần lần thuần thực, không niệm vẫn tự niệm, chừng ấy ghi số hay không ghi số cũng được. Và niệm như thế kèm thêm tín nguyện tha thiết, mà không được vãng sanh, thì chư Phật ba đời đều mang lỗi nói dối. Khi đã vãng sanh, tất cả pháp môn đều được hiện tiền. Nếu ban đầu mà cầu cao tự ý, muốn học theo lối viên dung tự tại, đó là tín nguyện chẳng bền sâu, hành trì không hết sức; dù có giảng suốt mười hai phần giáo, giải ngộ một ngàn bảy trăm công án, cũng là việc ở bên bờ sanh tử mà thôi”*. Lời khuyên dạy này thật là kim chỉ nam cho người niệm Phật chúng ta vậy.

3. Niệm Kim Cang: Tức là miệng môi khê động, nửa có tiếng nửa im lặng, âm thanh phát ra giữa môi và

rằng để chính mình nghe được thích nghi. Hành giả một mặt niệm, một mặt dùng tai để nghe, bất luận là sáu hay bốn chữ, chỉ cần từng chữ từng câu nghe được rõ ràng không sai chạy, tự nhiên tâm định. Pháp niệm này hiệu lực rất lớn, cho nên dùng từ “Kim Cang” mà đặt tên là thế.

4. Niệm truy đánh (tiếp câu): Là dùng phương pháp niệm Kim Cang, nhưng giữa chữ và chữ, giữa câu và câu, liên tiếp liên lạc nhau rất nghiêm túc, hình như là một chữ đuôi theo một chữ, một câu gói đầu một câu, khoảng giữa không có chỗ hở đứt, cho nên gọi là “truy đánh”. Lúc này trong lòng khẩn trương, tâm và miệng đều tiến đến câu niệm, cho nên vọng tưởng tạm thời lắng lặng.

5. Niệm thâm (mặc niệm): Nếu to tiếng, nhỏ tiếng đều không thích nghi, niệm Kim Cang vẫn còn ngại dấu vết, hoặc là chỗ nhớ uế không sạch sẽ, cho đến tắm rửa, đại tiểu tiện, lúc người ồn ào, không nên niệm ra tiếng, chỉ còn cách là niệm thuần dụng tâm. Mặc niệm sáu chữ có thể khó niệm, nên niệm bốn chữ, nhờ vậy trong tâm thức của hành giả mới có sự sáng suốt rõ ràng.

6. Niệm quán tưởng: Cách này vừa niệm Phật vừa quán tưởng Phật. Đây là áp dụng phép quán thứ mười ba trong Kinh Quán Vô Lượng Thọ. Trong lúc niệm Phật, tưởng đức A Di Đà thân cao một trượng sáu (khoảng hơn 6 mét), sắc vàng ròng, đứng bên bờ ao thất bảo. Nếu chưa quán tưởng được ao thất bảo, hành giả có thể tưởng đức Phật đứng trong vùng ánh sáng giữa hư không trước mắt mình, tay trái đưa ngang ngực bắt ấn kiết tường, tay

phải buông xuống theo thể tiếp dẫn. Muốn quán Phật cho thành tựu, trước tiên nên quán đại khái toàn thân, kế chỉ chuyên tâm quán tướng bạch hào giữa đôi mày. Tướng bạch hào này rộng không trong suốt như bạch ngọc, có tám cạnh, xoay về bên hữu cao thành năm vòng. Bạch hào là tướng căn bản trong ba mươi hai tướng, khi tướng này quán thành, do sự cơ cảm, các tướng kia đều lần lượt hiện rõ. Pháp quán tướng Phật công đức cực to rộng, nhưng chưa phải là phương tiện phổ thông cho chúng sanh thời mạt pháp hành trì. Phương pháp này niệm Phật vẫn là chính yếu, vì nếu quán tướng không thành thì vẫn còn phần niệm Phật để bảo đảm cho sự vãng sanh.

7. Niệm ngôi yên (tĩnh thổ thiền): Là xếp bằng ngồi ngay ngắn, trạng thái thoải mái, không lắc lư thân, nên thuận với tự nhiên, không gồng lưng uốn người, để khỏi bị khí nóng bốc lên, cũng chẳng nên cong lưng cúi đầu, lưỡi tỳ vào hàm trên, nếu tiết nước dãi thì từ từ nuốt xuống yết hầu, khép hờ mắt, lặng nhìn ngay sống mũi. Ngôi yên nghĩ tưởng niệm Phật, chẳng phải là tham thiền, cũng chẳng phải là chỉ quán, có thể ngồi lâu dài. Hành giả khi mới ngồi, do vọng tưởng nhiều hơn niệm Phật, do niệm tạp nhiễm nhiều hơn tịnh niệm. Lúc này thì nên phải dọn trừ đi muôn duyên, buông bỏ tất cả, nhiếp cả sáu căn. Sớm tối mỗi lúc ngồi một lần, thời gian còn lại khác nên nhớ tưởng niệm Phật. Niệm Phật như thế, thì hiệu quả được tăng hơn nữa. Lâu xa về sau, thì tùy lúc tùy nơi, một câu danh hiệu Phật, lúc miệng chẳng thể niệm thì tâm cũng tại niệm, không niệm mà tự niệm, ở nơi niệm liên tục kỹ càng không dứt mới là trên đường

niệm Phật. Niệm ngồi yên, chẳng dùng chuỗi để niệm, cũng chẳng nhớ số lượng, chỉ cần có niệm thì tốt. Nhưng trong công khóa sớm tối nhất định phải niệm ra tiếng, có thể niệm to tiếng càng tốt. Nếu ở trong nguy nạn thì nên phát tiếng niệm to, lúc này chẳng nên so kè là chỗ nhờ uế. Đến lúc mạng chung cũng cần phải niệm ra tiếng, có thể niệm to tiếng rất tốt. Chúng ta cần phải nhớ điều này!

8. Lễ Bái Trì Danh: Phương thức này là vừa lạy Phật vừa niệm Phật. Hoặc niệm một câu lạy một lạy, hoặc một mặt niệm một mặt lạy, không luận câu Phật nhiều hay ít. Cách lễ Phật lại phải hết sức nhẹ nhàng chậm rãi, lễ niệm song hành, thân miệng hợp nhất. Nếu thêm vào đó ý là thành khẩn tha thiết, thì thành ra ba nghiệp đều tập trung, ngoài câu Phật hiệu không còn một tư hào vọng niệm. Phương pháp này có công năng phá trừ hôn trầm, công đức và hiệu lực rất to lớn, vì hành giả vận dụng cả ba nghiệp để trì niệm. Cư sĩ Vương Nhật Hưu khi xưa từng áp dụng cách này, mỗi ngày đêm ông lễ niệm trung bình là một ngàn lạy. Nhưng dường như đây chỉ là cách niệm đặc biệt của hạng người tâm lực tinh tấn, thiếu khả năng ấy tất khó vững bền, bởi lạy lâu thân thể mỗi nhọc dễ sinh chán nản. Cho nên thông thường, cách thức này chỉ hợp kiêm dụng, khó bề chuyên dụng.

9. Mười niệm nhớ số: Nếu vọng niệm nhiều, nên dùng phương pháp “mười niệm nhớ số”, tức là niệm từ câu thứ nhất cho đến câu thứ mười thì dừng, mỗi câu phải nhớ số thứ tự rõ ràng. Nếu giữa chừng quên hoặc sai lạc số thì phải niệm lại từ câu thứ nhất. Không nên niệm hơn mười câu để khỏi bị áp lực của tâm không

kham nổi, ắt phải bị bệnh. Nếu mười câu mà khó nhớ số, có thể phân làm hai, từ một đến năm rồi quay trở lại. Phương pháp này chỉ nhờ vào sức nhớ số của tâm mà không được lần chuỗi. Cách này do tâm phải dốc toàn lực ở nơi vừa niệm Phật vừa phải nhớ số, cho nên dù không chuyên cũng bắt buộc phải chuyên, vọng niệm không thể khởi lên được, lâu dần phải tự được nhất tâm bất loạn. Cách này thì từ sáng đến tối, hoặc có tiếng hoặc không tiếng, tùy lúc mau lúc chậm, đi đứng ngồi nằm đều không lúc nào là chẳng thích nghi. Chẳng những bỏ được vọng tưởng mà rất có khả năng dưỡng thần, so với người lần chuỗi, lợi ích khác xa.

10. Niệm mười hơi: Phương pháp này do ngài Từ Vân Sám Chủ lập ra cho những người công việc quá đa đoan, bận rộn tâm trí suốt cả ngày mà không thể niệm Phật được. Theo cách này, mỗi tối trước khi ngủ và sáng sớm, sau khi rửa mặt, vệ sinh xong, hành giả đứng trước bàn thờ Phật (hoặc quay mặt về hướng tây), trang nghiêm niệm Phật liên tục theo một hơi thở thật dài (thở ra hoặc hít vào là một hơi), không luận là niệm được bao nhiêu câu. Niệm như thế liên tục cho đủ mười hơi thì ngừng, sau đó thiết tha hồi hướng cầu vãng sanh Cực Lạc. Nếu niệm nhiều hơn mười hơi sẽ gây tổn khí lực mà mắc bệnh về sau. Cách này tuy hành giả niệm Phật không được nhiều, nhưng tâm dốc toàn lực thành kính tha thiết nên cảm ứng đạo giao cũng khó mà nghĩ bàn.

Niệm có kỳ hạn: Nếu muốn được nhất tâm bất loạn, hiện tại chứng được tam muội, cần lựa chọn một cái thất yên tịnh, bất dứt duyên bên ngoài, không nên nói chuyện tiếp khách, chỉ vì một câu danh hiệu Phật, niệm “truy

đảnh” (dùng phép niệm kim cang), hoặc phép “mười niệm nhớ số”. Không nên to tiếng làm tổn thương khí lực, hoặc làm cho công hỏa bị bốc lên. Cũng chẳng nên niệm qua loa cho hết ngày giờ, hết năm mãn tháng. Lúc còn sức khỏe nên niệm mạnh mẽ một ngày một đêm đến bảy ngày bảy đêm không dừng, tích cực nối tiếp, mạnh mẽ lại càng mạnh mẽ, tình thức dứt bật, tự nhiên thân tâm lại không bị loạn, tức gọi là nhất tâm bất loạn.

Niệm Phật đáng quý là dụng công lúc bình thường, trong tâm luôn tưởng nhớ Phật, dẫn đến sống vui, lâm chung quyết định vãng sanh. Pháp này rất vi diệu và rất ổn định, nguyên nhân lúc còn sức khỏe cố gắng mà làm, để khỏi đến lúc lâm chung tay rời chân loạn. Tuy là già cả yếu đuối, khí lực chẳng đủ, cũng nên khéo tự điều nhiếp mà tu hành. Lúc còn đi làm việc cũng có thể lợi dụng ngày nghỉ, theo cách thức niệm một ngày xem sao, từ chiều hôm trước đến chiều hôm sau, nếu một ngày không được thì đổi làm lại ngày khác, hoặc làm liên tiếp hai ba ngày trong thời gian nghỉ phép, hoặc xin nghỉ phép làm suốt bảy ngày.

Lúc niệm Phật có thời hạn, động cơ của người niệm càng đơn thuần càng tốt, công phu càng có hiệu quả. Vì rất đơn thuần thì rất thành tâm, niệm Phật rất chuyên tâm thì sẽ tự nhiên phát sinh ra một sức tiến triển tốt đẹp.

Chuyên tu, là phương pháp hay để tu thân, dưỡng tánh, đoạn ác, tu thiện, để phát sinh trí tuệ, được nhất tâm bất loạn. Chuyên tu, không phải là tiểu thừa, là trước tự lợi rồi sau lợi tha. Không có trí tuệ mà khuyên người

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

tin Phật cũng chẳng dễ, sao có thể nói cho người đòi khẩu phục tâm phục mà học Phật tu hành, ra sức tu trì!

Lúc nằm và ở nơi không sạch như nhà vệ sinh, chỗ rửa giặt v.v... chỉ mặc niệm để khỏi lỗi mất cung kính. Chớ nên nói rằng những lúc và những chỗ này không được niệm Phật, mà phải hiểu rằng những chỗ này không được niệm ra tiếng mà thôi.

Cách Đối Trị Hôn Trầm Tán Loạn

Người tu có lúc tâm tư lạc vào trạng thái mê mờ, nặng nề muốn ngủ; đó là vọng chướng hôn trầm. Hoặc có lúc miệng tuy niệm Phật, song tâm lại vẫn vướng tư tưởng chuyện dẫu dẫu; đó là vọng duyên tán loạn. Hôn trầm và tán loạn là hai chướng duyên rất nguy hại, vì nó phá hoại người tu, khiến cho người tu không thể vào chánh định.

Nhiều vị trong lúc đang hành trì, vọng tưởng thoát nhiên chìm lặng, câu niệm Phật vẫn nghe đều đều, tâm tư dụi quên cả nóng bức hoặc sự cắn đốt của muỗi mòng. Trạng thái này thường kéo dài từ nửa giờ đến một giờ đồng hồ, có khi ra mồ hôi ướt cả áo mà không hay; đến lúc chợt giác tỉnh mới cảm biết trong người nóng bức khó chịu. Hành giả thấy thế đừng vội mừng cho rằng tâm mình được an định, công phu đã có đôi phần thành tích. Thật ra đó chỉ là trạng thái hôn trầm thuộc phần vi tế nhẹ nhàng. Cổ nhân có nói: “Nhè nhẹ hôn trầm khôn phát giác. Trọn ngày hạng quỷ mãi sinh nhai!” Trong trường hợp này hành giả phải đề khởi tinh thần, dụng công chặt chẽ, vừa niệm vừa soi vào bên trong mới phá trị nó được. Theo chỗ kinh nghiệm của

tiền nhân, đại khái khi hôn trầm sắp kéo đến, trước tiên có vọng niệm tán loạn nổi lên. Cũng có lúc hôn trầm và vọng tưởng đồng thời sanh khởi. Nhưng đây là hiện tượng thô, rất dễ phát hiện. Đến khi hôn trầm vi tế sắp hiện, trước tiên một loại tạp tưởng vi tế nổi sanh, hành giả cảm nhận có một điểm mê mờ từ sau ót kéo lên đỉnh đầu, tiếp xuống đôi mắt và sau cùng vào tâm tạng. Hôn trầm đi đến đâu, nơi đó bị ảnh hưởng, như đến đầu thì hơi gục xuống, đến mắt, đôi mắt nhắm lại; đến tâm tạng, tâm liền mê mờ. Về loại hôn trầm nhẹ, phải có trí tỉnh té mới nhận xét được.

Vọng tưởng cũng có hai phần: thô và tế. Vọng tưởng thô ai cũng biết, bởi nó rất rõ ràng. Người xưa bảo: “Mối tu sợ vọng tưởng, tu lâu sợ hôn trầm”. Lời này chỉ đúng một phần, không được cứu cánh lắm, vì đó chỉ nói về phần tán loạn thuộc vọng tưởng thô. Đến như về phần vọng tưởng vi tế, người tu già dặn cũng phải e ngại. Bởi khi niệm Phật dụng công chặt chẽ kín đáo, tạp tưởng thô phù cố nhiên phải lặng chìm, song rất khó nhận được tướng qua lại của phần vọng tưởng vi tế. Ví như một ao nước đục, khi bọt nổi lên mặt ao ta mới nhận thấy. Còn phần khí thể nhỏ nhẹ từ dưới đáy ao được cổ động lên, hoặc sôi tim nhỏ trên mặt nước, hoặc đến nửa chừng rồi không lên được, muốn thấy rõ nó, cần phải có một ao nước thật trong. Người niệm Phật lâu, đến trình độ nước tâm trong lặng, mới thấy biết được vọng tưởng vi tế. Bạch Thánh pháp sư, một buổi sáng từ giường bước lại ghé ngò, trong khoảng chừng ba giây đồng hồ, đã phát giác trong tâm mình nổi lên đến vài mươi vọng niệm sai biệt. Chừng ấy Ngài mới chứng minh được lời nói trong

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

kinh Phật: “Một niệm có chín mươi sát na, một sát na có chín trăm sanh diệt”. Đây là vọng tưởng thuộc loại vi tế.

Nhân tiện đây xin kể lại một câu chuyện về vọng tưởng vi tế, cho các bạn đồng tu thêm phần nhận thức: Quang Huệ và Giới Diễn là hai vị thiền sư đều ngộ đạo. Một hôm trong khi cùng ngồi thiền, nơi tiềm thức của ngài Giới Diễn thoát nổi lên một niệm sắc ái, Ngài liền diệt trừ; song bên kia Quang Huệ thiền sư đã hay biết. Sau khi xuất định, ngài Quang Huệ làm bài kệ có ý trêu cợt ngài Giới Diễn. Thiền sư Giới Diễn hổ thẹn, liền thân nhập diệt. Ngài Quang Huệ hối hận, gọi đệ tử đến phó chúc rằng: “Bạn ta trong khi thiền định có một niệm sắc ái, về sau sẽ lụy về sắc; vì phiền ta mà thị tịch, sau sẽ phá hoại Tăng Bảo. Lỗi ấy một phần do ở nơi ta, nếu ta không theo hóa độ, tất sẽ mang lấy hậu quả”. Dặn xong, Ngài cũng viên tịch theo luôn. Về sau ngài Quang Huệ chuyển thân làm thiền sư Phật Ấn; ngài Giới Diễn chuyển kiếp làm Tô Đông Pha. Tô Đông Pha do kiếp trước có tu nên làm quan, thông minh trí huệ mà cũng đa tài đa tình. Ông có đến bảy người thiếp, và thường đem sự thông minh bác lãm của mình mà hay tranh luận bắt bẻ các vị thiền sư. Về sau bị ngài Phật Ấn chiết phục, ông mới quay lại đường lối tu Phật. Cho nên vọng tưởng vi tế, người tu lâu cũng phải e ngại là thế.

Vậy người tu khi có chút cảnh giới tốt chớ vội khoe khoang tự đắc, phải nhìn gương ngài Giới Diễn. Và cũng đừng vội tự thị phi chê bai kẻ khác, mà phải xem gương thiền sư Quang Huệ.

Hôn trầm và vọng tưởng vi tế, người tu lâu tự biết lối giải trừ. Nơi đây, chỉ lược bàn qua cách đối trị về phần thô. Thông thường, khi loạn tưởng nhiều, hành giả nên ngồi yên nhiếp tâm niệm Phật. Lúc hôn trầm đến, nên đứng lên vừa niệm vừa kinh hành (kinh hành là đi lại nhẹ nhàng). Cứ dùng hai oai nghi này thay đổi mãi, lâu ngày hai chướng duyên ấy sẽ tiêu trừ. Theo kinh nghiệm, lắng tai ghi nhận rành rõ từ tiếng từ câu niệm Phật theo lối niệm Phán Văn, có lẽ là phương pháp hiệu nghiệm nhất để đối trị tán loạn. Và, Lễ Bái Trì Danh, là phương thức tối thượng để đối trị với mỗi chướng hôn trầm nặng nề.

Nhưng, mỗi hành giả đều có chỗ kinh nghiệm và thích hợp riêng. Trên đây, Tịnh Khôi chỉ lược đưa ra vài quan điểm để góp phần khuyến khích.

ĐẠI NGUYỆN LỰC THỨ 18 & 19 CỦA PHẬT A DI ĐÀ

Kinh Vô Lượng Thọ (gọi đầy đủ là “Phật Thuyết Đại Thừa Vô Lượng Thọ Trang Nghiêm Thanh Tịnh Bình Đẳng Giác Kinh”) gồm 48 phẩm, đức bổn sư Thích Ca đã giảng rộng ý nghĩa về 48 đại nguyện lực của Phật A Di Đà. Và trong 48 đại nguyện đó, đại nguyện thứ 18 và 19 là hai đại nguyện lực quan trọng của Phật A Di Đà để tiếp dẫn chúng sanh về Cực Lạc.

- ❖ Nguyện thứ 18: *Lúc tôi thành Phật, thập phương chúng sanh chí tâm tin mộ muốn sanh về cõi nước tôi, hẳn đến 10 niệm, nếu không được sanh (trừ kẻ tạo tội ngũ nghịch cùng hủy*

báng chánh pháp), thời tôi không ở ngôi Chánh giác.

- ❖ Nguyên thứ 19: *Lúc tôi thành Phật, thập phương chúng sanh phát Bồ đề tâm, tu các công đức nguyện sanh về cõi nước tôi, đến lúc lâm chung, nếu tôi chẳng cùng đại chúng hiện thân trước người đó, thời tôi không ở ngôi Chánh giác.*

Phần nhiều chúng ta chỉ chú tâm nhiều đến điều nguyện thứ 18 mà ít quan tâm đến nguyện thứ 19, nên đồng tu chúng ta thường nhắc nhở nhau lúc lâm chung phải cố gắng niệm Phật được một hoặc mười niệm mới được vãng sanh. Vì thế, người tu thấy khó khăn mà đánh mất niềm tin của chính mình, không tin chắc mình được vãng sanh, vì lo ngại không niệm Phật được vào lúc lâm chung. Chính vì chỗ nghi ngại này mà làm ngăn cách giữa mình với Phật (nên không cảm ứng đạo giao được).

Để giải trừ mối nghi ngại đó, chúng ta sẽ phân tích rõ hai điều nguyện thứ 18 và 19 của Phật A Di Đà để mọi người tin chắc mình được vãng sanh, với điều kiện là phải tu hành cho đúng với bản nguyện của Phật A Di Đà.

Chúng ta cũng biết rằng, pháp môn Tịnh độ cũng không ngoài hai chữ “Nhân Duyên”. Nhân Tịnh độ là lời đại nguyện từ bi của Phật A Di Đà lập nên, đây là phần của Phật đã tạo nhân sẵn dành cho chúng ta. Duyên Tịnh độ là lòng tin Phật chí nguyện và hạnh niệm Phật. Duyên này là phần của chúng ta phải tạo ra cho đủ. Như

vậy có nhân đủ duyên hòa hợp, thì chỉ còn thời gian sinh trưởng và kết quả chúng ta được vãng sanh Cực Lạc, còn Đức Phật thì thỏa nguyện từ bi. Nếu chúng ta thiếu một trong ba điều kiện Tín, Nguyện và Hạnh là thiếu duyên Tịnh độ, nên không thể hòa hợp với nhân nguyện của Phật và không thể có được quả vãng sanh. Như thế nhân nguyện của Phật là thuyền từ bi cũng đành bỏ trống. Vậy bắt đầu từ bây giờ, chúng ta phải tạo duyên Tịnh độ, nghĩa là Tín-Nguyện-Hạnh phải cho đầy đủ, được như thế mới đúng với nhân nguyện của Phật, và mình đã bước chân lên thuyền Đại nguyện của Phật rồi, và yên tâm chỉ chờ thuyền cập bến Cực Lạc nữa là xong.

Niệm Phật thì ai cũng có thể niệm được, nhưng nguyên nhân và mục đích của sự niệm Phật thì không phải ai cũng hiểu cho đúng. Do đó, người tu niệm Phật rất nhiều mà kết quả thì rất ít, bởi vì niệm Phật mà không đúng với mục đích mà Phật đã dạy. Cho nên nhiều người cả đời đi chùa niệm Phật chỉ cầu phước, cầu an, cầu tai qua nạn khỏi... cầu như vậy cũng có đức tin vào chư Phật, cũng thuộc về thiện lành rất tốt, nhưng cầu như vậy không đúng với mục đích mà Phật dạy chúng sanh. Nên chúng ta phải hiểu rằng: niệm Phật là để cầu sanh về Tây Phương Cực Lạc. Tại sao niệm Phật mà được sanh Tây Phương Cực Lạc của Phật? Vì Phật đã phát hoằng thệ nguyện: Nếu chúng sanh nào muốn về nước Ngài niệm từ một đến mười niệm nếu không được sanh thì Ngài không ở ngôi Chánh Giác. Do cái nhân nguyện này mà Phật Thích Ca mới thị hiện ở thế gian này mà dạy chúng ta niệm danh hiệu của Đức Phật A Di Đà để được sanh qua thế giới Cực Lạc. Mà nếu chúng ta

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

niệm Phật để cầu an cầu phước... như vậy nó không đúng với mục đích mà Phật đã dạy, mặc dù chúng ta niệm Phật có niềm tin cũng gieo được căn lành với đức Phật, nhưng niệm như vậy hiện tiền không được kết quả mỹ mãn vì nó sai mục đích của Phật dạy.

Bây giờ, chúng ta đi vào chánh kinh. Điều nguyện thứ 18: ***“Lúc tôi thành Phật, thập phương chúng sanh chí tâm tin mộ muốn sanh về cõi nước tôi, nhân đến mười niệm, nếu không được sanh (trừ kẻ tạo tội ngũ nghịch cùng hủy báng chánh pháp), thời tôi không ở ngôi Chánh giác”***.

Thập phương chúng sanh, tức là mười phương: Đông, Tây, Nam, Bắc, Đông Nam, Tây Nam, Đông Bắc, Tây Bắc, Trên và Dưới. Chúng sanh có nghĩa là gọi chung cho tất cả các loài hữu tình. Sanh có nghĩa là sanh mạng, trên từ Bồ Tát xuống đến tận địa ngục gọi là 9 pháp giới chúng sanh.

Như vậy muốn về nước Ngài niệm được mười niệm mà không được sanh thì Ngài không thủ ngôi Chánh Giác, chỉ trừ người phạm tội ngũ nghịch và hủy báng chánh pháp mà thôi. Điều nguyện thứ 18 này, chúng ta phải chú ý cho kỹ là Phật nói tín mộ muốn về nước Ngài rồi niệm nhân đến mười niệm mà không được sanh thì Ngài không thủ ngôi Chánh Giác. Chỗ này chúng ta phải hiểu rằng Phật nói nếu không được sanh, có nghĩa là phải được sanh, nhưng được sanh Ngài không cho biết là sanh ở đời này hay là ở đời sau. Nên chỗ này chúng ta cần phải nêu ra để luận rõ, vì cái nguyện là cái nhân không thể nào mà thay đổi được. Khi chúng ta thực hành

đúng cái nhân này thì nhất định sẽ được đức Phật độ. Còn nếu chúng ta thực hành sai thì không thể khiếu nại được, nên điều này chúng ta cần phải để ý. Ngài nguyện rằng nhứt đến mười niệm nếu không được sanh, có nghĩa là nhất định phải được sanh.

Giả sử có người chí tâm tín mộ niệm được mười niệm rồi sau đó không tu niệm nữa thì có được sanh không? Nhất định được sanh, nhưng phải là vô số kiếp về sau mới được sanh. Bởi vì tín tâm tha thiết muốn được sanh và niệm được mười niệm, mười niệm này nó gieo vào chủng tử A Lại Da thức, lâu đời lâu kiếp về sau khi chín mùi mới được Phật độ. Như vậy, người chí tâm tin mộ và niệm được mười niệm, sau đó không niệm nữa thì được sanh ở kiếp rất lâu xa về sau, nghĩa là đường sanh tử của người ấy vẫn còn rất dài không thể nói hết.

Trong Kinh Quán Vô Lượng Thọ và kinh Niệm Phật Ba La Mật, đức Phật Thích Ca cũng dạy mười niệm vãng sanh là niệm lúc lâm chung. Nghĩa là lúc lâm chung, ai niệm được mười niệm thì Phật A Di Đà liền đến tiếp dẫn sanh qua Cực Lạc, nếu không Ngài không thủ Ngõi Chánh Giác. Như thế đã quá rõ rồi, nên chúng ta muốn sanh qua Cực Lạc phải niệm được mười niệm vào lúc lâm chung (là lúc sắp chết). Mà muốn lúc lâm chung niệm được thì bây giờ chúng ta phải tập niệm cho thuần thực gọi là tích lũy nghiệp. Có nghĩa là khi chúng ta đi, đứng, nằm, ngồi chúng ta vẫn phải luôn niệm Phật hoặc niệm ra tiếng hoặc niệm thầm trong tâm. Niệm “Nam mô A Di Đà Phật” hoặc “A Di Đà Phật” đều được cả, và phải niệm cho liên tục trong lòng, chỉ trừ khi làm việc bằng trí óc thì chúng ta mới tạm ngưng. Chúng ta

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

niệm được như vậy gọi là tích lũy câu Phật hiệu, huân tập chất chứa trong tạng thức, nó thành cái chủng tử niệm Phật, nó thành một cái tràng niệm Phật, nó thành một sức mạnh niệm Phật, nó thành thói quen niệm Phật gọi là tịnh nghiệp niệm Phật. Đến khi thân hoại mạng chung do cái thói quen niệm Phật này, nên vừa tác ý niệm Phật thì câu Phật hiệu liền bung tràn ra do chúng ta đã huân tập sẵn nên nó rất dễ niệm. Còn nếu bình thường chúng ta không chịu huân tập niệm Phật đến lúc lâm chung thì nào là bệnh khổ bức bách, nào là thương con tiếc của, rồi nghiệp tạo trong đời này và nghiệp từ đời quá khứ nó hiện ra nên chúng ta khó mà niệm được. Cho nên Kinh A Di Đà Đức Phật dạy phải niệm từ một đến bảy ngày cho tâm không loạn để lúc lâm chung được vãng sanh. Và kinh Niệm Phật Ba La Mật đức Phật dạy ta thường đi, đứng, nằm, ngồi phải luôn niệm Phật cho chuyên nhất cho thành thói quen. Như vậy, đức A Di Đà nguyện là chúng sanh niệm chỉ có mười niệm lúc lâm chung thôi. Nhưng đức Thích ca thấy chúng ta nghiệp chướng quá sâu nặng mà muốn niệm được lúc lâm chung thì phải huân tập. Cho nên chúng ta niệm Phật thì hiện đời nghiệp chướng được tiêu trừ, được tai qua nạn khỏi (mặc dù chúng ta không có cầu an). Và đến khi lâm chung, do ta đã huân tập sẵn nên niệm Phật được dễ dàng và sự vãng sanh được đảm bảo chắc chắn.

Có nhiều người nghĩ: “Tôi đợi lúc lâm chung rồi niệm mười niệm cũng được, còn bây giờ chơi cho đã, tu niệm mệt lắm?” Xin thưa rằng, bình thường không chịu huân tập thì đến giờ lâm chung không tài nào có thể niệm được. Cho nên muốn niệm được thì bình thời hãy

niệm cho quen đi. Như vậy, ai đã tín mộ Ngài và niệm mười niệm trong lúc lâm chung thì đều được vãng sanh, chỉ trừ người tạo tội ngũ nghịch. Tội ngũ nghịch là gì? Một là tội giết mẹ, hai là tội giết cha, ba là tội giết bậc A La Hán, bốn là làm thân Phật ra máu, năm là phá hòa hợp tăng. Đây gọi là tội ngũ nghịch, vì sao? Vì cha mẹ có công nuôi dưỡng ta mà ta nhẫn tâm sát hại thì trái với đạo lý nên gọi là nghịch, còn những bậc A La Hán là người chân tu hiền từ đặc đạo quả Thánh mà mình đem tâm ác giết hại. Những ai ác tâm phá hủy chùa tháp tượng Phật thì phạm tội làm thân Phật ra máu. Còn tội phá hòa hợp tăng là gì? Nghĩa là chúng tăng đoàn tụ tu hành, nếu chúng ta dùng thế lực để chia rẽ, phân tán hoặc đâm thọc thêm bớt cho họ bất hòa lẫn nhau đều là phạm tội phá hòa hợp tăng. Nguyên của Phật chỉ trừ những người phạm năm tội này và tội hủy báng Chánh Pháp. Thế nào gọi là hủy báng Chánh Pháp? Chánh Pháp là những lời của Phật dạy gọi là “Kinh Luật” mà ai đem tâm khinh chê chống đối bài bác gọi là hủy báng Chánh Pháp. Đó là những người tà kiến không tin Phật và những ngoại đạo hay chê bai giáo lý của Phật. Nhưng người tu hành chúng ta cũng phải cẩn thận, vì nếu không khéo thì cũng dễ bị mắc phạm, là vì Pháp môn của Phật dạy rất nhiều, có đến 84 ngàn pháp môn tu, ai có duyên với pháp môn nào thì họ tu theo pháp môn đó. Cũng như Pháp môn Tịnh độ mà chúng ta đang tu đây, tuy nói là dễ, nhưng những người không có duyên với Phật A Di Đà nên họ không tu theo, mà họ thích tu Thiền tông, Mật tông... đây là các pháp tu tự lực, mặc dù khó nhưng cũng là pháp của Phật dạy, chúng ta tuyệt đối không được chê bai chỉ trích.

Có rất nhiều người băn khoăn rằng, mười niệm của điều nguyện thứ 18 được vãng sanh là phải niệm lúc lâm chung, nghĩa là vẫn còn có sự khó khăn cho chúng sanh. Vì lúc lâm chung là lúc sắp chết, mà chết có nhiều cách khác nhau, đâu phải chết từ từ như chết đau bệnh mà còn có nhiều cái chết đột tử bất ngờ như chết đuối, trúng độc, trúng gió, xe đụng, tai nạn bất ngờ... gọi là bất đắc kỳ tử thì làm sao mà niệm kịp được mười niệm, như vậy thì coi như công tu một đời này phí uổng hay sao? Tuy nhiên, chúng ta cần phải hiểu rõ rằng: điều nguyện thứ 18 này mang tính chất gấp rút, cấp cứu khẩn cấp và có phần chưa an tâm. Cho nên điều nguyện này thì có phần khó. Người bình thường không có tu mà chỉ phát tâm tin tưởng mến mộ muốn sanh về nước Ngài mà niệm được mười niệm khi lâm chung liền được vãng sanh. Dù được vãng sanh nhưng phẩm vị rất thấp, ở các bậc hạ phẩm. Vì sao, vì gấp rút nên người này không có sẵn các tu đức, không phát Bồ Đề tâm, không niệm được nhiều mà chỉ niệm được mười niệm đúng vào văn nguyện của Phật, nên được lòng bi nguyện của Phật tiếp độ người này với tính cách gấp rút, vì do người này chưa dự bị sẵn, hoặc chưa biết giáo lý Tịnh độ, mà đến lúc lâm chung gặp bậc thiện tri thức dạy nên tin và chỉ kịp niệm được mười niệm mà thôi. Như vậy, điều nguyện thứ 18 này dùng để độ những người chưa chuẩn bị trước hoặc gặp Phật pháp quá muộn, nên y theo điều nguyện này thì chúng ta cần phải có người trợ niệm lúc lâm chung nhắc cho mình nhớ niệm Phật, mình nương tiếng trợ niệm để niệm theo lúc cuối được mười niệm, và nương nguyện của Phật mà được vãng sanh. Do vậy, căn cứ theo văn nguyện 18 này thì chưa ổn, và chưa yên tâm, vì phải chờ

kết quả vào lúc lâm chung có niệm Phật được hay không mới biết được vãng sanh hay không. Chính vì lý do này mà phần nhiều người tu Tịnh độ không tin chắc mình có được vãng sanh hay không, Vì rất lo lắng đến lúc lâm chung biết có được tỉnh táo để niệm Phật hay không, mặc dù mình có huân tập niệm Phật sẵn. Đây là mối lo ngại chính đáng chung của người tu. Trước đây, Tịnh Khôi cũng rất lo lắng cho mình ở điểm này. Và chính từ phụ A Di Đà ở những kiếp quá khứ về trước khi tư duy lập nguyện, Ngài cũng thấy rõ sự lo ngại của chúng sanh ở điều nguyện này, do đó Ngài mới phát nguyện tiếp điều nguyện thứ 19 để hỗ trợ cho nguyện thứ 18 giúp chúng ta an tâm.

Điều nguyện thứ 19: ***“Lúc tôi thành Phật, thập phương chúng sanh phát Bồ đề tâm, tu các công đức nguyện sanh về cõi nước tôi, đến lúc lâm chung, nếu tôi chẳng cùng đại chúng hiện thân trước người đó, thời tôi không ở ngôi Chánh giác”.***

Mười phương chúng sanh phát Bồ Đề tâm, nghĩa là cái tâm rộng lớn, quyết tâm tu hành thành Phật để cứu độ chúng sanh, chứ không chịu dừng lại ở địa vị Bồ tát hay A La Hán. Cái chí tâm mong mỏi được thành Phật đó gọi là phát Bồ Đề tâm. Cái tâm này không phân biệt người giàu sang hay kẻ nghèo hèn, người xấu hay người đẹp đều có thể phát được cái tâm này, nên người tu niệm Phật phải phát Bồ Đề tâm mới tương ưng với lời nguyện thứ 19 của Phật rồi tiếp đến tu các công đức. Các công đức là gì? Các công đức là bao gồm tự lợi và lợi tha. Tự lợi nghĩa là chúng ta giữ giới, đọc tụng kinh điển, niệm Phật v.v... Còn lợi tha là bố thí, cúng dường, ấn tống

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

kinh sách, thuyết giảng Chánh Pháp, giúp người khác tu hành v.v... Tất cả những việc làm này gọi là tu các công đức. Tùy theo khả năng và điều kiện của mỗi người mà công đức tu được nhiều hay ít, nhưng phải có các công đức đó. Tu các công đức đó rồi nguyện sanh về cõi Cực Lạc.

Chữ nguyện là muốn nói lòng mình tha thiết muốn về cõi Phật rồi mình phát ra lời văn nguyện. Ở điều nguyện thứ 18 chỉ cần có lòng tin mộ là chỉ cho trong tâm. Còn nguyện thứ 19 là phải nguyện sanh, nghĩa là tâm muốn rồi phải phát nguyện ra lời nguyện, và nguyện bằng văn phát nguyện để nhắc tâm. Thân tâm hợp nhất hướng về một chỗ gọi là nguyện lực, là sức mạnh của lời nguyện như trên đã nói. Như vậy, điều nguyện này là phát Bồ đề tâm, tu các công đức rồi hướng các công đức đó về nguyện được sanh qua nước Cực Lạc. Đến lúc lâm chung, là đến lúc chết mà Phật chẳng cùng đại chúng hiện thân trước người đó thì Phật phải từ chức Ngôi Chánh Giác.

Đến đây chúng ta đã thấy rõ sự an toàn của điều nguyện thứ 19 này, nó có sự bảo hiểm cho người tu hành chúng ta. Vì điều nguyện thứ 19 này, Phật đưa ra điều kiện đầu là phải phát Bồ đề tâm, Bồ đề tâm này phải đứng đầu. Và phát Bồ Đề tâm này không khó, vì nó đòi hỏi chúng ta phải có tiền mới phát được, cho nên ai có tâm là đều phát được, là nguyện mong sau này được thành Phật để độ chúng sanh. Nếu có tâm này rồi thì đã có Bồ Đề tâm. Chúng ta hãy tự xem lại mình đã có tâm này chưa? Nếu chưa thì liền phát cho nó đúng với văn nguyện của Phật. Tiếp theo là tu các công đức, nhưng

công đức nhiều hay ít Phật không buộc ở số lượng nhưng phải có tu các công đức mới đứng vãn nguyện. Những người tu công đức nhiều thì sanh ở phẩm vị cao, còn người tu công đức ít thì sanh vào phẩm vị thấp. Mình tu công đức là đã phù hợp với vãn nguyện của Phật, đồng thời hồi hướng những công đức đó về nguyện sanh về nước Ngài tức cõi Cực Lạc. Chữ nguyện này cũng xin nói cho rõ là lòng mình tha thiết mong muốn, nó rạo rức ấp ủ trong lòng mình luôn hướng về đức Phật, nên mình mới phát ra cái thệ nguyện.

Như vậy, chúng ta phải hiểu, nhiều người sơ sót lớn chữ nguyện này mà đứng trước bàn Phật đọc bài văn cầu sanh Tây phương và cho là mình đã có nguyện rồi, còn tâm thì không thường hướng về Tây phương mà ngược lại lo tiền của thế gian. Như vậy là nguyện giả rồi, dù cho có lòng thành trong lúc nguyện đọc, rồi sau buông ra tâm lại lo đam mê thế gian, đó là gián đoạn nguyện chứ không phải là chuyên nguyện, như vậy chưa hợp với lời nguyện thứ 19 của Phật. Như vậy chỉ có thể gieo nhân lành về sau mà thôi, chớ chưa được độ trong đời này vì chưa nguyện thiết với Phật. Do vậy, chúng ta phải lập nguyện làm sao cho tâm mình luôn hướng về với Phật, giống như người con xa nhà nhớ quê hương, từng phút từng giây luôn tha thiết mong mỗi được trở về. Lòng mình phải thường hướng nghĩ như vậy mới gọi là có nguyện, đây cũng gọi là nguyện thiết.

Trong đại nguyện thứ 19 này, giờ đây chúng ta đã thấy rõ bốn phần chính: 1-Phát Bồ Đề Tâm, 2-Tu các công đức, 3-Phát nguyện sanh về cõi Cực Lạc, 4-Lúc lâm chung Phật và thánh chúng sẽ hiện ra. Trong đó, ba

phần đầu do chúng ta tu hành mới có được, còn phần thứ tư là bốn phận của Phật đã nguyện. Cho nên, khi chúng ta đã có đủ ba phần của mình thì bất kể chúng ta lâm chung kiểu gì (lành hay dữ, bất đắc kỳ tử v.v...) thì Phật và thánh chúng phải hiện ra tiếp dẫn. Vì nếu Phật không hiện ra thì Phật phải từ chức ngôi vị chánh giác như lời nguyện của mình. Người đời thường sợ nhất là các chứng bệnh nan y, vì một khi vương phải nan y thì chết chắc. Còn người không tu pháp môn Tịnh Độ thì sợ nhất là bất đắc kỳ tử và cận tử nghiệp. Còn tu pháp môn Tịnh Độ này, nếu chúng ta tu chỉ dựa theo điều nguyện thứ 18 thì chúng ta vẫn sợ như thường. Nhưng sang đến điều nguyện thứ 19 này, có một sức oai thần trừ được chứng nan y như cận tử nghiệp và bất đắc kỳ tử. Vì sao? Vì Phật nói lâm chung Ngài đến. Giả sử chúng ta bị tai nạn hoặc trúng độc mà chết đột ngột. Đây gọi là đột tử, có nghĩa là không biết trước lúc chết. Không biết trước được lúc chết là nói người phạm phu mình thôi, vì quá đột ngột nên mình không biết trước được. Nhưng đối với Phật thì làm sao gọi là đột ngột được? Vì Phật là nhất thiết chủng trí thấy biết rõ suốt quá khứ, vị lai từng mỗi chúng sanh, chừng nào chết và sanh đi đâu, Phật đều biết hết. Nếu chúng ta đã tu hành đúng theo nguyện thứ 19 rồi, nếu chúng ta có mệnh hệ bất ngờ nào thì Phật đã hiện ra liền. Và Phật tiếp dẫn cái thần thức của chúng ta vãng sanh tức khắc lúc đó. Ví dụ như một chút nữa ta sẽ bị ai đó cầm dao đâm chết mà ta không hề biết, nhưng Phật đã hiện ra rồi. Ta vừa bị dao đâm chết thì Phật liền hiện ra tiếp dẫn ngay. Đây là thí dụ trường hợp những người nghiệp nặng phải trả bằng cách phải chết dữ như vậy. Nhưng Phật đâu có nói hiền hay dữ, miễn sao ta tu

hành đúng với lời nguyện của Ngài thì lâm chung có Ngài đến. Vậy điều kiện quan trọng của mình là không sợ cận tử nghiệp hoặc chết dữ. Mà mình chỉ sợ thiếu Bồ đề tâm, thiếu tu các công đức, và lòng mình không thật sự nguyện sanh về cõi Phật. Chỉ sợ chúng ta thiếu các điều kiện đó thôi, nếu có đủ thì chết cách nào cũng không sợ. Còn cận tử nghiệp là gì? Là nghiệp ác đời trước của mình hiện ra lúc sắp chết, mà lúc chết đã có Phật hiện ra, thì cận tử nghiệp nào dám đối đầu với Phật được. Cận tử nghiệp là dành cho người tu theo pháp môn tự lực (thiền tông, mật tông v.v...), vì sức tu còn yếu nên bị các nghiệp ác của đời trước nặng hơn nên chúng hiện ra lúc sắp chết để giằng co với nghiệp hiện đời. Mà nghiệp quá khứ mạnh hơn thì nó dẫn dắt mà bị đọa lạc. Còn chúng ta tu Tịnh độ là nương vào tha lực của Phật. Lúc lâm chung có Phật và thánh chúng hiện ra, thì nghiệp nào dám hiện ra chống phá đối đầu với Phật nổi? Như vậy chúng ta kết hợp cả hai điều nguyện thứ 18 và 19 lại thì chúng ta sẽ vững vàng trên đường vắng sanh, chúng ta chỉ còn chờ mãn báo thân này nữa là xong, bảo đảm lúc lâm chung là được vắng sanh.

Hai điều nguyện thứ 18 và 19 này có đặc trưng riêng của mỗi nguyện. Như nguyện 18 dùng để cứu vớt những người tu muộn (người ác lúc lâm chung gặp được thiện tri thức chỉ cho niệm Phật), vì lúc cấp bách này làm sao họ tu theo nguyện thứ 19 cho kịp. Còn nguyện thứ 19 có tính cách sẵn sàng chuẩn bị và được sự bảo hiểm của Phật. Nên dù được hộ niệm hay không được hộ niệm, thậm chí không niệm Phật kịp hoặc hôn mê cũng quyết được vắng sanh. Nên chúng ta cần phải kết hợp cả hai

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

đại nguyện thứ 18 và 19 và thực hành cho đúng như trên đã phân tích thì nhất định sẽ được vãng sanh, không có lý do nào mà không được vãng sanh.

Chúng ta cần chú ý, trong điều nguyện thứ 19, tuy Phật không hề đề cập đến vấn đề niệm Phật, nhưng vì hỗ trợ cho việc tu công đức, cho nên chúng ta phải công phu niệm Phật cho sâu dày, vì tu các công đức thì công đức nào thù thắng cho bằng công đức niệm Phật? Niệm Phật là công đức lớn nhất trong tất cả các công đức. Trong câu *“lúc tôi thành Phật thập phương chúng sanh tu các công đức”* trong đó có công đức niệm Phật rồi. Như vậy, chúng ta kết hợp cả điều nguyện thứ 18 và 19 thì an toàn bảo đảm nhất. Các bạn đồng tu xin thực hành cho đúng thì chúng ta không còn lý do gì để lo sợ không được vãng sanh. Có nhiều người niệm Phật rất giỏi, nhưng mà chỉ biết niệm thôi, chứ không biết phát Bồ đề tâm, không tha thiết mong mỏi về với Phật, nên lúc lâm chung nào là tiếc của, nào là thương con... Có niệm đi nữa cũng chỉ gieo phước thôi chứ làm sao mà được Phật và Thánh chúng hiện ra tiếp dẫn.

ĐỊNH KHÓA SỚM TỐI

Thời khóa buổi sớm là nghe lời giáo huấn của Phật, cảnh tỉnh chính mình, một ngày của ta, khởi tâm động niệm, xử thế, tiếp người đãi vật, chẳng trái với lời dạy bảo của Phật, đây là thời khóa buổi sáng.

Thời khóa buổi tối là để phản tỉnh là kiểm điểm, nghiêm túc làm một lần phản tỉnh, lời dạy của Phật có cố nhớ hay không? Nếu như không làm được, cần phải

nghiêm túc sám hối, sửa lỗi lầm, tự làm mới lại, ngày mai nhất định nỗ lực làm cho được. Đây tức là công đức lợi ích của thời khóa sáng tối, mà không phải là sáng sớm niệm một niệm cho Phật và Bồ tát nghe, tự mình nêu khởi tâm động niệm thì chẳng tương quan một chút nào với lời dạy của đức Phật.

Có phòng trống trong nhà, ta lấy một gian thì rất tốt, nếu thật sự không có chỗ thờ Phật, thì bài trí ở trong phòng mình cũng được, nhưng cần phải che bàn thờ Phật một chiếc khăn vàng, lúc không tụng niệm thì buông phủ khăn vàng xuống, cách này khỏi bị lỗi khinh mạn. Tượng Phật tốt nhất là hướng đông, người niệm Phật hướng tây, đối với niệm Phật nếu như không thể thế này, thì là tùy tiện hướng nào cũng cúng Phật được. Nếu thực tại mà không có chỗ thờ Phật, thì nên quay mặt hướng về Tây niệm cũng được.

Cúng dường Phật, thông thường có: Hương, hoa, đèn, nước trong sạch, các thứ trái cây. Nếu không có, thiếu mấy món hoặc hoàn toàn không có cũng được. Nhưng tuyệt đối không được cúng thịt và rượu, lại càng không được đốt giấy tiền, vàng mã.

Lễ Phật: Đầu cúi sát đất hay vái chào, cúi mình kính cẩn, chấp tay. Nếu cúi đầu lễ lạy rất cung kính thì rất có thể diệt tội cầu phước. Quỳ, ngồi, đứng đều có thể lạy nhưng cần phải chí thành chí kính mới được.

Người Phật tử tại gia, công việc gia đình, xã hội bận rộn, sợ rằng người niệm Phật trước thì siêng năng sau thì biếng trễ hoặc chẳng niệm nữa. Do vậy, sắp xếp niệm

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Phật theo thời khóa sớm tối là để cảnh tỉnh người niệm Phật mỗi ngày. Không nên vì cuộc sống bận rộn, sự nghiệp bận rộn, phiền não, cao hứng v.v... mà quên đi câu niệm Phật.

Người mà “trong tâm có Phật” tùy lúc tùy nơi đều khởi tưởng niệm Phật, thì thời khóa sớm tối không làm cũng được.

Chẳng nên cho là niệm Phật ở trước điện Phật, tượng Phật mới trang nghiêm, mới cung kính. Còn ở chỗ khác thì không trang nghiêm, không cung kính. Niệm Phật chỉ cần tâm chân thành, tha thiết thì cho dù nơi nào, thời gian nào cũng đều trang nghiêm. Những chỗ không sạch như: nhà tắm, nhà vệ sinh... hay lúc quần áo không tề chỉnh thì chỉ được niệm thầm mà thôi.

Không nên cho là mua được cái máy niệm Phật để nghe thì là niệm Phật rồi, như thế, công đức niệm Phật không phải là của ta mà là của cái máy! Cho nên lúc nghe máy niệm thì người nghe phải cùng với máy hòa niệm mới có được công đức.

Nếu là công tác rất bận rộn, bận đến mỗi ngày cả thời khóa sớm tối cũng đều không có thời gian để làm! Lúc bình thường càng không thể nói là niệm Phật được, thế thì kẻ học Phật tu hành nên khá tự suy tư! Ngược lại có thời gian ăn uống, vui chơi, xem ti vi, nhàn rỗi, tán gẫu, mà không có thời gian để niệm Phật! Như thế thật là không có thời gian để niệm Phật rồi, vãng sanh thế giới Cực Lạc là việc của người khác vậy!

Sáng dậy sớm hơn một chút, tôi xem ti vi ít đi một chút, như thế thời khóa sớm tối có thời gian để làm được.

Biết rằng người đời vốn là bận rộn, nói khác đi là chẳng được nhàn rỗi. Nhưng có thật sự là bận rộn hay không? Chưa chắc đã là thật bận rộn, chẳng qua là sự nguy hiểm cho sự biếng nhác của mình mà viện có trì hoãn. Nhìn người xưa nay, mấy ai được tám mươi tuổi, sao chẳng thể vút bỏ khổ sinh tử ở phía sau. Xin hãy khẩn trương, Tịnh Khôi muôn ngàn lần khuyên người hãy phát khởi sự suy xét mạnh mẽ mà mau trồng sen chín phẩm.

Trong kinh “Phật thuyết bát vô hạ”, đức Phật dạy rằng: *“Ở thế gian này, ít nghe không nói, hạng phàm phu thường nói lời không rảnh rỗi, có rảnh rỗi, song chẳng rõ biết, thế nào là không rảnh rỗi? Thế nào là có rảnh rỗi?... Nếu các loài hữu tình muốn đến được hạnh Thánh, lúc tu thiện pháp có tám việc không rảnh để tu tập”*. Đức Phật đưa ra tám việc không rảnh rỗi để tu hành. Việc thứ nhất là chỉ cho chúng sanh ở trong đường địa ngục, việc thứ hai là chúng sanh ở đường ngạ quỷ. Việc thứ ba là chúng sanh ở đường súc sinh, thứ tư là chúng sanh ở cõi trời, thứ năm là chúng sanh ở biên địa, thứ sáu là chúng sanh thiếu các căn và si độn, thứ bảy là chúng sanh không tin nhân quả nghiệp báo, thứ tám là chúng sanh gặp thời Phật không xuất hiện ở đời. Ta thấy, chúng sanh堕 vào ba đường ác khổ trăm bề không nhàn rỗi để tu hành là điều có thể lý giải. Còn như nếu được sinh làm người cũng không rảnh để tu hành, đức Phật đã nhận định: *“Ông đã được thân người, lại được*

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

nghe chánh pháp, chẳng được Thánh quả bởi vì trong nhiều đời không được rảnh rồi”.

Trong đây nói rằng “không rảnh rồi” là chỉ cho hạng người không tin nhân quả, vì họ tuy đã nghe được chánh pháp, nhưng không tin tưởng. Đức Phật lại dạy rằng:

“Ông đã được thân người, lại được nghe chánh pháp, không thể làm như lời ta nói, nên trong luân hồi tám nạn, chuốc lấy các cay đắng”. “Nếu người nghe ta nói, biết được rảnh và không rảnh rồi, cho nên phải có tâm chuyên cần, chân chánh tu hành ở nơi phạm hạnh, Ta dạy người mắt sáng, khéo giữ gìn ở các việc ác, chân chánh niệm để có thể ngăn giữ, chẳng theo các hữu lậu, tất cả theo giác ngộ, hàng phục đại ma oán, trọn vượt ra khỏi dòng sinh tử, được lên ở bờ kia”.

Lời dạy của đức Phật, đáng để cho chúng ta cảnh tỉnh lấy làm Giới. Vậy có còn nói là không rảnh rồi để niệm Phật nữa hay không?

Niệm Phật, là một phương pháp không phân biệt giàu sang hay bần tiện, già trẻ nam nữ, lúc rảnh lúc bận, mọi người đều có thể niệm, mọi người niệm Phật thì mọi người đều được vãng sanh về thế giới Tây Phương Cực Lạc. Chỉ có điều là, tự mỗi người phải tự mình tinh tấn mà thôi.

Niệm Phật, sợ nhất là trước thì siêng mà sau lại lười (không có “hằng tâm”), cho nên người tu hành xưa nay đều đem một việc niệm Phật, gắn chặt vào công khóa hàng ngày, ngày ngày thực hành, lúc bình thường tùy lúc

tùy nơi mà niệm Phật, để khỏi thối lui rơi rớt. Công khóa sớm tối, là việc làm (tu) thông thường trong việc làm (tu) chân chánh. Nghi thức rườm rà hay đơn giản có thể tùy nghi, miễn sao cho thuận tiện mà trang nghiêm cung kính là được.

Sớm tối mỗi ngày, rửa mặt vệ sinh xong, hướng về tượng Phật hoặc mặt hướng về Tây, quỳ gối hay ngồi hay đứng ngay ngắn, chấp tay ngay ngực, mười ngón tay ngay ngắn không rỗng ở trong lòng bàn tay, tâm giữ sự quán tưởng. Miệng niệm:

- Nam mô thập phương thường trụ tam bảo (3 lần 3 lạy)
- Nam mô bốn sư Thích Ca Mâu Ni Phật (3 lần 3 lạy)
- Nam mô Tây Phương Cực Lạc thế giới đại từ đại bi tiếp dẫn đạo sư A Di Đà Phật (3 lần 3 lạy)
- Nam mô Quán Thế Âm Bồ tát (3 lần 3 lạy)
- Nam mô Đại Thế Chí Bồ tát (3 lần 3 lạy)
- Nam mô Thanh tịnh đại hải chúng Bồ tát (3 lần 3 lạy)
(Thế giới Cực Lạc có rất nhiều vị Bồ tát là thầy là bạn chúng ta nên cũng cần phải lạy quý ngài)
- Nam mô A Di Đà Phật. (vài trăm hay vài ngàn câu, tùy theo điều kiện và hoàn cảnh)
- Đệ tử (tên) nguyện quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng (1 lạy)
- Đệ tử (tên) nguyện sanh Tây phương Cực Lạc thế giới (1 lạy)
- Đệ tử (tên) phát bồ đề tâm, trên cầu Phật đạo, dưới hóa độ chúng sanh (1 lạy)

Chương II: PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

- Đệ tử (tên) nguyện đem tất cả công đức làm được của ngày hôm nay, trang nghiêm tịnh độ của Phật, trên báo đáp bốn ơn nặng, dưới cứu giúp ba đường khổ, nếu có ai thấy nghe, đều phát tâm bồ đề, hết một báo thân này, đồng sanh nước Cực Lạc (1 lạy)

Thời khóa niệm buổi tối, cũng có thể thêm hồi hướng nhỏ:

- Đệ tử (tên) xưa kia đã tạo các ác nghiệp, đều do tham sân si từ vô thủy, sinh ra bởi thân, miệng, ý, tất cả nay đây con đều sám hối (1 lạy)

(Nếu có làm ác điều gì cũng có thể ở tại đây mà sám hối)

Niệm Phật định số từ ít đến nhiều, chỉ cần lấy sự siêng năng thường xuyên mà trì, chẳng nên gián đoạn, tối kỵ làm cho có hình thức, vì hình thức thì khó được lợi ích thật sự.



Chương III

TU HÀNH CẦN BIẾT



ĐÔI LỜI TÂM HUYẾT

Pháp môn niệm Phật, chung nhiếp năm giáo, trùm khắp ba căn, là một thời giáo hóa của Như Lai rất rộng rất lớn, là pháp lớn rất đơn giản và dễ dàng. Ngàn kinh tán tụng, muôn luận tuyên dương, chư Phật mười phương khác miệng đồng âm mà khuyên bảo tin tưởng, cao tăng đại đức xưa nay nhất tâm hoằng dương, sự sâu xa của triết lý, sự rộng lớn của vấn đề nhiếp cơ, tám vạn bốn ngàn pháp môn, lấy đây làm thứ nhất. Bởi vì, các pháp môn khác đều phải nhờ tự lực mà đoạn hoặc chứng chân. Pháp môn tịnh độ này còn gồm cả sự nhờ Phật lực rộng vượt ba cõi. Cõi Ta Bà như uế trầm trọng, cần đến địa vị Thập tín mới ra khỏi vòng khổ. Cảnh giới của Cực Lạc thù thắng hơn hẳn cõi Ta Bà hàng vạn lần, niệm Phật vãng sanh cả thấy đều “bất thời”. Chúng ta nên biết, tôn giả Xá Lợi Phất phát tâm từ thời đức Phật Đại Thông, đến nay trải qua nhiều kiếp như số hạt bụi, hãy còn ở địa vị thanh văn, có thể thấy rằng cái khó của sự tự lực tu chứng ở cõi này. Huống hồ, hiện tại cõi Ta Bà này đang lúc là thời mạt pháp, ma quân lộng hành, tâm tánh chúng sanh nghiệp chướng sâu dày huệ mỏng, phước nhẹ và như uế nặng, muốn nhờ tự lực để tu chứng, lại là khó trên khó. Trong kinh Đại Tập, đức Thế tôn chỉ dạy đại chúng: *“Thời mạt pháp ức ức người tu hành, ít có*

kẻ đắc đạo, chỉ nương nơi niệm Phật mà thoát khỏi luân hồi sinh tử”. Bậc cổ đức cũng có nói rằng: ***“Học đạo các môn khác, giống như con kiến lên ở núi cao, niệm Phật vãng sanh như thuyền buồm đi thuận gió, nước xuôi”***.

Kinh Phật và lời Tổ khẳng khái khuyên tu tịnh độ niệm Phật, tại sao chúng ta lại nỡ cô phụ lòng Từ bi của Phật của Tổ, mà chẳng chịu đọc và nghe để sanh tín tâm, phát nguyện niệm Phật, cầu sanh về thế giới Cực Lạc ư?

Pháp môn Tịnh Độ chính là pháp môn tối huyền, tối diệu, chí viên, chí đôn trong giáo pháp của cả một đời đức Phật (một pháp có đầy đủ hết thảy các pháp là gọi là Viên, ngay trong đời này tu sẽ chứng đắc ngay trong đời này nên bảo là Đôn). Hạng phàm phu lè tè sát đất cũng vào được pháp này, bậc đẳng giác Bồ Tát cũng chẳng ra khỏi pháp này. Thật là một con đường tắt để thượng Thánh hạ phàm chóng thành Phật đạo, là chiếc thuyền từ phổ độ chúng sanh của chư Phật, chư Tổ.

Nếu luận về pháp môn niệm Phật thì chỉ có ba pháp Tín, Nguyện và Hạnh là tông yếu. Đầy đủ ba pháp, quyết định vãng sanh. Nếu không có tín thật cùng nguyện thiết, dù có chân hạnh cũng chẳng thể vãng sanh, huống hồ là kẻ tu hành hời hợt, qua loa ư? Bởi lẽ, pháp môn này cả ba đời chẳng dễ thường bàn, là đạo mầu độ khắp ba căn. Hãy nên dốc trọn toàn thân nương về tu tập, mới hòng chứng được lợi ích thật sự.

Từ xưa đến nay người tu tịnh độ, pháp môn trì danh niệm Phật, được thành tựu rất nhiều, pháp môn đó rất

thẳng tắt, rất viên đôn, có thể vượt bậc, chẳng cần trải qua tu lần hồi mà có thể đôn siêu. Từ tiểu học có thể thẳng lên đại học, mà phương pháp vả lại rất đơn giản, khiến người chẳng dám tin, thật là chẳng thể nghĩ bàn.

Tu hành, hành là hành vi sinh hoạt, trong hành vi sinh hoạt khó mà tránh khỏi những sai lầm. Sửa đổi lại những hành vi sai lầm, gọi là tu hành. Năm trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc) đều là hư giả, chẳng phân biệt thì có thể thọ dùng, chẳng thể ái nhiễm càng chẳng được chấp trước.

Tu hành học Phật là phải nương theo lời dạy, như pháp mà tin thọ chịu làm. Ngoài vấn đề trì giới (các ác chẳng làm), bố thí (các thiện vâng làm), còn cần phải tự thanh tịnh ý, nhẫn nhục, tinh tấn, ăn toàn chay, thọ trì một phương pháp tu, tức là phương pháp đó cần phải chuyên tâm nhất ý. Tu hành học Phật muốn vãng sanh thế giới Cực Lạc thì cuộc sống phải ít ham muốn và biết đủ (thiếu dục tri túc), đạm bạc giản dị, tùy nghi với những gì mình có. Tâm bình an thì “lý” sẽ được, trên không hổ thẹn với trời, dưới không dối gạt với đất, không tranh, không cầu, không vọng lầy, không vọng dùng, tự nhiên tự tại, yên ổn vui vẻ. Ngược lại, nếu tu hành học Phật mà còn dính nặng nơi cuộc sống vật chất, như thế thì cũng học mà không làm sao ra khỏi căn nhà sinh tử được!

Tu hành học Phật, cần có CHÁNH TÍN, vì chánh tín rất trọng yếu! Chánh tín thì vãng sanh thế giới Cực Lạc. Không chánh tín mà niệm Phật, tu phước, thì đời sau sang giàu, sang giàu thì cuộc sống hưởng thụ, dễ làm ác,

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

tao các nhân xấu. Người không chánh tín, đời này niệm Phật, đời sau hưởng phước, đời thứ ba phước hết thì rơi vào ba đường ác! Đây gọi là làm oán ba đời. Bởi vậy chúng ta tu hành học Phật thì nên sanh tín tâm chân chánh! “Chánh tín” và “chẳng chánh tín” khác xa nhau như trời và vực thẳm.

Tu hành học Phật không nên mê đắm ở vật chất dục lạc mà quên bằng đi cội nguồn sinh mạng là ở nơi cõi tinh thần. Kinh Phật thường nói: “*chúng sanh bội giác hiệp trần*” (quay lưng lại với sự giác ngộ mà đi hợp với trần lao khổ lụy). Cũng vậy, người tu hành nếu chẳng muốn đánh thức Phật tánh ở bên trong, cũng chỉ là ưa thích cái xấu tệ cận cợt trọn đời của sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp ở bên ngoài. Cũng cần biết bởi vì sao danh vọng, sự nghiệp, cơ đồ, hiển hách, cũng có một ngày rơi rớt lụn bại. Và thân bằng quyến thuộc ân ái thân mật cũng có lúc phải phân ly thôi.

Siêng năng tu hành học Phật, trì danh niệm Phật, tức là có phước khí lớn (thiện căn lớn). Người phước mỏng (ít thiện căn) là “hữu tử vô chung” (có khởi đầu mà không có cuối cùng), chỉ hơi tin Phật. Người không thiện căn là người không tin tam bảo. Càng thậm tệ hơn là không những chẳng tin mà còn hủy báng tam bảo!

Tu hành, tức là phương pháp xem xét những sự sai lầm mà chúng ta đối với nhân sinh vũ trụ. Pháp tướng, pháp nói, pháp làm, cũng vậy, cần nên sửa đổi cho chân chính lại. Cũng bao hàm sự kiểm thảo điều chỉnh, đối kháng chính ta, không chế dục vọng và cân bằng thân tâm.

Nhưng chúng ta cũng nên chấp nhận những nghi thức hành vi bên ngoài mà sinh ra tác dụng huân tập bên trong. Ở lúc hành trì công khóa sớm tối, chẳng phải là khiến cho tâm mình an định, chuyên chú ở nơi khóa tụng hay sao? Còn chúng ta giữ giới thì mang ý nghĩa gì? Giới là một loại hình thức giới luật đang làm. Kỳ thật giới luật là phạm vi ngăn ngừa cần thiết sự làm ác của chúng ta, giới luật giúp đỡ chúng ta giải thoát. Nếu như người nào đó cảm thấy rằng giới luật là một vấn đề trói buộc, như thế là biểu thị người đó còn muốn làm việc xấu. Đây là hình thức bên ngoài có công năng nhất định của nó, chỉ xem chúng ta dùng trạng thái của tâm thể nào để xử lý nó.

Tu hành học Phật, xưa nay là việc của chúng xuất gia, còn chúng tại gia chỉ tin Phật trồng nhân thiện, được phước báo trời người, đời sau hưởng phước. Nếu chúng tại gia cũng muốn học Phật tu hành, niệm Phật vãng sanh thế giới Cực Lạc, thì thân tại gia mà “Tâm” đó cần phải xuất gia, không thể thân tại gia mà tâm cũng tại gia (thường là nhớ tưởng việc gia đình, việc trên xã hội, dục lạc hưởng thụ), nên cần phải công phu nhiều hơn chúng xuất gia một chút mới chế ngự được tâm. Nhân vì chúng tại gia có nhà, có nhà rồi thì có thân bằng quyến thuộc, bởi vậy mệt nhọc suy nghĩ, lại có việc đời, bởi vậy phân tán nguồn tâm, lại có danh lợi, bởi vậy biến động nơi ý, lại có hoạn nạn, bởi vậy lo buồn ở chí, cho nên thân và tâm không dễ gì yên tĩnh được, lại chẳng có thể bàn đến sự thanh tịnh của ba nghiệp thân, miệng, ý được.

Nhà, thực tại là nhân duyên phiền não! Có nhà rồi lại nên xả bỏ việc thế tục mà tu hành. Thực tế thì cũng

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

không phải là mỗi người đều có thể làm được hết. Chúng tại gia có nhà, nếu có thể dùng “không nhà” để nhìn, thì nhà không thể là cái trói buộc, xét ngược lại thì rất nhiều phiền não! Nếu là người không gánh vác sinh kế của gia đình, bỏ việc đời, chẳng khổ nhọc nặng, bỏ việc kinh doanh lo lợi, có thể chuyên tâm tu hành rất tốt!

Tu hành không phải là phân biệt trên hình thức xuất gia hay tại gia, mà là phân biệt trên tâm địa. Người có thể xả bỏ sự suy nghĩ và công việc thế tục như: phú quý, vinh hoa... các dục vọng, thì cùng với người xuất gia như nhau. Người xuất gia nếu không xả bỏ suy nghĩ và công việc thế tục, vẫn như người tại gia. Nên biết rằng tu hành cần ở trên tâm địa, không phải ở trên hình thức mà thôi.

Vì sao nhiều bậc cao nhân biện tài vô ngại, ngôi yên tham thiền đã đạt đến tam thiền tứ thiền, hoặc người tay nắm tràng hạt niệm Phật, mà không được vãng sanh thế giới Cực Lạc? Đây là miệng nói tu hành, nhưng chưa đem tâm tin Phật để tu hành. Tức là bận rộn những sự việc gia đình, xã hội, bận rộn chuyện ăn uống vui chơi, dục vọng rất nhiều, rồi vọng giữ lấy, vọng sử dụng. Lúc niệm Phật, ngôi yên, tâm mới chỉ được chút ít mà vẫn còn bị hai cảnh thuận nghịch xoay chuyển, bị tình thức bủa vây, bị ái chấp trói buộc, không thấy rõ tình đời, buông không được muôn duyên việc tục, lúc mạng chung tâm sinh điên đảo, thì làm sao ra được ba cõi sinh tử!? Ngay cái thiện rốt cuộc cũng khó mà đạt được, nói chi đến vãng sanh thế giới Cực Lạc ư!

Gặp được việc tốt, thấy được việc tốt, nghe được việc tốt, tức là gặp cảnh thuận. Gặp việc xấu, thấy việc

xấu, nghe việc xấu, tức là gặp cảnh nghịch. Ở cảnh thuận thì hơn hở vui cười, ở cảnh nghịch thì u sầu khổ sở. Tức là bị hai cảnh thuận và nghịch xoay chuyển. Dù ở cảnh thuận vui vẻ hay cảnh nghịch mà vẫn không khởi tâm động niệm. Vì ngay nơi khởi tâm động niệm thì lập tức bị hai việc thuận, nghịch xoay chuyển.

Vui giận, ưa ghét, ham muốn, đều là một chữ TÌNH. Nếu làm được những việc như: bị xúc phạm không giận dữ, bị tổn thương không oán hận... tiến đến coi những việc đó như không, ngược lại thương xót tâm si mê của người khác. Nếu có thể ngộ được lý này thì tâm thường thanh tịnh, tâm như TỊNH ĐỘ (cõi tịnh) vậy.

Cha mẹ, con cái, công danh, tiền bạc giàu có, văn chương nghệ thuật, ngọc ngà của báu... đều là những thứ yêu thích. Nếu làm được việc có nó cũng như không có nó, chẳng nghĩ tưởng về nó. Bởi vì phàm khi có tâm ÁI tồn tại, thì lúc lâm chung bị cái ÁI này dắt dẫn, theo những việc trước mà luân hồi sáu nẻo. Do đây có thể biết một chữ ÁI chính là cội rễ của sinh tử, là một trở ngại lớn cho việc vắng sanh.

Trong vấn đề học tập Phật pháp, cải tiến chính mình từ trong cuộc sống thường ngày, khiến cho mình cùng với mọi người trong xã hội có được sự quan hệ càng hài hòa hơn, đây cũng là tu hành, mà vả lại càng dễ làm cho mọi người và gia đình tiếp nhận.

Tu hành là cần tự tại, nhìn cho rõ, buông cho hết, mới có thể được lợi ích. Phú quý, vinh hoa, ăn ngon, mặc đẹp, ở sang, ăn uống, vui chơi... Những việc này là

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

chỗ vui ưa tìm cầu của người đời, người tu hành cần nên bỏ lìa những cái này đi. Bởi vì phú quý vinh hoa... những cái đó làm trở ngại sự an bình và yên tịnh của thân tâm người tu hành, nó làm cho ta chẳng được tự tại và giải thoát.

Trang phục nên đơn giản, thuận tiện mà không nhất thiết phải hợp thời trang. Việc ăn uống cốt sao no bụng và bảo đảm sức khỏe mà không cần nặng về ngon hay không ngon. Phương tiện sinh hoạt thường ngày nên giản dị, đạm bạc mà không cầu nệ ở sự thể diện. Những vấn đề này mà còn dính mắc tức là không tự tại. Ở chỗ thuận thì mặt mày hớn hở, ở chỗ nghịch thì mặt mày u sầu ảm đạm. Đây tức là nhìn không rõ. Tham ái dính mắc nơi tiền bạc giàu có, danh vọng, quyền thế, con cái, nam nữ v.v... Đây tức là buông không rời. Không tự tại, buông không rời, nhìn không rõ, đều là việc ngăn trở con đường ra khỏi ba cõi.

Chẳng xét là tại gia hay xuất gia, mà mục đích rất chủ yếu của việc tu hành là mong cầu được chuyển mê khai ngộ, ra khỏi ba cõi, lìa khổ được vui... cho đến thành Phật.

Do từ việc nghe kinh, tụng kinh, chẳng biết dùng bao nhiêu thời gian, mà biết rất nhiều danh từ về Phật học, thậm chí còn có thể diễn thuyết biện tài, miệng nói ra những Phật pháp, chính mình xem hiểu thông suốt như nước chảy mưa rơi. Nhưng, ở trong cuộc sống thường ngày không cách nào đem những Phật pháp mà chính mình đã nói ra được để ứng dụng, ra sức hành trì, như thế, giảng thì mặc giảng, làm thì mặc làm, không

cách nào việc làm và đạo lý mình giảng thích hợp với nhau. Như ngôi “tĩnh tọa”, quy định chính mình có thể ngồi rất lâu vững vàng không động, nhưng chỉ cần một khi đứng dậy, thì vẫn vậy, theo danh tìm lợi, không có phương pháp nào đối với cảnh mà chẳng khởi niệm! Tay lần tràng hạt, tùy lúc tùy nơi niệm Phật, thế nhưng trong tâm vẫn vậy, vẫn tính toán so đo: giàu có, danh vọng, quyền thế v.v... Nếu cách này mà học Phật tu hành thì chỉ trên sự nghiên cứu mà thôi, đều chẳng thể lấy ra được một chút nào sức ứng dụng mà tu hành, ra khỏi ba cõi cũng chỉ là tưởng tượng mà thôi!

Chân nghĩa của Phật pháp cùng với cách nhìn và nhận thức của người đời rất trái ngược nhau. Người đời cho là quý báu, như là châu báu ngọc ngà v.v... Phật pháp cho là tầm thường. Người đời tham ưa như là: tiền bạc, giàu có, danh vọng, nam nữ... Phật pháp xả bỏ. Do Phật pháp chẳng thuận theo thế tục, vì vậy Phật pháp không được người đời hứng thú học tập, chẳng giống với ngoại đạo là theo cách thế tục để dụ dẫn và mê hoặc con người. Người học Phật tu hành chẳng thể không hiểu rõ điều này.

Sự khoái lạc của đời người là việc ngăn ngui tạm thời, thế giới Cực Lạc mới là niềm vui an lạc vĩnh hằng. Mục đích của người tu hành là cần giải thoát, vượt ra ba cõi, vãng sanh Cực Lạc. Con người đều có sinh, lão, bệnh, tử, có những phiền não, mê hoặc các việc, mà ngay lúc chúng ta giải quyết những phiền não, mê hoặc của chúng ta thì gọi là giải thoát, giải thoát những vấn đề trói buộc, vây hãm, khổ đau, mê muội... Những vấn đề này đều là việc mà người tu hành cần phải nỗ lực. Tu

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

hành là giải quyết những chướng ngại và vấn đề trên tâm linh, cần phải để cho con đường đạo của nội tâm được thông suốt. Tu hành chẳng phải chỉ chú trọng công đức ở bên ngoài mà sao lãng công đức bên trong. Công đức bên ngoài là trì giới, bố thí v.v... Công đức bên trong là giữ tâm thanh tịnh, bình tĩnh, bình hòa, bình đẳng. Nghĩ đông nghĩ tây, kiểu này cũng tốt, kiểu kia cũng cần, dục vọng càng nhiều, tâm có thanh tịnh không? Ngay lúc một con người phiền não, thử nói họ có bao nhiêu đức hạnh? Lời nói, hành vi, cử chỉ biểu hiện ra cũng không có sự tự nhiên bình tĩnh, bình hòa rồi, huống nữa là lúc họ giận dữ thì lời nói có thể nhu hòa được không? Công đức bên ngoài cần phải LÀM, công đức bên trong càng cần phải TU.

Học Phật tu hành có hai vấn đề trọng yếu: Một là tu huệ, hai là tu phước. Tu huệ là: Niệm Phật, tham thiền, tụng kinh, trì chú v.v... Tu huệ sẽ được ĐỊNH, định sẽ phát HUỆ. Tu phước là: Một chút việc ác cũng không nên làm, còn việc thiện nên làm nhiều, thanh tịnh trong tâm, nhẫn nhục, ăn toàn đồ chay.

Học Phật tu hành là nên tu cả PHƯỚC lẫn HUỆ. Chỉ tu phước mà không tu huệ, hoặc chỉ tu huệ mà không tu phước, thì không ra khỏi ba cõi sáu đường, vắng sanh thế giới Cực Lạc là không thể được!

Phước và Huệ cũng như hai cánh của con chim, nếu thiếu một thì không thể bay lên!

Ngài Vĩnh Gia Thiền Sư nói rằng: “*Bố thí, trì giới, sinh phước trời. Cũng như bắn mũi tên lên hư không, hết*

lực rồi tên lại rơi xuống, chuốc lấy đời sau không như ý”.

Giả sử cầu được phước báo trời người, hưởng tốt cùng phú quý vinh hoa, cũng chỉ là phước nhơ (trong năm trước), một ngày kia hưởng hết rồi, lại được cái gì? Cái hoạn nạn của tâm là ba độc (tham, sân, si), chỗ thọ là năm dục (tiền tài, sắc đẹp, danh lợi, ăn uống, ngủ nghỉ). Như thế chính thật là nhân khổ. Trong kinh dạy rằng: *“Tiền, sắc, danh, ăn, ngủ, năm việc gốc địa ngục, năm dục nếu chẳng trừ, trần lao không ra khỏi”.*

Người tu hành tịnh nghiệp tâm ham muốn riêng tư chẳng nên quá nhiều, nếu như ba nghiệp (thân, miệng, ý) không thanh tịnh là chuốc lấy cái nhân họa vậy! Cho nên nói rằng: không vì bệnh tật đau khổ mà phát tâm, không vì cầu tiền của mà phát tâm, không vì để tăng thêm phước thọ mà phát tâm, không vì báo đáp tình thân mà phát tâm. Chỉ có thể vô tâm ở nơi muôn vật, thì ngại gì muôn vật vây quanh, phàm phu có các ác duyên trời buộc, nên chẳng dễ an tâm tu hành. Chỗ nói đến của Phật pháp là “tâm pháp”, tâm không an thì có sự trở ngại, không thể tu hành, nên nói là buông hết.

Người đời đều có tâm, có tâm thì ắt phải có niệm, khởi niệm thì chắc chắn phải có “nhiễm” và “tịnh”, nhiễm là nắm lấy sáu trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp). Tịnh nghĩa là không nắm lấy sáu trần. Quán sát lúc ban đầu do tâm niệm của chúng sanh mà sinh ra. Cho nên đức Phật nói: “ba cõi chỉ nơi tâm, muôn pháp chỉ nơi thức”. Nên phải cẩn thận nơi niệm ban đầu để chế ngự tâm nhiễm, nếu chẳng giữ sáu trần tức là không có

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

nghiệp, từ đó mà được vô tướng, cho nên một niệm không sinh thì sáu đường (Trời, người, A tu la, địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh) đều tiêu mất, cắt đứt luân hồi. Hạt giống nghiệp lại dứt mà ra khỏi ba cõi vậy.

Lợi ích của việc học Phật có thể nói từ hai phương diện:

- Phương diện chính mình: Người đã học Phật, có thể nương theo lý Phật mà chiêu xét tư tưởng và hành vi của mình, như có việc bất chánh thì đưa nó vào chánh, không quy củ đưa vào quy củ (nề nếp), tu dưỡng đối với thân tâm của mình, rất có ích lợi, là triết học cần thiết cho việc xử thế.
- Phương diện người khác: Học Phật có thể đem nhân sinh quan riêng tư vì ta mà cải đổi làm “vô ngã đại bi”, nhân sinh quan hy sinh vì người, mình và người cả hai đều lợi, làm tiêu chuẩn tối cao về đạo đức của nhân loại, chỉ có người học Phật mới có thể hoàn thành.

Tu hành, lúc bình thường cuộc sống hàng ngày cần bình ổn và điềm đạm, tâm tình đối cảnh cần phải bình tĩnh.

- Bình đạm: Không Minh Gia Cát Lượng thường nói rằng: “Đạm bạc dễ sáng Chí, yên tĩnh thì thấy được xa, tất cả thuận ở nơi tự nhiên”. Con người, có thể bình thường đạm bạc qua một đời này, là một hạnh phúc lớn không gì hơn.

- Bình phàm: Gọi là bình phàm, không giống như thế tục tầm thường, chỉ là chẳng cần nghe thấu đối với lời khen thế tục tầm thường, mà là hết lòng hết sức, cày cấy lặn lội mà chẳng cần hỏi thu hoạch thế nào! Người đời gọi là *“Trong lòng nuôi chí lớn mà ngoài mặt như người thường”*.
- Bình thường: *“Người tâm thường phước nhiều, bình thường là quý báu”*, thật là một câu danh ngôn chí lý. Bao nhiêu người đeo đuổi mục đích cao xa, một đời chẳng đạt được những ham muốn cảm thọ đầy đủ chính ta. Ngạn ngữ có câu rằng: *“Trèo lên càng cao, té ngã càng nặng”*.
- Bình tĩnh: Là để chỉ định lực, nghị lực, công lực, cũng tức là tu thân dưỡng tâm, còn gọi là nuôi dưỡng công phu. Chỉ có như đây mới có thể “Gặp biến động không kinh sợ, cần thận toan tính có thể cắt đứt”, núi lở sạt trước mặt mà vẫn không biến sắc.

Cho nên nói rằng, bình thường hàng ngày làm người phải có phong cách mô phạm, cần nên phù hợp phạm trù đạo đức nuôi sống tâm linh, tu dưỡng tâm lý phải chú trọng hơn sinh lý, tâm lý nếu không khỏe mạnh thì dầu trăm vạn, ngàn vạn, ức vạn, mua bán giàu có cũng khó mà mua được sự khỏe mạnh tâm lý. Tịnh Khôi mong chúng ta cùng cố gắng nhắc nhở lẫn nhau! Quá cầu quý, chẳng bằng tùy sự việc mà an, biết đủ thì thường vui, chỉ cần biết đủ và ít ham muốn, thì có thể được vui vẻ.

Sao gọi là Tu Hành? Tu hành tức là “chúng sanh tự tâm thệ nguyện độ” tức là tự tánh mỗi người tự độ, cần rõ hiểu là chúng sanh của tự tâm, tức là các thứ tâm bất thiện: Tâm tà mê, tâm ác độc, tâm cuồng vọng, tâm đố kỵ... những tâm bất thiện này đều là chúng sanh ở trong tâm, mỗi người đều cần tự tánh tự độ, đây gọi là “chân độ”.

Sao gọi là “tự tánh tự độ”? Tức là nắm lấy chúng sanh si mê, phiền não, tà kiến còn tồn tại ở trong tâm mình, dùng “Đạo đế” trong bốn chánh đế (Chánh kiến của tám chánh đạo), thấy hiểu chính xác để độ thoát chúng nó, tức là tiêu trừ hóa giải phiền não ở nơi vô hình. Diệt sạch tất cả các bất thiện, phát tâm Bồ đề, xa lìa tâm niệm nhơ uế lộn xộn, khiến trong tâm thuần khiết.

“Tu hành” tức là “tu chánh hành vi”, hành vi chúng ta đã có những sai lầm, sai lệch, sửa cho chánh lại những lỗi sai lầm, lệch lạc ấy, đây tức gọi là Tu hành. Hành vi của chúng ta trong cuộc sống thường ngày rất nhiều, rất nhiều, Đức Phật dùng phương pháp quy nạp đem nó phân làm ba loại lớn: Thân, miệng, ý. Thân là hành vi của chúng ta. Miệng là lời nói. Ý là tư tưởng, là thấy hiểu. Dùng ba loại lớn này thì đều đã bao quát hành vi của chúng ta, ba loại lớn này nếu có tổn hại, bất lợi, lỗi lầm, sai lệch đối với chúng sanh, thì đem chúng mà sửa đổi cho chân chính trở lại. Đây gọi là tu hành.

Tu hành là nương nơi quy củ mực thước của Phật pháp, đề tu trì học tập, dựa trên quy củ chân chánh của Phật pháp, tịnh hóa thân tâm của mình, đem toàn bộ

những tập khí vô minh của sự sai lầm bất chính đều sửa đổi cho chân chính trở lại, mà đạt được mục đích tốt cùng của sự tu hành là THÀNH PHẬT!

Phật pháp chú trọng là ở sự thực tiễn, chẳng đơn thuần chỉ là sự hiểu biết trên chữ nghĩa, mà còn phải làm trên hành vi. Nếu chỉ nói mà chẳng thể làm, thì dấu hiệu đạo lý ở trong đầu có đại tạng kinh, cũng vĩnh viễn không thể giải thoát. Nếu miệng nói mà lại còn có thể thực hành thì mới hữu dụng.

Đường tắt của sự tu hành không những cần khắc phục những vấn đề hữu hình như: tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống, ngủ nghỉ... mà bên trong còn phải chế ngự ngàn vạn tà ma trong tâm của mình như: Tham, sân, si, mạn, nghi, tà, đố, hận, giải đãi, dục vọng... những phiền não của vô minh, những tà ma đó còn đáng sợ hơn những chướng ngại hữu hình. Tu hành là vì khắc phục những phiền não ma chướng ở trong nội tâm chúng ta và tất cả những nhiễu loạn và chướng ngại bên ngoài, đồng thời còn phải nhẫn chịu những sỉ nhục và khổ nạn từ ngoài đem đến.

Phần lớn người tu hành và không tu hành, thì phân biệt ở nơi ba nghiệp: Thân, miệng, ý. Nếu thân làm việc ác, miệng nói lời ác, ý khởi niệm ác, tức là người không tu hành.

Mọi thứ tốt, xấu, thành, bại, vinh, nhục, đều quyết định ở nơi hành vi chính mình, thiện và ác do sự nỗ lực hay không mà thôi. Không có một cá nhân nào có thể được ban phước lên thiên đường, cũng không có một cá

nhân nào có thể ngang chướng mà xô đẩy người thiện rơi vào địa ngục được. Khen tốt hay ca tụng thì không thể lìa khổ được vui đâu, chỉ có thể đắm lên sự thật là tu thân dưỡng tánh, mới có thể khiến cho nhân cách của mình được tịnh hóa thăng hoa, khiến cho mình hưởng thọ được niềm vui của sự được lý an. Con người phân ra kẻ thượng trí, người trung bình và hạng hạ ngu, nhưng hễ đúng căn cơ thì hiệu quả, do đó Phật giáo là tôn giáo tín ngưỡng chính mình, người làm thiện thì được quả thiện, người làm ác chắc chắn thọ quả khổ. Do đó muốn được huệ nhãn giải thoát, thì cần phải tu trì chí thành, lấy giới, định, huệ để phá trừ tham, sân, si, lấy mười việc thiện để đối trị mười việc ác, nương theo tám đường chánh để tăng trưởng đạo đức thực tiễn qua thời gian, công phu đến một lúc thì có thể diệt trừ tất cả phiền não, khổ đau, thoát ly cảnh giới sinh tử luân hồi.

Đức Phật Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni thuyết pháp bốn mươi chín năm: Không pháp nào chẳng vì người đời, mà chỉ đưa ra một điều là: “Đạo thành Phật”. Tự mình sáng tạo ra trí huệ và nhân cách viên mãn rất triệt để, chỉ một đường này lại là chính mình nhờ vào nghị lực, đi bằng trí huệ và tâm thường hằng để hoàn thành nó, cho nên biết rằng thành Phật, bí quyết tu hành là từng giọt công phu, từng bước tu hành, một bước tới trời là không lên được.

Học Phật trong cuộc sống hiện thực là vì đã trải qua cuộc sống lý tưởng, trong lòng đã hàng phục được phiền não chính mình, trước mắt làm bất cứ việc gì, trước nhất phải nghĩ đến chúng sanh, nếu như việc làm mà tổn hại đến chúng sanh, như thế thì không nên làm!

Người học Phật cần KHÔNG ở nơi tâm, KHÔNG thì có thể giải thoát, chẳng được như vậy thì nhọc nhằn gánh vác cũng nhiều.

Pháp môn niệm Phật rất thù thắng và tôn quý, nhiếp đủ hết căn cơ (thượng, trung, hạ) của chúng sanh. Như thế tại sao lại khiến cho người ta tâm tịnh (KHÔNG)? Đầu tiên cần phải bỏ hạnh ác, xa lìa tham dục, dục nhiễm bất tịnh (ham muốn nhơ ứ), tâm chẳng tịnh thì niệm Phật không rõ. Cần thiết cho việc tu tâm là ở sự giữ gìn kiên cố giới pháp. Giới bị dục nhiễm là do ba nghiệp, tất cả chỉ nơi tâm tạo ra, sự ham muốn được sinh ra, rồi kết nhóm, khởi lên, duyên với nhau, nghiệp của ham muốn là do tâm sinh, nên theo đó các pháp được sinh, một khi đắm nhiễm tức là bị trói buộc, chẳng được tự tại. Cho nên yêu tiền của thì chết vì tiền của, yêu danh thì chết vì danh, các việc khác thì xét biết.

Người tu hành tịnh nghiệp, đối với cuộc sống thiếu dục tri túc sẽ được đầy đủ, như đối với áo mặc, cơm ăn, chỗ ở, tới lui đều cần nên đạm bạc, càng đạm bạc càng tốt, thì sẽ không có sự trở ngại, công dụng đối với sự tinh tấn, dứt diệt tất cả tâm: Lợi danh, ham muốn, tham luyến, cống cao, bao che, nhân ngã, thị phi... đều nên diệt hết.

Niệm Phật bao lâu sẽ đạt được “nhất tâm bất loạn”? Điều này rất khó nói, bởi do căn tánh của mỗi người nào là nghiệp chướng, phước đức, nhân duyên, tinh tấn, công phu sâu cạn... khác nhau. Công phu niệm Phật cũng giống như đun nước, khi đun liên tục đủ thời gian và độ

nóng thì nước sẽ sôi, đến lúc tự nhiên sẽ được “nhất tâm bất loạn”, còn cưỡng cầu thì trái lại tâm càng loạn.

Sự chứng nghiệm của niệm Phật rất nhiều, như là: hương lạ bay đầy nhà, nhạc trời réo rắt trên không trung, thấy hoa sen báu, thấy hào quang, ánh sáng chiếu đến thân thể, tòa sen báu hiện ra trước mặt, biết trước giờ lâm chung đến, sắc mặt tươi như lúc còn sống, thân thể mềm mại, khí nóng trên đỉnh đầu v.v... Những hiện tượng đó từ xưa đến nay đã có rất nhiều.

Rất nhiều bạn bước đầu mới bước vào cửa Phật, chẳng biết làm gì đối với đời ác trược, chỉ trì niệm Nam Mô A Di Đà Phật, thì đã có chỗ tốt đẹp bất khả tư nghĩ, nói không thể hết. Đức Phật Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni thương xót chúng hữu tình ở cõi Ta Bà, trong kinh điển nhiều lần nhắc nhở, khuyến khích niệm Phật, chúng ta nên cảm lấy ơn niệm Phật, tin thọ vâng làm, phát tâm tu hành, tịnh niệm tương tục, nhất tâm chuyên ròng niệm Phật. Nếu chân chánh dụng công, thì nên biết rằng tu hành giải thoát sinh tử là việc lớn, còn mưu sinh công tác chỉ là liên hệ cái nghiệp trước mắt.

Người ta nếu gặp nghịch cảnh, chỉ tăng sức niệm Phật ngày đêm, thành tâm bố thí nhiều, chẳng chấp giữ lấy duyên trần, chẳng cảm lấy sự ham muốn của tình thức, nhất tâm tinh tấn ở nơi vô vi, không dấy vọng tưởng, không khởi tạp niệm. Một cái vọng tưởng, một cái sinh tử, một cái tạp niệm, một cái chướng, không dấy vọng tưởng thì không khởi tham, sân, si, không khởi tạp niệm thì không sinh sự so tính nhân ngã, thị phi. Giữ chí chẳng hai, tâm trì hiệu Phật, niệm niệm rõ sáng, niệm

niệm giác ngộ, là tâm thanh tịnh, ba nghiệp thanh tịnh, cũng gọi là tịnh nghiệp.

Người phàm phu thời mạt pháp chúng ta chương nghiệp sâu nặng, căn ám độn rất nhiều, vì thế đừng cầu quá cao, chớ nên gấp rút, muốn mau thì chẳng được (dục tốc bất đạt), thời gian và không gian đều cần phải phối hợp, đồng thời cần phải có tâm nhẫn nại, nhân duyên chưa thành thực thì nóng lòng chưa chắc có hiệu quả.

Niệm Phật quyết cần phải dẹp bỏ và buông hết những cố chấp trong tâm và ngoài thân, nhất tâm trì niệm danh hiệu Phật, như thế mới có thể tương ưng, đem một câu danh hiệu Phật, niệm cho được rõ ràng, chớ nên giữ niệm nghi ngờ, quyết niệm được trong tâm có Phật, đến nhất tâm bất loạn. Niệm Phật chẳng khó, nhưng khó ở chỗ là có tâm cung kính, chí thành và lâu bền hay không thôi! Vì vậy nên cùng là người niệm Phật như nhau, nhưng sự cảm ứng ở nơi mỗi người thì chẳng giống nhau.

Chúng ta sở dĩ học Phật tức là sửa đổi cái tâm bất tịnh làm cho tịnh, bỏ ác hướng thiện, cho nên học Phật niệm Phật được gọi là TỊNH NGHIỆP, đơn giản như thế. Nhưng người niệm Phật nhiều năm, làm người tiến bộ bao nhiêu? Rất nhiều chẳng thể nói hết. Đã gọi là tịnh nghiệp tức là ba nghiệp không nhiễm mà phải tịnh. Nội dung bao gồm: Thân, không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm. Miệng, không nói láo, không nói ác, không nói hai chiều, không nói chiều uốn nắn nọt. Ý, không tham muốn, không sân hận, không ngu si. Do bất

đầu từ mười việc thiện này, tiến đến mà làm được căn bản Phật pháp là Từ, Bi, Hỷ, Xả.

Khởi tâm động niệm tạo nghiệp phải làm cách nào? Không có biện pháp nào tốt, duy chỉ có chánh niệm hiện tiền, niệm danh hiệu Phật, lấy danh hiệu Phật để thay thế vọng niệm, bất kỳ phiền não nào khởi lên, chỉ lo niệm Phật, chẳng cần lý giải về nó, mỗi niệm đều là tịnh nghiệp thì chẳng tạo ra tai vạ mới.

Niệm Phật tu hành đã lâu mà chưa có chỗ tiến bộ là nguyên nhân tại sao? Bởi vì bình thường, phần nhiều hay chú trọng đến các duyên nhiễm ô. Người phàm phu đa số là có thói quen đắm nhiễm, do đó tâm bị cấu uế, từ đó hành vi sẽ nương theo mà rất dễ tạo lỗi. Người học Phật thì phải “hạ thủ công phu” từ đây. Nếu như ta khinh mạn, chê bai, đố kỵ, ghen ghét, phân biệt, so đo v.v... đều là chướng, cách đạo rất xa. Nên phải thường kiểm nghiệm cái tâm, tự hổ thẹn, sám hối nhiều, bỏ như lấy sạch, nghiệp chướng lần hồi tiêu trừ, mới có cảnh giới tiến bộ cho thân tâm.

Luận “NIỆM PHẬT TAM MUỘI BẢO VƯƠNG” chép: “*Niệm Phật có mười việc làm trở ngại lớn, chẳng nên cầu, người tu hành cần phải biết:*

01. *Niệm Phật chẳng cầu không bệnh.*
02. *Xử thế chẳng cầu không nạn.*
03. *Xét tâm chẳng cầu không chướng.*
04. *Gắng làm chẳng cầu không ma.*
05. *Mưu việc chẳng cầu dễ thành.*
06. *Giao tình chẳng cầu lợi mình.*

07. *Đối người chẳng cầu thuận, thông.*
08. *Làm ơn chẳng cầu đền đáp.*
09. *Thấy lợi chẳng cầu chia chiếm.*
10. *Oan ức chẳng cầu biện minh.”*

Tâm có niệm lộn xộn thì chẳng tịnh, vọng tưởng là ma của tâm. Lời thuật trên cần cho chúng ta lâu dài luyện tập, cũng như cổ đức nói rằng: “*Người đến chỗ VÔ CẦU thì phẩm giá tự nhiên cao*”. Đây là tính trọng yếu của việc tu dưỡng đã nói rõ.

Người tu hành tịnh nghiệp, quên đi sinh tử, chẳng quan tâm đến sự tính toán nói năng ngoài miệng, quán sát ngay nơi ngũ ấm là vô thường, thời gian không đợi ta, vui chơi một thuở mà lo sầu dài sau, đau xót tự nhàm chán Ta Bà mà vui vẻ mong cầu vãng sanh Cực Lạc. Ngày nay bắt đầu chớ nên than học chậm, chỉ sợ rằng mình thiếu chí mà thôi!

Lực chính của niệm Phật, trước nhất là cần tâm chí thành, chân tâm chẳng dứt. Niệm Phật phải thanh tịnh để đoạn trừ phiền não, là TỰ LỰC. Chí thành niệm Phật, cảm được sự gia bị của Phật đó là THA LỰC. Pháp môn niệm Phật rất thù thắng, thành tựu ở chỗ là hai lực: TỰ LỰC và THA LỰC, nếu đem tâm chí thành niệm Phật, phiền não có thể giảm nhẹ, thậm chí được tiêu trừ. Lúc chí thành niệm Phật, đối với các việc nhân ngã, thị phi, được mất, tốt xấu, chẳng khởi tâm yêu ghét, chẳng chuyển theo cảnh, chẳng sinh phiền não, một mực rất chí thành, nhất tâm bất loạn, mạng chung nhất định sanh vào nhà Như Lai.

Người đời thường ưa chấp NGÃ, vì “có ngã” nên tạo nghiệp thọ khổ. Do có ngã nên sanh ra ba thứ bệnh: Những vấn đề hợp với ta thì sinh ra duyên gần gũi (Thân duyên tướng), như người thân, cha mẹ, vợ chồng, con cái v.v... những việc nghịch với ta thì sinh duyên oán giận (oán duyên tướng), đối với việc không thuận không trái thì là duyên trung bình (trung duyên tướng). Do ba thứ này cảm thọ không đồng. Như thân duyên tướng thì sinh LẠC THỌ. Oán duyên tướng thì sinh KHỔ THỌ. Trung duyên tướng thì sinh XẢ THỌ, chẳng khổ chẳng vui. Do ba món THỌ này dẫn sinh ra ba món độc: Tham, sân, si. Vì sao? Lạc thọ sinh tham, khổ thọ sinh sân, và xả thọ sinh si.

Nắm chắc vào phương pháp niệm Phật, không gấp rút, không chậm chạp, chẳng thả lỏng chẳng gút chặt, chẳng buồn chẳng vui, chẳng cao chẳng thấp, chẳng dứt chẳng đoạn, chẳng cống cao, chẳng tự mãn, không lo không rầu. Trái lại, tâm rất VÔ VI, khiêm tốn hài hòa nhún nhường, lặng lẽ ra sức hành trì. Ngoài ra cũng phát tâm, tùy hỷ các khoản từ thiện, văn hóa, công ích xã hội... những công việc Phật sự, tự mình cố gắng tùy sức tùy phần, cần biết rằng nước lớn thì thuyền tự cao, bởi “vô sở đắc” (không chỗ được mà!) Trong lúc ngồi nằm bình thường, thường tự mình hướng tây, lễ Phật niệm Phật, khấn thiết phát nguyện, lòng thành khấn thì sẽ cảm ứng. Thường tự quán xét tâm, nếu có tiền của dư thì chuyển làm việc ích lợi cho chúng sanh, nên xa lìa dục lạc trong đời sống hiện tại, cần nên cẩn thận!

Nghèo nàn khốn khổ nhiều bệnh tật, ấy là bản thân không tránh khỏi những trạng thái: buồn rầu, khổ sở, bi

thương, tinh thần thường xuyên ở nơi sự trống không, tế nhị, ai oán... Thế thì phải làm sao? Nghệ thuật của cuộc sống là không cầu cạnh ở người khác. Cần biết rằng, người không tốt cả ngàn ngày, hoa không tươi thắm đủ trăm ngày, sao chẳng bằng ngược lại cầu ở chính mình? Không nên sợ cuộc sống gặp cảnh khốn quẩn, ngại gì lấy khổ để chế khổ, nhẫn nại mà tiếp nhận để dưa mải, xem như quả báo nặng hơn mà sự chịu đựng lại nhẹ, lấy khổ làm thầy để bồi dưỡng cho tinh thần lạc quan, tiến thủ, phấn đấu. Không nên sinh tâm ngu si, chẳng oán trời trách người, chẳng nhụt chí. Trân trọng thân người, có một ngày làm thì một ngày tính toán. Quán sát vô thường, thân này rồi cuộc rồi cũng trở về với sự bại hoại mà không tham chấp vào thân này, tư duy về nhân quả, thì nghiệp báo nghèo nàn khốn quẩn nhiều bệnh như thế chắc chắn có nguyên nhân mà phát sinh ra, chớ cần gì oán trách. Đã như vậy thì nắm chắc cuộc sống này, đem nhân quả của khổ làm một sự giải quyết triệt để mới là bậc đại trí. Do đó, có bệnh thì tự nhiên tìm thuốc để trị liệu là nguyên tắc, trong thời kỳ trị liệu cũng có thể đồng thời tiến hành sám hối, làm việc thiện, niệm Phật để cầu chuyển biến nghiệp báo, sớm được bình phục lại sức khỏe.

Lúc gặp những vấn đề mà đột khởi lên niệm ác, phải nhiếp trụ ba nghiệp thân, miệng, ý, nỗ lực như thế lâu ngày chắc chắn sẽ thành công. Nếu lúc khởi niệm ác, muốn làm việc tổn hại người, thì lập tức niệm: Nam Mô A Di Đà Phật.

Người niệm Phật tu hành, cần thường giữ ba nghiệp thanh tịnh, việc tổn hại người nhất quyết không được

làm. Ngược lại, nên thường giữ gìn tâm thiện, làm việc tốt, nói lời tốt đẹp. Nếu khởi ác niệm, thì theo đó lập tức nên sám hối.

Con đường tu hành không phải đối trị với người hay cái gì khác, mà chỉ là sự sửa đổi tâm mà thôi, tức là đem “tâm sinh diệt” của ta chuyển làm “tâm đại bồ đề”, bất sinh bất diệt. Nội tâm không vọng tưởng tạp niệm, phiền não tà kiến không khởi lên, lâu rồi tự tánh sẽ được thanh tịnh, chẳng bị thế giới phồn hoa dẫn dắt, nghiêm ngặt trong sự tạo tác và đeo đuổi của cuộc sống. Nếu có thể mỗi niệm mỗi niệm đều “vô cầu, vô đắc”, lìa bỏ tâm truy tìm cầu sự được mất, lìa bỏ tâm sợ sệt và hy vọng, lìa bỏ tất cả tâm đối đãi và phân biệt, ngoài không bị cảnh trần chuyển, trong không bị tâm niệm chuyển, lâu rồi sáu căn được thanh tịnh, ánh sáng vi diệu của chân tâm tự hiển lộ, tức thành Phật đạo.

Tu trì Phật pháp có tiến bộ hay không là nhìn ngay vào vọng tưởng và phiền não có càng ngày càng ít đi hay không? Tập khí xấu mỗi ngày mỗi ít đi hay không? Và tâm Từ, bi, hỷ, xả có càng ngày càng thêm lớn hay không?

Học Phật tu hành không phải là một loại chức vị hay nghề nghiệp, làm cho người ta xem. Ở trước người thì làm một kiểu, như trước người thì ăn chay, sau người thì ăn thịt uống rượu; ngoài miệng tuy không chửi người mà trong lòng lại oán trách họ; bị khinh bỉ thì nghĩ cách báo thù; chẳng chiếm đoạt được vợ con của người thì ngược lại tìm cách gợi tình; trăm cách kết giao với người quyền quý; không hề quan tâm đối với kẻ bần cùng mà lại dung

túng chính mình, hà khắc với người... Đây tức là trong ngoài không cùng một mối. Người học Phật tu hành chúng ta tuyệt đối chẳng được làm như thế.

Tu hành giống như đánh đàn, lúc dây đàn quá căng hay quá lỏng sẽ không ra âm thanh, dây đàn nếu độ căng được chỉnh hợp lý thì các âm sẽ được hài hòa. Tu hành cũng cần phải như thế, chẳng nên gấp rút, cũng chẳng được lười mõi thối lui, cần phải có sự hành trì chuyên tâm hằng tâm, rốt cuộc rồi cũng sẽ có ngày thành đạo. Nếu gấp rút để thành, như thế sẽ quá lao nhọc mà lại tổn thương thân thể, còn làm cho thối lui công việc hành trì, tất nhiên sẽ tạo ra nhiều các nghiệp ác. Cho nên người tu hành cần phải nhanh - chậm cho thích đáng, tâm giữ lấy sự an lạc tự tại.

Niệm Phật là niệm GIÁC, giác ngộ tất cả tập khí vô minh, khiến cho nội tâm thanh tịnh, trở về với “bản lai diện mục” tức Phật tánh. Khắp các cảnh giới đều dùng một câu: “Nam Mô A Di Đà Phật” để giải quyết. Bởi dưỡng và tập thói quen ở nơi đức Phật, ngày ngày niệm Ngài, giờ giờ niệm Ngài, cùng Ngài kết duyên, đến lúc tự nhiên sẽ được tương ưng. Chỉ có miệng niệm thôi mà trong tâm tưởng khác thì chẳng được hiệu quả. Chúng ta đang sống ở trong biển khổ của tham, sân, si... mênh mông này, trừ sự giác ngộ để giải quyết vấn đề ra, thì cần phải nương nhờ vào trì giới, bố thí, nhẫn nhục, tinh tấn để vượt qua biển khổ này, ở ngay trong đây tức là một câu: “Nam Mô A Di Đà Phật”, khiến cho vọng tưởng, tạp niệm của chúng ta chẳng thể sinh ra được.

Không cần phải hỏi là: Niệm Phật có thể vãng sanh về thế giới Tây Phương Cực Lạc hay không? mà ngược lại phải hỏi rằng: Chính mình niệm Phật có chuyên nhất và chí thành hay không? Chuyên ròng niệm Phật không? Trong tâm có Phật không? Có thể nghiêm trì giới luật hay không? Có thể bố thí, nhẫn nhục, tinh tấn, ăn toàn chay, nhìn rõ tình đời, buông rời việc thế tục hay không? Còn nếu đã được chút thành tựu mà tự NGÃ hiện khởi, khoe khoang, tham luyện những sự của thế tục, thế thì sai lầm lớn, sai lầm đặc biệt.

Tu hành không phải là việc của một năm, mười năm, mà là việc cho cả cuộc đời, không nên cầu mau đạt hiệu quả, mà nên tu bình tâm tĩnh khí, chẳng nên tu một đoạn thời gian rồi thấy không cảm ứng thì không tu nữa. Như thế là không có tín tâm đối với Phật pháp. “Cảm ứng” là sự hiển bày của Phật tánh trong con người vốn đủ, tuy gặp mà chẳng nên cầu! Niệm Phật không phải là việc mua bán, tôi đưa anh tiền, anh phải đưa lại tôi hàng hóa. Cũng vậy, khi tôi niệm Phật, Phật phải cho tôi sự cảm ứng! Người có tâm niệm như thế là đã dính mắc “tà kiến”, làm sao có được sự cảm ứng. Niệm Phật có cảm ứng là người niệm phải chí thành chuyên nhất, duyên đến tự nhiên có cảm ứng, có tác dụng mà chẳng dính mắc ở chỗ mong cầu, duyên chẳng đến thì dầu mong cầu ngược lại càng không tác dụng!

Việc tốt đẹp của niệm Phật, không những lúc mạng chung được Đức Phật A Di Đà tiếp dẫn vãng sanh về thế giới Tây Phương Cực Lạc, mà chư Phật, Bồ tát, tám bộ Trời Rồng, tất cả thiện Thần còn ủng hộ người niệm Phật được bình an. Nếu công phu chín mùi sẽ được

“niệm Phật tam muội”, phát sinh trí tuệ. Cuộc sống tinh thần được an ổn tốt đẹp, tự tại, vui vẻ, phần lớn làm giảm nhẹ đi sự “bi quan nhàm chán” ở trên mọi công tác, gia đình và xã hội, tinh thần sáng suốt và thoải mái, nhận lấy sự lợi ích vô cùng.

“Nói ít đi một câu chuyện, niệm nhiều thêm một câu Phật”. Ngoài những lời chân chính ra, không cần phải huyền thuyên những lời trên trời dưới đất, tào lao những chuyện đông tây, càng không nên khởi lên VỌNG TUỞNG mà sinh phiền não. Tu hành, tức là sửa đổi cái thân hiện tại, việc ác không làm, việc tốt làm nhiều, không nên vọng tưởng, không khởi phiền não, phạm việc gì chẳng nên so kè, tình đời không nên gút, mở được thì mở, việc tục muôn duyên buông rời, công việc thì đảm nhiệm mà tâm tình thoải mái, yên lành, tự tại, vui vẻ, xem tất cả đều thuận mắt thanh thản thư thái, sẽ được kết cuộc thiện (lâm chung tốt đẹp).

Trong tu hành, nếu gặp phải những việc bất lợi (hay thất bại), những việc không như ý, những việc rối rắm khốn đốn mang đến, hãy đều xem đó như là quả báo oan gia, tiếp nhận nó không có chút oán hận. Nếu có thể thọ nhận một cách vui vẻ, lúc thọ nhận xong rồi thì sẽ được sự bình an. Nếu oán trời trách người, thì qua được lần này sẽ tiếp đến lần khác nữa.

Tu hành, chúng ta không nên quan tâm, thị phi đến những điều đúng sai hay lỗi lầm của người khác. Nếu người khác nói là ta không đúng đi nữa, cũng chẳng nên tranh luận, vì ngay khi tranh luận thì phiền não liền khởi, tâm sẽ không an. Ta chỉ nên quan tâm đến cái lỗi lầm

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

của mình, chẳng nên nói cái không đúng của người khác, nói người ta không đúng tức là cái không đúng của mình rồi.

Nếu đã học Phật, trên cuộc sống so với ngày trước không thuận lợi bằng, lại thất chí, đó là chủ nợ (oan gia) nhiều đời đến để đòi nợ. Chúng ta nên đem công đức tu hành, chí tâm thành kính mà hồi hướng cho các chủ nợ. Có như thế, thì nghiệp trước mới có thể tiêu trừ dần, làm việc sẽ được thuận lợi hơn. Nếu thân có bệnh khổ, nên lấy vô bệnh để nhìn thì sẽ chẳng cảm thấy khổ, có khổ cũng nên tự hiểu đó là do các ác nghiệp đời trước mà đời này chịu báo mà trả nợ, sau khi nợ hết, mới có thể thân an, quán sát như vậy mới chẳng cảm thấy khổ.

Mỗi khi gặp lời ác (xấu), phi lý, phi báng, nhục mạ, ác ý phê bình, đều chẳng nên tồn tại ở nơi ý, chẳng cần phải phân minh đạo công bằng phải quấy với người ta, nên nhìn cho thật rõ (không cố chấp), thì tâm sẽ tự bình ổn, hãy lùi một bước nhường ba phần để phiền não chẳng thể sinh trưởng được.

Khi nhận ân huệ không vui, chịu nhục không hận, thì tâm được tự tại. Khi được khen, ta có vui và thích nghe hay không? Lúc bị hủy báng, ta có công phu nhẫn nhục hay không? Có chịu suy xét kiểm điểm lại chính mình hay không? Nếu có thể nhận ân huệ mà không vui, chịu nhục mà không hận, không khởi tâm động niệm, tức là ta bắt đầu có định lực không bị cảnh chuyển.

Tâm như hư không, chẳng chấp trước sắc thân, buông hết việc đời muôn duyên, phạm việc gì cũng phải

xem cho rõ, buông cho rời, tự nhiên phiền não không khởi. Không tạo tác những chuyện vu vơ, không trau chuốt, không khoe khoang, không phô bày, không nịnh hót, chẳng làm công việc trên bề mặt, không đầu cơ thu lợi, không thuận mắt trái lòng, phải nên khởi lên CHÁNH TRI KIẾN, CHÁNH NIỆM, nhất tâm niệm Phật.

Ngăn chặn sự kiêu ngạo, tự tư tự lợi, khinh lờn, phần nộ, hoài nghi, tà kiến, dục vọng. Không ham muốn thì yên tĩnh, yên tĩnh thì sáng suốt. Ngàn vạn lần xin các bạn đồng tu đừng nên chấp dính đến sự vật hay những gì mình yêu thích, lại càng không được thù ghét những gì không vui vẻ đối với mình. Buồn thương, âu lo, sợ sệt, bận tâm, vui vẻ, yêu thích, đều là đến từ sự ghét thương của con người. Phàm có tâm ghét thương, đây gọi là TÌNH, nếu xem oan gia như thấy người thân, thì “tâm ghét thương” có thể cắt đứt được.

Học Phật tu hành, là học Phật pháp (chân lý) của đức Phật dạy cho chúng ta, tổng kết lại một câu nói tức là: TU TÂM CHÍNH MÌNH, Phật tức ở trong tâm mình, chẳng nên hướng đến cảnh bên ngoài để cầu, mà phải hướng đến tâm mình để cầu, dùng tâm lực bình thường thực hành tám đường chánh (bát chánh đạo), tin luật nhân quả, khiến cho ba nghiệp thân, miệng, ý được thanh tịnh, ăn toàn chay, điều hòa, bình ổn tùy thuận, an tường, vui vẻ ở nội tâm, tự nhiên tự tại, sửa đổi chân chánh tư tưởng và hành vi của mình, thường thường quán sát tâm, bỏ hết những niệm đầu: bất chánh sai lầm, tối tăm nhạt nhẽo, luống dối trá ngụy. Cảnh giác ngăn dè chính mình, tự phê bình chính mình, như có lỗi lầm thì

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

nên sám hối sửa đổi, càng không được sám hối để cố ý che đậy.

Tu hành, là tu sửa cho chân chánh cái “tâm” của ta, tu sửa cho chân chánh hành vi và lời nói của ta. Chỉ cần có sự vận hành của tâm, thì sẽ có hành vi của thân và ngôn ngữ của miệng. Dùng tâm thanh tịnh để làm tất cả mọi việc, đây mới là sự chắc thật chân chính của tu hành. Tu hành cần nên xét tự tâm, chẳng nên chỉ biết việc bên ngoài, cầu danh cầu lợi, tham đắm thế tục... Tu hành là lấy sự “Minh tâm kiến tánh” làm chủ yếu. Tất cả Phật pháp đều là nghiên cứu trạng thái biến động của tâm, tất cả việc tu hành đều là phương pháp chế phục tâm. Một đời mà chỉ cầu nơi việc bên ngoài: ăn, mặc, ở, đi, vì danh, vì lợi, hoặc vì vợ chồng con cái mà bận rộn, e rằng tạo nghiệp chẳng phải ít, thì đối với việc tu hành không có nhân trợ giúp, nhiều lắm thì cũng chỉ có thể được phước báo trời người. Tham cái vui thế tục (tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống, ngủ nghỉ) mà phải lao tâm tổn sức rất nhiều, lúc hưởng thụ nghiệp ác dễ tạo mà nghiệp thiện khó làm, được thì khó mà mất thì dễ, vui thì ít mà khổ lại nhiều. Con người đều có tâm, tâm này có lúc vui, lúc giận, lúc buồn, lúc thiện, lúc ác... Bởi do tâm này biến hóa vô thường, từ đó cuộc sống khổ vui chẳng ổn định. Cho nên tu hành nên từ nơi tâm mà bắt đầu.

Con người đối với việc quá khứ chớ nên tìm tưởng đến, vì tâm của quá khứ không còn. Đối với việc vị lai chớ nên nghĩ tưởng, vì tâm của vị lai chẳng có thể được. Đối với việc hiện tại chớ nên bám duyên vào, vì tâm của

hiện tại không trụ yên. Tuy thấy nghe rõ ràng mà chẳng quan tâm, là nói rằng chẳng khởi, chẳng khởi là vô niệm.

Tu hành cần “rõ lý”, rõ lý là nương theo Phật pháp mà tu hành. Như niệm Phật, thì một lòng chuyên niệm, niệm nhiều, trong tâm có Phật, nhất tâm bất loạn. Trì giới, phàm là có tâm tổn hại đối với chúng sanh thì chẳng nên tưởng đến. Tự tâm thanh tịnh, không có phiền não, không có tạp niệm vọng tưởng, muôn duyên thế tục buông xuống. Nhẫn nhục không giận dữ, không oán hận. Tin nhân quả, tin làm thiện có báo thiện, làm ác có báo ác.

“Chẳng rõ lý” thì ví như niệm Phật, cho là mười niệm, hoặc sớm tối niệm một niệm là đã niệm Phật rồi, sẽ được vãng sanh Cực Lạc. Lúc niệm Phật thì tâm có Phật, còn lúc chẳng niệm Phật thì quên mất Phật. Bình thường hàng ngày làm tất cả các việc ác, phiền não căn cứ theo ngày trước mà phát sinh, khí nóng do nơi ngày cũ mà hưng khởi, dục niệm càng nhiều, tâm sự chông chất, vọng tưởng chấp trước, mà trở thành hay không trở thành tánh tình con người, oán hận, chẳng tin có sự báo ứng của nhân quả. Đây tức là không rõ lý.

Sinh tử không dứt bởi vì còn tham muốn. Ở thế gian này mà còn tham ái kiêu này kiêu nọ, thì muốn rời khỏi Ta Bà là điều không thể được. Chúng ta đòi đòi kiếp kiếp tu hành mà không thể ra khỏi ba cõi, vẫn ở nơi luân hồi tám nạn cũng là bởi do tham muốn trói buộc. Nếu không ly khai thì khác nào như nuôi oan gia, một đời tu hành hoàn toàn phí uổng.

Dục niệm, dục là mong muốn, niệm là vọng tưởng, hai cái này tuy không thể cắt đứt, cũng nên từ từ mà buông bỏ đi, chẳng như vậy thì dầu một ngày niệm đến vài vạn tiếng danh hiệu Phật, cũng không được sinh về thế giới Tây Phương Cực Lạc.

Người ta ở đời đều hy vọng có một cuộc sống hạnh phúc an lạc, song hạnh phúc an lạc từ đâu mà đến? Tuyệt đối không phải là do nơi “tu phước” mà đến. Ta thấy những người giàu có xưa nay, phần nhiều suốt ngày mặt mày sầu muộn, lo lắng không yên, thật ra chẳng vui vẻ gì. Nếu hiểu được “thiểu dục tri túc” (ít ham muốn và biết đủ) thì là ĐẠO. Dục là năm dục sáu trần (năm dục: tài, sắc, danh, ăn, ngủ; sáu trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp), cuộc sống không thiếu, thọ dụng vừa đủ thì được rồi, chẳng cần tham nhiều. Ăn no, mặc ấm, ở thoải mái thì tốt rồi. Cuộc sống thanh thoi tự tại là chân hạnh phúc, tuyệt đối không phải là ở chỗ có bao nhiêu tiền bạc giàu có và sản nghiệp. Không buồn lo, không bận tâm, cho nên nói là: “tâm an thì lý được”, hiểu được đạo lý và chân tướng sự thật rõ ràng thì tâm sẽ được an. Sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) tiếp xúc với cảnh giới của sáu trần mà chẳng mê, đối với việc “đối nhân xử thế” hay tiếp vật đều gom về chỗ tốt đẹp, thì tự nhiên được tốt đẹp vui vẻ.

Đem tất cả những sự tình từ thân tâm cho đến thế giới bên ngoài... tất cả buông hết, chớ nên trở lại khởi tâm động niệm. Thị phi, được mất, cảnh khổ, cảnh vui, việc trước, việc sau... đại khái chớ suy nghĩ. Ngay lúc niệm sinh khởi phải lập tức giác ngộ mà phản tỉnh, đừng cùng với nó mà tiếp niệm. Cần phải nên biết rằng, những

tai ách trước mắt đều do nghiệp ngày trước dẫn đến, đến lúc cuối cùng nghiệp duyên thì tự nhiên được giải trừ.

Cảnh giới hiện tiền, tập khí tâm bệnh lại đến, thấy được cảnh thuận nghịch lại sinh tâm yêu ghét, tham, sân, si, mạn, riêng tư tự lợi, cần gấp rút là giác ngộ, dùng một câu “A Di Đà Phật” để thay thế tất cả niệm đầu là đúng nhất.

Chẳng nên trước cầu niệm Phật nhất tâm bất loạn, mà nên trước phải làm được công việc là niệm Phật nhiều, trong tâm có Phật, tâm thanh tịnh, tâm không bị chuyển theo cảnh. Cảnh giới hiện tiền, vọng tưởng nhiều, mà tâm chuyển theo cảnh thì làm sao niệm Phật có thể đạt nhất tâm bất loạn được.

Niệm Phật nếu tín tâm chưa đủ, lại còn muốn học những pháp môn khác, đối với những sự việc thế gian vẫn còn đầy ấp sự hứng thú, dấu cho trải qua ngàn đời vạn kiếp cũng vẫn vậy, sẽ mãi luân hồi nơi sáu đường mà thôi.

Tóm lại, trên tiến trình tu hành giải thoát, người tu hành phải luôn giữ vững được tứ trụ tâm, đó là: ***dũng mãnh phát Bồ Đề tâm, vào nhà Như Lai, mặc áo Như Lai và ngồi tòa Như Lai***. Như thế nào là mặc áo của Như Lai? Nhu hòa, khiêm hạ, từ ái, nhẫn nhục, vô ngã đại bi... đó chính là mặc áo Như Lai. Giữ tâm luôn thanh tịnh, từ bi hỷ xả đối với tất cả chúng sanh tức là vào nhà Như Lai. Thấu triệt được rõ Tam Pháp Ấn (Chư hành vô thường, chư Pháp vô ngã, Niết Bàn tịch tịnh) chính là ngồi tòa Như Lai vậy.

SỬA TÂM BỆNH ĐỐI TẬP KHÍ

Sanh làm thân người, khó ai mà tránh khỏi những thói quen tật xấu (tâm bệnh), mỗi ngày thân tâm đều bị cảm lấy sự nhiễm ô. Nếu muốn giải trừ thói quen không tốt mà chẳng gắng sức hạ quyết tâm, như thế kết quả còn khó hơn cả sự lên trời, chỉ vì: “cắt cỏ chẳng trừ gốc, gió xuân về cỏ lại mọc lên”. Trước tiên phải yên tĩnh mà xét nét chính mình, nhận thức chính mình, mới có thể rõ suốt được sự cuồng vọng, hung hăng, ầu trĩ và sai lầm của mình. Chỉ có nhận thức chính mình mới không thể tự đại hoặc tự ty mù quáng.

Những thói quen trên hành vi, ngay lúc mới nhiễm ô nếu phát hiện phải lập tức quyết tâm sửa lỗi, thì rất dễ sửa đổi lỗi lầm. Chỉ sợ rằng, từ nơi sự bất tịnh mà xét ngược lại mình, có sự tổn hại đến tâm bệnh mà không tự biết. Đợi đến lúc tổn hại tâm bệnh theo tuổi tác mà thành lớn, một ngày kia sau khi thấu triệt giác ngộ, muốn cần sửa lỗi, cũng không bằng lúc vừa mới nhiễm mà sửa được dễ dàng. Chẳng qua trên đời không có việc gì khó, chỉ sợ người không bền lòng, nhất định có thể hoàn thành được.

Sửa tâm bệnh đối tập khí, là sửa chữa sự mê hoặc của chúng ta, sự tà kiến, vô tri, cố chấp, võ đoán, lầm lỗi bất thiện v.v... của chúng ta, do TỰ NGÃ làm trung tâm mức độ không đồng, tu sửa tư tưởng và hành vi hại người lợi mình.

Làm đến khi “chỉ có thiện không có ác”, bên trong tâm không khởi niệm mới thôi. Một khi khởi niệm thì là

thiện, chẳng trở lại có ác, tiến tới ngay cả thiện niệm cũng không có. Sửa đổi đến khi có thể “Đại trí giống như ngu”, như cam như điếc, tốt xấu được mất đều chẳng động tâm, tâm kia liền được thanh tịnh.

Người đời vì thói quen ở thân, miệng, ý vốn có từ nhiều đời trở lại đây, cho đến đời này tự nhiên hiện phát khởi, gọi là TẬP KHÍ (thói quen). Người người đều vốn đủ có sẵn PHẬT TÁNH. Nhưng Phật tánh này bị sự che ngăn và trở ngại của nghiệp chướng do “tập khí vô minh” và vọng tưởng chấp trước. Ví như gương sáng bị bụi bặm phủ đầy, che mất đi “tánh sáng thanh tịnh” vốn có, “tập khí” tức là bụi bặm, nên triệt để hơn nữa để sửa đổi lau dọn. Tu hành thì cần phải “sửa tâm bệnh, đổi tập khí”.

Sửa tâm bệnh đổi tập khí (cải đổi ác, tu thành thiện) là điểm bước đầu tiên tu hành học Phật, tập khí (ác) chẳng đổi, tu thiện như thế là tu không tốt rồi. Như vậy chẳng phải là tu hành học Phật!

Sửa tâm bệnh đổi tập khí phải cần “minh tâm” và “thành tâm”. Minh tâm là trí tuệ, đối với tất cả sự tướng, sự lý đều có thể thông đạt rõ hiểu mà không sai lầm. Thế nào là thiện? Thế nào là ác? Cái gì đáng làm? Cái gì không đáng làm? Rõ ràng sáng suốt, cho nên gọi là MINH. Thành tâm tức là “chân tâm”, “trực tâm”, “chí thành tâm”, cũng tức là ý nghĩa THÀNH. “Chẳng minh” thì không thể phân rõ được thiện ác, thị phi. “Chẳng thành” thì dối gạt người khác, dối gạt chính mình.

Chỉ có người sáng suốt (MINH) thì mới hiểu thế nào là thiện, ác. Cái gì nên làm, không nên làm! Rõ ràng mình bạch. Chúng ta từng bước tìm ra tập khí (ác) tâm bệnh của mình, thì nên sửa đổi (sửa ác) bằng chân tâm thành ý, tu thiện, không nên phô bày, không nên lơ là.

Chúng ta xử sự, đãi người, tiếp vật cần dùng “chân tâm”, chẳng dối gạt mình, chẳng dối gạt bất cứ một người nào. Cuộc sống thường ngày vọng niệm (ác) không sinh, thường thường giữ gìn “chánh niệm hiện tiền”, chúng ta hiện tại đâu chịu khổ chịu nạn, cuối cùng khổ nạn cũng sẽ qua đi rất mau. Cho nên gốc rễ lớn của pháp thế gian và xuất thế gian tức là “sáng suốt và chí thành”.

Con người, hễ nhiên không phải sinh ra là Thánh nhân ngay, thế thì làm sao không có lỗi lầm? Nếu có lỗi thì chẳng nên sợ sửa đổi lỗi lầm. Lỗi nhỏ còn phải sửa đổi, còn tội lỗi quá lớn đương nhiên chẳng thể phạm được.

Nhưng sửa lỗi thì cần phải “phát tâm” sửa lỗi. Bàn đến việc sửa lỗi, thứ nhất cần phát tâm hổ thẹn, thứ hai cần phát tâm sợ lỗi, thứ ba cần phát tâm dũng mãnh.

“Phát tâm hổ thẹn”. Người xưa nói: “Biết hổ thẹn thì gần với cái DŨNG”. Có biết xấu hổ thì mới có thể chân chính sửa lỗi, mới có thể mạnh mẽ mà hướng lên. Chư Phật, Bồ Tát ở vô lượng kiếp về trước cũng như chúng ta, cũng là phàm phu, các Ngài ngày nay đã thành Phật thành Bồ Tát, ta vẫn còn luân hồi trong sáu đường mà chẳng cảm thấy hổ thẹn và đáng tui hổ lắm sao? Như

nếu thường xuyên phản tỉnh, tự nhiên sẽ dừng mãnh tính tấn, chân chánh quay đầu. Con người nếu chỉ biết tham luyện âm thanh, sắc đẹp, danh vọng, lợi dưỡng, buông lung tình ý, ở sau lưng người khác làm những trò (thủ đoạn) mà người khác không thấy được. Bởi vì người khác không thấy được, mà tự cho là đắc ý mà không xấu hổ chút nào, thì sẽ lần lần biến thành cảm thú đội lốt người mà không tự biết. Trên đời, không có gì so sánh được hành vi này, càng hổ, càng thẹn. Có thể làm đến khi biết hổ thẹn thì mới có thể thành Thánh Hiền, còn không biết hổ thẹn là gì thì chắc chắn là cảm thú rồi không còn nghi ngờ gì nữa. Chìa khóa của sự sửa lỗi tức là ở trong một niệm này. Người sở dĩ khác với loài cảm thú cũng chỉ sai khác ở một niệm này mà thôi!

“Phát tâm sợ sệt lỗi lầm”. Con người thường ôm lòng sợ, từ đây sẽ phát sinh một sức mạnh khổng chế rất lớn, khiến cho mình không dám làm ác. Người khác có chỗ sợ sệt, thế thì họ sợ cái gì? Có câu rằng: “Trời đất ở trên, quỷ thần khó dối”. Gạt người dễ, gạt mình cũng dễ, gạt Chư Phật, Bồ Tát, Trời thần chẳng phải dễ. Chẳng cần nói đến Phật, Bồ Tát, Trời, Thần mà ngay cả các loài quỷ thần phần lớn đều có năm thứ thần thông (thiên nhãn thông, tha tâm thông v.v...). Chẳng qua là năng lực đó lớn hay nhỏ không đồng mà thôi. Con người khi khởi tâm động niệm, lời nói, việc làm cho dù kín đáo thế nào, thì quỷ thần cũng đều biết được rất rõ ràng. Cho nên, nếu chúng ta không muốn Phật, Bồ tát hay quỷ thần biết được tâm niệm của mình thì chỉ có cách duy nhất là không khởi tâm động niệm mà thôi.

“Phát tâm mạnh mẽ và quyết tâm”. Nghĩa là cần phải quyết định phát tâm mạnh mẽ hướng về phía trước. Một người sở dĩ đã có lỗi lầm mà chẳng chịu sửa đổi, đều là do dần dà không có dũng khí, không quyết tâm một cách phân phát, do dự thụt lùi và rơi vào trạng thái e dè sợ sệt. Ngược lại, chúng ta cần biết sửa lỗi bằng sự cương quyết, nhất định ngay nơi cơ sở của lỗi lập tức dứt bỏ, phải sửa đổi ngay, chẳng nên dần dà nghi hoặc. Lỗi nhỏ giống như gai châm trong thịt, phải mau chóng nhổ trừ. Phạm lỗi lớn, tai hại giống như rắn độc mổ ngón tay, phải cần cắt bỏ ngay ngón tay ấy. Đây là so sánh để ví dụ cần phải hạ quyết tâm quyết định, dứt tất cả ác, chẳng được có ý niệm do dự nghi ngờ chậm chạp.

Một người khi sửa lỗi, nếu như có đầy đủ ba cái tâm là: tâm hổ thẹn, tâm e sợ và tâm mạnh mẽ quyết định như trên đã nói, thì tội lỗi chẳng câu nệ là lớn hay nhỏ, hễ là có lỗi, thì sửa đổi ngay. Giống như băng mỏng của mùa xuân, gặp ánh sáng mặt trời ấm áp còn sợ gì chẳng tan ư? Cho nên sửa lỗi để được thiện chắc chắn thành công.

(Tuy là có lỗi nếu có thể sửa đổi thì tốt, nhưng tuyệt đối không được cho rằng phạm lỗi có thể sửa đổi, rồi thì thường xuyên phạm cũng không sao, như thế rất không thể được. Nếu có cái tâm này, tức là có tâm phạm lỗi, lỗi lại càng nặng thêm). Nhưng đời người vô thường, chỉ cần một hơi thở không trở lại, thì thân thể này không phải là của ta nữa rồi! Muốn sửa lỗi cũng không còn kịp được. Báo ứng rõ ràng, tiếng xấu muôn năm ở tại dương gian, khiến cho con hiếu cháu hiền muốn tẩy rửa cũng không tẩy rửa được. Báo ứng mờ mịt, nếu lỗi phạm là

nhỏ, thì sẽ tổn hại đến phước báo hiện đời. Nếu lỗi phạm là lớn nặng, chết rồi sẽ bị chìm đắm trôi lăn trong địa ngục, muôn kiếp bị trầm luân trong non đao rừng lửa. Lúc ấy, Phật hay Bồ tát cũng cứu không được, làm sao mà không đáng sợ chứ?

Sửa ác tu thiện, có rất nhiều chỗ tốt đối với người tu hành. Chỗ tốt thấy rõ là sự an bình tốt đẹp, tự tại, vui vẻ. Còn việc khó thấy là sự nghiệp thuận lợi, con cái ngoan hiền, gia đình hòa thuận, được nhiều người tôn kính.

Chúng ta khi sửa lỗi, phương pháp sửa lỗi có đủ ba phương pháp: Sửa trên SỰ, sửa trên LÝ và sửa từ TÂM. Nếu công phu không đồng thì công hiệu cũng có sự khác biệt.

Phương pháp sửa lỗi tốt nhất là sửa từ tâm, tu tâm, khiến cho tâm địa thanh tịnh, tâm không động niệm, không riêng tư ham muốn (Nhân phạm lỗi đều bởi vì khởi lên những niệm việc xấu xa động ở trên tâm). Có thể tu tâm, thì những niệm xấu xa ấy đều sẽ biết rõ, lập tức quả trách, sẽ mau chóng dừng trụ chẳng động cái tâm. Tâm không động, thì những niệm xấu xa như thế đều tiêu mất, cũng sẽ không thể phạm lỗi được. Đây tức là bí quyết chân chánh tu tâm sửa lỗi rất tinh thuần mà lại là duy nhất!

Thế nào là sửa lỗi từ trên tâm?

Lỗi lầm của con người có đến trăm ngàn vạn kiểu rất nhiều, đều là tạo ra từ nơi tâm. Tâm chúng ta mà chẳng động niệm, các việc thiện ác gì cũng không thể nào xảy

ra, thế thì lỗi lầm còn có thể từ đâu mà sinh ra ư? Chúng ta sửa đổi từ tâm địa, tức là sự sửa đổi của chân tâm, cái muốn của chân tâm là cần sửa đổi, chân tâm dứt ác, chân tâm tu thiện, đây tức là dùng công phu trên tâm địa (đất tâm).

Cũng chẳng cần phải chạy theo kiểu cách, kiểm thảo, háo danh, háo lợi, háo sắc... Chỉ cần nhất tâm hướng thiện, phát tâm bồ đề, niệm đầu chân chánh hiện ra trước mắt, làm việc thiện, nói lời thiện, như thế các niệm đầu tà vạy sẽ tự nhiên tiêu mất.

Việc sửa lỗi, khi mới bắt đầu đều là tiến tiến lùi lùi, sửa rồi lại phạm. Không nên nhân vì nhất thời sửa không xong thì nổi nóng uất hận trong lòng, vấn đề là cần phải có tâm nhẫn nại và tâm lâu dài, hai tâm này rất quan trọng! Chỉ cần có hai tâm này, thì sẽ có tâm thường hằng, có nghị lực, có quyết tâm, cần thiết tha sửa đổi cái sai ngày trước, thì những tập khí tâm bệnh này sẽ được sửa xong. Không dễ gì trong chốc lát là xong, là dứt được liền.

Chúng ta khởi tâm động niệm đều là tâm thiện mà không có niệm nào khác, vì sao không được tương ưng ư? Thế thì tự mình phải nên biết rõ. Bởi vì việc ác đã làm trong đời quá khứ, não hại chúng sanh, tội chướng rất nặng, phải rơi vào tội báo của ba đường ác, ngày nay may mắn có cơ hội sửa ác tu thiện, tin theo Phật pháp tùy thời tùy chỗ mà niệm A Di Đà Phật, cho nên trước mắt, trong đời còn phải gặp một chút khổ nhỏ, chính là đề tiêu diệt tội nặng của ba đường ác lớn lao. Vì thế, chúng ta phải nên nhẫn chịu, không được nói lời không

có nhân quả, hủy báng Phật pháp, nên biết rằng hủy báng Phật tội lỗi rất nặng! Đây là câu “Trọng báo khinh thọ” mà trong kinh Phật thường giảng. Kinh Kim Cang dạy rằng:

“Người thiện nam, kẻ thiện nữ, thọ trì đọc tụng kinh này, nếu bị người khinh chê, đó là tội nghiệp đời trước của người, nên rơi vào đường ác, vì do đời này người ta khinh chê, thì tội nghiệp đời trước tức được tiêu diệt, nên được: Vô thượng chánh đẳng chánh giác”.

Cho nên đối với đạo lý nhân quả báo ứng cần phải tin tưởng sâu sắc, chẳng được có mảy may nghi ngờ sai lệch. Đồng thời phải nên kiểm thảo tư tưởng, hành vi của mình, và kiểm thảo câu niệm Phật, có phải là niệm chí thành cung kính hay không? Có phải niệm tùy thời tùy chỗ, niệm nhiều hay không? Đối với bất cứ người nào, xử sự, tiếp vật có cung kính khiêm tốn hay không? Một mực bình đẳng, có cống cao ngã mạn hay không?

Tóm lại, người tu hành “sửa tâm bệnh đổi tập khí”, đều phải do phát tâm của chính mình, người khác chỉ khuyên nhắc, nếu mình không sửa đổi, thì họ cũng chẳng làm gì được cho mình, sửa đổi hay không hoàn toàn ở chính mình mà thôi.

❖ CĂN THÂN RIÊNG MÌNH

Người ta phạm có những việc tạo tác và hành vi, khởi tâm động niệm, từ Phật, Bồ tát cho đến quỷ thần không có việc gì mà chẳng thấy rõ và hiểu biết hết.

Chúng ta luôn luôn nhớ như thế, thì tự nhiên không dám nghĩ quấy hay hồ đồ tạo tác các hành vi xấu.

❖ TÂM RỘNG RANG

Người thường chẳng hiểu thiện ác, chẳng sợ nhân quả, quyết không chịu nhận mình có lỗi, thì nói gì đến việc sửa đổi? Nhưng Thánh Hiền ngày xưa thì không phải vậy, Đức Khổng Tử nói rằng: “Năm mươi tuổi còn dùng cái học để sửa trị, cho nên không lỗi lớn”.

❖ SUY XÉT

Đã vậy rồi, chúng ta cần phải thường suy xét, từng lời nói từng việc làm, là thiện ư? là ác ư? Nếu đó là ác thì phải cố gắng mà sửa đổi, ngoài việc từng giờ chú ý sửa lỗi ra, mỗi ngày trước lúc sắp ngủ, ta nên đem việc đã làm một ngày mà suy nghĩ để phản tỉnh lại chính mình.

❖ SỬA ĐỔI

Sau khi suy xét, nếu biết là lỗi tức thì ra sức sửa đổi, chúng ta nên biết rằng việc sửa lỗi là quang minh lỗi lạc mười phần, đủ để biểu thị nhân cách vĩ đại. Người xưa nói rằng: “*Lỗi mà có thể biết là MINH, biết mà có thể sửa đổi tức là THÁNH*”. Vì vậy có thể nào mà chẳng cố gắng ư! Việc sửa lỗi nói thì dễ mà làm thì khó, cho nên càng sửa càng phạm, tự mình chưa có thể mạnh mẽ làm chủ được, thật ra do thói quen huân tập của ngày trước từ vô thi đem đến. Thế nên mong rằng mọi người thường nên niệm Phật để được sự gia trì, chí tâm chí kính khăn

thiệt mà sám hối nghiệp đời trước từ vô thủy, trong mờ mịt tự có sự cảm ứng chẳng thể nghĩ bàn. Nương nơi lực Từ bi của Phật gia bị, nghiệp sẽ tiêu, trí sẽ sáng, thì việc sửa đổi lỗi lầm ngõ hầu có thể viên mãn thành tựu, đời hiện tại bước vào cõi Thánh Hiền, lúc mạng chung vắng sanh Cực Lạc, đây có thể là sự tính toán trước của chúng ta vậy.

❖ CHỊU THUA THIẾT

Người xưa nói rằng: *“Ta không biết những gì là Quân Tử, chỉ nhìn ở ngay sự chịu thua thiệt từng công việc. Ta không nhận thức được những gì là Tiểu nhân, chỉ xem ngay nơi những tiện nghi mà họ chiếm giữ ở nơi công việc”*.

Không biện bạch khi nghe hủy báng, người xưa nói rằng: *“Làm sao dứt được sự hủy báng?, Đáp rằng: Không biện bạch”*. Lại nói rằng: *“Nuốt chịu sự thua thiệt nhỏ, thì không đến nỗi nuốt chịu sự thua thiệt lớn”*.

❖ KHÔNG TRANH CHẤP

Tranh chấp là cái nhân nuôi dưỡng sự tổn thương và có hại. Tranh danh, tranh lợi, việc lớn tranh, việc nhỏ cũng tranh. Chỉ cần có tranh chấp thì sẽ có phân ra cao thấp, mạnh yếu, được mất, sẽ khó lấy khó bỏ. Do tranh chấp mà sinh ra thù hận. Người chẳng tranh chấp mới có thể nhìn rõ sự thật. Đã tranh chấp thì loạn, đã loạn thì phạm lỗi, mà phạm thì thất bại. Con người thường thường rất chấp trước mà sinh ra tâm phân biệt. Là anh, là tôi, phân biệt rất rõ ràng, đến nỗi liều mạng cho sự yêu

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

thích của ta mà đi tranh chấp cầu mong, tranh cái tốt, tranh cho nhiều, mạnh hơn người. Tâm tranh chấp một khi khởi lên, nào là thân tình, nào là hữu nghị, nào là công lý, nào là chánh nghĩa đều quên hết! Con người phần lớn tâm danh lợi rất nhiều, còn có tâm háo thắng, tranh chấp với người, tranh chấp với công việc. Nếu như không tranh chấp với người thì người an, không tranh chấp với công việc thì việc an, người và công việc nếu ta không tranh thì thế giới bình an. Thà có thể chịu một chút thua thiệt, chẳng chiếm lấy sự tiện nghi, thì sẽ không có sự tranh chấp.

(Vào đời nhà Thanh có một vị đại quan, ông nhận được một lá thư của người con dưới quê gửi lên, nhân vì sự phân chia ranh giới giữa những người ở trong nhà và hàng xóm mà xảy ra việc tranh chấp, cả hai bên không chịu nhường nhau nên tranh chấp mãi, ẩu đả nhau mấy lần. Con cái muốn dựa vào quyền thế chức vị con của quan để mà tranh lấy thể diện. Nhưng vị quan này là người có sự tu dưỡng đạo đức, ông ta sau khi đọc thư xong, mỉm cười rồi ghi vào đầu thư trả lời cho con cái. Thư viết rằng: *“Ngàn dặm gửi thư chỉ vì tương, ngại gì ba tác chẳng chịu nhường, trường thành còn đó dài vạn dặm, giờ đây chẳng thấy Tàn Thủy Hoàng”*. Có thể xem ra thì không có gì tốt đẹp cho việc tranh chấp cả. Trong truyện Tể Công cũng có hai câu: *“Dẫu có ôm giữ ngàn gian nhà, một thân khó nằm được hai giường”*)

❖ KHÔNG OÁN HẬN:

Oán hận là biển khổ, sẽ làm cho ta nhìn kiểu này không đúng, kiểu kia không tốt, oán trời trách người,

sinh tức giận. Nếu ta nhận điều uẩn khúc, thiệt thòi, các việc không như ý thì sinh tâm hận, càng nghĩ càng tức, đến nỗi không chuốc lấy họa thì cũng sinh tâm bệnh. Khí oán hận có độc, tích chứa nhiều thì sẽ thương tổn nơi thân. Vì thế chúng ta chẳng nên oán, khoan dung thì chẳng chuốc hận. Nếu gặp việc ngược lại, thì nên nhận thức rằng: bởi do kiếp trước không trồng nhân thiện, đời này ta mới bị quả báo ác, coi nó là quả báo của mình và thọ nhận một cách vui mừng rồi sẽ qua đi. Nếu như thọ rồi, mà trong tâm ta bất mãn, muốn trả báo phục thù, thì lần kia lần này qua rồi, lần sau sẽ lại đến.

Phàm là người, hễ ai đã từng bị chửi, bị trêu chọc hay bị đánh thì nỗi oán hận cứ canh cánh trong lòng. Nỗi oán hận đó sẽ mãi mãi không có một ngày bình yên dừng dứt. Nỗi oán hận ấy, duy chỉ có thể quên bỏ đi oán hận, thì nỗi oán hận mới có thể bình yên và dừng nghỉ.

❖ KHÔNG SO SÁNH VỚI NGƯỜI KHÁC

Hoàn cảnh, thể chất, trí tuệ, phước báo... ở mỗi người mỗi khác. Những thứ mà mình có, nếu thua người khác thì không thể diện! Bởi vì thể diện mà ra sức so sánh hơn thua với người khác, thì sẽ không vắng sanh Cực Lạc được. Vì sao vậy? bởi vì chúng ta muốn tốt hơn người, tận lực bận rộn ở việc thể tục, thể thì có lòng dạ nào để niệm Phật tu hành!

❖ CHẲNG ĐÓ KÝ

Người đồ kỵ ganh ghét là người chẳng muốn thấy được sự thành công hay việc tốt của người khác. Chỉ cần

người nào đó tốt hơn ta, mạnh hơn ta, thì ta ghét hận xốn mắt gay lòng, thế là chọn lấy những thủ đoạn: làm tổn thương, phá hoại, bài xích, phản kháng, hủy diệt... chỉ có ta mới tốt hơn, mạnh hơn người khác. Còn nếu người khác tốt hơn, mạnh hơn ta, thì ta không thích, không vui. Đây là tâm đồ kỵ, hoàn toàn đối nghịch với tâm Từ bi.

❖ **KHÔNG HỐI HẬN:**

Vì sao phải làm kiểu này ư? Làm như thế kia thì chẳng tốt hơn sao? Tự oán trách, tự dằn vặt theo niềm hối hận mà áo não, tự trách, sai lầm lại càng sai lầm, hối hận không giúp gì được cho công việc. Nên tìm biện pháp sửa đổi lỗi lầm, hoặc là lần sau chẳng làm như thế nữa thì tốt hơn, xem mọi người đều là Bồ Tát, ta chỉ là phàm phu, làm việc khó tránh khỏi không có lỗi lầm, đã lỗi thì nên SÁM HỐI mà sửa đổi, tâm sẽ được an. Nếu chỉ đóng khung trong sự hối hận, thì đối với sự việc có giúp ích gì đâu?

❖ **KHÔNG NGHĨ NGỜ**

Hoài nghi đối với chân lý, đối với chính mình cũng hoài nghi, mỗi việc đều hoài nghi. Đã có tâm hoài nghi thì không thể tin chân thành, sẽ trở ngại cho sự nghiệp của mình không thể thành công, là gốc rễ trở ngại trên con đường tiến vào Phật đạo. Trong kinh nói rằng: *“Phật pháp như biển cả, tin là có thể vào, trí là có thể độ”, “Tin là mẹ của tất cả các công đức”*.

❖ THA THỨ

Tha thứ, không riêng gì lỗi lầm được người khoan thứ, mà ngược lại đem lỗi lầm này tự xét lấy, bởi vì Phật pháp chú trọng nhân quả, ví dụ người ta mắc tội với anh, mà anh nhất định cần phải báo phục, việc gì cũng quyết báo, thì “oan oan tương báo” đến bao giờ mới dứt? Cho nên việc có thể tha thứ thì tha thứ, chẳng nên đắc lý mà chẳng tha người, có thể tha thứ người thì vui vẻ không dứt. Tha thứ người, những phương tiện đối với mình, tâm không trở ngại, không còn tồn tại tâm báo phục, tâm tự nhiên được rộng rang, được tự tại nhiều, vui sao chẳng làm!? Huống nữa người ta mắc tội với anh, dầu cho có báo phục được, thì đối với những tổn thất trước kia cũng chẳng nên đòi lại, song thì tội khổ gì mà lại gieo trồng lấy oán thù. Nếu người khác mắc tội với ta, không những chẳng quở trách họ, mà còn phải cảm ơn họ, là đời trước của ta đối với họ không tốt, nên đời này họ đến để đòi nợ, trả được nợ cho người ta thì sự kết oán được giải trừ.

❖ KHÔNG MONG CẦU

Học Phật tu hành cần đạt được tâm cảnh “không mong cầu”. Như bồ thí, là vì tu được tâm thanh tịnh. Nếu như chúng ta bồ thí là vì tiêu trừ nghiệp chướng hay là làm công đức, thì đó là “có chỗ mong cầu”.

❖ CẢNH MỘNG VÀ HIỆN THỰC

Cái thấy ở trong mộng và cái gặp ở lúc thức, cùng là một loại cảnh huyền. Đời người đi qua, đâu từng chẳng

là một loại cảnh mộng ư? Vấn đề là ở nơi người đòi khởi tâm phân biệt. Nếu tâm chẳng trụ, thì chân hay giả, có gì phân rõ đâu? Việc quá khứ ngày nay lục lợi để nhớ, đâu từng chẳng phải là cảnh mộng? Ngày trước giàu có vinh hoa, ngày nay liền nghèo khó như tẩy rửa, lại đâu từng chẳng phải là một cuộc mộng? Đó là vì chân giả giả chân, thật ra là ở tâm của con người khiến vậy. Đức Phật nói rằng: *“Ba tâm chẳng trụ, tánh vẫn như như”*. Thế nào gọi là ba tâm? Việc quá khứ, không khởi tâm nhớ tưởng phân biệt, việc hiện tại, không khởi tâm niệm tha thiết mong cầu, việc vị lai, không khởi tâm tưởng bám duyên vào.

❖ NHÂN DUYÊN PHIỀN NÃO

Ban đầu của người đòi vốn là rỗng rang thơ thới, không chỗ mong cầu. Nhưng khi khởi tâm phân biệt, liền sinh ra rất nhiều mầm rễ phiền não. Ví như giàu có và nghèo nàn, đều là do tâm phân biệt của con người mà ra, nếu không có “sự tham đắm” giàu có thì nghèo cũng vui, nếu không có “sự phân biệt” cái quý, thì cái hèn cũng chẳng biết, làm sao có phiền não, nếu có thể xét thấu được muôn tướng là một lý, sự mong muốn sẽ tự tiêu diệt, thì phiền não làm sao đến được.

❖ HÃY TRỞ NÊN NHƯ MUỐI

Chúng ta nên có tinh thần giống như “Muối”, độ lượng giống như “Muối”, một lòng giúp người mà chẳng cầu danh. Muối là một thứ phổ thông thấp hèn không gì đáng nói. Nhưng nếu đem công sức của muối mà nói, thì có sự quan hệ nặng nhẹ trong vấn đề đưa ra: Muối có thể

ngăn ngừa được sự thối rữa, lại có thể điều chỉnh được vị, đồ ăn ngon trăm vị đều gọi muối là bậc trên, nếu không có sự điều chỉnh vị của muối, thì chắc chắn nhạt nhẽo không ngon. Như thế, đủ thấy rằng vai trò của muối khó có thể nghĩ biết. Chỉ duy ở nơi sau những bàn tiệc thịnh soạn, người thưởng thức xong, chỉ ra sức khen món này quý, món kia ngon, còn đối với muối, công đầu to lớn, thì nửa chữ cũng không được nêu lên, thật khiến cho người làm muối chẳng có giá trị gì cả. Mà muối thì “công” là đầu mà “thân” lại thối lui, đây cũng tức là sự trân trọng về muối khiến cho người ta khâm phục, địa vị tuy thấp hèn không đáng để nói, mà công sức thì đứng ở bậc trên.

Như thế thì học được ý nghĩa như thế nào? Chúng ta quan sát tiền thân của muối, muối là nước biển, tánh của nước nhu hòa, bằng phẳng không góc cạnh, không phải là thể cứng nhắc, để trong vật tròn thì tròn, để trong vật vuông thì vuông, ở trong biển lớn cũng chỉ dung thân, để trong vò trong bình cũng như vậy... Làm người chúng ta cũng nên như thế.

❖ KHOẢNG CÁCH NHÂN NGÃ

Người tức là ta, ta tức là người, người và ta không khác biệt. Vậy thế nào là công danh, thế nào là phú quý, đều là giả tướng, hà tất phải tranh giành? Sao lại khởi niệm nhân ngã? Có chỗ nói rằng: “*Ngủ đến nửa đêm, cái gì là công danh đều là bóng huyễn, nghĩ sau trăm năm, không luận già trẻ, đều là người xưa!*”. Bình tâm tịnh khí nghĩ thử xem. Nếu anh lấy “ta” làm “người”, thì đối phương rất thân thiết đối với anh ta, lấy “người” làm

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

“ta”, thì làm việc chắc chắn được người kính trọng. Cho nên ranh giới “Nhân - Ngã” cần phải phá bỏ.

Làm người cần phải giữ bốn phận, mỗi việc đều hết phận mình, làm cha phải ra cha, làm con phải ra con. Lấy *Kính* để mà xử sự, lấy *Thành* để mà đối đãi với người, lấy *Lễ Luật* mà nghiêm cho mình. Đối đãi với người cần phải khoan dung, từ ái, hiền lành, nhan sắc hòa vui, nêu tình thân thiết, phong độ nhún nhường.

❖ CHĂM LÀM VIỆC, TRÁNH NHÀN RỐI

Trong cuộc sống, người quá nhàn rỗi thường hay sinh những thói hư, tật xấu. Vì vậy, từ xưa đến nay có câu “Nhàn cư vi bất thiện” là thế. Nhờ chăm chỉ lao động chân chính, con người được ba việc lợi: Một là, có ích cho bản thân, gia đình và xã hội; hai là, không bị nghèo túng; ba là, ngăn ngừa những thói hư tật xấu.

Người tu hành cũng thế, tuy mục đích học Phật tu hành là để liễu thoát sinh tử, nhưng chúng ta cũng tùy duyên, tùy phận và tùy hoàn cảnh của mình mà lao động làm việc nhằm đóng góp cho xã hội, đồng thời cũng là để vun bồi thêm phước báo.

❖ TIỆC VẬT, TIỆC PHƯỚC, CHẴNG BỎ PHƯỚC

Trong cách ngôn “Chu Tử trị gia” nói rằng: “*Chút cháo chút cơm nên nghĩ chỗ đem đến chẳng phải dễ, cọng tơ đoạn chỉ thường nhớ sức của vật khó khăn*”. Bình thường hàng ngày chỉ cần mặc kín ăn no là đủ rồi,

chẳng nên lại tham cầu không nhàm chán, xa xỉ lãng phí, đừng quá dính mắc cuộc sống say bạc mê vàng.

Học Phật tu hành, chúng ta cần phải tu phước và tiết phước. Tiết phước tức là chẳng bỏ phước, bỏ phước tức là xa xỉ lãng phí trong việc hưởng dụng cho bản thân ở cuộc sống thường ngày. Người tiết phước thì yêu tiết phước báo. Tiết kiệm không phải là keo kiệt, mà là chi tiêu có kế hoạch, hợp tình, hợp lý, tự quy ước, tự chế định đối với các khoản tiền bạc và các nguồn lực trong cuộc sống. Lấy tâm tình quý tiết mà sử dụng cẩn thận nghiêm túc, ra sức bớt phóng túng, hạn chế lãng phí nguồn sống.

“Tiết kiệm” là tiết phước ở trong Phật giáo, là đối với cuộc sống của mình, không nên xa xỉ. Tiết kiệm về tiền tài để đem làm việc cúng dường Tam bảo, cứu trợ người nghèo hoặc phóng sinh, làm các việc thiện v.v... đều chẳng phải là keo kiệt không xả bỏ. Làm bố thí tức là tu phước vậy.

Người có tiền làm việc bố thí (tu phước) rất dễ. Nhưng bỏ phước (tạo nghiệp tội) cũng càng dễ hơn. Ví dụ, như ăn cơm bình dân chỉ cần khoảng hai mươi ngàn đồng là đủ, nhưng ăn nhậu say sưa thì lãng phí đến hàng triệu đồng. Mặc đồ thì mặc hàng hiệu, hợp thời trang, thế này thì lãng phí chẳng biết là bao nhiêu? Thức ăn là những gì? Toàn là thân mạng của chúng sanh, ăn cho thỏa mãn sự ham muốn ngon miệng no bụng của mình.

Người có tiền là có phước báo. Phước báo là việc của đời trước đem lại cho đời này, nếu có thể lấy phước

để đắp bồi thêm phước, thì phước báo càng ngày càng lớn. Người có phước báo muốn nghĩ đến việc lợi tha cũng rất dễ, mà nhu cầu của lợi tha là phải có phước báo, có tiền. Mình có phước báo có tiền tài, muốn lợi tha cần cứu giúp kẻ nghèo khó thì giúp, muốn cúng dường Tam bảo thì cúng. Có tiền thì có thể dùng nó cúng dường Tam bảo, lợi ích chúng sanh, đây gọi là lấy phước bồi thêm phước, phước báo càng ngày càng thêm lớn. Nếu không có phước báo, thì miếng ăn cái mặc của mình cũng là vấn đề phải lo, thì sao có thể tu hành dụng công? Cuộc sống của mình chẳng được đủ, sao có thể trên thì cúng dường Tam bảo, dưới lợi lạc cho chúng sanh? Cho nên nói là nhất định cần phải có phước báo. Phước đòi trước vun đắp được bao nhiêu, tự thân chúng ta không biết được, ngày nay gieo trồng phước báo thêm thì tự mình có thể làm chủ được. Tuy nhiên, người tu hành học Phật chúng ta chỉ chú trọng đến việc gieo trồng phước báo hữu lậu, thì không thể ra khỏi ba cõi. Tịnh Khôi mong mọi người nỗ lực tu phước thì phải tu “phước thanh tịnh”, phước mà tịnh thì cũng gọi là “Tịnh nghiệp”.

Người bần cùng, đời này phước mỏng là bởi do đời trước không vun bồi phước, tức là thiếu việc bố thí. Vì thế, khi muốn tu hành thì tu không được, vì ma chướng rất nhiều. Thứ nhất là “ma bệnh”, khi không tu hành dụng công thì không có bệnh, khi muốn tu hành dụng công thì bệnh này bệnh kia kéo đến. Bởi vì phước mỏng nên không có đủ tiền bạc để mua thuốc để điều trị, như vậy làm sao mà tu hành? Đây gọi là “ma bệnh”. Thứ hai, là “ma công việc”. Bởi vì phước mỏng nên cuộc sống sẽ gian nan khốn khó trên rất nhiều phương diện, vì thế

phải vất vả lặn lội mưu sinh, từ sáng bận rộn đến tối, bận rộn để được cái ăn cái mặc một cách miễn cưỡng, cách này vì mưu sinh mà phải đặng cay vất vả làm việc, làm đến khi tinh thần mỗi mệt, lao tâm khổ trí, sức lực suy nhược, thế thì làm sao mà tu hành cho được? Đây gọi là “ma công việc”. Ma bệnh, ma công việc, tóm lại thuộc về “Ma phiền não”. Bởi vì phiền não nổi lên lăng xăng, khiến cho thân tâm bất an mà tu hành không được.

Đây là hạng người bần cùng, đời trước không tu được phước, đời này phước mỏng nên nghèo khó lận đận, chỉ có đời này gấp rút nỗ lực tu phước. Vậy thì phải tu như thế nào?

Thứ nhất, chúng ta nên tinh tấn TRÌ GIỚI, trì giới là phòng ngừa sự sai quấy, dừng dứt việc ác, chẳng vì việc sai quấy mà làm ác, tức là không tạo tội, không tạo tội thì làm thiện, mà làm việc thiện tức là vun bồi thêm phước. Thứ hai, nên phát tâm ăn chay. Thứ ba, đọc tụng kinh điển đại thừa, phát nguyện mỗi ngày nên tụng kinh A Di Đà mấy lần. Thứ tư, mỗi ngày đều niệm Phật, hàng giờ thường xuyên niệm Phật, thế là vun bồi thêm phước lớn. Đây tuyệt đối chẳng phải là cầu xin tiền bạc, mà phải cố gắng nỗ lực tu hành.

Cho đến việc bố thí, nếu ta không có tiền mà bố thí, có thể đem pháp mà bố thí, đem Phật pháp mình nghe được giới thiệu cho người khác được nghe, được biết. Đây là bố thí pháp mà chẳng tốn tiền. Vậy người phước mỏng có thể đem tiền mà bố thí hay không? Chỉ cần xem ta có phát tâm hay không? Người nghèo khó, tiền bạc thiếu thốn, chỉ cần sự phát tâm, trong cuộc sống hàng

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

ngày có thể từ sự chi tiêu tiết kiệm ra một ít tiền mà thành tâm bố thí cho kẻ khó hơn mình. Như thế này, so ra công đức còn lớn hơn người có tiền bố thí hàng triệu đồng, sự vun bồi phước còn nhiều hơn. Cho nên, người phước mỏng dù gặp chướng ngại hay khó khăn, cần phát tâm nghĩ tưởng đến lợi ích chúng sanh, tự mình khéo tạo phước tùy theo hoàn cảnh và dụng công tu hành, thì lợi ích và phước báo sẽ phát sinh không thể nói hết.

Có thể ở đời này được giàu có, khỏe mạnh, quyền thế, danh tiếng, bình yên, khoái lạc v.v... đều là phước báo, nhưng nếu không khéo, phước báo ấy ngược lại là nhân của sự họa lạc, khiến người lãng phí vô độ, phạm phước báo, tranh quyền đoạt lợi, tự tư tự lợi, vì phước báo mà sinh ra tham, sân, si, chính là nguồn gốc sinh khởi ra tai nạn và nghiệp chướng.

Nếu nhìn mà không thấy đối với ác nghiệp, như thế có một ngày nghiệp ác sẽ tìm đến ngay cửa, cần phải biết rằng phước báo cũng rất mau chóng bị dùng hết (tồn phước mau chóng), nhưng sự tích lũy phước báo ngược lại rất khó khăn, lập tức khiến có một ngày, đó là người trời cũng có “tướng suy” hiện khởi. Chúng ta có thể nào mà chẳng “tiết phước” ư? Phước báo là việc khó được mười phần!

Chúng ta bị họa lạc bởi vì hưởng thụ phước báo mà không biết quý tiếc công sức tạo thành, rõ ràng cần tiêu nghiệp chướng thì trước nhất cần phải biết tiếc phước, nên theo tốt mà xua đuổi xấu, càng cần phải tiếc phước mà không bỏ phước.

+ Con người cần phải có “luật của mình”, tức là có thể dùng lý trí để trói buộc tư tưởng và hành vi của mình, chẳng ghen ghét, chẳng cầu cạnh, không oán giận, không khoe khoang, chẳng phóng túng, chẳng phí phạm, tu nhân nại, tự trọng, giữ nghĩa an thân, rộng thứ tiếp người.

+ “*Quân tử an mạng, bất khả cưỡng cầu*”. Phàm việc gì cũng đều ra sức chính mình, mong cho được tâm an mà thôi. Mưu sự ở nơi người, thành sự do trời, ta nên tự hỏi mình đã làm thiện hết chức năng và bổn phận chưa? Ngoài việc vui lập oán hận ra, cũng không được tự khoe khoang, tự mãn, tự kiêu. Cần phải làm cho được: “CHÁNH để ứng xử tâm, LIÊM (ngay thẳng) để làm luật lệ cho mình, CUNG để trên công việc, TÍN để tiếp vật, KHOAN DUNG để đối đãi người, KÍNH để thừa hành công việc”. Thường xuyên lúc nào cũng giữ nghĩa an thân, mọi việc đều nên trách lấy mình, tha thứ cho người, thì tâm và cảnh hòa bình, tự nhiên tất cả những bức tức và phiền nộ không cách nào phát khởi được.

Khổ, vui, thuận, nghịch đều là trong khoảng một niệm. Ở trong nghịch mà hóa nghịch làm thuận, chuyển phiền não thành bồ đề. Có lúc may mắn và không may mắn, chẳng ở nơi hoàn cảnh mà quyết định, mà ở nơi cảm giác chủ quan của chính mình vậy. Có lúc gom cảnh để kiểm tra tâm, càng ở chỗ đáng cay càng cảm thấy an tâm.

Chẳng luận là vui hay buồn, là khỏe mạnh hay đau yếu, là giàu có hay nghèo khó? Đều là một cái gặp được từ bên ngoài đem tới, những tâm tình này đều nên thản

nhiên mà đối diện, buồn vui tùy duyên mà không khởi phiền não.

Phật giáo nêu rõ đời người có sinh, già, bệnh, chết, các đau khổ v.v.... Lại nói: “Đời người vô thường”. Tất cả muôn sự muôn vật trên đời này đều là nhân duyên tạm có, cho nên nói rằng tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống, ngủ nghỉ đều là hư huyễn, do đó khuyên người đời chẳng nên chấp trước thái quá, tức là tham luyến chẳng xả.

Pháp môn của đức Phật dạy rất nhiều, sâu có, cạn có, khó có, dễ có, từng việc từng việc chẳng giống nhau. Pháp môn và căn cơ nếu tu mà chẳng khế hợp với nhau, thì dùng sức nhiều mà thu được hiệu quả ít. Còn nếu pháp môn cùng với căn cơ khế hợp nhau, thì dụng công ít mà thu được hiệu quả cao. Ở trong thời mạt pháp này, căn cơ của đại đa số chúng sanh cùng với một pháp môn nào là khế hợp nhất? Nói ra thì chỉ có: TỊNH ĐỘ TÔNG với pháp môn “Trì danh niệm Phật”. Bởi vì tu qua loa pháp môn khác ở trong đời năm ác trước này (kiếp trước, kiến trước, phiền não trước, chúng sanh trước, mạng trước) là khôn khó vô cùng. Nếu chuyên tu “Pháp môn trì danh niệm Phật”, thì nương vào sức đại nguyện đại bi của Đức Phật A Di Đà mà sinh về thế giới Tây Phương Cực Lạc, vĩnh viễn thoát ly sinh tử luân hồi, được gặp Phật nghe Pháp mau chóng thành Phật.

Vì pháp môn trì danh niệm Phật rất đơn giản, rất thẳng tắt, chỉ cần kiên trì một câu Nam Mô A Di Đà Phật, chí thành chuyên nhất, niệm đến khi: Trong tâm có Phật, nhất tâm bất loạn. Như vậy lúc mạng chung tâm

không điên đảo, tức có thể nhờ Phật tiếp dẫn vãng sanh Cực Lạc, không luận là người lợi căn hay độn căn, đều có thể tu hành thọ lãnh.

Vấn đề tu hành Phật pháp, có tu tự lực và tu tha lực: Như học kinh, tập luật, tu mật, niệm chú, xếp bằng tham thiền v.v... các pháp môn đó gọi là “tu tự lực”, nghĩa là chỉ dựa vào sự nỗ lực của chính mình mà tu hành, khi có thành tựu (khai ngộ) thì mới ra khỏi ba cõi, nếu không thành tựu thì còn lăn quẩn trong sáu đường, lại được thân người thì phải tu lại. Tu tha lực cũng nhờ vào nỗ lực tu của mình, lại nhờ vào lực gia bị hộ trì của Phật mà sinh về thế giới Tây Phương Cực Lạc. Không luận người thượng trí hay kẻ hạ ngu, dẫu ít hiểu giáo lý, chưa đoạn được nghiệp mê hoặc, chỉ cần TÍN – NGUYỆN – HẠNH đầy đủ và trì giữ chắc câu danh hiệu Phật, thì lúc mạng chung tâm không điên đảo, quyết nương nhờ Phật lực mà được tiếp dẫn vãng sanh về thế giới Cực Lạc.

PHÁP MÔN TU: TỰ LỰC, THA LỰC

- **TU TỰ LỰC** (pháp môn chung):

Nhờ hành trì pháp môn tu tự lực, cũng giống như người muốn đi từ tầng trệt lên đến tầng thứ mười, chỉ hoàn toàn dựa vào sức lực của đôi chân chính mình mà đi thang bộ. Đến được tầng mười vừa vất vả vừa chậm, thậm chí không thể lên nổi nếu không đủ sức. Rõ ràng nhờ vào sức lực của chính mình, từ tầng trệt lên đến tầng thứ mười, từ sinh đến tử, rất khó đạt được mục đích. Cũng vậy, ra khỏi ba cõi, đành phải để ngày mai, đời sau lại tu tiếp.

- **TU THA LỰC** (pháp môn đặc biệt):

Tu tha lực, cũng giống như người muốn đi từ tầng trệt lên đến tầng thứ mười, chỉ cần đi bộ vào thang máy ấn nút lên tầng mười (tự lực) sau đó chờ thang máy kéo lên (nhờ Phật hiện ra tiếp dẫn), thì đi lên đến tầng mười rất nhanh chóng và tiện lợi mà không phải tốn sức (pháp môn rất thẳng tắt). Dầu là người thượng trí hay kẻ hạ ngu, nam nữ già trẻ, người người đều có thể tu, đều có thể thực hành pháp môn trì danh niệm Phật mà vắng sanh Cực Lạc.

Chúng ta nhận thức một con người, cũng chẳng qua là nhận thức diện mạo thân thể của người đó đại khái mà thôi, thì biết được người đó là ai, sao lại có thể đem cả toàn thân, tay, chân, lông, tóc... từng chỗ của người đó ra mà đánh giá cho rõ ràng? Học Phật tu hành, pháp môn trì danh niệm Phật, cũng vậy, đâu có thể nào đem toàn bộ tam tạng kinh điển ra mà giải cho rõ ràng? Có thể đem: năm giới, mười thiện, tự tâm thanh tịnh, bố thí, nhẫn nhục, tinh tấn, ăn toàn chay, luật nhân quả đều đã rõ ràng, chấp trì một câu danh hiệu “Nam Mô A Di Đà Phật”, tức là đã tu hành. Nắm vào tay từ sự tu thân, chánh tâm và trên thành ý, thân không làm việc ác, miệng không nói lời ác, ý không nghĩ việc ác. Làm việc thiện, nói lời tốt, giữ tâm thiện hành trì.

“Sự lý luận” và “giáo lý” trong Phật pháp, hiểu biết ít không thành vấn đề, vấn đề là tu hành cho đúng phương pháp.

PHƯƠNG PHÁP TU TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Không luận bất cứ pháp môn nào, trên bước đường tu hành giải thoát, hành giả đều phải nhận thức và ra sức thực hiện:

- Tin sâu luật nhân quả một cách vững vàng.
- Trì năm giới cấm
- Tư tưởng và hành vi nên tuân theo “Bát chánh đạo”.
- Rõ thế nào là ác (chẳng làm các việc ác), rõ thế nào là thiện, (vâng làm các việc thiện), rõ tâm như thế nào mới có thể thanh tịnh (tự tịnh nơi tâm ý).
- Nhẫn nhục.
- Tinh tấn.
- Làm được công đức nên hồi hướng.
- Phạm lỗi cần phải sám hối.

Pháp môn trì danh niệm Phật là pháp chấp trì danh hiệu “Nam Mô A Di Đà Phật”, một lòng chuyên niệm, chí thành khấn thiết, hàng ngày niệm, hàng giờ niệm, đến lúc lâm chung có Phật, nhất tâm bất loạn. Pháp môn này yêu cầu Tín, Nguyện, Hạnh phải đầy đủ, thiếu một thì không thành.

Tu trì pháp môn trì danh niệm Phật chỉ nói như thế này sao? Quá đơn giản. Thế nhưng không nên coi nhỏ những câu nói này! Nhìn thì giống như đơn giản, mà làm thì mới biết, nếu chẳng cố gắng công phu thích đáng, thì thật không dễ gì làm cho thông suốt! Vì người đời nhiều kiếp vốn quen, lại thêm căn tánh kém cỏi nặng nề, tập khí (tâm bệnh xấu xa) lại nhiều. Niệm Phật! Có người

niệm Phật lại thành ra “cầu ông thần tài”. Có người ra công gấp rút để việc lợi đến gần, thấy không có cảm ứng thì chẳng niệm nữa, trước thì siêng năng sau thì biếng nhác sa đọa. Có người cho là mười niệm hoặc sớm tối chỉ niệm một niệm tức là đã niệm Phật thì có thể vãng sanh Cực Lạc, mà chẳng chịu niệm Phật nhiều, trong tâm không có Phật. Có người đã tu được mấy mươi năm, mà còn bị chuyển bởi hai cảnh thuận nghịch, bị vây khốn vì tình, bị trói buộc vì ái, ngay cả một chữ “tham” cũng không buông được!

Mục tiêu của pháp môn trì danh niệm Phật là vãng sanh thế giới Cực Lạc, thành Phật! Chấp trì danh hiệu “Nam Mô A Di Đà Phật”, cùng với trì giới, bố thí, thanh tịnh, tự tâm, nhẫn nhục, tinh tấn, ăn toàn chay là phương pháp hữu hiệu. Trong “Tịnh Độ Thánh Hiền Lục” đã chép thuật sự tích của các bậc cao Tăng Đại đức vãng sanh, đó là thành quả, tại Đài Loan đã xuất bản quyển “Niệm Phật Cảm Ứng Kiến Văn Ký”, tại Việt Nam cũng xuất bản sách “Những chuyện Niệm Phật vãng sanh lưu xá lợi” của cố cư sĩ Tịnh Hải đã chứng minh cho sự thành tựu trong việc trì danh niệm Phật vãng sanh.

TÍN – NGUYỆN – HẠNH

Trì danh niệm Phật, Tín, Nguyện, Hạnh, là ba món tư lương (lương thực để nuôi sống huệ mạng) rất quan trọng không thể thiếu của vấn đề vãng sanh, thiếu một thì chẳng được! Chẳng có “Tín” thì không thể lập “Nguyện”, chẳng có nguyện thì không thể tuân hành lập “hạnh”. Chẳng có “Hạnh” thì không thể chứng “Tín” mà đầy đủ được “sở nguyện”.

TÍN, tức là “tín tâm” (chân tướng tín), tin cõi Ta Bà là biển khổ, đời người là khổ, khổ nhiều vui ít, tin lời Phật Thích Ca chẳng nói dối hư huyền, tin chắc chắn có thế giới Tây phương Cực Lạc và lời thề nguyện của Phật A Di Đà, tin rằng ta chí thành chuyên nhất niệm Phật, thì lúc mạng chung Đức Phật A Di Đà nhất định sẽ đến tiếp dẫn ta vãng sanh về thế giới Cực Lạc. Ngay nơi tin thì chẳng được hoài nghi (lơ là), ngay nơi nghi thì phát sinh chướng ngại không thể vãng sanh! Tín tức là thái độ cung kính chân thành và niềm tin tuyệt đối. Nếu như vừa muốn được vãng sanh lại vừa hoài nghi, như thế thì chẳng được. Tín tâm có bốn ý nghĩa:

1. Tin Phật có công đức lợi ích bất khả tư nghì.
2. Thường đề tâm đối với Phật pháp.
3. Thường hằng tư duy đạo tu hành, có thể tô bồi thêm lên đức tốt tự lợi, lợi tha.
4. Học tập đến nơi đến chốn đạo lớn của Phật đà.

“Tín tâm” là căn bản của Phật đạo, suối nguồn của đức tốt, nơi có thể làm tăng trưởng tất cả thiện hạnh, đoạn trừ tất cả mê chướng, ra khỏi dòng lớn tham đắm. Vững chắc tín tâm, phát nguyện niệm Phật. Khi cầu sanh về thế giới Cực Lạc thì tín tâm cần phải kiên cố mà chẳng nên lay động tín tâm. Không luận là gặp tà kiến ngoại đạo, hay bất cứ tông phái nào, nếu vui về ngũ dục, đều chẳng nên để bị làm lay động tín tâm.

Tín tâm vững chắc không dời đổi, thì nên xem xét tâm mình có đơn thuần hay không? Tâm càng đơn thuần thì càng có thể hoàn toàn tiếp nhận được Phật pháp của

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

Đức Phật dạy chúng ta. Trong kinh nói rằng: “Phật pháp như biển lớn, tin là có thể vào, trí là có thể độ”.

Như vậy đủ để chứng minh rằng nếu thiếu tín tâm, thì không thể vào được pháp Phật. Có rất nhiều người quy y Tam bảo, cũng trì danh niệm Phật, song niềm tin của họ lại tôn sùng ngoại đạo, loại tín tâm này là “Bất chánh” (không chánh tín).

NGUYỆN, là “chân nguyện”, thiết tha mong về Cực Lạc, nhằm chán cõi Ta Bà, nguyện mau ra khỏi thế giới khổ này, nguyện mau sanh về thế giới Cực Lạc kia, nguyện tuân theo sự chiếu rọi của pháp Phật, tin chịu vâng làm. Nếu còn tham luyến các việc: giàu có, danh tiếng, quyền thế, người thân, vật chất hưởng thụ... như thế không phải là nhằm lìa thế giới này, mà là đang tham luyến thế giới này.

HẠNH (hành), là tu trì pháp Phật, tin thọ phụng hành, đừng để quên câu niệm Phật, tu hành tận sức, chẳng gấp cầu lợi nửa đường bỏ cuộc, chẳng nhìn khác nghĩ lệch, thấu suốt mà làm. Hạnh thì cần phải làm, chẳng phải nói suông là ta học Phật tu hành mà thôi, tức là phải tu dưỡng bằng công phu. Nếu không như thế, thì cũng giống như: Trông bánh vẽ mà chống được đói, nhìn chai nước suối mà đỡ được khát sao?

Do đó, niệm Phật cần phải phát tâm lâu dài, rời xa tất cả tâm tạp nhiễm, tâm nghi ngờ, tâm kiêu xa... cố gắng ráng sức tu hành như thế, vãng sanh Cực Lạc là lẽ đương nhiên, là điều phải đến.

Nếu như có tín mà không có nguyện, cũng như ta biết có nơi tốt đẹp mà không muốn đến. Có nguyện mà không có hạnh, cũng như muốn đến nơi tốt đẹp mà không chịu cất bước thì làm sao đến nơi được. Ba việc Tín, Hạnh, Nguyện, thì lấy tín và nguyện để lập hạnh (hành), lấy hạnh để thực hiện tín và nguyện.

Người thực hành niệm Phật, tu tập thiện pháp không được sinh tâm nghi ngờ, nếu không có tín tâm thì nguyện và hạnh sẽ không có cơ sở mà phát khởi, tức là thiếu mất một sức lực tinh thần mạnh mẽ để tiến thẳng về trước. Những người nghi ngờ bị sự nghi che tâm, ở trong các pháp không được tín tâm, vì không có tín tâm nên ở trong sự niệm Phật thật không được lợi ích gì.

Người có “nghi kiến” (thấy nghi ngờ), tức đối với chân lý sinh lòng hoài nghi do dự. Chúng ta phải tin chắc rằng niệm Phật tức là nhân duyên phước đức thiện căn rất nhiều. Chúng ta đừng tin tà kiến, chẳng nghe tà thuyết, cần khởi chánh tín để chế ngự tâm nghi, bởi nghi là cấu uế, là mờ昧, là chướng ngại.

Niệm Phật đối với lúc lâm chung, người xưa đã đưa ra ba nghi cần phải đoạn dứt:

1. Nghi rằng đời ta tạo tội rất nặng, hàng ngày tu hành cạn kiệt, e rằng không được vãng sanh.
2. Nghi tâm nguyện của ta chưa rõ và tham, sân, si chưa dứt, e rằng không được vãng sanh.
3. Nghi rằng ta tuy niệm Phật, lúc lâm chung, Phật chẳng đến đón ta.

Nếu có một trong ba nghi này, thì nhân nơi nghi mà sinh chương ngại, mất đi chánh niệm, chẳng được vắng sanh. Nay xin đưa ra cách trừ ba nghi để chúng ta cùng tham khảo:

1. Gốc của nghiệp vốn mê muội, tâm tịnh thì được rỗng rang, nghiệp nặng không cần nghi ngờ vậy.
2. Tình cũng như mộng huyễn, ngủ thức dậy đâu còn? Tự chịu dùng nghi, thì tham sân si dứt, không cần phải nghi ngờ.
3. Chấp cái gì mà sinh phiền não? Tất cả chúng sanh chấp trước các pháp thế gian là có thật, đâu biết rằng các pháp xưa nay đều là hư vọng, như hoa đóm giữa hư không, trắng trong nước, cảnh trong mộng, như bóng như huyễn, đều chẳng thật. Qua sông thì phải dùng bè, đã đến được bờ bên kia còn vác bè làm gì nữa? Tức là phải bỏ đi! Sau khi đã tin chẳng nên nghi ngờ trở lại.

Ngày nay là thời mạt pháp, chương duyên đặc biệt rất nhiều, chính là lúc quần ma lộng hành, người thực hành niệm Phật phải mọi lúc thường xuyên đề cao cảnh giác. Cổ đức đã chỉ dạy, xin lược nêu ra mấy cách để tham khảo:

1. **Tin không hết lòng** Lòng tin sâu xa rất trọng yếu, tất có thể sinh năng lực hành đạo, chánh tín niệm Phật, lìa khổ được vui, đồng thời cũng cần hiểu biết chân chánh, chẳng dao động, chẳng sinh nghi hoặc, tâm thanh tịnh không nghi

không cầu uest. Có thể đọc nhiều “Cao tăng truyện”, “Mấy điệu sen thanh”, “Những chuyện niệm Phật vãng sanh lưu xá lợi”, “Đường Về Cực lạc”v.v... để củng cố thêm lòng tin.

2. **Nguyên chẳng thiết tha** Phát nguyện thì nên nhất niệm thành khẩn, phát tâm vô thượng, tâm độ chúng sanh, hạnh phước chur Phật là “lục độ vạn hạnh”, cả thầy đều hồi hướng mà cầu sanh về thế giới Cực Lạc.
3. **Hạnh không mạnh mẽ** Do tín nguyện phát ra phối hợp với lực hạnh, lúc niệm Phật giống như chiến đấu với ma, tinh thần phải mạnh mẽ, có sức bền chí và có thể siêng năng khổ nhọc.
4. **Niệm Phật lơ là** Niệm Phật quan trọng hàng đầu là phải luôn nhắc nhở chính mình phải gắng siêng năng mới được lực niệm. Giả sử tâm không chuyên chú, thì lực không đầy đủ, khó địch lại “nghiệp tập khí” từ nhiều đời, cho nên ở trong mỗi niệm chẳng quên công đức đại nguyện thành Phật.
5. **Tâm duyên việc đời** Việc đời như dây trói buộc, cho nên nói tình đời là một phần, Phật pháp tự có một phần đặc lực, nên lần lượt mà cải tiến. Ta biết tuổi trẻ đi qua nhanh, năm tháng không ở lại, thì chớ để lãng phí thời gian, nên tự mình phải củng cố, muôn duyên đều buông rời.
6. **Yêu ghét chẳng trừ** Phàm phu phân biệt, tập khí nặng nề, cần nên thường xuyên sám hối, làm nhiều công đức để hồi hướng, vì hai tâm

yêu ghét đều là nhơ, không yêu thì không tham, không ghét thì không sân.

7. **Phân tâm** Mỗi người đều có sự hứng thú và niềm tự hào nên dễ chuốc lấy sự phân tâm, chẳng thể chuyên nhất là điều đại kỵ cho người tu hành. Ngay nơi niệm sinh tử, phải nghĩ như cứu lửa cháy đầu, chuyên niệm A Di Đà Phật khiến thành tam muội, lúc lâm chung chánh niệm, quyết định vãng sanh, khi gặp Phật sẽ chứng “Vô sanh pháp nhẫn”, trở lại ba cõi cứu độ chúng sanh.
8. **Đề cập kinh điển trong ngoài** Nhiều nhà lý luận tự cho mình tài cao học rộng. Đại sư Ấn Quang từ Tây qua Đông, từ Bắc xuống Nam, qua lại hơn vạn dặm, gặp gỡ rất nhiều người. Trong số đó, lắm kẻ bình nhật tự vỗ ngực là bậc thông Tông, thông Giáo, coi Tịnh Độ như uế vật, chỉ sợ nó làm bẩn lây đến mình. Lúc lâm chung, đa số đều chân loạn tay cuống, kêu cha gào mẹ. Thật ra lúc lâm chung niệm Phật vãng sanh không hợp như sự hiểu biết. Người nghiệp nặng, tâm nhơ lúc lâm chung tâm chẳng an ổn, không thể liễu thoát sinh tử.
9. **Nghe các lời tạp loạn** Đây là bệnh chung của mọi người, nên biết lời vô nghĩa là hý luận, cho đến những chuyện nhân ngã, phải quấy, phát ra những lời lung tung, hoặc những lời búa rìu hỗn tạp, sao chẳng làm tổn thương người ư? Nên cẩn thận!

Pháp môn tịnh độ, Trì danh niệm Phật, khó tin nhưng dễ làm, lý khó giải. Kinh “Phật Thuyết A Di Đà”, đức Phật nói rằng: **“Niệm Phật pháp môn là pháp khó tin của thế gian”**.

Có thể nói rằng phát tâm niệm Phật cũng chẳng phải là đơn giản, ứng với tín và nguyện gộp lại để tiên bộ, niệm niệm là Phật để mà thoát sinh tử. Niệm Phật lấy TÍN tâm làm NHẤT TÂM, có NGUYỆN thì có được ĐỊNH HƯỚNG mục tiêu, có HẠNH thì mới có LỰC. Như thế không sợ khốn khó, mặc cho người đời kích bác khinh thường. Vì sao vậy? Vì lúc này tâm niệm Phật, chẳng bị cảnh chuyển, danh hiệu Phật chẳng dứt, chỉ cần nhất tâm bất loạn, tâm và Phật đồng ở một nơi, mỗi việc làm (mỗi công hạnh) đều niệm Phật, như thế có thời gian đâu mà để ý đến tình đời chua ngọt nóng lạnh!

Người mới phát tâm học Phật thường còn tâm nghi tà kiến do tập khí của tánh tình. Nếu cầu sinh về tịnh độ Tây Phương Cực Lạc, mà Tín, Nguyện, Hạnh thiếu một thì không thể được. Vì thế, được vãng sanh hay không, chỉ cần hỏi rằng “Tín và Nguyện có kiên cố hay không?”, còn phẩm vị cao thấp, thì nhìn ngay nơi công phu (hạnh) niệm Phật sâu hay cạn?

- CHẲNG TƯƠNG ỨNG: bởi tín tâm chẳng vững, lúc còn lúc mất không chắc chắn.
- TÍN TÂM CHẲNG CHUYÊN NHẤT: bởi không có sức quyết định, chẳng chịu dốc hết lòng hết sức mà hạ quyết chí công phu.
- TÍN TÂM CHẲNG LIÊN TỤC: bởi tâm tưởng bị gián đoạn, niệm Phật bị gián đoạn.

- **TÍN TÂM CHĂNG CHÁNH:** Thay đổi bất thường, gặp sao hay vậy, lúc thì tham Thiên, lúc lại muốn học Mật, muốn gom chung hết vào một điểm mới chịu. Hoặc bị tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn ngủ dần dặt.

Pháp môn niệm Phật không có gì đặc biệt diệu kỳ tốt đẹp bằng, chỉ cần ba món tư lương: tin sâu, nguyện thiết tha, ra sức công hạnh được đầy đủ, thì lúc mạng chung tâm sẽ không thể điên đảo, được Đức Phật A Di Đà hiện thân tiếp dẫn vãng sanh Cực Lạc, liễu thoát sinh tử, chóng thành Phật đạo. Chúng ta nếu phát tâm niệm Phật đầy đủ ba món tư lương (tín, nguyện, hạnh), thì có thể ba nghiệp thanh tịnh. Lúc niệm Phật, mỗi niệm chấp trì một câu danh hiệu Phật, niệm trụ một chỗ, lấy một niệm mà đình chỉ muôn niệm, tức ý nghiệp thanh tịnh. Hai nghiệp thân và miệng đều theo ý nghiệp dắt dẫn sai khiến, ý nghiệp tịnh thì thân không làm vọng, tức thân nghiệp tịnh. Miệng niệm danh hiệu Phật tức miệng thanh tịnh, Chúng ta đã vì phát tâm tu hành, trì danh niệm Phật, muốn rõ thoát sinh tử thì chắc chắn phải đầy đủ ba món tư lương: tín, nguyện, hạnh.

Học Phật tu hành cần phải như pháp mà phụng hành, cần phải khởi lên từ gốc rễ tâm địa sự tiêu trừ nhân ác.

Phật pháp tu hành như thế nào? Nói một cách đơn giản: Chế phục mình, làm theo lễ, lòng nhân từ, yêu thương vật, chỉ cần thành khẩn và thật lòng, thật làm, chẳng cần phô trương dối gạt mình gạt người.

Học Phật tu hành do khởi tín mà vào cửa, quý ở chỗ thực hành. Như giới sát là việc cần thiết thứ nhất của người học Phật. Nếu chưa thể dứt tuyệt, thì cũng nên mỗi ngày ăn ít một chút, dần dần mới có thể dứt được, chẳng tham theo khẩu vị. Tuy không sát sinh mà lấy tiền mua thịt cá, thì cũng khiến cho lò mổ tăng thêm phần sát hại. Thử hỏi lỗi đó mình có phần trách nhiệm hay không? Lại nữa, học Phật chú trọng khả năng bố thí. Bố thí, thứ nhất, có thể nuôi lớn tâm từ bi hỷ xả. Thứ hai, bố thí giúp ta phá trừ thói quen (tập khí) phiền não tham lam keo kiệt. Cần phải được sự lợi ích thực tế của Phật pháp, nếu chẳng trừ tham keo, tâm so đo chấp lấy sẽ nổi lên hùng hực, thì tâm từ bi chắc chắn là không chân thật. Mà vả lại, tham muốn là gốc khổ của sinh tử, cội nguồn của phiền não. Nếu muốn tìm cách tránh họa lìa khổ được vui, mà không gắng sức trừ bỏ hai chữ “tham muốn”, thì không thể nào giải quyết được! Nếu muốn trừ bỏ tâm tham muốn, trước nhất từ sự bắt tay làm việc bố thí. Bố thí là chế phục mình quên đi công lao của mình, và nghiệm tâm đại bi. Nếu tâm Từ bi thiết tha, chế phục mình mà bố thí, là bởi chúng sanh, thì thân cũng còn có thể xả bỏ. Đâu có thể sát hại sinh mạng để khoái miệng mình! Đâu chịu lấy tiền bạc lãng phí mà vui theo ý mình! Đâu chịu keo kiệt để giữ vật cho mình mà chẳng giúp người, thì đâu chịu cung phụng cho mình thật thoải mái mà coi thường người khổ! Cho nên công phu thực hành, trước nhất là phải xét nét trên việc bố thí, nếu ở đây mà làm mang tính cách phô diễn, thì khó mong có được thành tích tốt. Kinh Phật nói rằng: *“Nhân nếu không chân, thì quả chuốc lấy bị gập ghềnh”*. Công đức của bố thí nguyên chẳng phải là ở chỗ lớn hay nhỏ,

hiều hay ít, mà toàn là nhìn vào lúc phát tâm. Nếu ngày thường tham lận phóng túng, cho đến trong nhà có bệnh khổ nguy cấp, nhằm lúc ấy lạy Phật hứa nguyện, quyền tiền thí giúp, cầu bệnh mau tiêu tai, những việc bố thí này không có chút nào phát ra từ tâm chân thật, làm sao có thể có được sự cảm ứng.

TU HÀNH KHÔNG ĐƯỢC DO DƯ

Chúng ta từ vô lượng kiếp đến nay tạo nghiệp thiện ác rất phức tạp không biết rõ ràng. Có lúc sinh khởi thiện tâm, có lúc lại sinh ra ác niệm. Do từ vô lượng kiếp đến nay bởi những vấn đề thiện ác này, nên ngay lúc tu hành cũng chẳng dễ gì dẹp thoát được nghiệp báo. Bởi vậy có lúc muốn tu hành, có lúc lại nói rằng cuộc sống hiện tại tốt đẹp, có lúc không muốn tu hành, có lúc lại phải nhĩêm ô, đây đều là do niệm sinh ra ở ngày trước mà đời này lấy quả. Niệm trước muốn tu hành, niệm sau lại cầu vinh hoa phú quý, phước báo trời người, cuộc sống hiện tại có ý nghĩa. Như vậy thì làm thế nào? “Lựa việc thiện mà theo, chẳng thiện thì sửa đổi”. Cần phải từng lúc mà đề cao cảnh giác, như đi vào vực sâu, như đi trên băng mỏng, cần có tâm cẩn thận như thế này để tu hành. Cho nên tu hành là: “Cử động hành vi tự quản lý, đi đứng ngồi nằm chẳng lìa niệm”. Cần nên mỗi niệm đều thanh tịnh, mỗi niệm đều sáng suốt, không nên mỗi niệm nhĩêm ô và tối tăm. Chúng ta mỗi một niệm đều cần phải rất cẩn thận, mỗi một niệm thiện thì sáng suốt rất nhiều, nhưng nếu là niệm ác, thì càng niệm càng tối tăm. Trên đầu người thiện có luồng “bạch quang”, trên đầu người ác có luồng “hắc khí”. Cho nên làm thiện hay ác, tự nhiên sẽ hiện ra hình tướng, mắt thường tuy ta không thể

nhìn thấy được, nhưng chư Phật, Bồ tát và quỷ thần đều thấy rất rõ.

Tu hành là mọi người cần phải nuôi dưỡng được phẩm hạnh và đạo đức. Tu dưỡng phẩm hạnh đạo đức, có thể khiến cho tư tưởng cân bằng, hành vi được sửa đổi, tâm hướng thiện, hướng về sự tốt đẹp. Ngược lại nếu lúc bình thường không chú trọng việc tu thân và lễ lối chính mình, thì sẽ dẫn đến thành một con người có hành vi tùy tiện, chỉ chăm vào việc tự lợi riêng tư mà không màng đến sự sống chết của kẻ khác. Do đó sửa đổi hành vi một con người, hoàn toàn ở tại tâm, TÂM TỊNH. Tuy nhiên tu dưỡng phẩm hạnh đạo đức thật chẳng phải là dễ làm được, cần phải chính mình trong cuộc sống ngày thường tu trì nhiều mặt, không được hờ ngụy, chẳng cố tình làm cho ra vẻ, trong ngoài một mối, mỗi lúc làm được việc gì thì lại tuần tự dần đưa vào cảnh tốt đẹp.

Ở quá trình tu trì, quyết cần phải lấy sự quyết tâm, chắc chắn và nghị lực để khắc phục tất cả nghiệp chướng, như các thói quen xấu ác: ham vật dụng, mê đắm lợi dưỡng, tham lam, sân hận, lòng dạ hẹp hòi v.v... Pháp luật dạy chúng ta cần đình chỉ việc ác mà hãy làm việc thiện, tâm giữ niệm thiện, tuân làm những việc đạo đức cơ bản làm người, thì cư xử với người cần phải được tròn đầy, hài hòa, để đạt được mục đích hỗ trợ.

Thời đại mạt pháp hiện tại và mai sau, tà ma ngoại đạo dẫn dụ con người đi vào đường mê (Tà ma có ý nghĩa là hại người. Ngoại đạo là sự tu hành không đúng với Phật pháp). Những hạng người căn cơ còn rất cạn

cột, liệu có thể gặp được Phật pháp chân chánh hay chẳng? Ngay ở trong một đời này tu hành có thành công chẳng?, Đức Phật đã từng nói, tức là thời kỳ mạt pháp có ức ức người tu hành, cũng khó được một người thành công, chỉ có niệm Phật cầu sanh về thế giới Cực Lạc, mới có thể ra khỏi được biển khổ luân hồi sanh sanh tử tử này. Cho nên ngoài pháp môn niệm Phật cầu sinh về thế giới Cực Lạc, bất luận dùng phương pháp nào, ngay một đời này tu thành công, kẻ hạ căn tuyệt đối không có phần. Nếu là chờ đến đời sau, có chắc sinh lại làm người không? Phần lớn là mê mất, chẳng những chỗ mong cầu đều thành bánh vẽ, vả lại do tạo nghiệp phước nhân ở đời trước, đời sau cũng khó tránh khỏi đọa lạc! Năm tháng như tên bắn, vô thường đến mà chẳng hẹn. Tịnh Khôi xin các bạn đồng tu luôn luôn ghi nhớ điều này!

TU HÀNH CẦN BỀN LÒNG KHÔNG THOÁI CHUYỂN

Cây thì lớn lên từng ngày, tuy chúng ta không nhìn thấy sự sinh trưởng của nó, nhưng nó vẫn lớn lên, cho đến mười năm hay trăm năm, thì biến thành vật liệu hữu dụng. Cây như vậy, chúng ta tu hành cũng như vậy, không nên gấp rút. Chúng ta không nên nghĩ rằng ngày nay tu hành ngày mai sẽ liền chứng ngộ, mà phải bền bỉ tu hàng ngày, hàng năm. Để xem tu hành có tiến bộ gì không, nếu ta không lui bước thì nghĩa là ta đang tiến bộ. Chẳng nên nôn nóng cầu nhanh, chỗ gọi là: “Việc mà gấp tiến tới thì lui cũng mau”. Ngược lại quyết cần phải dùng tâm bền bỉ thường hằng (hằng tâm) để tu hành, hàng ngày cầu sám hối, sửa đổi lỗi lầm. Chỗ gọi là:

“Một ngày không có lỗi để sửa đổi, tức là một ngày không có công trạng để tạo”. Cho nên chúng ta tu hành tức là cần diệt tập khí, cải đổi tâm bệnh, bỏ tư tưởng tối tăm, hiện ra ánh sáng quang minh trí tuệ xưa nay vốn có. Trí tuệ quang minh người nào cũng đều vốn đủ có, chỉ tiếc rằng bị vô minh ngăn che, không thể khéo dùng trí tuệ quang minh của mình. Vô minh đã ngăn che thì sẽ phải chìm đắm. Nếu ta bừng phát trí tuệ thì sẽ vươn lên. Cho nên tu hành chẳng phải một sớm một chiều, mà là ở ngay nơi niệm, hàng ngày hàng năm không biến đổi. Thời gian lâu rồi sẽ có thể nuôi thành trí tuệ Bát nhã của chúng ta. Không nên một ngày nóng một ngày nguội lạnh, nếu thế này thì vĩnh viễn cũng chẳng thể có công phu, chúng ta tu hành nên học sự trưởng thành của cây lớn lên từng ngày, từng ngày thành tâm để tu.

GỠ BỎ SỰ KẾT BUỘC NƠI TÂM

“Phiền não không tìm, không thể có phiền não”. Mỗi người đều có phiền não. Phiền não của chúng ta giống như sự kết buộc ở trên tâm, tâm kết mà không mở được, thì vĩnh viễn sa đọa trong vực sâu của phiền não. Trong “Nghị Tọa Thiền” chép rằng: có một lần, Ngài A Nan, đệ tử của Đức Phật, lúc phiền não không dừng được, bèn đến thỉnh giáo Đức Phật, Phật mới đem một chiếc khăn tay ra gút lại nhiều gút, hỏi A Nan rằng: “Đây là cái gì?” Ngài A Nan đáp rằng: “Đây là gút”. Đức Phật nhân cơ hội nói đạo: “A Nan, ở trong tâm ông cũng giống như gút lại nhiều gút như đây, chỉ cần mở ra từng cái một, ông có thể giải tiêu được phiền não của ông”. A Nan nghe xong lập tức khai giải được tâm ý.

Chúng ta vốn là phàm phu, rất khó mà giải ngộ ngay được, huống chi nói đến chứng ngộ. Nhưng ở trong sự khai thị cao minh mà đơn giản của Đức Phật, chúng ta rất ít lãnh ngộ trên những thứ lớp nào đó cần có. Một, tâm chúng ta xưa nay giống như chiếc khăn tay bằng phẳng không có nếp nhăn, thế thì có gút nào tồn tại? Hai, do ở nơi vọng tưởng của chúng ta, mới có sự kết buộc của phiền não, kết buộc này là tự chúng ta gút lấy, như mới tu hành vài năm mà đã muốn khai ngộ rồi. Ba, chỉ cần chúng ta bắt tay vào tâm gút kết, chia ra hai bên, gút bên có thể mở được. Nhưng nếu dùng sức kéo đuôi gút thì chẳng những không mở được, mà ngược lại càng kéo càng bền chắc. Bốn, quyết cần ra tay từ cái gút, phiền não căn bản, phía trên, cái gút phía dưới sẽ lần lượt được mở. Năm, gút buộc ở tâm được mở, phiền não cũng sẽ không tồn tại lại nữa.

Biện pháp đơn giản này có thể làm chẳng đi tìm, chẳng thể có phiền não, nhưng một khi đã có phiền não, cần phải dùng pháp Đức Phật dạy dẫn A Nan: “Đem cái gút trong tâm, từng cái một mở ra”. Tức là đơn giản như thế này, như đây mà thôi.

KHÔNG NÊN BỊ MẮT, TAI, MŨI, LƯỖI, THÂN DẪN DẮT

Khi mắt nhìn được đẹp, tai nghe được hay thì cao hứng. Ăn ngon, mặc đẹp, ở sang thì vui vẻ. Người mà mọi việc thuận thì vui lòng thỏa ý. Thấy xấu, nghe dở thì nhàm ghét. Ăn dở một chút thì không thích ăn, không hợp thời trang về quần áo thì rầu rầu không vui. Việc nghịch thì oán hận. Cả ngày phân biệt ở nơi tốt, xấu,

được, mất, khổ, vui... Đây tức là tâm bị chuyển theo cảnh! Bị mất, tai, mũi, lưỡi, thân, ý dẫn dắt! Chẳng được tự tại. Tốt, xấu, được, mất, vui, buồn, thuận, nghịch, đều chẳng khởi tâm động niệm. Ngay khi khởi tâm động niệm thì đều bị cảnh chuyển, sẽ tạo nghiệp. Người tu hành phải hết sức lưu tâm và để ý đến vấn đề này.

VẠN MA KHÔNG ĐẦY LÙI ĐƯỢC TÂM BỒ ĐỀ

Trên tiến trình tu hành Phật đạo, người tu hành đôi lúc cũng gặp những chướng ngại cam go đầy thử thách (ma chướng) từ thấp đến cao, từ thô sơ đến tinh tế làm chúng ta nản chí mà thoái Bồ Đề tâm và bỏ cuộc giữa chừng. Cũng giống như trong quá trình học tập: từ bậc tiểu học, trung học, cao đẳng cho đến bậc đại học, chúng ta thử nhìn lại chặng đường đã qua mới thấy, rất nhiều bạn bè của chúng ta phải bỏ học giữa chừng. Có đứa vì hoàn cảnh gia đình nghèo, có đứa vì bệnh tật, có đứa vì ham chơi hư hỏng theo bạn xấu mà bỏ học... Nhìn lại ta thấy mình đơn lẻ trên giảng đường với những bạn mới. Cũng vậy, trên bước đường tu hành, đôi khi những chướng duyên đến dồn dập khiến một số bạn đạo không thể vượt qua được, nản lòng thoái chí mà bỏ cuộc giữa chừng.

Những người mới bắt đầu tu hành thường nghĩ rằng *Ma Chướng* có vẻ xa lạ mà chưa hiểu rằng ma chướng rất gần gũi với chúng ta. Đó chính là ngã chấp, tham, sân, si, nghi, mạn và những phiền não của chính mình. Đây gọi là những nội ma của người tu hành. Khi công phu tu hành còn thấp và nội ma còn nhiều thì ngoại ma hầu như chẳng để ý đến người tu, nhưng một khi người

tu đã có công phu cao thì những ngoại ma, thiên ma bắt đầu chiếu cố để phá hoại người tu. Nhưng một khi đã hiểu được Phật pháp vững vàng, chúng ta mới thấy rằng, ma chướng dù nghịch duyên hay thuận duyên chẳng nữa, cũng là những cơ hội giúp chúng ta nhanh chóng thành tựu đạo nghiệp.

Cho nên có câu *“Càng học tốt thì oan nghiệt tìm. Cầu thành Phật thì trước tiên phải bị ma khảo”*. Nếu không muốn tốt thì oan nghiệt không thể đến tìm. Càng muốn tốt thì oan nghiệt càng tìm. Bởi vì từ vô lượng kiếp đến nay, nghiệp thiện ác ta đã tạo ra rất nhiều và phức tạp, cho nên một khi muốn tu hành thì các chủ nợ đều đến để đòi nợ. Cũng giống như anh từ trước đến giờ là người bình thường, mượn rất nhiều tiền, không rõ là bao nhiêu. Trước lúc anh chưa phát tài những chủ nợ này biết anh không có tiền, cho nên không thể đến đòi nợ. Nhưng ngay khi anh phát tài, thì những chủ nợ này lập tức đến tận nhà anh để đòi nợ. Cho nên, trong việc tu hành càng gặp nghịch cảnh, thì ta càng tinh tấn mạnh mẽ mà hướng về phía trước, không được lui mất tâm bồ đề. Khi chủ nợ đến đòi nợ thì ta bình thản trả cho họ. Tức là đem công đức tu hành mình có được, hồi hướng cho các chủ nợ, kể cả kẻ oán lẫn người thân khiến họ được công đức, lìa khổ được vui, liễu thoát sinh tử, chúng ta không nên gán nợ mà không trả! Trong kinh Hoa Nghiêm, đức Phật đã dạy rằng: ***“Tu hành mà không có Bồ Đề tâm chỉ là Ma nghiệp”***

Từ trong vô lượng kiếp đến nay chúng ta đã tạo không biết bao nhiêu nghiệp. Thế thì lấy đời này mà nói, chín chắn mà nghĩ, chúng ta đã giết bao nhiêu sinh

mạng? đã làm bao nhiêu việc chẳng công bằng? Đối với những chúng sanh khác mà nói, hoặc dẫu không sát nhân, sinh mạng lớn (trâu ngựa, heo, gà, vịt, chó v.v...), nhưng có thể sát sinh mạng nhỏ (muỗi, mòng, kiến, trùng nhỏ v.v...), cũng có thể trong tâm ta đã có ý niệm sát được tồn tại. Giống như có một lúc, vì không biết, mà đã sát hại rất nhiều động vật nhỏ. Nếu ta muốn tu hành, thì chúng nó đều sẽ đến đòi nợ, nợ này không phải là một hai món, mà là không thể tính kể hết, đời đời kiếp kiếp được tích lũy qua nhiều ngày tháng, nợ này nói cũng không thể xong. Cho nên chúng ta chẳng thể không nói đến lẽ chung, nói ta đã tu hành, mà chẳng nhận có nợ oan nghiệp. Nếu như có cách nghĩ như vậy, thì vĩnh viễn chẳng thể thành đạo, bởi vì trong tâm chẳng công bằng, trong tâm nếu công bằng thì cần nhận rõ, trả nợ thì đã không có việc gì rồi. Cho nên nói là: “Cần học tốt thì oan nghiệp nhiều”. Cũng giống như một người mới phát tài, các chủ nợ của người ấy đều tìm đến nhà để tìm được một chút lợi ích.

Ma, có nội ma và ngoại ma. Thiên ma và tất cả quỷ thần được gọi là: “ngoại ma”. “Nội ma” tức là các phiền não và vọng tưởng ở trong tâm, cho đến tất cả những lo buồn khổ não đều là nội ma. Những sự chướng ngại cho người tu hành gọi là MA. Ngoại ma so ra dễ khắc phục còn nội ma rất khó mà hàng phục. Nếu có thể hàng phục được nội ma, thì ngoại ma cũng chẳng có thể làm hại được. Cho nên tu hành chủ yếu là “hàng phục nội ma”. Nội ma được hàng phục tức tâm thanh tịnh, được mở trí tuệ lớn, có trí tuệ thì có thể dứt được hoặc nghiệp, tức là thành đạo.

Người niệm Phật khi đã có chút công phu, đôi khi bị các thiên ma, ngoại đạo, hoặc quỷ thần làm não loạn. Chúng có thể hiện các hình tướng ghê rợn để khủng bố, hoặc hiện tướng nam nữ xinh đẹp để quyến rũ. Có khi chúng hiện thân Phật, Bồ Tát hay chư Thiên đủ các tướng tốt trang nghiêm; hoặc nói các môn trì chú; hoặc nói pháp bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn, thiền định, trí huệ; hoặc nói các pháp bình đẳng, không, vô tướng, vô nguyện, khen ngợi cảnh không oán không thân, không nhân không quả, cứu cánh rỗng không vắng lặng, bảo đó là chân Niết Bàn... Hoặc chúng làm cho ta biết đời trước của mình, suốt việc quá khứ vị lai (túc mạng thông), thấu rõ tâm niệm mọi người (tha tâm thông), cho đến được biện tài vô ngại. Chúng khiến người tu tham luyến danh lợi thế gian, tính tình thất thường, hay giận, hay cười, ưa ngủ, nhiều bệnh, dễ xót thương xúc cảm, có khi rất tinh tấn, lắm lúc lại trở nãi biếng lười. Hoặc chúng khiến ta sinh tâm nghi ngờ chánh pháp, nhiều lo nghĩ, bỏ pháp tu căn bản trở lại tu các tạp hạnh, đắm nhiễm những việc ở thế gian. Hoặc chúng làm cho người tu được một ít phần tương tự như Tam Muội, có thể ở trong định từ một ngày cho đến bảy ngày, thân tâm an vui không biết đói khát; song đó là do sức tà chứng của ngoại đạo gia bị, không phải thật Tam Muội. Hoặc lại khiến cho người tu ăn uống không chừng mực, khi nhiều khi ít, sắc mặt biến đổi luôn. Khi gặp những cảnh như trên, người tu phải dùng trí huệ quán sát, gắng giữ chánh niệm, đừng sanh tâm chấp trước mà lạc vào lưới tà. Phải kiên trì như thế mới xa lìa được ma chướng.

Người tu hành cần lưu ý, trong lúc công phu niệm Phật, nếu ta cầu thấy cảnh này mà lại hiện cảnh kia, quán

tướng này mà thấy tướng khác (tức là nhân quả không tương ưng) đều là cảnh ma. Chư Phật, Bồ Tát tâm từ bi trong sạch, cho dù các Ngài có hiện tướng quỷ thần đến thử thách, ta vẫn cảm thấy an nhiên thanh tịnh. Trái lại, bản chất các loài ma là phiền não hiểm ác, nên dù hiện tướng Phật đến khuyên dạy, ta tự nhiên cảm thấy xao động nóng nảy không yên. Ánh sáng của Phật làm cho ta cảm thấy êm dịu mát mẻ, lại không có bóng, không chói mắt. Ánh sáng của ma làm cho ta chói xốt đôi mắt, bứt rứt không yên, và có bóng. Thuyết pháp của Phật, Bồ Tát hợp với kinh điển, thuận theo chân lý, còn lời của ma trái lẽ phải, không đúng với kinh Phật đã chỉ dạy. Khi thấy cảnh lạ, Phật hay Bồ Tát hiện ra, để kiểm nghiệm, chúng ta cứ nhiếp tâm niệm Phật. Nếu là thắng cảnh, Phật hay Bồ Tát thật, càng nhất tâm niệm Phật lại càng thấy rõ ràng, vì vàng thật không sợ lửa. Nếu là ma cảnh, trì niệm một hồi nó liền biến mất, bởi tà không thể lấn chánh. Nhân tiện đây Tịnh Khôi xin được nhấn mạnh, người niệm Phật tu hành chân chánh, tuyệt đối không nên mong cầu thấy những thắng cảnh, Phật hay Bồ Tát, vì nhân nơi tâm mong cầu đó mà ma chường sẽ dựa vào để phá hoại người tu (Chúng ta nên tìm hiểu về 50 loại ám ma trên tiến trình tu tập mà Phật đã dạy rõ trong kinh Lăng Nghiêm, quyển 9 và quyển 10).

“Muốn thành Phật, trước tiên phải bị ma khảo”. Phật được sự trợ giúp của ma mà thành đạo, nếu không có ma thì không có Phật. Ma là để khảo nghiệm giúp người tu có cơ hội mau tiến bộ. Có câu nói là: “Muốn nhìn thấy đến ngàn dặm, lại phải lên một tầng lầu”. Đây cũng là muốn xem thử nội công của ta đã đủ hay chưa? Nếu đủ,

thì bất động không lùi trước ngàn vạn ma quân. Tâm bồ đề không thối chuyển. Càng ở chỗ khó thì càng tinh tấn, tất cả những việc nghịch ý xen nhau dẫn đến đều đối xử rất thư thái tùy thuận thọ lãnh, tu nhân nhục Ba La Mật. Cho nên ma chướng đã đến, thì chẳng đối địch với ma, tự mình chịu một chút thiệt thòi cũng chẳng sao, tự mình nên phát nguyện độ ma, khiến chúng quy y Tam bảo, phát tâm bồ đề. Đối với ai cũng đều chẳng nên giận, oán hận, như thế có thể hóa hung thành cát, hóa chiến thành hòa, hóa thù thành bạn. Ngược lại, chẳng nên làm luật sư biện hộ cho mình, không luận là việc gì: “chân thật nhận mình lỗi, chẳng bàn cái quấy của người”. Ma cũng là một phần của tự tánh. Nếu tự tánh có ma, thì sẽ dẫn ma bên ngoài đến. Nếu tự tánh không ma, ma bên ngoài sẽ không thể tiến đến. Thế nào là ma của tự tánh? Là tham, sân, si... Có câu rằng: “Nếu không có bát mèo ăn, thì nhà không có ruồi”. Ma biết được anh có chút ít béo bở, chúng có thể “thừa nước đục thả câu” để kiếm chút lợi lạc mà đến quấy rối và hiện ra các việc ma của chúng. Cho nên nhất cử nhất động của chúng ta, một lời nói một hành vi cần phải cho chín chắn. Nói phải trung tín, làm phải thành thật, chẳng được nói lời vọng. Nếu sợ nhận sai của mình, là rút cuộc che dấu lỗi lầm, đây chẳng phải là hành vi của người tu hành. Nên phải thành thật mà công bố ra, làm việc rất thẳng thắn và khăng khải, vốn được chiếu rọi từ lương tâm đạo đức và ý nghĩa để làm việc. Nếu có chỗ chẳng hợp với lương tâm đạo đức, thì dứt khoát không được làm.

Phàm người tu cần phải đầy đủ trí tuệ. Trí tuệ chân chánh, tức là không chê và chỉ trích người khác. Phàm là người tự khen thì không có tiền đề, tuy nói là đang tu

hành, nhưng kỳ thật chẳng phải tu, bởi vì họ đã đi ngược với đạo đức lương tâm và nhìn không được người khác, chỉ biết có mình. Đây là hạng người mà chư Phật và chư Bồ tát không tán thán. Nếu muốn được sự khen ngợi và gia trì của chư Phật và Bồ tát, thì lời nói và việc làm chẳng mâu thuẫn với nhau, “Nói phải nhìn việc làm, làm phải để ý lời nói”. Người tu hành không nên có tâm riêng tư, tự lợi mà cần làm lợi ích cho người khác, chẳng nên làm thương tổn người để lợi ích cho mình, hoặc nhìn không rõ được người khác. Mỗi người nên tự phản tỉnh (quay lại soi rọi xét nét chính mình), xét coi việc quá khứ, việc hiện tại, lại chiếu xét đến tương lai. Lâu rồi, thiện căn tự nhiên tăng trưởng, tâm bồ đề phát lớn, thời sẽ làm đạo Bồ tát, lợi ích chúng sanh, đây là sự quan hệ liên đới.

Người tu hành chẳng nên sợ ma mà thôi lui tâm bồ đề. Ma chướng chỉ là đề khảo nghiệm công phu tu hành của ta. Cũng như học sinh vừa mới bắt đầu học, cảm thấy bài học rất khó, nhưng thời gian lâu rồi, học đã nhập môn thì sẽ cảm thấy không còn khó khăn nữa. Từ bắt đầu học tiểu học, trung học, rồi đến đại học, đều phải trải qua những kỳ thi khó khăn mới thành đạt. Cho nên có câu rằng: “Chẳng trải qua một phen lạnh buốt xương, thì làm sao hoa Mai tỏa ngát hương”, hay “Mười năm song lạnh không người hỏi, một sớm thành danh thiên hạ hay”. Lúc tu hành chẳng nên tự đề cao. Người tu hành còn cầu danh cầu lợi, ham muốn lung tung là việc tối kỵ. Chúng ta khi tu hành, nhất định cần phải vun bồi hạt giống phước huệ. Tu phước thì cần phải làm lợi ích chúng sanh, còn tu huệ thì cần phải niệm Phật tụng đọc

kinh điển nhiều đề hồi hướng. Có người hỏi là có nên dùng tiền tài để làm công đức hay không? Thật ra, chẳng phải nhất định cần dùng tiền làm công đức mới là công đức. Cho nên nói là: “Miệng Từ bi, lưỡi phước tiện, có tiền không tiền đều làm được công đức”. Chúng ta nên mọi chỗ mà tiếc phước, mọi nơi không bỏ phước, đâu đâu cũng có thể tu phước huệ. Tu phước huệ chẳng phải một sớm một chiều mà được, mà phải làm liên tục từ năm này đến năm khác. “Chẳng nên một ngày dòn dập, một ngày nguội lạnh”, chúng ta nếu cứ thế này, thì vĩnh viễn chẳng thể có tiến bộ. Cho nên chúng ta cần nhận định “tôn chỉ”, mạnh mẽ tinh tấn, chẳng nên lùi về sau, đây là điều kiện mà mỗi người tu hành nên có.

NHỎ NHỆ KHIÊM TỐN

“Nhỏ nhẹ” tức là tâm rộng rang (khiêm tốn) không kiêu ngạo, không tự đại, không khoe khoang cầu danh lợi. “Khiêm tốn” là dẫn tiếng nuốt khí, là trên thái độ biểu thị “ta ở dưới người”, người khác đều mạnh hơn ta, đều tốt hơn ta. Bởi vì tâm rộng rang không có thành kiến mới có thể hoàn toàn xét nghĩ khách quan, mà có thể tiếp nhận được kiến nghị của người khác. Cho nên cần phải nhỏ nhẹ khiêm tốn ở việc tiếp người cùng trên sự tu hành. Nên biết rằng Đức Phật giảng bình đẳng, tất cả chúng sanh đều bình đẳng, nam nữ già trẻ, phú quý bần tiện, đều một lẽ bình đẳng, chẳng phân đây kia, đối với họ đều một lẽ khiêm tốn và hài hòa, ở bất kỳ tình huống nào vẫn tâm bình khí hòa, chẳng sinh bực mình và nhẫn nại đợi chờ, đây mới là nội công tốt đẹp nhất. Nếu chẳng thể nhỏ nhẹ khiêm tốn thì công đức tu hành sẽ chẳng có

kết quả. Nguyên mong những người đồng tu hãy cùng cố gắng.

THÀNH TỰU

Người tu hành chẳng nên tu một thời gian ngắn mà muốn có thành tựu ngay. Sự thành tựu không phải là việc dễ dàng như thế. Như chúng ta muốn được học vị tiến sĩ, thì cần phải trải qua từ tiểu học, trung học, đại học, thạc sĩ, rồi mới có thể được tiến sĩ. Trong những khoảng thời gian đó lại trải qua bao nhiêu lần thi cử gian nan, nếu có một lần thi mà không qua được, thì học vị tiến sĩ cũng mất hy vọng. Niệm Phật tu hành cũng như thế, nếu chỉ niệm có mấy năm như thế mà muốn có thành tựu, dầu là người căn khí bậc thượng cũng chẳng có thể mau như vậy đâu! Người tu tự lực mới bàn đến việc “thành tựu”. Bởi vì người tu tự lực nếu không có “Thành tựu” thì ra không ra khỏi ba cõi! Vì vậy họ cần có sự thành tựu, mới bàn đến thành tựu. Tu tự lực không dễ dàng và thoải mái như tu niệm Phật đâu. Ta chỉ thấy sự thành tựu của người tu tự lực mà chưa thấy được sự kham khổ và ra sức công phu của người tu tự lực. Còn người niệm Phật, lúc mạng chung mà biết trước được giờ chết, chánh niệm luôn được duy trì, tâm không điên đảo, niệm Phật vãng sanh tức là thành tựu!

Chẳng nên tu mới mấy bữa đã mong có sự thành tựu, trước hết phải xem công phu của ta đã được bao nhiêu? Ta có thể tự mình làm việc kiểm nghiệm như sau:

- ÁN CHÚNG BƯỚC ĐẦU:

1. Sau khi phiền não khởi, chớp mắt đã tiêu mất, rất dễ chuyển.
2. Thói quen lâu xa ngày thường hãy còn ưa chuộng, chột dút đi mà sửa đổi (Như: chẳng phải do áp lực từ bên ngoài, mà tự động bỏ thuốc, rượu, thịt v.v...), tự động ăn chay.
3. Gặp việc khó khăn không đi vào bế tắc, mà thường từ chỗ sáng suốt để tư duy.
4. Gặp việc luôn quán sát trên nhân quả, tùy duyên, từ đó mà thích ứng. Nhờ đó mà tâm được thư thái, bình an và điềm đạm.
5. Ngay lúc gặp gỡ những việc phi lễ (vô lễ) và sỉ nhục, cũng chẳng dễ gì khởi tâm giận và oán hận như ngày trước.
6. Ít oán trách, so đo, tranh chấp, xao động, phân biệt.

- BƯỚC THỨ HAI:

1. Đối với người thân nên khéo mà dẫn dắt, giúp họ có sự tự lập, tự cường, tự trị, mà chẳng phải cả ngày công vác, lo này nghĩ kia, phập phồng lo lắng, cả ngày buông không rời.
2. Đối với sắc đẹp, danh vọng, thù hận, kẻ vô lại, người tà đạo khi đối diện tâm không thành kiến, dùng tâm bình đẳng bình thường để đối đãi với họ.
3. Đối với những sự vật rất yêu quý, nên biết tất cả là vô thường, yêu mà không chấp giữ thì chẳng bị lụy vì nó, dầu mất đó cũng chẳng cảm thấy khó chịu, chẳng làm nô lệ cho sự vật.
4. Đối với danh lợi, quyền thế, sở trường, của báu mà phạm vi mình có, nên biết đều là huyễn mà

không nên dính mắc, tùy duyên lấy bỏ, được không vui mà mất không buồn, biết phân định đó là vô thường.

5. Lúc đối đáp giao tiếp, lúc vui hết mình, lúc kinh sợ, lúc lo lắng, lúc cô quạnh... có thể an nhẫn mà không bị bức bách, nhân sự thích ứng mà tự tại, hoặc dứt bỏ buông rời, may may không quá ngại.
6. Đối với hoàn cảnh, công việc không thuận lợi, chỗ ở không thích nghi, cho đến các nghịch cảnh... đều nên phá bỏ tâm trói buộc, tùy hoàn cảnh mà thích ứng, mà an ổn, không lấy các việc khổ vui thế tục làm mất đi chánh niệm.

- BƯỚC THỨ BA:

1. Nên tự sửa đổi tính cách (như bỏ lìa tính đa nghi, keo kiệt, gấp gáp, thô tháo, đa đoan, ngại biện, bài xích người khác...) bỏ những cái riêng cố chấp của ta mà hào phóng, mà siêu vượt, mà viên thông, mà tự tại.
2. Gặp lúc thiên tai, nhân họa, bệnh tật, khổ nạn nặng nề v.v... thì nên biết tất cả sinh diệt vô thường, mà không buồn không sợ, xử sự thư thái, tự tại vô ngại.
3. Tuy biết phân biệt nhưng không trụ ở hai tướng, chẳng vì so lường mà sinh vọng tưởng, chẳng vì thương ghét mà sinh phiền não, vào ở “trí không phân biệt”.
4. Đối với ranh giới thị phi chánh tà thì có phân biệt rõ chẳng? Tâm có rộng rang không hay chẳng? Lòng dạ có rộng rãi hơn trước hay chẳng? Vọng tưởng, phiền não, chấp trước có giảm ít cho đến

không còn hay chẳng? Đối với nghĩa chân thật thì tự ta đã có rõ ràng không nghi ngờ hay chẳng? Tâm ta có được “Pháp hỷ” hay chẳng? Pháp hỷ thì tinh thần no đủ, không mệt mỏi, thời gian ngủ nghỉ ít đi, tu hành không biếng nhác. Có tinh thần là từ trong pháp hỷ.

Muốn biết công phu tu hành của mình sâu được bao nhiêu? Đức hạnh của mình có được bao nhiêu? (Đã đủ đức hạnh, thì chỗ ở không đóng cửa mà ruồi muỗi hay các loài trùng nhỏ... chẳng thể tiến vào). Các phần trên nếu có thể tự ta khẳng định, thì là thành tựu của mình.

Ở thời gian tu hành, gặp bất cứ cảnh giới nào dù duyên thuận hay nghịch, đều phải cư xử thư thái, thuận nghịch đều phải tinh tấn, xem tất cả là vì chúng ta mà nói pháp, nếu biết thế thì có thể biết chỗ kỳ diệu chẳng thể nói được. Nếu có thể rõ ràng rồi thì có thể biết bản lai diện mục, là đi trở về nhà, mượn pháp thế gian mà tu pháp xuất thế gian mà chẳng bị muôn pháp mê hoặc. Ngay khi tất cả cảnh giới đến vẫn đón tiếp mà không bị nó chướng ngại, thời gian thế này lâu rồi Phật tánh của chúng ta sẽ hiển hiện. Nguyên nhân không hiển hiện, tức là chúng ta chẳng tiến về trước, gặp thiện duyên thì do dự không cương quyết, gặp ác duyên thì chạy với nó, do đó mà bị dừng lại ở trong đời hiện tại. Cho nên nhìn không rõ, buông không rời, tóm lại là chẳng được tự tại giải thoát, hồ đồ sinh ra rồi hồ đồ chết đi, chung quy là điên điên đảo đảo, tìm không ra đạo lý như vậy. Đời người như thế tức là đời người hồ đồ, tóm lại cho là mình là có thành tựu lớn, có của cải nhiều, có sự nghiệp lớn, có danh vọng nhiều, mọi người khen ngợi, phò

trương nhiều! Hiện hách nhiều! Ở trên đời người như thế là thành công rồi. Đâu biết rằng thành công trên đời người tức là thất bại trên đường tu hành! Ra không khỏi luân hồi! Cho nên cần nhận thức sáng suốt rõ ràng làm một con người tu hành chân chính minh bạch, đánh phá cửa sinh tử, vượt thoát vòng luân hồi, thế này mới là người tu hành chân thật.

TRONG SẠCH, TÂM ÍT HAM MUỐN, TRỪ PHIỀN NÃO

Mỗi người đều có rất nhiều phiền não, đây là nguồn gốc dẫn dắt mê hoặc và đau khổ. Người đời muốn thoát ly sự trói buộc của phiền não, quyết cần phải tiến tu năm phương pháp:

1. ***Cần có chỗ thấy chính xác.*** Đối với muôn sự muôn vật trên thế gian, cần nên giữ lấy cái nhìn chính xác, hiểu rõ quan hệ nhân quả, tin xác thực tất cả cội nguồn của khổ đau đều khởi từ phiền não trong tâm ta. Một ngày kia phiền não đã tiêu trừ thì khổ đau sẽ tự nhiên không từ đâu sinh khởi. Người đời bởi thấy không chính xác, cho nên mới đối với “muôn sự muôn vật” và “Ngã” đã sinh khởi cái chấp có thật. Hơn nữa, do không rõ phép tắc sự tuần hoàn nhân quả của việc đời, mà làm tự tăng trưởng mê hoặc. Bị trói buộc ở nơi quan niệm sai lầm này, phiền não đương nhiên sẽ không có cách nào tiêu mất, sự đau khổ cũng sẽ theo thời gian mà tăng trưởng. Cho nên nói: “Chỗ thấy chính xác là nguyên nhân chủ yếu nhất để tiêu trừ khổ đau”.

2. ***Cần khắc phục dục vọng.*** Người đời nếu có dục vọng thì nhất định có phiền não. Cho nên cần phải lấy tâm thanh tịnh để giữ gìn dục vọng sinh khởi từ sáu căn là: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý, cần dứt trừ cội nguồn phát sinh phiền não.
3. ***Chẳng bị nô lệ vật bên ngoài.*** Vạn vật ở thế gian là ứng với sự nhu cầu của con người mà sinh, mục đích của mặc y phục là ngăn che và chống lạnh, cho đến che kín những cái xấu ở bên trong. Mục đích của ăn uống là đủ no và nuôi dưỡng thân thể để tiện cho việc tu tập, chẳng được tham lam hưởng lạc mà không biết đủ. Nếu có thể giữ được cách nhìn chính xác này mà chẳng bị vật bên ngoài sai sử, thì phiền não không từ đâu mà sinh khởi.
4. ***Tâm nhẫn nại phải nên bồi dưỡng cao độ.*** Không luận là hoàn cảnh hiểm ác bao nhiêu, nếu nhẫn nại khiêm nhường, tất cả phiền não tranh chấp sẽ bị tiêu diệt ở nơi vô hình. Quá nóng, lạnh giá, đói rét, khô khát đều cần nhẫn nại. Khi bị nhục mạ, chê bai, cũng cần nhẫn nại bình tâm tĩnh khí, quên hết những nỗi bận tâm lo âu, lửa phiền não không cách nào nổi dậy.
5. ***Xa lìa sự mê hoặc cám dỗ của hoàn cảnh xấu.*** Người tu hành, chúng ta không nên gần gũi những hoàn cảnh đầy dẫy hiểm ác và cám dỗ như gần gũi bạn bè, sách vở không lành mạnh v.v... Những điều đó sẽ rất phương hại đối với mình, người tu hành nếu xa lìa sự mê hoặc dẫn dụ của các việc

hiểm ác, lửa phiền não sẽ không có cơ hội sinh khởi.

Các món dục vọng của thế gian tóm lại chẳng ra ngoài năm việc: Đồ vật được thấy ở mắt, âm thanh được nghe ở tai, mùi hương được ngửi ở mũi, vị được thưởng thức ở đầu lưỡi, cảm giác được chạm xúc ở nơi thân. Năm cơ quan mắt, tai, mũi, lưỡi và thân này tìm cầu cảm giác thích thú và hấp dẫn, đó là năm việc ham muốn (ngũ dục).

Con người, hầu hết đều vì dục vọng của bản thân bị hấp dẫn mà chìm đắm trong đó, không xét hiểu được kết quả đam mê ở nơi ham muốn của bản thân thì sẽ phát sinh những tai hại đáng sợ.

Cũng vậy, nếu người ta có thể tu luyện tâm mình, chẳng bị mê hoặc bởi năm dục thì không luận là hiện tại hay vị lai, đều có thể không phiền não, không khổ đau, được an lạc vui vẻ tự tại.

Một con người tham cầu không nhàm chán sự giàu có, danh tiếng, quyền thế, sắc đẹp, thế thì phiền não sẽ phát khởi hưng thịnh mà không cách nào dẹp thoát được.

Tâm người vốn nhu nhược mười phần, rất dễ lay động, một chút mà không giữ thần giữ ý, thì sẽ hướng lệch lạc đến ở trong dục vọng đầy những tập khí nặng nề. Ví như xem được, nghe được, muốn được những thứ vui thích, thì sẽ sinh khởi tâm THAM. Xem được, nghe được, gặp được những thứ chẳng thuận ý mình, thì sinh

khởi tâm SÂN, từ tâm sân sẽ sinh khởi tâm SI. Xem được, nghe được, gặp được những thứ đáng sợ, thì sẽ sinh khởi tâm sợ hãi. Trong tâm nếu thường xuyên ở trong cảnh tham, thì tâm tham sẽ tăng trưởng. Nếu thường nghĩ tưởng cảnh sân hoặc cảnh sợ hãi, thì tâm sân và tâm sợ hãi cũng sẽ mạnh mẽ lên từng ngày.

Cho nên cần phải đem mình mà nghiêm túc giữ gìn, phá trừ tất cả niệm tà ác, triệt để dẹp bỏ tâm tham, sân và sợ hãi. Nếu như tâm chẳng thanh tịnh, hành vi sẽ có mỗi tệ. Hành vi có mỗi tệ, thì không thể tránh khỏi phiền não. Do đó, nên thanh tịnh nội tâm, cẩn thận trong lời nói và việc làm.

PHƯƠNG PHÁP ĐOẠN TRỪ PHIÊN NÃO

- Không nghĩ quá khứ, hiện tại, vị lai, tốt xấu, được mất, vinh nhục, khổ vui.
- Giữ gìn nhãn căn của mình, dùng pháp “bất tịnh” mà quán sát. Năm căn khác cũng như vậy.
- Xa lìa tất cả những hoàn cảnh cám dỗ hay sự dụ dỗ mê hoặc của bạn bè, hàng xóm v.v...
- Trên sự ăn mặc, chẳng phải là sự lợi dưỡng cho thân, hay là để cống cao ngã mạn. Đó chỉ là nghiệp phòng cho mạng căn, khiến cho thân được yên ổn. Hai cảnh thuận nghịch cần nên nhẫn. Đói, khát, lạnh, nóng, muối, ruồi... bức xúc, tiếng ồn đập gõ cũng nên nhẫn, thân thể gặp các bệnh rất khổ đau, còn có các việc không vui cũng đều phải nhẫn.

Người tu hành nếu sinh niệm ham muốn chẳng chịu trừ bỏ, sinh tà kiến chẳng chịu xả trừ, thì phiền não khởi

chỉ duy lấy chánh kiến, chánh tư duy mới có thể đoạn trừ được phiền não.

NGÃ CHẤP

Chấp trước: Chấp là giữ cứng. Trước là dính chắc. Vọng tưởng là lầm lỗi. Chấp trước là giữ chặt lấy lầm lỗi của mình.

Phàm người đời thường chấp trước thân ta, tâm ta, tri kiến ta, khả năng ta, ta lợi hại, ta yêu ghét v.v... đều thuộc về “Ngã chấp”. Chính con người thường lấy NGÃ (cái “tôi” của mình) làm trung tâm, lúc tranh sĩ diện, tranh hư vinh, tranh ý khí, tranh được mất từ công việc tức là lúc biểu lộ ngã chấp.

Kiến chấp về ngã là do phân biệt so đo mà sinh, ý thức vun bồi mà thành. Thói quen đó đã được kết chặt khó sửa đổi mà chấp lấy.

Con người thường dùng thân thể làm “Ngã”, hoặc dùng sự thấy hiểu của tư tưởng làm “Ngã”, hoặc dùng hành vi tạo tác làm “Ngã”, hoặc dùng danh dự, giàu có, quyền thế làm “Ngã”, thậm chí dùng cái thuộc sở hữu làm “Ngã”. Chỗ gọi là “Ngã” ấy bất quá chỉ là những giả định trên quan niệm mà thôi.

Người đời vì “cái ta” này mà đưa mình lên và ức chế người khác xuống, mưu tính hại nhau, nhiều nhường không dứt thành ra tranh chấp, ghét hận, oán cừ, đánh nhau, tàn hại v.v... rất buồn khổ. Vì “cái ta” này mà chấp trước hư vinh, tranh hơn ghen ghét, ý mạnh hiếp yếu,

kích động tổn thương người, si mê danh lợi, cam chịu làm tay sai, chẳng trừ thủ đoạn, mưu tính hại nhau, trở trái vô thường, bán bạn cầu vinh, làm phản cướp lợi, vì riêng tư mà làm rối, che dối thiện lương, vì quấy làm tội, tán tâm cuồng bệnh, tham lam, tranh bá, đoạt lấy, tàn hại, đấu tranh, giết chóc, kết oán...

Thân có: Sinh, lão, bệnh, tử. Vật có: Thành, trụ, hoại, không. Tâm có: Khởi, chấp, chuyển, dứt. Người có: Kết, hợp, tan, lìa. Sự có: Lập, hưng, suy, phế. Trời có: gió mây bất trắc. Đời có: họa phúc ngày đêm, tùy thời gian chuyển biến, không có hằng thường, việc thế gian không như ý ta thường thì tám chín phần mười. Người ta ở trong sự chuyển biến không dứt này chinh đôn hoàn cảnh, chẳng nên đem một mảnh ý thức riêng mình mà si chấp giằng co, ngoan cố không chịu biến đổi hoặc “gọt chân cho vừa giày” (làm sai những nguyên tắc đã có sẵn), si mê tự trói buộc, cũng chẳng nên giữ gìn chấp lệch về một phía của riêng mình, rắp tâm cưỡng cầu cố sức đoạt lấy, hoặc cố ý bẻ cong sự thật, cố giữ ý phá hoại, càng chẳng nên đối với cái không thích riêng mình mà trói buộc ở nơi tình, phóng túng đường tình mạnh mẽ, ý khí tranh chấp, hoặc tìm thù oán gây sự, đánh nhau rất hung ác. Ngược lại, quán sát cần nên thấu triệt, lý trí sáng suốt, khi đã rõ ràng ra thì ôm lòng thương xót, nhìn thấu tâm cảnh, nên đàm bạc trong sự ham muốn riêng tư, đối xử với người tốt đẹp hài hòa, sửa đổi công việc một cách tròn đầy bao dung. Chớ nên chấp cái “nhân” của thói quen, chớ nên chấp “tri kiến” mà trói buộc, chớ nên chấp “ngã” mà có sự riêng tư, chớ nên chấp “oán” mà có sự đấu tranh.

LÚC NIỆM PHẬT VỌNG TƯỚNG NHIỀU

Có người nói: Lúc ta niệm Phật, không hiểu duyên có vì sao, vọng tưởng ở trong tâm ta khởi lên nhiều, do đó niệm Phật không thể chuyên tâm được, muốn trừ vọng tưởng thật là rất khó

Người ban đầu học Phật tâm còn thô động loạn nhiều, định lực chẳng đủ, niệm trước dứt niệm sau khởi, niệm niệm liên tục trong một sát na trọn không dừng dứt. Vọng tưởng tức là nghiệp chướng. Tâm có chân có vọng, một mà hai, hai mà một. Tâm phàm phu nhảy nhót rong ruổi, niệm niệm luân lưu biến chuyển, chưa từng có một lúc dừng nghỉ, đây là vọng tâm vậy.

Chúng ta có thể lăng xăng loạn động ở tâm tư, không lúc nào ngưng tâm nhất ý niệm Phật là việc rất tự nhiên, bởi vì chúng ta rốt cuộc còn phải trải qua thời gian ở trần thế, gốc của phiền não vọng niệm đó là đã trói buộc lâu ngày chẳng buông rời, nên bất tất phải nôn nóng tiêu diệt nó. Không có vọng niệm thì không thể phát sinh ra chánh niệm, không có phiền não thì chẳng thể phát tâm Bồ đề mà thoát khổ. Mà niệm Phật là chánh niệm, chúng ta còn phải niệm ra câu niệm không dứt đoạn: “Nam Mô A Di Đà Phật”, vọng tưởng không cách nào mọc rễ thì tự động tiêu diệt, chẳng thể lâu dài trói buộc ở nơi chúng ta.

Niệm Phật có vọng tưởng là do chúng ta dụng công niệm Phật soi rọi ngược lại ở trong tâm, do đó mới biết mình có vọng tưởng, lúc trước không niệm Phật trong tâm mất đi sự quản lý, chính mình cũng có thói quen

không suy xét. Chúng ta niệm Phật là chèn ép vọng tưởng đi.

Hàng phàm phu chúng ta ban đầu niệm Phật thì vọng tưởng lăng xăng, tâm không cách nào yên tĩnh được, biện pháp duy nhất là chí thành khẩn thiết niệm chuyên tâm. Vọng tưởng khởi lên không thể bỏ được, càng không thể muốn tiêu diệt nó. Ta niệm Phật của ta thuận với tự nhiên, thời gian lâu rồi, công phu đến lúc vọng tưởng sẽ tự nhiên giảm ít cho đến không còn. Nếu muốn vọng tưởng không khởi thì vọng tưởng ngược lại càng nhiều. Có thể nhất tâm bất loạn thì không có vọng tưởng rồi. Rất nhiều người thường xuyên đề cập lúc niệm Phật còn có vọng tưởng, chẳng qua là chút ít mà thôi. Không nên vì niệm Phật có vọng tưởng nhiều mà sinh phiền não! Công phu của ta đến lúc nhất tâm bất loạn thì vọng tưởng sẽ không còn.

Niệm Phật có vọng tưởng nhiều, tâm khó quy nhất thì phải nhất tâm chí thành khẩn thiết (chuyên niệm, tập niệm thành thói quen sẽ dễ nhiếp tâm hơn), lâu ngày vọng tưởng tự mất. Nếu khó quy nhất thì nên dùng “Mười niệm nhớ số”. Gọi là mười niệm nhớ số tức là ngay lúc niệm Phật, từ một câu đến mười câu, cần niệm rõ ràng nhớ cũng rõ ràng. Đến mười câu rồi lại bắt đầu từ câu một niệm đi... không được dùng chuỗi mà chỉ nhờ tâm nhớ, nếu một lần nhớ mười câu khó nhớ có thể phân làm hai, từ một đến năm. Nếu giữa chừng vọng khởi thì bắt đầu lại từ câu thứ nhất mà niệm. Niệm được rõ ràng, nhớ được rõ ràng, nghe được rõ ràng, mỗi ngày niệm được vài vạn, đều niệm như thế lâu rồi tự được. Vọng niệm nặng nề thì chăm vào câu niệm Phật vậy. Như lúc

chẳng niệm Phật thì lảng xảng sống dậy, vọng niệm lao xao chẳng dừng, dù khoảng sát na, đâu có thể tỉnh giác được.

Nhưng làm thế nào để trừ được tạp niệm? Chẳng tiêu trừ được, nhưng tự phần chấn tinh thần, dùng một niệm này hoàn toàn để nơi Phật, tạp niệm tức không có. Song tinh lực mệt yếu thì không thể khiến cho tạp niệm không có, lại phải như thế nào? Đạo lực chưa đầy đủ nhiều tán loạn thì thu nhiếp sáu căn lần quay về thanh tịnh. Ngay khi tạp niệm khởi ta chẳng nên xử lý nó, cũng chẳng nên chuyển theo nó, mà ta chỉ niệm Phật, sẽ tự nhiên không tạp niệm vậy. Nhưng lâu sau tạp niệm lại khởi, thậm chí ràng buộc không mở được, ta bắt tất phải nóng nảy, chỉ lảng trong sự suy nghĩ của tâm, khiến sáu chữ Hồng Danh phát ra từ tâm, thành tiếng từ miệng, nghe tiếng rõ ràng ở trong tai, trở lại lưu xuất từ trong tâm niệm, xoay vần xoay nhiếp chẳng để gián đoạn, thì tạp niệm tự sẽ không có. Theo chỗ kinh nghiệm, một khi vọng tưởng tạp niệm khởi ta càng sợ và ghét chúng thì chúng lại càng đến nhiều hơn. Ngược lại, ta khởi tâm thương yêu và độ chúng thì chúng sẽ dần dần mất hẳn.

CHẲNG NÊN VỌNG CẦU CẢM ỨNG

Đã từng có nhiều người lần đầu nghe nói “Tịnh độ tông”, Pháp môn trì danh niệm Phật, kinh ngạc đối với một tiếng “Nam Mô A Di Đà Phật” chứa đựng sự thẳng tắt thành Phật rất đơn giản, rất dễ dàng và rất rộng rãi, mà hiện ra nét mặt vui tươi, trong lòng phát ra tâm tình rạng rỡ như là “Ta đã tìm được rồi!”. Thế là trên tay lần chuỗi, trong miệng niệm Phật râm rang, bất luận là đi,

đứng, ngồi, nằm đều niệm, chuỗi chẳng rời tay, miệng chẳng lìa câu niệm Phật, một bộ dạng tu hành thật sự. Trải qua bao nhiêu thời gian, trên kinh đã nói một tiếng niệm Phật diệt được hà sa tội, nhưng ta đã niệm vô số tiếng rồi mà cuộc sống cũng giống như không có sự thay đổi gì, việc không như ý cứ mãi đổ trút trên đầu của ta. Xem người niệm Phật ở trên sách “Tịnh Độ Thánh Hiền Lục”, mỗi việc đã đầy đủ sự cảm ứng thần kỳ, không chỉ là thấy được thế giới Cực Lạc, thì cũng là gặp thấy được Đức Phật A Di Đà, và Bồ Tát Quán Thế Âm, sao ta chẳng có một chút cảm ứng nào? Một khi đã thất vọng thì chẳng chịu niệm nữa. Trạng thái tâm lý gấp rút cầu lợi như thế thì cầu chẳng được. Ta chỉ biết người khác niệm Phật được cảm ứng thôi, ngược lại ta không biết họ niệm Phật đã bỏ ra bao nhiêu là công phu? Đã niệm Phật bao nhiêu năm? Đã đạt được niệm Phật “Nhất tâm bất loạn”. Còn ta niệm Phật đã được bao nhiêu năm? Lúc niệm Phật gió thổi cỏ động ta đều biết đến, vọng tưởng tạp loạn lăng xăng, sáu căn chưa nhiếp... Chỉ muốn gấp gấp vấn đề thu hoạch mà không muốn chuyện cày bừa, thử hỏi vọng cầu cảm ứng có được hay không?

Có thể từ niệm Phật mà đạt được chỗ tốt đẹp rất nhiều, là quyết định ở nơi tâm tình và nỗ lực niệm Phật của ta. Cũng vậy, người niệm Phật, có chỗ khác nhau rất lớn giữa người có thể niệm và người không thể niệm. Người có thể niệm thì rất dễ dàng niệm thoải mái trong lòng. Còn người không thể niệm rất dễ dàng rơi vào sự gấp rút cầu lợi, không có sự hứng thú của tín tâm. Nếu như hoàn toàn tin vào kinh điển, hoàn toàn tin vào nguyện lực đại bi của Đức Phật A Di Đà, nếu như lấy lòng cảm ơn cảm tạ lòng đại từ đại bi của bốn sư Thích

288

Ca và từ phụ A Di Đà mà niệm Phật, cảm tạ mình có thân tâm để niệm Phật, cảm tạ chư vị đại đức tổ sư nhiều đời truyền nên huệ mạng Phật pháp... mà có thể niệm Phật, thì tâm tình rất thoải mái. Nếu như lấy tâm tình vui vẻ để mà niệm Phật, đời sau sanh về thế giới Cực Lạc được an vui vĩnh viễn, có thể chẳng vui hay sao? Rõ ràng là, bản thân ta niệm Phật thì có thể khiến tâm lắng xả vọng tưởng của ta được một đối tượng chuyên chú thanh tịnh, thân tâm an ổn tốt đẹp, tự tại, cũng có thể khiến ta đã cảm được sự vui vẻ rồi.

Chẳng nên đem tâm tình gấp rút cầu lợi, buồn khổ, cầu tha thứ để mà niệm Phật, chẳng nên đem Đức Phật A Di Đà xem như là Thần để cầu tài, cầu bình an, cầu tha thứ... mà niệm Phật. Niệm như thế này sẽ khiến cho niệm Phật trở nên tự tư tự lợi, cầu phước hữu lậu mà thôi!

Đã trải qua bao nhiêu thời gian... mà ta không có một chút gì cảm ứng? Cũng giống như đi lên gò núi nhỏ gian nan niệm Phật đã lâu, phát hiện ra không được một cái gì, ở đó gấp rút đi trở lại quay về điểm khởi đầu. Trải qua sự nỗ lực niệm Phật một thời gian, kết quả là bỏ cuộc giữa đường. Như thế là tín tâm không bền chắc!

Nếu ta không gấp gáp cầu lợi thì giống như nước chảy về phía trước một cách vô tâm, nước chảy cuối cùng có lúc tập trung về nơi biển lớn. Tâm linh tịnh hóa không hay không biết đó tóm lại cũng có một ngày sẽ xuất hiện đến trình độ tiến bộ rõ ràng, có một ngày ta sẽ phát hiện ra chỗ tốt đẹp to lớn đến từ sự niệm Phật, quyết định tâm tình niệm Phật đối với ta.

Nếu như ta giống với cái ta quá khứ cũng gấp gấp cầu lợi, đem trạng thái tâm ấy mà niệm Phật, cũng có thể sẽ giống như ở trước là bỏ cuộc giữa đường, rõ ràng đã lãng phí đi một pháp môn tiềm năng thâm hậu.

Nếu như ta đem sự tin tưởng hoàn toàn vào kinh điển mà nói, hoàn toàn tin vào sự tốt đẹp vi diệu của thế giới Cực Lạc, hoàn toàn tin vào nguyên lực Từ bi của Đức Phật A Di Đà, ngay lúc ta dùng tâm tình này để niệm Phật, nghiệp chướng nhiều đời khởi lên mạnh mẽ, cũng ngăn cản không được sự tiến đến giác ngộ dừng mãnh của ta.

Nếu như Đức Phật A Di Đà trong tâm trong mắt ta không chỉ là một tượng Phật được tôn trí trên bàn thờ Phật cúng dường, mà là pháp thân biến khắp hư không, mười phương thế giới chúng sanh chung một thể tánh. Ngay khi ta đem tâm tình này để niệm Phật, tức khiến cho nghiệp tội sâu nặng đều giống như cục băng sẽ chóng tiêu tan dưới ánh mặt trời.

Trước khi chưa được nhất tâm thì nhất thiết chúng ta không được nôn nóng vọng cầu cảm ứng. Vì sau khi nhất tâm thì đương nhiên sẽ có sự cảm ứng. Tâm chưa nhất mà cầu cảm ứng, thì tâm mong cầu cảm ứng này sẽ là một chướng ngại lớn cho sự tu hành.

CUỘC SỐNG QUA ĐI THÌ TỐT

Người đời vì lập nghiệp, thành gia, sinh con, mua xe, mua nhà v.v... muôn điều bận rộn! Tu hành học Phật không vì những việc thế tục này mà bị ảnh hưởng. Cuộc

sống qua đi thì tốt, chỉ cần có thu nhập khiêm tốn mà sống đạm bạc thì cũng không ngại gì. Cần nhất của việc niệm Phật là để vãng sanh về thế giới Cực Lạc. Tiền bạc không phải là vạn năng, đôi khi tiền bạc có thể làm chướng ngại ta trên bước đường tu hành. Người đời, có tiền bạc nhiều thì lo rầu nhiều và luôn ở trong sự lo âu và sợ sệt. Tiền bạc hiển nhiên là cần, nhưng thật ra chẳng có thể đáp ứng hết mọi nhu cầu của con người.

Áo mặc, cơm ăn, đèn đi, qua lại... người đời những việc đã tốt lại càng muốn tốt, đã nhiều lại càng muốn nhiều, thậm chí dùng sinh mạng để đổi lấy. Nhưng thực tại hưởng dùng thì có hạn, ăn nhiều một chút thì đau bao tử, mặc nhiều một chút thì nóng đổ mồ hôi, một thân chẳng thể nào ngủ được hai giường. Vật ngoài thân thì muốn càng nhiều càng tốt, thật ra có thể hưởng dùng được bao nhiêu? Thử hỏi lúc chết đi mang theo được cái gì chứ? Song vì con người rất cuộc vẫn là con người, cầu lấy trên cơ bản vật chất đủ dùng, mà dùng nên làm thêm việc sai quấy. Nhưng nếu đảo lộn gốc ngọn, một khi mê muội tìm cầu cho đầy đủ trên vật chất, rồi thì cho rằng tiền bạc là mục đích của đời người, rồi tự cho là lẽ phải. Học Phật tu hành như thế, vãng sanh thế giới Cực Lạc chỉ là chuyện hảo huyền mà trôi mãi trong luân hồi sinh tử.

Phân chân cầu tài, lục đục vì danh, song dẫu cho kiếm được tiền của rất nhiều, đối với việc vị lai vẫn không hiểu được một chút nào, chẳng nắm chắc mảy may, rốt cuộc mới phát hiện giàu có thật ra không phải mục tiêu của đời người, thì chẳng phải là một cuộc bận rộn rỗng không! Người xưa nói rằng: “*Ruộng tốt vạn*

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

khoảnh, ngày ăn một tháng, nhà rộng ngàn gian, tối lại cũng chỉ ngủ một giường”. Thân ta thật ra sự nhu cầu chẳng nhiều, ngược lại sự xa xỉ ham muốn chẳng thể nào vừa ý và thỏa mãn hết được. Tuy trên vật chất là giàu có, nhưng về cuộc sống tinh thần mà nói, thì nghèo thiếu không có gì cả.

Người đời lục đục, hời hả, bôn ba, nhộn nhịp, không ra khỏi hai chữ “danh lợi”. Sự thật, sau khi thành danh được lợi, ngược lại thì đời người ấy cách rất xa với hạnh phúc và an lạc. Bởi vì danh lợi trọn không có chỗ dừng, mà được thì khó, mất thì dễ. Chẳng những là cần giữ lấy mà đã phải phơi lòng treo mật để có được, còn đem sinh mạng để tìm cầu cho cao hơn một bậc, do đó lại có chủ định khổ nhọc trọn đời, không được yên ổn.

Làm chức lớn hay có tiền nhiều mới có sĩ diện, làm công việc nặng nhọc, ăn đạm bạc đậu rau thì không có sĩ diện bị người coi thường. Đây tức là không thấy rõ, tự chuốc khổ não. Kỳ thật, có sĩ diện, là tâm hư vinh làm điều quái gở, cuộc sống đời người mãi mãi lặn hụp trong sáu đường, tức là tham ái dính mắc từ vấn đề “có sĩ diện” này.

Tiền bạc không phải là ở nơi có nhiều, mà dùng hàng ngày tạm đủ là được. Làm quan chẳng là phải lớn, mà làm tốt trách nhiệm là được. Mạng sống chẳng phải ở chỗ dài lâu, mà phải khỏe mạnh thì vui. Không tham bên ngoài thì thanh tịnh bên trong, vả lại được nhiều phước. Tâm không xấu hổ thì khỏe mạnh và tuổi thọ nhiều. Có hai thứ “Phước, Thọ” này thì sẽ tốt hơn nhiều so với “Tiền Tài, Danh vọng”.

Phật pháp yêu cầu người đời chẳng nên chấp nơi hư danh, tài lợi, riêng tư, ham muốn... Vì những vấn đề này đều là nhân tố chủ yếu của khổ đau đời người. Vì những vấn đề này không những khiến cho con người sanh lòng xảo quyệt đoạt lấy, làm thương hại đến đạo lý, mà rốt cuộc rồi còn phải chuốc lấy ngày lâm chung chẳng tốt đẹp yên bình.

Xem thấu suốt sự lý tình người thì có thể không còn lo nghĩ. Xem không thấu, nghĩ không rõ, thì tâm sẽ phiền toái suy nghĩ loạn động. Phiền não nhiều do hai chữ DANH LỢI mà ra. Lạc quan nhiều do một niệm CHẲNG CẦU mà có. Không yêu cầu quá sức thì không có sự thất vọng ngoài ý muốn. Mà đã không có sự thất vọng ngoài ý muốn thì không sinh ra sự oán trách. Đem hai chữ “danh lợi” bỏ đi, tâm cảnh sẽ linh thông sáng suốt. Trừ sạch quan niệm “tham cầu”, phiền não tự nhiên trong suốt.

Xem và phá một cách triệt để năm dục, danh lợi, chuyên tâm nhất ý niệm Phật, không nhìn gió mây biến huyền, trăng khuyết trăng tròn, xem cái gì cũng đều không động ở bên trong, thế mới là chân tâm tu hành.

Người xưa thường quan niệm: “Nuôi con phải giữa lúc tuổi già”, nhưng quan niệm đó không còn phù hợp với hoàn cảnh xã hội ngày nay. Hoàn cảnh, trào lưu, tư tưởng của xã hội ngày nay đã thay đổi khác. “Nuôi con” chỉ là một vấn đề trách nhiệm, một loại nghĩa vụ. Niềm hy vọng thời đại con trẻ nuôi người già đã qua rồi. Con cái trong thời hiện đại này cần phấn đấu chính mình. Xu hướng của thế hệ trẻ hôm nay là muốn độc lập chính

mình, lập gia đình ở riêng. Do thế, con cái không có thời gian và sức lực dư thừa để chiều cổ đến người già. Nếu muốn nuôi con để ngửa lúc tuổi già, thì có khác gì ngóng chờ lỗ mũi con cái mà thở. Nên nhìn sắc mặt của con cái, thậm chí ta biến thành vật thừa trong tâm trong mắt của chúng, thế thì thâm quá! Con cháu tự có cái phước của nó, chẳng nên vì con cháu mà làm trâu làm ngựa. Con cái lúc còn nhỏ thì nuôi dạy cho tốt, lớn lên thành người rồi thì hết chức phận, nên giữ ít tiền, học Phật tu hành cho chính mình (Niệm Phật), nên tinh tấn để vãng sanh về thế giới Cực Lạc.

TIÊU TRỪ NIỆM THAM

Nhìn thấu suốt, phân tích rõ, hiểu được cái gì là CHÂN THƯỜNG, cái gì là VÔ THƯỜNG, biết tất cả không khả năng giữ mãi, có mãi, chấp mãi, cũng không cần lấy nhiều, chứa nhiều, quán chiếu thấy năm uẩn là không, tự nhiên không có niệm tham.

Dầu đòi người giàu có vinh hoa, khi sinh chẳng mang gì đến, khi chết cũng chẳng mang theo được gì, được chẳng vui mất chẳng buồn. Vậy thì tham của người khác làm gì? Vả lại sau khi chết mà vãng sanh về thế giới Cực Lạc thì vạn lần tốt đẹp đầy đủ.

Mỗi việc tham muốn mong cầu (dục vọng), ở nơi niệm trọn không chỗ dừng nghỉ, tuy là do tham mà được, cũng vĩnh viễn khó mà đầy đủ. Ngược lại, vọng niệm thì điềm tĩnh chẳng cầu, tuy là ngay nơi không có gì, mà rõ ràng tự được, không mảy may gì là chẳng vui.

Chúng ta có thể tiêu trừ niệm tham thì sẽ ít chấp trước, ít tranh đoạt, ít đồ kỵ, ít oán trách, khiến cho xã hội có xu hướng hòa bình yên ổn.

TIÊU TRỪ NIỆM SÂN

Niệm sân thường nhân nơi tâm giận mà khởi, tâm giận thường vì sự riêng tư của bản ngã, sự sai lệch của bản ngã, cân lường, so sánh, háo thắng, ý mạnh, ưa sĩ diện, ưa hư vinh mà khởi ra. Cho nên gọi là sợ mình chẳng thành mà thành ra giận người. Cần biết rằng người phạm việc phạm, mỗi cái đều có nhân duyên, mỗi cái tự phải nỗ lực, mỗi cái đều có phước báo, sao không biết tự trông ở nơi ruộng phước, mà lại chuyên đi làm cái việc ức chế phá hoại người khác, dẫu tổn hại người mà chẳng ích lợi gì mình!

Niệm sân lại thường còn do nơi tâm oán hận mà khởi, oán hận lại thường nhân nơi hiểu lầm biết sai, bị xúi dục, bị ly gián mà sinh tranh chấp, ôm lòng hiềm khích, nhớ lấy cừu hận, nghĩ sự phục thù v.v... mà khởi ra. Cần nên biết rằng con người đối xử với nhau, phải có đức bao dung cho lớn, có thể nhẫn nhục mà tha thứ, giúp đỡ. Nếu còn oán sân với nhau thì kiếp nạn cứ xoay vần, họa báo không dứt được. Huống nữa oán sân với người thì kết lấy ác duyên, người ấy chưa chắc gì vì ta oán sân mà chuyển thành tốt. Ngược lại lượng thứ cho người thì có thể kết thiện duyên, người đó có thể nhân vì ta độ lượng từ bi mà được chuyển hóa, cảm hóa.

Ngay lúc niệm sân khởi, người niệm Phật nên dùng tuệ giác chiếu để gấp rút chuyển pháp, và làm phép quán “bình đẳng bất nhị”.

TIÊU TRỪ NIỆM SI

Thế gian vốn không có thị phi được, mất. Tất cả bởi do tâm huyền giả của con người tạo tác mà ra. Chúng ta nên thận trọng chỗ tạo tác có hợp lý hay không? Là chính đáng hay không? Có ý nghĩa giá trị hay không? Nếu như không nhận rõ xanh, hồng, đen, trắng thì mù mắt chạy theo si mê vọng chấp, tự rơi vào cạm bẫy, cam chịu sự trói buộc, thế là việc cực đoan ngu tệ.

Phước báo đời người, mỗi người tự có nhân duyên, tất cả nên tùy duyên, tùy hỷ mà lấy bỏ, chẳng nên mờ mắt mong cầu, si mê trối chặt, cưỡng lấy xảo đoạt, mảnh khoe khổ cầu, chỉ là tạo ra những duyên nghiệt ngã, nhân quả trả báo nhau tệ hại vô cùng.

Tự đến khuyên người dừng sự tranh cãi là nghĩa cử thiện, khích người đấu tranh với nhau là nghiệp ác. Nếu còn si mê ở việc tranh chấp tới cùng, đấu tranh quyết liệt, kết cừu báo oán, thì lâm vào thế tự chuốc phiền toái và nã hại người khác.

Người niệm Phật hằng giờ phải quán chiếu tự tánh, rõ ngộ bản thể thanh tịnh, phá trừ vô minh, tự nhiên xa rời được si mê.

TIÊU TRỪ NGÃ KIẾN

Nhu cầu mỗi ngày của đời người, trăm công việc muốn được chu toàn thì kia đây phải nương nhau, hợp tác giúp đỡ cho nhau, mới có thể cùng tồn tại, cùng hưởng lấy. Nếu miễn cưỡng chia ra: kia, đây, cùng nhau đấu tranh chê bai nhau, thì rõ ràng tàn hại cùng nhau.

Con người quý ở chỗ là khoan dung thông cảm với nhau, vui hòa chung ở, hóa giải oán cừu, vun bồi việc tốt đẹp, mà tránh sự phát sinh tranh chấp.

Con người mà khi đã muốn làm việc thiện, lợi ích chúng sanh, làm việc phục vụ, rộng lòng bố thí, thì còn e ngại gì nữa vấn đề tiện nghi bị người chiếm đoạt, chỗ ở tốt bị người chiếm lấy? Lại còn sợ gì nữa khi người khác hơn mình.

Cuộc sống nổi trôi như huyễn mộng, ta như kẻ lữ hành lặn lội một đời trải qua mấy mươi mùa nóng lạnh mà thôi! Cái ta có: nào chồng, nào vợ, rồi con cái, quyến thuộc, bạn bè, xã hội, quốc gia... thậm chí chỗ gọi là của ta, cũng chỉ là nhân duyên giả hợp, duyên phần có lúc hết, qua lại vô thường, chẳng phải chết rồi chấp cho là vĩnh hằng, cũng chẳng phải lấy ta làm trung tâm mà sinh kiến chấp lệch lạc, tư riêng, yêu thương và sân giận.

TA ngày hôm qua chẳng phải là TA của ngày hôm nay, TA hôm nay chẳng phải TA của ngày mai. TA là ở sự biến hóa vô thường tùy lúc, nên chẳng thể được. TA đã chẳng thể được, thì hà tất gì phải tham chấp ở nơi cái TA này? Mà đi bài trừ bác bỏ cái chẳng là TA, công kích

những gì khác mình, tạo thành tranh chấp, đổ kỵ, hờn giận oán cừu, đối địch đấu tranh, tàn hại nhau v.v... biết bao điều đau khổ.

Ta phải quay lại quán tự tánh là bản tánh thanh tịnh, chẳng dính mắc, chẳng ô nhiễm, quán sát thể gian tất cả đều “bình đẳng bất nhị”, không oán không giận, cũng không có kiến chấp tướng người tướng ta, tình và pháp cả hai đều mất, người và ta đều không, rõ ràng mà rộng lớn, sao lại có cái thấy (kiến chấp) riêng tư đối với ta?

TIÊU TRỪ CHẤP TRƯỚC

Tâm người thường mỗi khi bị vô minh che lấp, gặp việc chẳng kể là phải quấy, thiện ác, chủ quan trước tiên thường ưa chấp lấy. Tâm như keo dính, gặp lợi là chấp lợi, gặp khổ là chấp khổ, gặp vui là chấp vui (gặp ngã chấp ngã, gặp pháp chấp pháp, gặp thấy (kiến) chấp thấy, càng chấp càng bền chắc, tâm bị chấp sai khiến nên rơi vào mê khổ).

Chấp thì phát sinh cái lực ma sát cản trở mà làm ngăn hại, chẳng chấp thì bốn phía đều không, tất cả sinh hoạt vô ngại, mới dễ giải thoát.

Nhân quả cũng chẳng nên chấp trước, có thể tùy duyên mà gạt bỏ hóa trừ. Nhân ác cố gắng chẳng nên dính mắc, nên cần làm thiện để hóa giải thì trọn có lúc được tiêu trừ. Nhân thiện cũng chẳng nên dính mắc, vì bởi dính mắc sẽ có tướng: Ngã, nhân, chúng sanh, thọ giả mà chẳng thể giải thoát.

Trên pháp thế gian mà nói, ban đầu của đời người, cội nguồn là một tấm giấy trắng không, tất cả phong tục tập quán, pháp luật chế độ, phải quấy, chia phân sang hèn, được mất, cao thấp v.v... đều là sự quan hệ do nơi tâm huyền giả định bày ra, tạo tác mà lập nên. Nhưng tất cả sự vật sau khi đã lập, thì có sự tương đối, do đó có lợi thì có tệ nạn, quan tâm việc này thì mất việc kia, theo duyên chuyển hóa sinh diệt vô thường, thật sự không thành tâm ý và trạng thái bất biến, cũng không thành tiêu chuẩn và sự cao cả của thói quen bất biến. Cho nên xử sự quý ở chỗ khách quan không câu chấp, không nên thành kiến, đối với tất cả các phép tắc chế độ, hành vi cung cách, dùng đến thì làm, bỏ thì xả buông. Nếu còn chấp lệch lạc một chút chẳng buông rời, ăn lâu chẳng tiêu hóa, mê muội biến thành dần dần, ngoan cố biến thành bệnh tật, tự lụy tự khôn đốn, thì đi đến chỗ ngăn trở chướng ngại, không thể ứng xử với đời được viên dung. Vả lại, ngu muội mê hoặc chính mình, một đời bị sự sai bảo của kiến chấp và tình thức, bị khống chế và trói buộc, trần lao không hết, phiền não không cùng. Nếu còn đối với những cảm xúc này tức từng mức so tính ở nơi tâm, từng giờ chẳng quên ở nỗi nhớ, thì cái thân của tâm bị tước đoạt, liên tục quên mất đường về, tâm chẳng tự chủ, sự não loạn làm sao dứt được?

ĐOẠN TRỪ ÁI DỤC

Trong kinh 42 chương, chương 24, Đức Phật dạy: *“Trong các ái dục, không gì đáng ngại bằng sắc dục. Lòng ham thích sắc đẹp to lớn không gì sánh bằng. May thay, chỉ có một mình nó mà thôi. Nếu có hai thứ như thế thì khắp thiên hạ không ai có thể tu Đạo được cả!”*.

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

Chương 25, đức Phật dạy: “Người đam mê ái dục giống như người cầm đuốc đi ngược gió, chắc chắn sẽ bị tai họa cháy tay”. Ở chương 30, Đức Phật lại dạy: “Là người tu hành phải coi mình giống như kẻ mang củ khô, thấy lửa đến phải tránh, người học Đạo thấy các đối tượng dục lạc phải tránh xa”.

Ái dục là gốc rễ của sanh tử. Chúng sanh chịu khổ trong vòng luân hồi đều là do lòng ái dục mà ra. Truy cho cùng, gốc của ái dục không phải chỉ mới có trong đời này, mà đã có trong từ vô thủy kiếp khi sanh tử mới bắt đầu vậy. Đời đời kiếp kiếp, bỏ thân này sanh thân kia, đều do ái dục làm cho luân chuyển. Cho đến ngày nay, thử hỏi mình đã có một mảy may ý nghĩ tạm rời cái gốc rễ ái dục này chưa? Bởi cái hạt giống, cái gốc rễ ái dục này quá sâu dày, nên sanh tử cứ vô cùng vô tận. Con người sanh ra bởi sắc dục, chết bởi sắc dục, đó là lẽ thường của thế tục, và thuận theo thế tục mà cứ luân hồi sinh tử không ngừng. Người tu hành giải thoát phải đi ngược lại, có đi ngược mới thành thánh, nên cái gì hay với thế gian thì lại không hay với người tu hành; người thế gian tham, chúng ta không tham; cái gì người thế gian yêu thích, chúng ta không yêu thích; cái gì người thế gian mê, chúng ta không mê. Muốn cầu giải thoát phải ra khỏi đường mê.

Nghiệp nặng nhất của chúng sanh là si ái, ngày đêm sống trong si ái, không thể xả bỏ được. Nếu chuyển được tâm háo sắc thành tâm tu hành học Phật Pháp, từng giờ từng phút không lãng quên việc tu học, thì chúng ta sẽ mau chóng thành Phật đạo. Tại sao thế giới càng ngày càng băng hoại? Vì ai ai cũng tranh danh, tranh lợi, tranh

quyền, tranh địa vị, và nghiêm trọng nhất là tranh sắc dục. Dâm dục là nguồn gốc của sanh tử. Nếu không đoạn dâm dục thì muốn sanh lên trời cũng không được, huống hồ là muốn chứng Đạo Vô Thượng Bồ Đề? Vì vậy, nếu muốn tu hành để vượt khỏi biển khổ sanh tử, thì trước hết chúng ta phải vượt qua cửa ải này. Tu hành học Phật thì cần phải dùng trí tuệ mà không thể dùng tình cảm. Dùng trí tuệ để học Phật Pháp thì đó là Chánh Pháp. Dùng tình cảm mà học Phật Pháp thì đó là Mạt Pháp vậy.

Người tu hành giống như mang cỏ khô, hễ lửa đến thì ta phải nên tránh xa. “Lửa” tức là gì? Ở đây, “lửa” là nói cho dục vọng và ái tình, và cũng là tình cảm mong muốn các cảnh giới của lục trần. Lục căn thì thuộc về tình, còn lục trần thì thuộc về cảnh. Cả sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) hiệp với sáu trần (hình ảnh, âm thanh, hương thơm, mùi vị, tiếp xúc, pháp) làm cho con người bị đắm say mê muội, mê đắm đến nỗi “sống say chết mộng”! Tướng mạo dù có đẹp bao nhiêu cũng chỉ là da bọc bên ngoài. Trong thân thể nào là máu mủ, phân, nước tiểu... Chín lỗ của thân thường chứa những thứ bất tịnh do bẩm: Như mắt thì có ghèn, tai thì có ráy tai, mũi thì có dãi mũi, miệng thì có nước miếng, thêm đại tiểu tiện. Như thế, chúng ta chín chắn mà nghĩ, thực sự thân này có sạch sẽ chăng?

Ma vô cùng thông minh và xảo quyệt. Chúng biết người tu hành tham muốn thứ gì thì chúng sẽ dùng phương pháp thích hợp để mê hoặc dụ dỗ người ấy. Do đó người tu hành chúng ta không cần thiết phải niệm chú gì đặc biệt, cũng không cần dùng pháp môn gì. Chỉ cần

mình *chân thật, không tranh, không tham, không mong cầu, không ích kỷ, không tự lợi*, cứ chăm chỉ tu hành thì không ma gì có thể phá hoại được chúng ta. Chỉ cần chúng ta có lòng tham, có lòng khinh mạn, muốn có tiện nghi, muốn nôn nóng cầu chứng quả thì sẽ dễ dàng bị đánh vào ma sự. Chúng ta phải luôn nhớ rằng: không đoạn trừ tâm dâm thì không thể thành Phật. Trong thiên hạ không có chuyện đó. Đời nay đa số người ta thích nhanh chóng, thích có kết quả liền, nên khi họ nghe nói có pháp huyền diệu thì liền bị mê hoặc rồi rơi vào lưới ma. Đến lúc chết mà vẫn còn cho là có pháp bí mật, hay mật pháp! Bí mật đến độ phải vào địa ngục luôn!

Người tu hành không thể có niệm tà dâm, tức là ý tưởng dâm dục. Nếu còn chút niệm dâm dục, thì quyết không bao giờ vượt khỏi tam giới, vẫn phải lưu chuyển trong luân hồi sanh tử, vì niệm dâm dục chính là gốc rễ của sanh tử. Nếu đoạn trừ được nó, thì mới có thể ra khỏi tam giới mà chứng quả Phật. Bởi vậy, người tu hành nhất định phải ly khai ý tưởng dâm dục. Làm sao mà ly khai được? Trước hết là không nên ăn những thứ giàu chất dinh dưỡng, bởi bản thân người tu không thiếu chất dinh dưỡng, cho nên không cần nạp thêm dinh dưỡng nữa. Ăn nhiều, lòng dục phát khởi nhiều, chất bổ dưỡng nhiều sẽ sinh những ý niệm dâm dục. Muốn không có ý dâm thì phải hạn chế vấn đề ẩm thực, không ham ăn ngon, không ham ăn nhiều, hạn chế tối thiểu ăn các gia vị kích thích, phải luyện tập sao đủ duy trì sinh mạng là được rồi, đó là bí quyết của người tu. Nếu không, chúng ta mang các món ngon gồm sơn hào hải vị để cúng cho cái đền thờ ngũ tạng, thì đây quả là cái họa dẫn tới phá giới về dâm dục.

Trong phạm vi của luật nhân quả, thì phạm tội tà dâm là nghiêm trọng nhất. Sự trừng phạt còn ghê gớm hơn nữa. Một người lúc sống phạm giới tà dâm bao nhiêu lần, thì khi chết sẽ bị một cái cưa lớn cưa thân người ấy từ đầu xuống chân bấy nhiêu lần. Người có đẹp lộng lẫy đến đâu cho đến cả người xấu xí, cũng chỉ là da bọc những hôi thối bên trong. Bên ngoài tuy không giống nhau nhưng bên trong thì một thứ, chẳng gì đẹp để hay xấu xí. Nếu càng tìm bên trong càng thấy toàn là máu, mủ, đờm, dãi, nhớt nhúa. Xét đến năm tạng, thì toàn là phân và nước tiểu. Bên ngoài đẹp để, bên trong hôi thối không thể chịu được, có gì khác nhau đâu? Cần gì mình phải chấp trước vào cái thân này chứ? Người ngu si thì chấp trước vào cái tướng đẹp để mỹ miều bên ngoài, rồi ghét bỏ cái tướng xấu xí. Đây chẳng phải là ngu si sao? Chỉ có những kẻ vô cùng si mê mới vừa muốn giữ cái tâm dâm dục lại vừa muốn được khai ngộ. Những kẻ có tư tưởng này thuộc loại người ngu si tột đỉnh, rất khó giáo hóa, cho dù Đức Phật Thích Ca hay Phật A Di Đà có hiện thân đi chăng nữa thì các Ngài cũng bó tay không cách nào làm cho họ đắc đạo hay chứng quả vị gì được cả! Cho nên, hạng người này là ngu dốt nhất, si mê nhất!

Trước khi nhập diệt, Đức Phật Thích Ca dạy rằng: *“Hiện nay Ta còn ở tại thế gian thì bề lũ Ma vương không dám xuất hiện. Song lẽ, lúc Phật Pháp đang ở vào thời Mạt Pháp, thì sẽ có nhiều loại ma dân ấy hiện ra đông đảo ở thế gian, mở rộng sự tham dâm”*. Thời Mạt Pháp chính là thời đại của chúng ta hiện nay. Vào thời điểm này, loại ma dân ấy rất đông đúc và chúng đi khắp

nơi nói chuyện dâm dục. Bất luận nam hay nữ, kẻ nào cũng ưa thích dâm dục và đồng thời cũng muốn thành Phật, muốn được khai ngộ. Sự khác biệt giữa Ma vương và Bồ tát vốn rất vi tế. Bồ tát thương xót và che chở cho tất cả chúng sanh với lòng vô ngã đại bi, chứ tuyệt đối không có lòng dâm dục. Trong khi đó, Ma vương đối với chúng sanh thì luôn đề xướng “ái”, chuyên môn nói chuyện dâm dục, chú trọng dâm dục, thậm chí chúng còn thuyết rằng, hễ tâm dâm dục càng nặng bao nhiêu thì khai ngộ được quả vị càng cao bấy nhiêu, và dùng tà thuyết ấy để hại người.

Trong kinh Lăng Nghiêm, quyển sáu, đức Phật dạy rằng: “Cho nên A Nan! nếu không đoạn dâm, tu hành thiên định, như đem cát đá mà muốn nấu thành cơm, trải trăm nghìn kiếp, chỉ là cát nóng. Bởi vì sao vậy? Chẳng phải gốc cơm, mà là cát đá thành vậy. Ông lấy thân dâm, cầu diệu quả Phật, dù cho được ngộ, đều là rễ dâm, cội rễ dâm luân hồi ba đường quyết chẳng ra khỏi, Như Lai niết bàn đường nào tu chứng? Phải khiến thân tâm, cơ dâm đều dứt, tánh dứt cũng không, Bồ đề chư Phật có thể cầu mong. Lời ta nói đây, gọi là Phật nói, không như đây nói, tức Ba tuần (Ma vương) nói”. Thế nào là trần lao? Chính là sự dâm dục. Trần lao chính là dâm dục mà dâm dục chính là trần lao. Vì thiên ma tham luyện sự dâm dục nên chúng không muốn chúng ta buông bỏ việc dâm dục. Chúng khiến chúng ta tham luyện. Chúng nói: “Chúng ta là bạn tốt, tôi không buông bỏ chuyện dâm dục, nhưng bạn muốn từ khước, buông bỏ việc này sao? Không thể được!”. Vì thế chúng ma sẽ tìm đến chúng ta. Để làm gì? Nói thẳng ra, là vì chúng

không muốn chúng ta được giải thoát để tiếp tục làm quyền thuộc của chúng.

Chúng ta nên biết rằng, thiên kinh vạn quyển, ba tạng mười hai phần kinh, đến tận cùng thì cũng chỉ nói tới vấn đề này thôi. Nếu chẳng có vấn đề “dục”, thì kinh điển gì cũng chẳng cần thiết, mọi pháp đều “không,” mọi pháp đều “như”. Bởi vì có vấn đề đó, chúng ta mới phải tu hành giải thoát. Nếu chúng ta chẳng thể nào bỏ ái và đoạn dục, thì dù có tu hành đến tám vạn đại kiếp, cũng chỉ là uổng phí. Nếu chấm dứt ái dục, trừ tâm tham, mới thực sự hết tâm tham, không có tham thì không có phiền não. Vậy tới khi nào thì bỏ được tâm tham đây? Tất nhiên phải phá được vô minh, mới đoạn trừ tâm tham được. Sở dĩ các vị Bồ tát tu hành dũng mãnh và tinh tấn, chính là để phá trừ một phần vô minh, chứng được một phần pháp thân, tới khi chứng được quả vị Đăng giác thì mới đem hết vô minh diệt trừ để chứng quả vị Phật. Tâm tham là một trong ba độc rất khó đoạn trừ. Chúng ta khi mới phát tâm tu hành, thì cái làm chướng ngại sự dụng công của chúng ta chính là tâm tham dâm, nam thì ham nữ, nữ thì ham nam, một vấn đề căn bản. Kinh Lăng Nghiêm nói rất rõ: “*Tâm dâm không trừ, trần lao không ra khỏi*”. Nếu như chẳng trừ được tâm dâm mà lại mong thành Phật đạo, thì chẳng khác gì lấy cát nấu lên để làm cơm, một chuyện không thể nào xảy ra được.

Sở dĩ chúng ta có tâm dục là do mình có mong cầu. Con gái mong có bạn trai, con trai mong cầu bạn gái. Không những chỉ cầu thôi mà còn theo đuổi, giống như cái khoan, cứ nhắm về phía trước mà khoan. Nếu không có sở cầu, thì làm sao còn ý niệm tà dâm? Một chàng trai

tuần tú, một cô gái xinh xắn bắt quạ chỉ là hai bao thịt hôi hám mà thôi. Tại sao lại tham luyện chứ? Nếu không có sở cầu thì mình không sao phạm giới dâm này. Người trong tâm chứa nhiều tham luyện, chính là tham đắm dâm dục. Người tham đắm dâm dục phải có phương cách để ngăn chặn “dâm”. Phương cách đó như thế nào? Chính là quán thân bất tịnh. Nam, nữ diện mạo có xinh đẹp cách mấy cũng đều là bất tịnh, đã là bất tịnh thì làm sao có thể tham luyện? Nên mới nói “*chúng sanh nhiều tham luyện phải quán bất tịnh*”. Biết nó là bất tịnh sẽ không tham đắm, mà không tham đắm thì sẽ không có tâm dâm dục mạnh mẽ như thế!

Vô minh khiến cho phàm phu chỉ biết mấy thứ tình dục. Họ nghĩ rằng chuyện tình ái ở thế gian là thật, cho nên họ không thể xa rời và cũng không thể buông bỏ nó. Cho nên, họ gắn bó với thân bằng quyền thuộc một cách rồi ren mà buông không đành. Rồi họ lại tạo ra biết bao thiện ác lẫn lộn, không phân biệt được giữa ô nhiễm và thanh tịnh. Đời đời kiếp kiếp, họ cứ quay quanh trong vòng sanh tử luân hồi, vĩnh viễn không bao giờ ngừng. Cho nên nói vô minh là căn bản của sanh tử là thế. Người tu hành không thể để cho những rắc rối đó đè nặng trong tâm, nên tâm được thanh tịnh, giải thoát sanh tử. Nếu không cắt đứt vô minh, chúng ta vĩnh viễn sẽ bị nó chi phối, để rồi xuống địa ngục, lên non đao xuống rừng lửa. Lúc bấy giờ, chúng ta sẽ hối hận là lúc đầu sao mình không chịu tu hành tinh tấn. Lúc ấy có hối tiếc thì không còn kịp nữa. Lúc chưa giác ngộ, thấy thứ gì ta cũng đều chấp là thật, nhất là đối với tiền tài, sắc dục, danh vọng, ăn uống, ngủ nghỉ, thứ gì cũng tham luyện, không chịu xả bỏ. Khi đã giác ngộ, thì mọi thứ đều là hư

giả, như hình ở trong gương, như bóng mặt trăng dưới nước, tất cả đều là ảo ảnh, chẳng phải chân thật.

Nhưng thế nào gọi là giác ngộ? Tức giác ngộ tình dục là những thứ nguy hiểm, làm tổn thương đến thân thể và khiến cho chúng ta ngu si. *Một niệm dục chính là một niệm ngu si, niệm niệm dục chính là niệm niệm ngu si*, cho nên nói: “Nghiệp hết tình không là chân Phật, nghiệp nặng tình mê là chúng sanh”. Phải buông bỏ những tâm niệm ô nhiễm, ngoài cách này ra không còn cách nào hết. Tâm niệm ô nhiễm chính là dục niệm, nói rõ hơn, chính là niệm dâm dục. Nếu thân làm những việc dâm, chính là thân nghiệp không thanh tịnh. Nếu miệng nói những lời dâm, thì khẩu nghiệp không thanh tịnh. Nếu tâm thường nghĩ đến việc dâm, thì ý nghiệp không thanh tịnh. Nếu thân khẩu ý đều không phạm, thì ngày thành Phật không xa. Người đời thường đi ngược với sự giác ngộ, hiệp với trần lao. Hiệp với trần là gì? Chính là hiệp với những thứ ô nhiễm không thanh tịnh. Nếu một khi chúng ta rơi vào lưới dục tình thì sẽ bị ô nhiễm. Nếu ly khai được tình dục, mới có thể rời xa ô nhiễm. Cho nên nói: quay lưng với trần lao chính là hiệp với sự giác ngộ, quay lưng với giác ngộ chính là lẩn lộn trong trần lao. Nếu chúng ta ô nhiễm thì không được thanh tịnh, không được thanh tịnh thì không thể thành Phật.

Nói từ gốc rễ thì đạo là con đường đưa đến liễu sanh thoát tử. Tu đạo nghĩa là khép cánh cửa sanh tử. Cửa sanh tử là gì? Chính là dục niệm. Mang tâm dâm dục là mở cửa sanh tử, đoạn trừ tâm dâm dục là khép cửa sanh tử. Những người thiện căn khi nghe qua đạo lý này bèn nghĩ rằng: “À! Vốn nó là như vậy!” Do đó họ cảm được

mà làm theo, để trở về nguồn cội, quay lại phản tỉnh chính mình, xoay lưng với trần cảnh mà hướng về giác ngộ (bội trần hiệp giác), và dụng công tu đạo. Từ sáng đến tối tinh tấn tu hành, như tình trạng gà ấp trứng, như rồng nuôi ngọc, tập trung tinh thần để dụng công. Chỉ một lòng tu đạo, không còn vọng niệm gì khác.

Đối với các bạn trẻ, khi đang ngồi ở nhà trường, các bạn hãy chuyên tâm học tập và trau dồi đạo đức, hun đúc cho mình một cá tính chững chạc. Khi chưa trưởng thành, các em không nên nghĩ đến chuyện yêu đương, hay làm chuyện quan hệ giữa nam nữ. Nếu ta quan niệm rằng “trao không bạn gái là quái, gái không bạn trai là cù lần”, thì quả thật thế giới chúng ta đang sống nguy ngập tệ hại lắm! Có thể nói không quá bi quan rằng, nền giáo dục ở khắp thế giới gần kề sự phá sản. Là vì giới trẻ bị “gắt” trước khi chúng chín mùi. Người ta đã dạy chuyện nam nữ ái tình cho giới trẻ quá sớm. Việc này giống như lúa chưa chín mà vội gặt. Khi lúa mới trở bông mà ta đã gặt, thì mùa ấy sẽ thất. Nếu mầm mới nhú mà ta vội ngắt, thì đến cuối mùa chẳng có gì để gặt. Các bạn trẻ lao đầu vào chuyện yêu đương tình ái khi mình chưa trưởng thành chững chạc thì cũng y hệt vậy (lúa chưa chín mà vội gặt). Và dù rằng đây là việc tệ hại nhất, người ta ai cũng cho việc trai gái hẹn hò, yêu đương lãng mạn là việc hợp thời, đúng một. Thật là quan niệm điên đảo về tình yêu. Thực tế đau buồn là, phim ảnh, truyền hình dạy con em chúng ta trộm cắp, hành hung, đốt phá, bạo lực và dâm loạn. Đó là những thói hư tật xấu mà truyền hình đang từng ngày làm hư hỏng tâm hồn và tương lai con em chúng ta.

Trong nghiệp sinh tử, tình ái và dục vọng là gốc chướng Đạo. Là người tu hành, bất luận đối với người hoặc đồ vật, nếu sinh ra lòng luyến ái thì sẽ chướng ngại cho sự tu hành, làm mình không tiến triển được. Nói một cách rõ ràng hơn: **“ái dục là sinh tử, sinh tử chính là ái dục”**. Ái dục là nguồn gốc của sinh tử. Nếu không phá vỡ tình ái dục vọng vô minh, thì mình sẽ không thể ra khỏi biển lớn sinh tử. Làm sao để thoát sinh tử? Rất giản dị, chỉ cần “đoạn dục khử ái,” nghĩa là dứt dục vọng, trừ ái tình, chẳng còn cách nào khác hơn.

Người tu hành chúng ta đừng nên suy nghĩ về tình ái dâm dục, càng không nên có hành vi yêu đương. Đối với bất cứ người nào, không nên sinh lòng yêu đương; hễ có lòng yêu đương thì gốc khổ không thể tránh được; vì có lòng yêu đương thì khó thoát vòng sinh tử. Có người nói: “Con người vốn có tình cảm, chuyện ăn uống và dâm dục là việc tự nhiên”. Chính bởi vì nhân duyên đó, cho nên chúng ta cần phải tu hành. Trong kinh 42 Chương, chương 29, Phật có dạy rằng: *“Này các Tỷ kheo, phải dè dặt chớ ngó nhìn nữ sắc cũng như không nên tiếp chuyện với họ. Nếu có phải nói chuyện thì hãy chánh tâm suy nghĩ: “Ta là một vị sa môn sống trong cuộc đời bất tịnh, phải như hoa sen, sinh trưởng từ bùn nhưng không bị bùn làm nhơ ứ”. Các thầy phải có cái nhìn viễn ly. Xem người già cả như mẹ, người lớn hơn như chị, người nhỏ hơn như em, nhỏ hơn nữa như con cháu. Phải nhìn nữ sắc dưới khía cạnh “độ thoát họ” mới tiêu diệt được các ác niệm”*. Là người tu hành, chúng ta phải luôn luôn quán tưởng như vậy. Nếu quả không có ái, phải chăng khi gặp người khác mình cứ

ngậm miệng chẳng để ý đến họ? Không đúng! Mình không nên chấp trước vào tình ái, không sinh lòng yêu đương luyến ái, nhưng cũng không nên có thái độ khinh mạn hay ghét người ta, cũng không thể nói rằng: “Bởi vì tôi không thương người ta nên tôi phải ghét họ.” Đó là điều sai lầm. Như vậy, như thế nào là đúng? Tức là không thương mà cũng chẳng ghét ai, mà phải dung hòa, lễ độ, khiêm nhường. Không thương không ghét chính là trung đạo. Khi đối người tiếp vật, chúng ta luôn luôn bình đẳng, dùng tâm từ bi, nhưng nhớ phải luôn cẩn thận, chớ để rơi vào cạm bẫy ái tình.

Tại sao chúng ta có phiền não? Bởi do chúng ta có lòng tự tư (ích kỷ). Tại sao có tự tư? Bởi có dục tâm. Cho nên ta mới tìm mọi cách để giữ lấy nó, sợ nó đi mất. Nếu nó bị thương tổn thì sẽ phát sinh nóng giận. Tại sao nóng giận? Chính là do vô minh và tình ái tác quái. Giả sử không có vô minh, không có tình ái, thì tâm nóng giận sẽ không có, muốn tìm kiếm nó cũng không thấy được. Nếu có tình ái thì sẽ có tự tư. Có tâm tự tư rồi thì chẳng từ một thủ đoạn nào để đạt được mục đích, thậm chí có thể hy sinh cả mạng sống mà không tiếc thân. Tất cả là vì dục niệm. Nếu thực sự không có dục niệm sẽ không có tâm tự tư. Không có tự tư thì không có phiền não. Có phiền não là có sanh tử, nếu không có phiền não thì không có sanh tử. Ý nghĩa này, ai ai cũng biết, chỉ có điều là không thực hành được mà thôi. Chúng ta phải biết rằng, không có dục thì không có vô minh. Phá được vô minh thì pháp tánh hiển hiện. Chúng ta học Phật, đầu tiên là phá trừ vô minh, đoạn trừ phiền não. Dụng công tu hành tới chỗ viên mãn thì chúng được giải thoát. Tại sao chúng ta chưa phát sinh trí tuệ? Bởi vì vô minh. Vô

minh sinh ra dục, dục sinh ra tự tư tự lợi, từ đó mà sinh ra phiền não. Tham cầu mà không được thì có phiền não, người đối với ta không tốt cũng là nguyên nhân của phiền não. Tại sao có phiền não? Bởi do có cái Ngã này. Nếu là vô ngã thì không có phiền não. Nếu có thể đến được chỗ không có vô minh, không có tự tư, thì phiền não sẽ biến mất. Thiên kinh vạn điển, nói tới nói lui cũng chỉ có vậy. Cho nên, cái ngã không còn thì phá được cái vô minh. Tiêu diệt được cái dục thì sẽ không có tự tư, không còn phiền não.

Người tu hành học Phật chúng ta phải luôn ghi nhớ, năm thứ dục: tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống, ngủ nghỉ đều do vô minh và tình ái mang đến. Nếu như không có tình dục, chúng ta sẽ thấy không có gì là trọng yếu. Bởi có tình dục nên ta mới cảm thấy cái này không tốt, cái kia cũng không được, cái nọ cũng không đúng, đó chính là con quỷ tình dục nó tác oai tác quái. Nếu chúng ta hàng phục được con quỷ tình dục này, thì chúng ta sẽ vào nhà của Như Lai một cách nhanh chóng, ngồi tòa Như Lai, mặc áo Như Lai và thuyết pháp Như Lai.

Trong kinh 42 chương, chương 41, Đức Phật dạy: *“Người tu hành giống như con trâu chở nặng đi trong bùn sâu, mệt lắm mà không dám nhìn hai bên, ra khỏi bùn lầy rồi mới có thể nghỉ ngơi. Người tu hành phải luôn quán chiếu tình dục còn nguy hiểm hơn bùn lầy, một lòng tu hành theo chánh Đạo mới có thể khỏi bị khổ vậy”*.

KHÔNG VỌNG CẦU KHAI NGỘ

Khai ngộ chẳng phải là mỗi người tu hành đều có thể đạt được. Người niệm Phật mong vọng cầu khai ngộ thì tăng nhiều thêm một chướng ngại. Khai ngộ chẳng phải là việc nói dễ dàng như thế, nếu lời dễ dàng như thế thì hàng ngũ Tăng, Ni ở chùa đều đã khai ngộ cả rồi.

Người niệm Phật tập thiền tĩnh tọa, thì tĩnh tọa là “Niệm Phật”, chẳng phải là tham thiền, chỉ quán, cũng chẳng phải là luyện khí. Người niệm Phật tĩnh tọa (ngồi yên tĩnh), là niệm Phật (mặc niệm), niệm cho thuần thực danh hiệu Phật, trong tâm có Phật, nhất tâm bất loạn thì tốt, có thể niệm Phật tam muội thì càng tốt. Chẳng nên đem vấn đề khai ngộ làm mục tiêu, coi đó là tâm tình thu hoạch ngoài ý muốn mà tĩnh tọa, ngộ mà không khai cũng chẳng nên thất vọng. Nếu tâm tình và sự việc yên tĩnh mà còn mong cầu, thì vấn đề khai ngộ, ngộ khai không được, mà niệm Phật cũng không xong, đến lúc cả hai đều rơi vào trống không!

Muốn khai ngộ, cần phải tự lượng mình là căn tánh bậc nào? Có thể khai ngộ được hay không? Nếu còn chấp cái tâm muốn khai ngộ này, thì trong tâm niệm cũng không thanh tịnh rồi, ngộ làm sao có thể khai được?

“Khai ngộ” thật ra chẳng phải là ngồi miết mới có thể khai ngộ, đi đứng cũng có thể khai ngộ, nghiên cứu kinh điển hoặc nghe một câu nói, xem một động tác cũng có thể khai ngộ được. Cho dù bạn là người thượng thượng căn, cũng chẳng phải mỗi lần ngồi hai ba tiếng

đồng hồ như thế là có thể khai ngộ, đơn giản dễ dàng như thế sao?

Khai ngộ, chữ “Ngộ” này, dùng lời nói hay chữ nghĩa đều rất khó mà diễn đạt rõ ràng, nay dùng chữ “mê” để nói ngược lại cho dễ hiểu hơn một chút. Ví dụ như đối với một sự việc, một câu nói, hoặc xem, hoặc tưởng. Xem hoặc tưởng ở trong đó, đi cũng tưởng, đứng cũng tưởng, ngồi cũng tưởng, tưởng một cách chuyên tâm nhất ý, tưởng... tưởng... tưởng..., tưởng đến nỗi có người khác đến ở trước mặt cũng chẳng hay biết, đây gọi là MÊ, người đời gọi là “mất trí”, thậm chí người khác kêu réo cũng không hay biết, đây gọi là TRƯỚC MÊ (mắc dính mê), người đời gọi là “thất thần”, mê đến cực điểm (nhập định), mười ngày hai mươi ngày mới tỉnh lại (xuất định), muôn cảnh tượng vũ trụ nhìn thấy hết, cũng biết cả, nhìn càng xa, biết càng nhiều, quả vị thì càng cao.

NGỘ, có đại ngộ và tiểu ngộ. Tiểu ngộ là ra không khỏi ba cõi, vì sao? Vì ngoài ba cõi nhìn không thấy, cũng không biết! Ví như muốn đi nước khác, mà ngay cả việc mua vé máy bay cũng không biết, thì làm cách nào để đi?

Tĩnh tọa, đầu tiên cần phải điều hòa thích nghi qua lại, khí mới thuận nhẹ nhàng, điều hòa được sự hít thở, ăn ít cũng không đói (một ngày một bữa, hai ngày một bữa), ngủ ít cũng chẳng mỏi mệt, mới có thể ngồi được lâu (ngồi một hai ngày không đứng dậy). Thân người có ba cái quý: Tinh, Khí, Thần. Tinh đầy thì khí đủ, khí đủ thì thần thoải mái, thần thoải mái thì thân tâm nhẹ

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

nhàng, thân tâm nhẹ nhàng thì khí mới thuận, mới tế nhiệm (tinh tế), mới có thể ngồi được lâu, mới có thể “nhập định”, sau khi nhập định giống người chết, như đất, còn có thể sống được trở lại (xuất định), ngộ được khai rồi, thật là chẳng thể nghĩ bàn.

Hành dâm, ăn nhiều, vận động quá độ, công tác nặng nề mệt mỏi thì có sự trở ngại cho sự thích ứng thân tâm, cần phải chú ý!

Ăn không cần no quá mới có thể chuyên tâm tĩnh tọa, tập luyện thân tâm. Hàng ngày nghiên cứu vị ngon, ăn cho thỏa sự tham muốn của miệng, tâm địa như vậy làm sao thân tâm có thể điều hòa thích nghi qua lại.

Có những loại thực phẩm ăn vào khí sẽ không thuận, cần phải mỗi loại ăn thử mấy ngày, nếu sau khi ăn phát hiện thấy hiện tượng không thuận khí, thì không nên ăn nữa!

Tĩnh tọa cần phải tập thiền định, thống nhất tập trung tinh thần trở lại, yên tĩnh cái tâm là “Định”. Niệm Phật cũng là một phương pháp thiền định, nhất tâm bất loạn tức là “Định”.

Tĩnh tọa cần: An tâm và điều thân.

An tâm: Thì quán không biết huyễn, tướng mở nhìn suốt, buông rời chấp trước, bỏ lìa bận tâm, trần nhiep tinh thần, bài trừ nhiễu nhương, tâm bình khí hòa, an lành tự như. Cũng tức là khiến tâm chuyên chú một chỗ, thống nhất tập trung tinh thần trở lại, chẳng để tâm tán

loạn, tâm niệm không khởi và tự tánh bất động đối với tất cả cảnh giới thiện ác, ngoài lìa tướng, trong chẳng loạn.

Điều thân: Là thuận thông thư thái khí mạch, là bài trừ khí do chất tạp trong cơ thể, đả thông khí mạch toàn thân, tiêu trừ bệnh chướng, thân thể thoải mái nhẹ nhàng. Điều thân, chẳng phải là luyện khí điều chỉnh hơi thở. Lúc ban đầu ngồi thân thể có những tình huống không được thích hợp như đau tê hay ngứa ngáy, đây là quá trình bắt đầu, thể chất mỗi người không đồng, cảm thọ cũng khác nhau, lâu ngày có thể lần hồi dẫn đến bình thường. Lúc ban đầu, ngồi ngay ngắn khi thở ra hít vào (hít thở sâu) thì ta phải biết, biết thôi, không lý giải nó, nên thuận với tự nhiên, qua một thời gian, ta biết ngay nơi khí hít hoặc khí thở, thời gian ngồi ít lâu, lại trải qua một khoảng thời gian khí hít cảm thấy nhẹ nhàng rồi, lại trải qua một khoảng thời gian lúc ngồi giống như không có hít thở, lúc đó thân cũng được nhẹ nhàng, lại qua một khoảng thời gian cảm giác đã không có hít thở, lúc này thân ta không nên động. Nếu đã không hít thở rồi, tâm động lên lại biết có hít thở, lại phải đợi một khoảng thời gian nữa mới cảm giác được không có hít thở, lại phải trải qua một khoảng thời gian, thân chẳng động, tâm chẳng lăng xăng mà nhập định. Tĩnh tọa nói cách khác là nhẹ nhàng thoải mái, lại nữa, có người đã ngồi mười năm, hai mươi năm mà còn mỗi khi ngồi chẳng được ba tiếng đồng hồ thì đứng dậy, khí còn đình trệ ở nơi hít thở.

Lúc ban đầu ngồi tốt nhất là có thầy giỏi hướng dẫn, hay tìm mua quyển sách “tập tĩnh tọa” để tự tập luyện, giúp tăng thêm một nửa công việc.

Khai ngộ, thật ra không phải mỗi người tu hành đều có thể đạt được. Tư chất thiên phú của mỗi người không giống nhau, tinh lực thể chất cũng khác, dùng tâm mà thể hội, chỗ ra công sức có cạn sâu lại là sự quyết định NGỘ và KHÔNG NGỘ! Như xem sách, có người xem hai mươi phút là xem xong một quyển sách, không những có thể rõ hiểu mà có thể đọc lại. Có người đến hai tiếng đồng hồ vẫn xem chưa xong, xem mười lần cũng không thể đọc lại được. Có người chạy, cũng bao nhiêu cây số, mà chỉ mất ba mươi phút, chạy xong như không có việc gì, có người cũng chạy bao nhiêu cây số ấy, mà ba mươi phút mới chỉ được nửa đường, thế mà mệt đứt thở dốc. Cũng như ăn quá no thì không tiêu vậy. Tuy là tĩnh tọa như nhau, nhưng do thiên tư bẩm sinh có khác, căn lành có cạn có sâu, sự ra công sức không đồng, khai ngộ cũng có trước sau, lớn, nhỏ sai biệt, hoặc là không ngộ. Cho nên bất tất vì mình chưa được khai ngộ mà sinh tâm buồn rầu lo lắng!

Chúng tại gia vì việc nhà, việc xã hội bận rộn, việc nhiều tâm phiền, muốn yên tĩnh cũng không yên tĩnh được, lại chẳng thể nói là ĐỊNH, ngộ cách nào mà khai? Chúng tại gia muốn khai ngộ thì cần phải chuyên tu! Nếu chẳng chuyên tu, thì việc nhiều tâm phiền, muốn yên tĩnh thì yên tĩnh cũng không được, làm sao có thể nhập định!

Muốn khai ngộ, thì tranh thủ lúc tuổi còn trẻ, người tuổi trẻ thì khí huyết tràn đầy, có thể ngồi được lâu. Khi tuổi già rồi, khí suy huyết kém, xương cốt cứng đờ, sự tiến bộ có mức bị giới hạn.

Nếu tự cho là mình đã khai ngộ, cần phải ấn chứng chính mình, chẳng ngại làm việc kiểm tra như sau: Đối với nghĩa chân thật chính ta đã rõ ràng không nghi hay chưa? Đối với ranh giới phải quấy, chánh tà hoàn toàn rõ ràng hay không? Có thể viên dung giữa không và có hay không? Phiền não chấp trước thì có giảm thiểu cho đến không còn hay không? Mỗi việc đưa ra là tự ta khẳng định! Nếu còn muốn hành dâm, uống rượu, ăn thịt, ham muốn nhiều, lời nói việc làm chẳng thống nhất v.v... những hành vi phá giới, tức là dính mắc nơi dấu hiệu của ma, cần nên đình chỉ việc tĩnh tọa, siêng năng hơn mà sám hối sửa đổi cho chân chánh, tránh khỏi bị sự vây bủa của ma.

Lúc ngồi, nếu như thấy hào quang, thấy Phật và các cảnh tượng, tất cả đều chẳng nên khoe khoang hay vui mừng, để tránh khỏi bị ma bên ngoài khống chế mà đi vào đường tà. Chẳng nên kinh sợ, chẳng nên vui mừng, chẳng nên dính mắc, chẳng nên xử lý, chỉ là không tưởng đến, không lý giải để khỏi chướng ngại. Lấy việc chẳng lý giải, chẳng kinh sợ, chẳng vui mừng, chẳng động tâm, ta có thể làm được không? Làm không được thì nên đình chỉ việc tĩnh tọa! Nếu ta vui mừng đối với những việc đó, nghĩ tưởng đến, thế thì ma bên ngoài sẽ phụ gá trên thân của ta, ta cho là ngộ đã khai, thì tâm thần của ta bị ma bên ngoài làm mê loạn và khống chế,

nắm lấy chỗ đó, nó sẽ khiến cho ta biếng nhác, phá giới và tạo các ác nghiệp.

HỌC PHẬT TU HÀNH CHẴNG NÊN SỢ KHÓ

Thành Phật! Thật là việc rất khó, quyết cần phải có sự trả giá tương đương mới có thể đạt đến công phu tương đối. Như việc đi làm, mỗi ngày từ sáng sớm dậy đi làm, làm thẳng đến chiều tối mới trở về nhà nghỉ ngơi, cần đổ ra rất nhiều mồ hôi tâm huyết mới có thể lãnh được lương tháng, chẳng khổ nhọc sao? Rất khổ nhọc! Tu hành cần được công phu ngang bằng, cũng cần bỏ ra thời gian, tinh thần và sức lực tương đối, như tu hành mà không khó thì chẳng nói đến “tu hành” làm gì. Nếu sợ khó thì chẳng nên tu hành! Chỉ hơi tin Phật, lại cố cầu phước báo trời người, hưởng lấy dục lạc thế gian mà quên đi rằng: “Vui đến cùng cực lại sinh buồn!”. Đến lúc đó thì thành ra địa ngục của nhân gian.

Chúng ta hãy xem cuộc sống của các vị pháp sư, cuộc sống tự cố gắng quá ư là tích cực, nghiêm túc và khắc khổ, tiết kiệm nhiều, chắc thật và tự nhiên. Mục đích tìm cầu của họ là làm sao ngang bằng đến sự cao thượng, thánh khiết và vĩ đại. Ngược lại chúng ta đây lại chạy theo phàm phu danh lợi của thế gian, sao cảm thấy hổ thẹn quá!

ĐUỔI ĐI LO SẦU

“Tâm HỖ LẠC là thuốc hay, cõi lòng buồn thương sẽ khô gầy hình vóc”. Nỗi lo buồn tuy không có hình tướng, nhưng nó như loại bóng râm bao trùm lấy tâm

người, gặt ra không được. Đòi người việc không như ý có đến tám chín phần, mấy ai có thể may mắn tránh khỏi ư?

Nếu như trong cuộc sống việc quá nhiều, khiến chúng ta không thỏa mãn, có phải chăng do chúng ta yêu cầu quá nhiều? Sự oán hận của chúng ta, có phải chăng vì chúng ta khoan dung quá ít? Chúng ta có tâm lòng thế nào, thì có cuộc sống thế ấy, nếu chúng ta cả ngày tiếng thở dài than, cần phải biết rằng so với trăm bệnh, lo sâu càng nhiều sẽ khiến người khó mà thoát thân, một ngày chuốc lấy trên thân, khiến người không những dễ dàng đánh mất tuổi trẻ, và lại dễ suy tàn đi tâm sống động, làm cho đời người khô gầy thiếu vị. Cho nên, chúng ta hiện tại nên trừ bỏ đi lo sâu đầy chật cả trong tâm, làm mới lại sự thoải mái tràn trề đầy ắp vui vẻ.

Đòi người thoải mái thật chẳng khó, chẳng có ngã chấp đối với việc, chẳng so tính đối với người, phạm việc nghịch đến thì thọ nhận, và lại chẳng để nơi ý, nhìn rõ buông rời, cố hết sức đơn giản hoá cách nhìn sự vật gặp được, giảm nhẹ sức ép tâm lý, lại cần hiểu rõ: “Cười là việc sống vui vẻ, là hình nghi dung mạo thẳng thắn và thật thà”.

THAM KHẢO KINH ĐIỂN

Nói đến ba tạng kinh điển, là tôn chỉ mọi nơi đều hướng về, nhưng mấy ai có thời gian để mà nghiên cứu.

Kinh về tịnh độ có năm kinh. Riêng kinh A Di Đà, mức độ (chữ nghĩa) rất ít nên cần đọc tụng. Kinh A Di

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

Đà, mỗi ngày nên tụng mấy biến, giúp cho việc vãng sanh thế giới Cực Lạc chẳng phải ít. Hàng ngày, trì chú Vãng Sanh (Bạt nhất thiết nghiệp chướng căn bản đắc sinh tịnh độ Đà La Ni) vài chục biến hoặc một trăm biến giúp bạt trừ tất cả nghiệp chướng (vì nghiệp chướng sẽ làm cho ta biếng nhác tán loạn, hủy hoại pháp, phá giới, tạo ác).

Nếu có sức khỏe và thời gian, chúng ta cũng nên đọc tụng kinh Vô Lượng Thọ, tức có thể rõ hiểu được đại khái pháp môn tịnh độ.

A DI ĐÀ PHẬT là thầy của chúng ta, kinh A DI ĐÀ (hoặc kinh VÔ LƯỢNG THỌ) là bài khóa căn bản của chúng ta. Đọc kỹ một bộ kinh “Vô Lượng Thọ”, có thể hiểu thông suốt rõ ràng và chiếu theo kinh “Vô Lượng Thọ” để tu học. Học thành công rồi mới trở lại học kinh luận. Đây gọi là một cửa thâm nhập (gọi là “một kinh thông, tất cả kinh đều thông”), từ trên một bộ kinh này mà được định, khai huệ, gọi là thông đạt, sau đó khi xem những kinh điển khác sẽ thông đạt cả. Trước khi chưa thông đạt kinh Vô Lượng Thọ, xem những kinh điển khác chưa thể thông đạt, chỉ có thể nói là ta xem nhiều bao nhiêu quyển kinh điển mà thôi, chẳng được lợi ích nhiều.

Đọc tụng kinh Vô Lượng Thọ, chúng ta có thể hiểu được bao nhiêu thì hay bấy nhiêu, chỉ cần đọc tụng, chẳng nên quá chú trọng về việc nghiên cứu, vì khi nghiên cứu tâm sẽ tán loạn.

Nếu đọc tụng kinh điển, thì nên thỉnh một bộ tứ Tịnh độ ngũ kinh, Tịnh độ Thánh Hiền, Tịnh độ văn sao để đọc tụng, giúp tăng thêm tín tâm.

LÂM CHUNG TỐT ĐẸP

Con người, cả một đời cầu cái gì? Cầu cuối đời được an lành mà thôi, cuối cùng được tốt đẹp tức là “sự chết tốt đẹp” mà mọi người nói đến. Cuối đời an lành là rất khó! Không thể dùng tiền bạc mà có thể mua được, con người đại phú đại quý không nhất định là đến cuối đời được an lành, người sống lâu trăm tuổi cũng không nhất định được cái chết tốt đẹp. Giả dụ, ta thường nhìn thấy người khác trước lúc lâm chung bệnh rất lâu, tình trạng giãy giụa đau khổ như thế, cầu sống không được, cầu chết không xong, ta lúc đó sẽ có thể nói lên lời cảm thán: “ta một đời không cầu gì khác, chỉ cầu mong cuối đời được an lành thì tốt rồi!”.

Người ta lúc lâm chung đều kinh hãi sợ sệt, sáu thần không chủ, tay quơ chân đạp, giống như con cua rơi trong than lửa hay con kiến rớt trong chảo nóng. Trên thân thể phát sinh sự co giật, mặt mày thất thần hoảng sợ, tròng mắt nở to, thị giác chậm chạp si đần... Chúng ta bình thường chỉ xem bất quá chỉ là cái dáng giãy giụa bên ngoài, thật ra, nỗi bàng hoàng, đau đớn, sợ sệt ở trong tâm của họ thì bút mực khó có thể diễn tả được hết!

Được cuối đời an lành chẳng phải dễ. Cuối đời an lành, tuyệt đối không phải nhờ vào sự may mắn, mà hoàn toàn phải là do “thật đức” rộng tu Phước tu Huệ

mới có thể được. Cuối đời an lành có sự quan hệ với thiện nghiệp trong quá khứ, nhưng chủ yếu nhất còn phải là do “đức tốt” ở đời này của chúng ta với tâm linh an ổn thanh tịnh. Một khi chúng ta có thể rộng tích chứa đức, dừng dứt vọng niệm, công phu sâu dày, thì lúc lâm chung sẽ rất an lành, tự tại.

Cuối đời an lành, có ba việc:

1. An lành nhỏ: Không gặp hoàn cảnh chết đột ngột ngoài ý, không bị bệnh nặng mà chết.
2. An lành vừa: Cuối đời không những không bị bệnh khổ, mà trong tâm không có nỗi oán và bệnh trong tâm, ngược lên không thẹn với trời, cúi xuống không xấu hổ với đất, an lành vui vẻ mà qua đời.
3. An lành lớn: Chính mình biết trước giờ chết, mà thân tâm trọn không quá ngại, ra đi rất thoải mái, thậm chí còn có Phật và Bồ tát đến tiếp dẫn, sinh về cõi tịnh độ của Phật và Bồ tát, đây mới là đời người thành công.

Chúng ta là người học Phật tu hành, không những có thể cuối đời được an lành (vãng sanh thế giới cực lạc), mà có thể đang ngồi hoặc đang đứng mà vãng sanh. Cần nên chí thành tinh tấn, thời gian đến rồi tự hiểu rõ, nên sắp xếp tốt công việc của mình, chuẩn bị đến thế giới Cực Lạc.

Năm tàn sắp hết, chẳng bao lâu là ngày ba mươi tháng chạp là sau cùng của một năm, nếu trong nhà chưa chuẩn bị tiền bạc cho thỏa đáng, khi chủ nợ kéo đến làm sao ngăn chặn được? Người ta lúc mạng chung cũng là ngày ba mươi tháng chạp của một đời, là lúc sau nhất của đời người. Nếu tư lương chưa được chuẩn bị trước cho thỏa đáng, thì lúc lâm chung tay rối chân loạn, tâm sinh điên đảo, ác nghiệp và oan gia nhiều đời đồng loạt hiện khởi trước mặt, làm sao mà không đọa vào đường ác chứ? Lâm chung tuy nhờ sự hộ niệm của người khác, các việc đều như pháp, cũng khó mà cậy nhờ được. Bởi vì, ở chính mình còn cậy nhờ không được sao nương nhờ người khác ư? (vì lúc bình thường chẳng niệm Phật nhiều, trong tâm không có Phật). Cho nên, tự mình lúc bình thường tu hành, thì cần thật sự niệm Phật chuyên cần, niệm Phật nhiều, trong tâm có Phật, nhất tâm bất loạn, thì lâm chung được tự tại an lành. Tịnh Khôi khẩn thiết kính khuyên các bạn đồng tu cần phải chuẩn bị sớm mới ổn thỏa.

HỘ NIỆM CHO NGƯỜI SẮP LÂM CHUNG

Ấn Quang Đại Sư nói: “Thành tựu cho một chúng sanh vãng sanh tây phương, tức là thành tựu cho một chúng sanh làm Phật, cái công đức này không thể nghĩ bàn”.

Hộ niệm là giúp cho người vãng sanh. Người hộ niệm đối với phương pháp và đạo lý của vãng sanh, nhất định phải biết rõ ràng thì bệnh nhân mới được lợi lạc. Con người lúc lâm chung, thần thức của mỗi người mỗi khác nhau.

Những hành vi tạo tác, ngay trong lúc này đều khởi hiện hành, chủng tử trong A Lại Da Thức sẽ hiện ra ngoài.

Lúc đó hoàn toàn sẽ do nghiệp lực làm chủ, nghiệp nào lớn mạnh hơn thì ra trước. Ác nghiệp nhiều thì sức của ác chủng tử lớn mạnh, đưa đẩy thân thức vào tam ác đạo. Nếu thiện nghiệp nhiều, thì chủng tử dẫn thân thức sanh lên cõi trời hoặc đầu thai làm người. Còn như lúc bình thường có công phu niệm Phật, thì có Phật chủng tử, sức của Phật chủng tử lớn mạnh mà ra trước, thì được Phật tiếp dẫn vãng sanh Tây Phương. Nếu như sức của Phật chủng tử nhỏ yếu chưa ra được, lúc đó phải nhờ vào người hộ niệm giúp đỡ niệm Phật, thì Phật chủng tử mới dễ dàng ra trước. Cho nên lúc bình thường phải có công phu tu trì niệm Phật, đến khi lâm chung thì Phật chủng tử ra trước, mới có hy vọng được vãng sanh. Hộ niệm chính là giúp cho người sắp mất biết niệm Phật cầu vãng sanh.

Đệ tử Phật bất luận lúc bình thường đọc tụng bao nhiêu bộ kinh, hoặc niệm bao nhiêu thần chú, lúc sắp mạng chung, mà chủng tử bốn chữ A Di Đà Phật ra trước thì mới hữu dụng, lúc đó mới giúp được người sắp mạng chung vãng sanh Cực Lạc. Những lời này rất là quan trọng, mọi người phải luôn nhớ kỹ.

Lúc hộ niệm phải tuân thủ theo quy tắc: Gia quyền của người sắp mất không nên làm rối loạn, không nên làm theo ý mình, không nên bày vẽ bên ngoài làm cho nhộn nhịp. Khi ban hộ niệm đến, nên chuẩn bị nước trà, ngoài ra không cần gì hết. Ban hộ niệm nhất định phải

chú ý hai điều:

1. Tự mình ăn uống, không nên làm phiền gia quyến của người sắp mất.
2. Không được nhận phong bì (tiền lì xì), tuyệt đối không thể phá lệ.

Nếu như đã phá hoại quy tắc, họ không cho phong bì thì tâm sẽ không còn chân thành để hộ niệm cho người sắp lâm chung, thì sự hộ niệm cũng sẽ trở thành kiếm tiền, đây là phá hoại Phật pháp. Cũng không nhận lễ vật của người ta. Nếu cư sĩ tại gia đi hộ niệm, mà nhận tiền thù lao, tức là tạo tội nghiệp, ban hộ niệm mà nhận tiền thù lao của người ta, thì là hồng hết. Mọi người phải học theo Tổ Ấn Quang Đại Sư, bằng không là phản đồ, không tuân theo quy tắc hộ niệm, tức là khinh sư diệt tổ.

Phàm là những liên hữu gia nhập ban hộ niệm, đều có danh sách. Thân nhân quyến thuộc của thành viên trong ban hộ niệm, họ cũng tin Phật pháp, nếu họ có chuyện gì, chúng ta đều phải đi hộ niệm, còn như họ không tin, thì không cần đi hộ niệm, đây là phạm vi nhiệm vụ của ban hộ niệm.

Ba vấn đề tối quan trọng khi hộ niệm cho người sắp lâm chung:

- ❖ **Điều thứ nhất:** Phải khéo léo khai thị, an ủi, động viên, tháo mở gút mắc, khuyến khích khiến cho bệnh nhân sắp mất sanh lòng chánh tín. Tha thiết khuyến bệnh nhân buông xả tất cả, nhất tâm niệm Phật, nếu có dặn dò việc gì,

bảo họ mau dần dò, dần dò xong, bảo họ không nên lo nghĩ chuyện khác, chỉ nghĩ đến ta sắp theo Phật sanh về cõi Cực Lạc, nhất tâm chí thành niệm Phật, nhất định cảm được lòng từ bi của Phật, Ngài đích thân đến tiếp dẫn, liền được vãng sanh.

❖ **Điều thứ hai:** Mọi người luân phiên nhau niệm Phật, để hộ trì tịnh niệm cho bệnh nhân. Tâm lực của bệnh nhân rất yếu ớt, không thể liên tục niệm lâu dài, ngay trong lúc này phải nhờ người khác hộ niệm, mới được đắc lực. Nên biết rằng: Những người chịu giúp bệnh nhân tịnh niệm vãng sanh, cũng được quả báo được người khác hộ niệm cho mình, đừng nói là chỉ vì cha mẹ mới hộ niệm như vậy, cho dù là người không quen biết cũng phải giúp họ hộ niệm, cũng là bồi dưỡng phước điền của mình, giúp cho một người thành tựu vãng sanh tịnh độ, tức là giúp cho một người thành tựu làm Phật. Hộ niệm nên chia thành từng nhóm luân phiên niệm Phật, pháp khí chỉ dùng một cái khánh, niệm Phật không mau không chậm, từng chữ rõ ràng.

❖ **Điều thứ ba:** Tuyệt đối không nên dờ dộng hay khóc lóc, e sợ làm hỏng việc. Bệnh nhân lúc sắp phân chia Phàm, Thánh, Người, Quỷ, lúc đó chỉ niệm Phật cho thần thức của họ, không nên lau mình, thay quần áo, dờ dộng, khóc lóc, để cho họ tự nhiên ngồi nằm, vì vậy có thuyết rằng: Đỉnh nóng sanh cõi Phật, nơi

mắt sanh cõi trời, ngực nóng sanh cõi người, bụng nóng sanh ngã quỷ, đầu gối đọa súc sanh, bàn chân xuống địa ngục. Lúc này mọi người nên khẩn thiết mà niệm Phật, không nên thăm dò hơi nóng của người lúc lâm chung, họ quyết định đời nghiệp vãng sanh.

Ba yếu tố thành công của sự hộ niệm:

- ❖ Bản thân của người vãng sanh phải hội đủ tư lương Tín Hạnh Nguyện, lúc bình thường phải dặn dò gia quyến chú ý những điều cần biết khi vãng sanh, Đại Sư Ngẫu Ích dạy: Có được vãng sanh toàn do tín nguyện có hay không, phẩm vị cao hay thấp đều do trì danh sâu hay cạn.
- ❖ Con cái quyến thuộc phải phát đại hiếu tâm và từ bi ân huệ tâm, tuân theo lời Phật dạy như pháp hộ trì cha mẹ thân nhân vãng sanh tây phương, thì gọi là: Tự thoát khỏi trần lao, mới có thể thành tựu.
- ❖ Các liên hữu chân thành hết lòng hộ niệm, thành tựu cho người khác vãng sanh, sẽ được quả báo người khác thành tựu cho mình vãng sanh. Tổ Ấn Quang nói: Khuyến bảo mọi người nên tu tịnh nghiệp, nguyện cho chúng sanh đó là bốn nguyện của Phật.

Nếu có thể y theo ba yếu tố như pháp hộ trì trợ niệm, thì nhất định vạn người tu vạn người đi, thành tựu

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

cho chúng sanh vãng sanh tây phương, viên thành Phật đạo, công đức không thể nghĩ bàn. Nếu vãng sanh có chướng ngại, thì phải chân thành cầu Phật gia trì, bài trừ chướng ngại, thành tựu vãng sanh đại sự.

Khi đi hộ niệm, phải chuẩn bị những thứ cần thiết sau đây: Một tượng Phật Di Đà cao một mét, một cái lư hương, hai cây đèn cây, nhang (nhang đốt liên tục), một cái ly và một cái chén, chúng ta phải mang theo những thứ này, bất luận nhà của họ có hay không. Khi đã đến nhà của họ, việc đầu tiên là an trí tượng Phật, chủ yếu là để cho bệnh nhân có thể trông thấy tượng Phật, tượng Phật không nhất định là đóng hay treo vách tường, đặt trên bàn cũng được, cũng không nhất định đặt tại phương hướng nào, bởi vì vị trí nhà cửa của mỗi người khác nhau, thật ra mười phương không phân biệt đông tây nam bắc, có tượng Phật nơi nào thì nơi đó là hướng tây. Niệm sáu chữ hoặc niệm bốn chữ cũng được. Nhang đèn mang theo nếu đã dùng hết thì dùng của họ, nếu như họ không có, không đốt tiếp cũng không sao. Khi vào trong nhà của họ, trước hết trưởng ban hộ niệm thỉnh tượng Phật an trí đằng hoàng, sau đó đốt nhang đèn, kế tiếp sắp xếp chỗ ngồi, rồi bắt đầu hộ niệm. Việc sắp xếp chỗ ngồi rất quan trọng, có thể khiến cho bệnh nhân yên lòng, cũng là không để cho mắt của bệnh nhân nhìn chỗ khác. Nếu bệnh tình của bệnh nhân không nguy ngập, có thể bắt đầu niệm: Nam mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới Đại Từ Đại Bi A Di Đà Phật. Nếu thấy nguy ngập liền niệm sáu chữ, nếu thấy rất nguy ngập thì trực tiếp niệm bốn chữ A Di Đà Phật. Nên biết, một tiếng A Di Đà Phật, bao gồm cả ba thừa, điều quan trọng nhất là phải khiến cho bệnh nhân nghe được tiếng

Phật hiệu mà niệm theo, thì công đức vô lượng không thể nghĩ bàn.

Người hộ niệm, còn phải chú ý, trước khi vào nhà của họ, nhất định phải gặp chủ nhân, sau khi đã gặp chủ nhân rồi, thì mới vào nhà để tránh bị nghi ngờ mất đồ. Chủ nhân mời chúng ta vào nhà thì mới vào nhà. Lúc không hộ niệm thì ngồi im lặng niệm thầm trong tâm, lúc hộ niệm phải tập trung tinh thần trong câu Phật hiệu. Trong khi đang hộ niệm, những người khác không được đi ra vào làm ồn, phải giữ bầu không khí yên tĩnh, những người khác chỉ có thể ở xa mà xem, không được tự tiện vào thăm bệnh nhân, nếu để cho họ tự tiện vào thăm hỏi bệnh nhân, nói những lời khuấy động tình cảm, nên biết rằng: hễ bệnh nhân vừa động tình cảm thì là hỏng hết. Trong thời gian hộ niệm, mọi người trong gia quyến và khách đến thăm phải tôn trọng quy tắc của ban hộ niệm. Khi đang hộ niệm, thì những người khác không được vào thăm bệnh, làm quấy rầy bệnh nhân, khiến cho bệnh nhân dấy động tình cảm mà mất đi chánh niệm. Cũng không được để cho bệnh nhân nghe những âm thanh khác (nghe âm nhạc, nghe tiếng hát), không được nghe tiếng khóc than thê thảm. Cho dù có người hiểu lầm, cho là sự ngăn cấm quá nhiều, người hộ niệm phải nhận được sự hiểu lầm như vậy. Trước khi bệnh nhân sắp lâm chung, họ muốn uống nước hoặc muốn ăn, có thể để cho bệnh nhân ăn, nhưng không được nói chuyện, chỉ niệm Phật mang thức ăn đến dứt cho họ ăn, nếu như nói chuyện với họ, thì tâm lý của bệnh nhân sẽ tưởng là những âm thanh khác, lúc đó họ không thể nhất tâm.

Công phu niệm hăng ngày của mọi người, đều phải đạt đến nhất tâm bất loạn, lúc lâm chung thì càng phải nhất tâm. Người hộ niệm trong khi đang hộ niệm không được ho, không được thở dài, hoặc phát ra những âm thanh khác, khiến cho bệnh nhân nghe rồi mất đi chánh niệm. Điều này lúc bình thường ban hộ niệm phải luyện tập, phải luyện tập không còn tạp âm. Nếu không thì lúc bệnh nhân đang nhất tâm niệm Phật, đột nhiên bị một tiếng ho hoặc thở dài làm gián đoạn, khiến cho tâm bệnh nhân rối loạn, thần trí không còn tỉnh táo. Đúng ngay lúc đó mà tắt thở, đây là điều quan trọng nhất, cũng là lúc khấn yếu nhất, thân nhân quyến thuộc sẽ cảm không được nổi xúc động, họ sẽ tiến đến bên mình của bệnh nhân khóc lóc, lúc đó ban hộ niệm phải ngăn cản họ, bảo họ không được khóc lóc, kêu ba, gọi má... mà phải khuyên họ nên niệm Phật khấn thiết, mọi người đều phải niệm Phật, nếu không thì sự hộ niệm sẽ hoài công. Sau khi bệnh nhân vừa tắt thở, thần thức vẫn còn trong thân thể, nghiệp lực của trong A Lại Da Thức vẫn còn trong thân thể, rất khó rời khỏi. Nếu người tội nghiệp nặng mà có công phu giỏi, trong khoảnh khắc thì rời khỏi thân thể, người thông thường rất khó rời khỏi, giống như con ốc muốn rời khỏi vỏ là chuyện rất khó, vì vậy phải niệm Phật, hộ niệm suốt 24 tiếng không gián đoạn, mới bảo đảm không bị nghiệp lực lôi kéo. Người xưa rất coi trọng điểm này. Không Lão Phu Tử có nói: Ba ngày sau mới đại liệm (nhập quan), ba ngày sau thì linh hồn đã rời khỏi thân thể, bậc Thánh nhân cũng biết được điều này, đại đa số người đối với việc sanh tử không hiểu rõ.

Trưởng ban hộ niệm phải dặn người nhà của người

mới mất, trong 12 tiếng đồng hồ không được dờn động thân thể của người mới mất, sau khi hộ niệm xong thì mới có thể dờn động thân thể. Nếu các khớp xương ở tay chân đã cứng nên dùng khăn thấm nước nóng đắp lên. Nhiệm vụ hộ niệm đến đây đã làm xong, toàn thể ban hộ niệm đọc bốn câu kệ hồi hướng, rồi hành lễ hoàn mãn. Trưởng ban hộ niệm tặng một tấm mền kinh Đà La Ni (mền Quang Minh), và một bao chu sa Quang Minh cho người vãng sanh. Toàn ban hộ niệm từ biệt chủ nhân ra về, không còn lo nghĩ gì nữa.

Bài khai thị mẫu cho người sắp lâm chung:

(Ký hiệu “...” dưới đây là thay cho tên của người sắp lâm chung như: ông, bà, cha, mẹ, anh, em v.v...)

“Con người sống trong thế gian này, đều không tránh khỏi nỗi khổ của bệnh tật và chết chóc, lúc xảy ra những sự khổ này, chỉ có cách là buông bỏ vạn duyên, nhất tâm niệm Nam Mô A Di Đà Phật, nếu hơi thở ngắn thì niệm bốn chữ A Di Đà Phật, nhất tâm cầu Phật từ bi tiếp dẫn ... vãng sanh tây phương. Ngoài trừ một niệm này ra, trong tâm không thể có những ý niệm nào khác. Cũng không thể mong cho mau lành bệnh, cũng đừng nghĩ tưởng cầu thần cầu Phật phù hộ. Hễ tâm ... có những nghĩ tưởng này, thì sẽ không tương ứng với tâm của A Di Đà Phật, vì vậy sẽ không được sức gia trì lòng từ bi của Phật. ... nên biết rằng, trời đất cha mẹ, đều không khiến cho ... thoát khỏi sanh tử luân hồi, chỉ có A Di Đà Phật, mới có thể khiến cho ... thoát khỏi sanh tử luân hồi. Nếu ... chịu buông bỏ hết tất cả, nhất tâm niệm Phật, nếu tuổi thọ chưa hết, thì sẽ mau lành

bệnh. Còn như tuổi thọ đã hết, liền được vãng sanh Tây Phương. Nhưng không thể cầu mau lành bệnh, chỉ có thể cầu mau vãng sanh. Nếu tuổi thọ đã hết, mà muốn cầu hết bệnh, thì sẽ không được vãng sanh. Còn như tuổi thọ chưa hết, lại cầu vãng sanh, thì sẽ mau lành bệnh. Vãng sanh tây phương sự lợi lạc nói không hết, so với những người sanh lên cõi trời làm thiên đế thiên vương, còn thù thắng hơn họ vô số vô lượng vạn vạn vạn lần. ... không thể có si tâm vọng tưởng sợ chết, nếu trong tâm mà sợ chết thì không được vãng sanh. Chúng ta sống trong thế gian này, giống như những con giòi trong hầm phân, như trong ngục tù không khác, vô cùng thống khổ. Vãng sanh tây phương như ra khỏi hầm phân và ngục tù, trở về quê hương thanh tịnh an lạc tiêu dao tự tại, sao lại sợ chết. Nếu trong tâm mà sợ chết, thì vĩnh viễn chịu khổ trong sanh tử luân hồi, vĩnh viễn không có ngày ra khỏi cảnh khổ. Nếu ... có thể niệm ra tiếng, thì nên niệm nhỏ tiếng. Còn như không thể niệm ra tiếng, thì chỉ niệm thầm trong tâm, tai nghe người khác niệm, trong tâm cũng niệm theo như vậy. Hai mắt nhìn tượng Phật A Di Đà (tượng Phật thờ trong phòng), trong tâm nhớ đến A Di Đà Phật. Nếu có những ý niệm khác nổi dậy, thì liền tự trách mình: Ta muốn nhờ vào Phật lực vãng sanh tây phương, tại sao ta lại khởi lên những ý niệm này, phá hoại việc lớn của ta. Nếu ... chịu y theo lời tôi dạy mà niệm Phật, thì nhất định vãng sanh Tây Phương, liễu sanh thoát tử, siêu phàm nhập thánh. Đòi đòi kiếp kiếp vĩnh viễn thường hưởng lấy sự vui sướng, không còn thấy nghe những sự khổ nữa, thì làm gì có những sự khổ não tật bệnh như vậy hay sao. Có lúc trong tâm nổi dậy phiền não, nên biết rằng đó là do

ác nghiệp trong đời quá khứ sai khiến, muốn phá hoại ta không được vãng sanh tây phương, muốn khiến cho ta vĩnh viễn chịu khổ trong sanh tử luân hồi. Nay ta biết rõ ý của bọn chúng muốn hại ta đó, ta không thể để cho bọn chúng xoay chuyển ta. Ngoại trừ niệm Phật ra, quyết không nghĩ đến bọn chúng nữa. Như vậy thì tâm ... tương ứng với tâm Phật, ... sẽ được Phật tiếp dẫn vãng sanh tây phương. Hãy nhớ kỹ lời tôi nói, thì ... sẽ tự mau được sự lợi lạc không gì sánh bằng!”

(Trích Đại Sư Ấn Quang Văn Sao tục biên quyển hạ)

Tóm lại, quy tắc và ý nghĩa của sự hộ niệm, mọi người không thể không biết. Muốn tìm hiểu thêm, chúng ta có thể đọc trong các tài liệu về hướng dẫn hộ niệm (Hộ niệm Văn Đáp của cư sĩ Diệu Âm Minh Trí, website www.tinhtong.com). Nếu như có thể giúp cho một người được vãng sanh, thành tựu một vị Phật, thì công đức không thể nghĩ bàn!

NHỮNG HUYỀN KÝ CỦA ĐỨC PHẬT TRONG THỜI MẠT PHÁP

Chúng ta đang sống trong thời kỳ Mạt Pháp, đây cũng là thời kỳ mà chúng sanh rất cương cường, cố chấp và rất khó giáo hóa bởi chướng sâu nghiệp nặng, đồng thời Ma vương lại lộng hành với những thủ đoạn từ thiện đến tình vi khiến chúng sanh ngày càng bị đọa lạc chìm đắm trong biển khổ.

Khi Đức Thế Tôn sắp nhập Niết Bàn, Ngài có huyền ký về tình trạng Phật pháp trong đời mạt pháp và lúc

chánh pháp sắp diệt. Nay Tịnh Khôi xin dẫn ra đây một số trích đoạn từ kinh điển để người tu hành học Phật chúng ta tự kiểm điểm chính mình, đồng thời nâng cao ý thức cảnh giác, gạt bỏ những điều ác mà tinh tấn tu tập những pháp lành.

Trong kinh Đại Bi, Đức Phật bảo:

“Này A Nan! Khi ta Niết Bàn rồi, trong thời gian 500 năm rốt sau, nhóm người giữ giới, y theo chánh pháp, lần lần tiêu giảm; các bè đảng phá giới, làm điều phi pháp, ngày tăng thêm nhiều. Do chúng sanh phỉ báng chánh pháp, gây nhiều ác hạnh, nên phước thọ bị tổn giảm, các tai nạn đáng kinh khiếp nổi lên. Bấy giờ có nhiều Tỳ kheo đắm mê danh lợi, không tu thân, tâm, giới, huệ. Họ tham trước những y, bát, thức ăn, sàng tọa, phòng xá, thuốc men, rồi ganh ghét tranh giành phỉ báng lẫn nhau, thậm chí đem nhau đến quan ty, lời nói như đao kiếm.

Cho nên, A Nan! Đối với những vị xuất gia tu phạm hạnh, thân khẩu ý thực hành đạo từ bi, ông nên cung cấp những thức cúng dường cho đầy đủ. Vị nào đối với các phạm hạnh hoặc thấy, hoặc nghe, hoặc tin, hoặc làm, hoặc nhiều, hoặc ít, ông nên làm thế nào cho họ không khởi lòng náo loạn, nên vâng giữ điều này! Tại sao thế? Vì trong cõi ngũ trược vào thời mạt kiếp, có nhiều sự khổ nạn như: đói, khát, giặc, cướp, nắng hạn, bão lụt, các loài trùng phá hại mùa màng, tóm lại có nhiều nhân duyên làm cho chúng sanh bị xúc náo.

A Nan! Lúc bấy giờ có các hàng trưởng giả, cư sĩ, tuy bị nhiều sự khổ não bức thiết, song vẫn sanh lòng tịnh tín, cung kính tôn trọng ngôi Tam Bảo, bố thí, giữ giới, tụng kinh, tu các công đức, khuyên người y theo Phật pháp làm lành. Do thiện căn đó, khi mạng chung họ được sanh về Thiên đạo, hưởng các điều vui. Còn các Tỳ kheo ác kia, ban sơ dùng đức tin, tâm lành, bỏ tục xuất gia; nhưng sau khi xuất gia, họ lại tham trước danh lợi, không cố gắng tu hành, nên kết cuộc bị đọa vào ác đạo...”

Kinh Đại Tập chép:

“Trong đời mạt pháp, có những vua, quan, cư sĩ ý mình giàu sang quyền thế, sanh tâm khinh mạn, cho đến đánh mắng người xuất gia. Nên biết những kẻ gây nghiệp ấy, sẽ bị tội đồng như làm cho thân Phật ra máu...”

Kinh Ma Ha Ma Gia nói:

“Khi đấng Nhất thiết trí vào Niết Bàn rồi, một trăm năm sau, có Tỳ kheo Ưu Ba Cúc Đa, đủ tài biện thuyết như Phú Lâu Na, độ vô lượng chúng. Hai trăm năm sau, có Tỳ kheo Thi La Nan Đà, khéo nói pháp yếu, độ mười hai ức người trong châu Diêm Phù. Ba trăm năm sau, có Tỳ kheo Thanh Liên Hoa Nhân thuyết pháp độ được nửa ức người. Bốn trăm năm sau, có Tỳ kheo Ngưu Khẩu thuyết pháp độ được một vạn người. Năm trăm năm sau có Tỳ kheo Bảo Thiên thuyết pháp độ được hai vạn người, và khiến cho vô số chúng sanh phát tâm Vô thượng Bồ Đề. Đến đây thời kỳ chánh pháp đã chung

mãn. Sáu trăm năm sau, 96 thứ ngoại đạo phục hưng, nhiều tà thuyết nổi lên phá hoại chánh pháp. Lúc ấy có Tỳ kheo Mã Minh ra đời, dùng tài huệ biện hàng phục ngoại giáo. Bảy trăm năm sau, có Tỳ kheo Long Thọ ra đời, dùng sức chánh trí xô ngã cột phước tà kiến, đốt sáng ngọn đuốc Phật pháp. Tám trăm năm sau, hàng xuất gia phần nhiều tham trước danh lợi, giải đãi buông lung, trong trăm ngàn người tu, chỉ có một ít người đắc đạo. Chín trăm năm sau, trong giới tăng ni, phần nhiều là hạng nô tỳ bỏ tục xuất gia. Một ngàn năm sau, các Tỳ kheo nghe nói pháp bất tịnh quán, pháp sổ tức, buồn chán không thích tu tập, trong trăm ngàn người chỉ có ít người được vào chánh định. Từ đó về sau, lần lần hàng xuất gia hủy phá giới luật, hoặc uống rượu, hoặc sát sanh, hoặc đem bán đồ vật của ngôi Tam Bảo, hoặc làm hạnh bất tịnh, nếu có con thì trai làm tăng, gái làm ni, chỉ còn số ít người biết giữ giới hạnh, gắng lo duy trì và hoằng dương chánh giáo. Khi áo cà sa của tăng ni biến thành sắc trắng, đó là triệu chứng Phật pháp sắp diệt...”

Trong kinh Pháp Diệt Tận, Đức Phật bảo:

“Về sau, khi Pháp của ta sắp diệt, nơi cõi ngũ trược này tà đạo nổi lên rất thịnh. Lúc ấy có những quyến thuộc ma vào làm Sa môn để phá rối đạo pháp của ta. Họ mặc y phục như thế gian, ưa thích áo cà sa năm sắc, ăn thịt uống rượu, sát sanh, tham trước mùi vị, không có từ tâm tương trợ, lại ganh ghét lẫn nhau. Bấy giờ có các vị Bồ Tát, Bích Chi, La Hán vì bản nguyện hộ trì Phật pháp, hiện thân làm Sa môn, tu hành tinh tấn, đạo hạnh trang nghiêm, được mọi người kính trọng. Các bậc ấy có đức thuần hậu, từ ái, nhẫn nhục, ôn hòa, giúp đỡ kẻ già

yếu cô cùng, hằng đem kinh tượng khuyên người phụng thờ đọc tụng, giáo hóa chúng sanh một cách bình đẳng, tu nhiều công đức, không nệ tổn mình lợi người. Khi có những vị Sa môn đạo đức như thế, các Tỳ kheo ma kia ganh ghét phỉ báng, vu cho những điều xấu, dùng đủ cách lẩn áp, xua đuổi, hạ nhục, khiến cho không được ở yên. Từ đó các Tỳ kheo ác càng lộng hành, không tu đạo hạnh, bỏ chùa chiền điều tàn hư phế, chỉ lo tích tụ tài sản riêng, làm các nghề không hợp pháp để sinh sống, đốt phá rừng núi làm tổn hại chúng sanh không có chút từ tâm. Lúc ấy có nhiều kẻ nô tỳ hạ tiện xuất gia làm tăng ni, họ thiếu đạo đức, dâm dật tham nhiễm, nam nữ sống lẫn lộn, Phật pháp suy vi chính là do bọn này. Lại có những kẻ trốn phép vua quan, lẩn vào cửa đạo, rồi sanh tâm biếng nhác không học không tu. Đến kỳ tụng giới trong mỗi nửa tháng, họ chỉ lơ là gượng gượng, không chịu chuyên chú lắng nghe. Nếu có giảng thuyết giới luật, họ lược bỏ trước sau, không chịu nói ra hết. Nếu có đọc tụng kinh văn, họ không rành câu, chữ, không tìm hỏi bậc cao minh, tự mãn cầu danh, cho mình là phải. Tuy thế, bề ngoài họ cũng ra vẻ đạo đức, thường hay nói phô, để hy vọng mọi người cúng dường. Các Tỳ kheo ma này sau khi chết sẽ bị đọa vào Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh trải qua nhiều kiếp. Khi đền tội xong, họ thác sanh làm người ở nơi biên địa, chỗ không có ngôi Tam Bảo.

Lúc Phật pháp sắp diệt người nữ phần nhiều tinh tấn, ưa tu những công đức. Trái lại, người nam phần nhiều kém lòng tin tưởng, thường hay giải đãi khinh mạn, không thích nghe pháp, không tu phước huệ, khi

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

thấy hàng Sa môn thì rẻ rúng chề bai, xem như đất bụi. Lúc ấy, do nghiệp ác của chúng sanh, mưa nắng không điều hòa, ngũ sắc hư hao, tàn tạ, bệnh dịch lưu hành, người chết vô số. Thời bấy giờ, hàng quan liêu phần nhiều khắc nghiệt tham ô, lớp dân chúng lại nhọc nhằn nghèo khổ, ai nấy đều mong cho có giặc loạn. Trong thế gian lúc ấy khó tìm được người lương thiện, còn kẻ ác thì nhiều như cát ở bãi biển, đạo đức suy đồi, chư thiên buồn thương rơi lệ.

Này A Nan! Lúc đạo pháp ta sắp diệt, ngày đêm rút ngắn, con người đoản mệnh, nhiều kẻ mới bốn mươi tuổi, tóc trên đầu đã điểm bạc. Về phần người nam, bởi nhiều dâm dật nên hay yếu chết, trái lại người nữ sống lâu hơn. Lúc ấy có nhiều tai nạn nổi lên, như giặc cướp, bệnh tật, bão lụt, nhân dân hoặc không tin hiểu đó là nghiệp báo, hoặc vì sống quen trong cảnh ấy, xem như là việc thường. Bấy giờ nếu có bậc Bồ Tát, Bích Chi, La Hán dùng bi tâm ra giáo hóa, do nghiệp ác của chúng sanh và sức ngoại ma xua đuổi, cũng ít ai đến dự pháp hội. Còn bậc tu hành chân chánh, phần nhiều ẩn cư nơi núi rừng xa vắng, giữ đời sống an vui đạm bạc, được chư thiên hộ trì. Khi nhân thọ giảm còn 52 tuổi, áo cà sa của hàng Sa môn đổi thành sắc trắng, kinh Thủ Lăng Nghiêm và Bát Chu Tam Muội bị tiêu diệt trước, các kinh khác lần lần diệt sau, cho đến không còn văn tự.

Này A Nan! Như ngọn đèn dầu trước khi sắp tắt, ánh đèn bỗng bùng sáng lên rồi lu mờ và mất hẳn. Đạo pháp của ta đến lúc tiêu diệt cũng có tương trạng như thế. Từ đó về sau trải qua ức triệu năm, mới có Phật Di Lặc ra đời giáo hóa chúng sanh”.

Trong kinh Đại Tập, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni có dạy rằng, vận mệnh Phật pháp chỉ tồn tại trên thế gian này 12 nghìn năm và chia ra làm ba thời kỳ: Một nghìn năm đầu tiên là thời kỳ chánh pháp (thời này chúng sanh căn cơ cao, chỉ cần giữ giới luật là có thể chứng ngộ). Một nghìn năm tiếp theo là thời kỳ tượng pháp (Tượng có nghĩa là na ná, là giống như; tượng pháp có nghĩa là giáo pháp giống như chánh pháp, nhưng không hẳn là chánh pháp), thời kỳ này căn cơ chúng sanh bắt đầu giảm, tu thiền là pháp môn hợp nhất. Mười nghìn năm còn lại là thời kỳ mạt pháp, là thời giáo pháp suy đồi và dần dần diệt hẵn (thời kỳ này chúng sanh căn cơ yếu mỏng, chướng sâu nghiệp nặng, ma chướng phá hoại Phật pháp rất nhiều, thời này tu Tịnh Độ mới có cơ hội giải thoát). Sau 12 ngàn năm, trên thế gian này Phật pháp hoàn toàn mất hẵn. Chúng sanh vào thời kỳ này hoàn toàn bị đọa lạc. Và về sau khoảng 584 triệu năm $(4.000 \times 365 \times 400)^{(1)}$, đức Di Lặc sẽ thành Phật ở thế giới này để khai mở cho nhân loại một kỷ nguyên chánh pháp mới để độ chúng sanh (hiện tại đức Di Lặc đang ở địa vị đẳng giác Bồ Tát ở cung trời Đâu Suất).

Trước khi nhập vào Niết bàn, đức Phật triệu tập các Ma Vương lại và dạy rằng: *“Các Ông từ ngay lúc này trở đi phải an trụ trong giới luật, chớ nên hủy phạm giới cấm”*. Ma vương bèn trả lời Phật: *“Thế Ngài muốn chúng tôi phải như thế nào và thực hành giới luật do tự Ngài đặt ra hay sao? – Được thôi! Hãy cứ đợi đến*

(1) Sau 4.000 năm trên cung trời Đâu Suất, đức Di Lặc Bồ Tát sẽ dẫn sanh và thành Phật ở thế gian này. Một ngày trên cung trời Đâu Suất bằng 400 năm ở thế gian này của chúng ta.

Chương III: TU HÀNH CẦN BIẾT

thời mặt pháp, tôi sẽ đáp y của Ngài, ăn thức ăn của Ngài, rồi đại tiện vào bình bát của Ngài đó”.

Nghe Ma Vương đáp như thế, Phật thương xót rơi hai hàng nước mắt và nói : *“Thế thì ta chẳng còn cách nào để có thể cứu giúp các Ông, bởi cách hành xử của các Ông quá tàn độc”.*

Ma vương với bản chất ác tâm, đối trước Phật, đã trả lời Ngài như một lời nguyên tàn độc để hại mình hại người không hơn không kém.

Phật xót xa bảo cùng đại chúng như một lời tiên tri chính xác sẽ phải xảy ra ở tương lai, trong đời mặt pháp: *“Chính trùng trong thân sư tử ăn thịt sư tử vậy”.*

Bây giờ đang lúc là thời Mặt Pháp, cũng chính là lúc Ma Vương bắt đầu khởi sự hoành hành để mong chống Phật, phá Pháp như lời nguyên tàn độc trước đây của chúng: ***“ăn cơm Phật, mặc áo Phật để rồi quay lại hủy phạm Giáo luật, chống Phật phá Pháp”*** cũng chính là ***“trùng từ trong thân sư tử ăn thịt sư tử”***. Bởi vì nếu không chống phá Phật pháp tới cùng, không làm cho ngôi nhà Tam Bảo suy vi bại hoại, thì còn chỗ nào có thể làm chỗ đứng cho Ma vương và đồ chúng của nó có thể tồn tại và phát triển?

Trong kinh Lăng Nghiêm, quyển 6, có chép: *“Thời mặt pháp, tà sư thuyết pháp nhiều như cát sông hằng”.* Tà sư là những Tỳ kheo hay Sa môn tu hành không đúng theo giới luật của Phật đã truyền dạy. Những bọn tà sư này vì tự tư tự lợi, mê đắm ngũ dục lục trần mà trá ngụy

bên ngoài dưới hình tướng của người xuất gia đạo đức để dối gạt người đời, đồng thời chúng dùng những tà thuyết xảo quyệt mà dẫn dụ những người sơ cơ đi lầm đường lạc lối để rồi chính mình và người bị đọa lạc trầm luân trong biển khổ.

Đến nay, tuy là thời kỳ của Ma vương hoành hành, nhưng tất cả những việc làm của chúng đều không ra ngoài những lời huyền ký của đức Thế Tôn từ hơn 2.500 năm trước. Và những người con Phật chân chánh trong chúng ta phải sáng suốt ghi nhớ những lời huyền ký này của Phật để tự đề cao cảnh giác, ngõ hầu Ma vương và đồ chúng của nó không dễ gì có thể đánh lừa chúng ta được.

Mặt khác, đứng trên phương diện của mỗi người tu hành, nếu chúng ta luôn nghiêm trì giữ gìn giới luật, dùng mãnh phát Bồ Đề tâm, tu thập thiện nghiệp, thực tiễn sáu pháp Ba La Mật và bốn phép nhiếp, tự lợi lợi tha, trên cầu Phật đạo dưới hóa độ chúng sanh với tâm thanh tịnh vô ngã đại bi theo chánh pháp của Phật, thì điều đó có nghĩa là chúng ta đang giữ gìn Chánh Pháp và đang ở trong Chánh Pháp. Ngược lại, chúng ta tu hành mà giải đãi không giữ gìn giới luật, tham đắm thế gian, phiền não chằng đoan... thì có nghĩa là chúng ta đang rơi vào mật pháp và đang tự đẩy chính mình vào hàng ngũ con cháu của Ma vương vậy.



KẾT LUẬN



Mỗi người chúng ta, có tiền cũng được, không tiền cũng được! Cần sống vui vui vẻ vẻ, tự tại thông dong, tâm cảnh vui vẻ, tiếp nhận tất cả, thì ở nơi địa ngục cũng như thiên đường!

Chư Phật thuở xưa cũng là những người tu hành, Chư Phật đã thành Phật từ rất lâu, mà chúng ta vẫn còn trong luân hồi sinh tử ở thế giới khổ đau này chẳng cảm thấy hổ thẹn sao? Đó là chúng ta mê luyến thế giới khổ này, chẳng biết tu hành, hoặc phương pháp tu hành không đúng, hoặc tu hành bất lực, cho nên đến nay vẫn còn trôi lăn trong luân hồi sinh tử. Nay ta có may mắn được nghe Phật pháp, nếu lại chẳng biết tu hành, thì đành phải tiếp tục ở trong luân hồi sinh tử thế giới khổ này. Nên biết rằng lần hồi “đa gà tóc hạt, bước chân lấm cứt” thì dầu cho vàng bạc đầy nhà, danh vọng hiển hách, cũng khó tránh khỏi suy già bệnh tật, dầu ta có ngàn điều vui vẻ, vô thường rốt cuộc cũng tới, một khi mất thân người thì khổ không thể nào nói hết!

Nguyện vãng sanh về thế giới Cực Lạc, thì chẳng nên nói là quá bận rộn, không có thời gian để niệm Phật, chẳng niệm Phật nhiều, trong tâm không có Phật. Lúc mệnh chung, bệnh khổ nung nấu, nghiệp trước chiêu cảm, oan gia trái chủ đến bao vây đòi nợ, thần chí hôn mê, tà niệm hiện tiền, điên điên đảo đảo, thử hỏi ta làm sao có thể khởi được chí thành chuyên nhất niệm Phật?

Dẫu có người trợ niệm cho ta cũng uổng vậy! Vì ta chẳng biết trước mệnh chung lúc nào đến, nên khi có người trợ niệm thì chẳng qua đời, mà lúc không người trợ niệm thì đã qua đời rồi! Vì sao? Vì ta chẳng được “chánh niệm” hiện tiền, mà là “tà niệm” hiện tiền vậy.

Một câu “Nam Mô A Di Đà Phật”, chắc thật chí thành khẩn thiết nhất tâm mà chuyên niệm, niệm nhiều, nuôi thành thói quen niệm Phật, niệm cho được thành thực (trong tâm có Phật), có thể được nhất tâm bất loạn càng tốt, chẳng hoài nghi, chẳng xen tạp, lúc mạng chung mới có thể biết trước giờ chết, thân không bệnh khổ, chánh niệm hiện tiền, tâm chẳng điên đảo mà niệm Phật vãng sanh.

Trì danh niệm Phật chẳng phải là được hay không được “nhất tâm bất loạn” mới có thể vãng sanh thế giới Cực Lạc, mà chủ yếu là “trong tâm có Phật”, lúc mạng chung thần trí trong sáng, tưởng khởi được câu niệm Phật, biết niệm Phật, biết đến được nơi nào, chánh niệm hiện tiền, tâm chẳng điên đảo, tức có thể vãng sanh thế giới Cực Lạc. Chỉ sợ ta trong tâm không có Phật! Lúc mệnh chung thần chí hôn mê, chẳng tưởng được câu niệm Phật, chẳng biết niệm Phật, tà niệm hiện tiền, điên điên đảo đảo, như thế không thể vãng sanh được thế giới Cực Lạc.

Trì niệm danh hiệu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT là “chánh hạnh”, là tu huệ. Chẳng làm các việc ác, vâng làm các việc lành, tự tịnh ở nơi ý là “trợ hạnh”, là tu phước. Học Phật tu hành thì cần phải tu cả hai là Phước và Huệ. nếu chỉ tu huệ mà không tu phước, hoặc chỉ tu

phước mà không tu huệ, thì khó được vãng sanh được về thế giới Cực Lạc. Phước và Huệ như hai chiếc cánh đều nhau của con chim, thiếu một thì không bay lên được. Chỉ có niềm tin, dù là tin Phật hoặc tin ngoại đạo đi nữa, cũng chỉ có thể sinh cõi trời hoặc thành tiên, thành thần, mà ra chẳng khỏi ba cõi, hưởng hết phước rồi, trở lại sẽ thọ khổ.

Trì danh niệm Phật cần đầy đủ TÍN-NGUYỆN-HẠNH, thiếu một chẳng được. Cần có lòng tin chân chánh. Nguyện chân chánh vãng sanh thế giới Cực Lạc, nếu còn tham luyến thế giới này, nói là cuộc sống hiện tại tốt, thì nguyện đó sẽ không thật thiết tha. Ra sức hành trì chí thành khẩn thiết, tinh tấn không lười mỏi. Chỉ lo cày cấy, chẳng lo thu hoạch, không gấp gáp cầu lợi, chẳng vọng cầu cảm ứng hoặc quả báo, công phu đến lúc chín mùi cảm ứng tự nhiên hiện hữu. Công phu chưa tới lúc, dù cưỡng cầu cũng chẳng thể được. Lúc mệnh chung biết trước giờ chết tức là cảm ứng.

Trì danh niệm Phật, lúc lâm chung nhất niệm là quan trọng nhất. Nhất niệm là chánh niệm thì vãng sanh Cực Lạc, nhất niệm là tà niệm, thì rơi vào luân hồi. Chúng ta chỉ một câu danh hiệu Phật, sớm niệm tối niệm, đi niệm, ngồi niệm, cho đến trọn ngày trọn năm niệm niệm chẳng dứt, không lúc nào chẳng nung nấu nhất niệm đến tận cùng mà thôi. Do nhất niệm này là chỗ quan hệ rất sâu nặng, nó dặt hồn dẫn phách, tạo mạng sinh thân, chẳng có việc gì chẳng là do đây, niệm thiện thì lên thiên, niệm ác thì xuống địa ngục, niệm ma lại thành ma, niệm Phật thì thành Phật. Nếu chẳng phải là lúc bình thường chuyên niệm nhiều, huân tập nhuần nhuyễn, nuôi thành

thói quen niệm Phật, trong tâm có Phật, thì đến lúc lâm chung sớm quên mất chánh niệm niệm Phật sẽ theo các niệm thiện ác thói quen chín mùi của nhiều đời mà đi luân hồi trong sáu đường. Nếu một niệm chuyên chú ở Phật, thì thân tuy tử vong mà thần thức chẳng phân tán, tức theo một niệm vắng sanh Cực Lạc vậy.

Trì danh niệm Phật nên dùng tâm tình cảm ơn, chân thành, hoan hỷ, thiết tha, tình nguyện mà công phu, càng tu càng mạnh mẽ, thì hành trì mới được tâm tình nhẹ nhàng thoải mái, tự tại, vui tươi. Nếu dùng tâm nôn nóng cầu lợi để tu thì giữa đường gãy gánh, dùng tâm nửa tin nửa ngờ để tu thì không thể được. Hoàn toàn nhìn vào trạng thái tâm tình của mình như thế nào để mà tu.

Một câu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT, chỉ một niệm cho thuần thực (trong tâm có Phật) mà chẳng cần học pháp khác. Trì danh niệm Phật nếu tín tâm chẳng đủ, lại còn muốn học những pháp môn khác, đối với việc đời vẫn còn nặng tâm kết chặt không chịu xả bỏ, thì dầu trải qua ngàn đời vạn kiếp cũng chỉ là sanh tử luân hồi thế này mà thôi.

Việc ác dù nhỏ xú cũng đều chẳng nên làm, việc thiện thì nên làm nhiều hơn, tâm chẳng nghĩ tưởng lung tung, chỉ có niệm chánh, làm chánh, ý niệm và việc làm không tà vạy. Như ăn cơm thì ăn cơm, ăn xong rồi thì thôi, làm việc thì làm việc, làm xong rồi thì thôi, không trở lại nghĩ tưởng bận tâm về nó, không đình trệ ở trên ý niệm, chẳng dừng ở trên quan niệm, như chim bay qua bầu trời không để lại dấu vết.

Chư vị bạn lành! Nay các bạn may mắn được nghe Phật Pháp, lại biết được pháp môn trì danh niệm Phật vãng sanh thế giới Cực Lạc rất dễ tu hành này, thật là một thiện căn vô cùng to lớn. Nếu còn bận rộn vì vấn đề truy cầu phú quý vinh hoa! Tham lam mưu đồ, vui năm dục sáu trần, thì nên biết rằng lần hồi tóc trắng da nhăn, trông thấy bước đi lảo đảo, đầu như vàng ngọc đầy nhà, lại còn gia thế hiển hách, cũng khó tránh khỏi già, bệnh tàn suy, mặc cho ngàn điều khoái lạc, vô thường cuối cùng cũng sẽ đến, một khi mất thân người thì rất khổ! Xem thử người xưa nay mấy ai đến lúc chết được an lành? Đành phải luân hồi trong sáu đường đời đời kiếp kiếp, trọn không có thời kỳ ra khỏi. Tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống, ngủ nghỉ, năm cái rễ của luân hồi, người đời tham đắm, người tu hành chúng ta cần phải xả bỏ, nhìn nó càng nhạt nhẽo càng tốt. Còn nếu như chúng ta buông không rời, dính mắc tham luyến, thôi thì phải đành cam chịu luân hồi trong sáu đường đời đời kiếp kiếp vậy!

Giữ chặt một câu danh hiệu NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT thì không cần xen tạp những pháp khác (như các pháp môn: tham thiền, học mật v.v...). Muốn học thêm nhiều một chút (các pháp khác) để vãng sanh Cực lạc mới có sự đảm bảo là sai lầm lớn, đặc biệt sai lầm rồi, tức là không có niềm tin chắc chắn đối với Phật A Di Đà.

Tu hành là công phu từng chút từng chút một, sửa soạn tốt cho tự mình trong cuộc sống bình thường, chẳng nhờ mượn ở bên ngoài, tất cả đều nương nơi sự tinh tấn của chính mình, nương theo lời dạy như pháp mà tin thọ

phụng hành, thì vãng sanh thế giới Cực Lạc mới có được sự chắc chắn.

Tu hành, chẳng tu thì thôi, nếu tu thì cần phải tu cho tốt, cho chuyên nhất, chí thành, khẩn thiết, tu cho chắc thật. Nếu lơ là biếng nhác, phô bày, nôn nóng, tâm tùy tiện, như thế không phải là phô bày Phật, mà là phô bày chính mình, chẳng thể vãng sanh thế giới Cực Lạc.

Vãng sanh thế giới Cực Lạc có bí quyết gì không? Tịnh Khôi xin thưa là Có. Tức là hai chữ: THÀNH KÍNH. Thành là chân thành phát nguyện, không có một mảy may giả dối. Kính là cung kính, cung kính có tác dụng khởi lên của sự chân thành, nội tâm chân thành biểu hiện ra bên ngoài tức là cung kính.

Phép tu hành không ra ngoài bốn chữ: CHUYÊN, CẦN, NĂNG, HÀNH. Chuyên là tinh nhất chẳng hai, ngoài ra không có một việc nào. Cần, là tinh tấn không lười biếng, không luống bỏ một thời gian nào. Năng, là phát tâm, chịu làm, làm một cách cam tâm tình nguyện, chỉ lo ra sức, không nghĩ thu hoạch, không gấp gáp cầu lợi. Hành, là chí thành khẩn thiết, ra sức mà làm.

Học Phật tu hành có khó chăng? Hãy xem cách nghĩ, cách nhìn của ta như thế nào? Ta chân tâm tu hành thì không khó. Cổ đức nói rằng: *“Học Phật không khó, mà khó ở sự phát tâm. Phát tâm chẳng khó, mà khó ở sự đồng mãnh. Đồng mãnh không khó, mà khó ở sự duy trì lâu”*. Lại nói rằng: *“Không luận làm bất cứ công việc gì, lúc ban đầu chưa có gì thì chẳng chịu ra sức siêng năng, cho đến lâu ngày, tình thế đòi đổi, sinh tâm mệt mỏi,*

hoặc được chút ít lấy làm đủ, hoặc sợ khó mà dính nơi yên ổn, việc đời như thế, học Phật cũng vậy”.

Niệm Phật tu hành, nó liên hệ với cuộc sống ngày thường, tu huệ tu phước, chúng ta đã dụng công được bao nhiêu, Đức Phật A Di Đà hết thấy đều tỏ tường, Ngài có thể quyết định đến hay không để tiếp dẫn ta! Ta không nên ôm giữ tâm gặp may mắn.

Niệm Phật tu hành mà chân tâm thành ý, thì dầu có cảm ứng cũng được, không cảm ứng cũng được, chỉ cần đầy đủ: Tín, nguyện, hạnh. Tùy duyên mà qua ngày, chỉ lo ra sức không nghĩ thu hoạch, sống được yên ổn tốt đẹp, tự tại, vui vẻ, lúc mệnh chung sẽ biết được giờ chết, thân chí trong sáng, chánh niệm hiện tiền, tâm chẳng điên đảo, đang ngồi hoặc đang đứng mà vắng sanh, tức là có cảm ứng rồi. Chỉ e rằng tín, nguyện, hạnh của ta không đầy đủ, lúc mệnh chung chẳng biết thời gian đến lúc nào, đau khổ vô cùng, thân chí hôn mê, tà niệm hiện tiền, tâm sinh điên đảo, Đức Phật A Di Đà không thể đến tiếp dẫn ta được.

Trì danh niệm Phật thì chẳng phân biệt nam nữ già trẻ, giàu có hay nghèo khổ, kẻ trí người ngu, mọi người đều có thể tu, nhà nông hay buôn bán, từ người trí thức, viên chức cho đến công nhân, mỗi việc làm mỗi nghề nghiệp mà không làm lỡ đi công việc tu trì.

Việc tu hành thì người người đều có thể tu, việc niệm Phật thì người người đều có thể niệm. Vãng sanh thế giới Cực Lạc, phẩm vị cao hay thấp tùy theo công phu tu hành sâu hay cạn. Cũng vậy người niệm Phật tu

hành vắng sanh thế giới Cực Lạc, chín phẩm hoa sen, vì sao chẳng muốn thượng phẩm ư? Người thượng phẩm thượng sanh, đến thế giới Cực Lạc, thấy Phật nghe Pháp. người trung phẩm trung sanh, trải qua nửa tiểu kiếp mới được quả vị A La Hán. Người hạ phẩm hạ sanh, ở trong hoa sen mãi mười hai kiếp, hoa sen mới nở.

Kính thưa quý bạn liên hữu gần xa! Thân người khó được, Phật pháp khó nghe, bậc thiện tri thức khó gặp. Nay quý bạn đã được thân người, và có duyên xem đến quyển sách này, tức là đã gặp được pháp môn thành Phật thẳng tắt và viên đôn. Dù gặp phải bất cứ hoàn cảnh gian nan nào, xin quý bạn nhận rõ duyên đời là khổ mộng mà hạ quyết tâm tu hành, chắc chắn hoa sen báu trong ao thất bảo ở Tây Phương Cực Lạc sẽ nở thêm những hàng thượng thiện nhân để có thêm những vị Phật tương lai đi hóa độ chúng sanh.

Phật Lịch 2555, ngày 20 tháng 04 năm 2011
Nguyễn Huy Khôi – PD Tịnh Khôi



Lời thỉnh cầu:

Khi đọc xong quyển sách này, Tịnh Khôi thiết tha xin quý bạn đọc hoan hỷ trao quyển sách này đến cho người khác có duyên cùng đọc (trừ khi quý bạn thật sự muốn giữ lại để đọc thêm lần nữa).

(Quý bạn đọc cần file PDF xin liên lạc số 0918.691.958 hoặc địa chỉ email *nguyenhuykhoi2005@yahoo.com*)

HỒI HƯỚNG



Công đức hèn mọn nếu có được từ việc viết nên tập sách này, con nguyện trang nghiêm hồi hướng về cõi Tây Phương Cực Lạc, đồng thời nguyện hồi hướng cho tất cả các chúng sanh trong các pháp giới. Con đặc biệt hồi hướng cho tất cả các chư vị oan gia trái chủ cùng thân bằng quyến thuộc của con trong vô lượng kiếp đến nay. Nguyện mong cho tất cả được nương nơi công đức nhỏ mọn này mà sớm được vãng sanh Tây Phương Cực Lạc, chóng viên thành Phật đạo.

Nam Mô bốn sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới Đại Từ Đại Bi A Di Đà Phật

Nam Mô cứu khổ cứu nạn Quan Thế Âm Bồ Tát

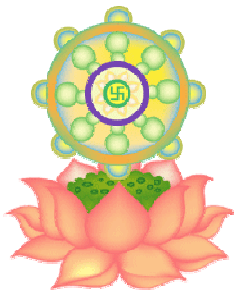
Nam Mô đại hùng, đại lực, đại trí tuệ Đại Thế Chí Bồ Tát

Nam Mô Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát Ma Ha Tát

Nam Mô Đại Nguyện Địa Tạng Vương Bồ Tát

Phật Lịch 2555, ngày 20 tháng 04 năm 2011

Nguyễn Huy Khôi – PD Tịnh Khôi



■ PHẬT PHÁP & PHÁP MÔN TRÌ DANH NIỆM PHẬT

Chịu trách nhiệm xuất bản: Quang Thắng

Biên tập nội dung: Quang Hiếu

Sửa bản in: Quỳnh Anh

Bìa: Ngọc Ánh

In 1.000 bản, khổ 14.5 x 20.5 cm

tại Cty TNHH MTV in Người Lao Động

195 Lê Quang Sung, P6, Q6, TP. Hồ Chí Minh

Số đăng ký kế hoạch xuất bản:

1233-2011/CXB/05-312/PĐ

Cục xuất bản ký ngày 16 tháng 02 năm 2010

In xong và nộp lưu chuyển tháng 01 năm 2011

