Tuyển tập

THEO DẤU CHÂN XƯA

Quyển 1

Giảng Sư: Đại Đức Thiện Minh

NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

PL. 2557 – DL. 2013

MỤC LỤC

CHƯƠNG I: PHẬT GIÁO VÀ CƯ SĨ 4

HÔN NHÂN HẠNH PHÚC 5
PHÁP TU CỦA NGƯỜI CƯ SĨ TẠI GIA 10
Ý NGHĨA QUY Y VÀ THỌ NGŨ GIỚI CẤM 14
CÁCH SỬ DỤNG TÀI SẢN CỦA NGƯỜI CƯ SĨ 18
TÌNH CHA NÚI CẢ 24
NGƯỜI PHẬT TỬ 30
TU PHẬT LÀ KHÉO ỨNG DỤNG TỨ VÔ LƯỢNG TÂM 36
TRONG BỆNH KHỔ BIẾT THÂN HƯ HUYỄN 44
BÀI HỌC LÀM NGƯỜI 50
PHÁP VÀ QUÀ 54
PHƯỚC BÁU 56
SANH TỬ CHỈ LÀ GIẤC MỘNG ĐÊM QUA 60

CHƯƠNG II : PHẬT GIÁO VÀ KINH TẠNG 70

HẠNH PHÚC ĐẾN TỪ ĐÂU 71
KINH HUÂN TẬP CÔNG ĐỨC 80
NGHIỆP 86
BÀI KINH CATUMA 90
TIỂU KINH ĐOẠN TẬN ÁI 94
BÀI KINH NGƯỜI CHĂN BÒ 99
BÀI KINH TỪ BI 103
BỐN PHÁP CHÚC MỪNG 108
BÀI KINH PHÁP MÔN CĂN BẢN 113
ĐẾ THÍCH VẤN ĐẠO 118
HỒI HƯỚNG VONG LINH 121
TÌM HIỂU ÂN ĐỨC PHÁP 127
ĐẠI KINH RỪNG SỪNG BÒ 131
TẤT CẢ LẬU HOẶC 137
TÌM HIỂU KINH PHẬT LỰC 141
QUẢ BÁU CỦA SA MÔN 149
DIỆT ÁI 157

CHƯƠNG III: PHẬT GIÁO VÀ GIÁO DỤC 163

KINH GIÁO GIỚI LA HẦU LA 164
SỨC MẠNH CỦA TUỔI TRẺ 173
LỰA CHỌN CHO TƯƠNG LAI 179
HẠNH KIỂM NGƯỜI TU 188

TU HỌC 192
CHỮ TÂM TRONG PHẬT GIÁO 198
CHỮ ĐỨC TRONG PHẬT GIÁO 205

CHƯƠNG IV : PHẬT GIÁO VÀ ỨNG DỤNG TRONG ĐỜI SỐNG ... 210

THIỀN – LỢI ÍCH CỦA THIỀN 211
PHÁP ĐỘ 214
MƯỜI TỜ GIẤY CUỘC ĐỜI 221
PHÁP TRONG CUỘC SỐNG 225
BA ĐIỀU BẤT HẠNH 231
DỄ VÀ KHÓ 237
MƯỜI BA ĐIỀU SUY NGẪM 244
BỐN ĐIỀU KHÓ ĐƯỢC 250
HƯƠNG THƠM ĐỨC HẠNH 260
NGHỆ THUẬT LÀM ĐẸP THÂN VÀ TÂM 264
LÃNH ĐẠO THEO QUAN ĐIỂM PHẬT GIÁO 270
HẠNH CON RÙA 278
NHÂN QUẢ 283
IM LẶNG VÀ KHIÊM TỐN 289

Chương I: PHẬT GIÁO VÀ CƯ SĨ

HÔN NHÂN HẠNH PHÚC[1]

Con người trong cuộc sống dù tu hay không tu, ai cũng muốn hạnh phúc. Cư sĩ tại gia tha thiết mong cầu hạnh phúc nhiều hơn. Vậy hạnh phúc là gì? Có người quan niệm giàu là hạnh phúc; đẹp trai, đẹp gái là hạnh phúc, đi ra ngoài có ai khen đẹp quá, dễ thương quá thì mỉm cười trong hạnh phúc, cũng có người quan niệm hạnh phúc là có địa vị trong xã hội, có vợ đẹp con ngoan. Do vậy, để có hạnh phúc, Đức Phật đã dạy năm bổn phận của người chồng đối với vợ, năm bổn phận của người vợ đối với chồng, ba bổn phận của vợ chồng đối với nhau. Đây là những bài dạy của một vị Thầy, của một vị đạo sư, không chỉ dạy về con đường giải thoát, mà còn dạy những bài pháp nhằm xây dựng hạnh phúc gia đình. Đức Phật cũng là một nhà tâm lý, một vị thầy xứng đáng của những người thầy, một người cha xứng đáng của những người cha.

∗ Năm bổn phận của người chồng đối với vợ

1. Thương mến vợ

Người chồng thương mến vợ bằng tấm chân tình thực sự. Tâm lý chung, khi người ta mới quen nhau, bao nhiêu cái hay, cái đẹp, món ngon vật lạ đều muốn dành cho người yêu. Những cái gì hay nhất, tốt nhất thì dành cho lúc yêu, cho người yêu để biểu lộ lòng mến thương, nhưng khi lấy nhau rồi, về sống chung, mới có những biểu hiện thiếu tôn trọng nhau. Lúc đầu thì nói với nhau anh anh, em em ngọt như đường phèn, khi tình yêu xuống dốc, thì gọi nhau mày mày, tao tao chua như cơm mẻ. Do vậy, người chồng phải có lời dịu ngọt đối với vợ, lúc nào cũng "Tương kính như tân" có nghĩa là giữ lòng kính trọng đối với nhau như khi mới quen, lời nói dịu ngọt chính là ái ngữ, là lời nói chân thành, trung thực. Nếu người chồng thiếu sự dịu ngọt sẽ làm cho cuộc sống gia đình không tốt đẹp.

2. Không khinh bỉ và hà hiếp vợ

Tâm lý con người chịu cực khổ thì được, nhưng bị xem thường, khinh khi thì không chịu nổi. Những thái độ khinh bỉ làm cho mối quan hệ giữa vợ chồng xấu đi rất nhiều. Thái độ hà hiếp, hành động thô lỗ đối với vợ cũng sẽ tạo ra nghiệp báo, cho nên Hội phụ nữ ra đời, là để cho những bà vợ bị chồng ăn hiếp nương dựa. Về mặt Pháp luật, những ông chồng bạo hành với vợ đều có thể bị thưa ra tòa. Ở quê sư, có ông chồng thường túm tóc vợ đánh dã man, cô vợ bỏ về nhà cha mẹ ở ba ngày rồi cũng quay về. Cho nên có nhà thơ nói:

"Tình chỉ đẹp khi còn dang dở

Tình mất vui khi đã vẹn câu thề".

Khi "tình dang dở" người ta thường mang tâm trạng tiếc nuối về mối tình đã mất. Nhưng khi "đã vẹn câu thề" tức là lấy nhau rồi, thì bản chất thực của mỗi người được bộc lộ cách rõ ràng nhất. Có lẽ khi nhìn thấy rõ nhau quá, từ cái tốt tới cái xấu làm cho người ta mất vui chăng?

Thời Phật Thích Ca, có cô gái đắc quả Tu-đà-huờn (là người có niềm tin bất thối nơi Tam bảo) luôn niệm câu: Nammo Budhāya. Khi lập gia đình, chẳng may cô gặp một người theo đạo Lõa thể, nên biết rằng đạo Lõa thể có trước khi Đức Phật Thích Ca ra đời. Ngày nay ở Ấn Độ vẫn còn đạo này, tín đồ đạo Lõa thể thường xuất hiện trước 5 giờ sáng để ra sông

[1] Bài Pháp này giảng tại Chùa Hội Khánh, huyện Dĩ An – Bình Dương.

Hằng làm lễ. Người thanh niên Bà la môn đạo Lõa thể cưới cô gái đã đắc quả Tu-đà-huờn và sống với nhau thương yêu thắm thiết.

"Râu tôm nấu với ruột bầu

Chồng chan vợ húp gật đầu khen ngon".

Họ nghèo nhưng hạnh phúc. Tuy nhiên người chồng muốn chuyển hóa người vợ theo đạo Lõa thể. Một hôm, anh ta mời một số đạo sĩ đạo Lõa thể về tư gia để cúng dường trai tăng. Anh chồng dặn dò người vợ ngày đó không được niệm Phật. Người vợ hứa không niệm Phật nhưng không chắc chắn lắm, hứa theo kiểu 50-50 nghĩa là tùy duyên ứng biến. Khi những đạo sĩ Lõa thể bước vào nhà, cô vợ bưng nước phục vụ ai dè bị vấp cái ghế, cô bèn buột miệng niệm Phật: Nammo Budhaya, Nammo Budhaya, Nammo Budhaya. Ngay lập tức những vị đạo sĩ Lõa thể đứng dậy nói với người chồng: "Đã là tín đồ thuần thành rồi mà sao còn để một người ngoại đạo này ở trong nhà?". Họ bỏ ra về. Người chồng đau khổ bèn đổ trút lên đầu người vợ những lời chửi mắng với những từ ngữ xưa nay chưa từng có trong từ điển. người chồng chỉ biết la mắng chứ không thể đánh người vợ được, bởi vì cô đã đắc quả Tu-đà-huờn , tự cô tỏa ra một thứ mãnh lực làm cho người chồng muốn đánh cũng không đánh được. Như vậy người vợ chỉ bị hà hiếp bằng ý và khẩu nghiệp của người chồng, không bị thân nghiệp hành hạ. Sau đó, người chồng bèn đi tìm Đức Thế Tôn kể chuyện. Đức Phật dạy: "Con muốn hết khổ phải diệt cái tâm sân si. Do con còn cố chấp, còn dính mắc, còn phân biệt, nên con bị khổ". Người chồng nghe lời Đức Phật nên chẳng bao lâu thân tâm an lạc và hạnh phúc vô cùng.

3. Có tâm chung thủy với vợ

Chồng không được la cà, gần gũi với người khác. Tâm lý của người vợ rất khó tha thứ cho sự không chung thủy của người chồng. Nghĩ đến hạnh phúc gia đình, người chồng phải có lòng chung thủy. Ai cũng biết khi yêu người ta thấy cái gì cũng đẹp cho dù là:

"Vợ tôi nó dữ như chằn

Hèn chi hồi trước chẳng thằng nào thương.

Mới quen thấy cũng bình thường

Bây giờ lỡ cưới hết đường rút lui".

Người chồng biết vợ mình là chằn, là dạ xoa, là Atula nhưng không dám xé hôn thú vì muốn dừng lại để xây dựng hạnh phúc gia đình, mong rằng sẽ chuyển hóa được người vợ. Tuy nhiên cũng có những kẻ khác, do không biết đạo nên đã ngoại tình làm tan vỡ hạnh phúc. Theo thống kê của tổ chức cảnh sát quốc tế, hầu hết tội phạm trên thế giới là những đứa con của gia đình có cha mẹ ly dị. Do vậy, các bậc cha mẹ phải quan tâm đến hạnh phúc gia đình, bởi vì nó là nền tảng căn bản của hạnh phúc xã hội. Gia đình không hạnh phúc, con cái đau khổ sẽ bỏ nhà đi theo bạn bè. Nếu lầm lỡ đi theo những đứa bạn xấu, sẽ làm những điều ác và trở thành gánh nặng của xã hội. Cho nên, quý vị quan tâm đến hạnh phúc gia đình, chính là quan tâm đến hạnh phúc của con cái.

4. Phải giao quyền cho vợ

Niềm tin là sức mạnh của sự sống, có tin thì cuộc sống hôn nhân sẽ tươi mát thông cảm cao và tha thứ lớn. Trong hôn nhân đẹp nhất, chồng tin tưởng giao quyền và vợ phải chấp hành tốt sự tín nhiệm của chồng. Người vợ nếu không được giao quyền giữ chìa khóa nhà, chìa khóa xe, chìa khóa tủ… sẽ cảm thấy mình không được tin tưởng. Giao quyền là tỏ lòng tin yêu vợ trong việc xây dựng tổ ấm chung với nhau. Không gì phiền não hơn khi chung

sống cùng nhau, mà chồng không dám uống tách trà do vợ mình dâng, hoặc người vợ không dám uống ly cà phê do chồng pha chế vì sợ có bỏ bùa. Thực ra, người thiện tâm không sợ bùa ngãi.

5. Phải mua trang sức cho vợ

Cho và nhận là một nghệ thuật sống trong hôn nhân đẹp. Quà không đáng giá bao nhiêu, nhưng cách cho đẹp thì vẫn là nghĩa cử tuyệt vời. Cho tốt, nhận hay, là chất keo kết dính trong hôn nhân. Quà là hình thức, nhưng nó bắt đầu từ một tâm tư lành, thiện ý tốt cho một đối tượng mình yêu và quan tâm, người được cho cố nhiên là hạnh phúc vô biên. Người chồng phải luôn tìm cơ hội thể hiện tình yêu của mình đối với vợ như nhân dịp sinh nhật của vợ, kỷ niệm ngày cưới... để tặng quà cho vợ. Lòng thương yêu, sự quan tâm không phải ở lời nói mà phải thể hiện bằng hành động, cử chỉ. Những lời dạy này cho thấy Đức Phật không hề lỗi thời, nếu người chồng làm theo những lời Phật dạy trên đây, thì gia đình luôn hạnh phúc, an vui, con cháu vui vẻ và thanh nhàn.

∗ **Năm bổn phận của vợ đối với chồng**

1. Phải làm tròn bổn phận nội trợ

Trong mối tương quan giữa chồng và vợ, người chồng giao quyền cho vợ mà người vợ không biết chu toàn là điều không may mắn cho hôn nhân. Người vợ phải luôn thể hiện mình giỏi giang, siêng năng, cần cù trong việc nội trợ. Trái lại nếu nấu cơm thì cơm sống, kho cá thì cá khét, nấu canh thì canh mặn…hậu quả bầu trời hạnh phúc sẽ vô cùng ảm đạm. Cho nên, biết nấu ăn cũng là nghệ thuật giữ hạnh phúc gia đình, vì thế cho nên, quý bà phải học nấu ăn thật ngon, quản lý gia đình thật tốt, nuôi con thật giỏi, tiếp đãi họ hàng chu đáo v.v…đó là những điều người phụ nữ không thể thiếu trong cuộc sống hôn nhân.

2. Phải vui vẻ đón tiếp họ hàng của hai bên

Người vợ biết cư xử, đối đãi với người thân của hai họ, làm cho hai họ vui vẻ, giúp cho người chồng hãnh diện về mình.

Chuyện kể tiền kiếp Mục Kiền Liên: Cách 500 kiếp, trước khi ngài đắc quả, Mục Kiền Liên khi ấy có một người vợ là ác thê. Lúc đó, bản thân Mục Kiền Liên là một người con hiếu thảo, chỉ muốn ở vậy nuôi cha mẹ. Nhưng lúc lấy vợ, người vợ của Mục Kiền Liên bất kính với cha mẹ chồng. Do cha mẹ chồng mù lòa, người vợ ở nhà chăm sóc, nấu cơm, giặt giũ… lâu dần người vợ cảm thấy bất mãn; người vợ bèn nghĩ ra kế xé rách áo cha mẹ chồng, rồi nói với chồng là cha mẹ tự xé. Mục Kiền Liên đi làm ăn xa nên không biết rõ sự tình. Sau đó, người vợ lấy phân, nước tiểu vung vãi đầy nhà rồi nói với chồng là cha mẹ tự làm, cô chịu hết nổi cảnh dơ bẩn như vậy nên đòi ra ở riêng. Mỗi ngày cô vợ cứ nói vô nói ra, nói riết làm cho người chồng sanh tâm, lập kế hoạch giết cha mẹ. Hai vợ chồng làm một bữa cơm cho cha mẹ ăn rồi nói:

"Con chở cha mẹ đi thăm bạn bè của cha mẹ, đường đi thì xa, lại phải qua núi rừng hiểm trở, có đoạn thường xuyên bị cướp bóc. Nếu chẳng may gặp cướp thì cha mẹ đừng trách móc con."

Đi một đỗi, đến quãng đường rừng vắng vẻ, Mục Kiền Liên giả kẻ cướp lấy roi đánh tới tấp vào người Cha mẹ. Người mẹ dù đau đớn nhưng vì tưởng cướp thiệt nên gắng sức la lên:

- Con ơi, mau chạy đi con, mau tránh xa bọn cướp đi con, cha mẹ già rồi có chết cũng không sao, con hãy mau chạy để bảo toàn tính mạng.

Nghe mẹ nói như vậy, Mục Kiền Liên hối hận quỳ xuống khóc và nói rằng:

- Cha mẹ ơi, là con đây, chứ không có kẻ cướp nào hết. Cha mẹ sắp chết rồi mà còn thương con, bảo vệ cho con, là do con nghe lời ác độc của vợ con, con xin sám hối muôn đời.

Sau đó Mục Kiền Liên chở cha mẹ quay trở về nhà chăm sóc, nhưng do bị đánh nhiều, vết thương quá nặng, chẳng bao lâu sau cha mẹ Mục Kiền Liên qua đời. Mục Kiền Liên sau kiếp đó sa vào địa ngục 500 kiếp. Sau đó Mục Kiền Liên lên làm người 500 kiếp nữa, nhưng kiếp nào cũng bị người ta đánh đến khi chết. Kiếp cuối cùng, Mục Kiền Liên gặp Phật Thích Ca, không ngừng tu tập và chứng quả A-la-hán, trở thành lục thông đệ nhất. Tiểu sử ngài Mục Kiền Liên do một tác giả người Đức viết, cho thấy cuộc đời cuối cùng của ngài bị ngoại đạo Lõa thể giết, phân thây làm trăm mảnh, dù có thần thông ngài vẫn vui vẻ, hoan hỷ trả nghiệp cũ của mình.

Do đó, sự tiếp đãi hai họ ân cần, chu đáo, là biện pháp của người vợ để giữ sự trìu mến thương yêu hai bên đồng như nhau. Đó cũng là trách nhiệm và bổn phận của người con đối xử với dòng họ.

3. Chung thủy với chồng

Chung thủy là yếu tố cả nam và nữ phải có với nhau. Chung thủy không có trong đời sống hôn nhân thì hạnh phúc sẽ bị tắt lịm như ánh hoàng hôn trên sa mạc. Chung thủy là kết quả của người giữ giới không tà dâm trong quá khứ. Hôn nhân là duyên nợ tiền kiếp, kết quả của tình yêu là con cái, bản chất của chung thủy là gia đình hạnh phúc. Chung thủy được thể hiện qua thân, khẩu và ý, thậm chí lời nói chơi xúc phạm đến chồng người phụ nữ cũng không nên nói. Chung thủy là gì? Chung thủy là sống tốt với chồng, không gây thương tích cho chồng cả tâm hồn lẫn thể xác. Nói rõ hơn ngoài chồng vợ của mình không gần gũi (tình cảm) với ai khác phái mà người ấy có ba mẹ và xã hội bảo vệ.

4. Giỏi giang, thu xếp công việc gia đình gọn gàng

Sắp xếp gia đình, nhà cửa ngăn nắp, trật tự. Tục ngữ Việt Nam có câu: "Nhà sạch thì mát, bát sạch ngon cơm". Phụ nữ hãy vun vén cho mái nhà trở thành mái ấm gia đình. Gia đình hạnh phúc thì con cái mới hữu dụng.

5. Phải siêng năng cầu tiến trong công việc

Không ai giỏi tất cả mọi lãnh vực, nên người vợ phải biết cầu thị, học hỏi để nâng cao trình độ kiến thức, mở rộng tâm hồn.

∗ **Ba pháp chung cho vợ chồng đối với nhau**

1. Sự chân thực với nhau

Con người đánh mất lòng tin rất khó sống chung, nên vợ chồng phải chân thực trong hành động, lời nói, ý nghĩ.

2. Tâm từ bi, bao dung

Thương bắt đầu từ sự hiểu nhau. Không hiểu tình thương ấy sẽ nhạt nhòa, có thương mới hiểu, có hiểu mới thương, mới bảo vệ, tha thứ cho nhau. Tâm quảng đại, tâm tha thứ bao dung sẽ đem lại hạnh phúc. Ngược lại, tâm nhỏ mọn, tâm cố chấp, tâm ích kỷ là kẻ thù của hôn nhân.

3. Tâm phước thiện

Biết thương người và bố thí thể hiện qua sự giúp đỡ cha mẹ, anh em, họ hàng hai bên. Cùng nhau đi chùa làm phước, bố thí là chất liệu kết dính trong đời sống vợ chồng lâu bền hạnh phúc. Phước báu sẽ theo ta như bóng với hình, còn tài sản vật chất thế gian vô thường, có rồi không, không rồi có. Vợ chồng thương yêu nhau, cùng biết tạo phước là gieo hạt giống thiện lành cho mai sau.

PHÁP TU CỦA NGƯỜI CƯ SĨ TẠI GIA[2]

Trong kinh Pháp cú Đức Phật có thuyết một câu kệ ngôn cho người Phật tử:

Không làm các điều ác

Hãy làm các việc lành

Giữ tâm ý trong sạch

Đó lời chư Phật dạy.

1. Không làm các điều ác, hãy làm các điều lành, giữ tâm ý trong sạch

Không làm điều ác là thân mình không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm….Tâm mình không nói dối, không nói lời đâm thọc, không nói lời độc ác… Ý mình không tham , sân, si . Con người không hiểu đạo nên sanh ra độc ác qua thân , khẩu, ý. Ba điều này có tác hại rất lớn. Độc ác qua khẩu nghiệp, nói xấu, nói lời độc ác, huỷ báng Phật, Pháp,Tăng. Những lời nói độc ác phạm đến Thầy, Tổ, là những bậc trưởng thượng sẽ làm chúng ta tổn thọ, tổn đức. Cho nên người tu làm theo lời Phật dạy là phải có chánh ngữ, lời nói luôn đem lợi ích đến cho những người chung quanh.

Hãy làm các điều lành. Tôi không làm hại ai. Điều này đúng là không làm điều ác nhưng Phật dạy là phải tạo các điều lành nghĩa là mình phải làm phước, thí dụ như đi thập tự cúng dường, lễ bái tam bảo, cung kính Phật Pháp Tăng, hoặc làm những việc thiện lành khác . Đi chùa này, chùa kia sẽ giúp chúng ta khai mở tâm rộng lớn thêm một chút, từ ái thêm một chút. Ở nhà lâu quý vị sẽ bị bão hoà, có đi ra ngoài sẽ giúp mình cơ hội mở tâm mình ra (tránh sự dễ duôi theo thời gian), có dịp nghe sư thầy nhắc nhở. Dân gian có câu : ‘’Ăn cơm có canh tu hành có bạn. Những người bạn đồng tu cũng giúp khai mở cho mình những điều hay điều đẹp trong cuộc sống. Cho nên mình đi tìm những người bạn có phước đức tốt, có hạnh tu đặc biệt để nghe những lời họ nói, nhắc nhở mình tiến bộ trên con đường tu tập. Có người bạn tốt có chánh kiến là hạnh phúc cao thượng, giúp mình phát triển lòng từ bi tiến hoá trên con đường tu tập.

Giữ tâm ý trong sạch. Quý vị phải có công phu, có những giây phút tụng kinh hay tham thiền, bất động khoảng nữa tiếng đồng hồ để thấy rõ tâm và thân của mình. Chúng ta thường xuyên bị công việc chi phối nên không có dịp nhìn lại bản thể thật của mình. Phương pháp giữ tâm thanh tịnh giúp ta tiến hoá trên con đường tu tập là thiền định. Phải dành thời gian để tịnh tâm, biết ngộ những điều hay trong cuộc sống. Nhiều khi do ái dục, si mê, bận rộn làm ta ngông cuồng, tham đắm, cố chấp, ích kỷ…những điều đó làm ta luân hồi, đắm chìm trong đau khổ. Thiền định giúp tâm ta tĩnh lặng.

2. Người tu phải biết áp dụng những pháp tu: Bố thí, trì giới , tham thiền.

Bố thí : Đó là những phương pháp giúp ta giàu sang, có cuộc sống an vui, sanh vào nhàn cảnh. Bố thí phải có lễ phẩm. Thí dụ mua một bông hoa, đĩa trái cây, nhang, đèn…. Lễ trai tăng hôm nay, thí chủ bố thí một bữa ăn trưa cho gần 80 vị tăng và tu nữ. Đó gọi là lễ phẩm. Nhưng điều thứ hai là phải có đối tượng thí. Hôm nay đối tượng thí là tăng ni. Phật dạy bố thí mười lần cho người ăn xin không biết tu thì không bằng bố thí cho người quy y, giữ giới. Bố thí mười lần cho người quy y, giữ giới thì không bằng cho người xuất gia. Thứ ba, người bố thí phải có tâm trong sạch. Lễ phẩm ít nhưng tâm rộng, tâm và vật thí phải song hành với

[2] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

nhau thì phước mới lớn. Nếu bố thí cho những bậc A-la-hán thì phước sẽ vô lượng, vô biên quả sẽ trổ ngay sau khi mình làm. Tâm thí không có, quả sẽ nghèo. Cho nên tâm thí rất quan trọng. Mình có xe đi cho người ta quá giang gọi là bố thí. Cho người đói lạnh cơm ăn , áo mặc đó gọi là bố thí. Tâm thí, có phương tiện để giúp đỡ những người chung quanh sẽ giúp ta tạo phước đức, về sau sẽ phát sanh sự giàu sang trong cuộc sống.

Đức Phật dạy: Người tu muốn thành Phật phải thực hành hạnh bố thí, nên trong Thập độ có câu:

Đường tu bố thí đứng đầu

Vị tha là tánh vô cầu là tâm

Không vì thương ghét sơ thân

Bàn tay ban bố nào phân biệt gì

Hy sinh ngoại vật tứ chi

Hoặc luôn mạng sống sá gì huyễn thân

Phật xưa pháp độ vẹn toàn

Chúng con nguyện bước theo chân đại từ.

Trong Thập độ, Đức Phật dạy Bố thí có ba, đó là bờ kia, bờ trên, bờ cao thượng. Bố thí bằng tiền bạc, của cải, sự nghiệp, vợ và con với tâm bất động sẽ cho quả vị A-la-hán Thinh Văn Giác. Bố thí một phần trong thân thể, như mắt, tay v.v. với tâm bất động sẽ cho chúng ta quả vị A-la-hán Độc Giác. Bố thí cả sanh mạng của mình thì sẽ cho quả vị A-la-hán Toàn giác (Phật tổ). Muốn trở thành Phật phải thực hành một trong ba hạnh bố thí trên. Tâm muốn thành Phật thì phải bất động, không ngần ngại lằn tên mũi đạn, sá gì mạng sống, không còn sợ hãi thì sẽ gặt hái quả vị Phật. Còn nhân quả thông thường thì ta làm phước tự động có phước như bố thí vật thực sẽ cho sức lực, bố thí đèn sẽ cho mắt sáng, bố thí y phục sẽ cho sắc đẹp, bố thí vật quý trọng thì hằng được vật quý trọng.

Do phước lành đã tạo hôm nay là nhân để có quả lành trong ngày vị lai . Kiếp này gặp Phật Pháp, kiếp sau cũng sẽ gặp Phật Pháp. Còn người nào không biết bố thí, không hoan hỷ khi người khác bố thí thì quả sẽ sanh ra làm người nghèo khổ, thiếu thốn. Tâm ích kỷ nhỏ mọn sẽ làm chúng ta trở thành hẹp lượng, có đời sống nghèo khó. Nếu có của cải thì cũng dễ bị tiêu hủy bằng nhiều cách như thiên tai, hỏa hoạn, sóng thần v.v.

Trì giới là giữ giới cho trong sạch, giúp cho mình có phước đức. Chính đạo đức trong đời sống của cha mẹ giúp cho con cháu sanh ra trong gia đình ngoan hiền theo lời chỉ dạy của mình. Nếu không có phước đức con cái sẽ không ngoan, đi theo bạn xấu. Người cha người mẹ phải giữ giới và khuyên người thân trong gia đình giữ giới.

Tham thiền là món ăn tinh thần không thể thiếu đối với người cư sĩ. Nếu đời sống vật chất thiếu ăn, thiếu uống nhưng đời sống tinh thần có hành thiền thì sẽ an vui và hạnh phúc. Thiền giúp mình thấy được bản chất thật của cuộc sống.

3. Người tu phải thường xuyên quán chiếu về sự vô thường, khổ, vô ngã.

Vô thường: không có gì là của mình. Vạn vật luôn thay đổi. Con người chúng ta cũng luôn thay đổi từng giờ, từng ngày, từng tháng, từng năm, từng sát na. Người tu phải luôn quán chiếu thế gian là vô thường đi đến chỗ huỷ diệt không gì tồn tại. Không ai giàu ba họ, không ai khó ba đời. Quán chiếu để thấy thế gian này vô hộ vô chủ, mình không làm chủ được ai, thế gian này thiếu thốn, tham ái, con người trở nên nô lệ, khao khát bởi lòng tham

ái. Do lòng tham, ước muốn của mình qúa lớn nên lúc nào cũng tham ái cho nô lệ. Ông bà nói : lớn thuyền lớn sóng. Lòng tham quá lớn nên lúc nào cũng thấy thiếu thốn, lòng tham ái làm cho ta trở thành nô lệ. Tham ái cho nô lệ là sao? Nghĩa là đất nước đang hoà bình nhưng tâm vua lúc nào cũng muốn xâm chiếm những nước lân cận. Nếu chiếm được thì biết bao sanh mạng bị tổn hại. Nếu không chiếm được thì Vua đau khổ. Do vậy biết đủ sẽ giúp con người dừng lại lòng ham muốn vô tận.

Đức Phật dạy phải quán chiếu sự vô thường, quán chiếu thân này không phải của mình, tài sản này không phải của mình. Thí chủ hôm nay đi lên chùa vô ý bị té đau. Ngay đến cơ thể mình, mình muốn nó khoẻ nhưng nó không khoẻ theo ý mình được. Không ai muốn bịnh, già chết nhưng những điều đó không ai muốn là được. Chùa Bửu Quang có nhiều chim bồ câu bay về làm tổ. Chúng tôi thường nhìn thấy những con chim bồ câu bay đi bay về, có lúc sà xuống ăn bắp, ăn lúa gạo chúng tôi rải dưới gốc cây. Những con chim bồ câu rất mạnh mẽ và đẹp như một thiên thần. Nhưng lâu dần, chúng tôi lại nhìn thấy những con chim bồ câu già nua, bay chậm chạp, thân hình xơ xác rồi tự động ngã ra chết. Hình ảnh đó làm chúng tôi thấy sâu xa sự vô thường để không dính mắc, cố chấp vào bất cứ thứ gì trên đời này. Càng dính mắc nhiều thì càng khổ. Thí chủ hôm nay thân bịnh nhưng tâm không bịnh. Có tâm bố thí làm phước, cung kính Phật Pháp Tăng Tam bảo sẽ gia hộ.

Khổ: Chúng ta thường xuyên phải quán khổ não. Cuộc sống đầy ắp khổ đau. Giàu khổ, nghèo khổ. Cái khổ này do tâm ta tạo ra. Tâm càng tham muốn thì khổ càng nhiều. Cho nên phải thường xuyên quán chiếu khổ. Phàm tục ai cũng đau khổ, còn thân ngủ uẩn này đều khổ. Quán chiếu cái khổ để thấy rằng cái khổ và sự an vui luôn song hành nhau. Cũng vậy, trong đời sống hằng ngày, những người ta ghét luôn hiện diện. Đừng mong họ vắng bóng để mình an tâm tu hành. Phật Thích Ca luôn có Đề-bà-đạt-đa (Devadatta) bên cạnh quấy phá.Trong cái khổ mình biết tĩnh tâm thì vẫn an nhàn thanh thoát.

Vô ngã: Quán chiếu vô ngã để hiểu trong thế gian không có cái gì là của mình, từ vũ trụ, xã hội, con người, nhà cửa, con cái v.v… không phải của mình. Cái thân này cũng không phải của mình, mình kêu nó không nghe, kêu nó đừng chết nhưng nó vẫn chết. Thân tóc bạc, răng rụng đó là vô thường, là khổ, là vô ngã, là không phải của mình. Mình không làm chủ được ai, không ai làm chủ được mình.

4. Thực hành ngũ lực : Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ.

Trong phim Tây Du Ký, hình ảnh Trư bát giới thân to, trí thì nhỏ.

Tề thiên thân nhỏ, nhưng trí tuệ và thần thông thì phi phàm. Con người tập luyện được ngũ lực giống như Tề Thiên có được sức mạnh và trí tuệ.

- **Tín**: lòng tin bất động.
- **Tấn**: tinh tấn nỗ lực không ngừng trong công việc, trong tu tập.
- **Niệm**: ghi nhớ, biết những gì xảy ra trong qúa khứ, hiện tại, biết mình đang làm gì và đang không làm gì.
- **Định**: định tâm, tập trung, vắng lặng. Càng tập trung tâm càng sáng. Làm cái gì cũng phải có đầu tư, Phật gọi là chú tâm. Càng chú tâm càng hiệu quả .
- **Tuệ**: Trí tuệ phát sanh giúp ta nhìn cuộc đời với tâm tĩnh lặng an vui.

Thế gian đau khổ. Con người an vui nhìn thế gian đau khổ vẫn tĩnh lặng an vui.

Tóm lại, hôm nay chúng tôi thuyết đề tài Phương Pháp Người Tu Tại Gia:

1. Không làm các điều ác

Hãy làm các điều lành

Giữ tâm ý trong sạch

Đó lời chư Phật dạy

2. Bố thí, trì giới, tham thiền
3. Thường quán vô thường, khổ, vô ngã
4. Thực hành ngũ lực.

Người cư sĩ tại gia biết áp dụng 4 pháp này trong cuộc sống sẽ được an lạc, đây cũng là nhân duyên để đắc đạo quả trong ngày vị lai.

Ý NGHĨA QUY Y VÀ THỌ NGŨ GIỚI CẤM[3]

Quy y có vào thời kỳ Đức Phật Thích Ca. Người quy y đầu tiên là cha mẹ của Trưởng lão Yassa là một người giàu có. Ngài Yassa một hôm thức giấc, nhìn thấy nhiều người phục vụ nằm ngủ la liệt, trong đó có người mở mắt, người nhắm mắt, người chảy nước dãi, người ngáy, người rên v.v... hình ảnh không mấy gì đẹp đẽ ấy làm cho Yassa nhàm chán, buồn bã bỏ đi, nhưng thực sự không biết đi đâu. Một hôm, ngài đi ra khỏi nhà. Đức Phật thấy duyên lành của ngài Yassa bèn phóng hào quang đưa Yassa đến gặp Đức Phật, liền sau đó Yassa nghe Phật giảng pháp và hoan hỷ xuất gia, không bao lâu đã chứng đạo giác ngộ. Sáng hôm sau, cha mẹ và 54 người bạn của Yassa biết ngài mất tích nên cùng nhau đi tìm. Họ đến gặp Đức Phật, nghe Đức Phật thuyết bài Pháp xong liền phát tâm quy y Tam bảo. Phật nói: "Ông bà quy y xong sẽ tìm thấy con!". Đó là hai người đầu tiên quy y Tam bảo. Trước kia, có hai thanh niên lái buôn ở Miến Điện cũng đã quy y nhị bảo tức là quy y Phật, quy y Pháp, lúc bấy giờ chưa có Giáo hội Tăng già nên chỉ có nhị bảo.

Vậy quy y Tam bảo là gì?

Tam là ba, quy là trở về. Quy y Tam bảo là trở về nương tựa ba ngôi báu: Phật bảo, Pháp bảo và Tăng bảo. Nghi thức quy y: phải có những lễ phẩm như đèn hoa, trái cây, tâm thành kính lễ bái sư. Nơi quy y có thể là một ngôi chùa, có thể là tư gia. Chùa là nơi quy y hợp lý hơn. Nên hôm nay, quý Phật tử đến thiền viện Bồ Đề để quy y và chọn vị thầy bổn sư, là người hướng dẫn cho mình quy y để học đạo, hiểu biết chánh Pháp. Khi đã quy y rồi thì nên biết rằng, chùa nào cũng là chùa chung cho mọi người tu tập. Vị Sư là ngón tay chỉ cho quý vị thấy mặt trăng, vị sư không phải mặt trăng. Do đó, quý vị nên tự mình thưởng thức vẻ đẹp của mặt trăng, nó tròn sáng, lung linh, huyền ảo hay rực rỡ như thế nào, chứ đừng ngắm ngón tay dài hay ngắn, đẹp hay xấu, có ghẻ hay không có ghẻ.

Quy y Phật Pháp là nương vào Tam bảo để tu tập. Cổ nhân có câu: "Y pháp bất y nhơn". Tức là dựa vào Pháp để tu sửa tâm tính, không dựa vào con người nhất định nào. Đối tượng quy y là quy y Phật, Pháp, Tăng.

Tại sao quy y Phật?

Quy y Phật vì Phật là một người đã giác ngộ thực sự thấy được chân lý. Chân lý và lời giải của Ngài có thể giúp chúng ta hết khổ; ta có thể tự hào Đức Phật là một vị vua đã giác ngộ suốt cuộc đời Ngài phục vụ cho chúng sanh. Từ địa vị là một ông vua, Ngài cắt ngang tình yêu mãnh liệt của phụ hoàng, gỡ cánh tay bám víu của hiền thê, rời bỏ đứa con thơ mới mở mắt chào đời còn nằm bên lòng mẹ; con người anh hùng chí khí đó, đã ra đi với tất cả ý nghĩa của sự thoát ly, mà sự thoát ly đó vẫn còn vang dội cho đến ngày hôm nay. Tất cả chúng ta ngồi đây là chịu ảnh hưởng của sự xuất gia thoát ly của Đức Phật.

Cách đây 10 năm, chúng tôi sống trong Giáo hội Tăng già ở Anh Quốc. Hằng ngày nhìn những vị thầy, những vị sư người Âu Mỹ, mũi cao, da trắng, xinh đẹp những người đã rời bỏ tất cả danh vọng, tài sản, tình yêu, gia đình, vợ chồng, con cái, ngũ dục thế gian để khoác áo cà sa, tướng hảo quang minh, mỗi ngày tinh tấn lạy Phật, tham thiền … chúng tôi đã rớt nước mắt; bởi hình ảnh đó quá đẹp, quá thánh thiện và chúng tôi thấy Phật rất vĩ đại, bởi giáo pháp của Ngài qua hàng ngàn năm vẫn còn sống mãi.

Tại sao quy y Pháp?

[3] Bài Pháp này giảng tại TV. Bồ Đề – TP. Vũng Tàu.

Quy y Pháp vì giáo pháp của Đức Phật có khả năng giúp ta bớt khổ, thực tập lời dạy của Ngài giúp ta giải thoát được phiền não. Tạp chí Phật giáo Nguyên thủy số 8 có trích đăng thông điệp của Tổng Thư ký Liên hợp quốc Ban Ki Moon gởi cho đại lễ Phật đản Vesak trên thế giới: "Đức Phật, sự Đản sinh, Thành đạo và nhập Niết bàn của Ngài được chúng ta kỷ niệm mỗi năm vào ngày rằm tháng tư Vesak, đã để lại cho nhân loại kho tàng giáo lý rộng sâu, và kho tàng giáo lý ấy có thể định hướng cho những nỗ lực giải quyết các vấn đề nghiêm trọng, mà chúng ta đang phải đối mặt trong thế giới ngày nay.

Lời huấn thị của Ngài chống lại ba thứ độc hại, đó là Tham lam, Sân hận và Si mê. Lời huấn thị ấy có thể khơi dậy những cuộc hội đàm đa phương về sự đói kém đang ảnh hưởng đến gần một tỷ người trong thế giới giàu có của chúng ta, về sự bạo lực đầy thú tính, cướp đi sinh mạng của hàng nghìn người mỗi năm, và về sự tàn phá môi trường một cách vô tội vạ, gây nguy hại cho ngôi nhà duy nhất của chúng ta, là trái đất mà chúng ta đang sinh sống.

Chúng ta thấy Đức Phật và giáo pháp của Ngài quá vĩ đại. Lời dạy của Phật có thông điệp chuyển tải tinh thần từ bi quá lớn cho nhân loại, phát huy trí tuệ từ bi chánh kiến cho nhân loại. Giáo pháp của Ngài là văn hóa lớn cho nhân loại, là tinh thần bất bạo động nên Hội đồng IOC hằng năm tổ chức Lễ Vesak Tam hợp trên thế giới, quy tụ các truyền thống Phật giáo đến tham dự. Pháp có hai : Pháp học và Pháp hành, nên chúng ta quy y Pháp là quy y Pháp học và quy y Pháp hành. Pháp học là có 84 ngàn pháp môn, những khuôn vàng thước ngọc của Phật thuyết giảng trong suốt 45 năm. Pháp hành là tinh hoa lời Phật dạy, người hành theo có khả năng giác ngộ, chấm dứt khổ đau, giác ngộ giải thoát, không còn sanh tử luân hồi.

Tại sao quy y Tăng?

Tăng tiếng Pāli gọi là Saṅgha, nghĩa là đoàn thể tăng già, đệ tử của Đức Phật. Tăng có hai hạng Thánh tăng và Phàm tăng. Thánh tăng là những vị đã chứng đắc quả vị từ Tu-đà-huờn đến Ala hán. Phàm Tăng là những vị đang tập tành tu học để đạt đến đạo quả giải thoát. Các ngài vừa tu vừa hướng dẫn bá tánh đi theo đúng con đường giác ngộ của Chư Phật, hình ảnh của các ngài là mô phạm quần sanh, là phước điền của chư Thiên và nhân loại. Do đó quy y Tăng là để khẳng định niềm tin của chúng ta với Phật Pháp trong kiếp này, từ đó, tiếp tục tu hành đúng chơn lý dưới sự hướng dẫn của hàng sứ giả Như Lai, đó là nhân tố tốt để gặp Phật trong tương lai.

Lợi ích của quy y

Người nào quy y Phật, lạy Phật, tán dương Đức Phật thì có phước báu lớn. Có phước lớn thì có thể có địa vị cao trong xã hội ví dụ như làm chủ tịch, giám đốc. Nếu đi tu thì làm Pháp chủ, làm trụ trì, làm Tăng thống.

Quy y Pháp, lạy Pháp, cúng dường Pháp bảo, ấn tống kinh sách thì có phước trí tuệ. Cho nên người nào thấy mình không sáng suốt, học ít thì ráng ấn tống kinh sách, băng giảng cho nhiều để được phước trí tuệ.

Quy y Tăng thì có phước giàu sang, bởi Tăng là phước điền của chúng sanh. Vì sao? Vì quy y Tăng, chúng ta gần gũi học Phật Pháp và bố thí, mà bố thí là nguyên nhân phát sanh phước giàu sang.

Thời Đức Phật còn tại thế, có ông Cấp cô Độc sau khi quy y Phật đã tìm đất cúng cho Đức Phật làm chùa. Ông cúng chừng hai ba chục mẫu để xây dựng Kỳ Viên Tịnh Xá. Mỗi ngày ông thỉnh 500 vị sư để bố thí, cúng dường, đến nỗi chư Thiên ở trong nhà ông ganh tỵ vì họ có tâm bỏn xẻn. Có vị chư Thiên đã khuyên ông Cấp cô Độc thôi đừng làm phước nhiều quá tài sản dễ bị cạn kiệt. Nhưng ông Cấp cô Độc lúc bấy giờ đã chứng quả Tu-đà-huờn bèn nói: "Tôi có tâm thí mà ông không đồng tâm với tôi, thì ông làm ơn đi ra khỏi nhà tôi". Vị chư Thiên bị đuổi ra

khỏi nhà ông Cấp Cô Độc, bèn lang thang gặp vua trời Đế Thích van xin nói hộ với ông Cấp cô Độc dùm, và xin cho được ở lại trong nhà ông.Vua trời Đế Thích nói với vị chư Thiên này rằng: "Tội nhà ngươi đáng chết, dám xúc phạm tới vị Thánh đệ tử Phật, thôi thì tôi có lời khuyên: Ông hãy dùng thần thông, thu gom tài sản lại cho ông Cấp cô Độc đã thất thoát nhiều năm bởi động đất, mưa bão v.v… nay đã trôi ra biển cả, sông ngòi thu gom về đem để vào kho của Ông Cấp Cô Độc. Làm xong việc đó, ông về xin sám hối và có thể ông ấy hoan hỷ cho ở lại tiếp. Vị chư Thiên làm đúng như lời Vua trời Đế Thích dặn nên có hiệu quả, vị chư Thiên hoan hỷ quá.

Vậy nên bố thí hợp đạo, phước sẽ tăng trưởng. Người có quy y Tam bảo, tà ma không bao giờ dám quấy nhiễu, bùa ngãi không bao giờ làm tổn hại được. Người quy y đọc nhiều lần câu: Con xin quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng thì không tà ma nào xâm hại được.

Thế nào là đứt quy y?

Có hai trường hợp đứt quy y: Bỏ Phật giáo theo một tôn giáo khác, hai là khi thân hoại mạng chung. Trường hợp thứ nhất mong rằng Phật tử ta không nên làm, vì bỏ tôn giáo này, mình theo một tôn giáo khác là một điều trái đạo lý luân thường, tâm không chung thủy, biết ơn. Làm người vong ơn như thế thì nghiệp chướng nặng nề. Tuy nhiên vì hoàn cảnh bắt buộc chúng ta phải bị theo một tôn giáo khác thì nhớ rằng Phật tại tâm, làm lành lánh dữ, giữ tâm ý trong sạch, đó cũng là quy y đúng nghĩa. Trường hợp thứ hai là lẽ thường tình thế gian, khi chết là đứt Tam quy. Tuy nhiên theo Phật giáo, chết là sự thay đổi kiếp sống, đổi từ hình thức này sang hình thức khác, tùy thuộc tâm thiện ác và nghiệp lực của chúng ta. Nếu người làm thiện thì sự thay đổi nhàn cảnh, người làm ác thay đổi khổ cảnh. Người có quy y, lúc chết đứt quy y, nhờ phước quy y, nên sanh nhàn cảnh, ở đó họ lại tiếp tục gặp Phật Pháp và quy y

Thế nào là bợn nhơ quy y?

Qúy vị đã quy y Phật, Pháp, Tăng, tin lý nhân quả nghiệp báo nhưng vì tham lam lại lễ bái những thần linh khác, cầu nguyện van xin những vị thần khác gia hộ ngoài Phật Thích Ca, ngoài Tăng đoàn như thế gọi là bợn nhơ quy y. Bợn nhơ là tâm bị cấu uế bởi đối tượng thần quyền ngoài Tam bảo, mang tính cách phi nhân bản, xa lìa nhân quả, dị đoan v.v…đặc biệt là không chánh kiến. Đức Phật dạy: Người không chánh kiến luân hồi sẽ vô cùng vô tận.

Cho nên hạnh phúc hay đau khổ là do chính mình. Tội hay phước là do tâm mình tạo, chỉ có tâm ta thiện hay bất thiện, chỉ có tâm ta vị tha hay ích kỷ.

Ngũ giới

Tiếng Phạn là Pañca sila, ngũ giới là nền tảng cho cư sĩ Phật giáo tại gia, là căn bản đạo đức của con người. Đức Phật dạy, có bốn châu thiên hạ, chúng ta đang sống ở Nam thiện bộ châu, tuổi thọ 100 tuổi, còn người ở xứ Bắc cưu lưu châu con người sống 1000 tuổi, ngũ giới thì tự nhiên, tức là ai sanh vào xứ này cũng đều có giữ ngũ giới, nên thân hoại mạng chung sanh nhàn cảnh. Ngũ giới là 5 điều Phật cấm không được phạm, đó là: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu.

Trước nhất không sát sanh là người Phật tử thậm chí không được giết con vật dù nhỏ xíu, vì không giết để huân tập lòng từ bi và gieo chủng tử giải thoát. Ngược lại chúng ta sẽ sa đọa và yểu thọ.

Thực tế, chúng tôi có quen một gia đình ở dưới quê, có một người phụ nữ làm quản lý khu du lịch sinh thái. Bà ta điều hành một nhà hàng, vì vậy, do lợi nhuận, hàng ngày phải sát mạng chúng sanh rất nhiều. Một hôm, bà ta bị nhồi máu cơ tim chết lúc mới 50 tuổi, người chồng

thương tiếc khóc lóc thảm thương. Chúng tôi nghiệm ra một điều là do bà ta sát sanh, hại vật quá nhiều cho nên, oán nghiệp chồng chất đến rất nhanh và phải chết bất đắc kỳ tử.

Thông thường, con người ta sống từ 1 đến 59 tuổi mà chết thì gọi là yểu thọ. Trên bia mộ thường ghi là hưởng dương, còn trên 60 tuổi mà chết thì ghi là hưởng thọ. Nên người sống đến 80 tuổi thì rất quý.

Vậy, giữ giới sát sanh thì sống trường thọ. Ở đất nước Ấn Độ người ta có truyền thống chúc nhau: Chúc cho gia đình bạn, ông chết, cha chết rồi đến con chết đó là một điều may mắn. Vì nếu như ông phải khóc cháu, cha phải khóc con thì đó là sự bất hạnh của gia đình.

Người giữ giới không trộm cắp (không lấy của người ta không cho) thì được nhiều tài sản, có tài sản cũng không bị người ta lấy cắp. Trong thực tế có nhiều người bị bệnh ăn cắp vặt, thấy cái gì thích là lấy bỏ túi, đó là một thói quen xấu. Người trộm cắp sau này không có của cải, nếu có thì hay bị mất cắp.

Giữ giới không tà dâm (sống chung thủy một chồng một vợ) không hành động, gần gũi với người khác phái mà xã hội cấm, cha mẹ cấm, anh em cấm thì sẽ không khổ đau về tình yêu, không bất hạnh về tình cảm, luôn được hạnh phúc trong hôn nhân, gia đình. Tất cả đều do phước báu của chúng ta mà ra.

Giữ giới không nói dối, tức người Phật tử phải nói lời chân chánh. Song song với việc không nói dối, chúng ta không nói đâm thọc, không nói lời hai lưỡi, không nói lời độc ác. Tóm lại người giữ được giới này sẽ có uy tín trong xã hội, bạn bè quý mến, gia đình hạnh phúc, xã hội bình an. Quả báu của người giữ giới này sẽ có quyền lực cao, địa vị lớn trong xã hội.

Giữ giới không uống rượu và các chất say là một điều luật trong nhà Phật. Như vậy, cấm uống rượu, bia cũng không được uống, và những chất say người Phật tử chân chánh cũng không được phép sử dụng. Tại sao Đức Phật cấm điều này? Vì Ngài nhận thấy rằng rượu và chất say có nguy cơ làm băng hoại thân này, gia đình không hạnh phúc, xã hội không thanh nhàn. Điều đáng lưu ý hơn khi uống rượu bia nhiều quá thì sanh con kém thông minh. Chất say có công năng làm chúng ta kém thông thái và có nguy cơ dẫn đến thần kinh, khi đó bản thân chúng ta khổ, và những người xung quanh lại càng khổ hơn. Chúng ta cố gắng giữ điều học này.

Lợi ích khi giữ ngũ giới

Trong Tăng Chi bộ kinh, Đức Phật dạy có những lợi ích của người giữ giới như sau:

1) Dạn dĩ, tự tin khi đi vào đám đông

2) Ngủ cũng được an vui

3) Thức cũng được an vui

4) Tâm không bấn loạn lúc hấp hối

5) Sau khi thân hoại mệnh chung, sanh làm chư Thiên.

Quả báu của người giữ giới, sẽ có đầy đủ tứ chi, sanh trong gia đình quyền lực giàu có, đạo đức, mới sanh ra là được hưởng phước liền. Qúy vị biết, khi thọ trì giữ giới chư Tăng thường tụng đọc: "Các chúng sanh được sanh về cõi trời cũng nhờ giữ giới, các chúng sanh được giàu sang cũng nhờ giữ giới, các chúng sanh giải thoát nhập Niết bàn cũng nhờ giữ giới. Bởi các cớ ấy, nên quý thiện tín, phải ráng thọ trì giới luật cho được trong sạch, đừng có lấm nhơ''.

Giàu sang ở đây muốn nói biết đủ là giàu sang. Người biết đạo luôn sống không hoang phí.

CÁCH SỬ DỤNG TÀI SẢN CỦA NGƯỜI CƯ SĨ[4]

Nghe Pháp, học pháp, hành pháp để tìm hạnh phúc cho mình, sau nữa là gieo duyên lành chủng tử cho kiếp sau. Vì mỗi người chúng ta có quỹ thời gian giới hạn. Ai cũng phải tâm niệm rằng mình sẽ chết. Dù mình sợ chết thì cũng phải chết. Do vậy trước khi chết mình phải sống làm sao, tu như thế nào để có tài sản, tư lương. Như thể trước khi đi xa ai cũng phải chuẩn bị hành lý vậy mà. Đức Phật dạy cho chúng ta cách chuẩn bị hành lý trước khi chúng ta chết. Hành lý đó là những việc thiện lành, những tâm ý trong sạch. Khóa tu niệm Phật giúp chúng ta học tập sự tĩnh giác, học tập chánh niệm trước khi chúng ta ra đi trên con đường vạn dặm luân hồi.

Đức Phật đã thuyết trong Tăng Chi bộ kinh dạy người cư sĩ cách sử dụng tài sản. Đức Phật biết rằng con người chúng ta khi có tài sản mà không biết sử dụng đúng cách thì chính những tài sản này đem lại phiền não cho chúng ta. Vì vậy, Đức Phật dạy cách sử dụng tài sản nhằm đem lại cho người cư sĩ sự an lạc, thoát khỏi phiền não trong cuộc sống.

Năm cách giữ tài sản của người cư sĩ

1. Trả nợ cũ

Chúng ta phải dành một phần tài sản để trả nợ cũ, nghĩa là phải biết phụng dưỡng cha mẹ. Trong tài sản mình có phải dành phần để sắm sửa quần áo, vật dụng, thuốc thang và nhiều những thứ khác để chăm sóc cha mẹ. Đó là thể hiện lòng hiếu thảo. Đức Phật dạy ơn cha mẹ đối với chúng ta không cùng tận. Cha mẹ sanh ta ra, giới thiệu ta vào cuộc đời, che chở, nuôi nấng cho ta. Thơ văn Việt Nam có câu:

"Nước biển mênh mông không đong đầy tình mẹ

Mây trời lồng lộng không phủ kín ơn cha"

Hình ảnh nước và mây cho ta một ấn tượng về sự rộng lớn không giới hạn, tình mẹ, ơn cha như núi rộng, sông dài. Do vậy, làm con phải dành một phần tài sản để báo hiếu cha mẹ. Báo hiếu cần phải làm khi cha mẹ còn sống. Báo hiếu là không chỉ lo về vật chất mà còn quan tâm đến đời sống tinh thần của cha mẹ, tức là không làm cha mẹ lo lắng, phiền não là báo hiếu vậy.

Sau khi cha mẹ qua đời, tổ chức tang lễ cho cha mẹ chu đáo, tụng kinh niệm Phật, hồi hướng phước báu cho cha mẹ. Làm được như vậy đó là trả hiếu được phần nào cũng là dành dụm tư lương cho chính ta sau này. Xin đọc bài thơ của nhà thơ Minh Hớn tặng cho những ai còn cha mẹ, để biết cha mẹ chính là quà tặng quý báu nhất của cuộc đời .

Ta còn có mẹ

Mẹ hát đưa ta

Tiếng hát xa xưa

Sao buồn quá đỗi

Nhà ai giã gạo

Giữa buổi trưa hè

Vọng rời kẻo kẹt

[4] Bài Pháp này giảng tại Chùa Đức Hòa, Thị xã Dĩ An – Tỉnh Bình Dương.

Da trời xanh ngắt cửa đông

Người có biết không

Mẹ đã bồng ta

Cả buổi ban đầu

Đưa từng trái bắp củ khoai

Câu hát ngày xưa

Chín vàng chín đỏ

Hai mươi tuổi đầu

Mẹ còn coi trẻ

Ngày đó ta về

Mẹ đã ôm ta

Trong lòng của người

Thuở ấu thơ và khi lớn lên, ai cũng chịu ảnh hưởng của người mẹ rất nhiều. Người mẹ luôn hy sinh tất cả cho con. Lòng mẹ như đất bao dung, ôm ấp, chất chứa, nuôi dưỡng con cái cho dù đó là những đứa con hư.

Những ai mất mẹ xin hãy lắng nghe những câu thơ rất giản dị thể hiện sự đau khổ của người con khi mất mẹ. Sự mất mát đó không gì bù đắp được.

Mẹ đã mất sớm

Đời con không còn nữa

Dù niềm vui thật nhỏ bé trong đời

Từng sợi tóc bạc phơ từng sợi nhỏ

Vì thương con mẹ chẻ làm mười

Trong cô quạnh suốt đời quá buồn

Tương lai con niềm ray rứt của người

Có lúc mẹ hờn trách móc

Nhưng trong lòng lệ mẹ vẫn thầm rơi

Trời đang ấm, sao hồn con buốt lạnh

Dù ngày nay con đã lớn khôn rồi

Con chợt hiểu, cho dù bao nhiêu tuổi

Mất mẹ rồi đời vĩnh viễn cô đơn

Từ mộ lạnh mẹ có nghe con khóc

Khóc hôm nay và mãi mãi trong cuộc đời.

Tận trong sâu thẳm tâm hồn tác giả, nỗi nhớ mẹ không bao giờ nguôi. Tình cha nghĩa mẹ biển đông, tình con đáp lại giọt sương đầu cành. Nhỏ bé, mong manh biết dường nào.

Đức Phật dạy cuộc đời ta dù bao nhiêu tuổi cũng vẫn là con của mẹ. Nên ai cũng phải biết để dành một phần tài sản chăm lo cho cha mẹ, đền đáp công ơn cha mẹ. Nếu cha mẹ chưa biết

quy y, cúng dường, bố thí thì người con phải tìm cách giúp cha mẹ biết Phật Pháp để làm theo lời Phật dạy. Đó chính là cách đền ơn cao quý nhất.

Khi vua cha Tịnh Phạn bị bệnh, Đức Phật đã về bên cha, ngày đêm chăm sóc và thuyết pháp cho cha nghe.

Khi Vua băng hà, Đức Phật đã tự tay tẩm liệm và chôn cất.

Trong giới luật của người xuất gia, nếu cha mẹ còn sống nhưng không ai nuôi nấng, người tu sĩ có quyền đi thọ bát để nuôi cha mẹ. Trong kinh Đức Phật có kể câu chuyện về con quạ. Con quạ là tiền thân của Đức Phật. Con quạ mỗi ngày đi kiếm ăn nuôi cha mẹ, cha mẹ con quạ bị mù. Một ngày nọ, con quạ sập bẫy người thợ săn, con quạ khóc khi thấy người thợ săn đến. Người thợ săn hỏi:

- Bộ mi sợ chết lắm sao?

Con quạ nói:

- Tôi không sợ chết, giờ bị sập bẫy thì không biết ai nuôi cha mẹ tôi.

Người thợ săn cảm động trước lòng hiếu thảo của con quạ bèn thả nó ra.

Chúng ta hãy tập quan sát thế giới của loài vật ở chung quanh. Con gà mẹ luôn xòe cánh che chở bầy gà con mỗi khi con diều hâu tới, con chó, con mèo, con voi, con khỉ cũng có cách thương con, lo cho con rất cảm động .

Dù là kiếp thú nhưng mỗi loài vật cũng có tình cảm, có lòng thương con vô bờ bến vậy.

2. Cho vay nợ mới

Cho vay nợ mới nghĩa là phải có bổn phận trách nhiệm nuôi con. Tài sản chúng ta có, dành một phần để nuôi nấng, giáo dục con cái nên người. Người tu phải biết chăm sóc, giáo dục, hướng thiện cho con trở thành người hữu ích trong gia đình, xã hội, đạo pháp. Đức Phật dạy, một phần tài sản cha mẹ sẽ đầu tư cho các con tùy theo khả năng của cha mẹ mà cho con học hành. Ví dụ, người có khả năng kinh tế thì cho con du học nước ngoài, ít hơn thì học trường dạy song ngữ, sáng học tiếng Việt, chiều học tiếng Anh, nếu kinh tế ít hơn nữa thì học trường bình thường như bao nhiêu người khác. Đó mới là những bậc cha mẹ có trách nhiệm lo cho tương lai của con, nhưng thật ra đâu phải ai cũng làm được như vậy. Có nhiều em học tới lớp 6 là nghỉ học rồi, không phải vì vậy mà nói cha mẹ thiếu trách nhiệm với con mà chẳng qua là khả năng kinh tế chỉ cho phép học tới đó thôi. Như vậy, ngoài việc cho con học chữ, học nghề để ổn định cuộc sống sau này, cha mẹ cũng nên biết giúp con mình sống đạo đức, biết hướng thiện để gieo nhân lành, biết sống yêu thương và chia sẻ với mọi người chung quanh.

Trong kinh Phật có kể câu chuyện một ông vua có người con cực kỳ thông minh, bướng bỉnh, hiếu động. Tuổi thơ của hoàng tử làm nhà vua rất khổ tâm. Vì sợ con sẽ trở thành người hư hỏng, nên vua gởi hoàng tử cho ông đạo sĩ dạy dỗ. Một hôm khi xuống núi cùng với vị đạo sĩ, hoàng tử thấy hoa đẹp bèn hỏi:

- Thưa đạo sĩ, đây là bông hoa gì?

Đạo sĩ nói:

- Đây là bông Ca xí

- Vậy bông này ngọt hay đắng, chua hay cay, vị như thế nào?

- Hoàng tử muốn biết, hãy bẻ một bông nhai thử.

Hoàng tử bèn bẻ một bông đưa lên miệng nhai thử, thấy đắng liền trách đạo sĩ:

- Tại sao ông biết đắng mà còn kêu con thử.

Sau đó hoàng tử ra lệnh chặt hết tất cả những cây bông Ca xí này. Đạo sĩ thấy vậy bèn nói:

- Hoàng tử phải bớt nóng giận, suy xét kỹ trước khi hành động. Nếu chặt hết cây bông này vì nóng giận thì người dân sẽ kết tội hoàng tử rằng, chỉ vì cây bông có vị đắng mà đã triệt phá chúng, rằng chưa nắm quyền mà hoàng tử đã có thái độ mất lòng dân.

Lời dạy đúng lúc của vị đạo sĩ đã giúp cho hoàng tử hiểu ra và không làm nữa. Từ đó hoàng tử siêng năng học tập, dần dần chuyển hóa theo lời dạy của Thầy trở thành vị hoàng tử hiền lành, tài giỏi, có kiến thức sâu rộng. Sau khi kế vị vua cha, hoàng tử đã đem lại cuộc sống ấm no, hạnh phúc cho muôn dân.

3. Đổ vào hố sâu.

Tài sản có được đổ vào hố sâu tức là chi dùng cho việc ăn uống, mua sắm, thuốc thang khi bịnh hoạn. Ai có nhiều tiền thường thích sắm hàng hiệu. Đi chùa thì sắm áo tràng, kèm theo chuỗi hạt đeo cổ, đeo tay, tức là một phần tài sản để cho ta hưởng thụ những nhu cầu trong cuộc sống. Nhưng Đức Phật dạy rằng: Ta đã đổ vào hố sâu những vật chất tiện nghi mà không biết tri túc, phung phí nhiều tiền cho những thói quen hưởng thụ hằng ngày. Ví dụ ăn thì phải sơn hào hải vị đôi khi không có tính nhân bản. Ngày nay người ta ăn óc khỉ khi nó đang còn sống, ăn cá chiên khi nó đang còn thở thậm chí người ta còn ăn cả thai nhi. Việc ăn uống như thế là không hợp với lẽ đạo. Nếu những ai tiếp tục đời sống hưởng thụ trên sanh mạng kẻ khác như vậy chắc chắn sẽ không tồn tại lâu, tuổi thọ không cao. Mỗi người ai cũng có phước và tội riêng của mình, nếu làm phước nhiều quả lành trổ hoài, nếu làm ác nhiều quả xấu sẽ đến và tự sụp đổ. Người làm ác nhiều, khi trổ quả thì rất khủng khiếp. Sư có biết một người phụ nữ 50 tuổi ở miệt Đồng Bằng sông Cửu Long. Chị này rất nhanh nhẹn, năng động làm quản lý một nhà hàng ăn uống; hằng ngày, nhà hàng này tiêu thụ một số lượng rất lớn thịt gia súc, gia cầm, các loại cá sông, cá biển, chim trời v.v…Trong suốt ba mươi năm như thế không biết bao tội lỗi nào mà kể, những sanh mạng của các chúng sanh đã bị cắt đầu, lột da, ăn tươi , nuốt sống, hoặc quăng vào chảo dầu chiên xào, thảy vào nồi nước sôi luộc chín, hoặc nướng tái trên bếp than đỏ lửa. Một hôm người phụ nữ này đang làm việc bỗng dưng lên cơn nhồi máu cơ tim rồi chết. Đó là cái chết rất bất ngờ làm cho ông chồng thương xót, khóc than thảm thiết. Cũng có người đang đi trên đường bỗng cây cột điện ngã đè chết, có người đi bộ trên lề đường bị bánh xe sút ra văng tán vô ngực chết tại chỗ. Những cái chết ấy nếu nhìn theo thuyết nhà Phật đều có thể lý giải rõ ràng theo nghiệp nhân quả.

Những tác phẩm văn học nghệ thuật thường phản ánh cuộc sống. Trong phim ảnh, nhân vật chánh diện là những nhân vật hiền lương, hào hiệp anh hùng dù có bị gian nan, đau khổ cách mấy cuối cùng vẫn là người chiến thắng, được ca ngợi và ngưỡng mộ.

Đức Phật dạy cách sử dụng tài sản đổ vào hố sâu là phải biết tiêu dùng làm sao cho hợp lý. Cũng có câu chuyện kể ông bá hộ giàu có tài sản nhưng lúc chết không người thừa kế, tài sản đều sung vào công quỹ vua Ba Tư Nặc. Vua đến gặp Đức Phật và thưa với Ngài rằng:

- Bạch Đức Phật, sáng nay có một người bá hộ giàu có muôn phần, nhưng lúc còn sống thì keo kiệt, bủn xỉn, ăn không dám ăn, xài không dám xài, phương tiện đi là con ngựa già yếu xưa nay không hề thay đổi. Bạch Thế Tôn, có thể cho Trẫm một lời khuyên về trường hợp này không?

Đức Phật nói:

- Ông bá hộ này cách đây khoảng 500 kiếp về trước, có một vị Phật Độc Giác đứng trước nhà ông ta xin ăn, ông bá hộ kêu người nhà bưng cơm ra cúng dường. Cúng dường xong, ông

bá hộ thấy tiếc vì nghĩ rằng, không biết ông sư này có tu tốt hay không? Ông ta lại nghĩ giá như mình đem chén cơm này cho tôi tớ trong nhà ăn còn có ích hơn. Như vậy, ông bá hộ có thiện tâm bố thí cúng dường lúc ban đầu, nhưng sau ông ta có lỗi là chính ông ta không tự tay bưng cơm cúng dường, mà sai tôi tớ làm, và sau khi làm thì lại tiếc của. Vì vậy, mặc dù ông ta có phước giàu có nhờ bố thí, nhưng không xài được vì đã sanh tâm tiếc của cúng dường, đến khi hết tuổi thọ, của cải sung vào công quỹ. Vậy chúng ta phải bỏ cái tâm bỏn xẻn, ích kỷ khi làm điều thiện

4. Trải trên mặt đất.

Chúng ta dành một phần tài sản, tiền bạc có được để đóng thuế cho chính phủ quốc gia nơi mà ta sinh sống. Tiền đóng thuế đó sẽ giúp cho xã hội dùng vào những việc như bảo vệ quốc phòng, sửa chữa đường sá, xây cầu, xây trường, bệnh viện v.v…Lời dạy này của Đức Phật có chiều dài hơn 2.635 năm, ngày nay vẫn còn nguyên giá trị trong cuộc sống. Nếu người Phật tử mà trốn thuế thì đó không phải là người Phật tử thuần thành. Dùng 50 kw điện mà chỉ trả tiền 20 kw thì đó là một dạng ăn cắp, ta đừng nghĩ như thế là tiết kiệm cho ngân quỹ gia đình, vì điều gian dối đó sẽ hủy hoại tâm ta, tâm không đạo đức, tâm không lương thiện thì quả bất thiện sẽ đến. Phạm giới trộm cắp thì người Phật tử chơn chánh không làm vì chúng ta tin nhân quả, nghiệp báo. Đôi khi trong cuộc sống sẽ có những chuyện xảy ra bất ngờ làm ta hao tiền tốn của ví dụ ta bị đau bệnh, bị mất cắp tiền bạc. Đó cũng là một cách trả quả cho sự phạm giới.

Đức Phật dạy chúng ta phải thuần hóa tâm hồn, mỗi hành vi, thái độ hằng ngày ta phải đưa nó về với triết lý căn bản nhất là nhân quả, nghiệp báo để thấy sợ và làm những gì hợp với lẽ đạo mà thôi.

5. Chôn của để dành.

Chúng ta dành một phần tài sản để làm việc phước thiện, bố thí, cúng dường như xây chùa, xây tháp, cúng dường trai tăng, tặng nhà tình thương cho người nghèo, cho thuốc men những người đau ốm, tặng cơm nước, áo quần cho người đói lạnh. Trong những khóa tu, quý Phật tử thường cúng dường thực phẩm, nước uống cho các vị hành giả đó là thể hiện tâm bố thí. Vật thí là cúng dường một bữa ăn cho các thiền sinh khóa tu, đối tượng cúng dường là những người dành thời gian tu tập một ngày hoặc bảy ngày. Những Phật tử có mặt trong khóa tu, dù có dễ duôi đi nữa thì chắc chắc vẫn hơn những người đang lang thang ngoài kia, trong các quán nhậu uống rượu bia, trong các quán bar ca hát điên cuồng, hoặc trong những sòng bài thâu đêm suốt sáng, và còn tốt hơn vạn lần những ai mê muội cứ trồi lên, ngụp xuống uống nước sông Hằng mong rửa sạch tội lỗi.

Qúy vị ngồi đây là thanh lọc tâm, là tâm đại thiện, là đang tiến dần đến bờ giác ngộ, chắc chắn quý vị phải có duyên lành từ nhiều đời nhiều kiếp mới có thể ngồi đây gieo hạt giống bồ đề cho đời này, đời sau. Nếu không đầy đủ nhân duyên, chúng ta chưa chắc đã gặp nhau ở đây. Trong cuộc đời, đến đi đều nhân duyên. Nhân duyên, trùng trùng nhân duyên là vậy, vừa duyên vừa có đạo tâm. Nếu chỉ có duyên mà không có đạo tâm thì ngồi nghe pháp một giờ cũng không chịu nổi. Tâm đẹp, tâm sáng nên ai cũng rạng rỡ, vui tươi, tâm mát mẻ, tĩnh lặng nên ai cũng có chút oai nghi, thân tướng an lạc khi ngồi nghe pháp. Mặc dù những gánh nặng gia đình vẫn còn nguyên đó, những lo toan, vất vả vẫn còn dư âm, nhưng giây phút quý vị ngồi đây nghe pháp, cái tâm đó, cái thân đó là thân tâm an tĩnh. Thật là quý báu.

Sắc diện tươi tốt

Tâm không bịnh

Thân già

Nhưng sắc pháp không già

Vậy hãy biết chôn của để dành cho kiếp mai sau. Có câu chuyện kể về một người nữ lấy mật ong cúng dường Đức Phật Độc Giác và nguyện được làm vua. Trên đường về, có một cô thiếu nữ cúng dường cái vợt để lọc mật ong, cô tín nữ bạch với Phật Độc Giác rằng:

- Con là tín nữ thành tâm cúng dường cây vợt để lọc mật ong, xin Ngài chứng minh cho con, xin cho con kiếp sau được làm hoàng hậu. Đức Phật Độc Giác đăm chiêu rồi hoan hỷ, vì Đức Phật Độc Giác chính là hiện thân của phước báu vô lượng vô biên cho những ai có tâm thành cúng dường.

Khi một vị tu thiền định nếu đắc đạo quả, ai đến cúng dường sẽ có phước báu nhiều vô số kể. Ngày xưa, khi ngài Xá Lợi Phất xả thiền diệt, có hai vợ chồng Bà la môn nghèo cúng dường ngài một bữa cơm trưa. Nhờ sự cúng dường đó mà sau này khi họ cuốc đất làm ruộng, thì cuốc đâu cũng thấy vàng. Đó là phước cúng dường họ được hưởng. Cho nên nói phước ai nấy hưởng, không có so bì chi cả. Phước mà tạo đúng pháp, hợp đạo thì mãi mãi tồn tại, không ai có thể lấy mất của ta. Ngày nay có những người kinh doanh bất động sản, xưa mua đất chỉ có 20 cây vàng, nay cũng miếng đất ấy bán lại 2000 cây vàng, làm chơi ăn thiệt, đó là nhờ phước báu đã gieo trồng, tích lũy công đức nhiều đời nhiều kiếp.

Như vậy, Đức Phật dạy có năm cách sử dụng tài sản của người cư sĩ:

- Đền ơn, báo hiếu công ơn sinh thành, nuôi dạy của mẹ cha.
- Lo cho con cái với tất cả bổn phận, trách nhiệm.
- Phục vụ nhu cầu đời sống hằng ngày không phung phí.
- Đóng thuế để góp phần xây dựng xã hội ngày càng tốt đẹp.
- Làm phước, bố thí, cúng dường không so kè, tính toán.

TÌNH CHA NÚI CẢ[5]

Nói về mẹ dường như dễ nói hơn. Vì sao vậy? Trong thơ văn Việt Nam, tục ngữ, ca dao dân gian nói về mẹ rất nhiều nhưng nói về cha thì rất ít. Nhưng hai thứ tình này, thiệt không biết cái tình nào lớn hơn cái tình nào bởi vì không có cha thì không có mình, ngược lại không có mẹ thì mình cũng đâu có mặt trên cõi đời này. Cho nên "Tình cha núi cả" là một đề tài quá hay dù nó là đề tài muôn thuở của con người.

Cả nghĩa là gì? Ngôn ngữ Việt Nam có từ "cả" trong cụm từ "cả gan" nghĩa là gan lớn. Ví dụ: Sao anh "cả gan" bơi qua sông Sài Gòn, không sợ chết đuối sao? Cả còn có nghĩa là lớn về thứ bậc trong gia đình. Ví dụ con lớn nhất gọi là con cả, anh lớn nhất trong nhà gọi là anh cả, vợ thứ nhất gọi là vợ cả, bà cả, núi lớn còn gọi là núi cả, bóng cây cao còn gọi là bóng cả v.v…, Theo truyền thống Phật giáo Nam tông, sư Trụ trì trong chùa còn được gọi là Sư Cả. Vậy từ "cả" ngoài ý nghĩa là lớn còn hàm chứa sự kính trọng.

I/ CA DAO TỤC NGỮ DẠY VỀ TÌNH CHA

Công cha như núi Thái Sơn

Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy ra.

Nếu so núi Thái Sơn với núi Xanxiphang Việt Nam thì núi Xanxiphang cao hơn núi Thái Sơn. Câu ca dao ví công cha "Cao như núi Thái Sơn", phận làm con trí thấp nên không hiểu hết công ơn to lớn của tình cha. Tình cha sâu lắng vì bên chữ tình còn có chữ nghiêm. Đứa con nào có chiều sâu tâm hồn may ra mới hiểu được tình cha. Còn đứa nào chú trọng hình thức, tâm hồn hời hợt thì có lẽ không thấy được tình cha vốn sâu lắng, không biểu lộ vồn vã bên ngoài cho dù đối với con cái. Mẹ thường biểu lộ tình cảm đối với con qua những cử chỉ thương yêu, chăm sóc nên đứa con dễ nhận ra, dễ gần với mẹ hơn. Còn cha dẫu có thương con nhưng do sự nghiêm khắc nên đôi khi con cái vừa thương, vừa sợ.

Tục ngữ có câu:"Con có cha như nhà có nóc/Con không cha như nòng nọc đứt đuôi". Một gia đình mà không có cha chẳng khác nào ngôi nhà không có nóc. Nóc là phần quan trọng không thể thiếu cho căn nhà che nắng, che mưa. Cũng như vị trí của người cha trong gia đình rất trọng yếu, nòng cốt, cần thiết trong đời sống, trong giáo dục con cái .

Ông bà xưa cũng ví von rất hay: "Còn cha gót đỏ như son/ Mai sau cha chết gót con đen sì". Còn cha là còn được yêu thương, che chở, nuôi nấng. Mất cha là mất chỗ dựa tinh thần lẫn vật chất, cho nên nhiều đứa con phải tự bươn chải kiếm sống như đạp xích lô, làm phu khuân vác, đánh giày, làm phụ hồ, làm ruộng, bán hủ tiếu gõ …, cực như vậy, đi nhiều như vậy thì "gót đỏ như son" không bao lâu sau cũng biến thành "gót đen sì" thôi .

Hoặc: "Đi khắp thế gian không ai tốt bằng mẹ/ Gánh nặng cuộc đời không ai khổ bằng cha". Cuộc sống của người cha khó khăn, vất vả, làm bất cứ nghề gì miễn chân chánh có tiền nuôi con. Xưa kia gánh nặng gia đình luôn do người cha gánh vác. Người mẹ ở nhà đảm đương công việc chăm sóc con cái. Người cha lo việc bên ngoài kiếm tiền để nuôi vợ con.

"Nước biển mênh mông không đong đầy tình mẹ/ Mây trời lồng lộng không phủ kín ơn cha''. Hình tượng "nước biển" thể hiện cái không thể đong đếm, không có giới hạn của tình thương mẹ dành cho con không bao giờ vơi cạn. "Mây trời" biểu hiện tình thương của cha. Mây thì ở trên cao, hai chữ "lồng lộng" cho thấy sự rộng lớn, vô lượng, không cùng tận …

[5] Bài Pháp này giảng trong khóa tu "Một ngày an lạc" lần thứ 157, tại chùa Phổ Quang, Quận Tân Bình, TP. HCM.

Cho nên nếu lấy cái tâm, cái trí nhỏ hẹp, thấp kém để "nhìn", để "biết", để "hiểu" về tình cha e rằng không bao giờ cảm nhận được.

"Cây xanh thì lá cũng xanh/ Cha mẹ hiền lành để đức cho con" . Câu ca dao nói lên tính nhân quả trong triết lý nhà Phật. Nếu cha mẹ tánh nết hiền lành thì con cái cũng hiền lành y hệt như vậy. Những nhà giáo dục, những bậc cha mẹ phải biết gieo cho con những chủng tử tốt, những cử chỉ, ánh mắt, nụ cười, hành vi, thái độ của cha mẹ trong cuộc sống hằng ngày ảnh hưởng rất lớn đến con cái. Cho nên cha mẹ phải làm gương tốt cho con.

II/ ĐỨC PHẬT DẠY VỀ TÌNH CHA

Những người cha đúng nghĩa với lăng kính nhà Phật thì có những bổn phận:

1/ Không dạy con làm điều ác, dạy con làm điều lành. Từ những lời nói, cử chỉ lịch sự, lễ phép… dạy cho con làm những việc làm thiện lành. Có những người cha dẫn con đi chùa dạy cho con biết cúng dường bằng cách để tịnh tài vô bao thơ và dạy con đến dâng chư tăng, đó là dạy con làm việc lành ngay từ thuở ấu thơ. Người mẹ mua khoai và dạy con cúng dường vào bát cho chư tăng khi đi khất thực. Đó cũng là những cử chỉ tốt giáo dục cho con sau này có tâm rộng lượng. Đức Phật từng dạy cha là bậc tiên sư ban đầu.

2/ Chia của cải cho con đồng đều. Trong thực tế nhiều gia đình bất hoà với nhau cũng vì chia của không đồng đều nhau. Thường thì cha mẹ thương đứa con nào thì chia gia tài cho đứa con đó nhiều hơn những đứa khác. Thương con út vì nó hay nịnh mẹ, gần mẹ, biết giúp đỡ mẹ nên chia gia tài cho nó nhiều hơn anh chị em của nó. Như thế là đã gây ra sự bất hoà trong anh em một nhà rồi. Phật dạy người cha phải chia của cải cho con đồng đều, phải chia công khai, không được âm thầm chia của, phải thể hiện "núi cả'' để con tâm phục khẩu phục. Nhiều khi của cho không bằng cách cho.

3/ Dựng vợ gả chồng cho con hợp thời hợp lúc. Cha mẹ sanh con, nuôi con khôn lớn, giáo dục con cái nên người rồi phải dựng vợ gả chồng hợp thuần phong mỹ tục.

Lời Phật dạy hơn 2.500 năm chúng ta thấy vẫn không hề lỗi thời. Những người cha nào áp dụng được lời Phật dạy như trên sẽ là người cha tương đối hoàn hảo.

III/ THẾ NÀO NGƯỜI CHA TỐT?

Đức Phật dạy trong kinh: Cha với con, thầy với trò có thể đối với nhau như những người bạn. Bạn có nghĩa là metta, là tình thương. Người nào có tình thương, quan tâm, chăm sóc đó chính là bạn ta. Hãy coi cha như bạn, coi con như bạn, như vậy mới có thể gần gũi, thông cảm nhau được. Nếu chúng ta cứ quan niệm một chiều cha là cha, thầy là thầy v.v…thì quá cứng nhắc. Trong tình cảm và quan hệ, người cha tốt, có thể xem con mình là bạn, con mình là người thầy hướng dẫn những phương tiện công nghệ cao của thời đại khoa học. Có như vậy tâm hồn của người cha mặc nhiên gần gũi và thân thương thật sự đối với con, và cứ thế trở thành bóng cả của đời con.

IV/ NHỮNG ĐẶC TÍNH CỦA NGƯỜI CHA

1. Có tâm từ, bi, hỷ, xả với con

Từ: Thiện lành, hiền từ đối với con.

Bi: Thương xót, thương cảm khi con làm điều lỗi.

Hỷ: Vui thích khi con thành công.

Xả: Tha thứ khi con lầm lỗi.

Có những bậc cha mẹ chỉ biết đánh chửi con, nghiêm khắc thái quá, không thể hiện sự thương yêu, hiền hoà đối với con. Phật dạy: Bóng cả phải che mát cho đời con. Đó là chất liệu tưới tẩm cho cuộc đời những đứa con thơ của mình.

Cha phải có tâm từ bi hỷ xả. Ví dụ: Con thi rớt đại học. Cha có chửi mắng, la rầy thì con cũng đã thi rớt rồi, làm vậy con mình tủi nhục với gia đình, bạn bè, thầy cô. Trong nhà đứa con lúc ấy rất cần sự bao dung của cha - núi cả, chớ nếu như cha - núi cả còn nổi trận lôi đình chửi mắng đuổi ra khỏi nhà thì e con đi bụi luôn. Kỳ thi vừa rồi có những em học sinh do thi rớt nên buồn chán, thất vọng đã nhảy cầu, nhảy lầu hoặc uống thuốc tự tử. Đó là hậu quả của cách giáo dục nặng nề của gia đình. Tuy nhiên ai cũng biết do cha mẹ đầu tư cho con nhiều quá, con thi hỏng thì cũng một phần nào làm cho cha mẹ thất vọng, những dự định, kế hoạch cho tương lai con cái xem như đổ sông đổ biển. Cho nên làm cha mẹ phải biết khôn ngoan dừng lại đúng mức, đừng gây áp lực cho con cái về việc học, vì con khổ thì cha mẹ cũng khổ.

Bậc làm cha cũng nên biết dạy cho con thấy biết sự vô giá của một đời người, được sanh ra làm người như thế nào. Sanh làm người có dễ đâu, được làm người khó sống lâu. Tương tự, muôn vạn, muôn ức lần khó khăn hơn con ve sầu nằm trong đất 17 năm mới thành con ve, bay đi tự do ca hát trong suốt 15 ngày ngắn ngủi. Quả thật cái "khó'' của con ve kia, chẳng thấm vào đâu so với cái "khó" được làm người. Kinh Phật nói: "Một khi mất thân người, nếu không tu trăm muôn ngàn ức kiếp khó có lại được. Vì sao? Bởi khi mất thân người, "người ấy" đã tái sanh làm súc sanh, côn trùng, sâu bọ… hoặc đoạ sâu nơi địa ngục hắc ám vô vàn thống khổ, hoặc đã tái sanh vào cõi đói khát đau đớn, thù hận, kêu gào, khóc than không dứt của cõi ngạ quỷ, a tu la (phi nhơn). Trăm muôn ngàn ức kiếp khó ra khỏi 4 con đường ác đạo ấy. Cho nên chỉ những chúng sanh có phước đức sâu dày, thiện căn đầy đủ mới đủ quả phước sanh ra làm người. Do vậy chỉ được sanh làm người … là đủ cho ta vui mừng, hoan hỷ chẳng có chi sánh bằng. Vì ta vừa mới vượt qua được cái khó khăn muôn phần… Được làm người rồi lại có được ngũ căn: tai, mắt, mũi, miệng, thân thể đầy đủ tứ chi là việc vui mừng lớn thứ hai. Nghĩ đến điều này thôi cũng đủ cho ta mãn nguyện lắm rồi.

Biết bao con trẻ sanh ra chẳng biết nhơn quả, chẳng biết thiện ác, chẳng biết Phật Pháp, chẳng phút giây nào ngưng gây ác nghiệp, sẽ nhận lấy ác quả không lâu. Được sanh làm người quá khó. Được thân thể lành lặn, đẹp đẽ càng khó nhiều hơn. Làm người thân thể đầy đủ, trí tuệ thông sáng, lại biết nhơn quả, thiện ác, đó là phước đức của người đã gieo trồng từ lâu. Ta có được đầy đủ cả, vậy sao không hoan hỷ, vui mừng, không đem lòng kính trọng, tôn quý cuộc sống mà lại đi tự tử chỉ vì một thất vọng nhỏ nhoi là thi rớt!

Biết dạy con như thế để con cái chẳng việc thiện nhỏ nào không làm, chẳng việc ác nhỏ nào chẳng lánh xa, dứt bỏ, biết sanh lòng hoan hỷ, vui mừng, luôn đem nụ cười, hạnh phúc đến cho mọi người, mọi loài chung quanh mỗi khi ta có thể. Đó cũng là cách tu tập lời Phật dạy trong Tín, Giới, Thí mà chúng tôi sẽ nói ở phần sau.

2/ Cha mẹ phải giữ 5 giới cấm: Không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu. Có như vậy mới làm được núi cả chớ sáng xỉn, chiều say thì làm sao làm núi cả che mát cho đời con được. Phật gọi là thân giáo nghĩa là phải làm gương, làm núi cả mà cứ uống rượu say mèm, nói năng lè nhè, đi đứng ngả nghiêng… hình ảnh đó rất xấu trong ký ức tuổi thơ của những đứa con có người cha nhậu nhẹt, say sưa liên miên. Hoặc cờ bạc, hút chích, trai gái…. Cuộc sống của người cha sa đoạ trong những thú ăn chơi như vậy không thể nào là tấm gương cho con cái noi theo.

Khi người cha giữ được 5 giới cấm nói trên tất nhiên trở thành núi cả để con cái tự hào và ngưỡng mộ. Theo thống kê của cảnh sát quốc tế, hầu hết những tội phạm hình sự trên thế giới là do họ có cha mẹ không giữ giới thứ ba tức là giới không tà dâm. Tỷ lệ phạm tội ở những đứa

con sanh ra trong gia đình có cha mẹ ly dị, ly thân là rất lớn. Những cảnh xung đột giữa cha mẹ, cuộc sống không hạnh phúc từ thuở nhỏ đã làm cho đứa trẻ lớn lên tinh thần không bình thường, có những rung động tâm lý đeo đẳng suốt cuộc đời. Hậu quả là những đứa trẻ này sẽ dễ dàng giao du với kẻ ác, làm điều ác, trở thành gánh nặng cho xã hội. Vậy làm cha phải biết hạnh phúc của mình là hạnh phúc của các con.

3/ Người cha phải có tín, thí, giới và hỷ

Tín: Đức tin nơi Tam bảo

Thí:Tâm rộng lượng, tâm cúng dường, từ thiện, nhân ái đối với cuộc sống.

Đem niềm vui, nụ cười ban tặng đó là ta đang cúng dường cái quý nhất trong thế giới vũ trụ này đến những người chung quanh.

Giới: Những quy luật đạo đức trong gia đình, xã hội và giới luật trong nhà Phật.

Hỷ: Nụ cười hoan hỷ bao dung.

Nụ cười của ta: Sưởi ấm trẻ mồ côi cô đơn.

Nụ cười của ta: An ủi, ấm lòng người già yếu, bệnh hoạn.

Nụ cười của ta: Nâng đỡ kẻ đang tuyệt vọng, khổ đau.

Nụ cười của ta: Giúp cho người mới gặp, mới quen có một ngày rạng rỡ hơn, vui vẻ hơn, thân thiện hơn v.v…

Từ những người quen, thân, quyến thuộc, cha mẹ, hàng xóm trước ngõ, ở trường học, nơi làm việc, ai ai cũng đều được phân phát hào phóng niềm vui, an ủi, ấm áp, cảm thông, chia sẻ, lắng nghe. Nụ cười làm cho người nhận nó lấy làm hạnh phúc. Ngay cả một người ăn mày đến xin ta chút ít tiền, ta chẳng có tiền cho, nhưng cho họ một nụ cười: "Bữa nay không may rồi. Con đã hết tiền. Xin hẹn lần khác nghen". Người ăn mày kia nhận lấy nụ cười, bèn hạnh phúc nhiều hơn nhận vài ngàn đồng bạc đủ mua chén cơm ăn trong một ngày. Còn nụ cười của ta cho đủ làm ấm lòng họ suốt cả 60 năm mỗi khi họ nhớ lại. Cho nên chỉ những ai giàu có, mới có thể cho người khác một cách hào phóng những gì mình đang có.

Đó chính là tâm rộng lượng, tâm nhân ái, tâm cúng dường hạnh phúc, an ủi, chăm sóc đến cho mọi người, muôn loài, chúng sanh. Chẳng thể từ cái tâm đen tối, phàm phu, hẹp hòi mà làm được như vậy.

V/ NHỮNG GƯƠNG CHA

Gương cha tốt có rất nhiều. Nếu thống kê qua truyền thông báo chí, sách vở, kinh nghiệm ta có thể sưu tầm nhiều câu chuyện kể về gương tốt của cha. Cách đây 5 năm, Sư có đến thăm một gia đình Phật tử. Sư đi xe ôm. Người đàn ông chạy xe ôm đưa Sư đi hồi đó, nay đã mất rồi. Sư nhớ khi chạy gần đến nơi, người lái xe ôm đã nói với Sư rằng: "Thưa Sư, con xin Sư một điều, con dừng lại ở đầu hẻm, Sư chịu khó đi bộ khoảng 100 mét giùm con". Lúc đó Sư cũng hoan hỷ đi bộ vô nhà người Phật tử nọ. Sau đó khi ra về Sư có hỏi người chạy xe ôm tại sao như vậy. Ông ta hạ giọng nói "Nhà này có một đứa con gái học chung với con của con. Nếu nó thấy con chạy xe ôm thì tội cho con của con lắm". Sư nhớ hoài giọng nói của người cha chạy xe ôm này, Sư nghe mà cảm động. Câu chuyện chỉ đơn giản vậy thôi nhưng cho thấy lòng cha hy sinh cho con vô bờ bến. Nghe mà thương, nghe mà quý, nghe mà nhớ hoài. Người cha chạy xe ôm đã chắt chiu từng đồng bạc, quần quật trên những con đường ngược xuôi kiếm tiền nuôi con học lên tới đại học. Bây giờ nghe đâu cô con gái năm xưa của người cha chạy xe ôm nghèo khổ kia đang sống êm ấm trong một căn biệt thự. Khi con cái đã trưởng thành và có cuộc sống đầy đủ thì cha mẹ không còn nữa. Dẫu có muốn cơm bưng, nước rót hầu hạ mẹ cha

để trả hiếu như câu ca dao: "Một lòng thờ mẹ kính cha/ Cho tròn chữ hiếu mới là đạo con" thì cũng không tìm thấy cha mẹ đâu nữa rồi .

Trong Phật giáo, Đức Phật Thích Ca lúc chưa thành Phật có một người con là La Hầu La. Phật Thành đạo 7 năm sau, Ngài trở về lại hoàng cung thì người con này cũng xuất gia. Phật bèn giao La Hầu La cho ngài Xá Lợi Phất nuôi dưỡng, giáo dục. Kinh Trung bộ có ghi chép lại bài kinh Phật giáo dục La Hầu La. Qua bài kinh giáo giới La Hầu La, chúng ta thấy được tình thương bao la của Phật đối với con mình mặc dù cương vị của Ngài là một vị Phật tổ.

Còn câu chuyện vua Bình Sa Vương với thái tử A Xà Thế, vua Bình Sa Vương là bậc thánh Tu-đà-huờn nên cũng không đem tâm oán trách gì con mình. Khi vua A Xà Thế có một người con thì vua mới biết tình cảm cha con là như thế nào. Vua A Xà Thế cũng thương đứa con mới sanh với một tình thương vô bờ bến. Những nhà tướng số trong triều đình nói: Nếu những người mang thai khát máu chồng sẽ sanh ra kẻ bất hiếu giết vua cha. Bà mẹ muốn huỷ thai nhưng vua Bình Sa Vương thương xót đứa trẻ trong bụng hoàng hậu nên đã ngăn cản hoàng hậu. Có lúc A Xà Thế hỏi mẫu hậu rằng vua cha có thương con không? Mẫu hậu nói: "Sau khi con sanh ra có một cái mụt nhọt trên tay nên la khóc suốt ngày đêm. Cha bận việc triều chính rất mệt nhọc nhưng hễ về tới hoàng cung là cha ngậm mụt nhọt của con cho con bớt khóc. Mỗi khi cha làm vậy thì con nín nên cha con cứ ngậm mụt nhọt của con hoài. Cho đến khi mụt nhọt lớn rồi vỡ ra, máu mủ chảy đầy miệng cha. Nếu rút ra thì con sẽ kêu khóc nên cha con vẫn ngậm mụt nhọt ấy và nuốt tất cả máu mủ mụt nhọt của con" Vua A Xà Thế nghe kể về tình thương của cha đối với mình không gì sánh bằng, ông chợt tỉnh ngộ, kêu gào quân lính thả cha ra thì vua cha Bình Sa Vương đã chết vì đói lạnh trong ngục tù. Nỗi ân hận cứ dày vò, đeo đẳng vua A Xà Thế suốt nhiều năm không nguôi.Quan quân trong triều bèn giới thiệu vua A Xà Thế đến gặp Đức Phật Thích Ca. Vua A Xà Thế ăn năn, sám hối. Phật giảng cho vua nghe về kinh Quả Báo Sa Môn, A Xà Thế hoan hỷ với bài kinh. Phật nói A Xà Thế nếu không giết vua cha có thể đắc đạo chứng quả ngay trong thời pháp Như lai giảng.

Cho nên người bất hiếu quả báo rất nặng sẽ sa vào khổ cảnh. Kinh gọi là ngũ nghịch đại tội: Giết cha, giết mẹ, giết A-la-hán, làm Phật chảy máu, chia rẽ tăng đoàn, việc làm ấy sẽ đọa địa ngục A tỳ.

A Xà Thế phạm tội giết cha. Cuộc đời còn lại của ông hết lòng phụng sự cho đạo pháp, quy y Tam bảo, làm học trò Đức Phật Thích Ca rất trung thành, nguyện làm phước thiện. Sau này vua A Xà Thế có một người con xuất gia theo Phật Thích Ca, được Phật thọ ký (trong kinh điển Pali ghi lại) sau này sẽ là Phật Di Lặc tiếp nối con đường cứu độ chúng sanh. Còn vợ Vua A Xà Thế cực kỳ ngoan đạo, là học trò thuần thành của Phật Thích Ca.

Trong thực tế, những người thành đạt là những người có hiếu với cha mẹ. Người nào không có hiếu với mẹ cha thì khó thành công trong cuộc sống, tu không thành đạo quả. Con đường luân hồi dài vô tận. Người có hiếu với mẹ cha thì quả báu đem lại giàu sang, uy quyền. Khi mất sẽ sanh vào nhàn cảnh. Những người có quyền chức, thành công trong xã hội, trước hết họ phải là những người con có hiếu. Vào nhà một ai đó, ta nhìn bàn thờ tổ tiên có thể thấy con cháu của dòng họ gởi gắm tất cả lòng thành kính đối với ông bà cha mẹ, cửu huyền thất tổ. Tưởng nhớ ơn đức của cha mẹ sanh thành, ta mới có được thân người lành lặn ngày nay, có phước đức, có trí huệ, càng cố gắng làm chút gì có thể được, gọi là đền đáp ơn sanh thành của cha mẹ.

Làm cho cha mẹ vui lòng ấy là việc thiện lớn.

Một số trường hợp khác chúng ta cũng nên biết để tránh. Ở nước Áo có những người cha xấu xa, độc ác đã giam cầm con gái ruột của họ để cưỡng hiếp. Nhưng dù cha mẹ có tốt hay không tốt thì bổn phận làm con là phải có hiếu.

Tóm lại, người cha tốt phải có lòng từ bi hỷ xả, giữ ngũ giới, có tín, thí, giới, làm núi cả che cho đời con. Tình cha là đề tài muôn thuở. Làm cha phải làm gương cho con noi theo, là chất liệu nuôi dưỡng tâm hồn con trẻ. Từ cái gốc của người cha tốt "Con có cha như nhà có nóc/ Con không cha như nòng nọc đứt đuôi". Nhà không nóc không thể gọi là nhà, nòng nọc đứt đuôi sao còn là nòng nọc. Hạnh phúc của cha là hạnh phúc của con. Hạnh phúc của con cũng chính là hạnh phúc của cha. Nếu cha mẹ sa vào tứ đổ tường thì tương lai con cái mịt mù và trở thành gánh nặng gia đình, gánh nặng xã hội. Vậy ta phải thấy rằng hạnh phúc gia đình chính là hạnh phúc xã hội. Những bậc làm cha mẹ phải quan tâm đến hạnh phúc của gia đình.

Người cha có nụ cười cảm thông, tha thứ, ban vui, an ủi, xoa dịu nỗi đau, hàn gắn vết thương, làm hi vọng những trái tim đã khô chết vì tuyệt vọng sẽ dạy con nên người. Bất cứ lúc nào người cha ấy cũng có đủ nụ cười để cúng dường cho con cái được vui mừng hoan hỷ và làm cho cuộc đời vốn đã quá nhiều khốn khổ bớt đau nhức, chảy máu. Bởi vì người cha ấy biết rằng hạnh phúc của đời ta là hạnh phúc của con ta, là hạnh phúc của muôn loài chung quanh ta vậy.

Quý vị hãy nhìn lên Đức Phật, nụ cười của cha lành, nụ cười Ngài làm vui mừng, hạnh phúc, hi vọng cho biết bao chúng sanh khốn khổ. Nụ cười ấy ai cũng có sẵn, có sẵn và có sẵn. Họ chẳng cười được vì nỗi lo, niềm sợ quá lớn hay vì quá ích kỷ.

NGƯỜI PHẬT TỬ[6]

Thế nào là một người Phật tử? Là người quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng.

Tất cả quý vị đang có mặt trong đạo tràng hôm nay đã quy y chưa? Qúy vị đã quy y khá nhiều mà người chưa quy y cũng không phải là ít. Sư hy vọng sau thời thuyết pháp này, quý vị nào chưa quy y Tam bảo sẽ quy y Tam bảo.

Người Phật tử là người đã quy y Tam bảo. Dù qúy vị đi chùa lâu năm mà chưa quy y Tam bảo thì chưa phải là Phật tử. Trong chương trình của Ban Hướng dẫn thuộc Trung ương Giáo hội Phật giáo Việt Nam có đề xướng phong trào Phật hóa Gia đình. Đây là chương trình khuyến khích mỗi gia đình có ba người con quy y Tam bảo thì được Trung ương Giáo hội Phật giáo Việt Nam cấp bằng Phật hóa Gia đình .

Quý vị thường nói với nhau rằng: Tôi đi tu chùa này, đi tu chùa kia. Nhưng quý vị có biết tu Phật bắt đầu từ đâu không? Tu Phật bắt đầu từ quy y Tam bảo.

Quy y Tam bảo là chúng ta tự phát nguyện quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng. Có người hỏi là con hay nhậu nhẹt say sưa vậy có quy y được không? Xin thưa là được. Có thể nói khi quý vị ở tại ngôi chùa này, trong pháp hội này là quý vị đã quy y tam bảo rồi nhưng chưa có hình thức của lễ quy y thôi.

Nói thành tựu quy y Phật là sao? Quý vị vào chùa thắp nhang lạy Phật đó là thành tựu quy y Phật rồi. Thế nào là quy y Pháp? Ngoài kia có tiệm sách báo Phật giáo, quý vị thỉnh những cuốn sách mà mình thích nhất, hay nhất, quý vị xem hoặc tặng cho người khác xem. Đó là thành tựu quy y Pháp. Thế nào là thành tựu quy y Tăng? Là khi gặp quý sư, quý thầy, quý sư cô… chúng ta chắp tay cung kỉnh cúi chào. Đó là thành tựu quy y Tăng. Còn khi gặp người xuất gia tu hành mà mình kêu là mấy ông thầy chùa, như vậy là mình đứt quy y Tăng rồi.

Cho nên, sau khi quý vị đã quy y tam bảo hãy nên có bàn thờ Phật trong nhà để mỗi ngày đi ra đi vô mình nhìn Phật. Khi nào chuẩn bị phát pháo cãi vã với chồng, với vợ, giây phút đó mình nhìn Phật trong nhà, tự nhiên lửa sân trong tâm dừng lại. Vì đời sống hằng ngày không sao tránh khỏi những lúc gây gổ nhau. Có khi vì con cái hư hỏng dạy không được, có khi tiền điện, tiền nước sao tháng này nhiều quá, vợ chồng cằn nhằn nhau. Chịu không nổi là quý vị dễ nổi nóng, mà hễ khi nào ngọn lửa sắp bùng lên thì hãy nhìn tượng Phật để dựa vào đó mà lắng tâm trở lại. Đó chính là tiếng chuông chánh niệm giúp cho tâm quý vị bình tĩnh, sáng suốt đúng lúc.

Ca dao Việt Nam có câu: “Chồng giận thì vợ bớt lời/ Cơm sôi bớt lửa thì đời nào khê”. Hoặc là: “Râu tôm nấu với ruột bầu/ Chồng chan, vợ húp gật đầu khen ngon”. Chỉ có vài câu lục bát thôi nhưng chất chứa trong đó bao ý tình sâu xa, là lời nhắn nhủ của những đôi vợ chồng hòa thuận, trọn nghĩa, trọn tình, dù bất cứ hoàn cảnh nào họ cũng đồng cam cộng khổ với nhau, xây dựng một gia đình đầm ấm, yên vui. Nếu chén trong sóng còn khua thì huống chi hai con người xa lạ về ở với nhau, sao tránh được chuyện cãi vã, nhưng coi chừng không chỉ chén dĩa đổ bể mà máy móc, ti vi cũng tan tành nếu quý vị không biết kiềm chế cơn giận.

Trong kinh nói, người vợ có tu, người chồng có tu tức là hai người có quy y là tiên nam sống chung với tiên nữ. Người chồng có quy y, người vợ không quy y là tiên nam sống chung với quỷ cái. Người vợ có quy y mà người chồng không quy y thì tiên nữ sống chung với quỷ đực. Khi dùng từ quỷ cái, quỷ đực, có lẽ quý vị nghe nặng nề. Nhưng quý vị thử hình dung con

[6] Bài pháp này giảng tại chùa Phật Học - TP. Cần Thơ.

người chúng ta khi nóng giận, khuôn mặt xấu lắm. "Xấu như quỷ" là cách ví von của dân gian xưa nay. Nhưng cơn giận không chỉ làm chúng ta xấu đi mà nó còn đốt cháy tất cả những gì tốt đẹp của cuộc đời ta, hủy hoại ta, những người chung quanh ta.

Ở gần chùa BQ – TP. Hồ Chí Minh, có anh chàng kia tốt nghiệp đại học, đi làm cho công ty nước ngoài, tiền bạc rất nhiều. Anh ta có cô vợ xinh đẹp, có học thức cũng làm ở công ty nước ngoài. Hai vợ chồng họ rất xứng đôi vừa lứa, nhưng người chồng thường hay ghen tuông.

Mỗi người có cách ghen khác nhau. Đàn ông ghen khác đàn bà. Người học thức ghen khác người không học thức. Không giống như sự ghen tỵ, dưới con mắt của y học thì ghen tuông mù quáng là dạng bệnh tâm thần. Anh chồng luôn có cảm giác sợ mất mát, đau đớn về tinh thần, tức giận, buồn bã, sợ hãi, lo lắng… Anh ta khiến cho người vợ mệt mỏi và căng thẳng. Cũng có lúc sau cơn giận anh ta biết mình sai trái, xấu hổ với hình ảnh xấu xí của mình, ân hận vì đã làm tổn thương vợ và những người xung quanh, nhưng khi cơn ghen nổi lên anh ta lại không làm chủ được bản thân, anh ta hành hạ mình và lăng nhục người vợ.

Cuối cùng, hai người chọn giải pháp ly dị. Nhưng trong một lúc lí trí không có mặt, đầu óc rối bời, cơn giận dữ bùng nổ, tâm độc ác khởi lên, anh ta câu dây điện chích cho người vợ chết. Hiện nay, anh chồng kia vẫn đang ở tù.

Nhưng tội nghiệp người em trai ruột của anh ta vừa tốt nghiệp đại học, quen một cô gái xinh đẹp, hiền lành. Hai người cũng thương nhau thắm thiết nhưng bên nhà gái gièm pha bằng cách lấy chuyện gia đình của người anh để hù dọa cô gái: "Mày không biết anh nó câu điện giết vợ sao? Mày mà quen nó, mai mốt nó lấy điện 220V cho giựt mày chết đó".

Vậy là mối tình đẹp như mơ của người em trai tan theo mây khói. Mặc dù cô gái rất thương người em nhưng cuối cùng cô không vượt qua được dư luận, cô cắt đứt tình cảm với người yêu. Người em sau đó xuất gia tại chùa. Đây là chuyện anh làm em chịu. Sư nói với người em rằng: Thì thôi, cuộc đời mình tu đi, đáng thương ở chỗ không biết tu, không quy y nên không biết dừng lại đúng chỗ, cho nên trở thành hư hỏng.

Thực ra, anh chồng đâu có độc ác dữ vậy, nhưng do ghen quá hóa dại, không làm chủ được mình, không có bạn thân để chia sẽ nên anh ta luôn tự thương xót mình, tự dằn vặt mình, không còn tự tin trong công việc, trong cuộc sống.

Anh ta bị ghen tuông ám ảnh mọi lúc, mọi nơi, nhìn vào đâu cũng thấy "tình địch", anh ta biến cuộc sống thành địa ngục. Cuối cùng, anh ta tự hủy hoại bản thân, hủy hoại vợ mình, kết cục cái mà anh ta nhận được chính là nỗi bất hạnh.

Trên thế giới, con số những người tự tử có thể nhiều hơn dân số của một quốc gia đang chiến tranh. Những nước có số người tự tử nhiều như Hàn Quốc, Nhật Bản, Singapore, các nước Bắc Âu. Có hàng trăm lý do tự tử, có khi rất đơn giản như thất tình, ba mẹ la rầy, thua độ bóng đá, có những chuyện gia đình không tháo gỡ được, bị trầm cảm, bị phá sản….

Tờ Daily Mail hôm 5-9 đưa tin một phụ nữ tên là Tiphawan, 36 tuổi, trong cơn tuyệt vọng đã "tự nguyện" làm thức ăn cho cá sấu ở một điểm du lịch hút khách tại Thái Lan.

Bà Tiphawan nói với chồng rằng bà sẽ tới bác sĩ khám bệnh, nhưng sau đó đã lẳng lặng tới khu du lịch nổi tiếng Crocodile Farm (Nông trại Cá sấu) ở Samut Prakarn, cách Thủ đô Băng Cốc hơn 30 km. Bà Tiphawan không bao giờ về nhà nữa. Camera của Nông trại Cá sấu có ghi được hình ảnh của bà đi vào đây.

Ông Sunai Jisathra, 55 tuổi, chồng bà Tiphawan khẳng định rằng các nhân viên tại Nông trại Cá sấu cho biết có một người phụ nữ y như miêu tả của ông về vợ mình đã chết tại đây. Họ nói

rằng mọi việc xảy ra sau khi người phụ nữ cố tình nhảy xuống hồ cá sấu, tự nguyện làm thức ăn cho chúng.

Người chồng này còn cho biết rằng "Có thể bà ấy đã tự tử để trốn chạy khỏi những rắc rối thực tại" và ông không ngạc nhiên lắm khi nhận hung tin vì vợ ông đang có nhiều vấn đề khó giải quyết về tiền bạc và bị trầm cảm từ lâu.

Qua đó, quý vị thấy rằng, tự tử là hành động sai lầm, mù quáng nhất. Vì thân người khó được và trong cuộc đời cái gì cũng có cách giải quyết tốt đẹp. Nếu chúng ta không tu, chúng ta không có chất liệu để thay đổi tư duy thì dễ rơi vào tuyệt vọng, đi đến những hành động bạo lực sai lầm.

Cho nên, người Phật tử chúng ta có quy y, có tu thật sự thì không dại gì tự tử. Sư có biết một Phật tử ở khu Phú Mỹ Hưng, TP. HCM. Cô ấy đã điện thoại đến cho Sư để rồi quyết định tối hôm đó sẽ tự tử. Lý do đơn giản là chồng cô có vợ bé, con thì nghiện ma túy đang ở trại tập trung. Cô ta đang thất nghiệp, thiếu tiền ngân hàng, cuộc sống bế tắc nên định tự tử cho xong cái nợ đời.

Không biết trời xui đất khiến làm sao, khi ý định tự tử nhen nhóm trong lòng thì lúc đó cô ta còn nhớ đến Tam bảo, nhớ đến Sư nên điện thoại… từ giã. Hôm ấy Sư khuyên nhủ cô nhiều lắm nhưng không hề biết ý định của cô muốn tìm cái chết. Sau này cô nói cảm ơn, nhờ cuộc nói chuyện với Sư qua điện thoại mà cô đã kịp dừng lại hành động điên rồ ấy. Thiệt tình, không biết bữa đó thế nào mà sư nói chuyện chắc là có duyên lắm nên mới thuyết phục được một người đang tuyệt vọng, đang muốn chết bỗng dưng "ngộ" ra được sống là vui rồi. Sau này, cuộc sống gia đình cô có nhiều thay đổi tốt đẹp, ấm áp hơn, an vui hơn. Cô luôn cảm ơn nhưng sư thực sự không nhớ đã nói với cô những gì. Có lẽ lời nói cứu mạng này là nhân duyên của cô.

Cho nên, để làm người Phật tử đích thực, tôi khuyên quý vị nên quy y Tam bảo, thiết lập trong tâm mình có Phật, có Pháp, có Tăng - ba ngôi báu thiêng liêng nhất trong cuộc đời của mình. Con người sống phải có niềm tin tâm linh. Quy y chính là bước đầu tiên, là chất liệu để chuyển hóa cuộc đời.

Là người giữ gìn năm giới. Người Phật tử đích thực phải giữ năm giới.

Quy y thì quý vị thành tựu quy y, nhưng giữ giới thì không phải ai cũng giữ được tròn đủ. Ai không quy y, ai có quy y, nếu phạm năm giới cũng đều có tội. Năm giới bao gồm: không sát sanh, không nói dối, không tà dâm, không trộm cắp, không uống rượu.

Giữ giới mới nghe tưởng dễ nhưng khó lắm, không thể giỡn chơi được. Đối với những người quy y xong rồi mình giữ được giới nào thì ráng giữ. Giữ giới thì có phước, không giữ giới thì có tội. Tại sao? Vì giữ giới không sát sanh thì sống lâu. Giữ giới không trộm cắp thì được giàu sang. Giữ giới không tà dâm thì được hạnh phúc, yêu người được người yêu lại, còn không giữ giới tà dâm thì có tình yêu đơn phương, yêu người nhưng người không yêu lại. Người không giữ giới tà dâm sẽ bất hạnh trong tình yêu. Người giữ giới không nói dối sẽ có nhiều bạn bè. Trên đời này không ai muốn kết bạn với người có tánh thích "nổ", thích "tám" mà chỉ muốn kết bạn với người lịch sự, khôn ngoan, trung thực. Cho nên, tu phải nói lời nói chân thật. Người giữ giới không uống rượu thì được trí tuệ, thông minh sáng suốt.

Tu là chuyển hóa. Tu là sửa. Tu là sửa từ xấu qua đẹp, từ dữ qua hiền, từ nóng nảy qua dịu dàng, từ vô duyên thành có duyên. Sư nhớ ngày xưa khi độ tuổi từ 10 đến 20, tướng mạo của sư, sao mà xấu xí, nhưng xấu thì còn đỡ, mà lại thêm nói ngọng và cà lăm nữa. Nhưng nhờ sư đi tu tự nhiên nó chuyển hóa. Ngày xưa, sư nghĩ cuộc đời mình không thể làm giảng sư được, vừa ngọng, vừa cà lăm mà giảng cái gì. Nhưng mà sư cứ tu, cứ nhẫn nại, hầu hạ các vị đại lão

Hòa thượng từ năm này qua năm khác, tự nhiên phước đó chuyển hóa, từ cà lăm hết cà lăm, từ nói ngọng hết nói ngọng. Bây giờ nhìn lại hình ảnh chính mình ngày xưa thiệt tình sư còn không nhận ra mình nữa. Vì nhờ tu hành, bây giờ nhìn thấy dung mạo mình xinh tươi hơn xưa, từ dáng đi, đến giọng nói, nụ cười.

Nói với quý vị như vậy để khẳng định cho quý vị thấy rằng tu là chuyển. Tại sao? Vì tu là sửa đổi nên nó chuyển. Muốn được vậy, quý vị phải kiên nhẫn giữ giới.

Trong kinh Đức Phật nói người tu có quy y giữ giới được các quả báu:

1. **Được giàu sang.** Là do tri túc.
2. **Tiếng tốt đồn xa.** Mình tu người ta khen. Ngày xưa hay chửi mắng người ta, luôn luôn cau có, bây giờ tu rồi lời nói nhẹ nhàng, việc làm thiện lành nên tiếng tốt đồn xa. Tiếng tốt đồn từ đây lên Thành phố, xuống tới Cái Răng, đồn qua Cái Khế, rồi đồn lên Trà Nóc… Điều đó là tự nhiên thôi.
3. **Không sợ hãi trước đám đông.** Tu tốt, giữ giới trong sạch thì xuất hiện trước đám đông hiên ngang không sợ ai, chớ nếu không tu, không giữ giới đang phạm tội, xuất hiện trong đám đông là tự nhiên thấy sợ, nghe kêu nhẹ một tiếng cũng giật mình, hoặc nửa đêm nghe chó sủa, nghe chuông điện thoại reo cũng sợ người ta đến đòi nợ. Người giữ giới không sợ hãi trước đám đông.
4. **Được sanh về nhàn cảnh.** Tâm không bấn loạn trong giờ phút lâm chung

Là người có hạnh bố thí. Bố thí là hạnh hàng đầu của người Phật tử.

Trong thập độ hoặc lục độ, hạnh bố thí đứng đầu. Bố thí là gì? Nghĩa là giúp đỡ. Bố thí không có nghĩa là bỏ tiền ra mới là bố thí. Quý vị đi ngoài đường thấy ông cụ, bà cụ không dám qua đường, quý vị bỏ chừng năm, ba phút dẫn họ qua đường, đó là bố thí.

Hoặc khi thấy bà cụ già bán hàng, mình mua một vài món cho bà vui, đó là bố thí. Gặp trẻ nhỏ, nghèo khổ mình cho chút tiền, đó là bố thí.

Có một cô bán bánh, cứ ba ngày cô ta gánh vô chùa bán một lần. Các Sư không ai thích ăn bánh da lợn, nhưng hễ thấy cố ấy gánh bánh vô chùa là sư mua. Sư mua bánh này vì hiểu và thương hoàn cảnh của cô. Chồng cô có vợ bé, con lớn nghiện xì ke, con nhỏ đang đi học. Một trăm thứ lo toan cô đều trông vào gánh hàng rong này. Cái gánh nặng gia đình thật quá sức với cô. Cho nên, chúng tôi mua để có cơ hội nói chuyện với cô, để cô có thêm hy vọng, thêm nghị lực tiếp tục gánh bánh bán mà vượt qua những nỗi thống khổ của cuộc đời.

Ở ngoài kia có rất nhiều số phận, họ làm đủ thứ việc để kiếm sống, cho nên, chúng ta giúp đỡ họ một chút để họ không ngã gục trên con đường mưu sinh và có thêm niềm tin trong cuộc đời. Đó là hành động bố thí.

Có người hỏi Sư rằng, những người đi khất thực ngoài đường, chúng con biết là sư giả đó, như vậy, có cúng dường không, thưa sư? Chúng tôi nói: đã biết giả nhà sư thì cúng làm chi. Nếu hỏi rằng: Con biết họ giả sư, nhưng con vẫn cúng dường, vậy con có phước không? Chúng tôi nói có phước. Vì sao? Đức Phật Ngài nói bố thí cho loài thú thì 500 kiếp mình không nghèo. Chẳng hạn thấy con chó, con cá bị đói thì mình cho chúng ăn với tâm từ bi hỷ xả.

Cho nên, quý vị thấy người nào nghèo khổ, biết là do đời sống của họ trong quá khứ sống bỏn xẻn, không biết cúng dường bố thí. Còn thấy người nghèo khổ, dù họ lường gạt đi xin ăn nhưng họ dám xin thì mình dám cho. Người ta xin, mình cho là mình có phước rồi.

Phật dạy, bố thí cho loài thú năm trăm kiếp không nghèo, bố thí mười lần cho loài thú không bằng một lần cho loài người.

Nhưng bố thí muốn cho có phước thì phải có tâm thí, vật thí và đối tượng thí. Tâm thí là phải hoan hỷ trước khi làm, đang khi làm, và sau khi làm. Vật thí là phải có vật dụng để cho đi. Ví dụ cái bình hoa này rất đẹp, rất duyên. Ai đã bỏ tiền ra mua hoa về chưng trên bàn pháp sư và làm đẹp cho hội trường này thì người đó đã làm hạnh bố thí và bình hoa này gọi là vật thí. Bố thí bông hoa, y phục thì kiếp sau sẽ là người xinh đẹp. Bố thí vật thực thì cho sức lực. Bố thí đèn thì cho mắt sáng. Làm cái gì cũng có nhân quả. Cho nên, vị nào cúng dường bình hoa này hôm nay, chắc chắn đời sau sẽ làm hoa hậu, ít nhất cũng là hoa hậu của thành phố Cần Thơ. Định luật nhân quả luôn chi phối trong đời sống chúng ta.

Hai đứa nhỏ sanh cùng năm tháng ngày giờ, nhưng có đứa sanh ở miệt sông nước nghèo khổ xa xôi, đứa sanh ở ngay TP Cần Thơ đèn màu rực rỡ, đứa sanh ra đẹp đẽ, đứa sanh ra xấu xí, đứa ngu đần, đứa thông minh. Đó là do nghiệp riêng của mỗi người. Nên nhớ: "Ta đi theo nghiệp của ta/ dù cho tốt xấu tạo ra tự mình". Nghĩa là nghiệp dẫn ta đi trên con đường sanh tử luân hồi. Vì thế, chúng ta phải thực tập hạnh bố thí, tạo nghiệp lành giúp cho chúng ta chuyển hóa.

Thời xưa, ngài Xá Lợi Phất sau khi xả thiền diệt bèn quan sát xem ai có duyên để ngài tế độ. Ngài thấy có hai vợ chồng nông dân nghèo khổ nên tới gặp họ tế độ cho họ để họ cúng dường bữa cơm cho ngài. Cúng dường xong, buổi chiều, hai vợ chồng người nông dân cày ruộng tới đâu thì thấy vàng tới đó. Câu chuyện này khi đọc chúng tôi khó tin. Nhưng đó là câu chuyện trong kinh điển nói về sự trổ phước. Ngày nay, chúng ta cũng có những câu chuyện cho thấy phước trổ cũng nhiều lắm dưới nhiều hình thức khác nhau.

Có một gia đình cách đây 20 năm, họ mua một căn nhà ở quận I TP. HCM giá 20 lượng vàng. Nhưng bây giờ họ kêu bán 5000 lượng vàng. Đó là một hình thức phước trổ, giống như người nông dân cày tới đâu thì vàng tới đó. Trong cuộc đời có nhiều người hưởng phước như vậy đó.

Tu là chuyển hóa. Cho nên, người Phật tử phải có tâm bố thí, giúp đỡ. Ở đây, quý vị biết thầy trụ trì phát động phong trào gì thì mình tích cực hưởng ứng. Ví dụ đi từ thiện mình ủng hộ gạo tiền, thuốc men; in kinh sách thì mình hùn phước. Hãy làm phước theo khả năng của mình. Tâm rộng lớn, bao dung, càng bố thí thì mình càng được phước.

Là người biết tu thiền. Tu thiền là thanh lọc tâm giúp ta an lạc và hạnh phúc.

Hằng ngày con mắt chúng ta nhìn nhiều quá, mũi ngửi mùi nhiều quá, tai nghe âm thanh nhiều quá, lưỡi nếm mùi vị nhiều quá, thân xúc chạm nhiều quá. Cho nên ta đau khổ. Nếu nhìn nhiều quá cộng thêm cái tâm ích kỷ, nhỏ mọn thì càng đau khổ. Càng nhìn càng đau khổ, càng nghe càng đau khổ. Nếu mình có cái tâm tha thứ, hỷ xả thì dù có nghe, có nhìn cũng không có khổ, còn cố chấp tỵ hiềm thì nghe nhiều, thấy nhiều là khổ.

Chẳng hạn như đi chùa thấy ai nổi hơn mình là hơi khó chịu. Thấy sao thầy trụ trì quan tâm bà kia, ông kia nhiều hơn mình. Óc tưởng tượng dẫn quý vị đi xa rồi quý vị đâm ra nghi ngờ.

Trong nhà thương điên có cô gái hễ thấy con gà là bỏ chạy. Bác sĩ hỏi tại sao cô bỏ chạy. Cô nói: "Con là hột bắp nên con gà thấy con, nó sẽ ăn con. Vì thế con phải chạy xa nó". Bác sĩ bèn viết cho cô gái 1 câu: "Tôi là con người, tôi không phải là hột bắp. Vì vậy tôi không sợ con gà".

Bác sĩ dặn cô gái về nhà học thuộc câu này, dặn phải nhớ mình là con người. Chừng một tháng sau, cô gái trở lại nói với bác sĩ rằng: "Con nhớ rồi, con là con người, con không sợ con gà, con có thể ăn thịt con gà, chớ gà sao ăn thịt được con, con không sợ con gà".

Bác sĩ khen cô và hai người cùng đi dạo trong sân bệnh viện. Chợt có con gà chạy ngang qua, cô gái nhìn thấy, hoảng hốt bỏ chạy. Bác sĩ chạy theo, nắm tay cô và hỏi tại sao bỏ chạy. Cô gái nói: "Con là con người nhưng con gà nó đâu biết con là con người…"

Câu chuyện đó cho thấy tri giác sai lầm của con người. Nhiều khi chúng ta nghi kỵ, cái tâm nghi của chúng ta vô cùng sai lầm, ảo giác sai lầm của chúng ta làm cho chúng ta bất kính với cha mẹ, làm cho tình cảm trong gia đình đỗ vỡ.

Cho nên, người tu phải tập thiền để thấy được cái tâm tham sân si của mình từng giây từng phút. Do hằng ngày quý vị hoạt động nhiều quá nên khó thấy cái tâm của mình. Thế nên mỗi ngày tối thiểu cần 15 phút ngồi thiền để niệm hơi thở. Thở vào biết thở vào. Thở ra biết thở ra. Thở vào biết rõ. Thở ra biết rõ. Thở vào, thở ra biết rõ đó là tâm chánh niệm. Thở vào, thở ra không biết rõ đó là tâm tà niệm.

Trong cuộc sống, cái tâm tị hiềm, ích kỷ, kiêu căng, độc ác, tham lam không ngừng thiêu đốt chúng ta hằng ngày, hằng giờ. Qúy vị hành thiền để thấy được những cái tâm vụng về, những cái tâm phiền não đó ở bên trong mình.

Thiền giúp quý vị buông xả. Chẳng hạn, giận con nhiều thật nhiều cũng không la mắng xối xả nữa mà quý vị sẽ nói nhẹ nhàng, rất tâm lý và tràn đầy tình yêu thương đối với con. Tu thiền là để biết dừng lại đúng chỗ, biết nhịn, biết tha thứ, biết thông cảm.

Qúy vị nào tâm quen niệm Phật cũng rất tốt, ngay lúc giận hờn bộc phát lên, tâm biết niệm Phật để dừng lại.

Khi đang trong cơn giận, quý vị hãy nên im lặng, không có một quyết định nào đúng đắn khi tâm ta đang giận dữ. Hãy chọn cách trì hoãn, ta sẽ hẹn chiều, hẹn sáng mai, hẹn tuần sau, tuần sau nữa v.v… để mình có thời gian suy nghĩ, để lấy lại bình tĩnh, sáng suốt mà giải quyết vấn đề có kết quả.

Khi nóng giận, tuyệt đối không giải quyết bất cứ việc gì, quý vị cứ hẹn mỗi khi thấy mình chưa đủ bình tâm, rồi thì mọi chuyện tự nó sẽ hóa giải êm xuôi.

Muốn thanh lọc tâm, muốn có tâm an vui, quý vị phải tu thiền.

Tóm lại, người Phật tử phải quy y Tam bảo, giữ ngũ giới, có tâm bố thí, có tâm hành thiền. Đây là bốn pháp căn bản mà người Phật tử tại gia phải tu học và áp dụng trong đời sống. Quý vị tu để thân, khẩu, ý chuyển biến, bỏ thói quen tán ngẫu, lười biếng, khởi tâm tinh tấn, giữ gìn sự an tĩnh, thăng bằng, tốt đẹp.

Đó là giá trị của người Phật tử.

TU PHẬT LÀ KHÉO ỨNG DỤNG TỨ VÔ LƯỢNG TÂM[7]

Từ bi hỷ xả là bốn pháp thiền để chúng ta ứng dụng trong đời tu của mình. Trong thiền có khoảng 40 đề mục. Chúng ta niệm hồng danh Phật cũng là một loại đề mục thiền định.

Quý vị nào đến Thái Lan sẽ thấy những hình tượng chư thiên bốn mặt tượng trưng cho từ, bi, hỷ, xả thường được trưng bày tại các ngôi chùa. Người nào tu bốn pháp tứ vô lượng tâm: từ bi hỷ xả, sau khi thân hoại mạng chung sẽ sanh lên làm chư thiên và có hạnh phúc ngay trong cuộc sống này.

Trong kinh Đức Phật Ngài dạy: Cha mẹ phải có tâm từ, bi, hỷ, xả đối với con cái. Cuộc sống chúng ta có nhiều phiền não do giận hờn, độc ác, hung bạo, ích kỷ, nhỏ mọn, cố chấp, dính mắc. Đó là những pháp chướng ngại làm cho chúng ta đau khổ. Cuộc đời là bể khổ. Giàu khổ, nghèo khổ, xuất gia khổ theo xuất gia. Nghèo khổ vật chất, giàu khổ tâm. Nhưng khổ vật chất không nặng bằng khổ tâm hồn.

Ví dụ: Quý vị sống đầy đủ vật chất, tiện nghi nhưng quý vị ghen quá cũng khổ. Cái khổ này ngày đêm dày vò tâm hồn quý vị. Ai có ông chồng đẹp trai, có bà vợ đẹp gái sẽ thấm thía được cái khổ phải giữ chồng, giữ vợ, giữ tình yêu để không bị người khác lấy cắp trái tim của người kia. Chỉ như vậy thôi, ta đã khổ vì tâm đầy phiền não rồi. Người khó tánh, cố chấp rất khổ. Đồ đạc ta quen sắp đặt ngăn nắp, ai để trái ý là tức giận. Tánh cố chấp nên ai nói nghịch tai cũng giận, khó tha thứ.

Quý vị ở nhà luôn tự do trong giờ giấc sinh hoạt. Nhưng quý vị tham dự khóa tu phải tôn trọng nội quy của chương trình. Tưởng tượng quý vị đến chùa là làm mới lại cuộc đời mình từ những việc nhỏ nhặt. Đi, đứng… thầy cũng chỉ cho quý vị đi, đứng ra làm sao. Chỗ ăn, chỗ ngủ quý vị cũng không được tự theo ý của mình. Ở nhà ngủ phòng riêng. Vào chùa quý vị được sắp xếp nhiều người cùng chung một phòng. Đêm ngủ không được, phải nghe người khác ngáy, có lẽ quý vị cũng có chút bứt rứt trong lòng.

Nhưng sư biết quý vị vẫn đang ráng tập thích nghi, tập buông bỏ những ý niệm thích hay không thích trong tâm. Như vậy, mới tiến xa trên con đường đạo. Cho nên, phải tùy thuận, hỷ xả mới hạnh phúc được. Nếu không quý vị sẽ bỏ khóa tu, chúng ta mất cơ hội huấn luyện tâm để dần dần thoát ly phiền não.

Hãy nhớ tu Phật là khéo ứng dụng tứ vô lượng tâm trong cuộc sống.

1. Tâm Từ

Từ là tình thương đối với mọi người, như tình thương của mẹ đối với con, tình thương của anh đối với em, tình thương của thầy đối với trò và ngược lại. Thầy viện chủ nói: Tu trước nhất là phải tu nhân, là có tình có nghĩa, sống với mọi người có trước có sau, chan hòa tình thương.

Ở nhà quý vị có làm tròn bổn phận đối với cha mẹ, chồng vợ, con cái thì tới chùa tu mới có kết quả. Nếu chúng ta chưa làm tròn bổn phận đối với gia đình, ta ngồi đây nhưng tâm còn băn khoăn, hối tiếc, nhiều suy nghĩ, lo lắng thì làm sao tu?

Cho nên, người tu phải ứng dụng tâm từ trong cuộc sống gia đình hằng ngày. Tu là phải làm sao cho hài hòa giữa đời và đạo. Khi đời tốt thì đạo sẽ đẹp. Người biết tu phải tưới tẩm tình thương cho những người chung quanh mình. Quý vị phải tập tu tâm từ để đối trị tâm sân. Tâm sân là nóng nảy, giận dữ. Người nào có tâm từ thì tâm sân sẽ lắng dịu.

[7] Bài pháp này giảng tại Chùa Long Thành – Tỉnh Vĩnh Long.

Quý vị thử hình dung người có tâm từ gương mặt rất lành, rất có duyên. Tâm từ ái sẽ biểu thị qua ánh mắt dịu dàng, lời nói ngọt ngào, cử chỉ từ tốn. Người nào tâm sân nhiều nói chuyện như bom nổ, lời lẽ thô lỗ, ánh mắt hằn học, khi giận nhìn ai như muốn đốt cháy người ta.

Hai cái tâm khác nhau sẽ cho hai hình tướng khác nhau. Người có tâm từ luôn tỏa ra một khí chất nhẹ nhàng, thu hút người khác muốn tiếp xúc, gần gũi. Người có tâm sân luôn phảng phất một sự gấp gáp, nóng nảy mà ai cũng dè dặt khi gặp gỡ.

Như vậy tu tâm từ giúp cho ta và cho những người chung quanh được mát mẻ, an vui. Tâm từ có khả năng chuyển tải năng lượng yêu thương tới những người chung quanh. Cha mẹ có tâm từ thì các con có phước. Cha mẹ có tâm sân nhiều thì con cái khổ vô cùng.

Trong nhà ngày nào cũng nghe tiếng cha mẹ chửi rủa, cằn nhằn, gắt gỏng thì con cái sẽ cảm thấy nặng nề, bức bối, bầu không khí gia đình bị ô nhiễm. Cha mẹ hạnh phúc thì con cái hạnh phúc.

Chúng tôi có một thời gian ở Trung tâm tu học của Thiền sư Sumetho tại Anh quốc. Ngài Sumetho rất từ bi. Khi tiếp xúc với ngài, sư cảm thấy có một sức hút rất mạnh. Chúng ta có duyên lành sống gần người có tâm từ, tâm ta luôn vui, luôn hoan hỷ.

Quý vị sống chung với người có tâm từ, có cách cư xử khiêm hạ, từ ái, bao dung... quý vị sẽ thấy mỗi ngày là một ngày vui bên nhau. Còn nếu quý vị lỡ sống chung với người có tâm sân, mở miệng là nói những lời tục tĩu, thô bạo, khẩu khí mạnh mẽ quá, cứng rắn quá sẽ làm ta bất an vì những cơn giận của họ một khi bùng nổ sẽ làm ta đau tai, đau mắt, đau tim và ta đau khổ.

Những người có tâm từ ví như bóng mát che chở ta lúc trưa hè nóng bức, như mưa rào trong mùa khô hạn. Một thầy trụ trì có tâm từ thì sẽ thu hút Phật tử đến chùa đông, đại chúng đông. Thầy trụ trì nóng nảy, hay giận hờn thì người ta sẽ xa lánh chùa, rốt cuộc thầy ở một mình thôi.

Người ta thường nói: "Chùa to, Phật lớn thì thầy đại đức. Chùa nhỏ Phật bé thì đạo leo teo". Chùa nhỏ, Phật bé ý nói cái tâm của thầy trụ trì nhỏ hẹp. Vì cái tâm của người lãnh đạo, quản lý mà nhỏ hẹp thì làm sao phát triển đạo pháp được, cho nên, nói leo teo là vậy.

Thầy Đạt vừa kể cho Sư nghe câu chuyện ở TP. HCM có một vị thầy trụ trì kia, ai đến xin ở lại trong chùa, thầy cũng cho hết, mặc dù không biết người ta tốt hay xấu, không biết quá khứ họ như thế nào. Họ ở trong chùa nhưng không tụng kinh thầy cũng không phiền trách. Có người xúi Thầy không nên cho họ ở trong chùa như vậy. Thầy nói: "Người ta ở ngoài quê xa xôi vô thành phố học, mình không cho ở chùa thì người ta ở đâu?"

Qua đó cho thấy rằng tâm ông thầy trụ trì lớn lắm, từ bi lắm. Vì sao? Vì Thầy nghĩ rằng chùa là của giáo hội, ăn uống có đàn-na[8] tín thí cúng dường, hà cớ gì không cho người ta tá túc. Thầy trụ trì, tức là người quản lý, chăm lo cho chúng trong chùa thôi. Chùa không phải tài sản riêng của thầy, nên hẹp hòi với người ta làm chi. Tâm nghĩ vậy là tâm từ vô lượng đó quý vị.

Còn nếu như làm trụ trì mà thích người này thì cho ở, còn ghét người kia đi hai hàng thì đuổi ... là không được rồi, là ích kỷ, nhỏ mọn quá.

Sư biết có Phật tử nhà cửa rộng thênh thang nhưng con cháu dưới quê lên xin ở nhờ để đi học nhưng họ không cho. Nhà bỏ trống nhưng chẳng ai ở được ngày nào. Đó là do cái tâm họ nhỏ quá, không ôm ấp, chở che những gì họ không ưa thích. Qúy vị tu tâm từ phải có tình thương, nó phải bắt nguồn từ nơi tâm của quý vị.

---

[8] đàn-na theo Phạn ngữ Pāḷī là Dāna, có nghĩa là cho, biếu, dâng, tặng, ban tặng, thí, bố thí…

Phương cách tốt nhất để đối trị tâm sân là tu tâm từ. Bởi vì con người ta thường sân si lắm. Chỉ có bậc thánh A-na-hàm trở lên mới bớt sân si thôi. Quý vị ngồi đây tu niệm nhưng bên trong tâm sân ngủ ngầm, khi nào đụng chuyện nó nổi cơn thịnh nộ lên càn quét không chừa một ai.

Tâm sân hận, ích kỷ nên ta cúng dường năm ba hộp sữa, năm ba bao gạo, năm ba chục triệu là ta phát sanh cái tâm sở hữu, ngã mạn. Cho nên, sư nói xuất gia có cái khổ của xuất gia là vậy. Phật tử thường đem cái gọi là: "chùa tôi, thầy tôi" ra đối đãi với mọi người. Nhiều khi vì quý mến ông thầy tài ba, đức độ, lòng ngưỡng mộ quá mà quý vị đi đến chỗ ích kỷ, không muốn thấy thầy nói chuyện với Phật tử khác, cười với Phật tử khác, đi tụng niệm nhà Phật tử khác. Hôm nào vô chùa thấy thầy trụ trì nói chuyện với người khác là bước chân đi hơi mạnh một chút, dép kéo lê một chút để chứng tỏ rằng tui không thích à nghen.

Đó là cái tâm gì vậy?. Thật là sai lầm khi ta sống với tâm nhỏ hẹp, dính mắc như vậy.

Cho nên, người tu cũng có nhiều nỗi khổ. Người ta nói: "Từ bi hai chữ từ bi/ Phật còn bị nạn huống chi thầy chùa". Cho nên, người tu cũng có khi bị nhiều nạn oan ức lắm, vô duyên lắm. Lâu lâu cũng có những tin đồn thất thiệt, trúng hay không trúng, chưa biết, nhưng đó là nạn tai bay vạ gió tránh sao cho khỏi.

Do vậy, hãy tu tâm từ để đối trị lại tâm sân và đừng làm tổn hại đến người khác dù chỉ là lời nói. Tâm sân phát sanh lên do mắt, mũi, miệng, tai.... Ví dụ mắt nhìn cảnh không thích, thấy ai đi hai hàng là không ưa rồi, tai nghe cải lương là không thích, ai đi xem cải lương có nghệ sĩ nổi tiếng hát dù hay cách mấy cũng không thích là không thích. Mũi thích ngửi mùi thơm xà bông Dove, gặp phải người xài xà bông loại khác là thấy ghét, nghe mùi thấy khó chịu quá. Hay là đi ngang qua thấy ba, bốn cô đang xầm xì to nhỏ, nghĩ trong lòng họ đang nói xấu gì ta đây rồi nổi sân lên.

Tâm sân phát sanh do các căn không thanh tịnh. Đối với tâm của người chưa từng tu tập, rèn luyện, tâm rất nhạy cảm, dính chặt vào khoái lạc, chê bai việc không khoái lạc, giữ chặt chỗ ưa thích, hết thảy đều chiều theo lòng tham muốn và sân hận. Đây là tâm mệt mỏi, tối tăm, sanh khởi liên tục.

Trong nhân tướng học, người nào có tâm sân thì bàn chân lớn, tướng đi nặng nề, khi đi bàn chân thường nện mạnh xuống đất. Quý vị thấy ai có tướng đi "đụi đụi" này, làm ơn né qua một bên cho xin hai chữ bình an.

Theo Y học, người hay sân giận dễ bị bệnh tim. Mỗi lần giận quả tim co bóp mạnh. Quý vị có ai bị bệnh tim không?. Nếu có, xin đừng tốn tiền mua thuốc trợ tim mà hãy tập tu tâm từ. Người kia làm cho ta buồn giận, hãy hoan hỷ bỏ qua. Bệnh tim mà giận là sẽ chết đột ngột không kịp viết di chúc. Quý vị tập sống từ ái, bao dung, gởi yêu thương cho mọi người, quý vị tự nhiên thấy lòng mình nhẹ nhàng, thanh thản. Tâm hồn ta yên vui. Điều đó không quý sao?

2. Tâm Bi

Bi tức là lòng trắc ẩn, lòng thương người. Ví dụ, biết ở đâu đó có người bị nhà cháy, bị lũ lụt, sống khốn khó, quý vị thương xót nên cùng nhau tìm đến giúp đỡ cho họ chút ít tiền bạc, áo quần, gạo cơm. Hoặc trong đạo tràng đây, biết có người đau ốm, quý vị gọi điện thăm hỏi, chia sẻ, giúp thuốc men cho họ, an ủi họ đôi ba câu, nâng đỡ tinh thần của họ.

Đó chính là tâm bi. Đối tượng của tâm bi là tất cả chúng sanh. Biết chúng sanh đau khổ mà không cứu giúp là tâm độc ác. Thấy chúng sanh sắp bị đưa lên thớt, sắp bị cho vào nồi nước sôi, sắp bị quăng vào chảo dầu nóng... quý vị đem tiền ra chuộc mạng chúng sanh đó, cho họ

được sống, cho họ về với môi trường sông biển, núi rừng của họ. Thương xót, tha mạng chúng sanh, không giết hại là biểu hiện của tâm bi vô lượng.

Tháng 7 năm 2012 vừa qua, dư luận trong nước xôn xao bàn tán trước hình ảnh một thanh niên cùng nhóm bạn giết dã man những con khỉ, còn gọi là voọc chà vá, được đăng tải trên các trang mạng. Một loạt hình ảnh cho thấy nhóm thanh niên đã có nhiều hành động tra tấn, hành hạ các con khỉ, trong đó có một con khỉ đang mang thai, những hình ảnh nhét thuốc lá vào miệng bắt khỉ hút, sau đó nhúng khỉ vào nồi nước sôi, mổ bụng, xẻ thịt, thui lửa rất dã man.

Những bức ảnh phản cảm ghi lại cảnh giết động vật rất man rợ . Người thanh niên này còn lột da đầu con khỉ và sau đó cầm cái sọ khỉ này đưa cao trước ống kính để cho bạn chụp hình khoe lên mạng. Hành động tàn bạo này đã gây xôn xao dư luận và trở thành nỗi ám ảnh của vô số người xem.

Rất nhiều ý kiến đề nghị trừng phạt nặng nhóm người mà họ cho là vô nhân tính, lấy sự giết hại dã man kẻ khác làm trò vui.

Người thanh niên giết khỉ đã làm điều đó với cái tâm gì? Là tâm độc ác, hung bạo. Tâm của họ chưa từng được huấn luyện. Dòng cảm giác thích thú dẫn họ đi đến tột cùng của sự man rợ. Dửng dưng trước đau khổ của các chúng sanh tội nghiệp kia là tâm độc ác vô cùng tận.

Cho nên, quý vị phải học tu tâm bi để phát triển Bồ đề tâm vô lượng.

Người có tâm bi sẽ không bị bệnh gan. Bệnh gan ngoài lý do ăn uống còn vì những yếu tố khác. Theo Phật giáo, có 3 loại bệnh. Thứ nhất là loại bệnh do thời tiết, nóng quá, lạnh quá. Thứ hai là loại bệnh do vật thực ăn uống không hợp. Hai loại bệnh này chữa trị bằng thuốc thì có kết quả. Thứ ba là loại bệnh nghiệp. Loại bệnh này do nghiệp mà phát sanh thì phải chữa bệnh bằng tâm. Ví dụ bệnh tim thì phải tu tâm từ để chữa trị. Bệnh gan thì phải tu tâm bi. Quý vị thấy người nào chửi cha mắng mẹ biết là họ có gan lớn. Bệnh độc ác, hung bạo, bệnh gan lớn thì phải tu tâm bi.

3. Tâm Hỷ

Hỷ là vui mừng, thích thú. Nghe tin bạn làm ăn thành công thì ta vui mừng, hoan hỷ với bạn. Biết bạn lên chức, được nhiều người tín nhiệm, ta điện thoại chung vui, mừng cho họ. Như thế là biểu hiện tâm hỷ. Chúng ta tu tâm hỷ để trị cái tâm ganh tỵ, nhỏ mọn, ích kỷ của mình.

Quý vị tu niệm Phật khóa này xong thì phải biết biểu lộ sự hoan hỷ. Vì hằng ngày tâm nhỏ mọn lúc nào cũng sanh khởi liên tục trong ta. Do vậy, ta không ngừng tu tâm hỷ, phải mở lòng ra, hoan hỷ trong tất cả mọi hoàn cảnh. Từ từ, chúng ta sẽ chuyển hóa tâm đố kỵ, ích kỷ, nhỏ mọn thành tâm hỷ xả, bao dung. Ta có năng lượng yêu thương mới có thể đem yêu thương cho người khác.

Giống như thầy Đạt đây. Nụ cười của Thầy luôn làm cho người khác an tâm. Nụ cười làm cho mọi người gần gũi hơn, thân thiện hơn.

Báo Tuổi Trẻ Cười có câu chuyện: Muốn bảo vệ hàm răng tốt cần có ba điều kiện: Một là ăn cơm xong rồi đánh răng, hai là sáu tháng đi nha sĩ một lần, ba là đừng xen vô chuyện người khác vì sẽ bị đánh gãy răng. Đó là chuyện để cười cái thói nhiều chuyện, thói bà tám trong chúng ta.

Do vậy, người tu phải tập cười, tập biểu lộ tâm hoan hỷ. Tâm mình như thế nào mình sẽ cười như thế đó. Nụ cười rất dễ ban tặng người khác, đó là món quà vô giá mà ai cũng muốn nhận. Khi người cha cười có thể xua tan mọi đau buồn, hàn gắn mọi vết thương, làm dịu đi nỗi

cô đơn và quan trọng hơn hết là đưa mọi người trong gia đình đến gần nhau hơn. Nụ cười của mẹ là thứ tài sản quí giá mà đứa con nào cũng muốn được nâng niu, gìn giữ để có mãi. Nụ cười của Thầy có thể đem bình yên cho những tâm hồn đau khổ, phiền não và giúp họ tìm thấy an lạc trong chánh pháp.

Quý vị có thể thay đổi tâm hẹp hòi, nhỏ mọn của mình bằng cách chuyển hóa tâm thức, làm cho bản thân mình trở thành một con người mới: Buổi sáng thức dậy mỉm cười, đến chùa mỉm cười, khi ăn cơm mỉm cười, khi nghỉ ngơi cũng mỉm cười, gặp người mỉm cười. Hãy tập có thói quen mỉm cười để chúng ta có niềm vui mỗi ngày và mang tặng niềm vui đó, khích lệ những người chung quanh, làm cho họ hân hoan hơn, tốt đẹp hơn. Dễ làm quá phải không quý vị?

Quý vị hãy học cách nở nụ cười như thầy Đạt. Nhìn thầy Đạt cười, sư bảo đảm với quý vị chùa ngày càng đông Phật tử. Vì sao? Vì cuộc sống bề bộn trăm thứ lo toan nên mệt mỏi lắm, phiền não lắm, quý vị đến chùa tìm một chút bình yên cho tâm hồn, nói nôm na là tìm bóng mát để nương tựa. Nếu vô chùa, thấy ông thầy mình quen, mặt hầm hầm như thịt bằm nấu cháo thì mình cũng oải, cũng sợ, tìm cách rút lui đi nơi khác.

Cho nên, nụ cười thầy Đạt có giá trị y như oai đức, đạo hạnh của Thầy đáng để mình học nụ cười của Thầy.

Tu đơn giản quá phải không quý vị? Tu là sửa mình, là học cái đẹp, bỏ cái xấu. Ta đừng có chăm chăm dòm ngó cái xấu nơi người khác. Nếu một hôm nào đó, quý vị nghe ai đồn thầy Đạt thế này, thế kia thì kệ Thầy. Nụ cười của Thầy là đủ cho mình học rồi.

Việc tu giống như con ong bay đi hút mật. Khi hút mật xong rồi ong bay về tổ, không làm gì ảnh hưởng đến hoa. Tu là nhìn cái hay, cái đẹp của người khác mà học. Đi vô chùa để học oai nghi, đạo đức, phong cách từ tốn, tâm từ bi hỷ xả của thầy trụ trì, của các bạn đồng tu, học nụ cười thầy Đạt xong rồi về. Còn chuyện này, chuyện kia, chuyện chùa, chuyện nhà bếp đừng mang vào trong tâm quý vị làm chi cho mệt. Sống như vậy tâm quý vị mới nhẹ nhàng được. Khi bực tức với ai đó, ta hãy ráng nở một nụ cười để giảm bớt bầu không khí căng thẳng.

Sau khóa tu Phật thất này, quý vị trở về gia đình, Sư mong quý vị có khả năng thông cảm, tha thứ những điều trái ý nghịch lòng để biểu lộ tâm hoan hỷ, xóa tan tâm nhỏ mọn, ích kỷ của mình. Quý vị sẽ ban tặng cho chồng, cho vợ, cho con cái, hàng xóm láng giềng nhiều nụ cười hơn nữa.

Thầy trụ trì quản lý một ngôi chùa mà không cười, không hoan hỷ, lúc nào cũng khó đăm đăm thì chùa vắng tanh, tăng chúng không dám đến ở. Thầy trụ trì không hoan hỷ vì lo người ở đông quá gạo đâu mà nuôi, nhưng Sư nghĩ chùa không bao giờ thiếu gạo. Cho nên tăng chúng ở đông chừng nào tốt chừng đó.

Chùa Bửu Quang – TP. HCM có gần 100 chư tăng và tu nữ. Các vị khách hỏi Sư rằng, chùa đông quá làm sao lo cho xiết? Sư nói hên xui à. Có điều rất mầu nhiệm. Hễ khi nào thấy kho lương thực vơi cạn là nhà chùa cầm máy điện thoại a lô! a lô! là Phật tử cho xe chở tới. Không phải lo gì cả, chỉ có a lô, a lô thôi, không lẽ không làm được sao. Cho nên, chùa Bửu Quang chào đón tất cả những ai muốn đến đây tu tập.

Sư quan niệm ở 100 người là tiếp độ được 100 gia đình rồi. Trong 100 gia đình đó có cha mẹ, anh em, thân bằng quyến thuộc. Cho nên, mỗi khi lễ lộc, 100 gia đình đến chùa là đông rồi và chính những người này thông báo cho mọi người biết chùa có lễ để họ tham gia.

Nhưng chùa đông người thì cũng có những sự vụng về, nhỏ nhặt xảy ra. Những chuyện nhỏ nhặt ấy là bình thường trong cuộc sống. Hai con người ở với nhau tất nhiên phát sanh chuyện

rồi. Huống chi là ở một nơi có mấy chục, mấy trăm con người ta. Thế nên những chuyện vụng về, nhỏ nhặt nếu có xảy ra, không nhất thiết phải xử lý. Có người hỏi tại sao Sư không xử những chuyện vụng về trong chùa? Sư nói, xử làm chi? Nếu Sư xử cho ra ngô ra khoai, Sư đuổi quý vị đi nơi khác hết, vậy Sư ở với ai?. Chuyện nước tương, nước mắm mà xử cái gì?. Cho nên, thôi kệ, khỏi xử.

Quý vị thử nghĩ xem, 100 người là 100 tính cách khác nhau, quê quán khác nhau, giọng nói khác nhau, sở thích khác nhau. Ở trong chùa như vậy nếu không tốt là đã đánh nhau mỗi ngày rồi. Nhưng mà lâu nay đâu có xảy ra. Chỉ có lời qua tiếng lại đôi chút mà thôi. Ví dụ, người này nói, tôi không thích người kia đi hai hàng, nên Sư đuổi người đi hai hàng về đi. Chẳng lẽ vì vậy mà xử người ta sao?

Con người của chúng ta là đại diện cho các loài hoa. Tôi là hoa súng, vị này là hoa hồng, vị kia là hoa lan, hoa vạn thọ, hoa mười giờ, hoa cúc, hoa mai, hoa trang… Mỗi loài hoa có hương sắc riêng, không loài hoa nào hương sắc giống nhau. Hoa sen chỉ mọc trong bùn, hoa lan có loại chỉ thấy ở trong rừng, hoa mướp leo trên giàn tre, hoa mười giờ chỉ duy nhất nở vào lúc mười giờ, hoa trinh nữ là loài hoa dại hễ có sự va chạm là nó khép lá v.v... Như vậy, mỗi loài hoa có đặc điểm riêng, dáng vẻ riêng, hương sắc riêng. Hoa cúc không thể chê hoa hồng sao nhiều gai nhọn quá vậy. Hoa lan là loài hoa vương giả không thể chê hoa vạn thọ sao chỉ có một màu vàng đơn điệu. Tết đến, quý vị thấy nhà nào cũng chưng hoa vạn thọ, loài hoa bình dị, gần gũi và thân quen với người dân Việt Nam.

Cuộc sống rất phong phú. Con người cũng đa dạng. Mỗi người mỗi tánh nết, sắc diện, tài năng, tâm hồn… chẳng ai giống ai. Nhưng tất cả chúng ta đều cùng nhau xây dựng một xã hội tốt đẹp bằng khả năng của mình, như những loài hoa cùng tỏa hương trong vườn tươi thắm.

Mỗi người đóng góp cho đạo pháp, cho dân tộc, cho cuộc đời theo cách của mình. Cho nên, quý vị đừng bao giờ muốn cái gì cũng phải giống mình. Đừng bao giờ tuyên bố một câu xanh rờn rằng: "Có tui không có người kia". Nếu có tâm ý như vậy, quý vị sẽ phiền não lắm.

Khi quý vị tu tâm hoan hỷ, nhìn ai cũng thấy họ dễ thương. Bởi vì lúc đó quý vị nhìn bằng cái tâm thông cảm, rộng mở, thấu suốt tất cả nhân duyên, thấy cuộc đời này cái gì cũng mầu nhiệm, không còn tâm ngã mạn, không còn tính toán so kè, không còn kiêu hãnh, khinh thường người khác nữa.

Hãy nhớ tất cả những người chúng ta quen biết đều là duyên của ta. Đức Phật Ngài dạy, ở nơi nào có sự thân thiện nơi đó có thân bằng quyến thuộc. Quý vị cùng tới đây, tu học trong suốt 7 ngày như thế này thì nhiều đời, nhiều kiếp quý vị đã là quyến thuộc của nhau. Chỉ cần quý vị mở lòng mình ra một chút sẽ đón nhận được nhiều bài học kinh nghiệm quý báu ở những người chung quanh.

Chúng ta càng ích kỷ, đố kỵ là ta đã đóng cánh cửa giác ngộ, đóng cánh cửa hiểu và thương của mình. Ta thường phán xét bằng kinh nghiệm bản thân, biến sự việc đơn giản trở thành phức tạp. Vì vậy, quý vị hãy mở tâm hỷ ra, làm sao có nụ cười hoan hỷ như thầy Đạt, vậy là quý báu vô cùng.

4. Tâm Xả

Xả là buông bỏ. Đức Phật dạy sở dĩ ta không buông bỏ được vì cái gì ta cũng dính mắc. Vàng cũng muốn nắm, đô la, sổ đỏ, sổ hồng, con cái, nhà cửa cũng muốn nắm, nói chung thích cái gì là muốn nắm luôn cái đó.

Do vậy, quý vị tu tâm xả để đối trị tâm cố chấp, dính mắc. Một bậc thánh đắc đạo chứng quả là do ngài buông bỏ, không dính trong dục giới, sắc giới, vô sắc giới. Dính mắc là khổ,

buông bỏ là hạnh phúc. Ví dụ ta lỡ thương người nào rồi là bắt đầu sanh tâm nắm giữ, kiểm soát. Hồi xưa chưa thương thì người đó đi đâu cũng mặc kệ, không trông chờ. Bây giờ quý vị thương người ta, đi đâu một chút là gạn hỏi, đi đâu, với ai, làm gì.

Cho nên, muốn giải thoát tâm, ta cần phải học buông bỏ. Quý vị dùng thời gian quý báu tham dự khóa tu Phật thất là quý vị đang buông bỏ những chuyện thường ngày không liên quan gì đến tu tập.

Đức Phật Thích Ca sở dĩ Ngài bỏ ngai vàng giống như bỏ chiếc dép rách mà đi dễ dàng bởi vì nhiều kiếp lâu xa Ngài đã buông bỏ. Đây là hình thức quý vị đang buông bỏ. Ta bỏ cái áo tơ lụa lấp lánh ở nhà để mặc vào chiếc áo tràng màu lam đơn sơ, giản dị. Vào chùa ăn uống đạm bạc, 4 giờ sáng thức dậy công phu là ta buông bỏ đời sống tiện nghi đầy đủ ở nhà. Muốn tu hạnh buông bỏ, ta phải tập tu từ cái nhỏ. Nhờ kiếp nào quý vị cũng buông bỏ, sau quý vị làm vua, làm hoàng hậu, quý vị bỏ ngai vàng đi tu rất dễ.

Còn bây giờ khóa tu có 7 ngày mà mình không dám buông bỏ chuyện ở nhà để tham gia thì sau này sao dám bỏ ngai vàng được, sao có khả năng thành Phật được? Cho nên, cái gương quý vị đang noi theo dấu chân Phật là cái gương của sự từ bỏ. Là sự từ bỏ vĩ đại. Dám bỏ những gì ta yêu quý nhất.

Tu là sửa đổi tâm tánh, sửa cái xấu thành cái tốt để ta chuyển hóa tâm ta thanh tịnh hơn. Nhiều người dính mắc dữ lắm. Có người thuyết pháp giảng đạo một thời gian được nhiều người ái mộ, tự nhiên sanh tâm nghĩ rằng, Phật Pháp là của mình. Có gì là của mình? Phật Pháp là lời Phật dạy, mình đại diện tăng để nhắc lại lời Phật dạy, giống như hôm nay Sư nhắc lại cho quý vị tứ vô lượng tâm để chúng ta cùng học, cùng tu. Sư không phải là tác giả sáng tác ra Tứ vô lượng tâm.

Cũng như trụ trì là người quản lý, phục vụ cho tăng chúng tu học. Còn nếu nghĩ trụ trì là quyền lực, ai cũng phải nghe lệnh trụ trì thì sẽ dính mắc nhiều thứ lắm, khổ lắm.

Trong Tăng Chi Bộ kinh, Đức Phật nói có 4 hạng người dễ sa đọa khổ cảnh đó là: Cô gái đẹp, ông vua, ông quan, thầy trụ trì. Sư nói dễ sa đọa khổ cảnh chứ không nói sa đọa khổ cảnh. Nghe và hiểu cho rõ chứ không mai mốt nói Sư giảng làm trụ trì sa đọa khổ cảnh là tội cho Sư lắm.

Tại sao Đức Phật Ngài nói như vậy? Cô gái đẹp luôn bị người ta vây quanh mời mọc đi chơi, dễ sa đọa, không có thời gian tu. Người đẹp khó tu vì thế. Ông vua là người có quyền lực, ông quan cũng vậy, muốn cho người nào sống là người đó sống, muốn người nào chết là người đó phải chết. Ông vua, ông quan có quyền lực thì thường độc ác và hung bạo. Khó tu. Làm trụ trì là người đại diện của ngôi chùa. Nếu giải quyết vấn đề đúng pháp và luật thì rất hay. Làm trụ trì tạo phước rất nhiều.

Ví dụ thầy Thiện Tâm tổ chức cho quý vị một khóa tu đông đảo như thế này, quý vị bỏ thời gian quý báu tham dự 7 ngày, khóa tu đã lên đến lần thứ 23, số lượng người tu cũng đông vô số kể. Nên chúng tôi nghĩ thầy Thiện Tâm tạo phước nhiều lắm. Tổ chức một khóa tu như vậy, Ban Tổ chức rất vất vả. Quý thầy lo nhiều việc, từ chỗ ăn, chỗ ở, cho đến thời khóa tu học sao cho phù hợp với đối tượng và khóa tu quy tụ một trăm, hai trăm người, cho đến bốn, năm trăm người đâu phải dễ. Đến đây không phải để ăn chơi, đánh bài, ca hát... mà để tu tập, cho nên thật không dễ. Do vậy, công đức của Ban Tổ chức vô cùng to lớn.

Nếu làm trụ trì để làm khó người ta, cản trở người muốn xuất gia tu hành thì đó là dễ sa đọa khổ cảnh. Nếu làm trụ trì để tổ chức cho mọi người tu học, tạo điều kiện cho người xuất gia, thì đó là tâm bồ tát, tâm đại bi, tâm hỷ xả.

Hôm nay có duyên lành, Sư vô cùng hoan hỷ thuyết một thời pháp về Tứ vô lượng tâm trong khóa tu tại chùa Long Thành. Người Phật tử tu tâm từ để đối trị tâm sân, không bị bệnh tim. Tu tâm bi để trị tâm độc ác, hung bạo, không bị bệnh gan. Tu tâm hỷ đối trị sự ích kỷ, nhỏ mọn, không bị bệnh táo bón, đường ruột, bệnh đau bao tử. Tu tâm xả đối trị cố chấp, dính mắc, không bị bệnh đột quỵ, nhồi máu cơ tim.

Khi quý vị thành tựu một tâm vô lượng thì ba tâm kia tự nhiên thành tựu.

Tháng 12 năm 2008, thảm họa sóng thần đã cuốn trôi tất cả nhà cửa, làng mạc và làm thiệt mạng 12.300 người ở các quốc gia Nam Á và Đông Á gồm Indonesia, Thái Lan, Malaysia, Ấn Độ, Myanmar, Sri Lanka. Một vị thầy ở Canada đấu giá bán ngôi chùa được 500.000 đô la (Canada) cùng với số tiền mặt khoảng 5.000 đô la (Canada) nữa, thầy cúng dường vào Qũy Cứu trợ nạn nhân bị sóng thần ở Nam Á.

Nghe tin này nhiều Phật tử vô cùng hoan hỷ. Bởi nếu chẳng khởi sanh cái tâm vô lượng Thầy chẳng thể làm được công đức vô lượng ấy. Bởi ngôi chùa là mồ hôi, nước mắt công lao khó nhọc của Thầy bao nhiêu năm mới gầy dựng lên được. Nay chỉ trong phút chốc, Thầy nghe tin chúng sanh đang khổ nạn, liền xúc động lòng đại bi vô lượng, đem ngôi chùa bao nhiêu năm khó nhọc mới dựng lên được đi bán lấy tiền cứu trợ chúng sanh.

Và câu chuyện xuất bản kinh ở Nhật Bản. Tetsugen, một người hâm mộ Thiền ở Nhật Bản, quyết định xuất bản kinh, mà lúc bấy giờ chỉ có bằng chữ Hán. Những cuốn sách được đem in bằng những bản khắc gỗ mỗi lần bảy ngàn bản, một công tác vĩ đại.

Tetsugen bắt đầu bằng cách du hành và lạc quyên tiền hiến tặng cho mục đích này. Một vài người có thiện cảm tặng ông cả trăm đồng tiền vàng, nhưng hầu hết những lần khác ông chỉ nhận được những đồng tiền lẻ. Ông cảm tạ mỗi người hiến tặng bằng một lòng biết ơn ngang nhau. Sau mười năm Tetsugen có đủ tiền để bắt đầu công việc của ông.

Nhưng lúc đó bất ngờ sông Uji bị dâng tràn. Nạn đói xảy ra theo. Tetsugen mang tiền quỹ mà ông đã quyên góp được để in sách ra tiêu dùng vào việc cứu những người khác khỏi chết đói. Thế rồi ông lại bắt đầu công tác lạc quyên của mình.

Vài năm sau đó một bệnh dịch lan tràn khắp nước. Tetsugen lại đem cho đi những gì ông đã quyên góp được, để giúp đỡ dân chúng của ông.

Một lần thứ ba ông lại tiến hành công tác của mình, và sau hai mươi năm nguyện ước của ông đã đạt thành. Những bản in dùng để sản xuất ra những ấn bản đầu tiên của kinh ngày nay được trưng bày tại tu viện Obaku ở Kyoto.

Người Nhật Bản kể cho con cái họ nghe rằng Tetsugen đã làm ra được ba bộ kinh, và rằng hai bộ vô hình đầu tiên còn vượt trội hơn cả bộ sau cùng.

Việc xuất bản kinh đã xảy ra hơn 100 năm rồi ở Nhật Bản. Còn việc bán chùa để cứu trợ chúng sanh là chuyện bây giờ ở Canada. Hai việc đều giống nhau, không khác. Vì cả hai đều được thực hiện bởi một tâm vô lượng như nhau mà thôi. Cho nên mới biết: chỉ có một tâm vô lượng, chẳng có hai.

Vô lượng kiếp đều cũng chỉ là một chẳng hai.

TRONG BỊNH KHỔ BIẾT THÂN HƯ HUYỄN[9]

Trong cuộc đời chúng ta, ai cũng có lần trải qua giây phút phải vĩnh biệt người thân. Đối với người không hiểu đạo, sự ra đi của người thân là mất mát không gì bù đắp được. Còn đối với người học Phật thì sự mất mát đó là một điều để chúng ta suy gẫm, quán chiếu về kiếp nhân sinh.

Đời người ngắn ngủi. Kiếp sống này chồng chất khổ đau của già, bệnh, chết, là vô thường, khổ, vô ngã theo ta mãi mãi.

Cách đây vài tháng, Phật tử Thiện Long mới vừa đưa tang thân mẫu của mình là cố tu nữ Diệu Liên, một trong những vị ni trưởng khả kính của ni chúng Tổ đình Bửu Quang - TP. HCM. Không bao lâu sau, Thiện Long ngã bệnh. Mặc dù gia đình hết lòng chạy chữa nhưng anh không qua khỏi. Mỗi con người có nghiệp duyên riêng trong cuộc đời này. Thiện Long quy y khá trễ so với nhiều người khác, chỉ khoảng hơn một tháng trước khi anh ấy mất. Nhưng trước đó anh Long đã sống như một người con Phật, tâm hồn và đạo hạnh thực sự là của một người đã quy y Tam bảo từ lâu. Cũng như mẹ là cố Tu nữ Diệu Liên, anh Long có duyên lành với Bửu Quang - mái chùa tổ linh thiêng, ấm áp của biết bao thế hệ Tăng chúng, Phật tử vùng Sài Gòn - Gia Định xưa.

Một nhà triết học Ấn Độ từng nói: Tất cả chúng ta có mặt trong cuộc đời này ai cũng chết nhưng chết theo thứ tự: ông nội, cha, con.

Phật tử Thiện Long cũng có chút ít phước đức để làm xong việc trọng đại đối với sự ra đi của mẹ của mình.

Theo văn hóa Việt Nam, người mất khi đã trên 60 tuổi được gọi là hưởng thọ. Người mất dưới 60 tuổi gọi là hưởng dương. Vậy người hưởng thọ chắc chắn phải là người có phước đức. Phật tử Thiện Long thọ 66 tuổi, tuổi này chưa phải là thượng thọ nhưng cũng là người có phước, có tâm đạo, có lòng nhân ái hướng nghĩ đến nhiều người chung quanh.

Tất cả chúng ta, mỗi người có tuổi thọ riêng của mình. Có người chết trong bụng mẹ. Có người vừa sanh ra là chết ngay. Mới đây báo chí Mỹ đưa tin một trẻ sơ sinh đã bị bác sĩ sản khoa kéo đứt đầu trong khi đỡ đẻ cho bà mẹ. Cũng có người sanh ra bị dị tật. Có người chết lúc 5 tuổi, 10 tuổi, 30 tuổi. Không ai giống ai trong chuyện sanh và tử của đời mình.

Đời người chúng ta, Đức Phật chia ra làm nhiều giai đoạn. Tuổi hai mươi được ví von như tuổi con người hồn nhiên trong sáng. Tuổi từ hai mươi đến bốn mươi ví như tuổi của con trâu làm lụng cật lực để tạo dựng gia đình, sự nghiệp. Tuổi từ bốn mươi đến sáu mươi ví như tuổi của con chó chỉ muốn quanh quẩn giữ nhà, sự năng động giảm dần, hết ham muốn thú vui bên ngoài. Tuổi sáu mươi trở lên là tuổi chuẩn bị cho sự ra đi. Nếu có tài sản, lúc này người ta nghĩ đến việc chia gia tài cho các con.

Có nhiều trường hợp cha mẹ dành trọn cuộc đời cho con cái, đến khi tuổi về già sống rất buồn bã, tủi thân. Con cái không hiểu nỗi niềm cha mẹ, thiếu trách nhiệm hoặc vô tình có những hành động làm cho cha mẹ khóc thầm. Đôi khi, cha mẹ tủi buồn nuốt nước mắt vào trong, bưng chén cơm ăn nghẹn ngào nhưng không nói.

Sư muốn nhắc quý vị một điều, những ai còn ông bà, cha mẹ xin hãy dành tình thương, dành thời gian, quan tâm chăm sóc ông bà, cha mẹ nhiều hơn. Xin đừng làm cha mẹ khóc.

[9] Bài pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

Cuộc sống chúng ta luôn quay tròn trong vòng luân hồi sanh tử, nhân quả nghiệp báo. Cho nên, những gì ta đối xử với cha mẹ ta hôm nay, thì ngày mai con cái ta cũng sẽ đối xử với ta y chang như vậy.

Quý vị sống có tình, có tâm vị tha, bao dung, thông cảm… cuộc đời sẽ đẹp và đầy lợi ích. Thiếu những cái tâm này, ta sống lẻ loi, tẻ nhạt, vô vị biết dường nào.

Quý vị phải nguyện vì đời người ngắn ngủi, mong manh, vô thường, liên tục thay đổi. Sự già, bệnh, chết luôn kề cận một bên, không ai tránh thoát được nó. Không ai giữ được mạng sống mãi mãi. Hôm nay sống, ngày mai chết. Mới thấy đó đã mất đó.

Có câu chuyện kể rằng: Một vị vua nổi tiếng trước khi chết đã để lại chúc ngôn rằng: Sau khi ta chết, điều thứ nhất là những người tẩm liệm thi hài phải là các danh y nổi tiếng. Điều thứ hai là quan tài phải đục hai cái lỗ để hai tay ta thò được ra ngoài. Điều thứ ba là ngày đưa tang phải rải vàng bạc, châu báu hai bên đường đi.

Nhiều người không hiểu tại sao vua lại có ý muốn những điều "không giống ai" như vậy. Nhà vua bèn giải thích. Điều thứ nhất, danh y tẩm liệm thi hài để cho mọi người thấy rằng tất cả những danh y tài giỏi về thuốc thang bậc nhất cũng bất lực trước cái chết của mọi người. Điều thứ hai là đục lỗ để đưa hai tay thò ra ngoài quan tài cho mọi người thấy rằng ta đến với thế gian này bằng hai bàn tay trắng thì nay ta ra đi cũng với hai bàn tay trắng, không có gì nắm theo được cả. Điều thứ ba là rải ngọc ngà châu báu hai bên đường để cho mọi người hiểu được vạn sự trong cuộc đời này "của thiên trả địa", đâu có cái gì là của ta.

Chúc ngôn của một vị đại đế thấm đẫm triết lý sâu xa cho ta suy gẫm về bản chất vô thường, khổ, vô ngã của đời người. Quý vị là những Phật tử hiểu đạo. Vậy hãy chuẩn bị cho sự ra đi rời khỏi thế gian này, cho cái chết của mình theo một cách đẹp nhất. Ta đến và đi đều do nghiệp. Vậy hãy làm những việc thiện lành để như người xưa nói "Cọp chết để da, người ta chết để tiếng". Tiếng đây là điều tiếng, là tiếng tốt, tiếng xấu. Hoặc "Làm sao như quế trên non. Trăm năm khô rụi vẫn còn thơm tho". Hương thơm ngát của quế không phơi bày qua cái đẹp của cây quế. Giống như cái đẹp bên trong tâm hồn của một con người không cần phải khoe khoang. Quế khô thì quế mới thơm, mới cay. Một thứ cây rừng rất hiếm gặp, quế cho ta vị thơm, vị cay có ích cho cuộc sống.

Cũng như ở đời, con người thật sự tài giỏi cũng rất hiếm gặp, và họ cũng có lúc bị gièm pha vậy. Nhưng giống như cây quế, trăm năm sống ở non cao, dù cho khô gãy vỏ còn dính cây, con người tài giỏi dù có bị "gièm", bị nạn họ cũng sẽ đứng lên được ngay chỗ họ vấp té.

Quý vị hãy sống "bản lĩnh" như vậy để không uổng phí thọ mạng ngắn ngủi này.

Ở ngôi chùa Kỳ Viên có một bà lão già yếu, bệnh hoạn mỗi khi bà đi không nổi thì được một vị sư trẻ vì thương xót nên dìu bà đi tới đi lui. Hiện nay, bà lão còn sống và đã hơn 90 tuổi. Còn vị sư trẻ kia do bệnh ngặt nghèo nên đã chết, hưởng dương 30 tuổi. Sư ra đi bỏ lại ngôi chùa đang xây dang dở và 20 chú tiểu còn rất thơ dại.

Cho nên, khi ta bệnh, khi ta chứng kiến người khác chết, ta suy gẫm về những được, mất của cuộc đời để từ đó có cách sống tốt đẹp hơn. Trong bịnh khổ biết thân hư huyễn. Thân, tâm ta có khác nào bọt biển? Có đó rồi mất đó.

Quý vị hãy nhớ, bởi ta luôn thấy có nên ta chẳng thấy không. Ta không biết rằng cả có và không đều không có thật. Chỉ là ta tạm có, tạm không mà thôi.

Cho nên, trong mỗi niệm, sư mong quý vị không bỏ niệm lành. Hãy nhớ trên con đường luân hồi sanh tử, lòng sân dẫn đưa chúng ta trầm luân trong khổ hải.

Quý vị thử suy nghĩ, khi ta oán hờn, trách móc ai đó, ta là người mệt trước. Hãy nghĩ ta sắp bệnh, sắp già, sắp chết tới nơi rồi đâu còn hơi sức nữa mà giận hờn, phiền não. Khi đó nổi oán hờn tự động dịu xuống. Hoặc khi quý vị căm thù, ganh ghét, buồn giận ai đó hãy nghĩ người đó cũng sắp bệnh, sắp già, sắp chết rồi. Thôi ghét, giận, thù người đó chi nữa, họ không đáng để ta thù ghét, giận hờn vì ta đang được sống mà họ thì đang sắp chết. Nghĩ như vậy ta thấy lòng mình tràn ngập tha thứ, nhẹ nhàng, thoải mái như vừa bỏ xuống một cục đá nặng nề trên lưng ta vậy.

Hoặc quý vị nghĩ ta còn sống được bao lâu mà chìm đắm trong ghen tức, căm hờn, hơn thua với người này, người kia cho héo hon thân tâm ta? Hiểu được vậy quý vị hãy mở lòng từ bi hỷ xả, vị tha đối với mọi người. Còn nếu cứ giữ mãi oán hờn quý vị sẽ tự kết oan trái kiếp này kiếp khác, trầm luân vì lòng sân hận không nguôi.

Vì vậy, mỗi khi quý vị giận hờn hãy đưa tâm ta nhè nhẹ trở về với tâm buông bỏ, tâm thiện. Đó là pháp giúp tâm lành mạnh. Hãy quán sâu duyên khởi, hãy lấy hình ảnh người già, người bệnh, người chết làm đề mục quán tưởng tu tập. Nếu không như vậy, hằng ngày tâm ta đầy giận dữ vì những điều không như ý muốn.

Những tâm bất thiện này như lửa thiêu đốt chúng ta từng giây, từng phút. Tâm ta còn tỵ hiềm, độc ác, ích kỷ, cố chấp, sân si là những tâm bất thiện, tâm ô nhiễm sẽ làm ta bệnh tim, bệnh gan, huyết áp, tiểu đường…

Người tu phải thanh lọc tâm. Người tu có đại phước là có tâm đại từ. Trong chánh niệm ta biết thân này, tâm này là hư huyễn nhưng trong huyễn thân này ta nguyện làm lợi lạc cho chúng sanh chung quanh ta. Trước hết là hãy khởi tâm tha thứ, thương xót thật nhiều để giúp ta có cuộc sống giải thoát ngay trong hiện tại. Ta có đời sống an lạc hạnh phúc hay không là do ta chọn lựa.

Cuộc đời này đến hay đi đều do nhân duyên, như có như không, luôn luôn thay đổi; hoa nở để rồi tàn, trăng tròn để rồi khuyết, gặp để rồi xa, quen thành lạ, thú vui để mở đường cho đau khổ, trong hội ngộ lại nẩy mầm chia ly, trẻ trung đưa đến già yếu bịnh hoạn, cứ như thế hạt chuỗi đau thương này sẽ trải dầm lên chuỗi hạt đau thương khác. Cuộc đời chỉ như một cơn gió lốc, chuỗi sanh diệt liên tục thay đổi, ta trồi lên ngụp xuống, điên đảo với bao nhiêu thứ phiền não, mê si.

Chỉ khi nào quý vị khởi lên một niệm không rời thương xót, ngay lúc đó quý vị có an vui, thanh tịnh. Không cần phải nói chi cho nhiều. Quý vị đã nghe, đã hiểu, đã tin thì hãy thực hành đi.

Khi Đức Phật còn tại thế, cách đây hơn 2.500 năm. Có một người con gái đẹp tên là Patācārā, con của một nhà phú hộ trong làng. Vì yêu chàng trai làm công trong gia đình nên hai người phải bỏ trốn đi vào trong rừng để sống với nhau. Đó là giải pháp duy nhất và cuối cùng mà họ có thể làm được vì trong xã hội Ấn Độ giữa những giai cấp khác nhau không được kết hôn bởi sự ngăn cấm của tôn giáo vô cùng nghiêm khắc.

Sau khi trốn lánh trong rừng sâu, cặp vợ chồng trẻ này đã có 1 đứa con nhỏ đi chập chững và người vợ cũng đang mang thai, sắp ngày sanh nở. Người vợ sau khi đắn đo nhiều lần, quyết định đem con và chồng trở về nhà cha mẹ vì không muốn con cái mình sống trong rừng sâu như vậy và chịu đựng cơ cực không nổi. Người chồng vì thương vợ và thương con nên cũng đồng ý trở về nhà cha mẹ vợ dù biết rằng có muôn vàn sỉ nhục, hình phạt dành cho họ ở nơi gọi là thiên đàng của loài người kia.

Trên đường về họ phải dừng lại ngủ qua đêm ở trong rừng, cạnh một con suối lớn. Vì trời mưa to, họ đều bị ướt và đói lạnh. Người chồng dặn dò vợ con ngồi yên một chỗ còn mình đi

kiếm một ít cây khô để nhóm lửa hơ ấm. Người vợ chờ mãi không thấy chồng trở lại bèn đi tìm. Sau một cục đá lớn, nàng tìm thấy chồng nằm chết trên mặt đất. Xem kỹ thấy toàn thân tím ngắt, sưng phù do rắn độc cắn.

Xứ Ấn Độ là thiên đường của muôn loài rắn mà độc nhất là các loài rắn hổ mang. Người vợ ôm xác chồng khóc ngất vì quá đau khổ. Trong lúc xúc động ấy, nàng đau bụng chuyển dạ và sanh một đứa con trai. Nàng nằm ôm hai đứa con thơ đang kêu khóc vì đói lạnh bên xác người chồng bạc mệnh.

Sáng hôm sau, nàng tìm một nhánh cây khô, nhóm lửa thiêu xác chồng và hơ ấm cho ba mẹ con nàng. Sau đó, nàng quyết định băng qua con suối để đi về nhà cha mẹ. Vì hôm qua mưa quá lớn, con suối đã trở thành một dòng nước chảy xiết hung dữ.

Nàng dặn đứa con lớn hãy ngồi trên bờ chờ mẹ trở qua để rước đem qua bên kia bờ suối. Và nàng hai tay ôm đứa con nhỏ đi qua dòng suối đang chảy xiết. Lên được bờ nàng đặt đứa con mới sanh lên đám cỏ rồi trở ngược qua bên kia sông để dắt đứa con lớn, đi được nửa dòng nàng nhìn thấy một con diều hâu sà xuống đánh cắp đứa con của nàng. Nàng kinh hãi la lên, xua đuổi con diều hâu ngay giữa dòng nước cuồn cuộn kia.

Đứa con lớn đang ngồi trên bờ thấy nàng quơ tay kêu la tưởng là mẹ gọi, nó liền nhảy xuống nước để đến với mẹ. Dòng nước "vô tình" kia liền cuốn trôi mất đứa con duy nhất còn sót lại của nàng. Nàng đứng giữa dòng nước nhìn thấy rõ ràng con mình phóng xuống dòng nước đang chảy xiết kia, thấy rõ ràng nước hung dữ cuốn phăng đứa con tội nghiệp nhỏ bé mà nàng yêu quý hơn mạng sống của mình mà không cách chi cứu con được.

Nàng càng la hét kêu gào hãi hùng hơn nữa. Cho đến khi nàng lên được đến bờ bên kia, nàng chỉ còn lại chút hơi thở. Một chút hơi thở để sống với trái tim như đã bị nghiền nát bởi những hàm răng nhọn của "cuộc đời bất hạnh".

Rồi nàng đi về hướng làng quê của mình theo trí nhớ còn sót lại. Khi đến gần làng, nàng thấy một cột khói trắng cao đang bốc lên từ trong làng. Nàng hỏi người đi đường chuyện gì đang xảy ra? Những người đi đường cho nàng biết rằng đêm hôm qua vì mưa dông đã làm sập nhà đè chết gia đình ông bà trưởng giả.

Khói mà nàng thấy đó là do những người trong làng đang thiêu xác của ông bà trưởng giả và người con trai của họ. Nghe đến đây nàng thét lên một tiếng lớn rồi ngất xỉu. Thân xác đói lạnh, ốm yếu của nàng, trái tim tan nát của nàng từ hôm qua, không còn có thể chịu đựng nỗi "bất hạnh" sau cùng này nữa.

Khi tỉnh dậy, nàng xé nát quần áo vốn đã tơi tả từ lâu. Và cứ thế lõa lồ nàng đi. Lang thang. Lang thang. Hát những khúc hát vô nghĩa, những âm điệu tràn ngập thương đau, nhớ nhung những người thân yêu nhất trong đời nàng, chỉ trong một ngày, một đêm đã rời bỏ nàng ra đi mãi mãi. Bọn trẻ con trong làng chạy theo trêu chọc nàng, chọi đá, lấy cây đánh nàng để làm trò vui. Nàng đã hoàn toàn điên loạn. Cái tâm trí mong manh của nàng đã gãy nát, bể vụn dưới nỗi đau khổ của trần gian ác độc, hung bạo này.

Cuối cùng, những bước chân lang thang vô định kia đã dẫn nàng đến Kỳ Viên Tịnh xá. Khi Đức Phật đang thuyết pháp nàng đi lang thang ca hát, cười khóc vô nghĩa, rồi nàng bước vào giảng đường, nhiều người ngăn nàng lại nhưng Đức Thế Tôn bảo hãy để nàng tự nhiên vào gặp Như Lai, rồi Đức Phật nói: "Hãy tỉnh lại đi này Patācārā" với lời nói từ hòa của Đức Thế Tôn từ phụ. Chỉ trong một sát na, một phần nghìn ức triệu của một giây đồng hồ, ánh mắt thương xót bao la vô tận của đấng Như Lai như một nguồn nước ngọt ngào, tươi mát kỳ diệu lạ lùng chảy vào tâm nàng, làm cho nàng bừng tỉnh dậy sau một giấc ngủ dài. Và nàng thấy hổ thẹn vì thân thể lõa lồ của mình trước đấng Như Lai từ bi thương xót vô lượng kia.

Nàng liền ngồi xuống để che giấu thân thể lõa lồ, một người liền cởi chiếc khăn choàng đưa đến cho nàng che thân. Trong trí nhớ mong manh, dường như nàng nhớ có lần đã gặp "người này" đâu đó… Dường như từ vô lượng kiếp nào xa xăm lắm… "người này" có thể đã là thầy, là chồng, là cha, là thân bằng quyến thuộc từng nuôi dạy, thương yêu, chăm sóc nàng.

Sau khi đã khôi phục lại trí nhớ cho nàng, đem nàng từ hố sâu đen tối hãi hùng, ghê sợ, kinh khiếp của điên loạn trở lại nơi thanh tịnh, bình an… Đức Như Lai liền hỏi nàng duyên cớ vì sao mà nàng trở thành điên loạn thê thảm như vậy?

Khi Đức Thế Tôn hỏi như thế, nỗi đau khổ của nàng liền tuôn ra như dòng thác chảy xiết. Nước mắt của nàng cũng trào ra như mưa, nàng kể lại cho Đức Thế Tôn nghe những điều đau khổ đã xảy đến cho nàng.

Chính trong giây phút đau đớn nhất này, Đức Thế Tôn thuyết giảng: "Nỗi đau khổ của tất cả chúng sanh, nước mắt của chúng sanh đã đổ ra khóc cho mình, khóc cho những người thân yêu quý của mình đã nhiều hơn bốn biển lớn rồi. Giờ nàng có nhỏ thêm vài giọt nước mắt nữa vào trong biển lớn ấy cũng không làm cho bốn biển ấy mặn thêm chút nào nữa".

Vừa nghe được câu nói này, nàng liền chứng ngộ quả vị Tu-đà-huờn, nàng lau khô dòng nước mắt đang chảy xin Phật xuất gia. Sau đó nàng nỗ lực tu tập và chứng đắc quả vị A-la-hán, vĩnh viễn rời khỏi cõi trầm luân sanh tử của ba cõi, sáu đường. Nàng đã hoàn toàn đoạn diệt sanh tử và phiền não đến một sát na vi trần phiền não cũng lau sạch. Không còn lại một chút tì vết nào cả. Nàng trở thành vị thánh ni nổi tiếng trong Phật giáo.

Chỉ nghe một câu nói của Đức Như Lai mà liền tỏ ngộ được đạo mầu, vượt qua bên kia bờ sanh tử… phải biết là người ấy đã gieo trồng căn lành với hằng hà sa chư Phật từ vô lượng kiếp chớ đâu chỉ một lần gặp gỡ trong đời hiện tại này thôi sao?.

Khi nào quý vị thấy nổi đau khổ của mình dường như quá sức chịu đựng, dường như trên đời này không còn ai đau khổ hơn ta nữa, quý vị hãy nhớ lại nàng thôn nữ đã điên loạn kia cách đây hơn 2.500 năm.

Câu chuyện này Sư đã kể không biết bao nhiêu lần và lòng thương xót đối với nàng thôn nữ đã làm cho Sư rơi nước mắt. Hiện đời nay, nỗi đau khổ to lớn của nàng dường như vẫn còn nguyên không hề giảm bớt chút nào cả…!!!.

Đời người ngắn ngủi, vô thường, đầy đau khổ. Núi cao biến thành ruộng dâu. Quý vị biết vùng đất từ Long An xuống tận Cà Mau người ta khai quật lên rất nhiều cổ vật. Trong đó có những tượng Phật có niên đại 300 năm trước công nguyên. Từ đó, người ta đặt giả thuyết tại vùng đất này đã từng tồn tại một thành phố lớn nhưng nay đã lụi tàn.

Quý vị chứng kiến trong những năm qua nhiều thiên tai xảy ra như: sóng thần ở Thái Lan, động đất ở Nhật Bản… con người, nhà cửa, xe cộ trôi trong sóng nước hay bay lửng lơ giống như những cụm bông gòn.

Phật dạy rằng sẽ có những quả địa cầu bị hủy diệt bởi gió, nước, lửa. Trái đất chúng ta đang sống đây sẽ bị thiêu hủy vì lửa. Lúc ấy trên bầu trời sẽ xuất hiện 7 mặt trời thiêu đốt tất cả. Trái đất, các cõi trời dục giới, Đâu Suất, Đao Lợi, Tha Hóa Tự Tại sẽ bị cháy hết.

Quả địa cầu cũng có tuổi thọ của nó. Con người sống trên trái đất có tuổi thọ 100 năm. Cõi Bắc Cưu lưu châu, con người thọ 1000 tuổi. Quý vị biết các chúng sanh khác cũng có tuổi thọ của chúng. Con muỗi sống 7 ngày. Đời một con ve sầu ngắn ngủi lắm. Trước khi lột xác biến thành ve, nó là ấu trùng nằm trong lòng đất tăm tối, mịt mù suốt mười bảy năm trời. Nó ở trong đất để chuẩn bị trở thành con ve trưởng thành. Khi đã làm ve rồi, nó kêu không ngừng và sinh sản, và chết. Tất cả chỉ trong khoảng 1 tuần mà thôi. Một kiếp sống thật ngắn ngủi.

Cuộc đời chúng ta nhìn đi nhìn lại thấy cũng không lúc nào thảnh thơi. Lúc nào cũng phấn đấu, phấn đấu… khi không phấn đấu được nữa thì ngã xuống.

Cho nên, hãy nhớ đây là cõi tạm thôi. Chúng ta đến nơi đây làm cho xong việc gì đó, đủ năm, đủ tháng thì ta sẽ đi. Biết vậy thì xin đừng dính mắc làm chi. Qúy vị tu hành ai cũng có một am cốc. Sư thì có chùa, hiện nay đã tạo được 5 ngôi chùa ở nhiều nơi. Sư nghĩ rằng khi đầy đủ nhân duyên sư lập chùa rồi cũng giao cho các vị khác kế thừa. Nếu lỡ sau này chùa có lễ lạc gì họ quên không mời thì Sư cũng hoan hoan hỷ hỷ.

Lâu lâu nhớ chùa thì ghé thăm, đói bụng thì khoai bắp, nước lạnh thiếu gì ngoài kia. Khi ta không có niệm nào ngoài niệm thương xót, đó là chánh niệm. Trong chánh niệm không có ngã to. Lúc đó ta đã hạ mình xuống như ngọn cỏ gió đùa thì còn dính mắc chi cái chùa to, chùa nhỏ.

Lúc ấy tâm ta an lạc, nhẹ nhàng. Ta sẽ luôn mỉm cười giữa dòng đời xuôi ngược.

Mong sao quý vị tập cười thật đẹp, thật tươi ngay bây giờ. Đừng để lúc già, răng rụng, móm mém muốn cười cũng cười không được thì thật tiếc. Đó là khi mình đã lão suy vong rồi đó.

Biết đời luôn vô thường nên ta luôn vui sống, ta thưởng thức đời ta, nhấm nháp từng ngày quý giá của thọ mạng ngắn ngủi này. Dù ta có nhiều người bạn, khi ta chết những người bạn kia chỉ đưa ta xuống mồ cùng với hoa và đất. Nhưng hai người bạn trung thành là thiện và ác sẽ luôn theo ta như bóng với hình. Người bạn thiện cho ta hạnh phúc an vui. Người bạn ác cho ta khổ sầu, đọa xứ.

Cho nên, trong bịnh khổ biết thân hư huyễn. Trong sanh tử biết sợ nhân quả để luôn gieo hạt giống thiện lành cho đời này, đời sau.

BÀI HỌC LÀM NGƯỜI[10]

Một vị Thầy nuôi nhiều đệ tử, trong đó có một người đệ tử khôn ngoan, thông minh hơn những đệ tử khác. Vị Thầy cũng rất sáng suốt nên đã cho người đệ tử này học hành tới nơi tới chốn, trong một thời gian khá dài như bốn năm học cử nhân, hai năm học thạc sĩ và ba, bốn năm học tiến sĩ. Một hôm ,người học trò trở về thăm và nói với Thầy mình rằng:

- Thưa Thầy! Con đã học xong bằng Tiến sĩ. Đây là bằng cấp cao nhất của người đời. Vậy con xin hỏi Thầy, con có cần học thêm gì nữa không?

Người Thầy đăm chiêu hồi lâu rồi tán thán công sức của người học trò:

- Bằng cấp con có được thì quá cao rồi, nhưng con còn phải học nữa; bài học này, tấm bằng này cao hơn nhưng e rằng khi con học xong thì không ai cấp bằng cho con. Đó là con phải HỌC LÀM NGƯỜI. Học làm người gồm có bảy bài:

1. Học nhận lỗi

Con người ai cũng có lỗi. Nếu sống làm người chưa có lỗi thì không phải là người. Người làm nhiều thì có lỗi nhiều, không làm thì không lỗi. Tuy nhiên phương pháp nhận lỗi rất cần thiết đối với chúng ta. Đối tượng nhận lỗi có thể là cha mẹ, anh em, bạn bè, đồng nghiệp, thậm chí là con cái của mình nữa. Trong khi nhận lỗi, tâm ngã mạn sẽ giảm thiểu. Người chấp nhận cho mình nhận lỗi thì mình mới tiến hóa, nếu không thì mình sẽ thụt lùi khó mà tiến bộ được. Trong Phật giáo dạy phương pháp nhận lỗi là sám hối. Đối với người xuất gia thì có ngày sám hối của người xuất gia. Ví dụ như Sa di sám hối bằng cách xin giới với vị Tỳ Kheo. Còn Tỳ Kheo thì vào ngày mười lăm, ba mươi hằng tháng phải tham dự lễ phát lồ để sám hối với nhau. Riêng cư sĩ tại gia có bài "Cúi đầu lạy trước Phật đài". Đây là bài sám hối duy nhất ở Việt Nam mới có, các nước trong khu vực Đông Nam Á như Thái Lan, Miến điện, Lào v.v… không có bài sám hối này. Nội dung bài "Cúi đầu lạy trước Phật đài" dành cho cư sĩ tại gia nhắc lại năm giới cấm được viết theo thể thơ lục bát, có vần có điệu làm người nghe cảm động, gần gũi tình cảm con người, giúp con người ăn năn, sám hối. Vì vậy trong đạo, có lỗi thì chúng ta sám hối với tâm chân thành, tha thiết. Hoặc trong đời sống hằng ngày, làm lỗi thì xin lỗi. Biết nói lời xin lỗi giúp cho tâm thanh thản, nhẹ nhàng. Các nước Tây phương giáo dục con người rất kỹ. Ví dụ lần đầu học anh ngữ, ai cũng biết câu chào "Hello" là câu đầu tiên học trong giao tiếp. Sau đó câu thứ hai học chào: Good morning! How are you? Đến câu thứ ba là câu học cách xin lỗi: I am sorry! Như vậy chúng ta thấy mỗi đất nước có văn hóa, phong tục tập quán khác nhau nhưng lầm lỗi phải xin lỗi … thì ở đâu cũng thấy đó là điều cần phải làm. Một ví dụ rất nhỏ như vào nhà người nào đó, nhà họ có lệ là không mang dép trong nhà, nhưng do không biết, nên mình đi dép vào nhà họ; vậy mình phải xin lỗi họ là tất nhiên rồi. Nhận lỗi là bài học đầu tiên cần phải học. Thời Đức Phật, có một vị sa di tuổi còn nhỏ không biết hết những việc làm của người lớn. Một hôm ngài Xá Lợi Phất trong lúc mặc y áo đã quơ tay trước mặt vị sa di. Vị sa di bèn méc với Đức Phật rằng:

- Bạch Thế Tôn! Ngài Xá Lợi Phất đánh vô mặt con.

Đức Phật kêu Ngài Xá Lợi Phất vào hỏi. Ngài Xá Lợi Phất liền xin lỗi vị sa di kia, mong con thông cảm vì ngài không hề cố ý làm người khác phiền não như vậy.

Sau đó Phật mới giải thích cho vị sa di kia biết hạnh của bậc Thánh không có tâm ích kỷ, tâm đố kỵ nên đừng nghĩ xấu Trưởng lão Xá lợi Phất như vậy, nhất là đối với các bậc Trưởng

[10] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

lão. Đồng thời Đức Phật khen ngợi ngài Xá Lợi Phất là một vị Trưởng lão mà không ngại xin lỗi một vị sa di mới tập tu được hai, ba ngày.

2. Học nhu hòa

Phật giáo dạy con người phải biết dùng ái ngữ tức là lời nói nhu hòa. Đây là bài học rất cần thiết cho chúng ta. Ai cũng biết răng cứng, lưỡi mềm. Nhưng con người trước khi chết thì răng rụng nhưng lưỡi vẫn còn. Điều đó cho thấy không phải cái gì cứng rắn cũng tồn tại mãi. Trong cuộc sống, lời nói nhu hòa, thái độ nhu hòa giúp con người dễ thành công và tồn tại, sống ở đâu cũng được an vui, hạnh phúc. Người xưa có câu:

"Chim khôn hót tiếng rảnh rang

Người khôn ăn nói dịu dàng dễ nghe"

Nhu hòa là chất liệu êm ái, trong lành trong cuộc sống, giúp cho con người dễ cảm thông, dễ gần và đi đến thân thương nhau. Nếu phải sống chung với một người ăn nói hằn học, cáu gắt, thái độ hung dữ thì ta sẽ đau khổ, mệt mỏi. Do vậy hãy học hạnh nhu hòa để bớt đi sự tức giận. Người thường hay tức giận, hay trách móc sẽ ít có khả năng khiêm tốn, từ ái, nhu hòa. Muốn học được hạnh nhu hòa phải sống gần người hiền lành và tập buông xả. Nếu ai có tánh hung hăng, nóng nảy mà sống chung với người cũng hung hăng, nóng nảy thì sẽ thành hỏa diệm sơn, lúc nào lửa cũng phun trào, đốt cháy kẻ khác. Muốn thực tập hạnh nhu hòa hãy nghĩ rằng: Ta sắp chết rồi, động đất, sóng thần, phóng xạ xảy ra kia rồi … Không còn thời gian nữa cho những trách móc, giận hờn, hung hăng, độc ác với nhau … bởi ngay cả mạng sống ta còn không giữ nổi kia mà. Ngày xưa có một vị sa di nọ giận Thầy của mình nên muốn bỏ chùa đi về quê không tu nữa. Tôi nói: "Thôi đừng giận Thầy của chú làm chi. Ông ta bệnh nặng và sắp chết rồi, chấp làm chi người sắp đi xa như vậy''. Nếu ai cũng biết nghĩ được như thế có lẽ tâm lúc nào cũng an vui, đối đãi với mọi người nhu hòa, khiêm tốn. Chỉ khi ta thấy mình quan trọng nhất là lúc đó ta tự ái cao, ta khó chấp nhận việc người khác làm lỗi, ta khó tha thứ, lúc đó ta có thái độ cứng rắn, cơn giận bùng phát như lửa nóng đốt cháy tất cả, không chừa một ai, thậm chí không tha một ai dù đó là cha mẹ, thầy tổ, anh em, con cái v.v...

Có câu ca dao rằng:

''Chưa đánh được người thì mặt xanh, mày tía

Đánh được người rồi thì hồn vía lên mây"

Trong cơn giận lời nói không thể nhu hòa được. Do vậy muốn luôn có lời nhu hòa ta hãy luôn nhớ nghĩ đến người mà ta kính trọng nhất, để lúc nào ta cũng có thể nói lời dịu ngọt, đem lợi ích, vui vẻ cho người khác.

3. Học nhẫn nhục

Trong tiếng Hán, chữ nhẫn được kết hợp là bộ đao ở trên và bộ tâm ở dưới. Hình ảnh đao đè lên tim có thể làm tim chảy máu, nhưng con người học đức tính nhẫn vẫn có thể chịu đựng để vượt qua.

Tiếng Pāli, nhẫn có nghĩa là nhịn nhục. "Nhịn một chút gió yên sóng lặng. Lùi một bước cho biển rộng trời cao". Người biết nhẫn nhịn sống ở đâu cũng được yên vui, có nhiều bạn bè, có giấc ngũ ngon, có khuôn mặt tươi, có làn da đẹp. Con người có khuynh hướng tìm bóng mát trú thân. Cũng vậy, người ta bao giờ cũng muốn làm bạn với người lịch sự, hiền lành, khôn ngoan, từ ái. Tiếp xúc với những người như vậy ta luôn được mát mẻ, an lạc. Còn nói chuyện với những người mở miệng ra là than thở, giận dữ thì ai cũng ngại không muốn gần.

"Vợ tôi nó dữ như chằn,

Hèn chi hồi trước chẳng thằng nào thương,

Mới quen thấy cũng bình thường,

Bây giờ lỡ cưới hết đường rút lui’’

Bài thơ trào phúng này cho thấy nhân vật chồng đang học bài nhẫn nại, học gồng mình chịu đựng một cuộc sống có bà vợ hung dữ như “Chằng’’. Trong thực tế có nhiều câu chuyện cho thấy bài học nhẫn nhục vô cùng quan trọng. Tôi có dịp đi Hoa Kỳ thăm một vị sư. Trong chùa vị Sư có nhiều việc xảy ra bất như ý mà nếu không có “công phu thâm hậu” thì vị sư kia khó lòng trụ nổi. Một ngày nọ tôi đi thăm một ngôi chùa Miến Điện trên đất Mỹ. Tại đây câu chuyện sư trụ trì mới xây chùa xong bị một người đệ tử mắc bệnh tâm thần lấy súng bắn chết, làm cho tôi thấy những gì xảy ra trong chùa của vị sư đó thật chẳng thấm vào đâu so với tai họa chết người ở ngôi chùa Miến. Sư đó nói với tôi: Những chuyện thị phi, những xì căng đan mà tôi chịu đựng có là gì đâu so với những điều khủng khiếp ở nhiều nơi khác. Do vậy, nhẫn nhịn hay nhẫn nhục là bài học bao giờ cũng có giá trị ngàn vàng trong cuộc sống. Cũng như Phật Thích Ca, cuộc đời Ngài là bài học nhẫn nại không ngừng. Thời đó, nhiều người tôn vinh Phật tột đỉnh, nhưng cũng có nhiều người muốn hạ bệ Ngài xuống tận cùng, thêu dệt vô vàn chuyện thị phi. Tâm lý con người ta luôn ở hai mặt: hơn người thì bị đố kỵ, ganh ghét, gièm pha; thua người thì bị khinh khi, rẻ rúng. Cho nên trong cuộc sống, nếu ta ăn cực ở khổ thì có thể chịu được, nhưng không ai muốn chấp nhận thái độ khinh khi của người khác đối với mình, ai nói một câu nghe xóc óc là nổi khùng liền. Người biết tu phải tập hạnh nhịn nhục mới vượt qua những thử thách, sóng gió.

Người ta thường nói sức mạnh của trẻ con là tiếng khóc; sức mạnh của phụ nữ là sắc đẹp; sức mạnh của người nam là tài năng; sức mạnh của người tu là nhịn nhục. Người tu không biết nhịn nhục sẽ bị thất bại đường tu. Học nhẫn nhục là một pháp tu vậy.

4. Học thấu hiểu

Con người thường có tri giác sai lầm. Tâm sợ ma sẽ tưởng thấy ma. Đi đêm thấy sợi dây tưởng là con rắn. Khi mất tiền tâm nghi nổi lên, thấy ai cũng giống kẻ chôm tiền của mình. Do vậy tri giác có khi sai lầm nên đừng tin vào tri giác. Muốn đừng bị sai lầm hãy học thấu hiểu, nhìn sâu vào mọi sự vật hiện tượng ở nhiều góc cạnh của nó. Khi học thấu hiểu con người trở nên bao dung, khiêm tốn nhiều hơn. Chúng tôi có dịp đi Cần Thơ và ghé chùa Tứ Phương Tăng. Muốn tới chùa này chúng tôi phải đi qua chiếc phà nhỏ rồi bắt xe ôm đi thêm một quảng đường nữa. Ngồi xe ôm rất cực vì xe ôm chở ba người cộng thêm mùi mồ hôi dưới trời nắng gắt thì nói thiệt không cách chi chịu nổi. Nhưng vẫn phải ngồi và vẫn phải trả tiền đàng hoàng, tử tế. Khi trở về, chúng tôi ngồi chờ ở bến đò có người đàn bà bán chuối nướng. Ngôi chùa ở gần bến đò này đang chuẩn bị xây dựng lại. Khi chúng tôi đến bến đò, thì thấy có một sư cô đang ngồi chờ ở đây. Nhìn người đàn bà bán chuối cặm cụi nướng những trái chuối xiêm chín bọc nếp thơm lừng chúng tôi rất ái ngại. Bà ta ốm yếu như một tàu lá héo và đen nhẻm dưới cái nắng như đổ lửa, chuối nướng bán chỉ 500 đồng một trái. Qúa rẻ!!!! Chúng tôi mua hết tất cả chỗ chuối nướng kia gói thành 3 bọc. Một bọc tặng cho anh Nguyễn Tường Bách, một bọc tặng cho ông thân sư Pháp Tính, còn một bọc bỏ vô đẩy của tôi. Khi mua chuối thì sư cô dành trả tiền nhưng tôi không cho trả. Tôi nói vui: “Sư trẻ hơn chắc là sư có tiền nhiều hơn sư cô, hãy để sư trả tiền’’. Nhiều người thấy sư mua chuối nướng chắc có lẽ cũng có kẻ nghĩ rằng: Sư thọ giới không ăn sái giờ, sao buổi chiều rồi còn mua chuối mần chi vậy cà? Hãy biết rằng: Đường tu bố thí đứng đầu, phải gieo năng lượng từ bi cho người đàn bà nghèo khó bán chuối trước. Do vậy, mua chuối không phải vì thích ăn chuối, mà vì thấu hiểu và thông cảm cho hoàn cảnh người dân quê vất vả, muốn cho bà ta có một buổi chiều về sớm với gia đình chồng con, cúng dường cho bà ta niềm vui bán hàng may mắn; và hơn thế nữa, khi dự án xây chùa tại nơi

có bến đò này thành tựu, thì khách thập phương tìm đến chùa có thể sẽ gặp người đàn bà bán chuối trước nhất. Bà ta sẽ chỉ đường đi nước bước, hoặc sẽ giới thiệu chùa với khách thập phương. Trao cho người kia một chút năng lượng từ bi, như vậy cũng là để sau này năng lượng từ bi ấy sẽ tỏa rộng ra với nhiều người khác. Phật Pháp vô ngôn là vậy.

5. Học buông bỏ

Con người thường cố chấp, dính mắc, nhất là khi có một chút quyền hành thì cố chấp, dính mắc càng nhiều hơn. Đời người như một cái va ly. Khi cần thì bỏ đồ vào và xách đi. Nhưng khi không có sức khỏe thì cũng bỏ va ly lại. Phải biết buông bỏ, nếu không chẳng có gì đủ sức chứa, kể cả máy móc như cái USB sức chứa cũng có giới hạn, tự động báo đầy không thể thêm thông tin vào nữa. Con người cũng vậy, phải buông xả bớt vì không thể chứa hết. Ví như khi qua sông rồi thì hãy bỏ con thuyền xuống, mang theo làm chi vô ích. Người tu khôn ngoan phải biết nắm cái gì, bỏ cái gì. Cái gì cũng muốn nắm, muốn giữ hết thì nguy hiểm lắm. Biết đời vô thường thì hãy làm những gì phúc đức để mang theo kiếp sau, còn những cái khác chỉ là hư huyễn. Ai cũng thấy động đất, sóng thần, phóng xạ hạt nhân… trong chốc lát, tài sản, người thân trở thành tro bụi, bị sóng cuốn trôi không còn dấu vết. Người tu cần chiêm nghiệm không phải để chán đời, mà để biết cái gì là giả huyễn. Phúc đức chính là tư trang trên con đường luân hồi vạn dặm.

6. Học cảm động

Thấy người khác thành đạt ta phải hoan hỷ, thấy họ có chuyện thương tâm ta phải biết rung cảm, chia sẻ. Nếu không thì sẽ là người độc ác, thờ ơ, dửng dưng trước những hoàn cảnh của người. Người tu phải có tâm bi. Học cảm động là tập phát triển tâm từ bi. Trước những chuyện thương tâm của người dân Nhật Bản bị thiên tai, ai cũng xúc động và quyên góp giúp đỡ họ. Đó là bài học cảm động trong thực tế gần đây nhất. Tập rung cảm là tập nhìn sâu vào vấn đề, nhìn nhiều góc cạnh, hiểu thấu đáo luân hồi nghiệp báo. Có như vậy, khi nhìn một người trẻ tuổi, một người khùng điên, một người nghèo khổ … ta mới không dám khinh suất, mà vẫn đem lòng kính trọng. Khi thể hiện bài học cảm thương đối với mọi người, mọi vật … đó chính là hình thái của tâm từ bi.

7. Học sinh tồn

Muốn bảo vệ dòng tộc của mình, sức khỏe của mình … con người cần phải có sức khỏe để sinh tồn. Có người tu rồi không thèm soi gương. Người tu cần chăm sóc cho sắc pháp, ăn uống, nghĩ ngơi hợp lý để giữ gìn sức khỏe. Cỏ cây cũng cần có nghệ thuật chăm sóc như tưới nước, bón phân, bắt sâu, tỉa lá thì huống gì là con người. Người tu cần bảo vệ sắc pháp để có năng lực, sức khỏe mà tu tốt. Cũng như cha mẹ phải quan tâm đến con cháu, đôi khi chỉ một lời nói chia sẻ đúng lúc, giúp cho con cháu có chất liệu để sống an vui, thanh thản. Người tu phải có ý chí cao. Tu phải kiên trì vượt qua sự chán nản, vọng động, phải tự mình chiến thắng bản thân mình.

Có câu: Atthitthana paramita nghĩa là quyết định độ, là quyết định cao, có chí hướng lớn. Người tu phải có năng lực chịu đựng vượt bậc. Muốn vậy phải HỌC LÀM NGƯỜI với những bài học như biết nhận lỗi, nhu hòa, thấu hiểu, buông bỏ, cảm thương và sinh tồn để làm đạo cho tốt, làm đời cho tốt.

PHÁP VÀ QUÀ[11]

Chúng tôi vinh dự được cùng phái đoàn tặng quà từ thiện cho đồng bào khiếm thị. Đây là những tấm lòng của chư Tăng, Tu nữ, Phật tử Nam tông thành phố Hồ Chí Minh đến thăm bà con. Món quà ít nhưng tấm lòng đối với bà con rất nhiều.

Chúng tôi hoan hỷ khi thấy ở huyện Vĩnh Châu, tỉnh Sóc Trăng có Tịnh xá Ngọc Châu Như với nhiều hoạt động từ thiện giúp cho bà con nghèo giảm bớt phần nào khó khăn trong cuộc sống. Các Ni sư ở Tịnh xá Ngọc Châu Như đã có chương trình phẫu thuật mắt miễn phí cho bà con nghèo bị mù, vận động các mạnh thường quân tặng nhà tình thương, xây giếng nước sạch. Đặc biệt là chương trình tu học niệm Phật thường xuyên, đều đặn dành cho bà con, giúp cho họ gieo duyên lành với Phật Pháp, thật đáng quý biết bao. Nhân dịp này chúng tôi cũng muốn gởi đến bà con một món ăn tinh thần về chủ đề: PHÁP VÀ QUÀ.

Pháp là lời dạy của Đức Phật mà những người nào làm theo sẽ bớt đau khổ, chấm dứt đau khổ. Quà là những thực phẩm và tịnh tài mà quý vị sẽ nhận do chư Tăng, Ni, Phật tử đường xa đến đây, đi từ 22 giờ đêm hôm qua suốt gần 5-6 tiếng đồng hồ ngồi trên xe để sáng nay có thể gởi tặng bà con thật sớm. Đức Thế Tôn Ngài dạy con người ai cũng có nỗi khổ. Đời là một bể khổ đầy nước mắt. Chẳng hạn bà con ở đây bị khiếm thị cũng rất khổ, người không khiếm thị cũng có những nỗi khổ khác. Người nghèo khổ nhưng người giàu cũng khóc vậy. Người không có học thức khổ đã đành nhưng người có học thức đôi khi lại khổ nhiều hơn. Tất cả chúng ta đều nằm trong vòng đau khổ triền miên. Nhưng nỗi khổ mà Phật dạy bắt nguồn từ tâm tham đắm của chúng ta. Bà con ngồi đây hầu hết không thấy được ánh sáng là khổ. Người có mắt thấy được tất cả cảnh vật, con người chung quanh thì lại khổ vì tham sân si. Tuy có mắt nhưng thấy nhiều quá những cái không đáng thấy, nhìn những cảnh bất thiện sẽ làm ta đau khổ. Cả hai: Có mắt hoặc không có mắt nhìn với tâm tham đắm là thấy khổ đau rồi. Có một câu nói: Muốn tu phải giả ngu, có mắt như mù, có tai như điếc đành câm lặng. Chỉ giữ trong đầu một chữ tu.

Sở dĩ Đức Phật nói đau khổ của chúng ta bắt nguồn từ con mắt, lỗ tai bởi vì con mắt nhìn cảnh bất thiện sanh ra đau khổ, tai nghe những lời khó ưa sanh ra đau khổ. Bà con không nhìn thấy được thì sẽ tu tâm nhiều hơn. Ở gần chùa, bà con hướng tâm về Tam bảo, như vậy bà con đang là những người chuyển hoá. Sự chuyển hoá này giúp cho bà con bớt đau khổ. Mỗi người chúng ta ai cũng có nghiệp duyên riêng của mình. Nghiệp là những hành động thiện hoặc ác mà bà con đã hoặc đang làm. Kinh Phật có kể câu chuyện có một vị đại đức Cakkhupala tuy bị mù nhưng vẫn tu đắc đạo chứng quả. Bà con đừng buồn tủi khi mình không sáng mắt rồi cho là mình không tu tốt được. Tiền kiếp của vị Đại đức này là một y sĩ chuyên chữa bệnh cho dân làng. Khi người ta hết bệnh, họ đã quên ơn Ngài. Mỗi khi nhắc đến những người vong ân bội nghĩa này tâm Ngài thấy khó chịu, không hoan hỷ. Những lần sau người ta đến khám và chữa bệnh, Ngài đã kê toa cho thuốc làm người ta bị mù. Ngài tức là Hộ Nhãn. Nhân quả tiền kiếp nên Ngài Hộ Nhãn tái sanh 500 kiếp đều bị mù. Kiếp cuối cùng Ngài trở thành là đệ tử của Phật Thích Ca, Ngài cũng bị mù nhưng đã tu hành và đắc đạo quả.

Theo khoa học, bệnh mù có nhiều nguyên nhân, trong đó có nguyên nhân là do hoàn cảnh môi trường sống, hoặc vệ sinh kém. Tại Ấn Độ, mỗi năm có 4.000 người mù do ăn uống thiếu chất dinh dưỡng. Chúng ta tin ai cũng có nghiệp. Bà con đừng có tủi thân. Nhiều khi mắt không sáng, không thấy gì thì chúng ta dễ tu hơn. Mắt không sáng nhưng tâm sáng, thân bệnh

[11] Bài Pháp này giảng tại TX. Ngọc Châu Như – Huyện Vĩnh Châu – Sóc Trăng.

nhưng tâm không bệnh. Bà con ở gần chùa, biết tu tập niệm Phật, không chỉ bây giờ mà đời sau sẽ tốt đẹp hơn. Như vậy người tu thừa hưởng Pháp là lời dạy của Đức Phật chúng ta sẽ bớt đau khổ. Chúng tôi khuyên bà con một điều, ở gần chùa được quý sư cô lo cho quý vị từ món ăn tinh thần đến món ăn vật chất, như vậy quý vị nên để dành thời gian quan tâm tu tập để tu tâm dưỡng tánh, bắt chước làm theo những lời dạy của Đức Phật để chấm dứt sanh tử luân hồi.

Quà là những vật dụng chúng ta sống trong đời sống hằng ngày. Vật dụng rất cần thiết giúp chúng ta bớt thiếu thốn, ví dụ như gạo, tiền, thuốc men v.v… Hôm nay bà con vừa có pháp vừa có quà để thấy cuộc sống cũng còn nhiều điều đáng hoan hỷ lắm. Như vậy quà là phương tiện để chúng ta sống. Quà tặng ít thì chúng ta sử dụng ít, quà tặng nhiều thì chúng ta sử dụng nhiều. Hãy nên thừa tự Pháp chứ không nên thừa tự vật. Người tu cần phải biết đó chỉ là phương tiện để mình sống cho tứ đại này tồn tại mà thôi.

Sư tặng bà con ba bài kệ trong kinh Pháp cú:

1/ Không làm các điều ác.
Hãy làm các điều lành.
Giữ tâm ý trong sạch.
Đó lời Chư Phật dạy.

2/ Hận thù diệt hận thù.
Đời này không thể có.
Từ bi diệt hận thù.
Là định lý thiên thu.

Đức Phật dạy mình ghét người nào thì đừng lấy cái ghét, đừng lấy căm thù đối chọi lại bởi vì lấy máu rửa máu không bao giờ sạch. Hãy lấy ân báo oán, oán đó sẽ tiêu tan. Người ta chưởi mình 2 tiếng mình chưởi lại 4 tiếng, thì đó là tâm sân. Người ta chưởi mình 2 tiếng, 4 tiếng, 6 tiếng tức quá mình giơ tay lên rồi mình để tay xuống, đó là tâm từ bi.

3/ Nay hoan hỷ, sau hoan hỷ.
Kẻ thiện hai đời hoan hỷ.
Hoan hỷ thấy mình làm thiện.
Sanh thiện thú được vui hơn.

Hôm nay có duyên lành gặp quý vị, Sư thuyết thời pháp này nhằm động viên khích lệ bà con ở đây cố gắng tu tâm dưỡng tánh để bớt oán hờn, đau khổ. Cho nên tốt nhất là thừa tự pháp. Mỗi người phải niệm Phật nhiều. Sống gần chùa, ở trong chùa là phước đức vô lượng vô biên. Ở trong chùa, không giữ giới, không tham thiền như không có con mắt. Bà con biết niệm Phật là có con mắt hơn nhiều người khác có mắt mà không biết niệm Phật.

PHƯỚC BÁU

Tụng kinh là phước. Nghe pháp là phước. Hành pháp là phước cao thượng, quý báu. Trong cuộc sống có nhiều sự khác biệt. Có người sanh ra giàu có, xinh đẹp, thông minh. Có người sanh ra nghèo khó, xấu xí, ngu dốt. Cho nên cuộc sống luôn có nhiều cái khác biệt. Có người sanh ra có quyền cao chức trọng, có người sanh ra không có gì cả, không nhà cửa, không nghề nghiệp, không anh em. Sở dĩ có sự khác biệt đó là do phước báu riêng của chúng ta mà thôi. Có người sanh ra đã ở trong gia đình giàu có, ngay từ nhỏ đã hưởng phước. Có người sanh làm con nhà nghèo, ngay từ nhỏ đã bị đói ăn, thiếu thốn. Phước là sự may mắn, hanh thông. Nhiều người nghĩ rằng phải có tiền mới đi chùa, không tiền không đi chùa. Quan niệm đó không đúng. Làm phước không chỉ với tiền.

1) Bố thí

Là cho mà không cần nhận lại. Bố thí để có lòng từ bi, có tâm xả ly. Chẳng hạn, dẫn một bà cụ đi qua đường, là một hành động bố thí, cho một con chó bị đói ăn no đầy đủ cũng là bố thí, cho người ăn mày tấm áo mặc để họ được ấm áp cũng là bố thí. Bỏ tiền mua thực phẩm cho cá ăn cũng là một cách bố thí. Bố thí sẽ nhận được quả phước là giàu sang. Trong kinh Phật kể rằng, trong hàng đệ tử của Phật có ngài Sivali. Tên Sivali nghĩa là đại lộc. Ở đất nước Tích Lan, Thái Lan người dân thờ ngài Sivali trong nhà. Ở Việt Nam ít có chùa nào thờ ngài Sivali. Ở chùa Bửu Quang có một tượng ngài Sivali bằng đá cẩm thạch màu hồng, tạc từ Ấn Độ đem về. Sự tích kể rằng: Ngài Sivali sinh ra trong một gia đình giàu có…Trong tiền kiếp xa xưa, Sivali có một kiếp xuất gia làm Sadi. Một hôm, về thăm gia đình, sadi Sivali được mẹ cúng dường một bữa cơm rất thịnh soạn, toàn sơn hào hải vị. Trên đường đi về, ngài thấy một con chó mẹ và một bầy chó con đang bị đói. Ngài rất thương xót nhưng không có gì để cho chó ăn đỡ đói. Ngài chợt nhớ những thức ăn mà mình mới thọ dụng, bèn lấy tay móc họng để thức ăn tuôn ra, và với từ tâm bố thí cho bầy chó. Vì lòng từ bi bố thí cúng dường này, ngài Sivali có phước báu là sanh ra trở lại làm người giàu sang trong gia đình giàu có.

2) Giữ giới

Tạo phước bằng cách giữ giới. Nguyện giữ giới không sát sanh sẽ có tuổi thọ, không trộm cắp sẽ có nhiều tài sản, không tà dâm sẽ sống hạnh phúc, không nói dối sẽ có uy tín với mọi người, làm được nhiều việc lớn trong xã hội. Người hay nói dối, nói đâm thọc sẽ không tiếp cận được người có địa vị trong xã hội. Người không uống rượu và các chất say sẽ có được trí tuệ. Ai giữ được năm giới này sẽ có nhiều phước báu, giàu sang, được người đời kính mến.

3) Tham thiền

Thiền định sẽ cho phước báu là tâm mát mẻ, an lạc. Thiền quán: khi ngồi thiền có thể quán về sự già, sự chết, sự vô thường, quán về tâm mình. Ngày nay, xã hội văn minh, hiện đại, điện ảnh đã phát triển thể loại phim đa chiều gọi là 3D, 4D. Có thể nói thiền quán giống như phim 3D, 4D vậy. Nghĩa là người tu thiền quán luôn quán chiếu tất cả các khía cạnh, các mặt của sự việc: trước sau, trên dưới, trong ngoài, chính giữa. Tập nhìn người khác ở nhiều góc độ như vậy, để hiểu họ nhiều hơn và để thương họ nhiều hơn. Con người học ít, hiểu ít, tâm sẽ trở nên nhỏ hẹp. Con người học nhiều, hiểu nhiều, đi nhiều, biết nhiều, tâm sẽ trở nên rộng mở. Ông bà xưa thường nói: "Ếch ngồi đáy giếng". Ý nói con người không thoát ra khỏi cái phạm vi nhỏ hẹp, nên không nhìn thấy gì khác, không nhìn thấy ai khác thì sự hiểu và thương cũng rất là hạn hẹp. Thiền quán phải được người tu áp dụng mọi lúc mọi nơi, cho mình và cho người; thiền quán sẽ mở được trí tuệ. Trong Phật giáo có ba loại giúp phát sanh trí: nghe nhiều, học

nhiều, tu tập nhiều. Trong cuộc sống có những người sanh ra do kiếp quá khứ đã từng tu bố thí nên được giàu có, nhưng do thiếu đức, nên không được người khác tôn trọng. Người ta nói phước đi đôi với đức là vậy.

4) Cung kính

Cung kính Cha mẹ, cung kính Tam bảo, cung kính Thầy tổ, bậc Trưởng lão. Một lòng cung kính, một lòng tôn trọng, có như vậy người đó sẽ được sống lâu hưởng thọ. Người xưa thường nhắc nhở con cháu rằng: "Kính lão đắc thọ" là vậy. Người không kính lão thì sẽ giảm thọ. Con người càng cung kính thì phước báu càng nhiều, đi tới đâu cũng được người khác mến mộ, tôn trọng.

5) Phục vụ

Có rất nhiều cách để phục vụ Tam bảo, phục vụ chúng sanh. Ví dụ: Lau chùi, quét dọn bàn thờ trong chánh điện, quét lá sân chùa, rửa chén bát giúp nhà bếp … làm được gì thì làm, làm với tâm hoan hỷ. Thấy những người chung quanh khó khăn thì giúp họ, ai đói thì cho cơm ăn, ai rét thì cho áo mặc, ai đau ốm thì cho thuốc thang, ai phiền não thì cho an vui. Thời xưa, có một câu chuyện kể về ba mươi ba chàng thanh niên, trong đó một người là trưởng nhóm. Ba mươi ba chàng thanh niên này luôn giúp đỡ những người trong làng xóm từ việc đám ma, đám cưới, làm đường, làm cầu…với lòng vô ngã, vị tha. Nhưng ông xã trưởng thì rất ghét ba mươi ba chàng thanh niên này cho là loại người vô công rỗi nghề, đi làm chuyện tào lao. Ông ta tới tâu với vua họ là những người phá làng, phá xóm. Vua kêu ba mươi ba người thanh niên này tới hỏi tội và trừng phạt bằng cách cho voi chà họ đến chết. Tại pháp trường, khi voi được dẫn ra chuẩn bị để chà nát thân thể ba mươi ba người thanh niên này, thì lạ lùng thay, voi lùi 7- 8 bước, tránh xa họ ngay. Có thể nói, do sức mạnh phước đức của ba mươi ba người này đã tạo ra một mãnh lực che chở cho họ, khiến cho đến cả loài voi hung hãn cũng phải lùi bước. Nhưng những người tại pháp trường lại nghĩ cách trói chặt ba mươi ba người này lại, và một lần nữa cho voi tới chà chết họ. Nhưng rồi một lần nữa, voi cũng lại lùi bước trước những người thanh niên đạo đức này. Vua bèn ra lệnh cho dừng lại việc hành quyết và hỏi thêm sự tình. Ba mươi ba chàng thanh niên lúc bấy giờ mới nói tất cả chỉ vì lòng ghen ghét, đố kỵ, ích kỷ, nên ông xã trưởng đã nói không đúng sự thật về những việc giúp cho bá tánh mà ba mươi ba chàng thanh niên đã làm. Hiểu được sự thật, vua đã cho trừng phạt người xã trưởng. Sau đó hết kiếp làm người, ba mươi ba chàng thanh niên này sinh vào cõi trời thứ 33, riêng người thanh niên trưởng nhóm sanh làm Trời Đế Thích (Ngọc Hoàng thượng đế) chuyên phục vụ giúp đỡ người khác. Phước phục vụ là phước cao thượng.

6) Hồi hướng

Làm phước gì cũng nên biết hướng tâm đến thầy tổ, cha mẹ, sơn tiên, địa tiên, người quá vãng, ngạ quỷ…với tâm chân thành tha thiết để chuyển tải phước báu của mình đến cho họ. Được như vậy, thì phước báu mới thành tựu mỹ mãn. Đôi khi do bận công việc, biết có người về quê, sư bèn gởi lời thăm người này, người kia. Tuy không gặp mặt, nhưng người dưới quê chỉ nghe lời hỏi thăm thôi đã sanh tâm vui mừng vì biết mình nghĩ tới họ. Huống chi khi làm phước, mình hồi hướng phước thì phước ấy sanh ra vô lượng, vô biên. Phước hồi hướng, phước tụng kinh, phước nghe pháp, phước ngồi thiền… nếu hồi hướng đến tất cả chúng sanh trong 10 phương pháp giới, sẽ làm cho chúng sanh vui mừng, hoan hỉ không cùng tận.

7) Tùy hỷ công đức

Thấy ai thành công mình tùy hỷ vui mừng, sẽ giúp bớt đi sự ích kỷ, nhỏ nhen. Thấy ai đẹp đừng ganh mà hãy tùy hỷ. Thấy ai giàu đừng ghét mà hãy tùy hỷ. Thấy ai tu giỏi đừng đố kỵ mà hãy tùy hỷ. Hoan hỷ giúp cho mình và người được an lạc, hạnh phúc. Nếu ai chưa có tâm

tùy hỷ, hãy tập từ chuyện nhỏ đến chuyện lớn, dần dần chúng ta sẽ chuyển hóa nhanh chóng, điều này phải thực tập nhiều năm, nhiều tháng thì sẽ có kết quả. Đây là một phương pháp chúng ta phải tu thật sự mới có chuyển hóa, bằng không thì cũng vô nghĩa. Ai có tùy hỷ công đức trong cuộc sống thì dung sắc sẽ tươi sáng, cuộc sống sẽ an nhàn, công việc sẽ hanh thông, bạn bè quý mến, gia đình đầm ấm, xã hội bình an. Vì vậy, cho nên tất cả chúng ta phải ưu tiên thực tập để an lạc.

8) Giảng pháp

Người giảng pháp cũng có thể là xuất gia hoặc tại gia. Tư cách người giảng pháp phải có lòng từ bi, phải thông thạo Phật Pháp, phải nhiệt tâm trong Phật sự này, giảng không vì danh, vì lợi, mà giảng bằng tất cả tấm lòng để nhằm mục đích giúp người nghe chuyển hóa từ thấp đến cao, từ phàm sang thánh. Ở một chừng mực nào đó, người giảng pháp phải có trình độ Phật học căn bản, phải được Giáo hội và Nhà nước công nhận pháp nhân, bạn đồng tu phải tín nhiệm, Phật tử mến mộ, đó là người giảng pháp có chất lượng. Thực tế mà nói, bác sĩ sai thì chết một mạng người, làm giáo dục sai thì hư một thế hệ, người giảng pháp sai, Phật tử rơi vào con đường tà kiến, bị luân hồi muôn thuở. Người giảng sư tốt, bài giảng phải có chất lượng từ nội dung đến hình thức, như thế người nghe mới có lợi lạc, sự chuyển hóa không nhỏ. Thế nên, phước báu của người giảng vô cùng to lớn.

9) Nghe Pháp

Có người nghe thuyết pháp trở thành một tu sĩ. Nghe thuyết pháp cũng là tạo phước, lắng tâm nghe sẽ tạo phước nhiều, kể cho người khác nghe để họ làm lành lánh dữ cũng có phước. Thời Đức Phật ở chùa Kỳ Viên tịnh xá, thường có mấy vạn người đến nghe pháp. Lời thuyết pháp của Phật đã thu hút muôn loài, trời, người, Atula, ngạ quỷ, muông thú đến nghe Pháp. Ở chùa Kỳ Viên khi Phật thuyết pháp có một con ếch vào nghe. Lúc bấy giờ có một ông già chăn bò cũng vào nghe Pháp. Ông già chăn bò vì vô ý nên đã chống gậy trúng nhằm con ếch. Trong khi nghe pháp, lòng tràn đầy hoan hỷ, bị cây gậy đâm phải, con ếch không dám la lên sợ làm kinh động hội chúng đang nghe Pháp, thế là con ếch chịu đựng rồi chết. Ngay lúc đó ếch hóa sanh lên cõi trời Đạo Lợi, thành một vị Chư thiên có hào quang rực rỡ, sống trong cõi chư Thiên, có cung điện nguy nga tráng lệ. Chỉ với tâm nghe Pháp, kính trọng Pháp mà con ếch được hóa sanh thành một vị chư Thiên, có sắc đẹp, có hào quang, có quyền lực, có cung điện nguy nga tráng lệ. Vị chư Thiên này bèn chiếu hào quang rực rỡ bay xuống chùa Kỳ Viên thuật lại cho Đức Phật nghe chuyện tiền kiếp của mình.

10) Thay Đổi Tri Kiến.

Nhờ nghe pháp ta hiểu được chánh pháp. Hiểu được chánh pháp sẽ có chánh tri kiến. Như vậy nghe pháp sẽ thay đổi được tri kiến giúp người Phật tử tin tưởng vào lý nhân quả nghiệp báu, không tin theo tà kiến ngoại đạo. Bản chất của người tà kiến sẽ không giác ngộ, vì mê vào ái dục và si mê. Chánh kiến là món quà quý giá cho người tu, để nhận chân được bản chất của cuộc sống, thông hiểu vạn vật xung quanh, kết quả giải thoát, giác ngộ, níp bàn trong tương lai.

Quả báu của người tạo phước

Trong vi diệu pháp, kho tàng phước báu ta có được do những gì ta tích lũy từ những việc làm như bố thí, cúng dường, trì giới. Mỗi việc làm này ta đã làm với tâm đại thiện. Tám tâm đại thiện nhân với 10 cách tạo phước sẽ có được 80 phước báu. Lấy 80 phước báu này nhân cho 6 cảnh là sắc, thinh, khí, vị, xúc, pháp sẽ có được 480 phước báu. Lấy 480 phước báu này nhân cho tứ trưởng là dục, cần, tâm, thẩm ta có 1920 phước báu. Lấy 1920 phước báu này nhân cho 3 nghiệp thân, khẩu, ý sẽ có 5760 phước báu. Lấy 5760 phước báu nhân cho 3 bậc thượng, trung, hạ sẽ có 17.280 phước báu. Như vậy chỉ với 10 phước báu ta có công đức vô

lượng, vô biên, là kho tàng phước báu không ai chiếm đoạt được. Nếu người kém phước, thì kho tàng ngọc ngà vàng bạc châu báu có thể hủy hoại theo thời gian hoặc do bị thiên tai, bị hỏa hoạn, bị nước cuốn trôi, bị tịch thu, bị dời đi. Kho tàng phước báu do mình tạo bằng 10 công đức do chính mình tu tập, vun bồi, hồi hướng, nghe pháp, cải tạo tri kiến thì sẽ tồn tại vững chải.

Như vậy: Phước báu mà chúng ta tạo ra bởi 10 công đức sẽ có 4 lợi ích:

1. Do mình tạo công đức sẽ rửa sạch phiền não tham, sân, si.
2. Phước báu tạo nhiều sẽ hồi hướng cho cửu huyền thất tổ.
3. Công đức tạo nhiều phước báu là chủng tử an lạc cho tương lai.
4. Khi có phước báu chết sẽ được tái sanh cõi trời hoặc làm người quyền quý, tái sanh nhàn cảnh.

Kinh Phật có dạy: *"Các chúng sanh được sanh về cõi trời cũng nhờ giữ giới các chúng sanh được giàu sang cũng nhờ giữ giới, các chúng sanh giải thoát nhập Niết bàn cũng nhờ giữ giới. Bởi các cớ ấy, nên thiện tín phải ráng thọ trì giới luật cho được trong sạch đừng có lấm nhơ"*.

SANH TỬ CHỈ LÀ GIẤC MỘNG ĐÊM QUA[12]

Sanh tử trong kiếp người chúng ta ai cũng phải trải qua. Nói đến sanh tử, làm người, ai cũng muốn sống, sợ chết. Quý vị có sợ chết không? Ngoại trừ những vị tu hành ngộ đạo, các ngài không sợ chết, còn phàm phu chúng ta, ai cũng sợ chết. Muốn biết mình có sợ chết hay không thì thử ngày mùng một Tết, khách đến thăm nhà, chúc một câu có liên quan tới cái chết, chắc chắn quý vị sẽ giận đuổi họ ra khỏi nhà.

Ở Ấn Độ có một câu chuyện kể rằng: Một nhà hiền triết đầu năm tới chúc phúc tại nhà người bạn. Ông ta nói: "Nhân dịp đầu năm, chúc cho nhà bạn ông nội chết, cha chết, rồi con chết".

Ý của nhà hiền triết là chúc cho gia đình may mắn, hạnh phúc. Theo quan niệm của người Ấn, một gia đình may mắn là có ông nội chết trước, cha chết sau, con chết sau nữa, tức người già nhất là người sẽ chết trước theo thứ tự tuổi tác.

Đức Phật dạy, con người đến với thế gian này cùng với nghiệp do mình tạo ra. Nghiệp là hành vi thiện hoặc ác. Nếu chúng ta có nhiều nghiệp thiện thì sẽ tái sanh làm người hoặc làm chư thiên. Nếu chúng ta có nhiều nghiệp ác thì sẽ tái sanh vào cõi súc sanh, ngạ quỷ, a tu la.

Chúng ta sanh lại làm người là do nghiệp duyên của chúng ta. Nếu có đầy đủ phước báu, chúng ta sanh trong gia đình có đạo đức, giàu sang, ta thông minh, xinh đẹp. Còn ngược lại, nếu kém phước, ta sanh làm người nghèo khổ, thân thể bị bệnh tật, xấu xí, ngu đần.

Sống là hơi thở còn ra, vào, nhịp tim còn đập. Chết là hơi thở ra không còn vào nữa, nhịp tim ngừng đập. Sống chết chỉ cách xa nhau trong một hơi thở ra vào mà thôi.

Do vậy, Đức Phật dạy con người phải biết sống sao cho hạnh phúc. Một triết gia đã nói rằng "Đời là bể khổ khô không lệ". Nói như vậy không có nghĩa là đời không có hạnh phúc. Nhưng hạnh phúc thì mong manh, ngắn ngủi còn sợ hãi, đau khổ, phiền não thì quá nhiều. Hạnh phúc hay không hạnh phúc là do tâm ý chúng ta phát sanh mà ra. Những người đầy đủ vật chất chưa hẳn là hạnh phúc. Những người thiếu thốn vật chất chưa hẳn là không có hạnh phúc.

Ca dao Việt Nam ca ngợi người phụ nữ chọn lựa hạnh phúc cho mình: "Chồng ta áo rách ta thương/ Chồng người áo gấm xông hương mặc người". Người phụ nữ Việt Nam xưa quan niệm hạnh phúc phải có lòng chung thủy. Cuộc đời đẹp và hạnh phúc khi được sống bên người mình thương. Họ không so bì, tính toán người đó có áo gấm hay không. Áo gấm thời nay có thể hiểu là có xài hàng hiệu, có ở biệt thự ngàn tỷ, có chạy xe BMW không.

Ca dao Nam bộ có câu "Tóc em dài em cài bông hoa lý/ Thấy miệng em cười anh để ý anh thương".

Hạnh phúc của anh chàng thanh niên rất chân thật, đơn giản y như cuộc sống mộc mạc của anh ta ở nông thôn. Anh nhớ mái tóc dài, nhớ nụ cười cô gái cùng quê. Cái nhìn của anh thanh niên thể hiện nội tâm của anh ta: một mái tóc, một nụ cười cũng làm anh mơ hoài. Trong giấc mơ lãng mạn đó, người thanh niên thấy hạnh phúc.

Hạnh phúc thật sự rất giản dị. Tâm ta muốn hạnh phúc, biết đủ, thích nghi với hoàn cảnh hiện tại thì ta thấy hạnh phúc. Ví dụ, người sống giản dị, với họ chỉ cần căn phòng nhỏ, đồ đạc đơn sơ, đi ra ngoài bằng xe buýt, sống bình yên… như vậy, đối với họ là được rồi. Cho nên,

[12] Bài pháp này giảng tại Chùa Xá Lợi - Quận 3 - TP. HCM.

hạnh phúc tùy người ta chọn. Có những người giàu không hạnh phúc vì lo sợ nhiều, bôn ba nhiều. Dân gian có câu: "Lớn thuyền lớn sóng" là vậy.

Trong số quý vị ngồi đây, có người cho rằng hạnh phúc là mỗi sáng chủ nhật đến chùa Xá Lợi nghe thuyết pháp. Nếu quý vị nghĩ rằng nghe pháp là hạnh phúc thì tự nhiên tâm quý vị hoan hỷ, muốn đi tới chùa Xá Lợi, tay quý vị vẫy chiếc taxi và bước lên đó để tới chùa Xá Lợi. Khi tâm ta muốn chọn hạnh phúc như thế nào thì ta sẽ hành động như thế đó.

Hạnh phúc không ở đâu xa, nó ở chung quanh đây thôi. Chẳng hạn, đối với người cha làm nghề lưới cá, đi biển ròng rã một, hai tháng mới về thăm nhà, có thể hạnh phúc của ông là khi trở về đất liền được ôm đứa con trai bé bỏng vào lòng, nghe nó làm nũng và kêu "ba ơi, ba ơi". Có thể đối với người mẹ mù, hạnh phúc là đứa con lớn lên khỏe mạnh, là đôi mắt con sáng đẹp như bao nhiêu người khác. Hạnh phúc của một vận động viên chạy đua là về đích nhanh nhất trong thời gian ngắn nhất.

Hạnh phúc là do ta chọn lựa, do tâm ta muốn mà ra. Nhưng không phải ai cũng biết sống hạnh phúc. Hầu hết chúng ta không biết tìm thấy hạnh phúc ngay trong đời sống hiện tại. Sư có một công thức, dựa vào đó chúng ta có thể tìm được niềm vui hạnh phúc mỗi ngày trong cuộc sống vốn vô thường đầy đau khổ này.

Công thức: bỏ 3 anh, rước 3 cô. Mới nghe quý vị đã nghi ngờ rồi. Anh đây là mẫu tự N. Cô đây là mẫu tự C. Trước hết, bỏ ba anh là gì?

Là không nghi, không nghe, không nghĩ.

Không nghi

Nghi là một trong mười loại phiền não. Người chứng đạo quả là người không còn tâm nghi. Còn phàm tục như chúng ta đây thì nghi không ngừng. Thấy sợi dây tưởng là con rắn. Trong nhà nhìn cây cột tưởng là ma. Phàm phu nhìn cái gì cũng nghi. Mất xe nhìn ai cũng thấy giống ăn trộm. Quý bà quý cô nghi ông xã có "mèo" rồi tự thiết lập trong đầu một chuỗi hoài nghi. Hễ khi nào chồng đi làm về trễ là nghi đi với "mèo" dù bữa đó thực sự là do mưa bão, thành phố kẹt xe. Người nào sống trong cái tâm nghi như vậy sẽ tự mình làm khổ mình và làm khổ người chung quanh. Người nghi, tâm luôn ray rứt, dằn vặt, mặt mày ủ rũ như tàu lá héo.

Trong một ngôi chùa nọ, có một vị thầy rất giỏi, đạo đức hiền lành nên được nhiều Phật tử ái mộ. Có một cô chuyên việc bếp núc nấu ăn trong chùa, thấy nhiều người ái mộ thầy, cô bèn bắt chước ái mộ theo. Do ái mộ ông thầy nhiều quá nên tâm cô ngày càng thay đổi lạ kỳ. Một hôm gặp ai cô cũng kể rằng ông thầy nghỉ tu, hoàn tục, ra ngoài làm ăn. Chuyện đến tai Sư trụ trì. Sư bèn kêu cô ta lên hỏi:

- Con có nói câu chuyện như vậy không?

Cô ta thưa:

- Dạ có.

Sư Trụ trì hỏi:

- Tại sao con có thể nói như vậy đối với Thầy kia chứ?

Cô ta thưa:

- Bạch Thầy, con mơ thấy Thầy nghỉ tu, thầy hoàn tục. Con chỉ kể theo những gì con thấy trong chiêm bao, chứ con không có ác tâm gì đâu. Thật không thể tin nổi có người lẫn lộn giữa mộng và thực.

Cho nên, cái tâm nghi của quý vị sẽ dẫn quý vị đi từ sai lầm này đến sai lầm khác. Thường thường con người ban ngày nghi cái gì, nghi ai thì có khi trong giấc ngủ chiêm bao mình cũng mơ tưởng sự việc tương tự như vậy.

Đức Phật dạy, tâm nghi xuất hiện lúc nào diệt ngay lúc đó. Người tu phải thấy đúng, nghe đúng, hiểu đúng. Không thể thiết lập một sự việc, một vấn đề ở trong một sự tưởng tượng, hoài nghi được. Người tu phải rõ ràng, không nghi. Một suy nghĩ, một ý tưởng nào vừa sanh khởi thấy bất lợi cho mình, cho người thì quý vị phải cắt liền. Trừ khi chúng ta thấy biết rõ ràng, bằng không tâm nghi ngờ sẽ ngăn chặn tâm trong sáng. Và tâm nghi ngờ theo ta mãi, là chướng ngại rất lớn trong cuộc sống hạnh phúc và trên đường đạo.

Không nghe

Trong cuộc sống, cái nghe chiếm đoạt tâm ta rất nhiều. Không nghe những gì vô ích. Việc này có ý nghĩa vô cùng quan trọng. Nó giúp ta luôn giữ thái độ bình thản và duy trì tâm chánh niệm. Quý vị nghe pháp thoại, nghe kinh, nghe những câu chuyện về tấm gương đạo đức … nên nghe.

Những gì không lợi cho mình, cho người thì không nên nghe. Tai con người không có cửa, do vậy những gì tốt xấu tự nhiên cũng lọt vào tai. Nhưng đối với người tu vẫn có cách đóng cửa tai, không nghe những gì không muốn nghe. Ta chỉ nghe thiện pháp, không nghe bất thiện pháp. Trong nhà mở ti vi, âm thanh to cỡ nào mà ta không thích nghe thì nó không làm sao lọt vô tai mình được. Những lúc đó, tâm quý vị không thích phim truyện, không ưa ca nhạc, không mê game show thì làm sao những âm thanh ấy lọt vào tai, làm tâm quý vị dính mắc được.

Cũng như chuyện kể về một cuộc đánh ghen, rạch mặt tình địch, tạt axit kẻ phản bội… những điều ô nhiễm ấy nghe làm chi cho phiền não. Chuyện kể xấu người này, phê phán người kia nghe làm chi cho tối tăm tâm thức. Quý vị sống là hướng đến hạnh phúc. Quý vị tu là hướng đến cảnh giới an tịnh, giải thoát. Vậy ta cần phải huấn luyện tâm bằng cách không nghe bất thiện pháp, không cho tạp niệm sanh khởi, để tâm tỉnh giác, yên lành.

Không nghĩ

Thường thường nghĩ đi với cái nghi, cái nghe. Nghe một vấn đề gì đó ta bắt đầu tưởng tượng… nó thế này, nó thế kia. Khi nổi hoài nghi sanh lên, tâm sẽ nghĩ thế này, thế nọ. Cho nên, Đức Phật dạy chúng ta phải sống trong thiện pháp, phải chú tâm quan sát kỹ ngay niệm đầu.

Trong Thiền Tứ Niệm Xứ có phương pháp niệm tâm. Niệm tâm là biết cảnh trong giờ phút hiện tại. Ví dụ chúng ta đang ngồi đây nghe pháp, trong chánh điện chùa Xá Lợi, tâm ta đang nghe pháp, niệm kinh. Đó là tâm đại thiện. Nhưng có thể trong giây phút chớp nhoáng, tâm quý vị nghĩ một chuyện gì đó, một ý tưởng gì đó sanh khởi lên không liên quan gì đến việc nghe pháp niệm kinh ở giây phút hiện tại này cả. Ví dụ, quý vị ngồi nghe pháp nhưng tâm suy nghĩ: Ở nhà không biết mấy đứa nhỏ đã nấu cơm chưa; hoặc có người nghĩ đến một cuộc hẹn với bạn ở quán cà phê, hoặc có người nghĩ đến lãi suất ngân hàng dù với mức 9% một tháng nhưng lạm phát tới 17% làm sao sống nổi.

Như vậy tâm quý vị đi du lịch ngoài cảnh chùa Xá Lợi rồi, chúng tôi giảng pháp nhưng tâm quý vị không nghe pháp. Điều đó xảy ra trong tâm thức ta nên chỉ ta biết, không ai biết cả.

Cho nên, niệm tâm là biết tâm của mình trong giây phút hiện tại. Chẳng hạn như khi ta chửi mắng ai, đánh đập ai, không cho người đang đói cơm ăn… ngay lúc đó ta biết tâm ta đang sân, đang ích kỷ, đang hẹp hòi, đang tính toán. Thiện tâm là biết cái tâm của mình đang nghĩ đến

thiện pháp, đang làm thiện pháp. Mình thấy tâm đang nghĩ điều xấu ác, bất thiện thì dừng lại, đừng nghĩ.

Có khi, vì ghen nên quý bà, quý cô ngày đêm nhớ nghĩ đến "tình địch", đến kẻ phản bội nên quý bà thiết lập một tâm nghi, một kẻ thù trong tâm thức của mình, rồi trút ghen hờn, chửi mắng, đánh đập người đó ở trong tâm của mình. Nhiều khi ta đánh người triệu triệu lần trong tâm ta mà họ không biết. Quý vị có bao giờ như vậy không?

Sư có quen với một gia đình nọ, hai vợ chồng rất thương nhau. Người vợ thích học thiền nên có những lần cô bỏ nhà đi 7 ngày để tham dự khóa tu trên chùa. Ban đầu người chồng rất khó chịu vì ghen. Ông ta bèn đi học thiền cùng vợ. Ông ta mang nỗi niềm ghen tuông vào trong từng khoảnh khắc hành thiền. Ông ta nhìn các vị thiền sư bằng đôi mắt đầy oan nghiệt nhưng không nói ra được.

Sau người vợ đi sang Thái Lan tu thiền một tháng. Ông ta càng ghen tuông và quyết định đi cùng, dù trong lòng không hề ham thích học thiền. Qua tới Thái Lan, ông tu chỉ được hai tuần lễ, rồi trở về Việt Nam. Trong hai tuần lễ đó, vì phải tôn trọng thời khóa của chương trình nên ông ta cũng phải tập thiền như mọi người.

Mỗi ngày, ông ta phải thức dậy lúc ba giờ rưỡi sáng, tọa thiền 60 phút, kinh hành 60 phút, ngoại trừ những lúc dùng cơm, vệ sinh cá nhân… cứ như vậy hành thiền liên tục không ngừng, đến 10 giờ tối mới được đi nghỉ. Có thể nói ông chồng là người bị tu.

Do ở Thái Lan khác ngôn ngữ, họ nói nghe không hiểu lại thêm nhìn chung quanh ông ta thấy ai cũng tọa thiền nghiêm trang nên ông ta cũng nhắm mắt ngồi theo. Lúc đau chân quá, ông ta rón rén đổi tư thế, có lúc muốn bỏ thiền đi ra ngoài nhưng thấy tất cả mọi người đều ngồi thiền bất động, ông ta bèn kéo chân lên ngồi tiếp.

Nhờ bị tu như vậy trong hai tuần lễ, nhờ sống trong khung cảnh chánh niệm của khóa thiền, nên cuối cùng ông ta cũng có phần nào chuyển hóa. Trước khi về Việt Nam, Thiền sư gọi ông ta và yêu cầu trình pháp. Thiền sư nói:

- Con có thể tả lại cảm giác, các trạng thái tâm của con trong 14 ngày sống ở đây như thế nào không?

Ông ta đã nói với Thiền sư bằng tất cả lòng chân thành của mình rằng:

- Thưa Sư, trong tuần lễ đầu tiên, lòng con không nguôi giận hờn, căm ghét. Con luôn nhìn quý sư bằng con mắt oán thù. Và con đã từng lén đốt thiền viện này 3 lần nhưng không thành. Con xin thành tâm sám hối với ngài là con đã từng làm như vậy.

Thiền sư hỏi: Tại sao con muốn hủy hoại thiền viện?

- Do con nghĩ, vì có Thiền viện nên vợ con mới đi qua đây. Con nghĩ đốt cháy thiền viện thì quý sư không có chỗ ở, không có nơi tổ chức tu thiền thì vợ con sẽ không đi đâu hết, sẽ về Việt Nam với con. Cho nên, trong những ngày mới đến thiền viện, con rất ác cảm với các sư, con nhìn cái gì cũng thấy ghét. Nhưng có điều rất lạ là bước sang tuần lễ thứ hai, tâm con lắng dịu. Con nhìn thấy cái tâm ích kỷ, độc ác, sân hận trong con rõ rõ ràng ràng. Có lúc con thấy xấu hổ vì những ý nghĩ ghen tuông mù quáng đối với người vợ của con, đối với thiền viện. Lòng ghen tuông của con, cái tâm si mê tăm tối của con thật là khủng khiếp và nhảm nhí biết chừng nào. Thưa Sư, sau đó con đã kiên nhẫn tọa thiền như tất cả mọi người, không để dục vọng xui khiến hành động hồ đồ xấu xa như trước nữa. Từ từ con thấy lòng bình yên.

Thiền sư nói:

- May mắn cho con đã được sống trong thiền viện dù chỉ trong thời gian ngắn ngủi. Tham ái là nhân của luân hồi sanh tử khiến chúng ta trầm luân với lòng sân không biết bao giờ mới dứt. Không có người nào thay ta làm cho ta hạnh phúc. Nên mỗi người phải tự mình sống hạnh phúc theo cách mình đã chọn. Vợ của con thấy hạnh phúc trong sự tu hành. Con thấy hạnh phúc trong tình yêu dành riêng cho vợ. Nhưng may thay, giờ đây con đã biết giá trị của tọa thiền. Mỗi lần biết tâm mình suy nghĩ lung tung hãy đưa nó nhè nhẹ trở về. Đừng cho tâm suy nghĩ tán loạn. Hãy thấu suốt tất cả mọi việc khi nó mới phát sinh.

Người chồng cúi lạy Thiền sư với lòng biết ơn vô hạn.

Quý vị nhớ rằng, không nghi, không nghe, không nghĩ là những thiện pháp. Không có phương pháp nào hay hơn nữa làm cho tâm ta an lạc.

Rước ba cô là gì?

Cởi mở

Quý vị hãy sống cởi mở, trải rộng tấm lòng đối với mọi người, thực tập tâm từ bi không phân biệt. Trong gia đình, cha mẹ nên thương con đồng đều như nhau, cho tài sản cũng đồng đều để tránh cho con cái phân bì, cãi vã nhau. Đối với quyến thuộc cũng nên sống có tình nghĩa, chia sẻ, quan tâm lẫn nhau. Người sống rộng rãi, cởi mở thì tự nhiên tâm thoải mái, nhẹ nhàng. Người luôn luôn cau có, gắt gỏng thì nhất định trong tâm có điều chi phiền muộn chưa giải quyết được.

Ông bà xưa thường nói: Trông mặt bắt hình dong. Nhìn nét mặt, hình tướng của một người, quý vị có thể biết phần nào tính cách của người đó. Ví dụ một người nói chuyện với quý vị mà con mắt họ cứ liếc qua, liếc lại, không nhìn thẳng khi nói chuyện, hoặc nhìn xuống đất thì chắc chắn họ có điều giấu giếm, lo lắng trong lòng. Hoặc họ liên tục nhìn đồng hồ, ngó tới ngó lui, nghe mà không chú ý đến câu chuyện thì quý vị nên dừng cuộc trao đổi, tâm của họ muốn ra về rồi. Đó là những biểu hiện đơn giản mà chúng ta ai cũng có thể biết được.

Người có tâm cởi mở, hiền hòa, bao dung biểu lộ qua gương mặt sáng, nụ cười tươi tắn, ánh mắt hiền hòa, cử chỉ khoan dung. Cái mặt phản ánh cái tâm. Tâm tốt, tâm lành thì mặt đẹp, mặt hiền. Tâm hiểm ác thì mặt xấu, mặt dữ. Quý vị có thể giấu tư tưởng của mình nhưng không thể giấu gương mặt, cử chỉ của mình.

Phong tục tập quán người Việt Nam xưa thường có lễ dạm ngỏ, lễ ăn hỏi rồi mới đến lễ cưới. Lễ dạm ngỏ là sau khi mai mối xong rồi, bên đàng trai qua bên đàng gái xem mắt cô gái mà họ sẽ cưới. Khi các cụ ông bà, cha mẹ hai bên đã ngồi yên vị rồi thì cô gái từ trong nhà bước ra chào hỏi, rót nước hoặc têm trầu mời khách. Đây chính là lúc mà nhà trai quan sát hành vi, cử chỉ, lời nói của cô gái. Từ cách bước đi khoan thai hay vội vàng, từ cách rót nước, têm trầu có khéo léo hay không, người ta đoán được nết na của cô gái.

Cha mẹ xưa thường dạy con gái khi rót nước không được nghe tiếng, nghĩa là không được đưa ấm nước lên cao quá, đưa cao quá khi rót nước vào ly sẽ có bọt và nghe âm thanh rất thô. Còn rót nước mà ly này chưa xong đã vội liếc nhìn qua ly khác, không chú ý làm đổ nước ra ngoài là người nóng nảy. Mặc dù cử chỉ rất nhỏ nhưng các cụ biết được tâm ý của cô gái.

Lời nói cũng vậy. Hỏi một vài câu để nghe cô gái trả lời mà đoán tánh tình. “Chim khôn hót tiếng rảnh rang/ Người khôn ăn nói dịu dàng dễ nghe”. Cho nên, đối với phụ nữ, sự dịu dàng là đức tánh đáng quý nhất.

Các cụ ngày xưa rất thâm thúy khi nhìn thân tướng như hành vi, lời nói, nét mặt, ánh nhìn, nụ cười để đoán tâm ý con người.

Như vậy lòng ta bao dung, cởi mở, tâm ta hoan hỷ, từ bi thì ta luôn mang đến cho người một khuôn mặt điềm đạm, vui tươi, thân thiện.

Cầu nguyện

Sau mỗi khi lễ Phật, chúng ta luôn có bài kệ cúng dường chia phước cho chư thiên, cho người thân. "Nguyện đem công đức này, hướng về khắp tất cả, đệ tử và chúng sanh, đều trọn thành Phật đạo".

Có người nói muốn sửa lại bài kệ đó một chút. Sư hỏi muốn sửa ra làm sao? Người kia nói rằng: Con muốn sửa lại như vầy: Nguyện đem công đức này, hướng về khắp tất cả, đệ tử và chúng sanh, trừ con vợ bé của chồng con ra, đều trọn thành Phật đạo.

Thiệt tình, bà muốn cho ai cũng trọn thành Phật đạo hết nhưng con vợ bé kia nó làm bà đau khổ quá, nên bà không muốn cho nó thành Phật đạo, bà muốn nó xuống địa ngục kia.

Như vậy, người tu nếu gặp hoàn cảnh giống như quý bà đó thì chúng ta giải quyết như thế nào, có cầu nguyện cho họ thành Phật đạo không?. Khó lắm phải không quý vị? Không có tâm từ bi thì một lời cầu nguyện cũng không dễ gì chia sẻ với kẻ làm tổn hại mình.

Cho nên, học Phật là ứng dụng lời Phật dạy trong mỗi việc làm hằng ngày. Ví dụ, Phật dạy, người tu phải có lòng từ bi không phân biệt, nhưng đối với kẻ giựt hụi, cướp đất, lấy chồng của mình thì làm sao hoan hỷ được. Nếu trong những hoàn cảnh như vậy quý vị biết quán vô thường sẽ giữ được tâm thanh tịnh trong nghịch duyên đó.

Nói thì dễ nhưng làm rất khó. Sở dĩ khó là vì ai cũng có cái ngã to, lấy tâm tham muốn này làm tự ngã rồi nảy sinh quý trọng nó. Chúng ta quên mất cái tâm rộng lớn sẵn có của chúng ta và cũng quên luôn việc lớn là phải thấu suốt vấn đề sanh tử của con người.

Cho nên, mỗi người có một cách ứng phó trong nghịch cảnh. Chúng tôi nói không nghe, không nghi, không nghĩ, hoặc sống cởi mở, biết cầu nguyện, chúc phúc cũng là cách chúng ta ứng phó, hóa giải trong nghịch cảnh.

Chúc phúc

Lời khen đặt đúng chỗ có giá trị rất cao. Nhưng chúng ta rất ít khi hào phóng ban tặng lời khen cho người khác. Và đối với người ngoài, có khi ta rất dễ khen ngợi họ, dùng lời hoa mỹ để lấy lòng họ, dùng nụ cười để chiếm cảm tình của họ. Nhưng đối với những người trong gia đình thì ta không ngại chê bai, chỉ trích, rất hiếm khi khen tặng, hiếm có nụ cười trên môi do ỷ lại tình thân. Như vậy, thì ích kỷ và không công bằng. Đó cũng là do cái ngã quá to của ta ngăn chặn.

Quý vị trồng cây, nếu không tưới thì cây khô, bông héo. Con người sống chung với nhau cũng vậy. Nếu không dùng lời khen để khích lệ, thông cảm, thân thiện thì con người sống với nhau cũng mệt mỏi, héo hắt. Người ta không thể nào sống chung với một kẻ suốt ngày cứ tìm cách bới móc nói xấu người khác.

Cho nên, chúc tụng là phương pháp giúp tâm chúng ta dần dần thoát ly phiền não, buông bỏ tâm ích kỷ, rộng mở tâm từ bi. Hãy nhìn cái đẹp ở người khác để học hỏi, để chúc tụng, để khen ngợi. Đừng nhìn cái xấu của họ làm gì. Không có một con người nào hoàn hảo. Cũng như không có một viên ngọc nào toàn bích. Tuyệt đối không có.

Kim cương tự nhiên có thể để cho ánh sáng đi qua bản thể của nó 99,99% cũng không toàn bích. Vì vẫn còn 0.00000000001% ánh sáng bị cản ngại và khúc xạ. Chính vì thế mà nó mới phát ra muôn màu sắc kỳ diệu. Thật ra nó chẳng phát ra màu sắc gì cả. Đó chỉ là những ảo sắc trong quang phổ có sẵn của ánh sáng, bị các mặt cắt của kim cương phân tách ra do sự phản

chiếu và khúc xạ… trùng trùng nhân duyên chồng khít lên nhau mà thành những màu sắc ảo như người ta đã thấy. Và tưởng rằng đó là thực thể của kim cương. Kim cương vốn chẳng có thực thể nào cả.

Quý bà vốn thích kim cương. Nói như vậy có lẽ có người sanh tâm nghi rồi đó.

Chính cái tâm rộng lớn sẵn có chưa hề hủy diệt, chưa hề lay động bởi bất cứ một cái gì cả mới là toàn bích. Mỗi người, mỗi chúng sanh từ con sâu, con kiến đến con voi, con người… trời, thần, a tu la, Phạm thiên… đều có sẵn cái tâm bất động ấy. Chỉ vì chúng ta lầm lạc, say mê nhìn thấy những màu sắc lấp lánh của ánh sáng phản chiếu và khúc xạ kia mà không thấy được cái tâm rộng lớn kia vậy.

Cho nên, để tâm thanh tịnh, bình yên xin quý vị đừng cố soi lỗi lầm người khác. Hãy chúc phúc, ngợi khen, hãy cầu nguyện chia phước cho nhau, đừng làm hại lẫn nhau, đừng ích kỷ, hẹp lượng để mọi người ai cũng được an vui, hạnh phúc.

Chết là tiến trình sanh tử luân hồi của một con người. Tất cả chúng ta ai cũng sanh, già, bệnh, chết. Qúy vị sẽ chết, tôi cũng sẽ chết. Đó là định luật muôn đời bất biến, không ai sửa đổi được.

Con người sanh ra thơ dại, trẻ trung rồi thì cũng đến lúc già nua và chết. Mắt mờ, tai điếc, răng rụng, lưng còng là hình ảnh thường thấy khi tuổi già đến. Một bác sĩ gọi tình trạng đó là gió heo may đã về.

Kinh Phật định nghĩa chết là sự thay đổi một kiếp sống. Tùy theo nghiệp duyên riêng của ta mà kiếp sống sau có thể ta làm người giàu sang hơn, học thức hơn, cao thượng hơn kiếp sống hiện tại. Nhưng cũng có thể đói rách hơn, đau khổ hơn, ngu dốt hơn so với đời sống của kiếp này. Thấp hèn hay cao thượng là do hành động thiện và ác chúng ta làm lúc đang sống trong hiện tại.

Như vậy, chết là một tiến trình thay đổi từ một kiếp sống này qua một kiếp sống khác, nên ta không sợ chết. Vậy chúng ta phải làm gì? Hãy quán tưởng sự chết mỗi ngày. Quý vị có can đảm mỗi ngày nghĩ đến cái chết hay không? Thật khó khi mỗi ngày phải nhớ nghĩ đến cái chết - điều mà ai cũng sợ hãi.

Khi quý vị thắp nhang lạy Phật, hãy nghĩ cái thân này đều là không, tức là thấy từ trên đầu, từ mỗi nơi, mỗi sợi tóc, xuống đến xương, gân, thịt, da, lông, chất nhờn, chất lỏng, chất đặc, máu cùng tất cả các chất khác trong cái gọi là "thân ta" chẳng có chi thật gọi là ta cả.

Có cái chi thật gọi là Hà Thanh, Văn Tùng, Phương Lan hay Mít, Xoài, Mận, Nho… không? Có cái chi gọi là kiến thức, kiến giải, trí huệ, thân hay là tâm không? Tuyệt đối không có. Chỉ là đất, chỉ là nước, chỉ là gió, chỉ là lửa do nhân duyên, nghiệp lực đầy đủ tức khắc hiện ra hình tướng như vậy, phước đức như vậy, sống đời như vậy… mà thôi. Đó gọi là sanh sanh tử tử, luân hồi.

Quán tưởng sự chết có hai lợi ích: ngay trong hiện tại ta sẽ lo làm việc thiện nhiều hơn việc bất thiện để dành dụm tư lương cho ngày ra đi. Và nhớ tưởng sự chết mỗi ngày để giờ phút lâm chung, tâm ta không bấn loạn trước cái chết.

Sở dĩ ta điên đảo, hoảng hốt vì hằng ngày ta không suy nghĩ về cái chết nên khi nó đến ta thù ghét, sợ hãi vì sắp phải xa lìa tất cả những gì ta yêu quý như vợ con, tài sản, công danh, sự nghiệp.

Sư từng thấy người hấp hối trên tay vẫn nắm chặt xâu chìa khóa nặng trĩu. Gia đình biết sẽ không qua khỏi nhưng không cách chi nói cho ông buông được xâu chìa khóa. Gia đình bèn

nhờ Sư nói với ông. Cuối cùng, ông mới chịu buông tay đưa xâu chìa khóa cho người khác giữ nhưng ánh mắt nhìn theo, Sư biết là tâm ông đầy tiếc nuối. Thật quá thương xót cho cái tâm dính mắc vào tài sản. Đó là ta cố chấp, mê mờ mà quên sanh tử là việc trọng đại.

Biết rằng tài sản, sự nghiệp là do chúng ta gầy dựng nên, nhưng đâu có mang theo được, tiếc làm chi. Mắt, tai, mũi, lưỡi này cũng không phải của mình. Nếu nó là của ta thì ta đâu để cho nó mờ, nó điếc, nó rụng, nó chết. Ta không muốn nhưng nó vẫn già nua, vẫn chết. Cho nên, phải quán tưởng cái chết để không sợ khi nó đến, để không gây nên những hành động bất thiện. Vì những hành động bất thiện sẽ đưa đẩy chúng ta sa đọa vào cảnh khổ.

Chết là chuyển hóa kiếp sống. Muốn thay đổi kiếp sống tốt hơn ta phải làm nhiều việc lành. Nhờ từng làm nhiều việc lành, kiếp này ta ở trong một gia đình đạo đức, có bố thí, trì giới, tham thiền. Rồi do ta vẫn tiếp tục làm nhiều việc thiện lành nên kiếp sau tái sanh vào một gia đình có phước đức, giàu sang.

Được như vậy là quý vị bỏ cõi thấp đi lên một cõi cao tốt hơn thì tại sao phải sợ chết?. Cho nên, con cháu đừng nên khóc khi người thân ra đi. Biết đâu chừng người thân ta đã đến một nơi gọi là nhàn cảnh, chúng ta còn ở trong khổ cảnh mà khóc lóc thương xót cho người kia.

Trong thực tế có nhiều người con bất hiếu đối với cha mẹ. Nhiều trường hợp cha mẹ đau thập tử nhất sinh, con cái không dám đến gần. Họ mời quý Sư quý Thầy đến tụng kinh, còn họ chỉ biết đứng xa xa mà nhìn thôi. Vì chúng tôi đứng kế bên giường người bệnh tụng kinh, nên con cái họ tới khều chúng tôi hỏi: "ổng (bả) đỡ chưa" Thật phũ phàng quá.

Muốn biết cha mẹ ra sao thì phải ngồi xuống kế bên cha mẹ mà xem cho rõ ràng chớ. Họ sợ lây bệnh, họ ghê tởm khi phải chăm sóc người đau ốm, dù đó là cha mẹ.

Có trường hợp cha mẹ vừa qua đời, con cái đi xem thầy. Thầy phán rằng do chết nhằm cung càn, con cái làm ăn không được, họ bèn trách móc, nguyền rủa cha mẹ sao không chờ sáng mai hãy chết, chết chi ban đêm để phiền cho con cháu. Những đứa con như thế chính hiệu là con bất hiếu.

Có một bà cụ bảy mươi tuổi rất đẹp lão đang sống khỏe tự nhiên bị đột quỵ. Suốt thời gian nằm trong bệnh viện Nguyễn Tri Phương, con cháu chăm sóc rất chu đáo, hằng ngày ở bên giường bệnh không rời. Nhưng mỗi khi tỉnh lại, hễ nhìn thấy con cháu là bà cụ giả vờ nhắm mắt ngủ. Bà hờn giận con cháu chuyện chi không rõ vì không chịu nói ra. Còn khi con cháu ra về thì bà lại mở mắt, thở dài, buồn tủi.

Sau gần một tháng nằm viện, bà cụ mất. Ngày bà đi, không biết nghe lời thầy nào nói, con cháu cạy miệng bà bỏ gạo vào trong. Cho rằng người chết ngậm gạo cũng giống như ngậm ngọc sẽ phù hộ con cháu làm ăn phát đạt. Khi đưa bà từ bệnh viện về nhà, vừa tới trước cổng thì xác bà bỗng dưng hộc máu ra làm cho ai nấy hoảng sợ. Rồi ngày mở cửa mả, tự nhiên một đứa cháu trai 15 tuổi, mặt mày phồng lên, nặng trịch như có ai nhập, đưa tay chỉ người này người kia trong nhà và nói: "Đồ con cháu bất hiếu". Từ đó, những người con trong nhà tin rằng phải làm việc thiện lành như phóng sanh, cúng dường trai tăng để hồi hướng phước báu cho bà.

Những câu chuyện trên đều liên quan đến vấn đề sanh tử. Không ai có thể biết trước được cái chết của mình sẽ ra sao. Ngoại trừ các vị tu hành chứng đắc đạo quả.

Cho nên, ta là nơi nương tựa của chính ta. Khi ta chết, người thương ta chỉ đưa ta đến nấm mồ mà thôi. Khi ta bệnh, thân ta hôi hám, lở loét bẩn thỉu, người thương ta cũng không dám đến thăm. Khi ta chết mà chưa kịp chôn cất, chỉ 4 ngày thôi là cái thân này đầy dòi bọ, thì người thương ta cũng phải bịt mũi mà đi chỗ khác.

Có ai nói thương ta mà giúp đỡ ta thật lòng, có không? Hiếm lắm. Ai nói thương ta mà che chở ta trước cái chết, có không? Hiếm lắm. Cho nên, cuối cùng ta chỉ có thể nương nhờ vào phước báu, nghiệp duyên riêng của ta mà thôi. Ta đến thế gian này một mình với nghiệp của ta, ta ra đi cũng một mình với nghiệp của ta.

SANH TỬ LÀ TRỌNG ĐẠI

Ai ghi nhớ điều này sẽ không ngừng tinh tấn trên con đường giải thoát sanh tử.

Quý vị có thể tu thiền, niệm Phật để khi hơi thở ra mà không vào nữa, tâm thức không hoảng loạn, đầy đủ nhân duyên thì được sanh vào cõi an vui, thanh tịnh.

Hãy tin, đừng nghi. Vì lòng tin là mẹ của tất cả công đức. Khi trong tâm quý vị phát sanh một hạt tín tâm tức sanh khởi vô lượng bồ đề tâm, tức được tâm Phật ngay trong một niệm mà chẳng cần trăm muôn ngàn kiếp lâu xa chi cả.

Hãy tu thiền Vipassana, thiền Tứ Niệm Xứ. Hãy niệm Phật: Arahan Sammāsambuddho. Hãy chọn danh hiệu Phật mà quý vị yêu thích và niệm niệm không rời hồng danh Phật. Trong giấc ngủ cũng thấy mình niệm Phật.

Trong kinh Phật nói, sanh tử chỉ là giấc mộng đêm qua. Có phải thật như giấc mộng đêm qua không? Chắc chắn không phải như giấc mộng đêm qua đối với những ai còn mê mờ, điên đảo. Sanh tử sẽ là cơn ác mộng triền miên chẳng bao giờ chấm dứt. Niết bàn đối với họ chỉ là bóng Trăng lung linh trong hồ nước khi có khi không.

Nhưng một người có thể thấy biết cõi giới bằng chính tâm nhãn của chính mình thì sanh tử chỉ là giấc mộng đêm qua.

Vì thế giới kia chẳng có hình tướng, chẳng phải chẳng có hình tướng, cũng chẳng phải có hay không có hình tướng. Cho nên, chẳng thể dùng một con mắt có hình tướng để có thể nhìn thấy thế giới ấy được.

Khoa học không thể chẻ sợi tóc ra làm hàng triệu lần để nhìn qua ống kính hiển vi điện tử, nhưng tâm nhãn vô lượng có thể chẻ sợi tóc ra làm vô lượng lần, bao nhiêu tùy ý để mà nhìn xem dưới mỗi nhân duyên mà nó đến, rồi đi.

Tất cả cảnh giới, chúng sanh, nhân duyên, nhân quả, phước báu, thiện ác, sanh tử… đều nương tựa nơi trùng trùng vô lượng nhân duyên mà sanh ra rồi hủy diệt.

Quý vị hãy ráng buông bỏ cố chấp, quán chiếu thân này do tứ đại có đầy đủ nhân duyên mà thành, quán sâu đến vô lượng, thấy biết rõ ràng tất cả đến và đi, có và không đều là do nhân duyên… hãy buông bỏ vô số niệm trong tâm thức quý vị.

Người kia nằm mộng thấy mình đi du lịch khắp thế giới, thấy núi cao, biển rộng, thấy thành phố Paris của Pháp, Newyork của Mỹ, Sedney của Úc, London của Anh, thấy con người, cỏ cây hoa lá, thương yêu, ganh ghét, lo lắng, đau khổ, danh dự, nhân phẩm, anh hùng, quân tử, tiểu nhơn, giàu sang, nghèo khổ…. Tất cả đều trải qua trong giấc mộng đêm qua. Khi mở bừng mắt thức dậy, mới thấy biết rằng cả một giấc mộng dài ấy chỉ là một niệm.

Vậy Sư mong sao quý vị hãy luôn ghi nhớ những gì chung quanh ta chỉ là phương tiện, tâm thức chúng ta mới là chính yếu. Biết rằng một ngày nào đó ta và mọi người sẽ chết. Cho nên, điều quan trọng là quý vị không sợ hãi khi đứng trước cái chết. Khi quý vị đã ngộ được điều này thì tâm chúng ta sẽ bình thản và hòa hợp với mọi người chung quanh.

Nếu như quý vị biết lấy cái chết để lo dành dụm tư lương thì mỗi giây phút ta sống trong hiện tại là vô cùng quý báu. Thay vì ta rượt đuổi theo những cái hão huyền, tham ái, ta sẽ buông bỏ lòng cố chấp để sống tùy thuận, thương mến mọi người nhiều hơn. Nếu trong số quý

vị ngồi đây, chúng ta từng thấy người khác chết, tin rằng sẽ có một ngày chính mình cũng chết như thế thì hãy sống bao dung để được chết bình an.

Chương II : PHẬT GIÁO VÀ KINH TẠNG

HẠNH PHÚC ĐẾN TỪ ĐÂU[13]

Trong kinh điển Phật giáo có hai bài kinh:

*** Bài 38 Pháp Hạnh Phúc.**

Phật giảng trong Tiểu Bộ kinh đưa ra 38 Pháp Hạnh Phúc, theo đó, Phật dạy các pháp tạo nên một đời sống hạnh phúc giữa xã hội, các pháp dạy cho tâm thanh tịnh, không để cho tâm bị tiền tài danh lợi lung lay, các pháp để dứt phiền não, nhập Niết Bàn, là nơi an vui tuyệt đối.

38 Pháp Hạnh Phúc dạy phương pháp giải thoát hoàn toàn cho người Phật tử chân chính có lòng muốn tu giải thoát. Bài Kinh này Phật thuyết cho các vị trời hỏi về những hạnh phúc cao thượng. Đức Thế Tôn đã dạy rằng:

1. Tư cách không xu hướng theo kẻ dữ.

2. Tư cách thân cận các bậc trí tuệ.

3. Tư cách cúng dường các bậc nên cúng dường.

Cả ba điều ấy là hạnh phúc cao thượng.

Bậc nên cúng dường là cha mẹ, thầy tổ (thiện trí thức), sa môn có phẩm hạnh, bậc có ơn đối với ta và chư Phật.

Các bậc trí tuệ ở đây chỉ cho thiện tri thức, tức người có chánh kiến, có gìn giữ giới đức, có sự tinh tấn trong Phật Pháp chớ chẳng phải người có bằng cấp cao, có học vị rộng về đời hay đạo chi cả. Người ta thường lầm lẫn chỗ này: Khi người nào có bằng cấp cao trong đời hay trong đạo thì cho đó là bậc trí tuệ. Chẳng phải vậy đâu.

Bài kinh 38 Pháp Hạnh Phúc này, một số chùa trong truyền thống Phật giáo nguyên thủy thường tụng đọc mỗi ngày.

*** Bài kinh Đại Niệm Xứ trong Trung Bộ kinh.**

Đây là bài kinh Phật dạy phương pháp tu tập để có hạnh phúc ngay trong hiện tại. Phương pháp Tứ niệm xứ này được Phật tổ thuyết giảng trong bốn điều quán niệm: Quán niệm về thân thể, Quán niệm về cảm thọ, Quán niệm về tâm ý và Quán niệm về các pháp.

Phương pháp này giúp người tu thiền đạt được trí tuệ, thấy rõ sự thật: Nơi thân là bất tịnh, cảm thọ là khổ, tâm là vô thường, và pháp là vô ngã, và do đó giải thoát tự tại đối với cuộc đời.

Phật tổ xem phương pháp Tứ niệm xứ nầy như là "Con đường duy nhất khiến các loài hữu tình được thanh tịnh, chế ngự sầu bi, tiêu trừ khổ ưu, thông ngộ chơn lý, chứng đạt Niết bàn".

Một khi chính Phật tổ đã minh xác đây là con đường duy nhất đưa đến Niết bàn thì Phật tử không cần mà cũng không nên phát minh con đường tắt nào khác nếu muốn giác ngộ, giải thoát như Phật tổ.

Từ hai bài kinh này, Phật dạy chúng ta rằng hạnh phúc có được là do mình chọn lựa và mình thực hành.

Vậy hạnh phúc đến từ đâu?

1. Hạnh phúc có do ta làm được điều vui.

[13] Bài pháp này giảng tại Chùa Xá Lợi Phật Đài - Quận 9 - TP. HCM.

Mỗi người trong giai đoạn khác nhau, trong điều kiện hoàn cảnh khác nhau sẽ cảm nhận hạnh phúc trong cuộc sống khác nhau. Ví dụ cô Năm bây giờ lớn tuổi nên thích đi chùa nghe kinh, niệm Phật, hành thiền và được như vậy thì tự thấy mình hạnh phúc. Chú Ba thì chủ nhật nào cũng nhóm họp bạn bè làm vài ly sương sương kể chuyện lên rừng xuống biển thời trai trẻ là cảm thấy hạnh phúc. Em gái mê ca nhạc nên khi có được một chiếc vé xem các ngôi sao biểu diễn ở sân khấu ca nhạc Lan Anh là cảm thấy hạnh phúc lắm rồi. Các anh "Hiệp sĩ đường phố" tham gia bắt cướp sẽ cảm nhận hạnh phúc qua niềm vui của mọi người khi họ được bình yên nơi làng xóm. Cháu Út Nhỏ cả đời ở dưới quê chưa bao giờ lên thành phố, một hôm được cha mẹ dắt đi chơi Suối Tiên, ăn hủ tiếu, uống sinh tố, xem múa rối… Út Nhỏ bèn thấy mình hạnh phúc.

Như vậy, hạnh phúc là khi ta được thỏa mãn các nhu cầu về vật chất và tinh thần. Ở mỗi người giá trị hạnh phúc khác nhau do nhu cầu vật chất và tinh thần khác nhau. Khi làm điều gì ta thấy vui (tinh thần + vật chất) nghĩa là ta hạnh phúc.

Nhưng theo lăng kính nhà Phật, hạnh phúc chỉ là khái niệm, nó không có thật. Tam giới (dục giới, sắc giới, vô sắc giới) như hỏa trạch đang thiêu đốt, không có hạnh phúc trong "ngôi nhà lửa" đang cháy của ba cõi này. Chẳng nơi nào là an vui, thanh tịnh cho chúng sanh nương vào cả.

Chỉ có một cách duy nhất để có an vui, hạnh phúc đó là hãy ra khỏi ngôi nhà lửa đang cháy kia. Khi còn báo thân này tức là còn phải cung phụng cho nó ăn, uống, thuốc men, chữa bệnh, và còn nhiều thứ khác nữa treo máng trên cái báo thân này như tên tuổi, danh dự, danh vọng, nhân cách, trí thức, bằng cấp …. giống như người ta treo máng những thứ quần áo quảng cáo trên những con "manocanh" bằng nhựa vậy. Còn ở trong tủ kiếng thì còn thấy sạch sẽ, sang trọng nhưng khi đã quăng ra thùng rác rồi thì dơ bẩn, xấu xí, rách nát chẳng để dùng vào việc chi được nữa. Cái báo thân này cũng cùng chung một cách như thế ấy… chẳng khác. Cho nên, trên suốt dòng thác lửa sanh tử kia, chẳng hề có một nơi nào là chỗ an vui, hạnh phúc cho chúng sanh cả. Chẳng có một nơi nào, chỗ nào chúng sanh thấy mình được an vui, hạnh phúc, thanh tịnh cả.

2. Hạnh phúc là vô tham, vô sân, vô si.

Ở góc độ thiền thì hạnh phúc là đạt đến tứ thiền. Trong bài kinh Phật giáo nguyên thủy, chư tăng thường chúc tụng: Sống lâu, sức mạnh, an vui, sắc đẹp. Trong đó, an vui là ý nói đến đạt tứ thiền.

Làm sao có được an vui? Có phải ngồi yên lặng một mình trên núi cao hay trong căn phòng vắng lặng, không người là thanh tịnh, an vui? Chẳng phải vậy đâu! Ngồi một mình trên núi cao nhưng lòng ngổn ngang, lo lắng, phiền muộn chẳng phải là an vui.

Khương Thượng ngồi câu cá trên bàn thạch giữa rừng sâu núi cao nhưng lòng toan tính mưu đồ diệt nhà Hạ lập nhà Châu, suy nghĩ đến bạc đầu. Nhiều người tự giam mình trong phòng vắng, nghiền ngẫm đau khổ, hận thù đến độ phải tự sát.

Vậy an vui thật ra là cái gì? Nó chẳng là cái gì cả. Ngay khi ta đang trôi trong dòng người đông đúc hối hả giữa đường phố kia, ta vẫn vô cùng thanh tịnh, an vui bởi ta chưa hề hối hả chạy theo bất cứ cái gì mà mọi người đang hối hả đuổi theo. Cái mà mọi người trên đường phố mỗi ngày, mỗi giờ, mỗi phút đang hối hả chạy về từ muôn nẻo đường khác nhau đó, thật ra họ chỉ chạy đến có một hướng thôi là hướng của ham muốn, si mê và thù hận. Chỉ có vậy, không có gì khác hơn nữa.

Nếu chỉ trong một phần nghìn giây, ta đang đi trên đường phố, ta bỗng nhớ lại, và ta dừng lại ngay nơi đang đi, ta tự hỏi mình: Ta đang đi tìm kiếm cái gì đây? Cái ta đang tìm kiếm là

thật có hay chăng? Cái đó sẽ đem lại cho ta những hạnh phúc gì?. Ngay trong một phần nghìn giây ấy nếu ta thấy được cái rỗng không mà ta đang tìm kiếm... một phần nghìn giây ấy là an vui, hạnh phúc vậy.

Liền sau đó, ta tự thấy mình đang đứng lại giữa đường phố, ta không giống ai bởi mọi người đang chạy, đang đi, đang tìm, đang kiếm mà ta thì dừng lại.

Khám phá này là hạnh phúc, là an vui vô lượng như ngọc ma ni chiếu sáng khắp mười ngàn tam thiên đại thiên thế giới vậy.

Ở góc độ chân đế, có trí tuệ là hạnh phúc. Nhưng ở phương diện tục đế, trong xã hội, hạnh phúc thường tình có khi chỉ là đạt được chức vụ, có vợ đẹp, sắm nhà lầu, hoặc đói bụng mà có mâm cơm ngon lành là hạnh phúc. Nhưng chưa hẳn người có tiền, có chức vụ là có hạnh phúc.

Người có tiền mua chức vụ nhưng không mua được sự kính trọng. Người có tiền mua đồng hồ nhưng không mua được thời gian. Người có tiền mua chiếc giường nhưng không mua được giấc ngủ ngon. Người có tiền đi bác sĩ khám bệnh nhưng không mua được sức khỏe.

Có thể ta có đủ tiền để mua du thuyền, mua đảo, mua rừng, mua được cả thế giới nhưng lại không thể mua được sức khỏe cho mình, ta sống trong bệnh tật và đang chờ đến ngày kết thúc thọ mạng này.

Trong chùa Sư cũng có người bệnh. Khi người ta khỏe mạnh thì có rất nhiều điều mong ước nhưng khi người ta đang đau bệnh thì người ta chỉ có một điều ước duy nhất là có sức khỏe. Cho nên việc tu, việc học có quan trọng đến đâu cũng phải cần có sức khỏe mới có thể có đủ tinh thần và sức lực để làm những việc khác, không có sức khỏe thì mọi thứ đều vô nghĩa. Cũng có khi ta có tiền, có sức khỏe tốt nhưng tâm ta luôn buồn chán, thất vọng, phiền não thì ta sẽ không thấy hạnh phúc. Đó là điều tại sao Sư nói những người giàu có, dư tiền của, sống trong nhung lụa nhưng vẫn không thấy hạnh phúc.

Ngược lại, người nông dân nghèo, lao động vất vả chỉ kiếm sống qua ngày nhưng họ vẫn thấy cuộc sống hạnh phúc. "Râu tôm nấu với ruột bầu/ Chồng chan vợ húp gật đầu khen ngon". Đó là cuộc sống hạnh phúc của hai con người biết bằng lòng với hiện tại, khi đó họ cảm thấy thoải mái với những gì họ đang có và họ thấy hạnh phúc.

Người tu phải nhìn sâu rõ cội nguồn của hạnh phúc, không giây phút nào rời chánh niệm tỉnh giác.

3. Hạnh phúc là có việc gì đó để làm, có ai đó để tin cậy, có gì đó để hy vọng.

Có việc gì để làm là pháp thiện. Hôm nay, chúng ta đến đây tu tập, kinh hành, ngồi thiền. Người ta ví cuộc đời giống như sân khấu mà mỗi người một vai diễn. Sống trong hiện tại là đóng cho tốt vai trò của ta trong hiện tại. Hôm nay, quý vị đóng vai ngồi thiền, Sư đóng vai giảng pháp. Quý vị ngồi thiền sao cho dừng bớt cái tâm lăng xăng. Sư giảng pháp sao cho tốt giúp người nghe tỉnh giác chánh niệm là làm đúng chức năng của mình. Có chánh niệm là có hạnh phúc.

Có gì đó để hy vọng là hạnh phúc. Sống phải có mục đích, có lý tưởng, có hy vọng. Hy vọng là món quà đầy quyền năng.

Vào cuối đệ nhị thế chiến, có một gia đình nọ, người cha phải nhập ngũ vào quân đội Đức và được gửi đi mặt trận miền Tây, bỏ lại người vợ một mình phải chăm sóc gia đình. Đây là thời gian đầy sợ hãi và đói khát của những đứa trẻ nhỏ với mỗi ngày trôi qua, chiến tranh càng đến gần hơn và nguy hiểm càng ngày càng gia tăng.

Cuối cùng, vào mùa đông lạnh lẽo của năm 1944, người mẹ quyết định bỏ trốn đến Đức, nơi mà cha mẹ bà đang sống. Bà dắt dìu những đứa con và xoay xở để chúng lên được một trong các chiếc xe lửa cuối cùng chở người tị nạn hướng về miền Tây (việc đi lại trong thời gian đó rất nguy hiểm).

Dọc đường, chiếc xe lửa thỉnh thoảng ngừng lại để lấy đồ tiếp tế. Một đêm nọ, tại một trong những trạm xe lửa, người mẹ vội vã bước xuống xe lửa để đi tìm thức ăn cho bốn đứa con của bà. Khi trở lại, bà hoảng hốt thấy chiếc xe lửa và mấy đứa con của bà đã đi rồi!

Lòng bà trĩu nặng lo âu, những lời cầu nguyện tuyệt vọng tràn ngập tâm hồn của bà. Bà cuống cuồng tìm kiếm trong cái trạm xe lửa rộng lớn và tối tăm, bà vội vã đi qua đi lại trên các đường ray xe lửa với hy vọng rằng chiếc xe lửa chưa rời khỏi nơi đó.

Bà mẹ hoang mang vì nghĩ rằng nếu không tìm thấy chiếc xe lửa này thì có lẽ bà sẽ không bao giờ gặp lại các con của mình nữa. Lòng tin của bà khắc phục nỗi sợ hãi của bà, và niềm hy vọng của bà khắc phục nỗi tuyệt vọng của bà. Bà hành động. Bà đặt lòng tin và hy vọng của mình vào hành động. Và thế là bà chạy từ đường ray này đến đường ray khác, từ chiếc xe lửa này đến chiếc xe lửa khác cho đến cuối cùng bà tìm ra được chiếc xe lửa của các con bà. Chiếc xe lửa đó đã bị dời đến một khu vực hẻo lánh của trạm xe lửa, và cuối cùng bà đã tìm lại được mấy đứa con của mình.

Làm thế nào mà bà mẹ đã kịp xử trí để tiếp tục tìm kiếm trong nỗi sợ hãi của mình? Đó là nhờ ở niềm hy vọng giúp bà vượt qua được nỗi tuyệt vọng.

Cho nên, quý vị đừng bao giờ ngừng hy vọng vì đó là phương cách giúp ta đi đến mục tiêu hạnh phúc.

Có một câu chuyện trên internet kể về một người đời đến gặp ông thầy tu và nói rằng: Tôi muốn hạnh phúc. Ông thầy tu nói: Vậy phải bỏ "tôi" và "muốn" đi thì có hạnh phúc. Đơn giản vậy nhưng nhìn theo lăng kính Phật đạo thì rất hay. Nếu đưa cái "tôi muốn" (bản ngã) vào thì sẽ không có hạnh phúc.

Muốn có hạnh phúc phải bỏ tự ngã. Muốn có hạnh phúc phải bỏ lòng tham, sân, si. Cho nên, Phật dạy hành thiền để thấy được bản ngã của mình, để có chánh niệm. Qúy vị ngồi thiền giờ này qua giờ nọ, tinh tấn không ngừng để đến một lúc nào đó sẽ nhìn sâu vào thân tâm, nhìn trong đi, đứng, nằm, ngồi … mỗi mỗi hành động, mỗi mỗi ý niệm để thấy được bản chất tâm của mình.

- Hòa thượng Nhất Hạnh có bài hát: "Ai nói gì mình cũng nghe/ Nghe sâu, hiểu thấu/ thương nhiều/ Buồn chi ba bốn bữa/ Để cho tâm tư héo sầu…

Trong cuộc sống ta có nhiều phiền não hơn là niềm vui. Nếu con người có quyền lực mà không biết tu sẽ trở thành con quỷ hồi nào không hay. Nếu ta là chủ hộ, là trụ trì chùa không có lòng từ bi cũng dễ trở thành con quỷ đối với mọi người chung quanh.

Cho nên "nghe sâu, hiểu thấu, thương nhiều" là phương cách tiếp độ mọi người chung quanh ta. Còn nghe nhiều quá mà không chọn lọc, ai nói gì mình cũng hóng hớt nghe, bảo đảm sẽ bị bệnh.

4. Hạnh phúc có được khi quý vị đừng đổ lỗi cho người khác lúc thất bại.

Nhìn sự thất bại ta biết đó là do nghiệp của mình, đừng đỗ thừa cho người khác chỉ thêm đau khổ. Người tu khi thất bại phải nhìn sâu vào sự việc để chiêm nghiệm, quán chiếu. Phương pháp thiền Vipassana lấy đề mục thực tập thiền là cái tốt và cái xấu trong cuộc đời này.

Ai cũng biết người thành công là người thăng trầm nhất, đau khổ nhất, trải qua nhiều gian nan khó nhọc mới có được kết quả như mong muốn. Người diễn viên múa ba lê phải khổ luyện mới có thể lả lướt trên những ngón chân xinh đẹp của mình. Người bác sĩ phẫu thuật phải trải qua bao nhiêu năm làm việc tận tụy trong bệnh viện mới tích lũy được kinh nghiệm xương máu cho đường dao phẫu thuật tài hoa. Nhà văn, nghệ nhân thư pháp, võ sư .... ai cũng phải trải qua khổ luyện vất vả mới thành công.

Người viết thư pháp phải có công phu luyện khí mới có thể biểu lộ được khí chất mạnh mẽ, đầy đủ, dài lâu, miên mật, trầm hùng của thư pháp. Những hình, nét, đậm, lợt, mạnh, yếu, cứng, mềm, bất định của thư pháp đều liên quan đến khí chất và hơi thở của người viết. Thái cực quyền cũng tương tợ như vậy. Động tác phải do khí dẫn dắt. Khí có dài lâu, sung mãn thì hình mới mạnh mẽ.

Khí là cái không thể nhìn thấy được nhưng nhờ cái hình (nét chữ, động tác) mà nó mới bộc lộ ra được, tức là nó vốn vô hình (tạm gọi là vậy) nhưng được gói trong cái hữu hình. Nhưng làm sao thấy được khí trong thư pháp? Chỉ những người đã từng luyện khí nhiều năm khi xem thư pháp mới có thể thấy được cái khí ẩn tàng bên trong cái hình, nét của thư pháp. Còn người không có công phu luyện khí thì xem thư pháp cũng như thầy mù xem voi vậy thôi.

Các danh gia thư pháp đều khổ luyện từ nhỏ. Mới bốn, năm tuổi đã bắt đầu khổ luyện thư pháp bằng cách dùng thanh tre viết lên cát theo từng nét, từng nét đã học. Viết rồi xóa, xóa rồi viết….viết chừng nào thấy chữ hiện ra trước mắt thì mới gọi là chữ có thần. Lúc đó mới dùng bút lông chấm mực tập viết. Đó là khổ luyện năm năm, mười năm, hai mươi năm, ba mươi năm mới thành danh gia thư pháp.

Võ sư Thái Cực Quyền mỗi mỗi động tác đều biểu lộ thần khí dũng mãnh, vững vàng, ổn định, an nhiên, thư thái, biến hóa mà không gấp gáp, nhanh cực nhanh mà vẫn không thấy vội vàng. Đó là cái thần biểu lộ bên ngoài của Thái Cực Quyền mà một võ sư phải dày công luyện tập.

Nhà sư cũng vậy. Nhiều hòa thượng, đại đức đã từng là những chú tiểu trong chùa khi còn rất nhỏ, làm thị giả hầu hạ các bậc đại lão hòa thượng thầy tổ. Các vị đó nhờ gần gũi với các bậc đại sư nên khi còn nhỏ đã học kinh, học ngồi thiền, học phục vụ đại chúng, đó gọi là công phu. Nhờ có trí huệ, tín tâm, nguyện lực, các vị ấy ngày nay bằng muôn ngàn phương tiện gần gũi tiếp độ chúng sanh theo nguyện lực vô lượng của mình.

Cho nên, khi ta làm việc gì mà không công phu khổ luyện tới nơi tới chốn ta sẽ thất bại. Khi ta thất bại đừng đổ lỗi cho người khác, phải quán chiếu sâu xa nhân duyên, nhân quả của mình, tìm ra bài học từ thất bại đó.

Trong Phật giáo có hình tượng một người bị trúng tên. Phật dạy người khôn là phải nhổ mũi tên ngay, băng bó vết thương lại, uống thuốc cho vết thương lành lặn. Người kém thông minh hỏi: Ai bắn tên?, đàn ông hay đàn bà bắn? Người bắn vì thù ghét hay vì lý do gì khác? Một loạt lý luận về mũi tên. Người này sẽ chết trước khi rút mũi tên ra khỏi thân mình.

Phật dạy người tu phải chánh niệm tỉnh giác, làm cho đời sống đơn giản hóa, đừng phức tạp, lý thuyết, quan trọng vấn đề quá. Càng quan trọng quá vấn đề càng chuốc lấy đau khổ. Con người có hạnh phúc, họ bình an. Tâm lăng xăng, cử chỉ rộn ràng quá thì không bình an. Tâm bình an thì hành động khoan thai, từ tốn.

5. Hạnh phúc qua cho và nhận.

Phật dạy: Đường tu bố thí đứng đầu/ Vị tha là tánh, vô cầu là tâm.

Trong ba pháp: bố thí, trì giới, tham thiền thì bố thí đứng đầu. Người tu phải học buông xả và tin nhân quả.

Trong Phật giáo, dưới lăng kính nghiệp báo luân hồi, khi ta cho năm sẽ nhận lại mười. Có một số người quan niệm rằng cho là hết. Không phải vậy đâu. Bố thí với tâm buông bỏ sẽ hưởng được nhiều phước báu. Phật dạy chúng ta bố thí để xả bỏ tâm bỏn xẻn. Con người sở dĩ sống nghèo là do tâm bỏn xẻn, ích kỷ. Biết bố thí mới cảm nhận được giá trị của cho và nhận. Bố thí cũng là phương cách tạo phước của người tu.

Tâm quý vị luôn hoan hỷ vui mừng mỗi khi có cơ hội bố thí, làm cái gì đó chút ít cho những người chung quanh. Chính cái chút ít đó ta mới có cơ hội làm thường xuyên mỗi ngày, làm nhiều lần trong ngày. Nhờ vậy, cái tâm ngã mạn, sân hận, si mê của ta lần hồi rơi rụng xuống. Tâm cung kính, tâm thương xót, tâm bố thí, tâm tiếp độ lần hồi to lớn, lớn mãi đến vô lượng. Quý vị thử hình dung, 20 năm mới về quê thăm bà con láng giềng một lần đem theo đủ thứ quà bánh, tiền bạc để làm phước, chẳng bằng mỗi ngày, mỗi tuần, mỗi tháng đều có thăm viếng, có chút ít quà nhỏ như lon gạo, ký đường, hộp sữa.... luôn làm cho sự khổ cực của bà con được vơi bớt thường xuyên... lòng họ được an ủi và ấm áp nhiều hơn.

Cái chính là lòng họ được ấm áp thường xuyên hơn trong sự chăm sóc của ta. Đó là pháp bố thí, pháp tiếp độ mà một người xuất gia thực hành tu tập không mệt mỏi, không ngừng nghỉ. Người đời thường nói để khi nào tui giàu, tui trúng số độc đắc thì tui sẽ làm phước nhiều và lớn hơn. Việc đó thường chẳng xảy ra, mà dù có xảy ra đi nữa chưa chắc đến lúc đó ta còn muốn làm phước hay tiếp độ. Dù ta có muốn làm và chắc chắn sẽ làm đi nữa cũng chẳng có tác dụng nhiều.

Ông bà mình thường nói: "nắng hạn gặp mưa rào". Đất khô nứt, lâu ngày có một trận mưa rào thiệt chẳng thấm vào đâu vì sau trận mưa rào nhanh, ngắn ngủi ấy đất vẫn khô nứt như cũ. Sao bằng cứ mưa nho nhỏ, cứ mưa hoài ngày này qua tháng nọ đất sẽ hút đủ nước, sẽ được tươi tốt, nhờ vậy mà cây cối mới mọc lên xanh tươi.

6. Học hạnh lắng nghe để có hạnh phúc

Lắng nghe là hạnh của người tu. Người lắng nghe nhiều trí tuệ phát sanh, kiến thức đa diện, phong phú. Người học hạnh lắng nghe hiểu được vấn đề thâm sâu. Vipassana là phương pháp thiền quán, quán chiếu con người, sự vật dưới nhiều góc độ, qua nhiều lăng kính. Khi quý vị nhìn bình hoa này dưới góc độ vipassana, quý vị thấy nó đẹp vì màu sắc rực rỡ của nó, ngoài ra ta còn thấy người đi mua hoa, thấy người cắm hoa, ta thấy nắng trong vườn hoa, ta thấy mưa rơi trên hoa, ta thấy cả một vườn hoa bao la trong một nụ hoa bé nhỏ mong manh trong sương đêm. Quý vị hãy tập nhìn vạn vật trong trùng trùng nhân duyên như vậy. Đó là tâm vipassana mới thấy biết tất cả ngọn nguồn của nhân duyên, nhân quả.

Tất cả chúng ta ngồi ở đây tại chánh điện này, ta tự hỏi ai xây chùa, ai thiết kế, ai góp tiền, ai tổ chức khóa tu, ai nấu cơm, pha nước phục vụ hành giả? Có nhiều ngôi chùa chưa bao giờ tổ chức khóa tu. Vậy mới biết những sự việc gắn với nhau như một mắc xích trùng trùng nhân duyên. Ta nhìn vấn đề theo lăng kính thiền quán vipassana. Vipassana nghĩa là thấy nhiều và thấy sâu. Hiện nay, phim 3 D, phim 4 D là tiến bộ của khoa học. Nhưng Đức Phật từ 25 thế kỷ trước đã nói 84 ngàn pháp môn, tức 84 ngàn D. Điều đó cho thấy với trí giác rộng Đức Phật đã cho chúng ta con đường đi với một định hướng rất khoa học.

7. Đừng cố gắng thay đổi người khác để có hạnh phúc.

Nếu có ý muốn thay đổi người khác thì ngay đó mình sẽ khổ. Ta chưa thay đổi được người khác thì ta đã bị bệnh tim, bịnh gan... rồi. Một đạo tràng ba, bốn trăm người như ở Thiền viện Phước Sơn... sư cả Bửu Chánh là người có tâm từ bi bác ái rất lớn, tâm buông bỏ tha thứ, mới quy tụ được nhiều tăng chúng như vậy.

Mỗi người có một hạt giống giác ngộ khác nhau. Mỗi người ví như một loài hoa, loài cây trái khác nhau, hương sắc khác nhau, không cái nào giống cái nào được. Ta không kêu người khác giống ta được vì như vậy là trái tự nhiên, trái thực tế.

Sư có nhiều bạn bè ở khắp nơi trên thế giới. Người đến từ Anh quốc họ lịch sự, hiền hòa. Người đến từ Thái Lan, họ kính ngưỡng và tu Phật rất tốt. Cũng có người đến từ Ai Cập huyền bí của những kim tự tháp và xác ướp của các vị vua Ai Cập cổ đại, họ nói tiếng Ả Rập, uống một loại trà đặc biệt bằng một thứ lá cây gọi là sage mỗi buổi sáng để làm sạch đường hô hấp và bao tử, ruột gan để tốt cho sức khỏe. Người đến từ châu Phi để tóc dài thắt bím thả lòng thòng xuống tới lưng, nhìn có vẻ "ngầu" nhưng lại "hiền khô" như củ khoai vậy. Người bạn Mỹ da đen khi cười đưa nguyên hàm răng trắng như hình quảng cáo chú Bảy chà và của kem Hynos ngày xưa.

Tất cả những con người ấy rất khác nhau từ màu da, giọng nói, văn hóa, lịch sử…. nhưng đều bình đẳng như nhau. Họ có một cái tâm chẳng khác chi tất cả những người thông thái, thông minh tuyệt đỉnh khác trên cuộc đời này.

Những người ta quen biết, là bạn bè, là đồng nghiệp, là anh em… Họ là những người có "nhân duyên" với ta trong một sát na của dòng sanh tử dài vô lượng không cùng tận mà ta đã trải qua…

Cuộc đời vốn đa dạng phong phú, nên đừng quan trọng hóa vấn đề, đừng bắt người khác phải giống như mình. Có lần Sư nhờ một cô chuyên làm giấy tờ cho các tăng, ni đi Miến Điện tu thiền làm visa cho một tu nữ chùa Bửu Quang đi Miến. Cô ấy không làm vì cho rằng cô tu nữ này bị tâm thần. Sư nói: "Tại sao cô nói cô tu nữ là người tâm thần? Dựa vào đâu mà cô nói như vậy? Người tâm thần phải có giấy xác nhận của bệnh viện. Còn không có giấy xác nhận tâm thần của bệnh viện, cô nói người ta tâm thần là cô nói ẩu, cô mang nghiệp đó nghe".

Cô ấy bèn nói người tu nữ đó là người "ba lơn". Sư nói: Ai mà không có lúc "ba lơn". Trong ta cũng có anh hùng, trong ta cũng có lúc khùng, lúc điên vậy.

Cô ấy vẫn cương quyết không làm giấy tờ cho cô tu nữ này đi Miến. Cô ấy hỏi: Sư không sợ mất uy tín của chùa Bửu Quang sao? Sư nói: "Chùa Bửu Quang có gì mà sợ mất? Uy tín là cái gì mà chùa Bửu Quang sợ mất? Nếu cô Tu nữ qua Miến Điện cô làm sai thì mất uy tín của cô chứ sao là chùa. Người có tâm đi tu thiền sao chúng ta không tạo điều kiện cho đi. Đâu phải giới thiệu đi du lịch đâu mà sợ! Cô không làm giấy tờ cho cô tu nữ này thì Sư nhờ người khác làm".

Kể câu chuyện này để quý vị thấy bản tính con người không ưa thì ghét, ưa thì dù người ta đi hai hàng cũng thấy dễ thương, người ta nổ nhiều cũng thấy vui tai.

8. Hạnh phúc trong sự kiên nhẫn.

Hãy cố gắng kiên nhẫn suốt cuộc đời. Nếu không kiên nhẫn ta sẽ không lớn mạnh trong pháp và luật, sẽ thất bại trong mọi công việc. Kiên nhẫn là bài học hàng đầu của người tu. Đối với đời sống hiện đại, nói kiên nhẫn nghe có vẻ lỗi thời. Nhưng không có đức tánh kiên nhẫn thì ta sẽ không đi tới đâu được, ta sẽ thất bại. Chữ nhẫn không bao giờ xưa. Người nào nhẫn nhiều mới chiêm nghiệm được giá trị mầu nhiệm của cuộc sống, tạo nên sức mạnh của người tu.

Chuyện kể về nhà thơ Tô Đông Pha (Trung Quốc) một hôm đến gặp một thiền sư là người rất đức độ. Bất cứ người nào đến gặp thiền sư cũng đều bị khuất phục bởi oai đức và đạo lực của ngài. Tô Đông Pha muốn gặp thiền sư không phải để cầu học mà là để so tài cao thấp, thử thách thiền sư, để chứng minh rằng ai cũng gục ngã trước thiền sư nhưng Tô Đông Pha thì không. Theo thông lệ ai đến gặp, thiền sư cũng mời ngồi thiền, uống trà xong mới ra về.

Hôm đó, sau khi thiền xong, Tô Đông Pha hỏi thiền sư: Ngài nhìn tôi thấy như thế nào?

Thiền sư nói: Trang nghiêm giống Phật.

Thiền sư hỏi lại: Ông thấy ta ra sao?

Đông Pha thấy thiền sư Phật Ấn mập tròn, lại mặc áo đen, bèn đáp ngay: Giống một đống phân bò.

Thiền sư im lặng. Sau đó ngài mời Tô Đông Pha uống trà.

Tô Đông Pha ra về trong lòng hớn hở, khoái chí vì nghĩ rằng đã hạ gục thiền sư. Vào tới nhà Tô Đông Pha bèn kể lại mọi chuyện cho người em nghe. Người em nghe xong bèn nói: Huynh đã thua thiền sư trầm trọng rồi. Vì tâm thiền sư là tâm Phật nên nhìn anh giống Phật. Còn anh tâm dơ bẩn, hôi thúi đầy phiền não của sự tranh đua nên anh nhìn thiền sư giống đống phân vậy. Tô Đông Pha chưng hửng.

Cuộc sống của chúng ta cũng giống y như vậy. Nếu ta xem phim kinh dị nhiều, đêm ta không ngủ được vì những cảnh tượng giả tạo mà y như thật của phim dính mắc trong tâm ta. Tâm ta hận thù nhiều, nhìn người chung quanh ta chỉ thấy oán ghét, phiền não nhiều.

Cho nên Phật dạy phải thiết lập cho mình tâm thiện. Trong gian nan, vất vả ta dùng kiên nhẫn để vượt qua. Ai gièm pha nói xấu, ta hãy lắng nghe, kiên nhẫn mà lắng nghe, vượt qua nó mà không cần phải giải thích nhiều.

9. Hạnh phúc là khi mình thông cảm và hỷ xả.

Đa phần ta khó hỷ xả đối với người mà ta ghét. Cho nên, người xuất gia cần có tâm thông cảm, hỷ xả đối với chúng sanh thì mới sống bình an, hạnh phúc, tu tập sẽ thuận lợi hơn.

Quý vị thử hình dung quý vị đang có rất nhiều thứ mà người khác ao ước. Qúy vị được đến chùa, sống trong môi trường đạo hạnh trang nghiêm, quý vị có bạn hữu là thiện tri thức, quý vị vui vẻ đi trên đôi chân lành lặn của mình, nhìn mặt trời lên mỗi buổi sáng, ngắm biển xanh cát trắng mỗi khi đi đó đi đây bằng đôi mắt của mình…. tất cả những thứ hiện có đang ở bên quý vị, kể ra tưởng đơn giản nhưng vô cùng quý báu. Vậy quý vị có cảm thấy hạnh phúc không? Nhiều người khác không có được như quý vị vậy đâu!

Cho nên, quý vị hãy trân trọng những gì ta đang có, hãy thấy đó là hạnh phúc. Đừng ảo tưởng, đừng quan trọng quá, đừng bi quan, đừng tuyệt vọng. Hãy sống như bà mẹ trong câu chuyện, dù có tột cùng lo lắng sợ hãi, bà ấy vẫn không thôi hy vọng tìm lại những đứa con của mình. Quý vị cũng không thôi hy vọng, do ta không ngừng công phu, khổ luyện nên ta sẽ sống hạnh phúc trong sự bình an nội tâm.

Hạnh phúc ở bên cạnh chúng ta từng ngày và chúng ta tạo ra nó. Hãy tự mình cân đối các tiêu chí hạnh phúc để thấy mình hạnh phúc, và nó sẽ là động lực để ta sống tròn vai cuộc đời này.

Với người xuất gia, khi ta đã đặt xuống cái tâm phàm phu, mê tối kia rồi, bỏ xuống gánh nặng trăm muôn nghìn ức kiếp của kiến chấp, vọng tưởng si mê kia rồi, ta chỉ còn một tâm đại bi vô lượng thương xót …đi khắp ba cõi cùng chúng sanh muôn loài, tùy thuận căn cơ chúng

sanh, tùy thuận nhân duyên, phước đức chúng sanh mà tiếp độ chúng sanh thoát khổ… Không rời tâm đại bi cũng là chẳng hề rời khỏi an vui, hạnh phúc vậy.

Mong sao quý vị tìm ra được con đường, hướng đi đúng cho sự tu tập của chính mình.

KINH HUÂN TẬP CÔNG ĐỨC[14]

"Qúy vị Phật tử nên biết rằng nghe kinh và làm theo kinh thì sẽ có những lợi ích, những chuyển biến tốt. Nếu học thuộc lòng bài kinh càng tốt. Bài kinh: ''Huân tập công đức'' có tính giáo dục về đạo đức rất cao. Bài kinh này giúp cho chúng ta chuyển hóa được tâm linh, có nhiều công đức, nhiều phước báu. Bài kinh này có từ thời Đức Thế Tôn còn tại thế. Ngài giảng bài kinh do yêu cầu của vua, chúa, các bá hộ vì họ muốn làm sao cho có nhiều công đức. Hễ ai làm người có quyền lực là do họ đã huân tập công đức nhiều mới được làm người tối thượng trong những người tối thượng.

Trong cuộc đời, có khi chỉ nghe tên hoặc thấy hình ảnh của ai đó ta bỗng cảm thấy hoan hỷ, đồng cảm, thân thương đó gọi là có duyên trong tiền kiếp. Nơi nào có sự thân thiện, nơi đó có thân bằng quyến thuộc, qúy vị có sự thân thiện với nhau trong đạo tràng Giác Bảo Hoa là do quý vị có duyên với nhau từ xa xưa. Bài kinh "Huân tập công đức" Phật dạy:

Người chôn giấu tài sản

Nơi hang sâu mực nước

Dụng tâm lúc hữu sự

Bị phép nước luật vua

Hay gặp phải cường hào

Đem chuộc thân giữ mạng

Hoặc trang trải nợ nần

Hoặc phòng cơn đói kém

Sự cất giấu như vậy

Là thường tình thế gian

Vị tất đã an toàn

Nhiều người chôn giấu tài sản bằng nhiều cách. Có người bỏ vô gối, đào đất chôn, cất giấu dưới ông táo hoặc gởi người này, người nọ. Nhưng Đức Phật dạy nếu cất giấu như vậy, lúc hết phước thì tài sản sẽ mất. Tài sản đem chôn dưới đất, đất sẽ chuyển dịch; tài sản để trong nhà, nếu hết phước cũng sẽ bị con phá, vợ phá, hoặc bị hỏa hoạn hoặc bị nước cuốn trôi. Tại Nhật Bản sóng thần đã hủy hoại vô số nhà cửa, tài sản, sanh mạng của con người. Đức Phật nói những điều này xảy ra là do phước chúng ta hết, nghiệp chúng ta đến.

Dù chôn sâu giấu kín

Có khi bị thất thoát

Vì tài chủ lãng quên

Hay long chủng dời đổi

Dạ xoa đoạt mang đi

Hay bị kẻ thừa tự

Sanh lòng tham đánh cắp

[14] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

Hoặc hết phước làm chủ

Tài sản tự biến mất.

Đoạn kinh này, cho thấy khi con người hết phước, tài sản sẽ biến mất. Chẳng hạn chúng ta gởi tiền trong nhà Bank, chưa kịp ủy quyền, chết bất đắc kỳ tử, hoặc bị trộm cướp lấy mất. Nếu có phước đầy đủ không ai lấy được tài sản của mình. Có một người Phật tử mất bóp trong đó có đô la, tiền đồng Việt Nam và toàn bộ giấy tờ; không bao lâu sau có người đem tới trả đầy đủ mà không nhận hậu tạ một đồng nào. Ngược lại, có người mất của đăng báo, lên ti vi, xin hậu tạ nhưng vẫn không tìm lại được của đã mất.

Ai bố thí trì giới

Phòng hộ và tự chế

Gọi cất giữ tài sản

Bảo đảm và an toàn

Ai cúng dường đền tháp

Năng phụng dưỡng mẹ cha

Hậu đãi bậc huynh trưởng

Hay khách khứa láng giềng

Khéo cất giữ như vậy

Không ai chiếm đoạt được

Kinh dạy người nào muốn có công đức thù thắng thì siêng bố thí, trì giới, cúng dường các vị sa môn, bà la môn là những người có giới đức tu hành, hoặc cúng dường người nghèo. Càng bố thí thì phước càng trổ quả. Tâm từ bi mở rộng giúp đỡ người chung quanh càng nhiều, thì phước báu vô lượng vô biên. Bên cạnh đó phải giữ giới, công đức thù thắng đi theo mình như hình với bóng. Kinh Phật dạy: Phòng hộ nghĩa là phòng hộ sáu căn, phải kềm chế, buông xả, con người đau khổ do các căn không thanh tịnh. Chẳng hạn phòng hộ mắt: Mắt thấy sắc, sắc tốt thì thích nhìn, sắc xấu thì ghét, bực mình; mắt thấy nhiều sanh phiền não nhiều; nên tập thấy chỉ biết thấy, nếu thấy mà sanh tâm so sánh, phân tích, đối chiếu thì phiền não sẽ phát sinh. Miệng nên nói điều lợi ích cho người khác. Hãy tập sống: Có mắt như mù, có tai như điếc đành câm lặng, Chỉ giữ trong đầu một chữ tu.

Phòng hộ mũi, mũi ngửi mùi. Mùi thơm lẫn mùi hôi cũng cần xả bỏ để an vui, đừng cố chấp, dính mắc đem đau khổ phiền hà. Ví dụ có người ghiền nước hoa, có người ghiền dầu gió xanh, đi đâu xa mà thiếu chai dầu, nhớ mùi dầu quen thuộc cảm thấy bứt rức không yên trong tâm. Ngược lại, có khi vô tình ngửi phải mùi khó chịu, ta đâm cáu gắt, chửi mắng ... ghiền mùi thơm hay ghét mùi hôi ... cũng là phiền não, dính mắc. Phòng hộ lưỡi. Lưỡi nếm vị dù vị ngon hay không ngon người tu cũng phải giữ trạng thái quân bình trong tâm.

Tôi thấy hôm nay các Phật tử đã có sự tự chế rất tốt. Cách đây một năm, tôi thấy quý vị ngồi nghe pháp không được yên vì tê chân, nên nhiều vị thay đổi tư thế liên tục. Nay tôi thấy quý vị ngồi hay hơn xưa, thân tướng đẹp đẽ, trang nghiêm và có người đã thuộc kinh nhiều hơn. Tự chế là sự tập vượt qua một cách có kết quả nhiều khi trong công việc mình hay thối chí, Ông bà xưa nói: "Vạn sự khởi đầu nan" nhưng các quý vị đừng có "Gian nan bắt đầu nản" đó nghen. Hoặc tục ngữ Việt Nam có câu "Có công mài sắt, có ngày nên kim" là nhắc chúng ta làm việc gì cũng cần kiên nhẫn. Ví dụ tập đánh chữ trên bàn phím vi tính cần có thời gian rèn luyện mới đánh chữ nhanh và chính xác, không thể ngày một ngày hai mà được.

Ai cúng dường đền tháp

Năng phụng dưỡng mẹ cha

Hậu đãi bậc huynh trưởng

Hay khách khứa láng giềng

Khéo cất giữ như vậy

Không ai chiếm đoạt được.

Đức Phật dạy ai cúng dường chùa, tháp sẽ hưởng phước báu nhiều. Tại quận Thủ Đức – TP. Hồ Chí Minh, cách đây 70 năm có một gia đình họ Bùi cúng nguyên khu rừng để xây dựng chùa. Họ đã bán một căn biệt thự tại trung tâm TP Sài Gòn để xây dựng chánh điện chùa Bửu Quang nhằm phát triển Phật giáo Nguyên thủy. Họ thỉnh ba mươi vị Hòa thượng ở Campuchia về kết giới Sima, đánh dấu ngôi chùa này đã có mặt ở đây. Ngôi chùa là nơi hằng hà sa số người đến tu tập, xuất gia, do vậy cúng dường chùa tháp công đức vô lượng vô biên.

Kinh còn dạy phải phụng dưỡng cha mẹ vì biết ơn cha mẹ, hiếu thảo với cha mẹ sẽ được phước báu vô hạn. Ca dao có câu:

Công cha như núi Thái Sơn
Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy ra.

Ai không biết ơn cha mẹ là thua cả loài thú. Bởi giàu sang phú quý cũng chỉ là vô nghĩa nếu ta không biết sống hiếu thảo với cha mẹ. Pháp đền ơn báo hiếu là pháp cao thượng. Trong cuộc sống, nước mắt bao giờ cũng chảy xuôi, bậc làm cha mẹ không cầu con phải đền ơn, có khi nuôi con khôn lớn, lưng dài vai rộng, trưởng thành, rồi con có một vòng tay khác thì con vội quên đi vòng tay của mẹ. Ngày còn nhỏ, đi đâu con cũng đòi theo mẹ, lớn lên chỉ thích đi chơi với bạn bè, với người yêu, không muốn đi cùng mẹ nữa. Cho nên quý vị làm con phải tránh những thái độ vô tình làm cho cha mẹ tủi thân khi về già. Có những hoàn cảnh mẹ già ở với con gái thì sợ con rể, ở với con trai thì sợ con dâu. Cho nên tuy sống trong nhà của con mình nhưng để bưng chén cơm ăn đỡ phải nghẹn ngào, mẹ bèn kiếm việc này việc kia trong nhà để làm, làm luôn tay luôn chân như vậy, nhưng ai biết đêm mẹ nằm khóc thầm, buồn tủi. Do vậy, thương mẹ thì hãy thương khi mẹ đang còn sống trên thế gian, đừng để đến khi mất mẹ rồi thì nỗi thiếu vắng mẹ không có gì bù đắp được.

Lo cho anh em, huynh trưởng cũng là cách tạo công đức. Thỉnh thoảng hãy chiêu đãi họ để có công đức thù thắng, là gieo của để dành, là một loại tài sản bất biến.

Khi mạng sống chấm dứt

Bao của tiền bỏ lại

Chỉ mang theo phước đức

Phước là tài sản thật

Không thể bị chiếm đoạt

Bậc trí tạo phúc nghiệp

Thứ tài sản đáng quý

Khiến trời người các cõi

Được mãn nguyện hài lòng

Hãy sống sao để khi mạng sống chấm dứt, ta mãn nguyện hài lòng. Đức Phật dạy mạng sống rất mong manh, cuộc sống vốn vô thường, gặp để rồi xa, quen để rồi lạ, hạnh phúc để rồi đau khổ, có có không không, không không có có, hạt chuỗi đau thương này tiếp nối hạt chuỗi đau thương khác, rồi một ngày nào đó thân người cũng trở về cát bụi, và cát bụi trở thành cát bụi. Ngày nay chúng ta ngồi đây bên nhau, nhưng ngày mai chưa chắc ta còn đây. Lúc chết người ta còn lắc nút áo bỏ lại, người ta bỏ lại tất cả từ xe hơi, nhà lầu, sổ đỏ, đô la, Euro, tình yêu, sắc đẹp, bằng cấp, kiến thức v.v... Chỉ duy nhất mang theo phước và tội như bóng với hình. Lúc chết, không có ai đi cùng ta. Trên con đường sanh tử luân hồi vạn dặm chỉ có ông nghiệp thiện và ông nghiệp ác đi theo ta mà thôi. Do vậy, người nào biết trì giới, cúng dường, bố thí, hiếu thảo thì có ông Thiện đi theo; ngược lại, không biết trì giới, bố thí, cúng dường, hiếu thảo thì có ông Ác theo hoài. Hễ ai tạo nhiều phước thì sanh làm người quyền quý, cao sang; không tạo phước thì sanh làm thú, cắc kè, kỳ đà, ruồi muỗi, chó, heo v.v... chịu ác nghiệp đau khổ, hoặc sanh làm người cũng làm kẻ què, đui, bị bệnh nan y nằm một chỗ, làm phiền vợ con. Ai có cuộc sống hanh thông, thuận lợi, tài lộc nhiều, thân quyến, anh em, bạn bè sum vầy, an vui, tự tại là do có nhiều công đức, phước báu.

Người màu da tươi sáng

Giọng nói đẹp lòng người

Dung mạo nhìn dễ mến

Có phong cách đoan trang

Người quyền quý cao sang

Bậc vương triều tôn chủ

Bậc chuyển luân thánh chúa

Bậc thiên vương cõi trời

Tất cả quả lành này

Do công đức đã tạo

Đoạn kinh này dạy rằng người có màu da tươi sáng, giọng nói dễ nghe là kiếp quá khứ có tạo nhiều công đức. Qúy vị thấy có nhiều người có màu da khác nhau: trắng, đen, vàng, nám, đẹp, xấu… mịn màng hay đầy mụn. Hãy nên biết rằng hễ cúng dường y phục, cúng dường quần áo cho người khác sẽ được sắc đẹp, dung mạo dễ nhìn. Giọng nói cũng vậy; hễ ai cúng dường âm thanh thí dụ như biết chùa nào thường xuyên giảng Pháp, nhưng còn thiếu hệ thống âm thanh, mình cúng dường loa, micro tức là cúng dường âm thanh sẽ có phước báu là giọng nói hay khiến người khác thích nghe. Nếu thấy người ta cà lăm mà nhái tiếng hoặc chọc ghẹo người tàn tật thì sẽ mang nghiệp xấu.

Những hạnh phúc trần gian

Cùng thiên lạc cõi trời

Qủa niết bàn vô thượng

Tất cả quả lành này

Do công đức đã tạo

Quả vị Niết bàn vắng lặng phiền não. Những hạnh phúc trần gian là vô thường. Hạnh phúc cõi chư thiên cũng vô thường, thay đổi.

Níp: nghĩa là không.

Bàn: ái, cố chấp

Người ta khổ do tham, sân, si, do ham muốn không ngừng nghĩ; ví dụ có xe Spacy thích xe SH, có Star morning thích BMW cho nên hãy biết đủ để sống an vui, tự tại.

Người có được bạn lành

Thuần thục trong thiền định

Đạt chánh trí giải thoát

Tất cả quả lành này

Do công đức đã tạo

Người có được bạn lành là có phước báu, bạn lành là bạn tốt. Qúy vị thuộc đạo tràng Giác Bảo Hoa có cô Cúc là bạn lành, bạn tốt, là thiện tri thức của quý vị. Nếu thiếu phước, quý vị sẽ gặp bạn xấu, ác tri thức xúi mình làm bậy, xúi đi nhậu, đi sát sanh. Nếu có phước quý vị gặp thiện tri thức là bạn lành dạy làm điều tốt, điều thiện, điều hợp với lẽ đạo. Ngoài ra, qúy vị thực tập thiền định, nếm hương vị của thiền định vì thiền định thuần thục sẽ phát sanh trí huệ, có chánh trí giải thoát.

Bốn tuệ giác phân tích

Của thánh đệ tử Phật

Hay Độc Giác toàn giác

Tất cả quả lành này

Do công đức đã tạo

Từ, Nghĩa, Pháp, Biện là Tứ vô ngại giải. Những bậc có bốn tuệ này là những bậc thánh, là những vị Phật toàn giác.

Bởi lợi lạc to lớn

Của phước hạnh đã làm

Nên thiện nhân hiền trí

Tán thán và khuyến khích

Sự cất giấu tài sản

Bằng tích lũy phước lành

Những lợi lạc ở trên trần gian này từ quả vị tu hành, từ công đức có được là do khéo tu tập, gìn giữ. Nó mãi mãi là của chúng ta.

Tóm lại:

Theo phong thủy: “Tiên tích đức, hậu tầm long.”

Theo tử vi: “Đức năng thắng số.”

Theo lời dạy của chư cổ đức: “Đức trọng quỷ thần kinh.”

Công đức là phước vĩnh cửu, các Phật tử nên cố gắng làm điều công đức. Nếu còn cha mẹ phải yêu thương, kính trọng, hiếu thuận, phụng dưỡng cha mẹ, có điều kiện thì bố thí cúng dường, giữ năm giới, giúp đỡ người nghèo để huân tập công đức. Qúy vị đến chùa nghe Pháp đều đặn như vậy cũng là một cách huân tập công đức nên người xưa có câu:

“Ai ơi hãy ráng làm lành

Kiếp này không được để dành kiếp sau”

Bài pháp đến đây cũng vừa phải lẽ, Sư thành tâm cầu nguyện hồng ân Tam bảo gia hộ cho quý vị luôn được 5 điều hạnh phúc trong Phật giáo đó là: Sống lâu, sắc đẹp, an vui, sức mạnh và trí tuệ.

NGHIỆP[15]

1. Không thể nghĩ bàn

Trong cuộc sống, có một số điều "bất khả tư nghì", không nên bàn nhiều, chỉ tin mà làm. Nhiều người do là kẻ phàm phu không biết, không hiểu nên thường tự hỏi: sao có người tốt quá mà chết sớm. Đó là do họ không biết được nhân quả của kiếp trước, kiếp sau.

Đối với Thiền định hay còn gọi là SAMADHI nên làm nhiều hơn nói , nghĩa là nên thực tập thiền hơn là nói về thiền. Bởi khi thực hành thiền, con người có thể có một số khả năng như: tiếp xúc với người âm, khả năng bay v.v…Tại Thái Lan, trong một chương trình truyền hình phát sóng ghi lại hình ảnh một vị sư cô ngồi dưới hồ nước thiền định. Trong kinh Phật có câu chuyện kể về một vị sadi nhàm chán thế gian quá bèn đi xuống biển ngồi thiền. Do đó, Thiền là một lĩnh vực không thể nghĩ bàn, rất mầu nhiệm .

Kinh Phật cũng nói có những pháp tu làm cho con người đạt đến thần thông. Do đó thực tu, thực tập nhiều chứ không phải nói nhiều. Trong thực tế chẳng ai thấy con rắn 7 đầu cả nhưng đến chùa chúng ta có thấy hình ảnh con rắn 7 đầu che trên đầu tượng Phật. Trong lịch sử Phật giáo có kể rằng khi Đức Phật thành đạo, có một con rắn 7 đầu đã phùng mang che cho Ngài . Có thể người ta nghĩ những gì kinh Phật nói rất khó tin , nó có vẻ như huyền thoại. Nhưng cuối năm 2010, báo chí đưa tin ở Ấn độ xuất hiện một con rắn có 5 đầu ở Nam Ấn. Vậy nếu mình do không thấy nên không tin, không hiểu nên không tin thì hãy cứ tập tu đi. Từ từ sẽ chứng nghiệm .

2. Câu chuyện về nhân quả

Chuyện xảy ra trong thời Đức Phật còn sinh tiền. Thời đó, mỗi buổi sáng các đệ tử Phật sau khi khất thực xong thì đi vô rừng để thọ thực. Có một vị đệ tử Phật gặp một người thợ săn. Người thợ săn ngày hôm đó không bắn hạ được con thú nào nên rất buồn, rất sợ khi trở về nhà sẽ bị vợ và mẹ vợ chửi mắng . Nhà Sư an ủi người thợ săn và nói :

- Ta sẽ cho ông một câu thần chú, ông cứ đọc câu thần chú này thì sẽ không bị ai la rầy làm cho ông buồn phiền nữa. Câu chú như thế này: Buddham saranam gacchami, Dhammam saranam gacchami, Sangham Saranam Gacchami, Dutiyampi, Tatidampi.

Người thợ săn vui mừng vừa đi vừa đọc, đọc mãi các câu thần chú đó. Cho đến khi ông ta trở về nhà. Người vợ và bà mẹ vợ thấy ông ta đi săn mà không có mang về con thú nào cả còn miệng thì cứ lép nhép không ngừng nghĩ nên họ rất tức giận nói:

- Đọc chú gì đó, nhà cần gạo, cần con thú để ăn, không cần thần chú, ông hãy đem câu thần chú đó trả lại cho ông thầy tu kia, chừng nào trả xong thì mới được về nhà đây.

Người thợ săn buồn bã đi tìm nhà sư để trả lại câu thần chú. Nhưng vị Thầy nói rằng: "Ta xưa nay chỉ cho chứ không nhận lại. Có một vị sẽ nhận lại câu chú, đó là Phật tổ ở Kỳ Viên Tịnh xá , nơi đó đi phải mất 16 do tuần, xa lắm".

Người thợ săn không còn cách nào khác bèn đi gặp Phật tổ. Trên đường ông ta đi, ông ta gặp 4 sự kiện sau đây :

1. Gặp 500 cô tiên nữ xinh đẹp, đặc biệt họ không mặc quần áo. Họ nhờ người thợ săn hỏi Phật tổ vì sao họ phải chịu kiếp sống lúc nào cũng trong tình trạng lõa thể như vậy.

[15] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

2. Gặp một con voi ăn gai, miệng chảy máu, đau nhức nhưng vẫn ăn gai. Con voi nhờ người thợ săn hỏi Phật tổ vì sao nó phải ăn gai mà không thể ăn những thức ăn ngon khác .

3. Gặp một con trăn nằm quấn thân hình trên gò mối, nó dù ốm, dù đói cũng không bò đi nơi khác nên không có con mồi để ăn. Nó nhờ người thợ săn hỏi Phật tổ vì sao nó bị như vậy .

4. Gặp một ông vua và cô công chúa. Cứ tới mùa hè là vua và công chúa ra ngoài cánh rừng dựng lều ở trong 3 tháng . Họ nhờ người thợ săn hỏi Phật tổ vì sao họ có cung vàng điện ngọc mà phải đi ra sống nơi hoang dã như vậy trong suốt thời gian 3 tháng.

Người thợ săn sau đó tới Kỳ Viên Tịnh Xá vào buổi chiều, khi ấy Phật tổ đang thuyết pháp. Sau đó người thợ săn kể lại tất cả câu chuyện mà ông ta đã gặp trên đường đi và thưa với Phật xin trả lại câu thần chú của vị Thầy tu đã cho ông ta. Phật giải thích cho người thợ săn hiểu rằng câu chú mà ông ta thường niệm không phải là câu bùa chú gì cả mà đó là câu con xin quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng, giúp cho những ai đọc câu này có được chủng tử giác ngộ, có được duyên lành với Phật Pháp. Người thợ săn nghe vậy bèn thôi, không đòi trả câu chú nữa. Theo đề nghị người thợ săn, sau đó Phật trả lời những câu hỏi của người thợ săn về 4 trường hợp sau đây :

1. Về 500 cô tiên nữ sống giàu sang nhưng suốt đời không mặc quần áo là do biết bố thí cúng dường nhưng lại nuôi thú vật rồi bán thú, lấy tiền đó mua đồ trang sức làm đẹp, khi nuôi thú vật thì cũng có lúc đánh đập chúng nên khi trả quả là sống không mặc được quần áo, chịu cảnh lõa thân như thế .

2. Voi ăn gai là do ngày xưa voi là một vị quan tòa sống không thanh liêm, đổi trắng thay đen, do không có thiện tâm nên sanh làm voi, do nghiệp quả nên cái miệng ngày xưa nói lời gian dối, độc ác nên bây giờ phải ăn gai, miệng tóe máu, đau đớn.

3. Con trăn kiếp trước là ông bá hộ giàu có nhưng keo kiệt, không giúp đỡ người khác. Do hành động bỏn xẻn nên khi chết nhớ tiếc của cải quá bèn sanh làm con trăn suốt ngày quấn lấy cái gò mối là nơi chôn vàng của ông bá hộ xưa kia.

4. Vua và công chúa xưa kia là vợ chồng làm nghề thợ săn thường hay đốt lửa để săn bắn muông thú. Người ta thường nói: "Nhất phá sơn lâm. Nhì đâm hà bá", làm cho chúng sanh trên rừng, dưới biển đau khổ, chết chóc hoặc làm thay đổi môi trường sống của muôn loài là tội rất lớn. Vì vậy vua và công chúa do nghiệp quả mà phải chịu sống trong rừng cô độc và thiếu thốn như vậy .

Người thợ săn ngộ được lời dạy của Phật, vui mừng ra về . Trên đường về ông ta gặp Vua kể lại câu chuyện nên được vua tặng cho một cục vàng . Gặp trăn, ông cũng kể cho trăn nghe những lời Phật dạy. Con trăn nói: Của cải này giờ đây thật vô nghĩa. Trăn cho người thợ săn tất cả vàng dưới gò mối. Còn 500 cô tiên nữ đãi người thợ săn một bữa cơm ngon và hứa với người thợ săn là sẽ cố gắng tập sống tốt hơn .

Khi người thợ săn về tới nhà thì cũng là lúc người vợ và bà mẹ vợ đã biết ăn năn vì sự đối xử hung dữ và lòng ích kỷ của họ trong thời gian qua. Họ hứa với lòng sẽ cư xử tốt hơn, đồng thời, ông kể lại chuyện đi trả lại câu chú và đem vàng và của quý ra đưa vợ và mẹ vợ, họ vui mừng khôn tả.

3. Vậy Nghiệp là gì?

1. Những câu chuyện trên phản ánh rất rỏ về nhân quả trong đời sống hằng ngày. Kinh Phật dạy rằng nghiệp (nghiệp là hành động tạo tác) có 3 loại: Hiện nghiệp: trổ quả hiện tại, thiện nghiệp hay ác nghiệp cũng có thể trổ quả ngay trong kiếp hiện tại. Chuyện kể rằng xưa có hai vợ chồng nông dân nghèo khó nhưng có lòng thành cúng dường Ngài Xá Lợi Phất (sau khi Ngài xả thiền duyệt) một bữa cơm trưa. Cúng dường xong hai vợ chồng đi cày ruộng thì cày tới đâu gặp được vàng tới đó. Nhà vua biết được bắt đem vàng đó sung vào công quỹ. Nhưng khi lính của Vua hốt vàng lên thì vàng biến thành đất. Chỉ có hai vợ chồng kia mới cầm được vàng đem về. Câu chuyện có thể hiểu rằng : phước ai nấy hưởng. Thời nay ai cũng biết có người mua một cái nhà hay miếng đất chừng vài ba chỉ vàng thôi nhưng nay trị giá hàng ngàn cây vàng thì rỏ ràng phước ai nấy hưởng vậy .

Có một câu chuyện khác kể rằng đứa con bất hiếu với cha mẹ, chửi mắng cha mẹ. Mỗi ngày nó đi chăn trâu mẹ nó nấu cơm canh cho nó ăn. Một hôm nó giận dữ hắt nguyên tô canh vô mặt bà mẹ. Rồi một hôm nó chăn trâu ngoài đồng bị sét đánh chết . Đám tang nó vừa xong ba ngày thì sét đánh cái mã chôn nó nứt ra làm hai. Ai cũng nên biết rằng đối với: cha mẹ,Phật tổ, những vị chân tu, những vị tu thiền có thần thông nếu bất kính quả báo sẽ trổ ngay trong hiện tại .

2. Hậu nghiệp: Trổ quả kiếp sau. Ca dao Việt Nam có câu:

"Ai ơi cố gắng làm lành

Kiếp này không được để dành kiếp sau"

Do vậy, trong đời sống hằng ngày hãy nên biết bố thí, cúng dường để có phước báu về sau. Ví dụ: mắt mờ nên biết bố thí nhang, đèn; người có dung mạo xấu xí nên biết bố thí, cúng dường y phục; muốn an vui hãy bố thí xe, thuyền. Bố thí vật quý trọng hằng được sự quý trọng. Bố thí vật vừa lòng hằng được sự vừa lòng. Đó là do nhân quả. Nhân quả do thân, khẩu, ý mà ra

"Ta đi với nghiệp của ta

Dù cho tốt xấu tạo ra tự mình"

Như vậy các anh chị em ngồi đây, những người đã quy y tam bảo là đã gieo một chủng tử tốt. Chủng tử đi theo mình hoài, đời nào, kiếp nào cũng không rời.

Xưa Trưởng lão Thánh tăng Assaji tu hành có tướng mạo oai nghi. Xá Lợi Phất khi gặp trưởng lão hoan hỷ và cầu xin trưởng lão Assaji nói một câu, một lời dạy nào để ngài theo đó tu tập. Ngài Assaji dạy "Ye Dhamma hetuppabhava tesam tathagato Aha tesanca yo nirodho evam vadi mahasamano": Tất cả pháp sanh lên đều do nguyên nhân, đấng Như Lai chỉ ra nguyên nhân đó. Nguyên nhân ấy diệt, thì pháp ấy diệt. Bậc đại Sa Môn đã dạy như vậy. Nghe xong ngài Xá Lợi Phất bừng ngộ và chứng quả vị Tu-đà-huờn . Sau này khi đã tiến xa trên con đường tu tập, ngài Xá lợi Phất luôn nhớ ơn ngài Assaji đã khai ngộ, khai thông giòng suối giác ngộ, giúp cho ngài biết được chánh pháp .

Tục ngữ Việt Nam có câu: "Ăn quả nhớ kẻ trồng cây" cũng là nhắc cho mình sống là phải có lòng biết ơn đối với người đã giúp mình.

3. Vô gián nghiệp (hay còn gọi là vô hạn nghiệp): Dù thiện hay bất thiện, những nghiệp ta đã tạo nó sẽ cứ chờ đó, chừng nào đủ duyên nó sẽ trổ quả. Nghiệp cứ đi theo hoài, không bao giờ mất mà đúng lúc thì trổ quả vậy thôi. Do đó các vị A-la-hán sẽ không tạo nghiệp mới nhưng vẫn phải trả nghiệp cũ.

Có thể nói, người quy y Phật, quy y Pháp, Quy y Tăng là người quay về nương tựa nơi Đức Phật, nơi Giáo Pháp, nơi chư Tăng, là đã gieo chủng tử giác ngộ cho đời này, đời sau. Hãy luôn nhớ nhân quả là do thân, khẩu, ý sanh ra. Người quy y phải luôn giữ 5 giới. Nếu người quy y lỡ có phạm giới thì tội sẽ nhẹ hơn người chưa quy y . Vì chắc chắn người đã quy y thì tâm không cố ý phạm giới. Chỉ khi nào tâm cố ý phạm giới thì tội rất lớn.

Do vậy đã quy y rồi thì hãy luôn luôn giữ giới bằng thân, khẩu, ý để đừng gây nhân quả, đừng tạo nghiệp. Người tu phải biết sợ hành động bất thiện mình đang làm. Không sợ thành công hay thất bại, không sợ đúng hay sợ sai mà hãy biết sợ nhân quả. Biết sợ nhân quả thì sẽ không làm tổn hại đến chúng sanh, không làm những điều bất thiện vậy.

BÀI KINH CATUMA

Duyên khởi của bài kinh này: Ngài Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên dẫn 500 vị đệ tử trở về đảnh lễ Đức Thế Tôn. Nhưng do mới xuất gia nên phong cách đạo hạnh của các vị này chưa trang nghiêm lắm. Khi 500 vị về tới, ồn ào, kẻ nói người cười, đủ thứ chuyện trên trời dưới đất. Khi Đức Thế Tôn nghe như vậy bèn nói Đại đức A Nan Đa ra gặp những vị này khuyên họ bớt ồn ào, nếu không thì sẽ cho về. Nhưng do sự can thiệp của chư Thiên nên Đức Phật mới thuyết về bài kinh Catuma.

Bài kinh nói về bốn sự sợ hãi của người khi lội nước:

- Sóng, ám chỉ sự sân hận và phẫn nộ.
- Cá sấu, ám chỉ sự ham ăn
- Nước xoáy, ám chỉ ngũ dục
- Cá dữ, ám chỉ nữ giới

1. Sóng

Ám chỉ sự phẫn nộ, sân hận. Người mới xuất gia, sống trong chùa với nội quy, giáo luật nghiêm khắc. Người lớn tuổi bị những vị nhỏ tuổi nhưng xuất gia trước nên được phép giáo giới người lớn tuổi nhưng hạ nhỏ hơn, làm người lớn tuổi tự ái, phẫn nộ, bỏ đi đời sống phẩm hạnh của người xuất gia. Trong đạo Phật, người tu trước có tuổi hạ cao thì được cung kính. Tâm sân hận làm cho người xuất gia cũng như tại gia đau khổ, là một trong những loại phiền não mà người xuất gia phải diệt trừ. Bậc thánh Tu-đà-huờn vẫn còn tâm sân. Mãnh lực của tâm sân rất cao. Theo y học, người sân si, phẫn nộ nhiều, chửi rủa la hét nhiều làm tim co thắt dẫn đến bệnh tim. Tâm sân hận nhiều làm cho da mặt đen, mặt mày nhăn nhó, nếp nhăn xuất hiện nhiều trên gương mặt, Thầy trụ trì mà đa sân thì chùa cô độc, chúng không ở được, chùa có chúng ở đông là do thầy trụ trì có tâm từ bi, bác ái nhiều. Tâm sân như núi lửa phun trào đốt cháy tất cả. Tâm từ như bóng mát che chở, bao dung. Vị trụ trì có tâm từ bi cao thì chúng cảm thấy an ổn, mát mẻ, vị trụ trì có tâm sân nhiều làm cho chúng cảm thấy căng thẳng, mệt mỏi. Người sân giọng nói rổn rảng, khó chịu. Người đa sân hay phẫn nộ nên tập tu hạnh từ bi. Tâm từ là bài thuốc, là đề mục giúp cho mình chuyển hóa.

- Tu hạnh tâm từ phải ngồi thiền và đề mục là 2 chữ Metta. Metta là tâm từ. Thở ra niệm "met", hít vào niệm "ta" để làm chủ tâm mình, an lạc trong hơi thở. Khi tâm thuần thục, mình đã làm chủ được tâm khi cơn giận nổi lên, mình niệm "Metta".

- Tập nhìn: Quán một cảnh vật, một đối tượng thì tập nhìn nhiều khía cạnh. Ví dụ: Mình không thích ông A, nhìn mặt thấy ghét thì mình không nhìn mặt, mà nhìn tướng đi của người đó, nhìn tướng đi thấy ghét thì mình nhìn cách lạy Phật. Có khi nhìn cách ông A lạy Phật thì lại thấy dễ thương. Người xưa nói: "Khi thương trái ấu cũng tròn, khi ghét trái bồ hòn cũng méo" hoặc "Thương ai thương cả lối đi, ghét ai ghét cả tông chi họ hàng".

Tâm con người là vậy. Muốn phát triển lòng từ bi phải tập quán chiếu. Càng quán chiếu, càng nhìn sâu rộng thì cái tâm thông cảm sẽ xuất hiện. Trong chùa có vị sư rất lười biếng, làm lũng đoạn chúng, tấm gương xấu phát huy rất mạnh. Sư nghĩ mình tu là tìm an lạc và hạnh phúc, nhưng sư khổ vì người làm biếng này, vì chúng bắt chước ông ta. Sau đó sư mới nghiệm ra rằng, chùa ít mất cắp là vì có ông sư làm biếng tụng kinh, cứ tới giờ tụng kinh thì vị sư làm biếng đó cứ đi loanh quanh trong chùa, đi tới đi lui, làm ăn trộm không cách nào lọt vô chùa ăn trộm. Cho nên quán như vậy, nhìn thấy mặt tích cực của cái sự làm biếng của ông sư nọ, sư

thấy cũng vui. Phật giáo Nguyên thủy có thực hành phương pháp thiền vipassana. Vi nghĩa là nhiều, passana nghĩa là thấy. Vipassana là thấy đa diện, thấy nhiều góc cạnh.

Con người thấy nhiều góc cạnh đa năng, hiểu biết nhiều mới có sự thông suốt cao, không cục bộ, không giới hạn. Con người đa sân phẫn nộ muốn chuyển hóa thì khi cơn giận nổi lên thì mình tránh né. Cũng giống như mình không thích ông A thì mình né gặp. Có một nhà tư tưởng phương Tây nói: "Tập hoãn lại là liều thuốc mầu nhiệm để chế ngự cơn giận" hẹn chiều nay, hẹn ngày mai, ngày mốt để nguôi ngoai cơn giận, đang giận mà giải quyết công việc thì sẽ làm hư hỏng mọi sự. Tránh né, trì hoãn là hình thức để mình tu tập. Người xuất gia mà không chế ngự cơn giận, tật đố nhiều quá thì mình sẽ không lớn mạnh được trong Pháp và luật này. Chuyển hóa cơn giận rất quý, xả được thì tâm yên vui, nếu cố chấp thì tâm đau khổ, phiền não. Tu mà không xả thì đầy ắp nỗi lo, nỗi sợ, xả nhiều thì hạnh phúc nhiều, tự tại càng cao.

2. Cá sấu

Ám chỉ ham ăn, ăn nhiều. Những người mới xuất gia vào tu trong chùa phải theo giới luật truyền thống cổ xưa là không ăn phi thời, tức là không ăn quá 12 giờ. Người mới tu bị phải ăn ngọ, chịu không nổi nên mau hoàn tục. Có người xuất thân gia đình giàu sang, có địa vị trong xã hội, nay tu phải đi khất thực, đi xin ăn nên có những điều khó kiềm chế, mắc cỡ với những người khác, nghĩ mình con cái gia đình đàng hoàng, máu tự ái dồn dập, bỏ về hoàn tục liền. Những người khác đi ôm bình bát, người ta cho nóng ăn nóng, cho lạnh ăn lạnh, có chuối ăn chuối, có khoai ăn khoai. Ở đất nước Thái Lan, chùa không nuôi ăn cho chúng, cho nên những người xuất gia phải tự khất thực chịu không nổi. Xưa kia, ở nhà muốn gì ăn nấy còn đi tu có gì ăn nấy nên từ đó đâm ra chán, bất mãn. Do đó, đạo Phật là đạo có nhiều cái để mình chấp nhận rất khó: Chấp nhận cạo đầu, mặc áo cà sa, rời bỏ căn nhà thế tục, buông xả dục lạc thế gian. Làm được như vậy chứng tỏ gốc bồ đề của mình vững vàng trong nhiều đời nhiều kiếp lắm rồi. Thời Đức Phật, chư Tăng là những người quyền quý, cao sang nhưng vẫn sống đời khất thực. Nếu chấp nhận được, thích nghi được thì mới trưởng thành trong chánh pháp. Cho nên vào bữa cơm, người tu phải thích nghi, quán tưởng thực phẩm ngon hay dở là do khẩu vị. Người Việt Nam ở miền Tây Nam Bộ, bữa cơm thường có một món canh (canh chua), một món mặn (cá kho tộ), một món xào. Có những món người miền Tây khen ngon nhưng người miền Bắc không ăn được. Vậy nên món ăn ngon hay không ngon là do khẩu vị. Hãy tập quán tưởng rằng thức ăn chỉ dùng để nuôi mạng. Vật thực của đàn-na tín thí cúng dường để mình có sức khỏe tu tập, giữ được mạng sống người tu hành chứ không phải để ăn chơi. Người tu mới vào mà thích nghi được hạnh khất thực, ăn thức ăn của đàn-na tín thí là coi như sống được trong Pháp và Luật này.

3. Nước xoáy

Ám chỉ ngũ dục: Sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, vị ngon và xúc chạm.

a) <u>Sắc đẹp</u>

Người tu nếu không chế ngự được ngũ dục sẽ không lớn mạnh trong giáo pháp. Có nhiều người tu không chế ngự được sắc, tâm ưa thích cái đẹp. Ví dụ: nhà đẹp, áo đẹp, xe đẹp, dép đẹp, sách đẹp, giường đẹp, khăn giới đẹp… Như thế là chưa chế ngự được ngũ dục. Tu là cái gì cũng vừa phải, không thái quá.

b) <u>Tiếng hay</u>

Trong giới luật bỏ âm nhạc. Có người nghiền âm nhạc, xuất gia rồi nhưng ngày nào không nghe nhạc là thấy thiếu. Say mê một giọng hát đó cũng là bị ngũ dục tiếng hay lôi cuốn.

c) Mùi thơm

Người tu phải giản dị, không sử dụng dầu thơm. Trong cuộc sống, có nhiều người ghiền mùi thơm, đi đâu cũng đem dầu thơm.Trong chùa không được dùng dầu thơm xịt phòng, xịt giường, xịt áo.

Một cư sĩ có tật ghiền dầu thơm. Phòng ông ta lúc nào cũng nức mùi thơm, áo quần cũng vậy. Ông ta tu 10 năm theo Bắc tông, sau chuyển qua Nam tông tu cũng được 10 năm. Hai mươi năm tu tập chứng tỏ rằng cây bồ đề này gốc cũng bự. Ai dè, nhân duyên đưa đẩy, ông gặp một cô giáo xinh đẹp có 4 người con gái. Hỡi ơi! Đã bao năm mòn chuông mỏ, tụng đọc trăm nghìn biến chú nhưng bão tố nỗi lên, bồ đề trốc gốc. Ngũ dục lôi kéo chúng ta say đắm, rớt xuống vực sâu lúc nào không hay.

d) Vị ngon

Ăn ngon ở sang . Vị ngon là một dạng ngũ dục.

Có câu chuyện kể thầy trò một vị thiền sư đi khất thực. Về đến chùa hai thầy trò cùng ngồi ăn. Thiền sư giáo dục đệ tử: "Con ăn cơm cho khéo, coi chừng phỏng miệng". Người học trò suy nghĩ: "Cơm canh người ta cúng lâu rồi làm sao phỏng miệng". Thầy nói: "Phỏng miệng ở đây là con ăn không có chánh niệm, ăn không thích sẽ sân, thích ăn nhiều là tham, nên coi chừng phỏng miệng". Vị ngon là ngũ dục thiêu đốt chúng ta nên cần giữ chánh niệm và tỉnh giác giữa thích và không thích.

e) Xúc chạm

Những gì mềm, dễ chịu thì thích, những gì cứng, thô thì không thích. Có người quen nằm nệm, không có nệm thì không ngũ được. Có người quen ngồi thiền bằng gối, không có gối ngồi không được. Đức Phật dạy phải thích nghi trong sự xúc chạm. Niệm Phật có xâu chuỗi mới niệm được như vậy là dính mắc, bám chắc tất cả là phương tiện. Lúc có xâu chuỗi cũng niệm mà không có xâu chuỗi cũng nhiếp phục tâm mình niệm Phật được như thường.

Ngũ dục là năm pháp chi phối người mới xuất gia, chưa đủ kinh nghiệm, chưa tu học cao dễ bị rơi vào năm ngũ dục. Nếu không có chánh niệm sẽ bị nước xoáy cuốn trôi. Năm ngũ dục này lôi kéo làm ta không lớn mạnh trong chánh pháp được.

4. Cá mập

Cá dữ hay còn gọi cá mập ám chỉ cho phụ nữ. Đối với người tu, kẻ thù của phạm hạnh là người nữ. Bạn lành của sa môn cũng là người nữ. Chùa to cũng nhờ phụ nữ cúng dường. Nhưng không ai giết sa môn dễ bằng con cá mập là phụ nữ. Pháp tu để đắc thiền là phải ly dục, ly bất thiện pháp. Đời sống xuất gia sa môn hạnh bị phụ nữ làm hư, nhưng phụ nữ lại là niềm tin nên người ta gọi là Tín nữ. Lòng tin của phụ nữ rất cao. Do vậy, chuyển hóa được phụ nữ thì rất tốt.

Đức Phật hỏi Ānanda:

- Khi thấy phụ nữ thì con phải làm sao?

Ānanda trả lời:

- Thưa Thầy, con phải làm thinh.

- Nếu họ hỏi chuyện thì con phải làm sao?

- Thưa Thầy, nói không quá 6 tiếng.

- Nếu có chuyện phải nhìn họ thì con phải làm sao?

- Thưa Thầy, con nhìn trong chánh niệm và tỉnh giác

Tu là phải có duyên. Có duyên đường tu mới thuận lợi, không duyên đường tu rất gập ghềnh.

Trong tiền kiếp Thích Ca đắc tứ thiền ngũ thông. Đức vua ái mộ nên thỉnh Bồ tát đắc tứ thiền ngũ thông về để đặt bát cúng dường. Bồ tát bay từ núi Tuyết sơn về ngang qua cung điện thấy hoàng hậu xiêm y mỏng manh, ngài khởi tâm ái dục. Ngay lập tức thần thông mất hết, Bồ tát bèn rớt xuống đất. Khi về ngài phải đi bộ, công phu sám hối một thời gian dài mới chứng đắc trở lại như xưa.

Câu chuyện khác kể về vị sa di đệ tử Xá Lợi Phất đắc thần thông. Do nhỏ tuổi nên hay dùng thần thông bay đi chơi, bay giỏi như diều, bay hết chỗ này đến chỗ nọ.

Sư Phụ nói:

- Con à, con mới tu, có phép thần thông này cũng chỉ là tạm bợ. Khi nào cần thì hãy bay, đừng bay lung tung coi chừng ăn cơm với tro.

Không nghe lời thầy, đệ tử này vẫn bay. Một hôm bay qua khu làng có cô gái gánh nước xinh đẹp. Anh khởi ý thích bèn bỏ tất cả, đi theo cô gái. Sau này lớn lên làm đám cưới với cô gái đó. Hằng ngày anh giúp vợ đi chặt tre ở trong rừng, đó là nghề nuôi sống gia đình. Một hôm mãi tới 2 giờ chiều cô vợ mới mang cơm tới cho anh ăn. Nóng giận, anh lấy cái rựa quơ trúng con mắt vợ. Anh ăn năn lắm, vợ anh bị mù một con mắt. Tuy chỉ còn lại một con mắt sáng thôi nhưng người vợ vẫn nấu cơm cho anh mỗi ngày. Do chỉ còn một mắt, không thấy rõ nên người vợ thổi lửa làm tro bay vô nồi cơm. Khi anh chồng ăn cơm trúng tro mới giật mình nhớ lời thầy dạy khi xưa nên khóc rống lên. Bà mẹ vợ của anh ta tưởng anh ta ăn năn chuyện làm hư con mắt của vợ. Anh ta nói với họ là: "Con nhớ thầy của con" và đi tìm ngài Xá Lợi Phất xin xuất gia trở lại. Sau đó anh trở thành người xuất gia chững chạc, không còn ham thích bay nhảy như xưa.

Câu chuyện cho thấy những người tu chứng đắc thần thông nếu còn bị dính mắc vào ngũ dục rất đau khổ, phiền não, khó rời thoát biển khổ sanh tử luân hồi.

Qúy vị có duyên lành xuất gia, rời bỏ căn nhà thế tục, rời bỏ ngũ dục thế gian, hãy tập trung tu thiền để chứng đắc thiền. Nên tránh sóng tức là sân hận, tránh cá sấu tức là sự ham ăn, tránh nước xoáy tức là ngũ dục, tránh cá mập tức là phụ nữ.

TIỂU KINH ĐOẠN TẬN ÁI[16]

Bài kinh số 37 tựa đề: "Tiểu kinh đoạn tận ái".

Kinh này tiếng Phạn là Culatanhasankhavasuttam.

Đoạn tận ái nghĩa là gì? Ái tiếng Phạn là tanha. Ái diệt, ái đoạn tận gọi là niết bàn. Niết bàn không ái.

Bài kinh này gọi là tiểu kinh. Chúng ta chú ý bài kinh này để tu làm sao diệt ái, gọi là Niết bàn.

Mở đầu bài kinh: "Một thời, Thế Tôn ở tại Savatthi, Đông viên, giảng đường Lộc Mẫu. Rồi Thiên Chủ Sakka đến tại chỗ Thế Tôn ở, sau khi đến, đảnh lễ Thế Tôn và đứng một bên. Thiên chủ Sakka đứng một bên bạch Thế Tôn:

- Bạch Thế Tôn, nói một cách tóm tắt, đến một mức độ nào, một tỷ kheo ái tận giải thoát?

Ở đoạn này ta thấy mối liên hệ giữa Đức Phật và vua Trời Đế Thích. Vua Đế Thích là học trò của Phật Thích Ca, ngài đã chứng Tu-đà-huờn . Vua Trời Đế Thích hỏi Đức Phật Thích Ca: "Đến mức độ nào, một Tỷ kheo ái tận giải thoát, cứu cánh thành tựu, cứu cánh an ổn, khỏi các khổ ách, cứu cánh phạm hạnh, cứu cánh viên mãn, bậc tối thắng giữa chư Thiên và loài Người"?.

Ngài Mục Kiền Liên thì không hỏi mà đi lên cõi trời thăm vua Đế Thích rồi hỏi về câu trả lời của Phật về vấn đề ái tận giải thoát. Vua Trời Đế thích bận bịu say mê các cô tiên nữ nên không nói.

Quý vị biết là có 6 cõi trời nằm trong cõi dục là: Tứ đại thiên vương, Đạo lợi, Dạ ma, Đẩu xuất, Hóa lạc và Tha hóa tự tại.

Vua Trời Đế Thích tuy đã đắc quả Tu-đà-huờn nhưng vẫn còn ái, đắm say tiên nữ, đắm say vui chơi. Nên thay vì trả lời câu hỏi của ngài Mục Kiền Liên, vua Trời Đế Thích đã "đánh trống lảng" và chỉ muốn giới thiệu cho Mục Kiền Liên đi xem lâu đài. Ngài Mục Kiền Liên liền ấn ngón chân làm cho lâu đài rung chuyển. Sự rung chuyển này làm cho chư Thiên và Vua Trời Đế Thích hoảng sợ khiếp đảm, cuối cùng phải thuật lại cho Mục Kiền Liên nghe câu trả lời của Đức Phật về ái tận giải thoát.

Trong cuộc sống, Đức Phật đi tới đâu không phải lúc nào Ngài cũng luôn được kính trọng. Đệ tử của Phật cũng vậy, không phải ai cũng thuyết phục được người khác và được ngưỡng mộ. Ví dụ, chư tăng ni ở trong chùa thì được người hiểu đạo kính trọng, người không biết đạo thì không biết tôn kính. Ngài Mục Kiền Liên cũng bị vua Trời Đế Thích đối xử thiếu lòng tôn kính trong trường hợp đó.

Từ đó ta thấy trong mối tương quan giữa con người với nhau, nếu không đủ duyên thì đôi khi cũng phải làm giống như con hổ là gầm lên một tiếng cho người ta biết đây là hổ.

Vua Trời Đế Thích chỉ ham mê vui chơi với các tiên nữ. Mục tiêu của Ngài Mục Kiền Liên đi lên cõi trời ba mươi ba để hỏi Đế Thích câu trả lời của Phật về ái tận giải thoát nhưng Đế Thích lại cho đi tham quan lâu đài. Nên Mục Kiền Liên làm cho đất rung chuyển, lúc đó Đế Thích mới giật mình và cho Mục Kiền Liên biết câu trả lời của Phật như sau:

[16] Bài pháp này Đại Đức Thiện Minh giảng tại chùa Bửu Quang ngày 26/8/2011 trong khoá An cư kiết hạ.

"Thật không xứng đáng , nếu có thiên vị đối với tất cả pháp". Vị ấy biết rõ tất cả pháp. Sau khi biết rõ tất cả pháp, vị ấy biết một cách rốt ráo tất cả pháp. Do biết một cách rốt ráo tất cả pháp, nếu có một cảm thọ nào, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ, vị ấy sống quán tánh vô thường, sống quán tánh ly tham, sống quán tánh đoạn diệt, sống quán tánh xả ly trong các cảm thọ ấy. Vị ấy nhờ sống quán tánh vô thường, sống quán tánh ly tham, sống quán tánh đoạn diệt, sống quán tánh xả ly trong các cảm thọ ấy nên không chấp trước một vật gì ở đời. Do không chấp trước nên không phiền não, do không phiền não, vị ấy chứng đạt Niết bàn. Vị ấy tuệ tri: Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, những việc cần làm đã làm, không còn trở lại đời này nữa".

Ở đây vị tỳ khưu thắng tri tất cả pháp. Tri là hiểu. Pháp tiếng Phạn là dhamma. Pháp là cái gì? Tất cả "Tướng" và "Vô tướng''… "Sắc" và "Vô sắc"… tất cả "Cảnh giới của Tâm" và "Tâm" đều là Pháp, tức là cái chi cũng là Pháp, đặc tánh chi cũng là Pháp. Như thế, tất cả những gì "có xảy ra" hay "không xảy ra" mà tâm thức có thể "cảm" và "thọ" được đều thuộc về "Pháp". Pháp hoàn toàn không do nơi Ta mà có, không do nơi Ta mà diệt… hoàn toàn do nơi Pháp từ nhân duyên sanh, cũng do nơi nhân duyên diệt. Tất cả các Pháp đều là "không".

Biết cảm giác đi, biết cảm giác ăn, biết bản chất đi, biết bản chất ăn …đó gọi là pháp chơn đế. Trong pháp tục đế có pháp chơn đế, trong pháp chơn đế có pháp tục đế.

Tỳ khưu phải biết được tất cả pháp, liễu tri các pháp. Thắng tri và liễu tri. Thằng tri là biết về pháp đó, hiểu về pháp đó một cách rõ ràng. Liễu tri có ý nghĩa cao hơn. Thắng tri do học mà biết, còn liễu tri do hành mà biết. Nhờ liễu tri tất cả các pháp nên nếu có cảm thọ, lạc thọ, khổ thọ hay bất khổ bất lạc thọ nào, chúng ta quán tánh vô thường, quán tánh ly tham, quán tánh đoạn diệt, quán tánh xả ly trên các cảm thọ.

Có thể nói toàn bộ đời sống của chúng ta đều nằm trong ba cảm thọ này, nó chi phối con người mạnh mẽ. Lạc thọ là những cảm giác mình muốn và đạt được. Khổ thọ là những gì mình không muốn nhưng lại gặp phải. Ví dụ : ngày quý vị mới vô mùa an cư kiết hạ, quý vị thích thời tụng kinh sáng, tụng kinh chiều. Quý vị thích ngồi thiền, hoan hỷ khi nghe giảng pháp. Còn bây giờ, sau gần hai tháng vô hạ, lặp đi lặp lại những thời khoá công phu như vậy, có lẽ trong quý vị cũng từng có cảm giác bị bão hoà, không khí cũng bớt sôi nổi, chư tăng, tu nữ có lúc cũng vắng nhiều hơn lúc ban đầu, tụng kinh không còn êm ả như trước mà dường như gấp rút hơn, tụng nhanh hơn như thể để còn làm việc khác. Quý vị ngồi thiền thân tâm cũng không còn an lạc như trước. Người nghe pháp thì vắng nhiều do không còn ham thích nữa. Đó là thọ khổ. Nhưng cũng có người không lạc không khổ. Sự bất khổ bất lạc thọ này do không chấp trước một sự việc gì trên đời.

Ba cảm thọ này sanh lên, thường xuyên xuất hiện trong tâm hành giả. Cho nên tỳ kheo phải quán tánh vô thường. Cuộc đời luôn thay đổi. Niềm vui hoan hỷ lúc mới vô hạ giờ đã vơi cạn dần. Qua đó hãy quán sự hời hợt của chúng ta, quán sự đông đảo trước kia rồi bây giờ vắng vẻ, biết đó là vô thường. Cho nên thú vui nào cũng mở đường cho đau khổ. Hoa nở để rồi tàn. Trăng tròn để rồi khuyết. Hạnh phúc để rồi khổ đau. Sum họp để rồi chia xa. Quán để chiêm nghiệm bản chất vô thường của vạn pháp. Nếu quán được như vậy chúng ta thấy thật tướng vô thường của tất cả mọi sự vật hiện tượng trong cuộc đời thì sẽ không sợ hãi, không phiền não.

Có một vị Hoà thượng xưa nay rất nổi tiếng, uy tín, phong độ, trụ trì một ngôi chùa lớn với nhiều hoạt động từ thiện giúp cho bá tánh khắp nơi. Vậy mà giờ đây vị hoà thượng ấy bị bệnh ung thư não. Con người xưa kia với thân thể mạnh khoẻ bảy, tám chục kg bây giờ chỉ còn lại hình hài tiều tuỵ hơn ba mươi kg, đôi chân chỉ còn da bọc xương to bằng cánh tay ngày xưa thôi, đôi mắt trũng sâu như ngọn đèn đã khô dầu. Nhìn những cảnh tượng biến dịch thay đổi đó mà nhớ lại thời huy hoàng của người ta. Hãy tập nhìn tất cả sanh ra và tan rã đều nơi nhân

duyên. Con người mới đây còn thấy mạnh khoẻ , bất chợt bịnh nằm im lìm một chỗ, đến những cử động nho nhỏ cũng rất đau đớn, miệng cố gắng mỉm cười cho an lòng bạn hữu nhưng chỉ là những gượng gạo buồn bã. Người trên giường bệnh héo hon như một bình hoa tàn úa, như củi đã hết lửa, sắc pháp đã hoại.

Quán thật rõ tánh vô thường của vạn pháp

Con người ta sống, mỗi ngày qua đi là tiến dần đến cái chết, là sự sống giảm dần theo từng ngày, từng ngày đó thôi. Thời gian không chờ đợi ai, cái chết không chừa một ai. Quý vị thấy đó, đời sống bây giờ do ăn uống vô độ, quá nhiều hoá chất nên sắc pháp lụi tàn từng giây, từng phút mà không hay biết. Nếu hiểu sự nguy hiểm trong tham ăn, tham uống thì hãy biết dừng lại, biết chừng mực. Chúng ta nên ăn uống giản dị, càng xa hoa, càng ham ăn sơn hào hải vị chừng nào càng chết sớm. Thực phẩm ăn uống bây giờ quá phong phú, đa dạng. Nếu có lòng tham ăn, tham uống quá lớn, quý vị cứ nạp vô cơ thể nhiều những thức ăn, thức uống có những chất phụ gia, những hoá chất độc hại bên trong sẽ không lường hết được hậu quả của nó, tác hại đến sức khoẻ dường nào. Cơ thể chúng ta có điểm dừng của nó. Sắc pháp luôn thay đổi. Tất cả đều nằm trong định lý vô thường, không có cái gì vĩnh hằng với thời gian.

Đức Phật dạy phải quán tánh ly tham

Chúng ta khổ vì chúng ta không biết ly tham, trái lại quá nhiều tham ái. Tham ái nhiều thì chúng ta luân hồi nhiều. Tham ái ít thì luân hồi ít. Không tham thì không luân hồi. Vậy phải quán tánh ly tham. Thường chúng ta tham cái gì? Tham tài sắc lợi danh. Có những người tham sắc nên chết vì sắc. Có những người tham tài cuối cùng chết vì tài. Nói chung, lòng tham chúng ta vô cùng vô tận. Chúng ta dính mắc trong tài sắc lợi danh, trong sắc/ thinh/ hương/ vị/ xúc/ pháp. Ta gọi tên nó là ngũ dục. Suốt cuộc đời ta chìm đắm, tham lam 5 thứ này không ngừng nghỉ. Mắt thấy cảnh sắc nên tham đắm. Tai nghe âm thanh nên tham đắm. Mũi ngửi mùi hương nên tham đắm. Thân xúc chạm nên tham đắm. Ý chúng ta biết cảnh pháp nên chúng ta tham đắm. Cho nên 5 loại dục này chi phối chúng ta dữ dội trong đời sống hằng ngày. Có người bị nặng về mắt, dễ bị lôi cuốn bởi những gì mắt thấy, thấy cái đẹp là xiêu lòng. Chúng ta có căn phòng để ở nên rất dễ bị dính mắc vào nó. Chẳng hạn phải trang trí làm sao cho đẹp, đặt cái bàn viết, cái tủ áo, cái bình hoa sao cho bắt mắt, hợp với sở thích mới được. Nhưng nếu mọi cái bị đảo lộn vị trí, có thể chúng ta sẽ bực bội, sẽ gầm lên. Có người bị nặng về tai, dễ bị lôi cuốn bởi những gì tai thích nghe, ví dụ như âm nhạc, thích nghe lời nói ngọt bởi âm thanh cũng có sức quyến rũ riêng của nó. Có người bị nặng về mũi, có thói quen dùng dầu thơm nên bị ghiền mùi thơm. Suốt ngày chúng ta phục vụ cho 5 món dục này. Dường như ta đã nô lệ cho lòng tham quá nhiều . Tâm tham rất vi tế mà ta không thấy biết. Ở đây có những cái tham thô và tham tế. Có những cái tham ẩn chứa bên trong. Có những cái tham biểu lộ ra ngoài. Tham cái gì thì thân biểu hiện là đưa tay lấy cái đó. Do ý khởi lòng tham nên thân hành động cướp đoạt. Nhiều khi ý khởi lòng tham nhưng do không lấy được bèn biểu lộ lòng tham muốn qua khẩu, qua ý. Có những người suốt cuộc đời nô lệ cho lòng tham, thấy cái gì cũng muốn tham, cái gì thấy ngộ ngộ là nổi lòng tham, lấy đem về chỗ mình. Người ta nói: "Giang sơn dễ đổi, bản tánh khó dời". Nếu không tu tập cho tốt để chuyển hoá tâm tham thì sẽ chết cuộc đời. Tham không chỉ ở những cái lớn như tài sắc lợi danh mà còn từ những cái nhỏ như đồ vật dùng hằng ngày. Người tu phải thấy được tánh tham của mình để sửa đổi vì lòng tham nó ngủ ngầm trong tâm, vì mình quen sống trong tham nên mình không biết đó là tham. Phải bỏ đi lòng tham. Phải dạy cho tâm mình ly tham. Ly tham là dạy cho tâm mình cắt đứt những cái tham, ví như tham mái tóc dài, tham ăn ngon, tham mặc đẹp, tham vẻ xinh xắn của khuôn mặt, tham căn phòng sang trọng, đầy đủ tiện nghi vật chất. Tu phải biết đủ, Đức Phật dạy tu phải biết tri túc. Tri túc là phương pháp giảm thiểu lòng tham.

Đức Phật dạy phải quán tánh đoạn diệt

Cuộc sống này sanh sanh, diệt diệt. Đức Phật nói: "Các pháp hữu vi thật không bền vững, nó có tánh sanh diệt là thường". Vừa mới đây vui sum họp chút xíu thôi đã buồn chia ly. Trong cái vui đã có tánh sanh diệt. Ngày hôm nay buồn, ngày mai vui. Vui buồn cứ sanh sanh diệt diệt, diệt diệt sanh sanh. Trong bình minh đã ẩn chứa hoàng hôn. Trong hoàng hôn đã thấp thoáng bình minh là vậy.

Tiếng Pāli Sankhara có nghĩa là các pháp hữu vi đều vô thường. Tiếng Pāli Dhamma có nghĩa là các pháp là vô ngã.

Cho nên pháp hữu vi là các pháp nằm trong trạng thái vô thường, khổ, vô ngã. Các pháp Tự tánh vốn đều Vô ngã. Vô ngã tức chẳng thuộc về ta, chẳng phải của ta, chẳng do nơi ta v.v… mà đều là do nơi nhân duyên mà sanh, cũng do nơi nhân duyên mà diệt. Đó chính là thật tánh của Pháp. Chúng ta thường bám chắc vào những khái niệm không có thật như: Ta, Danh dự, Thọ mạng, Danh vọng, Địa vị, Tài sản, Chủng tộc, Lịch sử, Văn hóa v.v… vốn là những thứ không có thật vì nó vốn do Nhân duyên hợp thành lại cũng do duyên mà tan rã, hủy diệt. Giống như người bị trôi dạt trên biển lớn thấy một dề lục bình liền khấp khởi vui mừng, bám thật chặt, cho rằng đó là nơi an toàn lâu dài rồi không còn chút lo nghĩ nào nữa. Đâu biết rằng chỉ một vài cơn sóng nhồi hay vài con gió thổi dề lục bình kia tan rã, không còn là chỗ "an toàn" cho người kia bám víu vào đó nữa. Cho nên chúng ta phải thấy thật tướng của các pháp hữu vi là vô thường, khổ, vô ngã, đó chính là sự đoạn diệt, là bản chất đoạn diệt của các pháp.

Quý vị thấy cô Lợi đang ngồi nghe rồi cô chầm chậm đứng lên. Đó là biểu hiện trạng thái đoạn diệt. Cái ngồi đã đoạn diệt rồi mới sanh ra cái đứng lên được. Cô đứng lên từ từ cho thấy đã không còn nhanh nhẹn như trước. Tuổi trẻ không còn nữa thì tuổi già tới. Tuổi trẻ đoạn diệt cách khác. Tuổi già đoạn diệt cách khác.

Đức Phật dạy quán tánh xả ly trên các cảm thọ

Xả ly là buông bỏ, không dính mắc, không cố chấp. Nếu cảm thọ vui, cảm thọ khổ mà không biết quán tánh xả ly thì cuộc sống sẽ đau khổ triền miên. Con người biết xả ly thì sẽ cực kỳ hạnh phúc và an lạc. Nếu cố chấp trên các cảm thọ sẽ đau khổ. Chấp cái này, chấp cái kia, vui cũng chấp, buồn cũng chấp, giữ mãi trong lòng những lạc, khổ ấy thật là mê muội. Con người càng nguyên tắc chừng nào càng không biết xả ly, càng bị trói buộc chừng ấy, bởi nguyên tắc chỉ là do con người tự đặt ra, tự quy ước, quy định với nhau mà thôi.

Ví dụ: Ở chùa có thanh quy, giới luật của chùa thì quý vị tăng ni phải chấp hành. Sáng có tụng kinh công phu sáng. Chiều có tụng kinh công phu chiều. Ai là người tu hành trong chùa thì chấp nhận quy định đó để sống hạnh phúc. Nhưng nguyên tắc này đối với người này là đúng nhưng đối với người khác thì không. Đối với người tu hành công phu tụng kinh, tham thiền là cần thiết nhưng đối với người đời thì không.

Tu là sự lựa chọn của mỗi người. Do vậy ai không công phu thì cũng tùy hỷ với họ. Khổ nhất của người tu là ai cũng công phu mà mình thì không công phu. Giờ ăn sáng đến rồi mà mình mới thức dậy nhưng cũng phải ra ăn sáng để cho người ta thấy khuôn mặt mới ngủ dậy của mình. Cho nên nếu có khi nào quý vị nhìn thấy cảnh đó hãy quán tánh xả ly trên các cảm thọ để tùy hỷ, tùy thuận và không bị chướng ngại.

Ở đời, vui tột đỉnh thì cũng có lúc nhục nhã, đau khổ tột đỉnh. Khi con người trải qua nhục nhã, đau khổ mà còn đủ bình tĩnh vượt qua những đau khổ, nhục nhã ấy, biết vươn lên trong cuộc sống thì con người đó mới đáng cho ta học hỏi. Còn người nào mà chỉ luôn gặt hái những thành công, thắng lợi thì tâm hồn họ sẽ thiếu sự trải nghiệm, sâu sắc. Con người đã từng cực kỳ đau khổ, nhục nhã thì mới có đủ thiện tâm, nụ cười, ánh mắt bao dung để xoa dịu nỗi khổ

cho người khác. Giống như người đã từng mắc mưa mới thấu hiểu được nỗi khổ của kẻ mắc mưa bị lạnh lẽo, ướt át biết chừng nào.

Quán tánh xả ly nên không chấp trước một vật gì trên đời. Còn quá nguyên tắc là chấp, là đồng nghĩa với bắt lỗi. Bắt lỗi được thì lên máu, lên mặt. Không bắt lỗi được thì xị mặt sầu bi, ủ dột.

Đức Phật dạy do quán tánh xả ly, vô thường thì chúng ta sẽ không chấp có cái gì trên đời, vì càng chấp càng lo, càng sợ. Do không chấp trước nên không lo lắng, không phiền não, không sợ hãi. Đó là Niết bàn rồi vậy.

Quán tánh vô thường, ly tham, đoạn diệt… vị ấy biết sanh đã diệt, phạm hạnh đã thành, không còn tái sanh nữa, đắc quả Alahán tức là bậc đã lìa sanh tử và phiền não, là chấm dứt luân hồi.

Bài kinh thứ 37 "Tiểu kinh đoạn tận ái'' chính là nói về Niết bàn. Mục đích tu của chúng ta là đạt quả vị Niết bàn, là không còn ái. Bài kinh giúp cho chúng ta một cái nhìn, một phương pháp tu chân chánh để đoạn tận ái, thấy được quả vị Niết bàn không lâu xa .

Qua bài kinh "Tiểu kinh đoạn tận ái" chúng ta tự thân phải nỗ lực tu tâm, dưỡng tánh để chuyển hoá thân tâm, thanh lọc thân tâm để đoạn tận lòng tham. Chúng ta ly tham, ly si để đến quả vị Niết bàn.

Hãy nên nhớ quả vị Niết bàn có được là do sự công phu, nỗ lực tu tập, không phải do cầu nguyện, van xin mà có.

BÀI KINH NGƯỜI CHĂN BÒ[17]

Kinh này Đức Phật dạy người chăn bò phải có đầy đủ 11 đức tính mới có thể chăn giữ được đàn bò của mình tốt đẹp. Đồng thời Đức Phật dạy vị Tỳ khưu cũng phải có 11 đức tính mới làm cho hưng thịnh giáo pháp. Mười một đức tính đó bao gồm:

1- Biết rõ các sắc.
2- Khéo phân biệt các tướng.
3- Từ bỏ trứng của con bò chét.
4- Biết băng bó vết thương cho bò.
5- Biết xông khói cho bò.
6- Biết chỗ nước có thể lội qua.
7- Biết chỗ uống nước.
8- Biết con đường.
9- Khéo đối với các đàn bò.
10- Không vắt sữa bò đến khô kiệt.
11- Chú ý săn sóc đặc biệt con bò đầu đàn, con bò lớn tuổi.

Đồng thời Đức Phật cũng dạy 11 pháp của người Tỳ khưu nếu không biết tu học, phát triển đời sống nội tâm thì sẽ không lớn mạnh, tăng thịnh, thành tựu trong Pháp và Luật.

1/ Tỳ khưu không biết sắc, đối với sắc pháp không như thật biết tất cả các loại sắc là do bốn đại tác thành.

Vị Tỳ khưu phải biết quán sắc pháp của mình do bốn đại tạo nên (đất, nước, gió, lửa), 24 sắc y duyên cộng với 4 sắc tứ đại sẽ thành 28 sắc pháp. 28 sắc pháp này cấu tạo giữa sự tương quan của 4 sắc tứ đại.

Sắc thực vật: Nếu ăn uống không đầy đủ, ngủ không đủ thì sức khỏe cơ thể xuống, sắc pháp xuống, nét mặt không hồng hào khỏe mạnh.

Đức Phật dạy một thầy Tỳ khưu phải thường xuyên quán các sắc pháp do tứ đại mà thành, nó vô thường, sanh diệt từng sát na. Hãy luôn biết rằng cái thân này, sắc pháp này không phải của tôi, nó thay đổi từng giờ, từng phút. Nếu ta dính mắc, cố chấp vào sắc thân nhiều quá, sự tu tập khó thành tựu. Nếu khi tu thấy cơ thể mình bất ổn phải quán chiếu sắc thân con người vô thường, luôn luôn thay đổi. Do vậy, dù ta có luyến ái, cố chấp, thương yêu sắc thân này thì nó cũng thay đổi. Đâu có ai muốn già, nhưng ai cũng phải già. Nếu cái thân này ba ngày không tắm thì quý thầy đụng vô chỗ nào cũng thấy có đất. Trong người có đất cho thấy rằng thân này do tứ đại sanh ra.

2/ Không khéo phân biệt các tướng

Ám chỉ một vị Tỳ khưu không biết phân biệt các hạnh nghiệp của kẻ ngu, người trí. Cũng giống như người chăn bò không biết sắc tướng của bò sẽ làm lạc bò mà không biết. Người tu không biết pháp, không biết hạnh nghiệp người ngu kẻ trí, người tu hay người không tu thì sẽ khó thành tựu đạo quả. Thế nào là người ngu? Người ngu là người thân phạm giới sát sanh, trộm cắp, tà dâm; khẩu phạm giới nói dối, nói lời đâm thọc; ý tham sân si. Như vậy người ngu là người có thân khẩu ý không thanh tịnh. Dù là người có học vị, có bằng cấp, có địa vị xã hội nhưng không trong sạch thân khẩu ý thì người đó là người ngu.

[17] Bài Pháp này giảng tại Chùa Hưng Phước – TP. HCM.

Thế nào là người trí? Người trí là người thân khẩu ý thanh tịnh, không phạm ngũ giới cấm. Một bác sĩ nếu sai lầm thì làm chết một mạng người. Còn mình sống chung với người ngu có thể họ lôi kéo mình đi theo con đường của người ngu thì mình sẽ bị luân hồi muôn thuở. Đức Phật nói: "Bạn lành là toàn phần của phạm hạnh". Do đó một vị Tỳ khưu phải biết phân biệt hạnh nghiệp của người ngu và người trí, chọn lựa con đường của người trí để gìn giữ tam nghiệp thân khẩu ý trong sạch.

3/ Người chăn bò không biết từ bỏ trứng con bò chét

Đức Phật dạy một vị Tỳ khưu không biết từ bỏ sân tưởng, dục tưởng, ái tưởng tức là từ bỏ những bất thiện pháp nổi lên giống như không từ bỏ trứng con bò chét.

- Dục tưởng: Tư duy của chúng ta nghĩ về dục. Dục có 2 loại. Dục thiện và dục bất thiện. Dục nghĩa là muốn. Muốn tốt, muốn tu giải thoát là dục thiện. Lòng tham, lòng luyến ái, lòng ganh tị là dục bất thiện. Chỉ có những vị thánh A-la-hán mới diệt dục tưởng được. Còn từ bậc thánh Tư Đà Hườn, A-na-hàm thì phải bị dục chi phối.

Còn phàm phu thì dễ bị dục tưởng chi phối. Ví dụ thấy hình ảnh của người nữ bèn thầm nhớ trong tâm hoặc đã đi tu rồi nhưng hình ảnh người yêu cũ vẫn hiện ra trong tâm, trong am cốc của mình. Một mình mình biết, một mình mình hay. Như vậy, dục tưởng rất tinh vi. Chỉ có những bậc thánh mới diệt được dục tưởng. Nếu dục tưởng còn trong tâm thì vị Tỳ khưu sẽ không lớn mạnh trong Pháp và Giới Luật.

- Sân tưởng: Cơn giận thường biểu lộ qua thân. Khi giận người ta thường thể hiện qua những hành động như tát vào mặt, lên gối, xuống chỏ, ném đồ đạc. Sân còn biểu lộ qua khẩu, qua lời nói. Khi người ta sân thì người ta hay chửi mắng, la hét. Người tu có thể sẽ diệt được dục qua thân qua khẩu nhưng khó diệt được sân tưởng trong tâm ý.

4/ Người chăn bò không biết băng bó vết thương.

Cũng vậy thầy Tỳ khưu trong Pháp và Luật không biết chế ngự sáu căn, không thu thúc lục căn thì sẽ bị nô lệ bởi lòng tham, tâm sân, si mê, ngu muội của mình, khiến tham ái, các bất thiện pháp khởi lên. Vị Tỳ Khưu khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị thân, cảm xúc, ý nhận thức các pháp, vị Tỳ khưu không chế ngự được lục căn ví như người chăn bò không biết băng bó vết thương cho bò. Vị Tỳ khưu biết thu thúc lục căn ví như người chăn bò biết băng vết thương cho bò. Người Tỳ khưu phải biết hộ trì ý căn, chế ngự nguyên nhân sanh khởi ý căn. Đó là áo giáp để bảo vệ sa môn hạnh của mình.

5/ Không biết xông khói cho bò tránh muỗi, đàn bò sẽ không khỏe mạnh.

Cũng vậy, trong Pháp và Giới Luật, vị Tỳ khưu không biết thuyết pháp rộng rãi cho người cư sĩ tại gia nghe. Học pháp: học những lời dạy của Phật trong 84000 pháp môn. Hành pháp: Thuyết giảng cho đồng bào Phật tử nghe giúp họ hiểu giáo lí giác ngộ để họ thực hành. Bổn phận của Tỳ khưu là vậy, là giúp cho cư sĩ tại gia phát lòng tin vào Phật Pháp, tự chọn cho họ đời sống: bố thí, trì giới, nhẫn nại v.v…, do thường nghe pháp mà cư sĩ tin vào lý nhân quả, có lòng tin đối với giáo pháp, tăng già và Đức Phật. Người xuất gia phải hành pháp tức là làm theo lời Phật dạy, áp dụng những lời Phật dạy trong đời sống tu tập của mình để thấy được Phật Pháp nhiệm màu. Pháp Phật mà không hành như cái muỗng trong tô canh. Thực hành sẽ thấy được sự nhiệm màu của lời Phật dạy.

6/ Người chăn bò không biết chỗ nước để cho bò lội qua, không biết chỗ nào sông cạn sông sâu.

Cũng giống như vị Tỳ khưu, không biết đến hỏi pháp những vị đa văn, những vị Tỳ khưu tinh thông giáo điển, những vị chuyên trì tụng kinh văn. Vị Tỳ khưu nên biết đến cầu pháp nơi

những vị đại Tỳ khưu hoặc đến những vị giữ giới luật nghiêm khắc để học giới luật. Thấy vị nào chuyên về tạng kinh thì đến cầu pháp học với vị đó. Ngày xưa các vị xuất gia thường nương vào một vị A-la-hán trong chùa để cầu pháp. Ngày nay, chúng ta có Hòa thượng bổn sư chuyên về kinh, luật thì muốn học luật phải đến học với vị này. Quý thầy muốn hiểu những lời Phật dạy thì đọc Tạng kinh. Đại lão Hòa thượng Thích Minh Châu đã dịch bộ Tạng kinh. Ngày xưa khi Thiện Minh còn đi học tại Học viện Phật giáo Việt Nam, Hòa thượng Minh Châu thường đọc từng chương trong bộ Đại tạng kinh 152 bài kinh Trung bộ cho học trò nghe. Cách dạy như vậy rất hay ở chỗ nghe đi nghe lại thẩm thấu hồi nào không hay. Cho nên, quý thầy muốn thông thạo bộ môn nào thì phải tìm đến những vị chuyên thông lĩnh vực đó để cầu học. Biết nương tựa, y chỉ, cầu pháp là một cách hạ bản ngã của mình xuống để học thân giáo, khẩu giáo và học sự hành trì của vị đó. Giống như con khỉ Tề Thiên Đại Thánh phép thuật, thần thông không ai bì kịp vẫn bị đè dưới núi Ngũ Hành hơn 500 năm. Cái ta ngã mạn, kiêu căng, phách lối vô cùng ngu xuẩn kia đã trải qua hơn 500 năm cô đơn trong giá lạnh, đêm uống nước sương tan, ngày ăn rong rêu , chịu cực hình nơi không bóng người qua. Giữa đêm tối lạnh lùng, đói khát, ghê sợ, bão tố, tuyệt vọng, hãi hùng, mệt mỏi, chán nản đến cùng tận…. con khỉ kia biết kêu lên một tiếng: "Sư phụ ơi cứu con" thì ngọn núi bỗng nứt ra, Tề Thiên thoát khỏi địa ngục đau khổ của chính mình. Do có cái tâm biết nương tựa Thầy là sư phụ Đường Tăng Tam Tạng, chỉ trong một niệm Tề Thiên không còn bị núi Ngũ Hành đè nữa, liền được thần thông tự tại, liền được tuỳ thuận như nguyện.

Quý Thầy là những vị Tỳ khưu cũng phải có tâm biết cầu pháp, biết nương vào đời sống phạm hạnh của những vị Thầy, những vị Trưởng lão đáng kính để học đạo.

7/ Người chăn bò không biết rõ chỗ nước uống. Nếu không biết chỗ nào có nước tốt, ăn ngon mà cho bò uống nước đục thì bò không lớn nổi.

Cũng vậy Đức Phật dạy vị Tỳ khưu là người xuất gia mà khi pháp được thuyết giảng, không chứng được sự hiểu biết, không thông thạo, không hành pháp thì sẽ không lợi ích gì. Giống như người chăn bò không biết tìm chỗ cho bò uống nước. Tỳ khưu khi nghe pháp không biết chọn pháp gì để hành thì sẽ không có an lạc. Nên biết, có những pháp môn hay nhưng ở chỗ này hành không phù hợp, chỗ khác thì hành có hiệu quả. Cũng có lúc trong hội chúng không quen pháp môn dẫn đến không ủng hộ thì sẽ thất bại. Do vậy trong Phật Pháp có nhiều pháp môn nhưng vị Tỳ khưu phải biết pháp môn nào hành trì giúp cho mình được an lạc và hội chúng hoan hỷ.

8/ Người chăn bò không biết về con đường.

Vị Tỳ khưu phải biết rõ về con đường Thánh đạo Tám ngành, tu đúng theo bát chánh đạo. Xưa Subhadda vào hỏi Đức Thế Tôn: "Trong xã hội đang sống có những vị giáo chủ tự xưng là giác ngộ hoàn toàn, có đồ chúng đông, giác ngộ cao nhưng làm sao biết vị đó tu đúng chánh pháp? Đức Phật dạy người tu đúng chánh pháp là tu theo bát chánh đạo. Bát chánh đạo là giới định tuệ. Những người hành bát chánh đạo là những người đang đi trên đạo lộ ly tham, ly sân, ly si để chứng đắc giải thoát. Nhiều khi tu, không đi đúng bát chánh đạo thì con đường luân hồi dài mênh mông. Đệ tử của Như Lai dù có dể duôi cũng còn hơn tu theo ngoại đạo. Có nhiều người tu theo khổ hạnh, tu theo đạo Lõa thể, tu theo đạo để tóc dài, đạo tu theo hạnh con chó, họ nghĩ như vậy họ dễ chứng đắc. Đức Phật dạy phải thanh lọc tâm của mình. Tâm giải thoát chứ không phải hạnh giải thoát. Tâm tu để ly tham, ly sân, ly si. Khi tu đúng chánh pháp, dù ai bỏ nhiều tiền kêu ôm bom tự sát để được lên trời, lên thiên đàng thì người tu chân chính không bao giờ làm như vậy. Đó là do mình đã tu tập bát chánh đạo.

9/ Người chăn bò phải biết khéo léo với các chỗ đàn bò có thể ăn cỏ.

Người chăn bò không biết lựa chỗ có cỏ cho bò ăn. Cũng vậy Đức Phật dạy các vị Tỳ khưu phải biết có 84 ngàn pháp môn, vị Tỳ khưu phải biết lựa những gì tinh hoa nhất mà hành trì giống như nhà cháy thì lựa cái gì tốt nhất để chạy đem đi. Trong Phật Pháp, tìm những gì tinh hoa nhất để hành trì. Đó là tứ niệm xứ, là con đường duy nhất để thanh lọc tâm, để ly tham, ly sân, ly si. Tứ niệm xứ: Niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp. Người có đầy đủ thiện duyên phải thực hành tứ niệm xứ nhiều nhất là bảy năm, ít nhất là bảy ngày. Do vậy nhà chùa thường tổ chức khóa tu bảy ngày. Tứ niệm xứ là con đường đặc biệt dành cho những người thượng căn, thượng trí, giúp họ chứng đắc con đường giải thoát. Người có túc duyên sẽ hoan hỷ với pháp môn này, tu tập đạt hiệu quả trong hiện tại.

10/ Người chăn bò không nên vắt sữa bò cạn kiệt.

Đức Phật dạy người xuất gia trong Pháp và Luật, phải biết nhận lãnh vừa đủ các vật dụng của đàn-na tín thí cúng dường. Người ta đến cúng 200 triệu cho chùa, thấy vậy người khác cũng kêu đến chùa khác cúng dường. Làm như vậy là tổn hại đức tin của Phật tử, là lợi dụng lòng tin của Phật tử, kêu phước quá nhiều sẽ mắc lỗi lớn đối với thí chủ, làm họ mất đức tin đối với Tam bảo.

11/ Đối với người chăn bò phải biết quan tâm, chăm sóc bò lớn tuổi, tức là những con bò già, chậm chạp.

Cũng vậy, vị Tỳ khưu đối với những thượng tọa trưởng lão, xuất gia đã lâu ngày, bậc tôn túc trong Tăng giới, bậc lãnh đạo trong Tăng giới phải có sự tôn kính, tôn trọng đặc biệt. Các vị Tỳ khưu phải biết tôn trọng Viện chủ, Trụ trì, Quản chúng, Trưởng lão, Tỳ khưu. Có những vị mới giữ được một chút Giới Luật, sanh lòng ngã mạn xem thường Viện chủ, Trụ trì. Tỳ khưu phải biết kính trọng tuyệt đối nơi vị Trụ trì, vị Quản chúng. Không tôn trọng là làm động chúng sẽ bị tổn đức. Tôn trọng những vị Trưởng lão, Tỳ khưu tu lâu năm nhưng không có khả năng thuyết pháp cũng phải tôn trọng, kính quý từ trong tâm, không được xem thường, nếu xem thường thì sự tín nhiệm của đàn-na tín thí sẽ không lâu dài đối với bản thân mình. Pháp cung kính Tam bảo giúp cho con người tạo được nhiều lòng tin đối với hội chúng lâu dài.

Người chăn bò có 11 đức tính kể trên thì đàn bò mới được hưng thịnh, giúp cho đàn bò phát triển tốt đẹp, hữu dụng.

Vị Tỳ khưu có 11 đức tính như đã nói thì vị ấy được thành tựu, lớn mạnh, trong sạch trong Pháp và Luật.

BÀI KINH TỪ BI[18]

Thường thì chúng ta lễ bái Tam bảo trước khi nghe Pháp rồi tụng bài kinh Từ Bi.

Duyên khởi của kinh này là Đức Phật thuyết khi Ngài còn tại thế, đối tượng là các vị Tỳ kheo nghe. Xưa kia, các vị tỳ kheo phải lên núi rừng tu. Các thầy sợ ma, sợ dạ xoa, sợ núi rừng hoang vu. Nếu không có nội lực thì sẽ bị ma vương phá phách. Ở Bửu Quang có nhiều cây cối, xa hơn có nghĩa trang Gò Dưa. Không gian này cũng có lúc làm nhiều người sợ hãi. Các thầy Tỳ kheo ngày xưa thường đi lên núi Hy Mã Lạp Sơn tu thiền. Các vị lên giữa lưng chừng núi thì bị ma phá. Do sợ hãi nên các thầy về bạch Phật, xin Phật chỉ cho cách nào để bớt sợ ma. Do vậy Phật thuyết bài kinh Từ Bi này.

Nội dung bài kinh Từ Bi dạy chúng ta tập thương như người mẹ thương con, thương như người cha thương con, thương như người thầy thương học trò. Bài kinh nói về tình thương đối với muôn loài. Nếu buổi sáng quý vị tụng bài kinh Từ Bi này thì ngừa được ma lúc ban ngày, tối tụng thì ngừa được ma lúc ban đêm. Lúc ban đầu Hoà thượng Hộ Tông dịch theo lối văn xuôi. Sau Hòa thượngng Minh Châu dịch theo thơ năm chữ. Còn nội dung bài kinh Từ Bi dựa theo bản dịch trong Kinh tụng Phật giáo Nguyên thủy Việt Nam.

"Hiền nhân có đủ đức tài

Hằng tìm lợi ích tương lai cho mình

Dọn lòng an tịnh thanh bình

Tiến vào cực lạc vô sinh Niết bàn

Giữ lòng chánh trực đoan trang

Nhu hoà lương thiện chẳng màng khoe khoang".

Hiền nhân cầu an lạc. Hiền nhân là người tốt. Chúng ta - những người ngồi đây cũng là những người tốt, đều là những hiền nhân (nếu không thì đã ở nhà đi nhậu, đi hát karaoke, quán bar, vũ trường, đi đua xe, trộm cắp). Người hiền không chỉ cầu cho mình có sự an lạc mà còn cầu mong cho những người chung quanh có sự an lạc, hơn thế nữa là cầu cho Tổ quốc được an lạc. Chúng ta nên huân tập pháp lành, người hiền luôn đi tìm điều tốt để làm. Mỗi ngày qua đi hiền nhân đều kiểm chứng có bao nhiêu điều lành mình đã làm, bao nhiêu điều xấu mình đã phạm. Nếu kiểm chứng trong tâm thấy những điều tốt ít quá thì hiền nhân ủ dột, chư thiên ủ dột nhưng A tu la thì reo mừng. Vì sao? Nếu hiền nhân làm những việc gây nhân quả thì sẽ tái sanh vào cõi xấu nên A tu la vui mừng vì có thêm đồng bọn. Nếu hiền nhân làm những điều thiện thì chư Thiên vui mừng vì có thêm một vị bồ tát trong tương lai, còn ma vương thì buồn bã. Hiền nhân ngay thẳng chỉ lỗi cho người, sống nhu thuận hài hoà với mọi người, không kêu căng, ngã mạn. Hiền nhân có tâm hiền hòa và lời nói dịu dàng, không nói lời thô tục, chưởi rủa mắng nhiếc, dù có quyền chức vẫn luôn sống gần gủi, thân thương với mọi người. Tiểu nhân sống nịnh bợ, thượng đội hạ đạp, tráo trở, gian dối, gây chia rẽ mọi người, tâm độc ác, thủ đoạn, lời nói thô lỗ, cộc cằn, nói lời đâm thọc. Trong cuộc sống quý vị vẫn thường gặp những người học ít nói nhiều, người ta gọi là "nổ", là thùng rỗng kêu to. Hiền nhân sống khiêm tốn, tri túc (biết đủ) biết làm cái gì và không nên làm cái gì. Hiền nhân làm phước không tiếc, sống giản dị, phương tiện vừa đủ sống để tự tại chớ không phải để khoe khoang, hưởng thụ. Có

[18] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

những phụ nữ bỏ ra 5 ngàn đô la sửa sắc đẹp thì không tiếc nhưng đi làm phước thì suy nghĩ, tính tới tính lui, làm phước rồi lại tiếc.

Thanh bần thủ phận an nhàn
Không ham thế sự tịnh an cõi lòng
Lục căn chế ngự nghiêm phòng
Không cho liều lĩnh luyến mong dục trần.

Hiền nhân sống tri túc nhưng rộng rãi với người chung quanh. Sống thanh đạm, không rộn ràng. Đời sống của hiền nhân thanh tịnh, thích nơi vắng lặng, không muốn tham dự vào những chỗ đông vui, vì những nơi đó nếu không biết tu thì sẽ phiền phức lắm. Hiền nhân có lục căn trong sáng, mắt không láo liêng, liếc qua liếc lại, ánh nhìn luôn ngay thẳng, trực diện, mắt không ngó ngược ngó xuôi khi thấy phụ nữ đẹp, tai không ham thích âm thanh của âm nhạc thế gian, không ham thích nghe những lời vô ích. Hiền nhân có trí tuệ thông minh, sáng suốt thấy rõ được tội và phước. Ví dụ quý vị nghe Pháp, hiểu những lời Phật dạy, thấy thương cha mẹ nhiều hơn, có trách nhiệm với gia đình nhiều hơn. Là người có trí tuệ, hiền nhân luôn biết tự trọng, không luyến ái, không bị cuốn theo ái dục và si mê. Hai món này lôi kéo chúng ta, làm cho mê muội không thấy nhân quả, tội phước. Luyến ái, si mê, tham lam làm con người đôi khi đánh mất đi nhân cách. Quý vị đọc báo thấy có nhiều tin tức về những vụ giết người vì ghen tuông, vì tranh giành nhà cửa, đất đai. Thậm chí chỉ vì tức giận khi mất một con gà cũng gây ra án mạng. Vợ tưới xăng đốt chồng. Chồng cầm búa đánh vợ. Cháu giết bà nội cướp dây chuyền. Những điều như thế cho thấy cái tâm của chúng sanh mờ tối, si ám, ngu độn. Không một phút giây nào mà không có phong ba, bão tố cuốn hút chúng sanh đi về cõi phiền não, địa ngục, đau khổ và vì thế triền miên ngụp lặn trong luân hồi.

Không làm dơ bẩn tinh thần
Tránh lời chê trách thánh nhân phê bình
Mong cầu tất cả chúng sinh
Dồi dào hạnh phúc hoà bình sinh nhai
Cầu cho ba giới bốn loài
Chúng sanh yếu mạnh, vắn dài bình trung
Béo, gầy, nhỏ, lớn không cùng.
Hữu hình, vô tướng muôn trùng gần xa
Chưa sanh hoặc đã sanh ra
Thảy đều cộng hưởng hà sa phước lành.

Đức Phật Thích Ca muốn thành vị Phật tổ để cả thế giới biết đến giáo pháp của mình, Ngài phải bỏ quyền lực của ngai vàng, bỏ cha già và vương triều, bỏ tình yêu bên vợ đẹp, con ngoan, bỏ những dục lạc thế gian mà con người luôn ham muốn để tìm chân lý giải thoát. Hiền nhân không làm việc ác dù là việc ác nhỏ vì biết lý nhân quả. Đạo tràng này gồm những người ham tu, ham làm việc thiện mới tổ chức những buổi sinh hoạt như vậy để giúp mọi người được an vui, mong cầu cho tất cả mọi người, các công nhân ở đây luôn được hoan hỷ trong chánh pháp, không phân biệt một ai. Đó chính tâm từ bi của hiền nhân.

Với muôn loài chúng sanh: không phân biệt lớn nhỏ, bậc thánh hay phàm phu. Bậc thánh là những vị đã đắc đạo. Phàm phu như chúng ta đây là người còn tham, sân, si… là những người còn tham ái. Ví dụ mấy anh công nhân đi làm thấy cô công nhân nào đẹp thì dòm trộm, nhìn lén, giới trẻ bây giờ gọi là "tia". Nếu "tia" nhiều quá thì mệt tim, có người đau tương tư, bỏ sở làm, thất vọng, phiền não. Có nhiều cảnh ngộ do tham ái làm cho con người ta dở dở ương ương, tỉnh không ra tỉnh, điên không ra điên. Quý vị thỉnh thoảng cũng có dịp nghe những tin tức đại loại như có cô gái mới 20 tuổi nhảy cầu Chương Dương tự tử vì thất tình. Ở trong

thành phố Hồ Chí Minh, mới đây có người chồng vì ghen quá nên phóng lửa đốt nhà làm cho vợ và ba đứa con nhỏ chết cháy. Đó là thảm kịch phát sanh do vô minh, tham ái, là thể hiện một loại tinh thần nhơ bẩn như trong kinh Đức Phật đã nói. Sự "nhơ bẩn tinh thần" rất khó làm cho trong sạch nếu ta không hạ thủ công phu tu tập, mỗi ngày tinh tấn tham thiền dưới sự chỉ dẫn của một vị thầy. Có thể nói, nhơ bẩn thân hình, cái bên ngoài có thể gột rửa được, còn sự "nhơ bẩn về tinh thần" sẽ đưa đẩy chúng ta tạo thêm nhiều nghiệp chướng, gây thêm nhiều nhân quả.

Sanh ra là những người như chúng ta đây. Chưa sanh là còn nằm trong bụng mẹ. Đức Phật dạy cho chúng ta tập quan sát, tập chiêm nghiệm, tập rải tâm từ đến với tất cả muôn loài chúng sanh, thể hiện tâm bình đẳng, không phân biệt cao thấp.

Nguyện không lừa gạt, dối manh
Kinh người, miệt chúng, hư danh trang hiền
Dầu cho thân thuộc, xóm giềng
Người dưng kẻ lạ các miền xa xăm
Trong cơn phẫn nộ giận thầm
Cũng không lo nghĩ mưu thâm hại người.

Có thể nói như vầy cho dễ hiểu, người tu sợ nhân, không sợ quả. Người chưa biết tu thì không biết sợ nhân quả. Cho nên quý vị học tu là học làm những điều thiện lành, bỏ những việc xấu ác. Việc xấu như là lừa gạt, dối trá, kinh chê người khác, coi mình là đúng, người khác là sai, không chạy theo hư danh, không sân hận, không mưu mô hại người mình ghét. Đức Phật dạy kinh Từ bi này để giúp chúng ta tập sống từ bi, việc thiện nhỏ không bỏ, việc xấu nhỏ không làm. Nếu quý vị sống được như vậy, tập làm những việc lành đều đặn thường xuyên hằng ngày như vậy thì quý vị sẽ nếm được vị ngọt của sự an vui, mát mẻ chảy ra từ tâm yêu thương trong chính quý vị. Tất cả những người ngồi đây hầu hết là công nhân xa nhà, cuộc sống còn rất nhiều vất vả. Ngoài thời gian làm việc chung với nhau ở công ty, quý vị còn cùng nhau tới đây nghe pháp, học tu tâm dưỡng tánh.

Như vậy, hãy áp dụng bài kinh Từ Bi này trong cuộc sống hằng ngày của mình để thấy thương những anh chị em công nhân khác ở chung quanh mình. Họ cũng không khác gì mình cả. Thương người khác như thương chính mình. Có khi còn thương hơn chính mình nữa, ví dụ người mẹ thương con hơn bản thân mình nhiều năm thức khuya dậy sớm bán xôi kiếm tiền nuôi con ăn học, người cha cõng đứa con tật nguyền đôi chân vượt hơn 20 km để cho con kịp thi vào đại học, người thầy đem hết tất cả thân mạng, thọ mạng của mình để dạy cho đệ tử tất cả những tuyệt chiêu của kiếm pháp. Như vậy, Đức Phật dạy rằng với tất cả mọi người: thân thuộc, xóm giềng, người dưng, kẻ lạ v.v… trong tâm quý vị cũng không nên có một hạt giận, một hạt ghét, một hạt mưu tính hại người.

Như lòng từ mẫu thanh tươi
Trăm cay nghìn đắng vui cười vì con
Dầu cho một mất một còn
Bảo tồn con trẻ vuông tròn ăn chơi
Tình thương ghi tạc đời đời
Từ bi rộng lớn bầu trời thênh thang
Học đòi từ mẫu gương vàng
Mở lòng thương xót bủa tràn gần xa
Chúng sanh trong cõi ta bà
Thoát vòng khổ não, vượt ra luân hồi.

Tình thương của hiền nhân giống như mẹ hiền suốt đời che chở cho đứa con một của người, dành hết tình thương cho đứa con ấy. Có những người cha mẹ chỉ có đứa con duy nhất nếu chẳng may đứa con họ có mệnh hệ gì họ trở thành điên loạn. Thời Đức Phật có nàng Patacara sống trong gia đình giàu có. Nàng thương một người ở và sống với nhau sanh được 3 đứa con. Họ sống nghèo túng nên khi có thai đứa con thứ ba họ quyết định về quê ngoại. Trên đường đi, người chồng chẳng may bị rắn cắn nằm chết trên gò mối. Sau khi chôn cất chồng xong người vợ đau khổ một mình đi tiếp. Lúc đến dòng sông người vợ để đứa con thứ hai trên bờ và đưa đứa con còn lại qua sông, chẳng may quạ tưởng là cục mồi nên nhặt đứa con, nàng thấy vậy quơ tay, đứa con bên bờ tưởng mẹ kêu nên lội xuống dòng sông bị nước cuốn mất tích. Thế là chồng mất, các con không còn. Rồi trên đường tìm về quê cũ, người ta báo cho cô ta biết là anh em, cha mẹ của cô đã bị chết trong một cơn giông bão. Cô ta khóc than cho số phận bất hạnh, khóc than thương tiếc những người thân yêu, ruột thịt của mình đã mất đi. Sau đó cô trở nên điên điên tỉnh tỉnh, nhiều khi loã lồ đi lang thang chỗ này chỗ kia khóc than thảm thiết. Một hôm cô vô tình đi đến Kỳ Viên Tịnh xá khóc than kể lể với Đức Phật. Đức Thế Tôn thương xót phóng hào quang ban rải trí tuệ làm cho tâm thức nàng tỉnh lại. Nàng đã biết xấu hổ vì tình trạng loã thể của mình. Lúc bấy giờ người ta lấy khăn choàng che cho nàng. Đức Phật nói một bài kệ rằng: "Nước mắt nàng khóc, nếu có chỗ chứa nhiều hơn nước biển trong bốn đại dương, vậy nàng hãy đừng khóc nữa, vì khóc không giải quyết được gì, hãy bình tâm quán về sự vô thường của thế gian". Đức Phật nhắc nhở nàng không nên bi lụy vì những gì mất mát chỉ làm cho nàng thêm chìm đắm trong si mê. Nàng bừng tỉnh, hiểu được những lời Phật dạy bèn tìm nơi thanh vắng để tham thiền. Một hôm nàng rửa chân, nhìn những hạt nước trong suốt, long lanh trên chân, nàng quán về sự vô thường rồi đắc đạo. Nàng trở thành trưởng lão ni trong Phật giáo.

Cuộc đời vốn nhiều đau khổ hơn hạnh phúc thì quý vị hãy nên mở rộng tình thương giống như người mẹ hy sinh cho đứa con một của mình. Đừng làm hại lẫn nhau. Con người đau khổ do hẹp hòi, oan trái. Nếu quý vị bao dung, tha thứ, hãy tập sống như là đất, như là mẹ, bất cứ lúc nào cũng ôm ấp, đùm bọc, chứa chất, nuôi dưỡng, cho đi mà không hề so kè tính toán thì quý vị sẽ luôn được an vui, mát mẻ.

Hằng ngày rải khắp các nơi
Bốn phương tám hướng gầm trời bao la
Tấm lòng bác ái vị tha
Gội nhuần tư tưởng đậm đà tình thương
Lòng từ trong sạch như gương
Không pha ác cảm không vương tư thù.

Phật dạy chúng ta tập quan sát, tập chiêm nghiệm, tập rải tâm từ đến tất cả muôn loài chúng sanh không phân biệt giàu nghèo, cao thấp, sang hèn, hướng đến họ mong cho họ tràn đầy hạnh phúc. Lúc hướng tâm như vậy, tâm của hiền nhân sẽ trở nên từ bi. Quý vị tập rải sự mát mẻ, sự bao dung đến những người mình thương trước, rồi đến người mình ghét, rồi đến những loài vô hình khác. Đừng làm hại lẫn nhau, hy sinh như từ mẫu. Bí quyết để sống lâu, để có tâm từ, để cho chư thiên hộ trì là không nên làm hại lẫn nhau. Nếu làm hại những người ơn, người thầy của mình thì quả báo sẽ đến ngay trong hiện tại. Nếu làm hại bạn bè là ta có lỗi làm hại người thì không bao lâu sẽ có người khác làm hại mình. Ví dụ Sư có biết một cô rất ghét ông khách quý của gia đình. Một hôm ông ta tới thăm, thầy bảo cô làm nước cho khách, cô thấy ghét bèn làm một ly nước chanh rồi bỏ muối thiệt mặn cho người kia uống. Cố ý làm hại người ta dù làm một việc nhỏ như cho uống nước chanh pha muối thì cũng là làm ác, hại người.

Người hiền nhân chớ khinh rẻ người nào, dù người đó có lỗi thì mình phải từ bi lấy cái tốt chinh phục cái xấu. Họ bỏn xẻn thì lấy tâm vị tha, bố thí chinh phục họ, đừng khinh những người chung quanh mình dù đó là người giúp việc.Vì con người với nhau phải luôn kính trọng nhau. Dù quý vị cho ai ăn uống đầy đủ nhưng ánh mắt cử chỉ thể hiện một chút xíu khinh khi họ, họ sẽ héo úa chịu không nổi và sẽ bỏ đi. Ở bất cứ nơi đâu đừng khởi niệm sân, si mà phải từ bi bác ái. Đừng ở chùa thì từ bi còn ở nhà thì la mắng, tỏ thái độ gia trưởng. Cho nên hiền nhân phải có tâm mát mẻ, từ ái. Hiền nhân là người mà từ xa gặp người khác đã thấy mát mẻ, hào quang của hiền nhân luôn thu hút mọi người gần gủi. Họ ở đâu là đại thụ, là bóng mát che chở, nhờ công đức, phước lành của hiền nhân giúp cho người phàm phu chung quanh chuyển hóa đau khổ rất nhiều.

Cố tâm niệm niệm công phu
Khi đi, khi đứng, chuyên tu tham thiền.
Nằm ngồi mặc niệm thường xuyên
Sưu tầm đạo quả, gieo duyên Niết bàn
Đó là phương pháp thế gian
Đó là hạnh kiểm đưa đàng vô sanh
Thánh nhân ca tụng tán thành
Xuôi dòng thánh vức, lữ hành nhập lưu
Vượt lên đến mức thắng ưu
Khai thông tuệ nhãn, tầm sưu đỉnh đầu.
A Hàm đạo tuệ gươm mầu
Đoạn tuyệt tà kiến, xả câu dục tình
Bất lai cảnh giới hữu hình
Phạm thiên tạm ngự, nghiêm minh Niết Bàn.

Người hiền tập hạnh từ bi hỷ xả như vậy họ sẽ được an trú trong chánh niệm, phạm hạnh ngày càng sâu dầy sẽ bỏ đi những chấp kiến. Như vậy người đó tu giới luật tinh chuyên, cắt đứt trùng trùng nhân duyên, giải thoát dòng sanh tử luân hồi một khi ái nhiễm không còn nữa.

Bài kinh Từ Bi là những lời Đức Phật dạy chúng ta phải tu hạnh từ bi đến với muôn loài. Người nào chuyên tu tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả làm lợi ích cho mọi người… người đó đang sống đời sống của một hiền nhân. Muốn được vậy hiền nhân phải luôn sống trong chánh niệm ghi nhớ những gì xảy ra, biết mình đang làm gì, không phải làm những gì mình biết, phải biết bỏ đi kiến chấp, kiến thủ thì mới may ra có được trí huệ như thật soi sáng đêm tối vô minh bao trùm tự ngã của chúng ta. Do vậy, quý vị hãy nên biết rằng trong từng sát na hơi thở của người tu tập trên con đường vượt thoát sanh tử đều có trùng trùng ma chướng ngăn cản, phá hoại công phu, không cho chúng ta trở thành hiền nhân. Vì sao vậy? Vì cứ mỗi một người trở thành hiền nhân làm những điều thiện, bỏ những điều ác "Đoạn tuyệt tà kiến, xả câu dục tình" là ma vương mất đi một "người nô lệ" một ma con, nên ma vương (vua ma) đâu có bằng lòng cách dễ dàng như vậy.

Do đó hãy nương vào Tam bảo (chùa Bửu Quang) hãy nương vào hiền nhân (cô Giác Bảo Hoa) nương vào nguyện lực dũng mãnh như kim cương của chính mình (mưa gió cách mấy cũng tới chùa nghe thuyết pháp, bạn rủ đi nhậu thì từ chối, người yêu rủ đi quán cà phê cũng xin lỗi, hẹn dịp khác) chỉ một chút cố tâm niệm niệm công phu, quý vị cũng đủ chiến thắng sự dễ duôi, hàng phục con ma buồn ngủ, lười biếng, và thấy được đâu là Phật Pháp nhiệm mầu.

BỐN PHÁP CHÚC MỪNG[19]

Đây là lời chúc tụng trong kinh cho chư Tăng, Tu nữ, Phật tử theo truyền thống Phật giáo Nam tông.

Lời dạy của Đức Phật trong bài kinh này có nội dung: Chúc sống lâu, sắc đẹp, an vui, sức mạnh.

Tiếng Phạn: Ayu: sống lâu
Vanna: sắc đẹp
Sukha: an vui
Pala: sức mạnh

Bài kinh này Phật thuyết trong Trường bộ kinh - Digha Nikaya. Phật dạy kinh này để chúc tụng cho mọi người.

1/ SỐNG LÂU

Người đời sống trên 60 tuổi gọi là sống thọ. Sống từ 1 đến 59 tuổi mà chết đi gọi là hưởng dương.

Trong kinh nói sống lâu nhờ giữ giới sát sanh. Kinh Pháp cú có câu:
Dù sống trăm năm
Không có thiền định
Và không trí tuệ
Tốt sống một ngày
Có thiền và trí tuệ.
Tiếng Phạn:
Samadhi: Thiền
Paññа: Trí tuệ

Chúng ta nhiều khi dễ duôi nhưng có duyên, đúng lúc thầy nói cho một câu chợt tỉnh thức lo tu tập.

Qua câu kinh pháp cú, Đức Phật không quan trọng việc sống lâu hay không sống lâu mà chúc sống lâu là ý nói chúc đạt được pháp Tứ thần túc. Tứ thần túc là :
Dục: CHANDA
Cần: VIRIYA
Tâm: CITTA
Thẩm: PANNA

a. Dục- Chanda - Muốn

Dục có hai nghĩa tốt và xấu, KAMA là dục - muốn - có ý nghĩa xấu. Chanda là dục- muốn có ý nghĩa tốt.

Ví dụ: Muốn xuất gia, muốn tu thiền. Vậy muốn này là muốn thiện.

Chẳng hạn như ông Cấp Cô Độc hay tin Đức Phật chứng đắc đạo quả nên muốn sáng ngày mai đi gặp Đức Phật. Ý muốn của ông Cấp Cô Độc lớn quá nên làm cho ông thao thức không ngủ được. Mới 3 giờ sáng ông đã mở cửa nhắm hướng Đức Phật mà tới. Từ đầu hôm cho tới giữa khuya Đức Phật giảng pháp cho chư Thiên nghe, còn rảnh rỗi thì Ngài đi kinh hành. Thấy Cấp Cô Độc tới tìm, Đức Phật bèn phóng hào quang và thuyết pháp cho ông ta nghe. Nghe

[19] Bài Pháp này giảng tại chùa Nguyệt Quang (Chandaraṃsey) quận 3, thành phố Hồ Chí Minh

Phật thuyết pháp, ông Cấp Cô Độc đã đắc quả Tu-đà-huờn . Sau đó cảm ân đức của Phật, ông Cấp Cô Độc đã có ý tìm mua đất xây chùa dâng cúng Ngài.

Bà Gotami muốn được xuất gia tu hành. Từ thành Ca Tỳ La Vệ, Bà đã bỏ tất cả y áo lộng lẫy xinh đẹp, đơn sơ với đôi bàn chân dẫm lên đất đá vượt đường xa để xin Phật cho phép người nữ xuất gia. Phật khước từ. Lúc bấy giờ Đại đức Ānada nhìn thấy bà Gotami hai chân sưng to đau nhức vô cùng nhưng vẫn không rời bỏ ý định xuất gia bèn xin Phật cho bà được như ý nguyện. Nhưng Đức Phật vẫn kiên quyết không chấp thuận. Đại đức Ānada liền quỳ dưới chân Đức Phật tha thiết xin giùm cho bà Gotama. Ānada nói: Kính bạch Thế Tôn, nếu người nữ xuất gia có chứng đắc đạo quả không? Đức Phật trả lời: Người nữ xuất gia có thể chứng đắc đạo quả Alahán Thinh văn.

Sau đó, Đức Phật thuận ý cho bà Gotami xuất gia và ban Bát kỉnh Pháp. Như vậy, việc ông Cấp Cô Độc muốn đi tìm Phật lúc 3 giờ sáng hay việc bà Gotami - Kiều Đàm Di Mẫu từ bỏ đời sống ấm êm trong nhung lụa giàu sang để xuất gia chính muốn đó gọi là Dục - Chanda.

b. Cần – Viriya.

Cần là siêng năng, nỗ lực không ngừng. Trong đời sống người không tinh tấn, nỗ lực sẽ không bao giờ thành công trong học tập, trong công việc. Trong tu hành cũng vậy, nếu người tu sĩ không có đức tánh cần- VIRIYA thì sẽ tu không có kết quả, học kinh không giỏi, hiểu kinh không nhiều, không siêng năng thì chắc chắn không thường xuyên quét dọn, phòng ở sẽ lôi thôi, luộm thuộm lắm.

Cần còn có nghĩa siêng năng, nỗ lực đoạn trừ bất thiện pháp như sát sanh, nói dối, tà dâm, trộm cắp, uống các chất say, nóng nảy, lười biếng, giận hờn, ghen ghét, ích kỷ v.v…

Nếu những pháp ác chưa sanh thì phải tinh tấn, nỗ lực đừng cho nó sanh. Nếu những ác pháp đã sanh rồi thì phải nỗ lực, tinh tấn đoạn trừ nó.

Cần còn có nghĩa là tinh tấn đối với thiện pháp. Nếu chưa sanh pháp thiện thì phải tinh tấn, nỗ lực làm cho nó phát sanh như là cung kính, tùy hỷ, bố thí cúng dường, từ bi, hỷ xả, chăm chỉ, thương yêu v.v… Tinh tấn duy trì thiện pháp bền lâu.

c. Tâm- Citta

Tâm là gì? - Là biết cảnh.

Quý vị từ cốc của mình đi lên lớp học, tâm dẫn quý vị đi. Tâm thì vô cùng quan trọng, Pháp cú kinh Đức Phật có dạy:

“Tâm dẫn đầu các pháp. Tâm làm chủ. Tâm tạo tác. Con người nói hay làm gì cũng với tâm thiện thì hạnh phúc sẽ theo ta như bóng với hình.

Tâm dẫn đầu các pháp. Tâm làm chủ. Tâm tạo tác. Con người nếu nói hay làm với tâm bất thiện thì đau khổ sẽ theo ta như bóng với hình”.

Hai câu kinh Pháp cú này đề cập đến hai trạng thái quan trọng của tâm là: hạnh phúc hay đau khổ, thiên đàng hay địa ngục, thiện hay ác là do tâm sanh ra.

Tâm thiện: trì giới, cung kính, tôn trọng, bố thí, từ bi v.v….

Tâm ác: phá giới, ngã mạn, bất kính, ích kỷ, ác độc v.v….

Người có tâm thiện sẽ có hạnh phúc.

Người có tâm ác sẽ bị đau khổ.

Khi chúng ta nhìn một người đang sống an vui, hạnh phúc, sum vầy, may mắn, tự tại, thong dong, đầy đủ, xinh đẹp, ta biết họ đang hưởng phước của tâm thiện lành.

Khi chúng ta nhìn một người đang sống phiền não, đau khổ, cô đơn, thiếu thốn, bệnh hoạn, đói rách, ta biết họ đang thọ lãnh nghiệp báo của tâm bất thiện.

Lại nữa, kinh Pháp cú viết:

Không làm các điều ác
Hãy làm các việc lành
Giữ tâm ý trong sạch
Đó lời chư Phật dạy.

Giữ tâm ý không bị ô nhiễm, tránh làm điều ác, siêng làm việc lành. Chư Phật xuất hiện trên thế gian này cũng chỉ để dạy chúng ta 3 điều đó.

Quý vị tập tu sao cho có được tâm tĩnh lặng, trí tuệ, đại bi. Đó mới thật là con đường nguyện lực vô lượng của bậc thiện tri thức vậy.

d. Thẩm – Panna - Trí Tuệ

Trí tuệ nghĩa đen là người học cao, hiểu rộng, có bằng cấp, có học vị. Nhiều nhà khoa học, bác học có những phát minh, sáng chế giúp ích cho đời sống con người, ta gọi họ là những người có trí tuệ thế gian. Tuy nhiên, trí tuệ hiểu theo nghĩa nhà Phật là thấy được vô thường, khổ, vô ngã, thấy được lý nhân quả, nghiệp báo, thấy được nguồn gốc của khổ, hiểu được ý nghĩa thâm sâu của các vấn đề sanh, lão, bệnh, tử, thấy thân ngũ uẩn này là khổ. Người có trí tuệ thấy được rõ cội nguồn của khổ là do tham ái hay còn gọi ái dục mà ra. Ái dục- Tanha- sanh ra Dukkhas - Khổ.

Trí tuệ này còn cho thấy con đường đi đến Niết bàn là Bát chánh đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. Có trí tuệ của nhà Phật thấy được Đạo đế và tu tập dẫn đến Niết bàn.

Cho nên Đức Phật chúc sống lâu là chúc đại chúng thành tựu pháp TỨ THẦN TÚC.

2/ SẮC ĐẸP

Sắc đẹp chỉ cho vẻ đẹp bên ngoài. Ví dụ người ta thường nói anh này đẹp trai, chị kia đẹp gái. Đối với Đức Phật, vẻ đẹp bên ngoài không quan trọng bởi vì người có ngoại hình đẹp mà không có nhân cách đẹp thì chẳng ai muốn thân cận. Có cái đẹp bên ngoài mà không có đức hạnh thì cái đẹp đó vô nghĩa, không thu hút được người khác. Trong dân gian có câu: "Cái nết đánh chết cái đẹp''. Nết đây là đức hạnh, là đạo đức, là cái duyên của một con người. Gương mặt đầu tiên do cha mẹ chúng ta cho khi ta mới chào đời, nhưng cái duyên, cái nết chính là khuôn mặt thứ hai do ta rèn luyện, tu tập mà có. Khuôn mặt này còn được gọi với nhiều cái tên khác như đạo đức, nhân cách, tâm hồn. Đối với người tu hành, ở một chừng mực nào đó thì nết chính là phạm hạnh , là giới đức. Giới đức căn bản là Ngũ giới, Bát quan trai giới. Người tu Sa di thọ 10 giới, 30 điều học và 75 Ưng học pháp. Người tu Tỷ kheo thọ 227 giới. Tu nữ thọ 8 giới, 30 điều học, 8 bát kỉnh pháp, 75 ưng học pháp, tổng cộng cũng khoảng 100 giới. Như vậy cũng không phải là ít.

Sắc đẹp của người tu hành chính là sự giữ giới. Giữ giới trong sạch làm con người tu hành đẹp hơn lên trong mắt người khác. Đó chính là sự ngưỡng mộ, cung kính trước oai đức và đạo lực của những vị tu hành chân thật.

Như quý vị đây, tuy chỉ là Sa di nhưng đã biết giữ giới nghiêm túc. Làm sư và giữ giới của nhà sư là một việc không đơn giản. Ví dụ: Quý vị giữ đúng thời khoá biểu tu học, đúng giờ là đến lớp, không bỏ thời khoá công phu hằng ngày ở chùa, khi sư cả chỉ định làm việc gì thì làm tốt việc được giao, nếu tự ý không làm coi như mất đạo đức rồi đó. Cho nên nói giới là đạo đức, đức hạnh, là lẽ phải mà ta thường xuyên thực hành khi sống trong một tập thể, hội đoàn,

tăng chúng. Khi quý vị có giới đức người khác nhìn vào sẽ thấy quý vị đẹp vô cùng. Cái đẹp này toát ra từ thân khẩu ý trang nghiêm, thanh tịnh, từ uy nghi của phong cách, phạm hạnh trong cuộc sống tu hành thường ngày của quý vị. Quý vị còn trẻ tuổi, hiện đời này mới đặt chân trên con đường tu tập chưa bao lâu nên hãy gắng gìn giữ cái đẹp của giới đức.

Chúng ta thử nhớ lại trong câu chuyện Đường Tăng thỉnh kinh có nhân vật Tề Thiên Đại Thánh và Trư Bát Giới. Hai nhân vật này mâu thuẫn với nhau. Tề Thiên- con khỉ nhỏ con, thông minh, trí tuệ, thần thông, lanh lợi, ăn ít, ngủ ít, chiến đấu với ma vương. Còn Trư Bát Giới- con heo to xác, ngu muội, vô trí, chậm chạp, ăn nhiều, ngủ nhiều, luôn tơ tưởng đến nữ sắc, có chuyện gì cũng chỉ biết khóc mà thôi. Chúng ta thấy cái đẹp của hình ảnh nhân vật Tề Thiên là ở cái tâm thiện, tâm đạo đức luôn chiến đấu diệt trừ cái ác là bọn ma vương. Đó cũng chính là người giữ giới mạnh mẽ nhất. Nữ sắc không làm lay động mảy may tâm giới của Tề Thiên. Có một điều rất thú vị là Tề Thiên luôn sử dụng thần thông, thoắt cái là bay, bay nơi này nơi kia, khi trên trời , khi dưới đất, biến hoá khôn lường. Đó là thần thông. Nhưng muốn có thần thông phải giữ giới nghiêm túc mới được. Cũng như muốn bay thì phải nhẹ (như bong bóng) còn nặng (nhiều tham sân si) thì làm sao bay được.

3/ AN VUI

An vui theo tiếng Phạn là Sukha, nghĩa là hạnh phúc. Nhưng ở đây Phật chúc an vui theo nghĩa Jhana - đạt tứ thiền. Tứ thiền gồm có sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Thông thường ai ngồi thiền cũng trải qua 5 chướng ngại: tham dục, sân hận, buồn ngủ, trạo hối, nghi. Năm chướng ngại này như năm quan ải, năm trận giặc lòng có nhiều ma vương rất khó vượt qua đối với người tu thiền. Trong đó, trạo hối là hối tiếc, nhớ lỗi, nuối tiếc về những bất thiện pháp đã lỡ làm, nghi là không tin, tâm khởi ý nghi ngờ Tam bảo, nghi thiền, nghi thần thông, tâm bấn loạn, sợ hãi. Nếu vượt qua 5 cửa ải này thì hành giả mới có được 5 chi thiền: tầm, tứ, hỷ, lạc, định.

Tầm nghĩa là tìm kiếm (sự an lạc, vắng lặng).
Tứ (bám sát đối tượng)
Hỷ: an vui, hoan hỷ
Lạc: an lạc, tịch tịnh
Định: vắng lặng, an trú.

Muốn chứng được sơ thiền phải buông bỏ hai pháp căn bản là ly dục, ly bất thiện. Ly dục: không dục, không ham muốn. Ly bất thiện: không làm bất thiện.

Muốn chứng nhị thiền phải diệt tầm và tứ.

Muốn chứng tam thiền phải bỏ lạc hỷ.

Muốn chứng tứ thiền phải bỏ định. Theo Vi Diệu Pháp muốn chứng ngũ thiền phải bỏ định và xả.

Đạt tứ thiền mới có tâm an vui trong thế giới ta bà này.

4/ SỨC MẠNH

Theo nghĩa thông thường sức mạnh là có sức khoẻ tốt. Nhưng trong kinh chúc mừng, Phật muốn dạy sức mạnh ở đây là thành tựu được ngũ lực.

Ngũ lực bao gồm tín, tấn, niệm, định, tuệ. Năm pháp này hỗ trợ cho chúng ta tu tập thiền định đạt được kết quả tốt. Năm pháp này thực sự là sức mạnh của người tu.

Tín: Lòng tin mãnh liệt nơi Tam bảo, nơi Đức Phật, nơi giáo pháp và Tăng đoàn.

Chúng ta thường tụng đọc: "Đệ tử quy y Phật, đấng Thiên Nhân điều ngự, bậc bi trí vẹn toàn. Đệ tử quy y Pháp, đạo chuyển mê khai ngộ, ly khổ và đắc đạo. Đệ tử quy y Tăng, bậc hoằng truyền chánh pháp, bậc vô thượng phước điền.''

Tấn: tinh tấn, siêng năng
Niệm: nhớ, ghi nhận tốt
Định: tâm vững chãi, an trụ
Tuệ. Thông thái trong thiện pháp.
Tại sao bốn pháp chúc mừng này là pháp cao thượng?

Xưa nay, người ta hiểu 4 pháp chúc mừng này theo nghĩa thông thường tục đế, nghĩa ở trên lời mà thôi. Còn ý nghĩa cao thượng là chúc những pháp tu để đạt được chơn đế từ đó thành tựu đạo quả, an lạc trong chánh pháp thì không nhiều người biết đến. Trong kinh Niết bàn có ghi lại rằng bọn ma vương lúc nào cũng rình rập xem lúc nào thì Phật nhập Niết bàn. Ma vương đến hỏi khi nào Phật sẽ nhập Niết bàn. Phật nói: Như Lai sẽ nhập Niết bàn khi nào Tỳ kheo, Tỳ kheo ni, Phật tử đông và trưởng thành. Có một lần nọ, Phật nói với Đại đức Ānanda rằng: Này Ānanda, người nào đạt tứ thần túc có khả năng sống lâu hơn một kiếp, có khi sống nhiều hơn một kiếp của quả địa cầu. Nhưng Ānanda không hiểu ý Phật, nên không thỉnh Phật ở lại thế gian lâu hơn nữa. Sau khi Đại đức Ānanda lui ra thì nhân cơ hội đó ma vương thỉnh Đức Phật nhập Niết bàn lần nữa. Lúc bấy giờ Đức Phật im lặng. Ngài quán tưởng tuổi thọ của Ngài và thấy Tăng chúng đã có sự trưởng thành, tăng trưởng về số lượng rồi bèn hứa với ma vương 3 tháng nữa sẽ nhập Niết bàn. Khi đó trời đất rung chuyển, gió thổi dữ dội khắp mọi nơi, chim ngừng hót, hoa lá úa tàn, bốn phương mù mịt cuồng phong bão tố. Đại đức Ānanda giật mình lo lắng, tới hỏi Phật: Tại sao lại có những hiện tượng như vậy? Phật nói: Như Lai vừa mới hứa với ma vương 3 tháng nữa sẽ nhập Niết bàn, đúng vào ngày trăng tròn tháng Tư Vesakha.

Ānanda khóc và thưa rằng: Sự hiện hữu của Như Lai là phúc lạc cho thiên nhân, thỉnh Thế Tôn ở lại thế gian. Phật nói: Này Ānanda, Như Lai đã từng nói với Ānanda rằng một vị Phật tổ đắc pháp tứ thần túc sẽ sống thêm nhiều kiếp của quả địa cầu, nhưng Ānanda đã không hiểu ý của Như Lai. Bây giờ Như Lai đã tuyên hứa và khẳng định với Ma vương 3 tháng nữa nhập Niết bàn rồi, Ānanda báo tin này đến đại chúng. Ānanda im lặng! Ānanda rơi nước mắt khóc buồn thật nhiều.

Như vậy, bốn pháp chúc mừng nhằm đề cập đến pháp tu để thành tựu chân đế, pháp giác ngộ chớ không phải là những lời dạy bình thường. Là lời dạy giúp cho chúng ta ly khổ, đắc lạc hướng đến giác ngộ giải thoát.

Theo truyền thống Phật giáo Nam tông, khi nhận lễ phẩm cúng dường của Phật tử thường tụng kinh chúc phúc bốn pháp này đến cho Phật tử. Những người tin lý nhân quả dâng tứ vật dụng đến với chư tăng, quý sư chúc tụng bốn pháp này là tặng cho họ món quà Phật Pháp cao thượng, giúp họ bớt khổ trong đời sống vốn khổ đau không cùng tận này.

BÀI KINH PHÁP MÔN CĂN BẢN[20]

Trong Trung bộ kinh, bài kinh số 1 gọi là Pháp môn căn bản. Tiếng Pāli gọi là Mulapariyaya Sutta, dịch nghĩa tiếng Việt: Pháp môn căn bản tức là kinh này được xếp lên hàng đầu trong số 152 bài kinh, cho thấy bài kinh này rất căn bản. Gọi là căn bản pháp môn kinh, vì nó chứa đựng những lời Phật dạy nòng cốt, Pháp môn tu hành có công năng giác ngộ, giải thoát khỏi sanh tử luân hồi.

Bài kinh này ý nghĩa rất sâu sắc, mỗi người hiểu theo cách riêng của mình. Bài kinh này chưa có bản chú giải. Gần đây, ông Peter Masfield ở Úc Châu đã dịch xong bản chú giải kinh Trung Bộ bản dịch sang Anh ngữ năm 2010. Tuy nhiên tới tận bây giờ vẫn chưa thấy Hội Thánh Điển Pāḷī (the Pali Text Society) Luân Đôn xuất bản, hy vọng trong tương lai gần sẽ xuất bản quyển chú giải trên để cho Tăng Ni và Phật tử dễ dàng nghiên cứu Phật Pháp.

Kinh căn bản pháp môn đề cập thái độ của bốn hạng người đối với các pháp. Trong Vi diệu pháp có phân ra 12 hạng người. Ở ngoài thế gian thì con người có mặt ở 5 châu. Theo kinh điển Pali, lấy núi Tu di làm chuẩn thì có bốn châu: Nam thiện bộ châu, Bắc cưu lưu châu, Tây ngưu hóa châu, Đông thắng thần châu. Ở các châu này tuổi thọ, phước đức, màu da, chủng tộc của con người hoàn toàn khác nhau. Chúng ta muốn biết thêm về vấn đề này, hãy xem quyển Chúng sanh và sanh thú, hoặc quyển Người và cõi.

Bốn hạng người trong kinh Pháp môn căn bản là:

1. Phàm phu: Trong kinh văn nói hạng người phàm phu là người không yết kiến các bậc chân nhân, các bậc thánh, không thuần thục, không tu hành với các bậc chân nhân, các bậc thánh. Hạng người phàm phu là người không học, tham sân si, chưa có tuệ giác.

Trong phàm phu có hai loại: phàm phu không thấy pháp và phàm phu thấy pháp. Ví dụ: phàm phu còn tham sân si, vô minh nên không thấy pháp. Còn quý vị đây có thể gọi là phàm phu thấy pháp, cầu pháp, học pháp. Biết chùa có những khoá tu thì mình tham gia tu học. Phàm phu học pháp và hiểu các lời dạy của các bậc chân nhân. Hôm nay chùa chúng ta có ba Phật tử ở Nghệ An đến tu học. Họ đã bỏ nhà, bỏ gia đình, bỏ những thú vui thường ngày để đi tới đây tu một tháng. Đây là một sự từ bỏ để học pháp, cầu pháp. Chắc chắn những vị Phật tử này trước khi tới ngôi chùa Bửu Quang xa xôi nằm ở vùng ngoại thành của thành phố Hồ Chí Minh họ cũng đã nghe tiếng về Bửu Quang. Như vậy đây là những phàm phu học pháp, yết kiến các bậc chân nhân, hiểu được những lời dạy của bậc thánh. Đa số những người phàm phu sống nặng trong tham sân si, ái dục, không biết các pháp vô thường, khổ, vô ngã, không chiêm nghiệm được pháp, không thấy được lời dạy của các bậc chân nhân. Còn chúng ta là phàm phu nhưng thấy được pháp, nghe Phật Pháp bằng kinh điển, bằng những lời giảng dạy của chư tăng.

2. Tỳ kheo hữu học: là những vị tâm chưa thành tựu đang sống tầm cầu vô thượng an ổn, đang học pháp, giống như người xuất gia (bỏ đời sống thế gian, từ bỏ tất cả để mong cầu quả vị) nên gọi đó là Tỳ kheo hữu học. Tỳ kheo, theo Luật tạng Pali là những người xuất gia thọ 227 giới, đồng thời phải có tứ tác bạch tuyên ngôn tăng sự.

Trong chú giải kinh Đại niệm xứ, người nào có đầy đủ oai nghi, chánh hạnh, có chánh niệm tỉnh giác thì gọi là Tỳ Kheo. Trong kinh văn, Đức Phật nói: "Này các Tỳ kheo, đây là con

[20] Bài Pháp này giảng tại Tổ đình Bửu Quang, quận Thủ Đức - thành phố Hồ Chí Minh.

đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết bàn, đó là Tứ niệm xứ".

Tâm chưa thành tựu về thiền, giới, định, tuệ, nghĩa là đang học, đang hành pháp. Chúng ta là những người xuất gia đang hướng tâm đến bờ giác ngộ, tập sống đời sống cao thượng, đời sống viễn ly, mặc dù chưa thành tựu.

3. Vị Tỳ kheo là bậc A-la-hán là người không còn phiền não, lậu hoặc, vắng lặng tham sân si.

Trong kinh điển Pāli, Alahán chia 3 bậc:

a/ Alahán Thinh văn giác: là đệ tử của Phật Thích Ca tu 10 pháp độ. Thinh nghĩa là nghe. Có cả nam lẫn nữ, nghe pháp mà đắc đạo quả. Alahán thinh văn giác chia làm nhiều bậc:

- Alahán Thinh văn thượng thủ như Mục Kiền Liên đệ tử tay trái của Phật, Xá Lợi Phất đệ tử tay phải của Phật.

- Đại Alahán: được Phật ban cho mật hạnh. Mục Kiền Liên đệ nhất có thần thông, Xá Lợi Phất đệ nhất có trí tuệ, Kassapa đệ nhất có đầu đà. Tổng cộng có 75 vị Đại Alahán được ban tăng danh hiệu đặc biệt, chúng ta có thể xem trong quyển Trưởng lão Tăng kệ.

- Alahán Lục thông và có tuệ phân tích.

- Alahán xuất gia theo hạnh Ehi bhikhu, thời Đức Phật có khoảng 1250 vị.

- Alahán thinh văn bình thường: vị này đắc Alahán diệt trừ phiền não nhưng không có thần thông.

b/ Alahán Độc Giác: tu 20 pháp độ, tiếng Phạn gọi là Pacceka Buddha chỉ thành tựu, xuất hiện khi không có vị Phật tổ, chỉ tiếp độ với vị nào gần gũi với ngài. Phật Độc Giác chỉ có ở nam, không có ở nữ.

c/ Alahán chánh đẳng chánh giác (toàn giác): tu 30 pháp độ

Sở dĩ 3 vị Alahán khác nhau là do thực hành pháp độ khác nhau đưa đến chứng đắc khác nhau. 10 pháp độ đó là:

Bố thí
Trì giới
Xuất gia
Trí tuệ
Tinh tấn
Nhẫn nhục
Chân thật
Quyết định
Tâm từ
Tâm xả

Trong Pāli có câu: Iti piso bhagava dana parami, dana upaparami, dana paramattha parami. Nghĩa bố thí bờ kia, bố thí bờ trên, bố thí bờ cao thượng. Đức Thế Tôn Ngài dạy:

Bố thí đến bờ kia: là bố thí tiền bạc, của cải, sự nghiệp, vợ con. Cho nên muốn trở thành Alahán Thinh văn giác thì phải thực hiện được hạnh bố thí như vậy, ai xin phải cho mới thành tựu, không cho không thành tựu pháp bố thí bờ kia. Đó gọi là tâm dứt bỏ. Ngày xưa, khi Bồ tát quyết định đem hai con của mình cho một ông già, Bồ tát đã cầm ly nước đổ xuống đất ý nói

nước đã đổ không hốt lại được cũng như việc cho con không đòi lại. Điều đó ám chỉ tâm không luyến tiếc thì mới thành tựu hạnh bố thí bờ kia.

Đức Thế Tôn, Ngài thành tựu pháp bố thí đến bờ kia, bờ trên. Ví dụ ai xin mắt cho mắt, ai xin tai cho tai là ý nói không luyến tiếc thân. Đây cũng là ám chỉ trạng thái tâm. Bố thí một phần trong cơ thể là ý nói về Bồ tát tu muốn trở thành Alahán Độc Giác.

Đức Thế Tôn đã thành tựu pháp bố thí bờ cao thượng: nghĩa là cho cả mạng sống. Có những tiền kiếp Phật đã gieo mình từ trên núi xuống cho cọp ăn thịt. Điều đó cho thấy tâm lực của một vị Bồ tát không màng chi mạng sống, thái độ đó, cử chỉ đó, chứng tỏ tâm của người sắp ngộ đạo là như thế.

Cho nên muốn trở thành 3 vị Phật này khác nhau do thực hành pháp độ dẫn đến quả vị khác nhau, thần thông khác nhau, trí tuệ khác nhau. Chỉ giống nhau đoạn trừ 10 kiết sử phiền não:

Thân kiến
Hoài nghi
Giới cấm thủ
Tham dục
Sân hận
Ái sắc
Ái vô sắc
Ngã mạn
Phóng dật
Vô minh.

4. Như Lai là bậc Alahán toàn giác còn gọi là Phật tổ: Trong sớ giải Phật sử Buddhavamsa có những quả địa cầu không có vị Phật tổ nào, nhưng có những quả địa cầu có bốn hoặc năm vị Phật tổ. Quả địa cầu ta đang sống có năm vị Phật tổ. Quả địa cầu của chúng ta có tuổi thọ như con người của chúng ta, cũng có 4 thời kỳ là thành, trụ, hoại, không. Trong kinh nói: mỗi lần quả địa cầu thành lập thời kỳ mới thì nó thường xuất hiện tại trung tâm điểm ở Ấn Độ (Bodhgaya). Có hoa sen nở bao nhiêu cánh là có bấy nhiêu vị Phật tổ. Hình ảnh cánh hoa sen tượng trưng cho số lượng Đức Phật. Đức Thích Ca Gotama là vị Phật tổ thứ 4 trong quả địa cầu đương đại có 5 vị Phật tổ. Tuổi thọ giáo pháp 5000 năm. Đến 5000 năm thì sẽ hết tuổi thọ giáo pháp của Phật Thích Ca. Khi ấy, tuổi thọ giáo pháp đi xuống, lúc đó Vi diệu Pháp hoại trước, rồi đến Tạng Kinh, rồi đến tạng Luật. Luật tạng bị hoại, đồng thời giáo pháp của Phật cũng hủy hoại theo.

Các pháp được đề cập là 24 pháp: đất, nước, gió, lửa, sanh vật, chư thiên, sanh chủ, phạm thiên, quang âm thiên, biến tịnh thiên, quảng quả thiên, thắng giả, không vô biên xứ, thức vô biên xứ, vô sở hữu xứ, phi tưởng phi phi tưởng xứ, sở kiến, sở văn, sở tư niệm, sở tri, đồng nhất, sai biệt, tất cả níp bàn.

Ở đây, Đức Phật đề cập đến 24 pháp. Tất cả con người chúng ta xoay vòng trong 24 pháp. Phật giải thích thêm:

"Kẻ phàm phu tưởng tri địa đại là địa đại". Tưởng tri địa đại là địa đại (kể luôn cả 24 pháp), do tưởng tri địa đại là địa đại, nghĩ đến địa đại, nghĩ đến (tự ngã) đối chiếu với địa đại, nghĩ đến tự ngã như là địa đại, nó nghĩ địa đại là của ta, hoan hỷ địa đại. Vì sao vậy? Đức Phật nói rằng: Vì nó không liễu tri địa đại (aparinnātam).

Còn người không phàm phu thì nhìn trái cam thấy trùng trùng duyên khởi. Họ có thể nhìn thấy nắng xuyên qua, thấy mưa rơi xuống, thấy người trồng, người chăm sóc, người bán, người mua, người chuyên chở, người ăn trái cam. Nhiều nhà bác học hiểu hạt bụi bèn nghiêng mình

trước hạt bụi. Giống như phương thượng và phương hạ hiện tại, so với bên kia bán cầu thì hoàn toàn khác biệt, phương thượng bên đây chính là phương hạ bên kia. Chúng ta nhìn hoàng hôn, có người bảo mặt trời lặn rồi, người kia bảo chưa! Trong thực tế, khoa học giúp cho ta có một ý niệm: không có mặt trời trong hiện tại, chỉ có mặt trời cách đó 8 phút về trước, vì ánh nắng mặt trời chiếu xuống quả đất mất 8 phút. Khoa học giúp cho chúng ta bài học khiêm tốn, đôi khi cái hiểu của chúng ta chưa đúng. Do vậy người tu thiền: trước khi tu thấy núi là núi, sông là sông. Tu rồi thấy núi không phải là núi, sông không phải là sông. Tu được rồi thấy núi là núi, sông là sông. Phàm phu thấy núi là núi, sông là sông. Tỳ kheo tu thấy núi không phải là núi. Nói tóm lại, chưa tu thân này là của ta, đang tu thân này không phải của ta, tu thành thân này vừa của ta vừa không phải của ta.

"Thắng tri địa đại là địa đại": Thắng tri địa đại là địa đại, do thắng tri địa đại là địa đại, không nghĩ đến địa đại, không nghĩ đến (tự ngã) đối chiếu với địa đại, không nghĩ tự ngã như là địa đại, không nghĩ: "Địa đại là của tôi", không hoan hỷ địa đại, vì cớ sao? Đức Phật nói rằng vì vị ấy có thể liễu tri địa đại. Cũng vậy, đối với hai mươi ba pháp khác.

Quý vị tu học thấy thế gian là vô thường, khổ, vô ngã. Tu là phải quán chiếu chớ không khéo, mình càng tu bản ngã càng cao, càng to. Hễ người ta giới thiệu quên chức vụ, làm thí chủ giới thiệu thiếu tên cũng cảm thấy khó chịu, thậm chí sân si. Cho nên diệt bản ngã rất khó. Muốn diệt bản ngã phải tu tập thiền quán vipassana để thấy sự mong manh của cuộc sống. Vipassana có hai chiết tự: Vi nghĩa là nhiều.Passana nghĩa là thấy. Thấy nhiều góc độ, nhiều khía cạnh khác nhau. Qua đó quý vị sẽ có sự khiêm tốn, không tự ngã, tăng thêm lòng từ bi hỷ xả.

Ví dụ quý vị thử nhìn chúng tôi. Khi nhìn góc này thì thấy chúng tôi khó ưa, nhìn góc khác thấy chúng tôi khó chịu, nhìn mặt khác may ra thấy cười được chút chút. Hoặc quý vị có ông chồng. Người ta thường nói: "Tình chỉ đẹp khi còn dang dở, đời mất vui khi đã vẹn câu thề". Lấy nhau rồi thấy ổng bản ngã quá lớn, chồng chúa vợ tôi, gây oan trái cho nhau. Vậy hãy tập nhìn, tập quán để thấy nhiều mặt , mặt này mặt kia, thấy mặt tốt để thương nhau, thấy mặt xấu để hiểu và tha thứ cho nhau. Quý vị biết điện và gas rất hữu dụng trong đời sống hằng ngày. Nhưng nếu quý vị không biết sử dụng, vô ý sẽ làm chết người như chơi. Thì những người chung quanh ta cũng vậy. Biết đóng và mở là một nghệ thuật sống, nghệ thuật tu, nếu không chúng ta sẽ bất an.

Vị Tỳ kheo là Alahán, tức là chư vị vô tham sân si. Ái sắc, ái vô sắc, ngã mạn, phóng dật và vô minh không còn. Ví dụ: làm trụ trì thì ái chùa, ái đệ tử. Có hữu phải có thủ. Có một vị tỳ kheo do ái bộ y mới chưa kịp mặc trước khi chết mà đã tái sanh thành con rệp nằm trong bộ y.

Theo giới luật, tài sản của chư tăng, một khi vị đó viên tịch, tài sản đó nếu có chia thì sau 7 ngày mới được chia. Nếu mình có nhà, đô la hãy biết đó là phương tiện. Cõi đời là cõi tạm, tạm trú chứ không phải thường trú. Ngày nào đó ai rồi cũng sẽ chết. Nên cố dừng đính mắc, tham đắm, xem thường như bỏ một chiếc dép cũ. Ái cõi dục là vậy. Còn ái sắc tức là chứng đắc thiền sanh vào 16 cõi phạm thiên, ở đó dính mắc, tham đắm trú xứ, sẽ không có cơ hội chứng đắc đạo quả. Ái vô sắc là vị này thành tựu được 4 thiền vô sắc, tức là không vô biên xứ, thức vô biên xứ, vô sở hữu xứ, phi tưởng phi phi tưởng xứ (Niết bàn của Bà la môn giáo là cõi vô sắc). Còn chúng ta ở đây là trong cõi dục, thân này do dục tạo nên. Vị Alahán không còn ngã mạn phóng dật và vô minh, luôn luôn tỉnh thức, chiêm nghiệm, tâm luôn tự tại đối với Pháp thế gian, bất động trước khen -chê, có - không, được - mất, hạnh phúc - đau khổ, vinh - nhục.

Như Lai – bậc Chánh Đẳng Chánh Giác liễu tri được tất cả các pháp. Có câu chuyện kể một hôm Đức Phật đi ngang qua cánh rừng Chimpa, cánh rừng này ngày nay ở Nepal. Đức Phật

nắm 1 nắm lá trong tay và hỏi Đại đức A Nan Đa: Lá trong tay Như Lai và lá trong rừng lá nào nhiều hơn?. Đại đức trả lời lá trong tay thì ít hơn lá trong rừng. Những gì Như Lai giảng dạy cho các thầy giống như nắm lá trong tay, còn sự giác ngộ của Như Lai nhiều giống như lá trong rừng. Những pháp Như Lai giảng dạy đó là tứ niệm xứ, tứ chánh cần, tứ như ý túc, ngũ căn, ngũ lực, thất giác chi, bát chánh đạo, vì những pháp đó, khi chúng ta áp dụng tu thì ngay lập tức chứng đắc đạo quả.

Ngài từng dạy: "Trong biển cả mênh mông có một vị duy nhất là vị mặn. Trong giáo pháp Như Lai có một vị duy nhất là vị giải thoát". Cho nên trong giáo pháp Đức Phật, chúng ta thấy có liên quan rất nhiều đến khoa học. Vì sự liễu thông của ngài là bất hủ, không hề mai một. Ngày xưa Đức Phật có một bình lọc nước luôn mang theo cho thấy rằng thuở đó Ngài đã nhìn thấy trong nước có vi trùng. Sau này khoa học đã chứng minh điều đó là có thật. Mục Kiền Liên thấy ngạ quỷ nhờ có thần thông, không phải ai cũng thấy được. Thế giới ngạ quỷ mà Mục Kiền Liên nhìn thấy, Như Lai đã thấy trước đó khi Như Lai mới vừa thành đạo. Do vậy, Đức Phật mới nói trong kinh Ngạ Quỷ sự có tổng cộng 24 loài ngạ quỷ. Trong đó chỉ có một loại ngạ quỷ hưởng được phước báu chúng ta hồi hướng. Sau Mục Kiền Liên bay lên trời, chuyển động thần thông, ngài gặp các tiên nữ. Sở dĩ họ sanh lên cõi trời nhờ tu Bát quan trai giới, bố thí, tham thiền. Nhờ có 3 pháp: tín, thí, giới nên họ sanh thiên.

Tóm lại: Nội dung bài kinh Pháp môn căn bản Đức Phật dạy có 4 hạng người: Phàm phu, Tỳ kheo hữu học, Tỳ kheo là bậc Alahán và bậc Như Lai Alahán Chánh Đẳng Chánh Giác. Các pháp được đề cập trong bài kinh là 24 pháp.

Trong sớ giải, kinh này không được 500 vị Tỳ kheo hoan hỷ, vì họ ngu si không hiểu, họ tự cho đã hiểu biết như Đức Phật. Sau khi Đức Phật giảng kinh này cho chư vị, lòng ngã mạn của họ được nhiếp phục. Cuối cùng Đức Phật giảng thêm bài kinh Gotamakakasutta (A.i,276) và chư vị chứng quả A-la-hán.

ĐẾ THÍCH VẤN ĐẠO[21]

Đế Thích, chữ tiếng Pali là Sakka. Đế Thích là vị vua ở tầng thứ 33 trên cung trời Đạo Lợi. Nguyên nhân có cõi trời này là do có 33 người thanh niên có tâm từ luôn làm điều thiện với tính cách không vụ lợi cho những người trong làng xóm như làm đường giao thông, xây cầu, phát thuốc men, thực phẩm cho người nghèo. Nhiều người trong xóm dèm pha, chê bai nhưng họ vẫn tự nguyện không ngừng giúp đỡ mọi người trong xóm. Sau có người vu oan cho họ là phá làng phá xóm nên nhà vua ra lệnh bắt và trừng trị họ bằng hình phạt voi chà. Nhưng do hạnh nguyện phước thiện của họ vô lượng vô biên nên nhiều lần người ta thả voi ra để chà họ chết nhưng voi đã tránh xa họ, không chà họ chết. Về sau thân hoại mạng chung , 33 thanh niên này đã tái sanh lên cõi trời Đạo Lợi, người trưởng nhóm của họ tái sanh làm Trời Đế Thích. Đây là người có đạo tâm lớn, đến quy y với Phật. Một hôm Đế Thích nghe Pháp đắc Tu-đà-huờn. Nếu tính theo thời gian thì vua Trời Đế Thích vẫn còn đang làm vua ở Cung trời Đao Lợi.

Vua trời Đế Thích đã có những buổi vấn đạo với Phật Thích Ca vào một đêm trời gần sáng. Trong những lời vấn đáp có một câu vấn: Đức Thế Tôn, tại sao con người ai ai cũng muốn hạnh phúc an vui nhưng lại không được. Con người ai cũng muốn hạnh phúc, an vui, không ai muốn khổ đau, không muốn tham sân si, uất ức vậy mà cũng không được. Lý do con người đau khổ, ganh tị và bỏn xẻn là do con người không tu tập, tâm đầy ganh tị, bỏn xẻn nên càng đau khổ, tâm luôn trong trạng thái phiền não.

1) Tâm ganh tị:

Tâm ganh tị là một loại phiền não, chúng ta nên biết loại phiền não này để tránh nó. Ganh tị là một pháp trói buộc con người. Tâm ganh tị có rất nhiều trong con người, kể từ khi mở mắt thức dậy buổi sáng. Nếu quý vị quan sát trong tâm sẽ thấy tâm ganh tị xuất hiện rất vi tế. Tâm so đo, hay dòm ngó. Chẳng hạn thấy người khác đẹp hơn mình là mình so, thấy người khác giàu hơn bèn ngó tới ngó lui, thấy người khác đi xe đời mới hơn bắt đầu ngó rồi nói những lời bóng gió, mỉa mai. Những điều trên thể hiện tâm ganh tị. Trong cuộc sống thấy người khác hơn mình là khó chịu. Khi con người ganh tị càng nhiều thì khổ đau càng nhiều, ganh tị nhiều sẽ dẫn đến thủ đoạn và tiêu diệt. Tâm ganh tị sẽ đi đến triệt phá người khác cho hả dạ. Con người càng ganh tị nhiều chừng nào, cũng giống như người phun nước miếng vào mặt người khác mà mặt mình thì ngửa lên trời nên nước miếng rớt xuống mặt mình, người ganh tị cuối cùng sẽ tự chuốc lấy hậu quả đắng cay.

Thời Đức Phật Thích Ca có một câu chuyện xưa, liên quan đến cổng chùa Kỳ Viên. Ở Ấn Độ xưa có hai vợ chồng không có con, người vợ phải tự đứng ra làm đám cưới cho chồng lấy vợ nhỏ. Tâm ganh tị bên trong của người vợ lớn luôn rình rập người vợ nhỏ để tìm dịp hãm hại. Khi người vợ nhỏ có thai, người vợ lớn nhiều đêm ngủ không được vì lo nghĩ chồng sẽ không còn thương mình nữa, lo tài sản sẽ về tay đứa con trong bụng người vợ nhỏ. Do vậy người vợ lớn bèn giả bộ thương yêu người vợ nhỏ. Người vợ nhỏ tin tưởng, chuyện gì cũng kể cho người vợ lớn nghe, kể cả chuyện đang mang thai. Biết người vợ nhỏ của chồng mình đang có thai, người vợ lớn bèn bỏ thuốc phá thai vào nước cho cô vợ nhỏ uống. Kết quả là người vợ nhỏ bị hư thai. Hai lần hư thai như vậy nên đến lần có thai thứ ba, người vợ nhỏ giấu không cho người vợ lớn biết. Cho đến khi cái thai lớn lên không che giấu được thì người vợ lớn tức tối bèn tăng liều thuốc nhiều hơn, mạnh hơn. Lần này khi bị lừa uống thuốc thì không chỉ sanh

[21] Bài Pháp này giảng tại Tổ đình Bửu Quang, quận Thủ Đức - thành phố Hồ Chí Minh.

mạng đứa bé trong bụng mà ngay cả tánh mạng của người vợ nhỏ cũng bị nguy ngập. Người vợ nhỏ trước khi chết đã tức tưởi nguyền rủa người vợ lớn rằng: "Mi đã ba lần giết con ta, nay ta chết cũng vì mi quá độc ác, ta hận mi, ta sẽ trả thù mi, không bao giờ tha thứ cho mi''. Người vợ nhỏ chết và tái sanh làm con mèo ngay trong căn nhà đó. Người chồng một hôm bực mình đánh người vợ lớn chết. Bà ta chết đi sau tái sanh làm con gà cũng sống trong căn nhà cũ. Bao nhiêu trứng gà đẻ ra lại bị mèo ăn hết. Gà con cũng luôn bị mèo ăn. Cho đến lần thứ ba gà mẹ quyết bảo vệ bầy gà con. Hễ thấy mèo là gà xông vào cắn xé. Con mèo bị đá, bị cắn đau, tức quá bèn ăn luôn con gà mẹ. Gà mẹ tức hận, chết sanh làm con cọp. Sau này con mèo chết sanh làm con nai bi cọp ăn. Con nai chết cũng tức tưởi, nguyền rủa con cọp và tái sanh làm dạ xoa. Trong kinh nói mắt thường không ai nhìn thấy được dạ xoa, dân gian thường gọi dạ xoa là chằn. Còn cọp chết tái sanh làm thiếu nữ. Thiếu nữ sanh con ra hai lần đều bị chằn ăn. Lần thứ ba, thiếu nữ về ngoại sanh con để tránh chằn. Trên đường về ngang qua Tịnh xá Kỳ Viên, thiếu nữ xuống hồ sen rửa mặt thì nghe sấm sét gió hú, thiếu nữ thấy điềm này biết là có dạ xoa đến. Thiếu nữ sợ hãi ẵm đứa nhỏ chạy vào Kỳ Viên Tịnh xá và đặt đứa trẻ xuống trước mặt Đức Thế Tôn. Dạ xoa cũng vừa tới trước cửa chùa la hét nhưng không vào được vì nơi đây có hộ pháp ngăn không cho dạ xoa vào. Đức Thế Tôn cho người đưa dạ xoa vào nơi Ngài đang thuyết pháp. Đức Thế Tôn bèn gọi cô thiếu nữ và dạ xoa ra nói: "Hai con không gặp Như Lai thì mối thù này không bao giờ chấm dứt, giống như lấy máu rửa máu thì mối thù tiền kiếp không bao giờ ngưng. Trên thế gian này, sân hận không bao giờ dập tắt sân hận, chỉ có tình thương mới dập tắt sân hận. Lấy oán báo oán thì oán kia chồng chất. Lấy ơn báo oán thì oán đó mới tiêu tan." Sau đó Thế Tôn kể lại tất cả những kiếp trước của dạ xoa và thiếu nữ. "Gặp Như Lai là phúc lành của hai con". Khi dạ xoa nghe lời kệ bỗng nhiên bừng tỉnh. Sau đó Đức Phật kêu thiếu nữ đưa con cho dạ xoa ẵm mà không sợ bị trả thù như xưa nữa.

Chúng ta biết khi tâm ganh tị nổi lên không có chi dập tắt được, nó như lửa nóng thiêu đốt những gì tốt đẹp, gây nhiều hậu quả không sao cứu vớt được.

2) Tâm bỏn xẻn:

Tâm bỏn xẻn là tâm bo bo, giữ của, không chia sẻ với những người chung quanh.

Bỏn xẻn về lợi lộc: Có tài sản nhiều nhưng không chia sẻ cho những người chung quanh, người ơn, người giúp đỡ cho mình trước kia. Cha mẹ già đói khổ, ở chỗ nhà xấu, rách nát, máy nước nóng không có nhưng không cúng dường cho cha mẹ chỗ ở có tiện nghi. Đó gọi là không cúng dường tài sản cho cha mẹ, anh em, người thân của mình. Thức ăn dư thừa để thiu bỏ nhưng không cho ai trong khi người ta thì đói lạnh, thiếu thốn. Tâm bỏn xẻn là bản chất xấu của con người.

Bỏn xẻn dung sắc: Bỏn xẻn lời nói, bỏn xẻn lời khen ngợi. Thí dụ người ta mời mình đến khánh thành nhà mới mà chẳng khen nhà mới một câu cho gia chủ được vui. Người ta bỏ công ra trang điểm cho khuôn mặt đẹp nhưng mình không hề biết khen người ta xinh. Làm trụ trì chùa không biết khen đệ tử thì chùa sẽ vắng hội chúng. Trồng cây phải biết tưới nước, bón phân. Con người sống được nhờ ăn uống, cây cối cũng vậy, tưới nước mà không bón phân, không bỏ xơ dừa bồi vô gốc thì cây sẽ héo. Tâm lý con người ai cũng muốn được khen ngợi, không ai thích bị chê.

Bỏn xẻn chỗ ở: Tâm con người khi bỏn xẻn thì kéo theo mọi cái bỏn xẻn. Có người nhà cao cửa rộng nhưng chỉ có một hai người ở. Ngược lại có người chỗ ở không có mà lại rất đông người cùng sống với nhau. Chùa nghèo nhưng lại có nhiều giới tử. Cho nên hãy suy bụng ta ra bụng người. Những gì mình không thích thì đừng trao tặng cho người ta. Do vậy không nên bỏn xẻn chỗ ở. Ở Châu Âu có những người vô gia cư gọi là homeless. Nhiều quốc gia xây dựng những cơ sở từ thiện xã hội để bảo trợ cho những người vô gia cư này. Nhưng người vô

gia cư lại không muốn ở trong các cơ sở từ thiện với cơm ăn, áo mặc, có y tá chăm sóc thuốc thang đầy đủ vì họ thích tự do. Họ có thể đi đây đi đó xin ăn và chọn dưới gầm cầu để ngủ qua đêm.

Bỏn xẻn thí chủ: Chỉ muốn người quen thân với mình thôi, không muốn người quen của mình làm quen với người khác. Đó là tâm bỏn xẻn thí chủ, là tâm ích kỷ. Hãy biết ngăn chặn tâm này.

Bỏn xẻn pháp: Có người biết chùa Bửu Quang thường có giảng Phật Pháp nhưng nhiều khi không muốn giới thiệu bạn bè đến nghe pháp. Hoặc người xuất gia không chia sẻ kinh pháp cho bạn đồng tu. Đó là bỏn xẻn Pháp.

Như vậy, Đức Phật đã trả lời cho Đế Thích biết con người muốn an vui nhưng không được là do pháp bỏn xẻn chi phối làm cho con người chìm ngập trong đau khổ.

Vậy làm thế nào để chuyển hoá?

1/ Muốn chuyển hoá phải tu hạnh tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả. Bốn tâm này giúp con người chuyển hoá nội tâm hướng đến sự cao thượng trong cuộc sống. Người có tâm ích kỷ là do không tu tâm hỷ, thiếu nụ cười.

2/ Quán về cái chết: Khi nghĩ đến cái chết con người luôn muốn làm điều gì tốt đẹp cho mình, cho người, cho đời, nó giúp con người thay đổi cái tâm ganh tị, chuyển ý nghĩ tiêu cực thành tích cực. Con người không ai xấu, không ai tốt hoàn toàn chỉ có những cái bất thiện trong giây phút nào đó thôi. Nếu có tâm tiêu diệt người khác thì ta cũng không có chỗ nương thân. Hãy sống hoà bình, an lạc với người khác ở chung quanh mình.

Sân quá thì tập mát mẻ

Ích kỷ quá thì tập hoan hỷ

Lười biếng quá thì tập tinh tấn.

Những bài học vô ngôn sẽ giúp chuyển hoá người chung quanh. Hãy cảm ơn những người xấu ác, những kẻ bất thiện vì nhờ có họ xung đột, phản kháng với ta thì ta mới có dịp nhìn lại mình, tâm linh nhờ đó mới thức tỉnh tránh được những cái tâm xấu như độc tài, độc đoán, phản bội, mau quên, phá giới.

Tại sao con người ai ai cũng muốn hạnh phúc an vui nhưng lại không được? Muốn an vui, hạnh phúc quý vị hãy nuôi dưỡng tâm từ bi hỷ xả , đừng bỏn xẻn, hãy sống với tất cả lòng yêu thương như thể cái chết đang gần kề với ta và ta muốn chia sẻ hết cho mọi người. Làm được như vậy là quý vị luôn được nếm mùi vị của sự an lạc trong mỗi phút giây của cuộc sống.

HỒI HƯỚNG VONG LINH[22]

Mỗi người chúng ta vì nhiều hoàn cảnh, nhiều lý do khác nhau mà bỏ con khi thai còn trong bụng mẹ. Nên việc cha mẹ thành tâm hồi hướng cầu siêu cho các vong nhi ấy cũng là để giúp cho quý vị nhẹ nhàng trong tâm chút ít. Đồng thời, cầu siêu cho các vong linh cũng là để nhắc nhở cho giới trẻ trong cuộc sống, trong quan hệ cần thận trọng hơn để đừng làm buồn lòng cha mẹ, bất hiếu với cha mẹ vì những hệ lụy mình gây ra.

Bài kinh "Hồi hướng vong linh" có nhắc đến hai chữ "vong linh" nghĩa là linh hồn người chết. Chúng ta có một số từ: hương linh, vong linh, giác linh để chỉ người chết. Hương linh, vong linh dùng để chỉ linh hồn của người thế gian đã mất. Còn giác linh dùng cho người xuất gia.

Duyên khởi bài kinh này do nhà vua Bimbisāra nằm mộng.

Vua Bimbisāra
Nằm mộng thấy thân nhân
Bị khổ quả đói lạnh
Đến bạch hỏi Thế Tôn
Đức Điều Ngự bi mẫn
Chỉ dạy cách tạo phước
Hồi hướng các vong linh
Thoát ly mọi khổ ách.

Trong bản khế giải bài kinh này Phật giảng trong thành Vesali, thành này bị cơn hạn hán 6 tháng không mưa. Cơn hạn hán này khốc liệt quá làm cho cây cỏ chết, côn trùng, gia súc, con người trong thành phố chết rất nhiều. Khi đó đức vua Ba Tư Nặc là đệ tử của Đức Phật Thích Ca, là vua của thành Vesali. Dân chúng khổ nhà vua cũng khổ nên đi gặp Đức Phật và thỉnh 500 vị Tỷ kheo đến cầu siêu để tiêu trừ 3 nạn là: nạn dịch, nạn hoả hoạn, nạn ma quỷ độc ác. Vì nạn dịch làm cho người chết quá nhiều, ma quỷ lộng hành, thây ma đầy trên đường phố. Đức Phật nhận lời ngày mai Như Lai sẽ đến. Những vị Tứ đại thiên vương làm một trận mưa to cuốn tất cả những thây ma chết, cùng các ô uế do nạn dịch gây ra kéo những xác đó ra ngoài biển Ấn Độ Dương để ngày mai cung thỉnh Đức Phật đến chẩn tế. Đức Phật tụng kinh Paritta cả đêm. Đại đức Ānanda ôm bình đi rải nước khắp 3 cổng thành (lúc này bị ma quỷ quấy phá). Trong bài kinh này, vua Bimbisāra là người dân cúng cho Đức Phật ngôi chùa đầu tiên – chùa Trúc Lâm tịnh xá hơn 10 mẫu trồng toàn trúc, là tổ đình Phật giáo. Hồi xưa gọi là chùa Trúc Lâm vì chùa trồng toàn là trúc, nhưng bây giờ thì thánh tích này chỉ trồng toàn tầm vông, không còn là trúc như xưa nữa.

Bài kinh "Hồi hướng vong linh" trong kinh chú giải nói vua Bimbisāra nằm mộng nên mới đến bạch hỏi Thế Tôn, Thế Tôn bèn chỉ cho cách tạo phước. Trong chú giải nói có vua Jayasena và hoàng hậu Sirima có một người con trai. Người con này là một vị Bồ tát kiếp chót đã từ bỏ ngai vàng xuất gia tu hành trở thành một vị Phật có hồng danh là Phussa. Vua cha hết lòng cung kính phục vụ, cúng dường vị Phật Chánh Đẳng chánh Giác này mà không cho bất cứ một ai được quyền cúng dường. Trong hoàng cung có Ba vị hoàng tử cùng cha khác mẹ với Phật Tổ, nên ba vị này cũng phát nguyện đi theo hầu hạ, cúng dường Phật, nhưng vua cha không ưng thuận. Thế là 3 Hoàng tử lập mưu tạo loạn. Vua cha sai 3 vị hoàng tử đi dẹp loạn. Khi họ chiến thắng trở về, Đức Vua hỏi muốn gì sẽ ban thưởng cho điều

[22] Bài pháp này giảng tại chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

đó. Ba vị hoàng tử trả lời là muốn hầu hạ Đức Phật. Vua cha nói hãy xin điều khác nhưng các vị không chấp nhận. Ba vị ấy bèn xin hầu hạ Đức Thế Tôn ba năm, hai năm rồi một năm nhưng không được, sau cùng vua cha đồng ý cho ba vị Hoàng tử được cúng dường Phật tổ trong ba tháng. Ba vị hoàng tử đã bỏ tất cả đi tu và thiết lập tổ chức trai tăng cúng dường đến Phật và Đại chúng Tăng già vô cùng hoan hỷ trong suốt 3 tháng hạ. Tuy nhiên, vì trong suốt ba tháng, nên thời gian đầu quan cận thần của 3 vị hoàng tử trông coi việc hộ độ Đức Phật còn làm việc nghiêm chỉnh, cung kính, nhưng càng về sau họ lơ là đi và những người phục vụ ăn trước những vật thực mà dùng để cúng dường Đức Phật và chư Tăng, một nhóm đó có đến 84 ngàn người. Do trọng nghiệp đó, sau khi chết, những người này bị đọa 90 đại kiếp (kiếp của vũ trụ - quả địa cầu. Một kiếp người bằng 100 năm. Kiếp của vũ trụ bằng từ khi hình thành vũ trụ đến khi băng hoại, rất dài và rất lâu. Quả địa cầu này có 5 vị Phật tổ, đến khi Đức Phật Di Lặc ra đời là vị Phật thứ 5). Đến thời Đức Phật Thích Ca 84 ngàn người ăn trước thức ăn cúng dường đó sau khi chết phải làm quỷ đói đã đến quỳ bên Đức Phật nói: Bạch Thế Tôn, chúng con đã nhiều kiếp đói khổ. Nay kính mong Thế Tôn hãy từ bi tế độ đến chúng con

Đức Phật nói: Chỉ khi nào vua Bimbisāra tạo công đức rồi hồi hướng cho các ngươi, thì các ngươi sẽ thoát kiếp ngạ quỷ (vì tiền kiếp vua Bimbisāra là quan trông coi việc nấu ăn cho 3 Hoàng tử, và 84 ngàn người này là thân quyến và những người làm cho vị quan ấy).

Vua Bimbisāra thỉnh Đức Phật và 500 vị Tỷ kheo cầu an, cầu siêu. Trong khi vua Bimbisāra cúng dường thì 84 ngàn người này đứng sẵn chờ hưởng phước. Nhưng vua không hồi hướng phước trực tiếp đến cho họ, không cho phước đến họ, nên 84 ngàn ngạ quỷ không nhận được phước báu hồi hướng. Tiếng than khóc của họ trong đêm làm cho vua Bimbisāra nghe tiếng kêu vang khủng khiếp đó, vua bèn nói với quan quân trong triều về điều này. Các quan trong triều, vị thì nói vua phải cúng thế này, người thì nói vua tế lễ thế kia… riêng Hoàng hậu kính trọng Phật nên đề nghị Vua đến gặp Đức Phật trình bày về việc nghe tiếng kêu rên ấy. Đức Phật giải thích cho vua Bimbisāra hiểu tiếng kêu than bất hạnh đó là của thân bằng quyến thuộc đời quá khứ của nhà vua do không nhận được phước. Sau đó Phật chỉ cách cho vua tạo phước. Vua Bimbisāra làm phước cúng dường để hồi hướng cho 84 ngàn ngạ quỷ là thân bằng quyến thuộc. Sau khi nhận được phước cả 84 ngàn ngạ quỷ được tái sanh cõi trời.

Các hương linh quá vãng
Thường đến nhà thân nhân
Đứng ngoài vách tựa cửa
Ngã đường hay cổng thành
Trông chờ hưởng phước thí
Nhưng vì kém phước duyên
Hương linh bị quên lãng.

Khi chúng ta nằm mơ thấy người thân hiện về đói khổ, rách rưới đó là những dấu hiệu cho thấy người thân không được yên vui.

Ở Nha Trang, chúng tôi có quen với một sư cô lập chùa trên núi. Gia đình Phật tử lên thăm không may có đứa con nhỏ sơ ý té giếng chết. Cứ 3 giờ chiều con chó tới cái giếng sủa, liên tục trong 3 tuần lễ như vậy. Một hôm, có một vị sư ở Miến Điện về, biết chuyện bèn ra giếng tụng kinh hồi hướng ba lần như vậy, con chó không còn sủa nữa.

Ở Đà Nẵng, có một vị sư là bạn của chúng tôi. Vị sư này học ở Ấn Độ đậu tiến sĩ. Khi học xong, Sư về nước và tổ chức đi từ thiện. Chuyến đi này bị chìm ghe tại miền Trung. Vị Sư chết trong sự thương tiếc của rất nhiều người. Một hôm, trong chùa tụng kinh thì thấy có con rắn bò ngang dưới chiếu, nhưng giở chiếu lên thì nó biến mất. Vị sư này trước khi gặp nạn có vận động mọi người hùn phước xây chùa. Khi sư mất, không khí trong chùa rất ảm đạm. Cứ 3-4

giờ sáng, có con chó đến cốc của Sư ở trước kia sủa hoài. Sau đó, chúng tôi có dịp đến chùa thuyết pháp đồng thời kêu gọi Phật tử hùn phước xây chùa. Sau có một vị thí chủ phát tâm cúng dường tịnh tài xây dựng. Người này phát tâm cúng dường 1 tỷ 200 triệu đồng xây chùa. Lúc ông ta bước vô chùa thì cảm nhận như là có ai đang theo mình, và ngay lúc đó có điện thoại reo, ông ta ký được một hợp đồng xây dựng khá lớn. Sau đó, ông cúng hơn 4 tỷ để xây dựng ngôi chùa ngày nay rất khang trang. Ngày khánh thành chùa, ai cũng nhắc đến tên Thượng toạ trụ trì đã mất. Quý vị có dịp về Hội An, tỉnh Quảng Nam hãy ghé thăm chùa Nam Quang gần khu vực Cửa Đại trên đường đi xuống biển Hội An.

Qua đó, chúng ta thấy những chúng sanh khi chết đi thực sự họ không mất mà tồn tại ở một dạng nào đó. Nên biết rằng chúng sanh mất thì họ lảng vãng chỗ này chỗ kia và chờ phước hồi hướng của người thân.

Thân nhân tạo phước lành
Do công đức bố thí
Nên phát nguyện bằng lời
Idam no natinam hotu
Sukhita hontu natayo
Nguyện thân nhân quá vãng
Thượng hưởng công đức này
Được thọ sanh lạc cảnh.

Trong buổi lễ của Phật giáo Nam Tông, chúng ta thường tụng kinh hồi hướng như sau: "Do sự phước báu mà chúng con đã trong sạch làm đây xin hồi hướng đến thân bằng quyến thuộc đã quá vãng, cầu mong cho các vị ấy hằng được sự yên vui". Như vậy, khi làm phước quý vị hãy nhớ hồi hướng đến thân bằng quyến thuộc còn lang thang vất vưởng trong cảnh giới ngạ quỷ. Họ luôn chờ đợi thân quyến xưa kia hồi hướng phước cho họ. Người sống đói khổ thì chúng ta cho họ gạo cơm, tiền bạc. Cho thì họ tới nhận, nhận quen rồi thì khi mất làm người âm họ vẫn chờ mình hồi hướng phước cho họ. Muốn họ nhận được phước báu do mình hồi hướng thì phải nguyện cho.

Nguyện thân nhân quá vãng
Thượng hưởng công đức này
Được thọ sanh lạc cảnh.

Quý vị khi làm phước hãy nhớ hồi hướng cho cha mẹ, thầy tổ, quyến thuộc đã quá vãng, chú nguyện phần công đức này để họ thọ lãnh. Nhưng người chết không thấy làm sao thọ lãnh?. Hằng ngày quý vị xem ti vi có thấy sóng phát ra không? Quý vị dùng điện thoại có thấy sóng ở đâu không? Không thấy phải không? Nhưng quý vị chỉ cần nhấn nút ti vi là sóng phát ra nhiều chương trình như ca nhạc, thể thao, tin tức, phim truyện cho quý vị xem. Điện thoại cũng vậy, chỉ cần bấm một cái là quý vị bắt được sóng âm thanh nói chuyện rôm rả trên trời dưới đất không dứt. Như vậy, sóng phát đi hình cong hay thẳng, ngắn hay dài thật sự là chúng ta không thấy. Nhưng không thấy không phải là không có sóng. Người vô hình cũng vậy. Cho nên, hồi hướng làm sao cho họ nhận được phước báu đây? Quý vị thử nghĩ, chúng ta đi làm việc xa nhà, lâu lâu quý vị mới điện thoại thăm hỏi gia đình cha mẹ. Một hôm có người về quê, quý vị nhắn: Anh chị về quê có gặp bác Hai nói giùm tôi gởi lời thăm". Khi về tới quê, gặp bác Hai, người đó nói: "Bác Hai ơi, em Tèo nó gởi lời thăm bác đó nghen". Chắc chắn bác Hai nghe có người gởi lời thăm như vậy sẽ rất cảm động, thích thú. Pháp hồi hướng cũng vậy, những vong linh đang chờ sẵn trước cửa đợi hưởng phước nên mình đọc tên họ, cúng chọ họ, họ biết người thân luôn nhớ tới họ, họ yên vui.

Trong bài sớ giải kể rằng khi cúng tế vua Tần Bà Sa La bày biện rất nhiều thực phẩm trong đó có cháo loãng. Đây là loại thực phẩm cúng thí thực không thể thiếu. Vì ngạ quỷ là loại quỷ đói do lòng tham nhiều nên khi chết bụng thì to nhưng cổ bằng cây tăm. Ngạ quỷ ăn không được, uống không được vì cái cổ quá nhỏ, thấy cơm thì cơm biến thành lửa, nên phải cúng cháo loãng để họ có thể hưởng được chút ít.

Những thân nhân quá vãng
Vân tập các đạo tràng
Nhận được phước hồi hướng
Thường thốt lời cảm kích
Mong ân nhân của mình
Được trường thọ phúc lạc
Người đã tạo công đức
Chắc chắn được quả lành.

Khi hồi hướng thì những loài ngạ quỷ đến cửa thành, cửa sổ, gốc cây, cửa nhà để chờ hưởng phước. Người âm họ vẫn tình nghĩa. Họ nhận được phước họ lại nguyện cho người thân của họ:

Mong ân nhân của mình
Được trường thọ phúc lạc
Người đã tạo công đức
Chắc chắn được quả lành.

Người vô hình cũng cầu cho người làm phước, hộ độ cho người ơn được an vui. Sáng nay chùa có một buổi trai Tăng, thí chủ trai tăng cúng dường để hồi hướng phước báu cho chư thiên đã hộ trì cho mình.

Trong cõi khổ ngạ quỷ
Không có các sinh kế
Trồng trọt hoặc chăn nuôi
Bán buôn hay trao đổi
Chúng sanh cảnh giới này
Hằng mong đợi phước báu
Do thân nhân hồi hướng.

Ngạ quỷ là cõi khổ do tâm tạo, tâm tham nên bị rơi vào cõi này. Tham thấy cái gì cũng thích, gặp sơ hở là lấy cắp, đi đâu thấy cái gì lấy cắp cái đó. Tham tiền, tham tình, tham danh v.v… Lòng tham vô bờ bến, chính lòng tham này là nhân sau khi chết phải tái sanh cõi ngạ quỷ, suốt đời đói khổ. Trong bài kinh Ngạ Quỷ nói có 32 loại ngạ quỷ: loại uống nước được, ăn chút chút được, loại ăn đồ dơ, ăn phẩn v.v... Cho nên, Đức Phật đã ra giới luật: Tỳ kheo khi đi vệ sinh phải gõ cửa ba cái. Làm như vậy để nếu có ngạ quỷ trong nhà vệ sinh thì khi nghe gõ cửa ba cái nó sẽ bỏ đi chỗ khác. Đời sống của ngạ quỷ khổ cho đến hết kiếp thì thôi, nên họ mong đợi phước của ta hồi hướng. Nhưng chỉ có một loại nhận được phước còn 31 loại khác thì không. Giống như người làm ác phải trả quả báo ác nghiệp. Tính nhân quả rất rõ ràng. Nên quý vị nhớ đừng làm điều ác, nếu làm sẽ gánh hậu quả suốt đời.

Như nước trên gò cao
Chảy xuống vùng đất thấp
Phước lành đã hồi hướng
Có diệu năng cứu khổ
Như trăm sông tuôn chảy

Cùng hướng về đại dương
Nguyện công đức đã tạo
Thấu đến chư hương linh.

1. Làm phước bố thí, cúng dường hợp đạo, hợp pháp
2. Vật thí: một buổi trai tăng hay một vật phẩm nào đó
3. Tâm thí: hoan hỷ, trong sạch, thanh tịnh.
4. Đối tượng: Đại chúng Tăng già

Khi hội đủ tất cả điều đó, chúng ta hồi hướng cho người quá cố sẽ "Như nước trên gò cao/ chảy xuống vùng đất thấp".

Khi người nhớ ân trước
Do tình nghĩa thân bằng
Do tương duyên quyến thuộc
Hãy cúng dường trai Tăng
Hồi hướng phước đã tạo.

Hồi hướng phước đã làm do có tình thân với người đã mất là cha mẹ, chồng vợ, con cái, anh em, bạn bè….Tập tục dân tộc Việt Nam thường cúng thất từ thất thứ nhất đến thất thứ bảy gọi là cúng 49 ngày, 100 ngày, rồi cúng giáp năm cho thấy sự gắn bó giữa người đã mất với người còn sống. Sau này, Phật giáo làm phong phú thêm bằng những nghi lễ tụng kinh cầu siêu trong dịp cúng thất, cúng tiểu tường, cúng đại tường, cúng trong tháng bảy. Sự kết hợp giữa tập tục của dân tộc Việt Nam với lễ nghi Phật giáo đã làm cho tốt đời đẹp đạo hơn. Đó là nét đẹp văn hoá của người Việt ngày nay.

Khi cha mẹ mất con cái ở đâu cũng phải về chịu tang. Khi giỗ cha mẹ, con cái cũng về tham dự. Vừa rồi có anh thợ hồ đang xây dựng trong chùa xin phép Sư về quê dự đám giỗ mẹ. Anh này bỏ công ăn việc làm về quê giỗ mẹ cho thấy anh ta sống luôn nhớ đến cha mẹ, tổ tiên nguồn cội. Đó là một cách sống đẹp.

Sự khổ sầu thương cảm
Trước tử biệt sanh ly
Không có lợi ích gì
Cho thân nhân quá vãng.

Trong đạo Phật không đề cao việc khóc thương thảm thiết khi thân nhân quá vãng mà lúc đó những người thân còn ở lại hãy hết sức bình tĩnh, không nên để người sắp mất phải vấn vương luyến tiếc vì bạc tiền của cải. Mà chúng ta hãy nhắc đến những điều phước thiện người ấy đã làm lúc sanh tiền, để trong giây phút ấy người đó phát sanh tâm thiện sẽ được tái sanh cảnh giới an lành. Sau khi người thân mất rồi thì hãy năng bố thí cúng dường, trì kinh niệm Phật để hồi hướng phước báu. Đó là việc làm thiết thực và hiếu đạo mà người con Phật nên thực hành.

Cách trai Tăng hợp đạo
Gọi Đắc khí na đa ná
Cúng dường vô phân biệt
Đến đại chúng Tăng già
Bậc phạm hạnh giới đức
Bậc vô thượng phước điền
Được vô lượng công đức
Là thắng duyên tế độ
Hương linh trong cảnh khổ.

Như thế nào là trai Tăng hợp đạo? Đó là mời thỉnh 4 vị hoặc 7 vị tăng (do Sư trụ trì phân bổ đi dự, thì như vậy mới gọi là Tăng thí chớ không phải cá nhân thí). Bố thí Tăng già có phước vì Tăng là những vị đã xuất gia, sống đời phạm hạnh, phục vụ chúng sanh. Do vậy, quý vị hãy thành kính, hãy năng nghiêng mình lễ bái các bậc phạm hạnh ấy. Tăng già là những bậc gìn giữ giáo pháp của Đức Phật, hướng dẫn cho chúng sanh tu đúng chánh pháp. Khi cúng dường Tăng già phước đức vô lượng vô biên.

Do thiện sự đã làm
Do hồi hướng đã nguyện
Do Tăng lực đã cầu
Xin tựu thành phúc quả.

Thiện sự là việc lành, việc thiện Ví dụ như hôm nay tổ chức thuyết pháp. Sư là người thuyết pháp, bố thí pháp, giảng lời dạy của Đức Phật, quý vị là những người nghe thuyết pháp, làm theo lời Phật dạy. Giờ này, ngay tại đây, buổi thuyết pháp này gọi là thiện sự. Nếu cũng giờ này, quý vị đi nhậu, đi hát karaoke, hoặc có người đi trộm cắp là ác sự, tạo ra ác pháp, ác nghiệp. Khi có thiện sự thì tập trung hồi hướng để cầu nguyện, và do có chư Tăng nên nhờ oai đức và đạo lực của chư Tăng giúp cho sự cầu nguyện hướng đến thân quyến của chúng ta mau được thành tựu.

Đây là một trong những bài kinh rất hay. Chư tăng tụng bằng tiếng Pāli. Sau này chuyển thành tiếng Việt bằng thể loại thơ cho dễ đọc, dễ nhớ. Quý vị nên học thuộc lòng bài kinh này để đọc và hồi hướng cho người thân quá vãng của mình, chia phước san sẻ công đức cho họ để họ thoát khỏi cảnh khổ. Quý vị đi làm trong một công ty, có người muốn vô công ty làm nên nhờ quý vị nói giúp để họ được vô làm. Hồi hướng cũng tương tợ như vậy. Biết cách hồi hướng, chúng ta sẽ giúp cho những vong linh rất nhiều, nhờ vậy họ biết được Phật Pháp và chuyển tâm hướng đến đạo giải thoát.

TÌM HIỂU ÂN ĐỨC PHÁP[23]

Chúng ta quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng. Có 10 ân Đức Phật. Pháp là một trong ba ân đức mà chúng ta quy y.

Pháp là gì? Pháp là do Đức Phật ngộ ở dưới cội bồ đề. Pháp là ánh sáng chân lý do Ngài bừng ngộ. Pháp bảo là lời dạy của Đức Phật. Tiếng Anh, Pháp bảo là "the teachings of the Buddha". Pháp này khi Đức Phật giác ngộ xong, Ngài từ cội bồ đề sang đến vườn Lộc Uyển mất 18 do tuần, mỗi do tuần khoảng 16 km, như vậy mất khoảng gần 300 km. Phật đã đi từ cội cây bồ đề đến Ba la nại, đi bộ, để thuyết pháp cho 5 anh em Kiều-trần-như. Hiện nay tại vườn Lộc Uyển vẫn còn nhiều con nai. Cách đây 25 thế kỷ Phật đã thuyết bài pháp đầu tiên là tứ diệu đế cho 5 anh em Kiều-trần-như.

Tứ diệu đế bao gồm: Khổ đế, tập đế, đạo đế, diệt đế.

Trong phần đạo đế có tứ niệm xứ, tứ chánh cần, tứ như ý túc, ngũ căn, ngũ lực, thất giác chi, bát chánh đạo. Đó là những tinh hoa Đức Phật giảng cho các vị tỳ kheo.

Ở nơi Phật thuyết pháp bây giờ cũng còn một bảo tháp Dhamekh Stupa (tháp Chuyển Pháp Luân) cách đó khoảng chừng 5 km có chùa Đại Lộc đang xây dựng, đứng nơi đây có thể nhìn thấy bảo tháp này. Tại nơi đây, các đời tổng thống Ấn Độ, trước khi họ bắt đầu nhậm chức điều hành đất nước đều tới đây đảnh lễ bảo tháp, như một cách tưởng nhớ đến đại đế Asoka là người đã xây dựng bảo tháp vào thế kỷ thứ III để đánh dấu Đức Phật đã tới đây thuyết pháp độ đời, và cũng là tưởng nhớ Đức Phật – một nhân vật lịch sử đã giác ngộ chân lý và chuyển Bánh Xe Pháp đầu tiên tại đây khởi sự cho công cuộc hoằng pháp lợi sinh trong 45 năm.

Ân đức Tam bảo gồm có:

Pháp bảo nằm trong Tứ diệu đế, trong tam tạng, đó là tạng Kinh, tạng Luật, tạng Luận .

Tạng Kinh gồm 5 bộ

Tạng Luật gồm 4 bộ

Tạng Luận gồm 7 bộ

Theo truyền thống Thái Lan và Miến Điện, tam tạng có 45 cuốn chánh tạng và 92 cuốn chú giải. Phật giáo là quốc giáo của đất nước Miến Điện. Do vậy, hằng năm tại Miến Điện, cuộc thi tam tạng kinh điển thu hút rất nhiều nhà sư tham gia. Hiện nay có 4 vị sư thuộc lòng tam tạng kinh điển rất nổi tiếng.

Chữ Pháp bảo là từ chữ dhammo, là pháp chân lý, vi diệu pháp, là khuôn vàng thước ngọc Phật để lại.

Pháp là gì? Cái chi cũng là Pháp. Pháp có đặc tính gì? Đặc tính chi cũng là Pháp. Pháp bao gồm tục đế và chân đế. Tục đế là định đặt, chế định, Chân đế là bản thể của pháp gồm tâm, sở hữu, sắc pháp, niết bàn. Trong ân đức Pháp, chúng ta thường tụng đọc: "Pháp vi diệu cha lành khéo dạy/ Lìa danh ngôn giác ngộ hiện tiền/ Vượt thời gian chứng vô biên/ Sát na đại ngộ hoát nhiên liễu tường/ Đạo vô thượng đến rồi thấy rõ/ Hướng thượng tâm thoát ngõ vọng trần/ Trí nhân tự ngộ giả chân/ Diệu thường tịnh lạc Pháp ân nhiệm mầu."

Pháp (Dhammo) có 7 ân đức:

[23] Bài pháp này giảng tại chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

1. Svakkhato Bhagavata dhammo: Nghĩa là Pháp của Đức Thế Tôn Ngài đã khẩu truyền y theo chánh Pháp, là truyền lại y theo Pháp của các bậc Thánh ngàn xưa, không thêm không bớt, vì chân lý chỉ có một, nên Pháp của Phật được truyền lại y như chư Phật trong quá khứ.

2. Dhammo: Nghĩa là pháp của bậc Thánh có 9 hạng: 4 đạo, 4 quả và 1 niết bàn.

Thế nào gọi là chánh Pháp? Là nơi đó có đệ nhất sa môn, đệ nhị sa môn, đệ tam sa môn, đệ tứ sa môn. Lời dạy của Đức Phật gọi là chánh Pháp.

Bốn đạo: Tu-đà-huờn đạo, Tư-đà-hàm đạo, A-na-hàm đạo, A-la-hán đạo.

Bốn quả: Tu-đà-huờn quả, Tư-đà-hàm quả, A-na-hàm quả, A-la-hán quả.

Nơi đây, chúng ta cần biết thêm: Tu-đà-huờn diệt thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ; Tư-đà-hàm giảm bớt tham dục, sân hận; A-na-hàm diệt tham dục, sân hận; A-la-hán diệt ái sắc, ái vô sắc, ngã mạn, phóng dật và vô minh.

Pháp có khả năng đưa chúng ta đến 4 đạo, 4 quả và niết bàn. Pháp dạy chúng ta biết tha thứ, biết mỉm cười. Cười đúng chỗ, đúng nơi. Một nụ cười bằng mười thang thuốc bổ, Cười không đúng chỗ lỗ mười thang.

3. Sanditthiko: Nghĩa là Pháp mà các bậc Thánh đã tu tập nhiều đời nhiều kiếp chứng đắc được chân lý, không phải do nghe người khác, là Pháp do tự tu tự ngộ, bởi nhờ kiến tánh mà chứng ngộ chân lý. Ví dụ khi một người giỏi một nghề, họ có kỹ năng điêu luyện. Người giỏi vi tính, nhìn bàn tay họ lướt trên bàn phím, chúng ta có thể biết họ rành rẽ về vi tính dường nào. Một nghiên cứu sinh bảo vệ luận văn tốt nghiệp, vị giáo sư chỉ cần hỏi vài ba câu có thể biết luận văn đó là do chính họ viết hay họ sao chép hoặc nhờ người khác viết giùm. Nghĩa là cái gì do mình tự học, tự làm, tự tu mà được thì cái đó gọi là thực học, thực chứng mà có.

4. Akaliko: Nghĩa là Pháp đắc quả không chờ ngày giờ, là khi nào đắc đạo thì đắc quả không chậm trễ. Có người tu nhiều sẽ có lúc bừng ngộ nhờ một câu kệ, câu kinh nào đó. Người ta thường nói hoát nhiên đại ngộ là lúc mà ta bừng sáng chân lý.

5. Ehipassiko: Nghĩa là Pháp mà chư Thánh đắc quả rồi có thể ứng hóa cho kẻ khác biết được.

6. Opanayiko: Nghĩa là Pháp của chư Thánh đã có trong mình do nhờ Pháp thiền định. Thiền là gì? Thiền là biết những gì xảy ra trong giờ phút hiện tại, giữ tâm mát mẻ, yên tĩnh. Có yên lặng thì mới phát sinh trí tuệ giúp ta thấy được nhiều vấn đề một cách bao quát, sâu sắc hơn.

7. Paccattam veditabbo viññuhiti: Nghĩa là pháp mà các hàng trí tuệ được biết, được thấy từ nơi tâm. Sự giác ngộ chỉ có được từ nơi tâm vắng lặng.

Trong kinh Phật dạy rằng sự thông minh phát sinh do:

- Trí văn: Đọc sách phát sinh trí tuệ.

- Trí tư: Nghe, suy nghĩ phát sinh trí tuệ

- Trí tu: Hành thiền phát sinh trí tuệ.

Ứng dụng Pháp trong đời sống

Vạn pháp là vô ngã. Trong đời sống hằng ngày, chúng ta thấy Pháp trùng trùng điệp điệp. Trong tứ niệm xứ, có quán Pháp, quán Pháp vô thường, quán Pháp đoạn diệt. Pháp vô thường có tâm vô thường, thân vô thường, hoàn cảnh vô thường.

Thân vô thường: Thân ta hồi trẻ xinh tươi, má đỏ môi hồng, đến già tóc bạc, da đồi mồi nhăn nheo, răng rụng, mắt mờ phải đeo kính mới đọc chữ được. Người già đi đâu cũng cầm theo thuốc phòng khi đau ốm. Mỗi ngày qua đi thân già theo năm tháng.

Hoàn cảnh vô thường: Vạn vật biến đổi không ngừng. Ai xa quê hương về sẽ thấy nhiều thay đổi. Nơi ngày xưa là vườn ao, ruộng lúa nay đã xây biệt thự, hồ bơi, sân golf. Ngay như ở Thủ Đức, ngã tư Gò Dưa giờ cũng nhiều thay đổi, đường xe chạy trên cao dưới thấp không khéo là đi lạc. Ở chùa Bửu Quang cũng vậy, trước kia bước vô cổng chùa là thấy có cái hàng rào bằng đá. Nay nhà chùa đã dỡ bỏ hàng rào cho không gian được thoáng mát, rộng rãi. Đó là ví dụ cho hoàn cảnh thay đổi. Hoàn cảnh vô thường là vậy.

Tâm vô thường: Tâm thường suy nghĩ lung tung, có khi tỉnh táo, có khi sai lầm, tâm mỏi mệt, tâm lo lắng, mất quân bình, cũng có khi tâm an vui, hoặc sân hận. Cho nên, người nào biết tu thì tâm có được an tĩnh một chút.

Pháp của Phật ta nhìn ở góc độ nào cũng thấy có Pháp trong đó. Pháp tục đế và Pháp chân đế.

Pháp trong ca dao

Ca dao Việt Nam có câu: "Chồng giận thì vợ bớt lời, Cơm sôi nhỏ lửa thì đời nào khê." Như vậy, người chồng ở đây đang trong pháp tục đế, pháp sân hận. Còn người vợ thì dùng pháp kham nhẫn, pháp nhịn nên bớt lời qua tiếng lại với chồng cho vui cửa, vui nhà. Cũng có câu ca dao: "Công cha như núi Thái Sơn, Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy ra." Đó là ông bà ta dạy con cháu pháp báo hiếu khi thọ ơn nuôi nấng, dạy dỗ của cha mẹ. Hoặc có câu: "Người trồng cây hạnh người chơi, Ta trồng cây đức để đời mai sau." Đó là pháp bố thí. Người trồng cây kiểng cho hoa cho trái để tạo cảnh quan đẹp mắt, nhưng người chết thì cây cũng héo vì không ai chăm sóc. Còn người tu thì trồng cây đức nghĩa là tạo phước đức ví như quý vị đến đây lạy Phật, tụng kinh, nghe Pháp là đang trồng cây đức cho đời sau.

Người xưa thường khuyên: Ai ơi hãy ráng làm lành, Kiếp này không được để dành kiếp sau. Đó là Pháp thiện.

Người xưa dạy chúng ta 5 châm ngôn sống tốt:

1. Khỏe: Có sức khỏe. Sức khỏe là số một vì có sức khỏe là có tất cả. Muốn khỏe phải ăn uống điều độ, giữ tâm mát mẻ, an vui. Một tinh thần minh mẫn trong một cơ thể tráng kiện. Đó là sức khỏe. Sức khỏe quý hơn vàng. Ngày nay, nhiều người có vàng bạc, kim cương chất đầy tủ nhưng phải thuê y tá đút cháo mỗi ngày trong bệnh viện vì đau ốm không ăn được. Cho nên, quý vị hãy giữ gìn sức khỏe.

2. Tí: Một tí thoải mái cộng với một tí nhiệt tình.

3. Không: Không tuổi tác, không tật bệnh, không hận thù. Khi ta áp dụng không tuổi tác đúng nơi đúng chỗ ta sẽ hòa hợp với hoàn cảnh, với mọi người chung quanh. Không tật bệnh làm cho ta luôn vui tươi. Thân không bệnh thì tâm an ổn, lạc quan, mạnh mẽ. Không hận thù, không ghét, không giận để tâm an vui thì sẽ tránh được nhiều bệnh, trong đó có bệnh nguy hiểm là "đường tăng". Bệnh này do ta ăn uống không tốt nhưng cũng do tâm ta ức chế nhiều quá, giận hờn, buồn phiền nhiều quá nên đường tăng vậy thôi.

4. Có: có nhà ở, có bạn đời, có tri âm, có sự thông cảm. Bốn điều này giúp ta ổn định về tinh thần lẫn vật chất để sống hạnh phúc.

5. Phải: Vận động (đi bộ, chạy xe, làm việc), cười (khi giao tiếp với người khác), biết nói chuyện (nói chuyện là một cách bộc lộ tư tưởng để tránh bị ức chế và đồng thời cũng biết lắng

nghe. Nhiều người tự tử vì bị rơi vào trầm cảm, ức chế sống thụ động, ít chia sẻ với người khác), phải ôn hòa lịch sự (tránh sân si, tránh những hành động vô duyên) và phải biết xem mình là người bình thường (có người hoang tưởng nghĩ mình là người quan trọng).

Pháp của Phật hiện hữu trong khắp thế gian để giúp chúng ta sống tốt đẹp, an vui, hạnh phúc. Mỗi ngày chúng ta niệm ân Đức Phật cho ta quyền lực, niệm ân đức Pháp cho ta có trí tuệ sáng suốt giúp chuyển hóa cuộc đời ta trở nên nhẹ nhàng, trong sáng và an bình hơn.

ĐẠI KINH RỪNG SỪNG BÒ[24]

Bài Đại kinh Rừng Sừng Bò có từ Gosinga là Sừng Bò - tên của khu rừng. Trong cánh rừng này có lẽ nó đẹp, tịch tịnh, vắng lặng nên có sáu vị thánh Tăng gọi là thượng thủ của Đức Phật trú trong cánh rừng này. Thường những vị đạo cao đức trọng (biết nhiều) thích sống tĩnh lặng. Họ chọn cánh rừng Gosinga trú ngụ. Họ thảo luận với nhau làm sao để cánh rừng Gosinga này chói sáng? Giống như những vị Thánh trú nơi nào chỗ đó chói sáng về đức hạnh, oai lực, sự tu hành của vị đó. Cho nên, sáu vị Alahán đệ tử của Phật thảo luận với nhau làm sao cho cánh rừng Sừng Bò này chói sáng.

- Ngài Ānanda nói: Tỳ khưu phải đa văn, gìn giữ, tích tụ điều đã nghe, tụng đọc, với ý tư duy, với kiến khéo quán sát các pháp sơ thiện, trung thiện, hậu thiện.

- Tôn giả Revata trả lời là vị Tỳ khưu ưa thích đời sống tịnh cư, nội tâm tu Pháp tịnh chỉ, không gián đoạn thiền định, thành tựu quán hạnh, luôn luôn lui tới các chỗ không tịnh. Ngài Revata với ngài Ānanda tu cùng một thời với nhau, xuất thân trong gia đình hoàng tộc. Theo ngài Revata những người có tính cách ưa thích đời sống tịnh cư ở trong khu rừng thì khu rừng sẽ chói sáng.

- Ngài Anuruddha trả lời là vị Tỳ khưu với thiên nhãn thanh tịnh siêu nhân.

- Ngài Mahākassapa trả lời là vị Tỳ khưu tự mình sống ở rừng núi, tự mình sống khất thực, tự mình mặc y phấn tảo, tự mình sống với ba y, tự mình sống thiểu dục, tự mình sống biết đủ, tự mình sống độc cư, tự mình sống không nhiễm thế tục, tự mình tinh cần tinh tấn, tự mình thành tựu giới hạnh, thiền định, trí tuệ, giải thoát, giải thoát tri kiến và tán thán các hạnh ấy.

- Tôn giả Mục Kiền Liên trả lời là vị Tỳ khưu phải học Abhidhamma, cùng nhau hỏi và trả lời các câu hỏi về Abhidhamma.

- Ngài Xá Lợi Phất trả lời là vị Tỳ khưu phải điều phục được tâm, an trú các quả tùy theo ý muốn, tùy theo thời gian mình muốn.

Sau khi thảo luận, sáu vị đại đệ tử này đi đến chỗ Thế Tôn trình bày lại các câu trả lời của mình về cách mà vị Tỳ khưu làm cho khu rừng chói sáng. Đức Phật tán thán các vị này với cách trả lời phù hợp với hạnh tu hành và quả chứng của mình.

Cuối cùng, Đức Phật nhấn mạnh: Vị nào sau khi đi khất thực, sau buổi ăn, ngồi kiết già, lưng thẳng, để niệm trước mặt, nghĩ rằng: "Ta sẽ không bỏ ngồi kiết già này cho đến khi tâm ta giải thoát khỏi các lậu hoặc". Vị này là vị Tỳ khưu có thể làm chói sáng khu rừng Gosinga.

Đối với người xuất gia, tu thiền rất quan trọng.

Phân tích về từng ý của bài kinh. Bài kinh này đề cập đến vấn đề các vị Tỳ khưu sống trong rừng, muốn làm sao cho cánh rừng chói sáng.

Tỳ khưu có 4 nghĩa như sau:

1. Có thọ đại giới và trên 20 tuổi

2. Xuất thế tục gia: cạo tóc, vô chùa tu, mặc y cà sa.

3. Xuất phiền não gia: sống trong chùa. Quý vị tu hành là phải thanh lọc tâm, huấn luyện tâm. Khi có điều bất như ý, hãy nhìn tâm khó chịu, tâm phiền não của mình, đừng nhìn sự việc

[24] Bài pháp này giảng tại chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM. Nhân mùa an cư mùa mưa

phiền não, nghĩa là thấy cái tâm phiền não của mình, đừng thấy sự việc phiền não, chúng ta sẽ đỡ khổ hơn.

4. Xuất tam giới gia: không còn dính mắc trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Ở đây ám chỉ giải thoát hoàn toàn, không ái, không dính mắc gọi là bậc thánh Alahán.

Từ đó, Tỳ khưu tu tập được những điều nói trên thì sống ở đâu chói sáng ở đó, cực lạc ở đó, đem lại hạnh phúc cho nhiều người ở đó. Do vậy, ta thấy những người tu hành có oai đức, có đạo lực thì sự xuất hiện của họ đem lại hạnh phúc cho mọi người.

Trong số sáu vị đại Alahán này: ngài Ānanda, Anuruddha và Revata xuất gia cùng một ngày và là những bậc vương tôn công tử. Khi Đức Phật thành đạo năm ba mươi lăm tuổi, bảy năm sau Ngài trở về hoàng cung tiếp độ vua cha. Khi đó Ngài đi cùng năm trăm vị Tỳ khưu. Sau đó hàng loạt vương tôn công tử trong triều xin đi xuất gia. Ngài Ānanda cùng tuổi với Phật Thích Ca. Khi Ānanda đi tu, Đức Phật đã chọn Ngài làm thị giả. Trong bảy mươi lăm đệ tử của Phật thì Đại đức Ānanda có mật hạnh đa văn (biết nhiều). Khi được chọn làm thị giả, Đức Phật đi thuyết pháp ở đâu thì Ānanda ngồi ở đó. Ngài Ānanda có hạnh đa văn nên tiếp thu rất nhanh, hiểu kỹ những lời Phật dạy. Khi Đức Phật nhập diệt, ngài Ānanda phụ trách trùng tuyên những lời Phật dạy. Ngài Ānanda là bà con chú bác với Phật Thích Ca lại cùng một tuổi, người quảng bác đa văn, học cao hiểu rộng, hạnh khiêm tốn, lúc nào cũng đi theo hầu hạ Phật, cung kính như đối với một vị cha già kính yêu. Khi Phật cho ngài Ānanda làm thị giả thì ngài Ānanda xin Phật nhiều điều: Như khi Phật thuyết pháp nơi nào mà không có Ānanda đi theo thì khi về chùa Thế Tôn xót thương thuyết lại thời pháp đó cho Ānanda nghe, hay là những quà tặng, lợi lộc của Phật xin Phật đừng cho Ānanda để tránh lời gièm pha của những người có tâm xấu v.v… Cuộc đời của Tôn giả Ānanda phục vụ hầu hạ Đức Phật cho đến khi Phật nhập Niết bàn. Lúc bấy giờ Ānanda chỉ đắc Tu-đà-huờn thôi. Nên khi Phật nhận lời nhập diệt với ma vương thì Ānanda buồn và khóc rất nhiều (vì ngài chỉ chứng quả Tu-đà-huờn nên cảm xúc còn rất mạnh). Khi kết tập tam tạng lần thứ nhất (những người tham dự kết tập phải chứng đắc tứ tuệ phân tích, có lục thông tức là có thần thông quảng đại, thông thuộc tam tạng và chú giải là bậc thánh Alahán), ngài Kassapa không chọn những người chưa có thần thông quảng đại vì vậy, Ānanda không được chọn. Nếu không có Ānanda thì việc kết tập kinh điển sẽ không thành công (kết tập kinh điển gồm toàn những bậc thánh và người ta xây một cái động để làm việc, các bậc thánh tự dùng thần thông bay vào). Tối hôm trước ngày khai mạc hội nghị kết tập kinh điển, ngài Ānanda đã công phu ngồi thiền suốt đêm nhưng đến cuối canh ba ngài vẫn chưa đắc đạo. Mệt mỏi, ngài Ānanda bèn ngã lưng nghỉ mệt, tâm quân bình, chánh niệm tỉnh giác, ngay lúc đó ngài chứng đắc Alahán trong tư thế vừa ngã người (không nằm không ngồi). Ngài Ānanda đến động tìm ngài Kassapa. Khi ngài Ānanda đến gõ cửa, ngài Kassapa hỏi:

- Ai?

Ngài Ānanda trả lời:

- Dạ con là Ānanda.

- Đã đắc thánh quả chưa?

- Dạ rồi.

- Đắc quả thánh rồi thì tự vào chứ sao còn gõ cửa?

Ngay lúc đó Ānanda dùng thần thông bay vào.

Ngài Kassapa tuyển năm trăm vị thánh kết tập kinh điển, ôn lại Phật ngôn trong suốt bảy tháng bằng cách khẩu truyền, tức là không ghi chép bằng chữ. Vua A Xà Thế bảo trợ cho hội nghị kết tập kinh điển lần thứ nhất này, cho an ninh hoàng gia bảo vệ nghiêm ngặt. Ngài

Kassapa chọn ngôn ngữ Ma Kiệt Đà để kết tập gìn giữ lời Phật dạy gọi là tiếng Pāli. Pāli căn là Palo. Palo nghĩa là hộ, gìn giữ.

Bài kinh Rừng Sừng Bò nói về quan điểm khác nhau của sáu vị đại đệ tử của Đức Phật về cách làm cho khu rừng chói sáng.

Tôn giả Ānanda là người đa văn nên nói: Tỳ khưu phải đa văn, cái gì cũng biết. Trong thực tế người đa văn có thể nhiếp chúng được dễ dàng. Đa văn theo hiện đại là lãnh vực nào cũng biết để có thể nói chuyện được. Ví dụ như khoa học, nghệ thuật, tử vi, phong thủy, công nghệ, tâm lý v.v... Ngài Ānanda nói: Phải gìn giữ, tích tụ điều đã nghe, với ý tư duy, với kiến khéo quán sát các pháp sơ thiện, trung thiện, hậu thiện. Am hiểu tích tụ nghĩa là tư duy của mình, biết biến những kiến thức đã học, đã đọc thành tư duy của mình. Học kinh, hiểu kinh phải biến thành món ăn tinh thần cho đời sống tu tập của mình.

* Với kiến khéo quan sát các pháp sơ thiện, trung thiện, hậu thiện.

* Kiến nghĩa là thấy các pháp dưới cái nhìn sơ thiện, trung thiện, hậu thiện. Nhìn các pháp với lăng kính đó. Tu hành hoặc giữ giới, chuyển hoá tâm tư của mình cũng với lăng kính đó: sơ, trung hoặc hậu thiện. Trong thực tế ba món này chỉ cần đa văn là đã chói sáng rồi.

Ngài Revata là bậc thánh xuất gia cùng thời điểm với ngài Ānanda. Trong kinh Trung bộ (đọc Trưởng lão tăng kệ) có rất nhiều bài kinh kể về các bậc Alahán thời Đức Phật. Chúng tôi đã dịch quyển "Chú giải Trưởng lão Ni kệ" trong đó có các nhân vật trưởng lão, hoàng tộc, giang hồ, kỹ nữ, … rất hay.

Ngài Revata có công hạnh rất đặc biệt đã nói: Vị Tỳ khưu phải ưa thích đời sống tịnh cư, khu rừng mới chói sáng. Ưa thích nghĩa là tự nguyện chứ không phải bị bắt buộc, ép mình phải sống như vậy.

Quý vị thích Tổ đình Bửu Quang mới đến Bửu Quang tu hành. Những ngày đầu chúng tôi về chùa Bửu Quang có thể nói một chân ở đây một chân ở chùa Kỳ Viên. Quý vị hãy để ý những người sống tĩnh lặng, họ có một đời sống sâu lắng, tâm hồn yên tĩnh. Những ai thích ồn ào quá sẽ chết sớm. Hãy tập sống đời sống của một người tu hành trong cô đơn, tịch tịnh, độc lập, quý vị sẽ chiêm nghiệm được nhiều hơn. Không lễ lộc, không di chuyển đó đây nhiều. Hãy tập sống, tập nhìn. Sau những lễ hội hãy nhìn lại, hãy quán chiếu tất cả những gì đã đến và đã đi. Ở một trú xứ như Bửu Quang nhiều người thích sống tĩnh lặng như vậy cũng rất hay. Thầy Đức Tài chuyên sâu về giảng dạy Vi diệu pháp. Sư Thiện Phúc chuyên cầu an, cầu siêu, tối thì lên room tham gia diễn đàn thuyết pháp với mọi người. Sư Pháp Từ chuyên giáo dục cho giới tử về giới luật của người mới xuất gia. Cô Liên Nhu chuyên về thiền. Anh Bính quản lý thư viện. Mỗi người một việc. Mỗi người có một hạnh, một sở thích gắn liền với đạo pháp, vừa tu tốt vừa chói sáng trú xứ.

Ngài Revata trả lời muốn khu rừng chói sáng vị Tỳ khưu nội tâm tu pháp tịnh chỉ. Tịnh chỉ nghĩa là dừng lại. Nội tâm biết dừng lại những gì đáng dừng. Đó cũng là nghệ thuật tu tập suốt đời của người xuất gia. Cuộc sống của chúng ta dính mắc đủ thứ nên vô cùng phiền não. Nếu chúng ta biết dừng lại đúng lúc, đúng chỗ là chúng ta giải thoát. Tâm giận dữ cao độ biết dừng lại đúng lúc sẽ không làm tổn hại mình và người. Lòng tham ào ạt biết dừng lại đúng chỗ sẽ không rơi vào đọa xứ. Đó là nghệ thuật. Ngài Revata nói: Tâm không gián đoạn thiền định… Người tu nào cũng tập ngồi thiền, công phu niệm Phật để đem lại sự an vui đó là thân giáo. Thân giáo, khẩu giáo, ý giáo. Thân giáo: biểu lộ việc làm, cách sống cho người khác thấy. Ngày nào cũng công phu giúp những người lười biếng thấy để họ bắt chước trở nên siêng năng hơn. Người bị hàm oan vẫn tu tốt, không trả đũa. Thân giáo: dạy người khác bằng cuộc đời của

mình. Khẩu giáo: nói những gì làm cho người khác nhớ hoài ngàn năm. Tu nhiều thì tù ít/ Tù nhiều thì tu ít.

Ý tiếp theo của ngài Revata là thành tựu quán hạnh, thành tựu những hạnh nguyện của mình. Luôn luôn lui tới các chỗ không tịnh, những nơi tha ma mộ địa để tập quán tưởng. Đó là hạnh của Tỳ khưu.

Quý vị cũng từng có lần vô thăm bạn bè nằm trong bệnh viện. Quý vị thấy ở đó chẳng khác nào địa ngục với nhiều người bệnh luôn rên la thảm thiết trong đau khổ, bệnh hoạn, chết chóc. Quý vị thấy chán ngán những ham muốn, tranh đua, hơn thua, còn mất.

Ngài Anuruddha đệ nhất về hạnh thiên nhãn. Khi Thế Tôn nhập diệt, ngài nhập thiền để xem Đức Phật tịch diệt trong thiền nào. Bây giờ nếu quý vị đi Ấn Độ sẽ thấy có một bức tượng ngài Anuruddha. Trong kinh này ngài Anuruddha nói: Tỳ khưu với thiên nhãn thanh tịnh siêu nhân, muốn có thiên nhãn phải tu thiền. Sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền… đạt được rồi thì mới luyện thần thông.

Ngài Kassapa có nhiều ý kiến nhất, ngài gốc là Phạm thiên, là vị không còn tình dục. Ngài sanh ra trong một gia đình giàu sang bậc nhất nhưng lớn lên không thích lập gia đình. Cha mẹ già nói ngài phải lập gia đình trước khi cha mẹ mất. Kassapa đồng ý. Ngài vẽ một bức hình thiếu nữ tuyệt đẹp và nói cha mẹ đi tìm người nào giống như người trong bức hình thì ngài sẽ ưng lấy làm vợ. Cha mẹ ngài bèn sai gia nhân đi khắp nơi tìm người như trong bức hình của ngài. Nhân buổi lễ hội tại sông Hằng, những người gia nhân đem hình cô gái để bên dòng sông, có một bà lão nhìn thấy tưởng là cháu gái của mình nên cất tiếng kêu, các gia nhân nghe vậy đến hỏi bà lão thì bà nói thiếu nữ trong tranh giống hệt như cháu gái bà, nên bà tưởng lầm là cháu gái của mình mới cất tiếng kêu. Thế là gia nhân mừng rỡ về báo tin cho cha mẹ ngài Kassapa biết để tới hỏi cưới cho ngài. Gần tới ngày cưới, ngài Kassapa viết một bức thư gởi cho cô gái Bhaddhā với đại ý là: "Tôi không muốn lập gia đình nhưng cha mẹ bắt tôi phải lấy vợ. Tôi chỉ muốn đi tu mà thôi, nếu cô đồng ý làm vợ tôi thì cô sẽ không có hạnh phúc". Trên đường đi đưa thư, những người gia nhân xé thư ra xem, thấy ngài Kassapa viết thư như vậy sợ cô gái kia sẽ không bằng lòng, và ông bà chủ không vui, nên những người gia nhân viết một bức thư khác với nội dung ngược lại hoàn toàn bức thư của ngài và gởi cho cô gái đó. Sau khi nhận thư cô Bhaddhā cũng gởi cho Kassapa một bức thư, với đại ý là: "Anh thương tôi thì xin cám ơn, nhưng tôi có chí nguyện xuất gia, nếu anh cưới tôi về thì anh sẽ không có được người vợ như lòng anh mong muốn". Vì nguồn gốc cô gái này cũng xuất thân từ Phạm thiên và sanh trong gia đình giàu có không thua kém ngài Kassapa. Những người gia nhân cũng lại xem thư này, rồi cũng bỏ lá thư đi và viết một lá thư khác với lời lẽ yêu thương tha thiết gởi cho Kassapa.

Sau đó đám cưới diễn ra linh đình, của hồi môn nhiều vô kể. Trong đêm cưới, hai người đã nói cho nhau nghe sự thật của lòng mình, và kể từ hôm đó, hai người cam kết với nhau là quyết định phụng dưỡng cha mẹ cho đến lúc nào cả hai qua đời thì cùng nhau đi tu. Trong phòng ngủ của vợ chồng ngài Kassapa có hai cái giường. Sau khi cha mẹ chết, hai người đã bố thí hết tất cả tài sản và quyết định xuất gia. Hai người tự may y, cùng nhau đi tìm Phật xin xuất gia. Hai người đi đến một ngã tư đường thì quyết định chia tay nhau tại đây. Ngài Kassapa ngồi xuống, còn cô Bhaddhā cung kính đi nhiễu ba vòng quanh nơi ngài Kassapa ngồi, sau đó cô lạy trước mặt, lạy sau lưng, lạy phía trước, lạy phía sau rồi hai người nói lời chia tay với nhau: "Xin huynh tha thứ, nếu có lỗi lầm gì xin hãy hỷ xả cho nhau." Hai người đã nói giống y hệt nhau về lời nói. Lúc đó sấm chớp vang rền như thể đồng cảm với hai tâm hồn lớn. Lúc bấy giờ, Đức Phật biết duyên sẽ độ cho ngài Kassapa nên Đức Phật đứng bên vệ đường chờ sẵn. Khi gặp Phật, Đức Thế Tôn khen ngài Kassapa có bộ y đẹp. Ngài Kassapa nói: "Bạch Thế Tôn con xin

cúng dường y này cho Thế Tôn. Và nếu được xin Thế Tôn cho con bộ y Ngài đang mặc và con nguyện mặc bộ y này cho đến ngày viên tịch luôn". Khi Đức Phật nhập diệt, ngài Kassapa sống thêm ba mươi năm nữa nhưng vẫn mặc bộ y duy nhất của Phật đã cho và suốt ba mươi năm sống hạnh đầu đà. Cho nên, trong bài kinh, ngài Kassapa nói: Vị Tỳ kheo phải thích sống ở rừng núi, tự mình sống bằng hạnh khất thực nghĩa là phải trung thành với giới luật, khất thực để diệt đi ngã mạn, tự cao, tự mình mặc phấn tảo y. Y phấn tảo là y may bằng vải quấn tử thi. Theo tập tục Ấn Độ ngày xưa những người chết được quấn vải, sau đó người ta lấy vải quấn tử thi này đem giặt ở sông Hằng rồi họ lấy lá cây hoặc trái nhuộm màu y để mặc. Ngài Kassapa tự mình sống đời sống thiểu dục, ít ham muốn. Con người khổ do ham muốn nhiều. Sống ở rừng mà lòng tham nhiều quá thì làm sao chói sáng. Cho nên, hãy biết đủ và tập sống giản dị. Tùy thuận hoàn cảnh và sống thích nghi. Thí dụ về miệt đồng bằng sông Cửu Long người ta tắm sông, mình cũng tắm sông. Như vậy là hòa nhập với nếp sống dân nghèo. Thượng tọa Pháp Chất cúng dường tiền cho sư Tường Quang bên Ấn Độ mua một chiếc xe hơi. Lâu lắm mà vẫn không thấy sư Tường Quang mua xe. Hỏi ra mới biết là nơi sư Tường Quang ở người dân nghèo khổ lắm. Cho nên, sư Tường Quang sống giản dị, đạm bạc, hòa mình trong sự lam lũ của người dân quê, đó là tùy thuận. Cũng như quý vị nếu ở trong khu phố giàu sang thì phải tự nâng cấp mình lên. Người trí phải biết hợp thời. Tự mình sống không nhiễm thế tục. Đối với con người theo vi diệu pháp thì thức ăn có nhiều loại: pháp thực, xúc thực, tư niệm thực và thức thực. Mắt nhìn cảnh tạp nhiều quá tu không được. Tai nghe âm thanh thế tục nhiều quá tu cũng không được. Cho nên, tu là bỏ bớt. Thí dụ bỏ bớt những thông tin về thế sự như tình hình kinh tế, chiến sự thế giới v.v... Tâm đang trong veo bỗng dưng nghe tin bão táp mưa sa ở đâu đó làm tâm hoang mang lo lắng, tu hết được. Tai nghe chuyện này chuyện kia thế nào rồi cũng bị nhiễm. Tâm đang lành mạnh trong sáng, nghe tin này tin nọ khiến tâm bị ô nhiễm. Mỗi người tự có cách làm cho tâm mình trong sáng. Ở chùa Bửu Quang, mỗi bữa cơm trưa vừa có thức thực vừa có pháp thực là tình đồng đạo.

"Tự mình sống độc cư, chuyên cần, tinh tấn…". Ngài Kassapa nói nhiều nhưng câu nào cũng chất lượng. Ngày xưa ở chùa Giác Quang, sư nhớ hoài ông sư Bảy - người không bao giờ vắng mặt hai thời công phu. Một ngày tu tập của ông sư Bảy như sau: sáng thiền, trưa thiền, chiều thiền. Hình ảnh đó đẹp quá. Đó là thân giáo. Hình ảnh đó đối với Sư lúc còn nhỏ rất đẹp. Một hôm ông sư Bảy đang tụng kinh chiều bỗng ngã ra nấc vài hơi rồi mất. Khi ta có nhân duyên được sống gần với các vị tu hành như vậy ta mới có cơ hội học được nhiều điều lợi ích, quý báu. Phải nỗ lực, siêng năng, cầu tiến. "Tự mình thành tựu giới hạnh". Nếu không mình sẽ làm ô uế khu rừng. Giới hạnh trong sáng thì khu rừng chói sáng. Người tu phải thiền định, trí tuệ giải thoát và giải thoát tri kiến.

Ngài Mục Kiền Liên có mặt trong hội nghị, là bậc thánh thần thông đệ nhất. Ngài Xá Lợi Phất với ngài Mục Kiền Liên là bạn. Khi xuất gia, ngài Mục Kiền Liên là cánh tay trái của Phật, ngài Xá Lợi Phất là cánh tay phải của Phật là bậc giỏi về trí tuệ.

Trong kinh ngài Mục Kiền Liên nói: Tỳ khưu phải học hiểu thông thạo và bàn luận về Abhidhamma. Abhi: cao, dhamma: pháp, nghĩa là Thắng Pháp do ngài Minh Châu dịch. Ngài Tịnh Sự dịch Abhidhamma nghĩa là Vô Tỷ Pháp, Siêu Lý Học. Ngài Hộ Tông dịch Abhidhamma là Vi Diệu Pháp (đề cập pháp chơn đế). Thí dụ khi nói đến con người, chúng ta nói có mắt, tai, mũi v.v... Nhưng khi quán sát cho sâu sắc thêm nữa thì chúng ta nói ngũ uẩn, nói đến thể tánh. Vậy nói ngũ uẩn tức là chơn đế. Nói con người là nhìn theo tục đế. Hai cách nhìn tục đế và chơn đế bổ sung cho nhau, không hề trái ngược nhau.

Ngài Xá Lợi Phất nói:

1. Tỳ khưu phải điều phục được tâm, thanh lọc tâm, làm chủ được tâm. Nếu tâm không ô nhiễm thì khu rừng sẽ không ô nhiễm. Tâm ô nhiễm sẽ nói lời ô nhiễm, làm cho người khác bị rối.

2. Tỳ khưu an trú các quả tùy theo ý muốn, an trú trong pháp, an trú trong thiền, trong điều học của mình. Sống phải có những đề mục tu tập. Có an trú trong giáo pháp, trong giới luật, trong thiền định thì mới có sức mạnh giúp cho ta đạt được cứu cánh giải thoát. Có sở hạnh đó thì mới giúp mình giải thoát.

Cuối cùng, Đức Phật kết luận: Phải hành thiền, ngồi kiết già, lưng thẳng, chánh niệm, tỉnh giác cho đến khi nào chấm dứt sanh tử luân hồi. Ngồi thiền cho đến khi giải thoát.

TẤT CẢ LẬU HOẶC[25]

Sa ba: tất cả

Lậu hoặc: phiền não, tạp niệm, u buồn, bất thiện pháp.

Đây là bài kinh "Tất cả lậu hoặc'' được đánh giá là hay trong 152 bài kinh Trung bộ. Đức Phật giảng các pháp môn làm cho người ta thấy biết các lậu hoặc. Kinh này giảng cho người có tác ý. "Do phi như lý tác ý… đoạn diệt''.

Những lậu hoặc này có như lý tác ý hoặc không như lý tác ý, có chú tâm thì những lậu hoặc này đã sanh và đã diệt. Có 7 phương pháp đoạn trừ các lậu hoặc:

- Lậu hoặc do tri kiến mà đoạn trừ
- Lậu hoặc do phòng hộ (chế ngự) để đoạn trừ.
- Lậu hoặc do thọ dụng để đoạn trừ
- Lậu hoặc do kham nhẫn để đoạn trừ
- Lậu hoặc do tránh né để đoạn trừ
- Lậu hoặc do trừ diệt để đoạn trừ
- Lậu hoặc do tu tập để đoạn trừ

1. Lậu hoặc do tri kiến để đoạn trừ

Tri kiến ở đây là kiến mà mình hiểu một cách đầy đủ. Tri kiến đi ngược lại với tà kiến. Tri kiến trong sạch và thanh tịnh. Nhờ tri kiến mà mình thấy các pháp. Passana: tri kiến. "Kẻ phàm phu không oán tri các pháp….tác ý''. Đức Phật muốn nói người vô văn phàm phu ít nghe, ít hiểu, ít biết, ít tu tập, nên còn bị vô minh chi phối. Các pháp cần tác ý thì vị này không tác ý, các pháp không cần tác ý thì lại tác ý, nghĩa là những bất thiện pháp thì các vị này tác ý. Ví dụ: nhiều chuyện, tham, sân, tác ý đến bất thiện pháp nên dục lậu, hữu lậu, vô minh lậu sanh khởi mà dục lậu, hữu lậu, vô minh lậu đã sanh khởi thì sẽ tăng trưởng. Dục lậu là lòng ham muốn. Vô minh lậu ám chỉ mình đang tối tăm trong tài sắc, lợi danh, tham đắm trong vô văn phàm phu.

Quá khứ: Họ tác ý ta có mặt hay không có mặt, ám chỉ họ sống cho cái quá khứ.

Tương lai: Tưởng về tương lai mà không lo tu tập giữ giới trong hiện tại, lo chết ai sẽ đưa tang cho ta, sau khi chết ta có mặt trong đời sau như thế nào.

Hiện tại: Họ có nghi ngờ về mình. Ta có mặt như thế nào? Hình vóc ta sẽ như thế nào? Hồi xưa làm gì, bây giờ ở đây?

Đức Phật dạy: Quá khứ không truy tìm, tương lai không ước vọng, phải sống trong giây phút hiện tại. Vì giây phút hiện tại là Vipassana. Vì hiện tại rất mầu nhiệm. Hiện tại có trì giới, hành thiền, an vui, hạnh phúc thì suy ra quá khứ mình khéo tu. Nhìn hiện tại biết quá khứ. Nếu hiện tại nghèo là do kiếp quá khứ kém bố thí, dung mạo hiện tại xấu do không bố thí y phục, bông hoa. Mắt mờ không sáng tỏ do không cúng dường nhang đèn v.v... Nhìn hiện tại biết hành động tương lai. Hiện tại không bố thí, trì giới, tham thiền, hỗn hào với các bậc trưởng thượng thì bốn đường ác đạo mở cửa chờ ta…

[25] Bài pháp này giảng tại chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

Trong kinh văn với những người phi như lý tác ý như vậy thì do 6 tà kiến:

- Ta có tự ngã
- Ta không có tự ngã
- Do có tự ngã ta tưởng tri
- Do có tự ngã ta tưởng tri không có tự ngã
- Không do tự ngã ta tưởng tri tự ngã
- Chính tự ngã này của ta tưởng tri tự ngã là trường tồn vững chắc, không thay đổi

Những tự ngã này làm cho chúng ta luân hồi, phiền não.

Đức Phật Ngài dạy phương pháp thứ nhất để đoạn trừ lậu hoặc là có tri kiến. Muốn được vậy phải thiền Vipassana để huân tập tri kiến, đoạn trừ lậu hoặc.

2. Lậu hoặc do phòng hộ để đoạn trừ.

Trong Kinh có đoạn nói: "Vị tỷ kheo như lý giác sát sống phòng hộ 6 căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý''. Ngài là vị giác ngộ năm 35 tuổi thành đạo dưới gốc cây bồ đề, là vị Chánh Đẳng Chánh Giác, là bậc thầy của chư thiên và nhân loại nên nói lời này là kinh nghiệm của bậc giác ngộ. Những dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu phát xuất từ việc chúng ta không thu thúc lục căn, không phòng hộ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý nên những phiền não sanh khởi. Do đó, quý vị thấy trong giới bổn của tỷ kheo có 227 giới nhưng thật ra giới luật của tỷ kheo cũng chỉ có Tứ thanh tịnh giới gồm thu thúc lục căn, quán tưởng thanh tịnh trong khi thọ dụng bốn món vật dụng, nuôi mạng chân chánh và biệt biệt giải thoát giới. Tỷ kheo không được thấy ai sang bắt quàng làm họ, làm mai làm mối, ca ngợi người giàu, xả giao lấy lòng đó là tà niệm, tà mạng, có dụng ý để người cúng dường cho mình. Như vậy tỷ kheo có tứ thanh tịnh giới và 227 điều học. Sự phòng hộ là bùa hộ mạng, là hàng rào, là áo giáp bảo vệ cho người tu. Phiền não sanh ra từ lục căn nên Đức Phật căn dặn phải phòng hộ 6 căn thật cẩn thận. Chỗ nào đáng nhìn thì mới nhìn, đáng nghe thì mới nghe. Mũi quen ngửi hương thơm lỡ hôm nào hít phải mùi hôi đâm ra bực mình, lầm bầm rủa thầm trong bụng. Lưỡi quen nếm vị ngon, có khi ăn phải thức ăn không hợp khẩu vị liền khen chê nấu không ngon. Tại sao vậy? Vì mình không thu thúc cái mũi, cái lưỡi, không tuỳ thuận, tuỳ hỷ nên sanh phiền não vậy thôi. Thân ý cũng vậy. Phương pháp thứ hai là phòng hộ, chế ngự lục căn để giảm bớt phiền não, tu hành có kết quả tốt.

3. Lậu hoặc do thọ dụng để đoạn trừ

Khi ở rừng cây sẽ bị côn trùng, rắn rít, muỗi kiến đốt cắn. Con muỗi ở Ấn Độ coi vậy mà khác hơn con muỗi ở Việt Nam. Muỗi Ấn Độ bay thẳng tới chích mình liền. Còn muỗi Việt Nam bay kêu o o rồi mới tới chích. Người Việt Nam chăm chỉ, làm việc không bao giờ để mình "rơi tự do" nghĩa là có sự tiên liệu cho ngày mai. Người Ấn Độ làm vừa đủ xài cho hôm nay, ngày mai thì… từ từ tính. Muốn thân tránh được muỗi mòng phải thọ dụng cốc liêu. Đó cũng là một cách giúp chúng ta bớt khổ. Khi đau bệnh cũng phải biết thọ dụng thức ăn phù hợp cơ địa, hoàn cảnh để bớt bệnh, có sức khoẻ mà tu. Nhờ thọ dụng vật thực mà sanh mạng tồn tại. Nhưng thọ dụng như thế nào cho phải?. Người tu giữ giới bát quan trai, trong đó có giới không ăn sái giờ là cách tập sống giản dị, không còn bận bịu với chuyện lo cơm nước mất thời gian. Theo Phật giáo Nam Tông, Đức Phật dạy tất cả các đệ tử của Ngài trước khi ăn phải quán tưởng vật thực như thế này: Đây là thức ăn do hàng Phật tử dâng cúng, dùng để nuôi sống thân mạng này để có đủ sức khoẻ mà tu tập. Tất cả sắc, thinh, hương, vị, xúc, pháp, của thức ăn đều không thật chỉ để nuôi sống thân tứ đại này. Con nguyện xin hồi hướng tất cả phước báu đã tu tập được đến cho người thí chủ, cầu xin các pháp hạnh phúc và an vui thường thường phát

sanh đến cho người thí chủ ấy. Như vậy, các sư, các quý bà, quý cô tu nữ mới bắt đầu dùng thức ăn ấy. Trong khi ăn, không ngừng quán tưởng tính chất không thật, bất tịnh của tất cả thức ăn mà chúng ta đang ăn vào đây. Nếu không quán tưởng được như thế, các quý bà, quý cô tu nữ, quý sư ngày hôm đó ăn thức ăn với sự thưởng thức sắc, thinh, hương, vị, xúc, pháp, của thức ăn thì Đức Phật dạy rằng thà nướng một hòn sắt nóng đỏ rồi nuốt vào còn ít tội hơn là ăn những thức ăn mà không quán tưởng. Đức Thế Tôn dạy đệ tử khi thọ dụng tứ sự thật kỹ lưỡng, thật chi tiết. Bởi một hạt gạo, một chén cơm của đàn-na tín thí mười phương rất quý giá. Nếu một ngày chúng ta không tu chân chính, giới đức không đàng hoàng, nghiêm tịnh thì thọ dụng của bá tánh đời sau trả không nổi đâu. Đức Phật dạy thọ tứ vật dụng là thực phẩm, y phục, chỗ ở, thuốc men.

Ngày nay, tu sĩ có nhiều bộ y chớ ngày xưa thì chư tăng chỉ có một bộ y, một bình bát để sống và tu thôi. Ở Anh quốc, các vị tu sĩ gìn giữ giới luật rất nghiêm. Họ chỉ có một bộ y. Cho nên, sáng sớm phải giặt y để phơi cho kịp nắng và tiếp tục sử dụng cho những nghi lễ tiếp theo trong ngày. Những tu sĩ Phật giáo có trình độ, có tri thức sống giữa một xã hội văn minh hiện đại nhưng lòng họ thanh thản nhẹ nhàng với cuộc sống tu hành vô cùng giản dị, thanh cao trong thiền môn.

4. Lậu hoặc do kham nhẫn mà đoạn trừ

Kham nhẫn là phương pháp, nghệ thuật chế ngự, đoạn trừ các lậu hoặc. Ví dụ nhẫn nhịn trước những lời trái ý, chịu đựng nóng lạnh. Quý vị không có nhẫn nại thì ở đâu cũng khổ. Ở nhà khổ vì chồng con. Vô chùa không nhẫn nại cũng khó lòng ở lâu dài vì phiền não, vì tham sân si.

Trong kinh kể rằng một hôm Đức Phật bị hai ông bà theo đạo bà la môn chặn đường đòi gả con gái vì thấy Ngài quá hảo tướng và tài năng. Đức Phật làm thinh. Thấy Ngài im lặng hai ông bà này tưởng Đức Phật bằng lòng. Hai người hối hả về nhà dẫn con gái đến gặp Đức Phật. Ai dè khi tới nơi thì không thấy Đức Phật đâu cả, chỉ còn lại dấu chân của Ngài. Nhìn dấu chân rất to của Đức Phật, bà vợ nói: Ông ơi! Bàn chân này là chân của người không còn ái dục nữa.

Phật nói: Như Lai khi còn là bồ tát đã từng sống trong hoàng cung hưởng thụ tất cả dục lạc thế gian. Bây giờ Như Lai đã buông xuống tất cả. Con gái hai người bà la môn kia dù xinh đẹp cách mấy thì đối với người đã giác ngộ cũng giống như chút nước miếng đã nhổ ra không bao giờ liếm lại. Hai ông bà già kia nghe như vậy rất hoan hỷ liền đắc quả. Còn cô con gái thì căm hờn, chửi rủa Đức Phật bằng những lời lẽ thô tục thậm tệ. Đại đức Ānanda chịu không nổi trước những câu nói đó bèn thỉnh Phật đi nơi khác. Đức Phật không đi mà còn an ủi Ānanda "Như Lai là con ngựa chiến mỗi khi xông ra trận mạc không hề khuất phục, những người đang nguyền rủa Như Lai đây đáng cho Như Lai thương xót và tiếp độ cho họ". Lời Phật an ủi thật đúng nơi đúng lúc. Phiền não phát sanh chỗ nào thì dập tắt chỗ đó. Chúng ta biết rằng trú xứ khác nhau, quốc độ khác nhau nhưng tâm phiền não của chúng sanh giống hệt nhau. Cảnh chùa Bửu Quang không giống với các chùa khác trong khắp đất nước Việt Nam nhưng tâm ích kỷ, tham ái, ngã mạn của những chúng sanh phàm phu sống trong chùa y hệt như nhau. Họ không có phút nào dừng lại trên con đường đau khổ luân hồi.

Vừa mới có chút tu luyện công phu đã sanh lòng ngã mạn, những cái ta luôn đòi kẻ khác kính trọng mình trong khi ta luôn khinh chê người khác, những cái ta không bao giờ biết đủ, thấy bằng lòng với những gì đang có, những cái ta tham lam, kiêu căng, tự mãn, chìm đắm trong đau khổ, trong lửa nóng của hoả ngục từng giây từng phút. Đức Thế Tôn dạy hãy mở lòng ra thương xót họ cũng chính là lúc chúng ta nhận được vị ngon ngọt của pháp từ bi, giúp cho chúng ta mát mẻ, vui tươi, an lành, thanh tịnh.

Nhẫn nại là vật trang điểm đẹp nhất, là nhân cách tao nhã nhất của người tu. Vì có nhẫn nại ta sẽ có an vui. Kham nhẫn là nghệ thuật đoạn trừ các lậu hoặc.

5. Lậu hoặc do tránh né mà đoạn trừ

Gặp voi dữ, ngựa dữ, chó dữ thì phải tránh né. Tránh né những chỗ ngồi không đáng ngồi. Những chỗ trú xứ không đáng lai vãng, ví dụ ni viện của quý cô tu nữ, tăng xá của quý sư thì đừng có đi lung tung sẽ bị mang tiếng. Những vị sư không được qua cốc của Tu nữ nói chuyện. Kể cả những khu vực nhạy cảm có nhiều người đồng giới trú ngụ cũng nên tránh né. Ở Anh quốc, người nam nắm tay người nam là một hành vi bị xã hội khinh khi. Nhà của Phật tử không đàng hoàng quý sư, tu nữ cũng cần phải tránh né để không bị nghi kỵ, đàm tiếu.

Vậy hãy tránh né để đừng bị hiểu lầm thì sẽ không bị phiền não.

6. Lậu hoặc do trừ diệt mà đoạn trừ

Các lậu hoặc do mình trừ diệt mà đoạn trừ. Dục niệm: tưởng về các bất thiện pháp. Hại niệm: ý niệm làm hại người khác. Sân niệm: tưởng tượng trong tâm những ý niệm phiền não hại người khác. Nhờ diệt mới đoạn trừ các lậu hoặc.

7. Lậu hoặc do tu tập mà đoạn trừ

Niệm: ghi nhớ những gì xảy ra trong hiện tại
Tinh tấn: không ngừng siêng năng
Hỷ: vui tươi, hoan hỷ
Kinh an: nhẹ nhàng, thoải mái, hồn nhiên
Định: tịch tịnh
Xả: buông bỏ

Muốn đoạn trừ lậu hoặc chúng ta phải phát tâm lành tu các pháp lành như bố thí, trì giới, thiền định… để tâm được tiến hoá mỗi ngày cao lên, gột rửa, bỏ bớt những nặng nề của tham, sân và si… thì tự nhiên sẽ đoạn trừ phiền não vậy. Còn nếu không tu tập mà muốn đi xuống cõi đau khổ làm các loại súc sanh, bàn sanh, a tu la, ngạ quỷ thì gia tăng cái tâm ác, làm việc ác, bất hiếu với mẹ cha, bất kính với sư trưởng, khinh chê muôn người, muôn vật, ngạo mạn kiêu căng làm gia tăng ác nghiệp, cái tâm càng bị ngu tối hơn mà thôi. Tâm thức chính là cội nguồn của tất cả các pháp. Đó là chân lý tối thượng mà Đức Phật đã tuyên bố một cách chân thật từ vô lượng kiếp rồi. Cho nên, người nào quan tâm, người nào có chút căn lành dư sót lại trong đời trước đã từng tu tập theo chánh pháp, phát nguyện theo dấu chân xưa của Đức Thế Tôn thì hãy tu tập để tâm thức tiến hoá, diệt trừ lậu hoặc.

Bài kinh Tất cả Lậu Hoặc Đức Phật Ngài dạy người nào sử dụng 7 phương pháp để đoạn trừ lậu hoặc sẽ thoát ly được những trói buộc, thoát khỏi ngã mạn, an lạc giữa cuộc đời đầy đau khổ.

TÌM HIỂU KINH PHẬT LỰC[26]

Chúng ta tìm hiểu bài kinh Phật lực. Bài kinh này sáng đọc một lần, chiều đọc một lần, đọc đều đặn sẽ có nhiều hiệu nghiệm: Nếu ở trong công ty thì có quyền lực cao ví dụ như làm giám đốc, ở chùa thì làm trụ trì, ở nhà thì làm chủ hộ. Buổi sáng đọc, buổi chiều đọc thì người tâm tánh nóng dữ, hung hăng riết rồi tự nhiên trở nên hiền hòa lúc nào không hay. Do vậy, ai tánh tình nóng nảy hãy cố gắng đọc bài này. Lợi ích khác nữa là đọc bài kinh này quý vị sẽ có lộc nhiều, ngăn được sự rủi ro tai hại, có phước duyên đạt được giác ngộ để giải thoát. Đây là nội dung của bài kinh:

1. *Ma Vương biến ngàn tay*
   Cầm khí giới đủ loại
   Cỡi voi Mê Khá Lá
   Cùng vô số binh ma
   Vang rền như sấm động
   Quyết chiếm đoạt bồ đoàn
   Phật cảm thắng ma vương
   Bằng hạnh lành bố thí
   Do Phật lực vô biên
   Tựu thành muôn phúc lạc.

2. *Dạ xoa A La Vá Ká*
   Hung bạo hơn Ma Vương
   Kiêu căng và tự phụ
   Suốt đêm trổ thần lực
   Quyết chiến cùng Thế Tôn
   Phật cảm thắng dạ xoa
   Bằng uy đức nhẫn nại
   Do Phật lực vô biên
   Tựu thành muôn phúc lạc.

3. *Voi Na La Ghi Ri*
   Bị phục rượu uống say
   Nộ khí như lửa rừng
   Như sấm sét chấn động
   Như xa luân bảo khí
   Phật điều phục voi cuồng
   Bằng từ tâm vô lượng
   Do Phật lực vô biên
   Tựu thành muôn phúc lạc.

4. *Ăng-gu-li-ma-lá*
   Cuồng tín và tinh nhuệ
   Giết người chặt ngón tay
   Kết làm tràng đeo cổ
   Cầm gươm toan giết Phật

[26] Bài pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

Đường xa ba do tuần
Phật độ kẻ bạo tàn
Bằng thần thông mầu nhiệm
Do Phật lực vô biên
Tựu thành muôn phúc lạc.

5. *Nàng mỹ nữ Chin-cha*
Giả dạng như thai phụ
Vu cáo đức Trọn Lành
Giữa đạo tràng thính chúng
Đức Phật cảm thắng nàng
Bằng an nhiên chánh định
Do Phật lực vô biên
Tựu thành muôn phúc lạc.

6. *Du sĩ Sách-cha-ka*
Vốn lợi khẩu kiêu mạn
Giương cao cờ kiến chấp
Với tâm tư si ám
Phật độ kẻ lầm mê
Bằng hào quang trí tuệ
Do Phật lực vô biên
Tựu thành muôn phúc lạc.

7. *Nanh-đô-bá-nanh-đá*
Rồng chúa đại thần lực
Chấp định kiến sai lầm
Dùng thần thông thị uy
Vây Phật và thánh chúng
Đức Điều Ngự huấn thị
Tôn giả Mục Kiền Liên
Biến thành đại long vương
Chế ngự rồng chúa dữ
Do Phật lực vô biên
Tựu thành muôn phúc lạc.

8. *Đại phạm thiên Bá-ká*
Có pháp lực cao cường
Hào quang sáng vô lượng
Lòng kiêu mạn tà kiến
Tự phụ đức thuần tịnh
Phật cảm hoá phạm thiên
Bằng nhất thiết chủng trí
Do Phật lực vô biên
Tựu thành muôn phúc lạc.

Người hiền trí tinh cần
Ngày đêm thường trì niệm

Tám cảm thắng nhiệm mầu
Chứng an lạc giải thoát.

Bài kinh Phật lực này được phổ thành thơ 5 chữ. Trước đây Hòa thượng Hộ Tông dịch bài kinh theo thể văn xuôi. Trong bài kinh Phật Lực có 8 câu kệ, mỗi câu kệ đưa ra một biến cố trong cuộc đời của bậc đạo sư. Trong 8 lần gặp phải biến cố, bậc đạo sư của chúng ta đã dùng năng lực và trí tuệ của bậc Chánh đẳng Chánh giác để vượt qua.

"Ma Vương biến ngàn tay/ Cầm khí giới đủ loại/ Cỡi voi Mê Khá Lá/ Cùng vô số binh ma/ Vang rền như sấm động/ Quyết chiếm đoạt bồ đoàn/ Phật cảm thắng ma vương/ Bằng hạnh lành bố thí/ Do Phật lực vô biên/ Tựu thành muôn phúc lạc".

Câu kệ trên cho chúng ta thấy trước khi Đức Phật thành đạo, ma vương ùn ùn kéo đến thử thách Ngài. Ma vương ở đây là vị vua trời cõi Tha Hóa Tự Tại, chúa của cõi dục, do có oan trái với Phật Thích Ca nên đến thử thách Ngài. Nếu Đức Phật có đủ năng lực, tuệ giác thì sẽ vượt qua được nghịch cảnh. Cho nên, lúc bấy giờ, ma vương kéo binh ma đến gây chiến, dùng năng lực thần thông làm cho Phật Thích Ca nản chí. Nếu không vượt qua được sự phá phách của ma vương thì Phật Thích Ca sẽ không thành Phật - bậc Chánh đẳng Chánh giác. Sở dĩ Đức Phật chiến thắng được ma vương là do Ngài đã tu hạnh bố thí trong suốt 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp. Nhờ tu hạnh bố thí không ngừng nghỉ nên không có gì làm lung lay được ý chí quyết thành Phật nơi Ngài được. Chúng ta không thể hình dung những gì mà Đức Phật đã thực hành hạnh bố thí trong vô lượng kiếp lâu xa.

Đối với bậc Chánh đẳng Chánh giác thì bố thí có 3 cấp độ: cấp độ bố thí thứ nhất là bố thí Bờ kia, nghĩa là bố thí tiền bạc, của cải, sự nghiệp, vợ và con. Trong một tiền kiếp lâu xa, Đức Phật đã từng bố thí vợ và con. Điều này trong xã hội hiện tại khó chấp nhận. Nếu chúng ta đem vợ con mình ra bố thí coi chừng bị thưa lên Hội Phụ nữ đó nghen. Điều đó cho người tu chúng ta suy nghĩ rằng, thành Phật là phải không tiếc và dính mắc bất cứ vật gì mình yêu thích, nếu không bỏ được thì khả năng thành Phật chưa có. Cấp độ bố thí thứ hai là bố thí Bờ Trên, nghĩa là bố thí một phần thân thể. Ví dụ, trường hợp người ta xin mắt ta cho mắt, xin tay ta cho tay… Điều đó cho thấy rằng đối với người cầu đạo giải thoát thì không có gì là không bố thí được, sẵn sàng cho đi, không tiếc gì cả. Trong xã hội chúng ta hiện nay có nhiều người phát tâm hiến xác phục vụ cho nghiên cứu khoa học. Chỉ khác là, bố thí Bờ trên là ta cho một phần thân thể khi ta đang còn sống, còn hiến xác thì chỉ xảy ra khi người cho đã chết. Hai sự bố thí này hoàn toàn khác nhau về tâm ý và cả cách làm. Cấp độ thứ 3 là bố thí Bờ Cao thượng là bố thí mạng sống. Lịch sử kể lại rằng Trời Đế Thích thường muốn thử lòng Phật. Họ giả làm người này, người kia để xin Phật bố thí cho họ vợ và con của Ngài. Vì hạnh bố thí là ai xin cái gì thì ta cho cái nấy. Có lần, người kia xin Đức Phật bố thí con của Ngài cho ông ta. Sau đó, ông đánh đứa con khiến nó khóc la thảm thiết trước mặt Phật. Lúc bấy giờ Đức Phật thương xót con quá bèn rút thanh kiếm ra định chém người đánh đứa con của Ngài nhưng ngay lúc đó Ngài quán tưởng đến hằng hà sa chúng sanh đang si mê, ái dục, tà kiến, đau khổ…rất cần sự tiếp độ của Ngài. Nếu Ngài không hành được hạnh bố thí này thì không thành Phật được. Cho nên, ngay lúc đó Ngài buông tay kiếm xuống, thực hành hạnh bố thí, để cho người kia đem con mình đi.

Trong bài Kinh Phật Lực, câu kệ thứ nhất cho ta bài học: sở dĩ Đức Phật trở thành bậc thầy của chư thiên và loài người là do hạnh bố thí suốt 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp. Ngài chiến thắng ma vương là do hạnh tu của ngài, chớ không do cái gì khác. Cho nên, chúng ta học Phật là học hạnh bố thí vô lượng. Nếu ta có tâm rộng lớn, tâm bao dung thì với hạnh bố thí cao, ta sẽ chuyển hóa được tất cả. Nếu tâm ta nhỏ hẹp, thấp kém thì ta sẽ không làm được những điều lớn lao trong cuộc sống. Tâm bố thí ở đây không phải chỉ là đem tiền bạc ra bố thí. Vì bố thí có

rất nhiều cách, nhiều phương tiện. Chẳng hạn hôm nay chúng tôi "nói chuyện" cho quý vị nghe ở đây thì gọi là bố thí pháp. Cô Cúc tổ chức cho quý vị đi đến Chùa tham dự khóa tu thì gọi là bố thí phương tiện, tạo điều kiện cho anh chị gần gũi Phật Pháp. Ngoài ra, có nhiều người in băng đĩa Phật Pháp, in sách, in kinh tặng cũng gọi là bố thí Pháp. Hoặc đơn giản là quý vị đi ngoài phố, thấy người già sợ hãi khi băng qua ngã tư, ngã ba đường, quý vị giúp họ đi qua một cách an toàn thì đó gọi là bố thí sự không sợ hãi, bố thí niềm vui. Không chỉ bố thí cho người, ta cũng cần bố thí cho những chúng sanh khác ở chung quanh ta như con mèo, con cá, con chó, con trâu…Chúng sanh đói ta cho họ ăn. Chúng sanh khát ta cho họ uống. Chúng sanh bệnh ta cho họ thuốc. Ai buồn ta làm cho họ vui. Ai thất vọng ta cho họ hy vọng. Như vậy, bố thí có rất nhiều cách không phải cho tiền mới gọi là bố thí. Do vậy, quý vị tùy theo khả năng của mình mà tập làm hạnh bố thí sao cho khéo là được.

Trong kinh Phật dạy cho loài thú ăn, 500 kiếp không nghèo. Từ đó ta suy ra những người nghèo khổ là do tiền kiếp họ sống ích kỷ, bỏn xẻn quá. Trái lại, nếu ta sống bao dung, biết giúp đỡ thì ta có phước đức. Ông bà thường nói: "Ở có đức mặc sức mà ăn" hoặc "Đức năng thắng số".

"Dạ xoa A La Vá Ká/ Hung bạo hơn Ma Vương/ Kiêu căng và tự phụ/ Suốt đêm trổ thần lực/ Quyết chiến cùng Thế Tôn/ Phật cảm thắng dạ xoa/ Bằng uy đức nhẫn nại/ Do Phật lực vô biên/ Tựu thành muôn phúc lạc".

Câu kệ thứ hai nói về dạ xoa là loài chúng sanh có khả năng ăn thịt người, giống như quỷ ở gốc cây. Loài dạ xoa này trong kinh nhắc đến rất nhiều. Dĩ nhiên, chúng ta chưa bao giờ nhìn thấy dạ xoa. Nhưng không thấy không phải là không có. Ví dụ như xưa nay người ta nói nhiều về con rồng. Trong thơ, nhạc, hội họa, phim ảnh…hình tượng rồng xuất hiện rất nhiều nhưng có ai thấy nó trong đời thực chưa? Hoặc quý vị lên chùa thấy hình ảnh con rắn 7 đầu che trên đầu tượng Phật. Theo truyền thuyết lịch sử thì trong thời gian Đức Phật thành đạo, vào tuần lễ thứ 4 trời đổ mưa và có con rắn 7 đầu xuất hiện. Nó dùng 7 cái đầu để che mưa cho Phật. Khi Sư mới vào chùa, Sư nghĩ chuyện rắn 7 đầu chỉ là huyền thoại chớ làm gì có. Nhưng trên internet có đăng tin ở Bombay thuộc Ấn Độ có rắn 5 đầu xuất hiện. Khi người ta nắm cái đuôi của con rắn này đưa lên thì nó vươn 5 cái đầu lên cao giống y như con rắn trong hình tượng Phật vậy.

Mới đây, quý vị đọc báo, xem ti vi chắc có biết tin thiên thạch rơi ở Ural miền Trung nước Nga làm bị thương 1.200 người. Theo các nhà khoa học Mỹ, thiên thạch nặng khoảng 10.000 tấn và rộng 17 m, nó đi với tốc độ 30 km/s, rồi nổ tung ở khoảng cách cách mặt đất từ 30 đến 50 km. Các nhà khoa học cũng cho rằng khối thiên thạch này tương đương 500.000 tấn thuốc nổ. Những quả cầu lửa được nhìn thấy bốc cháy trên bầu trời Chelyabinsk, khu vực cách Moscow khoảng 1.500 km về phía đông. Nhưng trước đó chúng ta chưa từng thấy thiên thạch. Như vậy, ta không thấy không có nghĩa là không có.

Trở lại chuyện dạ xoa. Trong kinh Phật lực miêu tả dạ xoa rất kiêu căng, tự phụ, hung bạo, muốn khiêu chiến Phật Thích Ca, dùng nhiều năng lực để thể hiện nó có uy quyền. Nhưng trong bài kệ này cho thấy Đức Phật tiếp độ dạ xoa bằng đức tánh nhẫn nại. Đức Phật vốn có đầy đủ năng lực thần thông. Đối với dạ xoa hung dữ, Đức Phật hoàn toàn có thể nắm nó quăng qua núi Tu Di dễ dàng nhưng Ngài không làm, vì muốn tiếp độ cho nó. Do vậy, Đức Phật Ngài im lặng, khoan thai, từ tốn, tiếp độ dạ xoa bằng tâm đại bi vô lượng.

Trong cuộc sống chúng ta cũng vậy, có nhiều khi chúng ta sống chung với ông chồng, bà vợ, con cái có tánh tình hung hăng độc ác, tỵ hiềm, khi nhậu vô thì chửi mắng người thân. Con người khi uống rượu say hoặc khi giận dữ trở nên rất hung bạo, độc ác. Tuy nhiên, khi người ta nóng nảy như vậy mà ta cũng dùng sự nóng nảy để đối trả thì sẽ thất bại. Cho nên, khi ông

chồng hung hăng mà gặp bà vợ cũng dữ dằn thì tự nhiên ông chồng cũng "tắt đài" im luôn. Sự "tắt đài" hay "kỵ rơ" này theo tử vi là do ngũ hành xung khắc. Ở ngoài đường ông chồng nói năng mạnh bạo bao nhiêu thì về nhà "xép ve" bấy nhiêu. Và cũng có những phụ nữ hoạt bát, năng động nhưng khi gặp ông chồng cộc cằn, thô lỗ thì ở nhà cũng "tắt đài" luôn. Cho nên, trong bài kinh Phật Lực, câu kệ này nhắc cho ta biết muốn tiếp độ người khác ta phải nhẫn nhịn. Vì nhẫn nhịn là nét đẹp nhất trong các đức tánh của con người. Đức Phật Thích Ca nhẫn nhịn để tiếp độ cho dạ xoa. Còn chúng ta nhẫn nhịn để thành công trong cuộc sống an hòa. Cuộc đời người tu nếu không nhẫn nhịn thì thấy cái này không ưa, thấy cái kia dễ ghét, cái gì cũng không thích hết thì ta sẽ luôn sống trong cái tâm chán ghét, buồn phiền, giận hờn, chê bai, khinh rẻ. Như vậy là ta sẽ mất đi sự yên tịnh.

Voi Na La Ghi Ri/ Bị phục rượu uống say/ Nộ khí như lửa rừng/Như sấm sét chấn động/ Như xa luân bảo khí/ Phật điều phục voi cuồng/ Bằng từ tâm vô lượng/ Do Phật lực vô biên/Tựu thành muôn phúc lạc.

Câu kệ thứ ba kể về con voi Na La Ghi Ri bị Vua A Xà Thế thả ra để đạp chết Đức Phật khi Ngài đang khất thực. Vua A Xà Thế và Đề-bà-đạt-đa là những người âm mưu hại Phật. A Xà Thế xưa kia âm mưu giết vua cha để soán ngôi. Còn Đề-bà-đạt-đa thì muốn cai quản Giáo hội Phật giáo. Cho nên, hai người này kết hợp với nhau. A Xà Thế là kẻ chủ mưu cho con voi Na La Ghi Ri uống rượu say. Con voi này rất hung dữ đã từng giết chết vô số sanh mạng. Nhưng Đức Phật Thích Ca có lòng từ bi vô lượng. Lòng từ bi có năng lực hóa giải, ngăn cản tất cả sự rủi ro. Và do Phật lực - bậc Chánh đẳng Chánh giác thì không bao giờ chết vì tai nạn. Cho nên, khi con voi Na La Ghi Ri say rượu điên cuồng hung dữ chạy sầm sầm về hướng Thế Tôn thì lúc đó Đại đức A Nan đa - thị giả của Đức Phật liền đứng phía trước bảo vệ Đức Phật. Nhưng Đức Phật nói Đại đức A-nan-đa lùi ra phía sau. Đức Phật nói ba lần nhưng A-nan-đa không lùi lại vì ngài sẵn sàng hy sinh mạng sống của mình để che chắn cho Đức Phật. Lúc bấy giờ Đức Phật phải dùng thần thông chuyển A Nan Đa lùi ra phía sau. Khi Đại đức A Nan Đa vừa chuyển ra phía sau thì con voi Na La Ghi Ri cũng xuất hiện ngay trước mặt Đức Thích Ca. Bỗng nhiên nó sụp xuống vái lạy và dùng cái vòi lau chùi chân Đức Phật. Khi đó, Đức Thế Tôn phóng hào quang rải lòng từ bi cho con voi.

Câu kệ này dạy chúng ta lòng từ bi có năng lực mầu nhiệm hóa giải hận thù. Người nào có lòng từ bi người đó có nhiều bạn bè yêu quý. Lòng từ bi như dòng nước mát mẻ, hiền hòa đem sự nhẹ nhàng, thoải mái đến cho người khác. Ngược lại, nếu không có tâm từ, cái gì bất như ý đều làm ta khó chịu, nhăn nhó, bực bội... khi đó ta dễ cáu gắt, thô lỗ, cộc cằn hoặc trở nên độc ác. Cho nên, chúng ta tập tu là tập phát triển lòng từ bi đến vô lượng.

Ăng-gu-li-ma-lá/ Cuồng tín và tinh nhuệ/ Giết người chặt ngón tay/ Kết làm tràng đeo cổ/ Cầm gươm toan giết Phật / Đường xa ba do tuần/ Phật độ kẻ bạo tàn/ Bằng thần thông mầu nhiệm / Do Phật lực vô biên/Tựu thành muôn phúc lạc.

Ăng-gu-li-ma-lá là tên cướp bất khả kháng, hồi nhỏ thông minh nhất trong trường học võ, bị bạn bè ganh tỵ tìm cách hãm hại, nói xấu. Một hôm thầy kêu Ăng-gu-li-ma-lá lên nói: Nếu con muốn thầy truyền hết bí kíp võ thuật để con xuống núi làm trưởng môn phái thì con phải tìm cách lấy cho được 1000 ngón tay. Tức là ông thầy kêu học trò Ăng-gu-li-ma-lá giết 1000 người. Do Ăng-gu-li-ma-lá muốn xuất sư nên nghe lời thầy bèn đi tìm người giết hại để lấy cho đủ số 1000 ngón tay. Một thời gian sau Ăng-gu-li-ma-lá đã giết được 999 người lấy 999 ngón tay rồi. Tin tức về tướng cướp Ăng-gu-li-ma-lá lan truyền đến tai vua Ba Tư Nặc. Vua sai quan quân bao vây khu rừng nơi Ăng-gu-li-ma-lá thường xuất hiện giết người.

Hôm đó, sáng sớm tinh sương Đức Phật đứng choàng hai tay trước ngực phóng tuệ giác đi khắp 4 phương 8 hướng để quan sát xem ai là người có duyên lành để tiếp độ. Đức Phật quan

sát thấy tướng cướp Ăng-gu-li-ma-lá có duyên được Ngài tiếp độ, nhưng từ chỗ Ngài đến khu rừng rất xa nên Ngài phải dùng thần thông bay đi. Lúc này mẹ của Ăng-gu-li-ma-lá cũng đang đi tìm con trai của bà. Ăng-gu-li-ma-lá vừa thấy người đàn bà định rượt theo giết chết. Lúc đó Đức Phật Thích Ca xuất hiện cũng vừa kịp lúc. Ngay lập tức Ăng-gu-li-ma-lá quay sang rượt theo Đức Phật. Ăng-gu-li-ma-lá có võ nghệ cao cường. Đức Phật thì có thần thông nhiệm mầu. Do vậy, Ăng-gu-li-ma-lá rượt theo Đức Phật đã 3 do tuần, 1 do tuần dài 16 cây số nhưng vẫn không đuổi kịp Đức Phật. Hắn bèn la lên: *Ông sa môn ông dừng lại!*. Đức Phật nói: Ta đã dừng lại Lâu rồi, Còn Nhà Ngươi chưa dừng. Ăng-gu-li-ma-lá nói: *Ông sa môn, ông nói láo, ông chạy hoài tôi đuổi theo ông nhiều cây số mà không bao giờ bắt được ông*. Đức Phật nói: **Như Lai dừng sự sát hại rồi còn cái tâm cố sát của nhà ngươi tại sao chưa dừng lại?** Ăng-gu-li-ma-lá nghe vậy liền bừng ngộ, quỳ xuống xin Phật xuất gia sám hối ăn năn lỗi lầm.

Đức Phật tiếp độ cho Ăng-gu-li-ma-lá xuất gia xong liền đưa về chùa. Chiều hôm đó vua Ba Tư Nặc đến thăm Đức Phật và tâm sự rằng: Lâu nay có một tên tướng cướp giết người làm náo động cả khu rừng, đại vương đã cho quân lính lùng sục để bắt hắn nhưng chưa được. Đức Phật nói: Đại vương, nếu tên cướp đó tội đáng chết nhưng hồi tâm xuất gia thì đại vương nghĩ như thế nào? Vua Ba Tư Nặc nói: Trẫm mừng lắm, nếu ổng đi tu thì trẫm sẽ cúng dường cho ông ta nữa đó. Đức Phật bèn báo với nhà vua là đã tiếp độ cho tên cướp xuất gia. Sau đó, Ngài kêu Ăng-gu-li-ma-lá đi ra để giới thiệu với vua. Do Ăng-gu-li-ma-lá tu tập pháp thiền đã chứng đắc rồi nên có thần thông bèn trong chớp mắt bay ra ngồi bên Đức Phật. Vua Ba Tư Nặc nửa tin nửa ngờ, thấy vị sư từ trong bay ra nên quỳ xuống lạy. Câu chuyện về tướng cướp Ăng-gu-li-ma-lá khét tiếng cho thấy trong tăng đoàn thời Đức Phật có nhiều thành phần trong đó có cả những người bất hảo được Đức Phật chuyển hóa bằng năng lực thần thông.

Nàng mỹ nữ Chin-cha/ Giả dạng như thai phụ/ Vu cáo đức Trọn Lành / Giữa đạo tràng thính chúng/ Đức Phật cảm thắng nàng/ Bằng an nhiên chánh định/ Do Phật lực vô biên/Tựu thành muôn phúc lạc.

Nàng mỹ nữ Chin-cha là tín đồ của đạo Lõa Thể. Hiện nay tại Ấn Độ vẫn còn tồn tại đạo Lõa Thể và chỉ có người nam tu, không có người nữ tu đạo này. Họ thường đi ngoài đường vào lúc 4 giờ sáng. Thời Đức Phật có nhiều tu sĩ đạo Lõa Thể đi theo Đức Phật Thích Ca nên những vị tu sĩ của đạo Lõa Thể buồn bực. Họ xúi giục nàng Chin-cha độn bụng giả mang thai để vu khống Đức Phật. Khi Phật đang thuyết pháp thì nàng Chin-cha xuất hiện vu oan cho Phật. Bậc Đạo Sư ôn tồn, kham nhẫn trước những hành động và lời nói xúc phạm của nàng Chin-cha. Ngay sau khi nàng Chin-cha bước ra khỏi cửa Chùa Kỳ Viên, nàng ta liền bị rút xuống hố sâu trong lòng đất. Điều kỳ lạ là cái hố đất từng chôn vùi nàng Chin-cha vẫn tồn tại cho đến bây giờ.

Trong bài kệ này, khi Đức Phật bị rơi vào tình trạng hỗn tạp như vậy, Ngài vẫn an nhiên, tĩnh tại. Nếu như gặp phải trường hợp bất ổn như trên, nếu ai cũng bấn loạn hết thì ta phải giữ tâm bình thản, đó là tâm chánh định. Người có tâm chánh định mới có năng lực cao, đủ bình tĩnh để tháo gỡ sự việc. Tu là tập cho tâm tĩnh lặng, nếu tâm lăng xăng, đầy lo âu, sợ hãi thì ta sẽ mãi trôi lăn trong phiền não, trong sanh tử luân hồi.

Du sĩ Sách-cha-ka/ Vốn lợi khẩu kiêu mạn/ Giương cao cờ kiến chấp / Với tâm tư si ám / Phật độ kẻ lầm mê/ Bằng hào quang trí tuệ/ Do Phật lực vô biên/Tựu thành muôn phúc lạc.

Bài kệ tiếp theo nói về tu sĩ ngoại đạo Sách-cha-ka hợm hĩnh, khoe khoang mình thắng trí, xem thường tất cả nên Phật độ kẻ lầm mê bằng hào quang trí tuệ của Ngài. Trong cuộc sống, đối với những người kém thông minh ta phải dùng khả năng trí huệ, tuệ giác của mình để chuyển hóa họ.

Nanh-đô-bá-nanh-đá/ Rồng chúa đại thần lực/ Chấp định kiến sai lầm/ Dùng thần thông thị uy/Vây Phật và thánh chúng/ Đức Điều Ngự huấn thị/ Tôn giả Mục Kiền Liên/ Biến thành đại long vương/ Chế ngự rồng chúa dữ / Do Phật lực vô biên/Tựu thành muôn phúc lạc.

Bài kệ tiếp theo nói về con rồng Nanh-đô-bá-nanh-đá độc ác, hung bạo, không biết đạo đức. Một hôm con rồng quấn chặt núi Tu Di, nó dùng thuốc độc làm nguy hại đến Đức Phật và chư tăng. Con rồng ấy có đại thần lực, định kiến sai lầm, tâm tư bất kính đối với Đức Phật và các vị sa môn của Ngài. Cho nên, các đệ tử của Phật xin Ngài lên tiếp độ con rồng nhưng Phật không cho. Phật sai Mục Kiền Liên dùng thần thông bay lên chui vô bụng con rồng, lại dùng thần thông nhiếp phục con rồng. Sau đó con rồng trở thành vị hộ pháp rất đắc lực cho Phật Thích Ca.

Đại phạm thiên Bá-ká/ Có pháp lực cao cường / Hào quang sáng vô lượng / Lòng kiêu mạn tà kiến/ Tự phụ đức thuần tịnh/ Phật cảm hoá phạm thiên / Bằng nhất thiết chủng trí / Do Phật lực vô biên/ Tựu thành muôn phúc lạc./ Người hiền trí tinh cần/ Ngày đêm thường trì niệm/Tám cảm thắng nhiệm mầu/Tiêu trừ mọi khổ chướng /Chứng an lạc giải thoát.

Bài kệ cuối nói về Phạm thiên Bá-ká là vị trời có pháp lực cao cường, tu đắc sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền nên sanh lên cõi phạm thiên. Ở trên cõi trời đó lâu qúa, vị phạm thiên ấy tưởng mình đắc quả, nhiều khi Phật chỉ bày cho ông ta nhưng ông ta không nghe. Nên Phật dùng năng lực của bậc Chánh đẳng Chánh giác tiếp độ cho Phạm thiên, chỉ cho Phạm thiên thấy thế giới mà Phạm thiên ở vẫn là cõi vô thường, khổ, vô ngã. Trong thực tế, có nhiều người ít đi đó đi đây, ví như ếch ngồi đáy giếng, cứ cho những gì mình hiểu là duy nhất đúng, những gì người khác hiểu là sai. Hãy nhớ sự giác ngộ là không bị dính mắc. Nếu còn dính mắc vào cái này, cái nọ là chưa giác ngộ. Phạm thiên vẫn còn dính mắc vào cõi Phạm thiên, những ai vẫn còn mơ một cõi vô sanh để đi về… sự thật là vẫn chưa giác ngộ. Nên Phật đã chỉ cho Phạm thiên thấy cõi mà ông ta đang ở vẫn còn khổ, vô thường, vô ngã. Giống như cõi trần gian này, nơi kiếp người chúng ta đang sống chỉ là cõi tạm. Trong cõi tạm nhân gian này không có cái gì là của ta, thân thể này không phải của ta, Chùa này không phải của ta, người yêu ta cũng không phải của ta, kim cương, ngọc ngà này cũng không phải của ta. Nghe vậy nhiều khi quý vị không chấp nhận, nhưng sự thật nó là vậy. Vì nếu thân thể của ta thì chắc chắn ta không cho tóc ta bạc, tai ta không cho điếc, mặt ta không cho nhăn, răng ta không cho rụng. Thế mà đến một lúc nào đó, tóc ta trắng như sương, da ta nhăn, răng ta rụng, mắt ta mờ… không cách chi ngăn được. Và cả cái chết đến mỗi lúc một gần nhưng dù ta không muốn chết vẫn cứ phải làm quen với cái chết từ từ. Cuộc sống trần gian là vậy. Ta quán chiếu vô thường, khổ, vô ngã của cái cõi tạm này, biết chắc rồi một ngày ai cũng trắng tay ra đi. Cho nên, "Lời mưa nắng trái mùa xin trả lại/ Thả hồn nhiên về ngõ phố rong chơi". Đó là thái độ sống không dính mắc, không tranh, không giận hờn…hồn nhiên như một kẻ sáng suốt thấy tường tận sự vật.

Đức Phật dạy cuộc đời ta có rất nhiều người mẹ. Ai cũng có mẹ. Người khó ưa nhứt cũng có mẹ. Trong tác phẩm "Chí Phèo" của nhà văn Nam Cao, nhân vật xấu tính xấu nết, uống rượu, chửi bậy không một ai ưa là Chí Phèo rốt cuộc cũng có người yêu là Thị Nở. Nhân vật Thị Nở nhan sắc xấu xí, tính tình thô kệch vẫn có một người yêu tha thiết là Chí Phèo. Văn học luôn phản ánh hiện thực sinh động cuộc sống xã hội. Chúng ta ai cũng có bạn bè. Người lịch sự chơi với bạn lịch sự. Kẻ giang hồ kết bạn với giang hồ. Nhưng Đức Phật dạy rằng, ta có 2 người bạn mãi mãi trung thành với ta, đó là người bạn thiện và người bạn ác. Người bạn thiện ý nói tâm ta thiện. Ví dụ như hôm nay ta đi Chùa nghe giảng pháp, tạo công đức là ta kết bạn với người thiện. Còn nếu như ta đi giựt điện thoại của du khách trên đường phố, hoặc ta vào siêu thị chôm đồ, hoặc ta bắt cóc thiếu nữ hiếp dâm thì ta đã trở thành người ác. Hai người bạn thiện và ác đi theo ta như bóng theo hình. Đến khi ta nhắm mắt lìa đời thì những người bạn kia

dù thương mấy cũng chỉ đưa đến nghĩa địa, tiễn ta bằng một nắm đất, một cành hoa mà thôi. Nhưng hai người bạn thiện và ác sẽ theo ta cho đến tận đời sau, đời sau, sau.. sau…nữa.

Ở Vĩnh Long có một người đàn ông giàu có, bà vợ chẳng may bị nhồi máu cơ tim mất đi. Ông chồng thương tiếc khóc như mưa. Ba ngày sau mở cửa mả, các sư đến thăm thấy ông cũng vẫn còn không ngừng rớt nước mắt. Các sư quay trở về, trong lòng thấy tội nghiệp cho người đàn ông có lòng thương người vợ sâu sắc như vậy. Một tháng sau, các sư có dịp ghé thăm nhà ông ta một lần nữa mới hay tin ông ta vừa lấy vợ khác. Tức cười thiệt, lẹ thiệt… Người vợ mất chưa qua 49 ngày. Mỗi người chúng ta có duyên nghiệp riêng. Nếu biết ái dục là nhân của sanh tử luân hồi, chắc có lẽ người đàn ông kia sẽ không nhanh chân tái giá sớm như vậy.

"Ta đi với nghiệp của ta / Dù cho tốt xấu tạo ra tự mình". Câu này Sư nói với quý vị biết bao nhiêu lần rồi nhưng không biết quý vị có nhớ không. Hãy nhớ nhân quả để trước khi làm việc gì ta đều suy nghĩ, cẩn thận, quán chiếu tất cả mọi nhân duyên của nó. Nếu ta tạo nghiệp thiện thì quả báu thiện đi theo ta. Nếu ta tạo quả xấu thì nghiệp báo xấu cũng đi theo ta hoài. Cho nên, người tu phải suy gẫm, quán chiếu cái thiện, cái ác. Làm người rất khó, ta phải thăng hoa cuộc sống của ta, chẳng những cho đời này mà còn cho đời sau, đời sau nữa…

Khi Đức Phật ra đời…Ta hãy còn trầm luân nơi Lục -Đạo, chẳng biết ta ở Cõi Khổ nào ? Do vậy, ta chẳng được tự mình lễ bái kim thân Phật. Nay Phật đã nhập diệt 2556 năm rồi, ta mới được thân người, lại được gặp Phật Pháp, lại được nghe Chánh Pháp, lại khởi được lòng tin sâu, lại tinh tấn không thối chuyển trên con đường tiến tu chánh pháp. Dù có muộn màng nhưng ta hãy còn kịp nghe CHÁNH PHÁP, kịp tiến tu theo CHÁNH PHÁP để thoát qua bên kia Bờ Khổ Hải. So với hằng hà sa chúng sanh khác trong khắp 3 cõi hãy còn mê mờ, ngã mạn trong Biển Khổ ... quý vị dù cho có muộn đối với Chư Phật đã thành Phật từ vô lượng kiếp lâu xa … nhưng đối với hằng hà sa chúng sanh … thì ta đang qua Bờ kia sớm … quá sớm …

Ai đi trên con đường vô thượng này nhất định sẽ qua Bờ Kia Khổ Hải.

QUẢ BÁU CỦA SA MÔN[27]

Từ Sa môn tiếng Phạn gọi là Samana. Sa môn nghĩa là người rời bỏ gia đình, sống đời sống viễn ly: ly dục, ly bất thiện pháp; là người thực hành giới, định, tuệ. Trong bài số 2 thuộc kinh Trường bộ do Hòa thượng Thích Minh Châu phiên dịch có đề cập đến vấn đề quả báu của sa môn.

Bài kinh này kể câu chuyện vua A Xà Thế giết cha là vua Tần Bà Sa La hay còn gọi là Bình Sa Vương để chiếm đoạt ngai vàng. Khi vua Tần Bà Sa La 67 tuổi thì tai biến xảy ra: Thái tử A Xà Thế, do bị Đề-bà-đạt-đa xúi giục, âm mưu sát hại vua cha để chiếm ngôi. Một hôm, đang lúc đêm khuya, A Xà Thế đột nhập vào cung điện của vua cha. Thấy dáng vẻ khả nghi, ngự lâm quân liền giữ anh ta lại để xét, và tìm thấy một thanh gươm được giấu trong chéo áo của anh ta. Họ đưa A Xà Thế vào trình diện vua Tần Bà Sa La, kể lại tự sự, và dâng thanh gươm cho ông xem. Khi Tần Bà Sa La vặn hỏi thì A Xà Thế nói rằng, vì muốn làm vua nên định giết cha. Anh ta cũng nói rằng mình đã được Đề-bà-đạt-đa bày vẽ và sắp đặt mưu kế.

Vốn thấm nhuần sự từ bi của Phật Thích Ca, Tần Bà Sa La không giận cả con trai lẫn Đề Bà Đạt Đa. Đã vậy, ông còn quyết định hạ chiếu thoái vị, nhường ngôi cho thái tử A Xà Thế. Vị tân vương sẽ làm lễ lên ngôi Hoàng đế mười ngày sau đó. Làm như vậy, vua Tần Bà Sa La hi vọng rằng A Xà Thế và Đề-bà-đạt-đa sẽ cảm thấy đức độ của mình mà hồi tâm hướng thiện. Nhưng thay vì hồi tâm hướng thiện, hai ngày sau khi Tần Bà Sa La ban chiếu thoái vị, A Xà Thế đã bắt giam vua cha vào ngục thất. Sau khi lên ngôi, A Xà Thế nhất quyết không chịu thả vua cha ra, lại còn quyết tâm bỏ đói cho ông chết dần. Chỉ một mình Hoàng Thái hậu được phép vào thăm. Mỗi khi đi, bà giấu đồ ăn trong túi áo đem cho chồng. Việc này bị bại lộ và bà bị A Xà Thế quở trách. Về sau, bà lại giấu đồ ăn trong tóc. A Xà Thế cũng biết được. Cùng đường, bà tắm rửa sạch sẽ và thoa lên thân mình một thứ đồ ăn làm bằng mật ong, đường và sữa. Tần Bà Sa La gợn lấy món ăn này để nuôi sống. Nhưng cũng bị A Xà Thế biết được. Anh ta cấm hẳn mẹ không được vào thăm vua cha nữa.

Lúc ấy, Tần Bà Sa La vẫn cam chịu đói, không oán trách vua con. Nhớ lời Phật dạy, ông vẫn sống an lạc và bình thản, vẫn thiền hành theo hành lang nhà ngục, và thiền tọa nơi cửa sổ có chấn song sắt. Cửa sổ này ngó thẳng lên núi Linh Thứu, vì vậy, nên hằng ngày ông ngồi rất lâu ở chỗ đó để nhìn núi, nơi Đức Phật cư ngụ.

Sau lần Phật bị Đề-bà-đạt-đa lăn đá mưu hại ở núi Linh Thứu, thì vua Tần Bà Sa La cũng chết trong ngục thất. Cái chết của ông rất thê thảm: Do vì thấy vua cha vẫn sống vui tươi, A Xà Thế hạ lệnh cho người thợ cạo vào khám, lấy dao bén gọt gót chân Tần Bà Sa La, xát dầu và muối rồi hơ lên lửa nóng cho đến chết.

Khi thấy anh thợ cạo đến thì người cha bất hạnh mừng thầm, nghĩ rằng vua con đã ăn năn hối cải, cho người cạo râu tóc tới rước vua cha về. Nhưng, anh thợ cạo đến để thi hành lệnh của A Xà Thế. Vua Tần Bà Sa La chết vì lòng tham lam, sân hận của đứa con bất hiếu.

Ông nhỏ hơn Phật Thích Ca 5 tuổi, ở ngôi vua được 52 năm, mất ở tuổi 67. Đây là ác nghiệp mà về sau vua A Xà Thế cũng phải đền trả ân oán y chang như vậy.

Khi A Xà Thế đang làm vua, ở trên tất cả mọi uy quyền, danh vọng, có một hôm A Xà Thế tự ngẫm nghĩ chuyện cuộc đời mình. Hôm đó, nhằm ngày trăng sáng rằm tháng tư. Vua A Xà Thế nhìn khung cảnh bình yên ở chung quanh mình và nói với các quan cận thần rằng:

[27] Bài pháp này giảng tại Chùa Xá Lợi- Quận 3 - TP. HCM.

- Ta muốn tìm một nơi thanh tịnh. Tranh giành, cướp đoạt, chém giết, hưởng thụ nhiều quá rồi nên giờ đây ta muốn mình cũng nên sửa đổi. Ta muốn tìm một vị giáo chủ trong thành Vương Xá để có thể học hỏi một điều gì đó cho tâm hồn ta an ổn.

Trong triều đình lúc bấy giờ, các quan biết có nhiều vị giáo chủ để giới thiệu cho nhà vua. Một vị quan nói: Vậy Bệ hạ hãy đến tìm giáo chủ Kassapa. Vị quan khác nói: Hay là Hoàng thượng gặp Giáo chủ Nigandha. Vị quan khác thì giới thiệu giáo chủ đạo Lõa thể, đạo Thần Bò, đạo Thần Cây. Họ giới thiệu tất cả 6 vị giáo chủ ở trên địa bàn của nước Ma Kiệt Đà cho vua A Xà Thế.

Chỉ có ông Jivaka "ngự y" của Đức Phật thì lặng im không nói gì cả. Vua A Xà Thế hỏi tại sao Jivaka không giới thiệu ai làm giáo chủ cho vua. Khi nghe nhà vua hỏi như vậy, Jivaka thưa rằng:

- Nếu Vua cho phép thì hạ thần sẽ giới thiệu Đức Phật Tổ Thích Ca hiện đang ở trên núi Kỳ Xà Quật với 1.250 vị tỳ kheo. Ngài được quần chúng trong thành (Rajagaha) tôn vinh là bậc Chí Tôn. Ngài có 10 hồng danh, là bậc Thiên Nhân sư. Ngài có khả năng chuyển hóa tâm hồn chúng sanh.

Vua A Xà Thế nghe như vậy bèn đồng ý đi viếng Phật Thích Ca ngay trong đêm đó. Vua sai cận vệ chuẩn bị 500 con voi cái. Riêng con voi bách chiến bách thắng dành cho vua đi. Khi đến chân núi Kỳ Xà Quật, Vua và Jivaka và một số ít người phải lội bộ lên núi. Khi lên gần đến chỗ Phật ngự, vua A Xà Thế cảm thấy không gian nơi đây yên lặng quá, lòng tự hỏi, nghe nói Thích Ca ngự ở núi này, mà sao mình tới đây không nghe một tiếng ho, một tiếng tằng hắng chi cả.

Vua bỗng thấy sợ, kêu Jivaka hỏi: - Nhà ngươi có gạt ta không, có phản ta không, có dẫn ta nộp cho kẻ thù hay không? Tại sao Phật Thích Ca ở tại núi này với đồ chúng 1.250 tỳ kheo mà sao tới đây ta không nghe tiếng nói gì cả?.

Jivaka thưa: Đại vương an tâm, Đức Phật Tổ Thích Ca Ngài ở trong cái chòi lá với ánh đèn leo lét đằng kia cùng với 1.250 vị tỳ kheo. Thần không bao giờ dám phản nghịch bệ hạ.

Nghe vậy, vua yên tâm đi tiếp. Khi lên tới nơi, gặp Đức Phật, vua A Xà Thế đảnh lễ, rồi ngồi một bên. Vua A Xà Thế xin hỏi Phật một vấn đề quan trọng:

- Bạch Đức Thế Tôn, ở ngoài xã hội, có những người họ làm nghề này nghề kia như thợ mộc, thợ rèn, buôn bán….. mà lợi nhuận của nghề là để có đồng tiền nuôi thân và lo cho cuộc sống gia đình. Như vậy, Ngài cho con biết, lợi ích hiện tiền của sa môn là cái gì?

Phật nói: Đại vương, câu hỏi này ngài đã hỏi những giáo chủ khác hay chưa?

Vua A Xà Thế nói: Con đã hỏi những vị giáo chủ khác, con hỏi lợi ích hiện tiền của sa môn nhưng các vị giáo chủ khác lại trả lời và giới thiệu học thuyết của họ. Giống như con muốn tìm hiểu trái xoài mà các vị lại nói về trái mít vậy.

Đức Phật Ngài nói: Trong vương quốc của đại vương, có người nô bộc ở giai cấp thủ đà la, đời sống khó khăn, họ đi làm thuê làm mướn, bây giờ hiểu được đạo lý nên đi xuất gia. Lúc trước, họ sống với đại vương có tình có nghĩa, những công việc đại vương giao họ làm rất tích cực nhưng quyền lợi thì đại vương hưởng khác, người nô bộc hưởng khác. Người nô bộc nghĩ cũng là con người như nhau tại sao có sự khác biệt đó?. Cho nên, khi họ hiểu được phần nào về tôn giáo này, họ đã xuất gia. Họ chọn đời sống của một sa môn. Đại vương có ngăn cản họ sống đời sống sa môn hay không?

Vua A Xà Thế nói: Nếu người có tình có nghĩa với con mà họ xuất gia, con sẵn sàng ủng hộ họ, sẵn sàng cúng dường tứ vật dụng, hỗ trợ cho đời sống tu niệm của họ được tốt nhất.

Đức Phật Ngài nói: Đó là quả báu của sa môn.

Đức Phật Ngài đưa vấn đề quả báu của sa môn, do Ấn Độ là một nước phân chia giai cấp rất sâu sắc và không phải là một nước nghèo. Những hình ảnh nghèo khó của dân chúng Ấn Độ chúng ta thấy khi đi tham quan hoặc xem trên truyền hình chỉ là một mặt mà thôi. Trong thực tế, chỗ nào có người giàu thì chỗ đó cũng có người nghèo. Đất nước nào cũng có những khu ổ chuột của những người ở dưới đáy xã hội. Tại Ấn Độ, người thuộc giai cấp hạ tiện sinh ra để phục vụ cho giai cấp thượng lưu, giàu có. Những mùa rét lạnh, người nghèo không nhà cửa, ngủ đêm trên hè phố ở những con đường sang trọng trong thành phố có lúc dài hàng cây số. Họ thiếu cơm ăn, áo mặc. Mùa đông giá lạnh, hầu hết những người Ấn nghèo khó mặc đơn sơ vài cái áo mỏng bên trong, bên ngoài quấn một tấm mền rách nằm ngủ ngoài lề đường giữa trung tâm thành phố. Cho nên, mùa đông có nhiều người chết vì đói lạnh.

Sư từng đi Ấn Độ ở một tháng. Vị sư đệ của Sư ở Ấn Độ khá lâu cùng với một thầy ở Vĩnh Long, một sư cô hệ phái Khất sĩ và Sư, bốn huynh đệ hùn tiền mua mền cùng nhau thuê xe chạy đến khu ổ chuột, đến con đường có người Ấn nghèo ngủ qua đêm để phát quà cho họ. Chút quà nhỏ của những người tu hành chúng tôi thật không thấm tháp vào đâu so với những đêm dài triền miên trong đói khát, giá rét của những chúng sanh tội nghiệp kia.

Ở Ấn Độ, giai cấp cùng đinh có từ thời Đức Phật. Những kẻ thuộc giai cấp hạ tiện này gặp người cao sang quý tộc không được nhìn. Họ cũng không được xem thánh kinh. Nhưng với Đạo Phật thì tất cả mọi người thuộc các giai cấp khác nhau vẫn được quyền xuất gia. Trong Phật giáo, người xuất gia sau phải tôn kính đối với các bậc xuất gia trước. Cho nên, Đức Phật xuất hiện trong thế gian cũng là để phá đi sự hà khắc về phân biệt giai cấp của Ấn Độ.

Đức Phật nói quả báu của sa môn là có phước vật, phước đức, phước trí.

Phước vật: Quả phước của cải vật chất có được do hạnh bố thí

Phước đức: Có được đạo cao đức trọng do hạnh trì giới, tụng kinh, bái sám.

Phước trí: Có trí huệ do hạnh tu thiền.

Đức Phật dạy cho vua A Xà Thế: "Đối với người xuất gia, mặc dù tài sản phước vật họ không có nhưng họ có phước đức và phước trí. Do sa môn có đời sống giới hạnh thanh cao, họ không ngừng tinh tấn thực tập thiền định, nên đại vương đến đây đêm khuya giữa rừng núi hoang vu của Kỳ Xà Quật vẫn không nghe một tiếng ho, không có tiếng tằng hắng là vì các vị đó đang thúc liễm thân, khẩu, ý, thúc liễm lục căn, các vị đó đang mặc nhiên thiền định. Phước đức và phước trí là quả báu thứ hai của Sa môn".

Người nào muốn có nhiều phước vật thì phải bố thí, tâm rộng lượng, bao dung, giúp đỡ người nghèo khó, cúng dường đến sa môn. Trong việc cúng dường này, người thực hiện phải có vật thí. Trên bàn Sư đang có cái ly để uống nước. Người nào cúng cái ly này cho chùa, cái ly là vật thí. Bình hoa này gọi là vật thí.

Đối tượng thí có thể là con vật, ví dụ như quý vị cho cá, cho mèo ăn hoặc con người như trẻ em, người ăn xin, bệnh nhân, sa môn, bà la môn, hoặc tổ chức như hội từ thiện, chùa, giáo đoàn v.v... Làm phước, được phước. Nhưng phước nhiều hay phước ít có khác nhau tùy theo đối tượng mà ta bố thí và cũng tùy tâm bố thí của ta nữa. Ví dụ bố thí cho người nghèo phước khác, cho hội từ thiện phước khác, cho chùa phước khác. Cúng dường cho vị tu hành đắc đạo phước khác. Chẳng hạn như quý vị đem cơm cho chó ăn, cho những loài thú ăn mà tác ý làm việc này vì hạnh bố thí, vì tâm từ bi thì Đức Phật nói là 500 kiếp mình không nghèo. Nhưng

Đức Phật nói mười lần bố thí cho loài thú không bằng một lần cho những người ăn xin. Bố thí mười lần cho người ăn xin không bằng một lần cúng dường cho người giữ giới.

Tâm thí là làm việc gì cũng phải hoan hỷ. Trong kinh nói trước khi làm hoan hỷ, trong khi làm hoan hỷ, sau khi làm hoan hỷ. Như vậy, ta làm mà không hoan hỷ thì sẽ kém phước. Ví dụ quý vị nghe ở đâu đó cần làm từ thiện, quý vị hoan hỷ, đó là tâm bố thí.

Bố thí rồi sau đó nghe người ta nói vô, nói ra, quý vị không hoan hỷ, tâm quý vị khởi sanh ý niệm hối tiếc, phải chi đừng đi, đừng làm. Như thế là kém phước. Cho nên, không làm thì thôi, hễ làm thì phải làm với tâm hoan hỷ. Tâm hoan hỷ rất quan trọng. Cúng dường tâm hoan hỷ được phước y như người cúng dường vật thí.

Muốn phước nhiều thì tâm thí phải lớn. Dù vật thí cao sang nhưng tâm thí thấp hèn thì phước bị giảm nhiều. Vật thí nhỏ bé nhưng tâm thí cao thượng, phước vẫn thù thắng. Cho nên, vật thí, đối tượng thí, tâm thí cần phải có đầy đủ.

Đức Phật nói khi một người bố thí, có vật thí, đối tượng thí, tâm thí tốt thì phước rất nhiều.

Ngài nói: "Chúng ta làm việc phước mà nó thành tựu tâm thí, vật thí và đối tượng thí giống như nước trên cao chảy xuống thấp. Cũng như trồng cây, cây đó đơm hoa kết trái mùa này sang mùa khác, hết năm này tới năm khác. Việc làm hợp pháp, hợp đạo thì phước rất thù thắng".

Chúng ta tin rằng trong cuộc sống, có người hưởng phước nhiều, có người hưởng phước ít. Sư biết một bà cụ mua một căn nhà ở đường Phan Đăng Lưu quận Bình Thạnh tính sửa lại làm tịnh thất để tu. Sau bà cụ muốn bán và bán được 8.000 lượng. Chuyện đó giống như trồng cây lâu năm, tới lúc nó trổ quả sum suê hái hoài không hết. Ông bà xưa nói: "Ở có đức, mặc sức mà ăn"; "Đức trọng quỷ thần kinh". Trong lĩnh vực phong thủy, các thầy thường dạy học trò phải ghi nhớ là: "Tiên tích đức, hậu tầm long". Người không có phước đức dù cho có gặp được thầy phong thủy, địa lý tài giỏi chỉ bày cho mình thì có khi chỉ một đàng mình làm một ngã, hoặc do mình không có phước đức nên tự nhiên gặp thầy mình phát sanh ý niệm nghi ngờ, không tin tưởng họ. Thường thì những người giỏi họ có những cái khác người, có khi là ở bộ dạng xuềnh xoàng làm cho người thiếu phước đức không tin đó là Thầy, nên không nghe, không làm theo. Chính vì vậy, tiên tích đức, hậu tầm long là trước phải ăn ở sao cho có đạo đức thì sau mới mong tìm ra long mạch để được giàu sang. Người không có phước đức, đi tìm sự giàu sang không bao giờ có được.

Trong kinh Đức Phật dạy: Khi chúng ta hết phước, tài sản sẽ bị hủy hoại bằng nhiều cách: con cái phá của, chồng phá, vợ phá, bị trộm cắp, hỏa hoạn, thiên tai… Quý vị còn nhớ trận sóng thần ở Thái Lan, Indonesia, Nhật Bản không? Chỉ trong chớp mắt sóng cuốn trôi tất cả làng xóm, nhà cửa, xe cộ, nhà máy, con người, của cải… chìm trong biển nước. Không ai biết trước được tại sao họ mất tài sản nhanh quá vậy. Mà nếu như có biết cũng không tránh kịp. Có người leo lên đồi cao nhìn cảnh tượng nhà cửa của mình, xe hơi của mình bị cuốn trôi theo sóng nước mà la khóc thảm thiết.

Đức Phật dạy muốn có phước phải bố thí bằng vật thí, đối tượng thí và tâm thí. Ngoài ra, quý vị phải trì giới, tham thiền, cung kính. Chẳng hạn quý vị tới đây lạy Phật, tụng kinh đó là phước cung kính. Gặp Phật thì lạy. Gặp Pháp thì lạy. Gặp Tăng thì lạy. Làm vậy ta được phước cung kính. Trong nhà cung kính với mẹ cha, ngoài đường cung kính với người lớn tuổi.

Trong kinh Pháp cú Phật dạy, những người thực hiện tâm cung kính được phước sống lâu, sắc đẹp, an vui. Ông bà xưa thường nhắc nhở con cháu: "Kính lão đắc thọ". Người nào ngã mạn cống cao thì chết sớm vì tổn đức.

Đức Phật dạy pháp tùy hỷ cũng là tạo phước. Tùy hỷ là thấy người ta làm việc thiện thì ta hoan hỷ, còn nếu không thích thì đừng nói xiên, nói xỏ, khởi lên tâm ích kỷ và nhỏ mọn. Tùy hỷ là nhân để tạo phước. Hồi hướng cũng là nhân để tạo phước.Ví dụ quý vị tham thiền, bố thí rồi hồi hướng cho cha mẹ, cầu an cho cha mẹ còn hiện tiền, cầu siêu cho cha mẹ đã quá vãng, hồi hướng cho chư thiên, long thần hộ pháp.

Nghe thuyết pháp cũng là cách tạo phước. Thuyết pháp cũng là cách tạo phước. Đó là hai nhân sanh để tạo phước. Hiếu thảo với cha mẹ là tạo phước.

Tiên tích đức hậu tầm long là muốn tìm sự giàu sang, tìm long mạch thì phải tạo phước này trước. Có phước đức thì mặc sức mà ăn, có phước đức tự nhiên khỏi tìm long mạch ở đâu xa, có người dành sẵn cho mình. Nhà người ta đang nghèo, người có phước đức đến thăm tự nhiên người ta giàu lên luôn.

Phước đức có một sức mạnh đặc biệt. Quý vị có phước đức, người ta khai trương một gian hàng, quý vị vô mua gọi là "mở hàng" tự nhiên người ta "thịnh vượng" luôn, buôn bán phát triển, mở rộng hệ thống v.v… Dân gian người ta quan niệm như vậy mà thực tế cũng có đúng như vậy.

Cho nên, quý vị làm bất cứ việc gì chỉ cần bình tâm chút xíu là sẽ quan sát được công việc của mình tốt hay xấu. Ví dụ khai mạc một buổi lễ, nhìn tất cả mọi việc trôi chảy thuận lợi như đặt hoa đem tới đúng giờ, điện chúc mừng của bạn bè, khách hàng quen biết khắp nơi đến tham gia đông đủ. Quý vị nhìn diễn biến của sự việc trong ngày khai mạc thì biết công việc sẽ tốt hay xấu, thuận lợi hay bất lợi.

Đức Phật nói với vua A Xà Thế:

- Đại vương! Một vị sa môn xuất gia trong pháp và luật này, nếu sa môn bỏ tất cả chú tâm vào luật và pháp, chú tâm vào pháp môn thiền thì vị này khi ngồi thiền sẽ có 5 trạng thái nghịch pháp khởi lên:

1. Nghĩ đến tham dục

2. Nghĩ đến sự bực mình (sân hận)

3. Hôn trầm (buồn ngủ)

4. Trạo hối (nhớ lại những lầm lỗi của mình trong quá khứ)

5. Nghi ngờ.

Cho nên, khi vị sa môn xuất gia phải thiết lập cho mình nền tảng chánh niệm trong thiền. Khi thiền, vị này phải tu tập để loại bỏ 5 triền cái đó. Loại bỏ được 5 triền cái này thì sẽ thành tựu được 5 thiền chi là: tầm, tứ, hỷ, lạc, định. Vị này ly dục, ly bất thiện pháp, chứng và trú thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh.

Qua lời dạy của Đức Phật, một vị sa môn tu tập thiền định đúng pháp thì vị đó có khả năng ly dục, ly bất thiện pháp và chứng được sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Khi vị này chứng được sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền là vị này có pháp nhãn, có năng lực ngoại cảm, có năng lực thần thông, có năng lực trí huệ rất sáng.

Đức Phật Ngài nói:

- Đại vương! Đó là các lợi ích và quả báu của một vị sa môn thiết thực trong hiện tiền.

Và Đức Phật dạy thêm rằng, quả báu cuối cùng của một vị sa môn từ bỏ gia đình, thiết lập một nền tảng chánh niệm vững chãi, vị đó nhằm một mục đích duy nhất là ly tham, ly những phiền não cấu uế.

Phiền não là gì? Là vị đó không còn thân kiến, hoài nghi và giới cấm thủ, không còn dính mắc ở trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Vị này không còn ngã mạn phóng dật và vô minh. Và vị này sẽ chứng đắc được Niết Bàn.

Phật dạy đó là quả báu cuối cùng của một vị sa môn.

Sau bài pháp đó, sau câu kinh Phật giải đáp cho vua A Xà Thế, vua hoan hỷ tín tâm và xin quy y làm đệ tử của Đức Phật Thích Ca. Lúc đó vua đảnh lễ và thưa với Phật rằng:

- Bạch Đức Thế Tôn, trong thời gian qua, con vì si mê lầm lạc, vì độc ác tham lam, vì danh lợi phù phiếm nên con giết cha của con để cướp ngai vàng. Hôm nay, con được gặp Đức Thế Tôn và nghe những lời chỉ dạy của Ngài, con vô cùng hoan hỷ. Con nguyện từ nay sẽ theo Đức Thế Tôn hộ trì Phật Pháp. Một lần nữa con xin lạy Đức Thế Tôn và xin Ngài chứng minh cho lòng con.

Sau khi vua A Xà Thế từ giã Đức Thế Tôn ra về, Ngài bèn giảng một bài pháp cho các thầy tỳ kheo. Ngài nói:

- Này các thầy tỳ kheo, nếu vua A Xà Thế không giết cha thì ngay thời pháp hôm nay vua A Xà Thế đã đắc đạo chứng quả.

Lúc bấy giờ Phật nói về ngũ nghịch đại tội. Đó là: giết cha, giết mẹ, làm Phật chảy máu, giết A-la-hán và chia rẽ Tăng. Năm điều này ở trong kinh Đức Phật Ngài dạy là ngũ nghịch đại tội. Người nào phạm 5 điều này, người đó sa đọa khổ cảnh.

Riêng vua A Xà Thế sau khi ra về rất hoan hỷ. Vua từng cảm ơn rất nhiều lần với Jivaka – là người học trò của Đức Phật, người chăm lo sức khỏe cho Đức Phật, đồng thời cũng là ngự y của vua Tần Bà Sa La trước đây.

Từ đó về sau, vua A Xà Thế một lòng một dạ hộ trì cho Phật Pháp. Nghe biết có duyên sự gì là vua hỗ trợ đắc lực. Sau khi Đức Phật Ngài viên tịch 3 tháng, trong kỳ kết tập tam tạng lần thứ nhất, vua A Xà Thế là người bảo trợ đầu tiên cho công trình gìn giữ Phật ngôn. Nhờ đó bây giờ chúng ta có kinh điển, có lời dạy của Đức Phật để học tập tu hành. Công lao của vua A Xà thế rất lớn. Ông cúng dường vật thực cho chư tăng liên tục trong ba tháng để kết tập tam tạng, những lời dạy của Phật trong suốt 45 năm; tổ chức quy tụ 500 vị A-la-hán có lục thông và có tuệ phân tích vào thạch động làm công việc cao quý này. Thạch động không có cửa hay nói cách khác là cửa thạch động lúc nào cũng đóng. Nếu bây giờ đi tham quan, quý vị có thể nhìn thấy khu vực thạch động xưa, tất cả đều là núi. Do vậy, các vị tăng già muốn vào bên trong thạch động phải có thần thông và tuệ phân tích mới vào được. Điều này cho thấy những người tham gia Kết tập tam tạng của thời kỳ đầu là những vị cao tăng đã thực sự giác ngộ và chứng đắc đạo quả.

Cho nên, kinh điển Phật giáo còn lưu truyền đến ngày nay đó là nhờ công lao vô lượng của các bậc tu hành chứng ngộ và trong đó có sự góp phần của vua A Xà Thế.

Nhưng nhân quả rất phân minh. Tội là tội, phước là phước. Giết cha là ác nghiệp vô cùng lớn. Cho nên, vua A Xà Thế sau khi làm vua 32 năm lại bị con giết và soán ngôi y như ông đã làm trước đây với cha ông vậy.

Đức Phật dạy đối với một vị sa môn, quả báu thiết thực hiện tiền không phải là phước vật mà chính là phước đức và phước trí vô cùng tận. Quả báo của ác nghiệp ngũ nghịch đại tội là quả báu rất khốc liệt.

Mới đây, báo chí đưa tin ở quận Hoàng Mai, TP Hà Nội, chỉ vì mâu thuẫn nhỏ nhặt dẫn đến cãi vã trong gia đình, một phụ nữ 55 tuổi, đã bị con trai hành hung dẫn đến gãy cổ, nhập viện trong tình trạng nguy kịch.

Do thấy con trai hỗn láo quá mức nên người mẹ đã nhắc nhở và rầy la mấy câu.Nhưng người con trai tỏ ra tức giận và gọi mẹ lên gác để nói chuyện.

"Từ trước tới nay mỗi khi có chuyện tranh cãi với nhau, nó thường bảo tôi lên trên gác và đóng cửa lại để "hành" tôi nên lần này tôi không lên", bà mẹ cho biết.

Nhưng đến lần này, kêu hoài không thấy mẹ lên, người con trai đã xuống kéo bà lên phòng, khóa cửa lại rồi túm tóc, đấm vào mặt mẹ.

Biết con trai đánh mẹ, ông chồng đã lên trên gác, chửi tục, xúc phạm tới người vợ.

Sau đó, ông ta lao vào đấm đá túi bụi vào mặt, cổ, vùng ngực, phần bụng của người vợ với sự "giúp sức" của thằng con trai.

Bị con đánh, rồi chồng đánh, người mẹ - người vợ ấy đã van xin kêu cứu rồi cố gắng để mở cửa chạy ra ngoài.

Bà được đưa đến bệnh viện cấp cứu, các bác sĩ đã tiến hành xử lý, khâu các vết thương ở vùng mặt, đầu, đặc biệt là nẹp vùng cổ bị gãy. Công an phường đã tạm giữ người con trai và người chồng để điều tra, làm rõ về hành vi bạo lực gia đình. Sức khỏe của người mẹ đang hồi phục dần, tuy nhiên, vẫn phải điều trị tại bệnh viện trong thời gian dài nữa do chấn thương quá nặng.

Đức Phật dạy: "Dù cho các ngươi cõng vác cha mẹ bằng hai vai đi suốt vòng quanh núi Tu Di, trải qua trăm ngàn do tuần cũng chẳng thể đền hết ơn cha mẹ".

Chúng ta đều đến ba cõi bằng nghiệp lực của riêng mình, và nhân duyên riêng của mình với Cha và Mẹ. Chẳng biết nghiệp lực, chẳng biết nhân duyên, chẳng biết tùy thuận nhân duyên cùng nhân quả là kẻ vô trí, si mê lầm lạc.

Phật nói một đốm lửa sân thiêu rụi rừng công đức. Lòng oán hận cha mẹ (chẳng cần biết lý do gì) là ngọn lửa thiêu rụi vô lượng công đức từ vô lượng trăm ngàn ức kiếp tu tập. Chẳng biết dùng tâm hiếu thuận để dập tắt lửa sân, chẳng biết tích chứa công đức để nuôi lớn bồ đề tâm là người ngu không trí huệ.

Vua A Xà Thế, vị Chuyển Luân Thánh vương của cõi Người, là đại hộ pháp, là đại thí chủ… đã cúng dường Phật Pháp đến vô lượng công đức như vậy, nhưng chỉ vì tội ngũ nghịch giết cha, bất hiếu với mẹ mà phải rơi đọa vào địa ngục. Đủ thấy tội bất hiếu vừa mới khởi lên ý niệm ban đầu trong tâm, chúng sanh kia đã tự mình đang đứng trước cửa địa ngục rồi vậy. Cho nên, người Phật tử tại gia hoặc người tu sĩ xuất gia phải xa lánh, không bao giờ phạm vào ngũ nghịch đại tội vì bất cứ lý do gì. Nếu gây nên ngũ nghịch đại tội, ta sẽ nhận hậu quả thê thảm, là con đường đưa ta vào khổ cảnh, cắt đứt tất cả những nhân duyên chứng đắc đạo quả của chúng ta.

Người tu phải cố gắng làm lành để hưởng được quả phước lành. Người tu làm cái gì cũng phải nhớ nghĩ xem hành động đó có lợi ích cho mình, có lợi ích cho người hay không. Nếu có lợi ích cho mình, cho người thì nên làm, nên nói, nên suy nghĩ. Trái lại, nếu thấy bất lợi cho mình, cho người thì đừng làm, đừng nói, đừng suy nghĩ. Quý vị muốn tạo phước thì phải bố thí, phải giữ giới trong sạch, phải tham thiền.

Lòng cha mẹ hy sinh, thương xót con cái ... đó là lòng đại bi vô lượng của Chư Phật đối với hằng hà sa chúng sanh, không khác. Nếu quý vị đã tín giải, đã hiểu Tâm chính là Bồ Đề Tâm,

thì cũng nên biết rằng chẳng có một thần lực nào có thể dập tắt lửa địa ngục đang thiêu đốt chúng sanh ngày đêm chẳng phút nào ngừng nghĩ.

Chúng sanh phạm tội ngũ nghịch, duy nhất chỉ có Pháp sám hối mới có thể một phần nhỏ bé dập tắt lửa của hỏa ngục đang ngày đêm thiêu đốt chúng sanh đã phạm ngũ nghịch đại tội với cha mẹ, với tăng già.

DIỆT ÁI[28]

Một hôm, vua trời Đế Thích đến gặp Đức Thế Tôn và nói: "Bạch Đức Thế Tôn, có bốn vấn đề con thắc mắc, xin Đức Thế Tôn giải thích cho con rõ.

- Thứ nhất, trong các sự thí, bố thí cái gì là cao thượng?.

- Thứ hai, trong các hương vị, hương vị nào là cao tột?.

- Thứ ba, trong các hỷ lạc, hỷ lạc nào là hoan hỷ?.

- Thứ tư, diệt cái gì để chấm dứt đau khổ?

Đức Phật trả lời bằng câu kệ ngôn. "Bố thí pháp thì thắng hơn các sự thí. Hương vị của pháp thì thắng hơn tất cả các hương vị. Pháp hỷ thì thắng hơn các hỷ lạc. Diệt ái là chấm sự đau khổ".

*** Điều thứ nhất, Đức Phật dạy bố thí Pháp thắng hơn các sự thí.**

Về phương diện vật chất, đối với những người nghèo khổ, thiếu thốn, quý vị bố thí của cải, tiền bạc thì họ trân trọng. Nhưng trong cuộc sống, không ít người cho rằng đời sống tinh thần quan trọng hơn. Qúy vị đọc báo, xem truyền hình thấy tin tức về những vụ người ta chết đói ít lắm. Thỉnh thoảng mới có một vài tin người già chết vì lạnh ở đâu đó bên các nước phương Tây. Nhưng tin tức về những vụ giết người vì lòng tham, sân, si thì hầu như ngày nào cũng có, nước nào cũng có. Ví dụ giết người vì tham đất đai, cướp của tiệm vàng, trộm xe SH. Những chuyện giết người vì ghen tuông, sân hận, si mê thì kể không xiết. Lòng tham khiến người ta không chừa một thủ đoạn nào để kiếm lợi nhuận từ những vụ sản xuất sữa cho trẻ em có hóa chất độc hại, trong xì dầu, bánh tráng, bánh canh, trong những cọng giá trắng… người ta cũng tìm cách cho hóa chất vào, là mầm mống của ung thư. Ngay cả trái cây cũng có chất bảo quản không có lợi cho sức khỏe. Quý vị thấy lòng tham dẫn cái tâm mê mờ của con người ta đi dài dài trên con đường ác. Cho nên, đời sống tinh thần rất quan trọng. Tâm sáng suốt thì hành động tích cực.

Quay trở lại vấn đề bố thí. Chúng ta nhường cơm sẻ áo cho những người nghèo chỉ là giúp tạm thời chứ chưa phải một cách bền vững. Chẳng hạn những người đi xin ăn ngoài đường, có người không có tay, có người không có chân, có người mù hai mắt. Cuộc sống họ nương dựa vào lòng thương của mọi người trong xã hội. Nhưng mà họ vẫn muốn sống và họ vui vẻ sống cuộc đời của họ. Dù đó là cuộc đời nghèo, lang thang, không nhà cửa, không tiền bạc. Chớ nếu cái tâm họ thất vọng, đau khổ thì họ không thể sống ngày này qua ngày khác. Có thể đối với họ, được sống là vui rồi.

Chúng ta không giàu có hơn ai nhưng nếu biết giữ tâm quân bình, mát mẻ và như thế ta hạnh phúc. Người giàu có mà biết giữ được sự quân bình giữa đời sống vật chất và đời sống tinh thần thì tuyệt vời. Trên thế giới này, biết bao nhiêu người giàu ở biệt thự mấy chục triệu đô, đi xe hơi đắt tiền Mercedes nhưng đêm đêm nước mắt họ rơi ướt gối vì tình yêu, vì danh vọng v.v… Cho nên, người giàu mà tâm chưa vui, ham muốn nhiều, tâm đó là tâm nô lệ cho lòng tham ái.

Do vậy, Đức Phật Ngài dạy, bố thí cho loài thú chúng ta có được phước, bố thí cho người không tu hành chúng ta có được phước, bố thí cho người có tu chúng ta được phước nhiều hơn cho người không tu. Nhưng bố thí cho người tu hành đắc đạo thì phước nhiều hơn bố thí cho

[28] Bài pháp này giảng tại chùa Xá Lợi- Quận 3 - TP. HCM.

người tu chưa đắc đạo. Đó là sự so sánh về việc làm phước. Có lúc quý vị nghĩ bố thí cho người ăn mày không có phước vì cho tiền họ đi nhậu. Nhưng đừng nghĩ như vậy. Đức Phật dạy, nếu chúng ta bố thí với lòng hoan hỷ, không phân biệt thì vẫn có phước. Ví dụ ăn cơm xong, còn thừa thực phẩm mà mình tác ý đem thực phẩm còn thừa đó cho chim ăn, cho cá ăn thì năm trăm kiếp mình không bị chết đói thì huống chi mình giúp đỡ cho con người. Đức Phật dạy, bố thí mười lần cho loài thú thì không bằng bố thí một lần cho người không tu, bố thí mười lần cho người không tu thì không bằng bố thí một lần cho người có tu. Có tu ở đây là có giữ năm giới hoặc giữ tám giới chứ không chỉ là người xuất gia. Ví dụ trong gia đình, có cha mẹ, anh chị em quy y thọ năm giới hoặc thọ bát quan trai, quý vị cúng dường người thân trong những ngày như vậy có phước rất nhiều. Sự cúng dường đó có thể biểu hiện bằng lòng cung kính hoan hỷ, tới giờ dâng cơm mời cha mẹ.

Đức Phật nói, bố thí một lần cho loài thú thì năm trăm kiếp không chết đói. Bố thí mười lần cho loài thú không bằng một lần bố thí cho người, bố thí mười lần cho người không tu không bằng bố thí một lần cho người có tu v.v… từ chỗ đó cứ nhân lên, nhân lên cho đến chỗ cúng dường Đức Phật thì quý vị thấy quả phước lớn đến chừng nào. Nhưng cuối cùng Đức Phật kết luận rằng, trong tất cả hạnh bố thí thì bố thí Pháp là bố thí cao thượng nhất, phước nhiều nhất. Bố thí cho loài thú, cho loài người không giữ giới, cho người có giữ giới, cho người xuất gia, cho người xuất gia đã đắc đạo…. tất cả đều có phước… nhưng bố thí pháp phước nhiều hơn tất cả. Tại sao? Vì bố thí pháp là chúng ta giới thiệu vườn hoa chánh pháp, ở nơi đó giúp con người biết cách từ bỏ lòng tham, lòng sân, lòng si. Còn bố thí giúp đỡ tiền bạc, cơm ăn, áo mặc thì chỉ giúp con người bớt khổ vật chất tạm thời thôi còn những nỗi khổ về tinh thần, khổ vì tham, khổ vì sân, khổ vì si vẫn làm cho họ phiền não, bất hạnh. Cho nên, bố thí pháp là cúng dường cao thượng nhất. Quý vị có thể tặng băng, đĩa, kinh sách thuyết pháp, cúng dường tài chánh ấn tống kinh sách. Đó là bố thí pháp. Hoặc có khi chỉ cần một câu kinh, một bài kệ được quý vị nhắc lại đúng lúc cũng giúp cho người khác tỉnh ngộ. Vừa qua, chúng tôi cùng những người bạn từ Úc châu về đi tặng quà cho bà con nghèo. Khi xong việc, anh tài xế của đoàn gặp chuyện bực mình vì có một chiếc xe tải ở phía trước làm trở ngại nên anh ta nổi cáu. Lúc đó anh ta rất nóng nảy. Anh ta nói với người tài xế lái chiếc xe tải bằng một thứ ngôn ngữ thô tục không có trong tự điển. Chúng tôi thấy thương nên nói với anh ta như vầy: "Mình mới đi cứu trợ, tất cả đều hoan hỷ vì đã làm xong việc, đừng có nóng nảy làm mất phước. Đức Phật dạy nhẫn nại là niết bàn tối cao". Anh ta nghe thấy Sư nói như vậy, tự dưng anh ta mỉm cười, cường độ nóng nảy bớt xuống, không khí nhẹ nhàng hơn. Cho nên, Sư nghĩ quý vị nếu có những đứa cháu vô lễ với các bậc cha ông, muốn giáo dục người thân trong gia đình, hãy dùng những câu Phật ngôn giản dị nói về lòng hiếu thảo, nói về nhân quả, nói về tâm thiện lành v.v… có thể viết bằng thư pháp treo trong nhà, lâu dần con cháu đọc mãi, đọc mãi sẽ thấm và thức tỉnh. Đó cũng là hình thức bố thí pháp.

Khi một người hiểu Phật Pháp rồi họ chuyển đổi đời sống rất tốt. Có những người quyết định tự tử hay chuẩn bị thực hiện một hành động tội ác nào đó, nếu họ nghe một câu hát, xem một vở tuồng, đọc một cuốn sách, hay tình cờ gặp một vị sư … có thể những nhân duyên đó giúp họ giác ngộ trong tâm và tự mình từ bỏ những hành vi tiêu cực. Ở đất nước Hàn Quốc, sự phát triển công nghiệp hiện đại đã làm cho đời sống của người dân ngày càng thay đổi tốt hơn. Văn hóa Hàn Quốc ngày càng thu hút sự chú ý của thế giới và lôi cuốn giới trẻ nhiều nhất ở các nước Châu Á. Nhưng một điều đáng suy nghĩ là ở Hàn Quốc, các ngôi sao nổi tiếng dù còn rất trẻ hoặc đã có tuổi, họ thường chọn cách tự tử khi gặp bế tắc trong cuộc sống. Đó là một điều rất đáng tiếc. Quý vị nên nhớ trên đời này cái gì cũng có hướng giải quyết của nó. Không ai được có tất cả để rồi không khát khao một cái gì đó. Cũng như không ai bị mất tất cả để phải đi đến tuyệt vọng. Nếu như có ai đó ở bên họ những con người cô đơn đầy đau khổ kia, nói

với họ, nâng đỡ tinh thần họ, giúp họ tỉnh thức thì có lẽ họ sẽ không tự hủy hoại thân mình như vậy.

Cho nên, người đã biết Phật Pháp thì trước khi làm bất cứ điều gì phải suy nghĩ đến hậu quả của nó. Và quý vị hãy luôn tạo mọi điều kiện để cúng dường Phật Pháp đến cho mọi người. Khi bạn mình chưa biết quy y, chưa biết lạy Phật, chưa biết cung kỉnh quý thầy, chưa biết bố thí, giữ giới, tham thiền … hãy giúp cho họ biết những điều lợi ích ấy. Đó chính là bố thí pháp. Có những người rất giàu nhưng không thích bố thí, không thích đến chùa thì quý vị hướng dẫn cho họ làm từ thiện xã hội, giúp đỡ người này người kia cũng là hướng họ đi vào chánh Pháp. Bạn không thích nghe Phật Pháp thì mình hướng dẫn họ đi hành hương, cách nào cũng được miễn sao trợ duyên cho họ tiếp xúc với Phật Pháp.

Bố thí pháp phước rất lớn. Pháp Phật giúp con người buông xả oán thù, tăng trưởng tâm nhu hòa, sống bình yên, hạnh phúc.

*** Điều thứ hai, pháp vị thắng tất cả các hương vị.**

Đức Phật giải thích cho vua trời là tất cả các hương vị trên trần gian đều có đặc thù của nó nhưng đứng về góc độ giác ngộ và giải thoát thì hương vị pháp bảo là tuyệt vời. Trong nước biển có một vị mặn, trong chánh pháp có một vị giải thoát. Hương vị giải thoát này dành cho những người thực tu, thực ngộ. Không thể bày tỏ nổi niềm giác ngộ của mình cho người khác. Hương vị này phải chính mình cảm nhận.Ví dụ có một người hỏi trái cam là gì? Chúng ta nói: trái cam có hình tròn, màu xanh, khi chín chuyển sang màu vàng, cam dùng để ăn hoặc lấy nước uống, cam có vị ngọt hoặc chua, muốn ăn cam thì bóc vỏ, lấy múi, có thể chấm muối tiêu v.v… Cho dù chúng ta có cố gắng diễn tả vị ngon ngọt của trái cam cỡ nào thì người kia cũng không hình dung nổi. Vậy tốt hơn hết hãy đưa cho họ trái cam và nói họ ăn đi. Lúc đó tự họ sẽ cảm nhận mùi vị của trái cam theo cách của họ.

Phật Pháp cũng vậy. Cái biết Phật Pháp chỉ là lý thuyết. Còn kinh nghiệm và chứng thực Phật Pháp thì phải bằng tự thân chúng ta thực hành. Cho nên Phật Pháp không phải để NÓI mà phải HÀNH. Ví dụ, quý vị phát nguyện trong tâm giữ năm giới thật trong sạch. Quý vị giữ như vậy trong một năm, hai năm rồi năm năm, mười năm mới có thể thấy hiệu quả của việc giữ giới trong sạch. Hay là quý vị phát nguyện ngồi thiền mỗi ngày hai mươi phút hoặc một tiếng đồng hồ. Ngày nào quý vị cũng ngồi thiền, niệm Phật với cái tâm trong sáng như vậy. Về sau quý vị mới thấy thiền định mầu nhiệm. Trường hợp nhà người ta đang vận xui, gặp lúc mình tới thăm tự nhiên người ta giàu lên, hoặc trong nhà có người đang sanh nở khó khăn mình tới thăm, hên sao tối hôm đó họ đi sanh liền. Có những việc rất mầu nhiệm, khó nghĩ, khó bàn, tự quý vị tu tập sẽ cảm nhận Phật Pháp mầu nhiệm như ra sao.

Cho nên, Đức Phật dạy, người tu thiền khi đắc được pháp thì không thể nào diễn tả lại cho người chưa được pháp. Ví dụ người đắc sơ thiền không thể diễn tả sơ thiền cho người chưa đắc sơ thiền. Người đắc sơ thiền mà kể lại cho người chưa đắc sơ thiền là khoe pháp cao nhơn. Đức Phật cấm điều đó. Vì người chưa đắc thiền, mình kể họ sẽ không tin, là họ mất phước. Khi Đức Phật hành đạo dưới cội bồ đề, lúc đó tầm lưới huệ của Ngài rộng lớn có thể thấy được các cõi chư thiên, thấy thế giới vô hình xung quanh Ngài. Khi đắc đạo, Ngài thấy các loài ngạ quỷ sống chung quanh nhà, sống ở cội cây, ở ngã tư, ngã ba đường cái. Các loài ngạ quỷ ấy có thân hình tiều tụy ở trong thế giới vô hình, nhiều vô số ví như kiến, như muỗi, thằn lằn trong nhà vậy. Nhưng Ngài tuyệt đối không nói cho bất cứ ai nghe về sự thấy các loài ngạ quỷ ấy. Vì đâu có ai giác ngộ có lưới huệ để thấy được các loài ngạ quỷ ấy, làm sao họ tin được. Nhưng một hôm, Ngài Mục Kiền Liên là vị đệ tử thứ nhì của Phật rất giỏi thần thông biến hóa, thấy một con ngạ quỷ bay trên bầu trời, vừa bay, vừa la khóc vì bay tới đâu thì lửa bay theo đốt thân hình của ngạ quỷ. Mục Kiền liên thấy vậy rất thương xót về kể cho Đức Phật nghe. Đức Phật

bèn nói: "Này Mục Kiền Liên, chuyện này Như Lai đã thấy cách đây hơn năm năm. Sở dĩ Như Lai không giảng điều này cho các thầy nghe vì trong số các thầy ở đây, chưa có người nào thấy. Cho nên hôm nay Mục Kiền Liên đã thấy rồi, Như Lai sẽ giảng về bài kinh Ngạ quỷ sự". Quý vị tìm bài kinh này giới thiệu rất chi tiết về 24 loài ngạ quỷ. Đức Phật giải thích tại sao có 24 loài ngạ quỷ đó. Các loài ngạ quỷ ở trên đời làm các việc gì, rồi chết làm con ngạ quỷ có thân hình tiều tụy, chịu đau khổ như thế nào.

Chúng tôi nhắc lại những câu chuyện này để quý vị thấy những gì Phật thuyết giảng mà các thầy tỳ kheo có khă năng tin, có khả năng chứng ngộ, Phật mới nói. Giảng Pháp mà người nghe không tin là không nên. Giống như một người đi lên đỉnh núi cao thấy khung cảnh đất trời bao la. Lúc xuống núi kể lại cho người ở dưới chân núi nghe, họ không tin. Cũng giống như chuyện con rùa và con cá ở chung trong ao hồ. Con rùa đi chơi một thời gian trở về. Gặp lại rùa, con cá hỏi: "Lâu nay chị đi đâu?". Con rùa nói: "Lâu nay tôi lên đất bằng, tôi đi chơi". Con cá không tin, suy nghĩ làm gì có đất bằng, hồi nào tới giờ mình ở dưới ao hồ chỉ thấy nước không à. Con rùa kể trên đất bằng có cây cối, có hoa lá, có những con người, có chim muông, có ánh nắng, có rất nhiều những điều kỳ thú. Con cá nhất định không tin có một thế giới khác ngoài cái ao hồ nhỏ bé mà nó hằng sống.

Tâm trạng của người giác ngộ và người chưa giác ngộ cũng như vậy. Đức Phật nói, tốt nhất chúng ta nên quyết chí tu tập, cầu được pháp gì nên bắt đầu tu tập pháp đó, tinh tấn liên tục đến cùng mới thấy kết quả nhiệm mầu của nó. Qúy vị đừng nghiên cứu Phật Pháp qua sách vở rồi nhận định, phê bình thế này thế kia. Ví dụ chúng ta biết trong đạo Phật có dạy năm giới cấm rất hay. Vậy chúng ta thực tập giữ năm giới đó. Ngày nào đó, ta nhận ra tâm mình tiến bộ hơn, đời sống an vui hơn, mọi người chung quanh ta hạnh phúc hơn.

Đó là hương vị giáo pháp mà chỉ có những ai thực hành tinh tấn, công phu không gián đoạn mới nếm được mà thôi.

*** Điều thứ ba, Pháp hỷ thắng tất cả hỷ lạc.**

Truyện Trưởng lão Tăng kệ và Trưởng lão Ni kệ nói về cuộc đời của tất cả tỳ kheo ni và nam tỳ kheo đệ tử Đức Phật. Trong đó đề cập mỗi vị tỳ kheo thời Đức Phật, sau khi nghe Pháp mà vừa giác ngộ xong (như Đức Phật vừa sanh xong đã nói: "Trên trời, dưới đất chỉ có ta là bậc chí tôn, kiếp này là kiếp cuối của ta, sau kiếp này là không còn luân hồi nữa") thì các vị tỳ kheo cũng đã ứng khẩu nói lên một câu thể hiện lòng hoan hỷ tột đỉnh của các vị ấy. Ví dụ có vị tỳ kheo xuất thân là một ông vua, khi biết đạo, ông đã đi theo Đức Phật vô rừng tu. Trong giây phút vị tỳ kheo này giác ngộ đã bật lên câu nói rằng: "Hạnh phúc thay sống trong rừng già mà không có người bảo vệ". Vì xưa kia ở trong hoàng cung, ông Vua luôn có quân lính bảo vệ. Bây giờ bỏ hoàng cung, đi tu, sống trong rừng, không người bảo vệ, giác ngộ rồi thấy hạnh phúc quá, sung sướng quá cho một đời sống buông xả tất cả, không còn lo lắng, sợ hãi.

Cho nên pháp hỷ là hỷ lạc cao tột. Có thể nói tâm trạng người tu đắc được sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền… hỷ lạc của họ rất mạnh. Họ ngồi thiền liên tục ba, bốn tiếng đồng hồ hoặc có khi cả ngày. Điều gì khiến cho người tu có thể hành thiền được như vậy? Đó là hỷ lạc trong thiền, là an trụ nơi tâm cảnh yên tĩnh, là điều tốt đẹp và an lành giúp chúng ta giữ gìn sự thanh thoát suốt thời gian thiền đó.

Phật tuyên bố pháp hỷ trong thiền không có hỷ lạc trần gian nào sánh bằng. Ngài so sánh pháp hỷ của thiền với pháp hỷ của chư thiên, rồi đến pháp hỷ của những người hưởng ngũ dục trần gian thì hỷ lạc của chư thiên và người hưởng ngũ dục trần gian không bằng một phần mười pháp hỷ của người đắc được sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Vì hành giả đắc được sơ thiền phải ly dục, ly bất thiện pháp, chứng được chánh niệm tỉnh giác và an trú trong an vui

của nội tâm thanh tịnh, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh. Điều đó phải thực chứng, thực tu thì mới thấy được mầu nhiệm của pháp hỷ lâng lâng của sơ thiền. Cho nên, khởi sự từ vấn đề tu chứng chúng ta mới nhận định rõ được tầm quan trọng của pháp hỷ. Đức Phật tuyên bố như vậy, chúng ta phải tin tưởng vì Ngài từng là một ông vua, một vị Giác Ngộ hoàn toàn, lời nói của Ngài là kinh nghiệm của vị đã Giác Ngộ.

Trong kinh nói đa phần các vị tỳ kheo tu tập và giác ngộ ở trong rừng. Ngày xưa Đức Phật Ngài cũng tu ở trong rừng, bốn chỗ động tâm Phật từng cư ngụ là những vùng xa xôi, ít người qua lại. Bây giờ muốn vô rừng tu thiền cũng khó lắm. Cho nên, quý vị tu ở nhà cũng được, tập cho mình thói quen ngồi thiền, tâm tịnh rồi ở đâu cũng tịnh. Nếu quý vị ở trong nhà mà cái tâm thảnh thơi, biết hưởng được sự an nhàn ngay trong nhà mình thì cũng tốt, không cần đi đâu xa. Thỉnh thoảng đến chùa để tham vấn quý thầy khi tâm mình thối chuyển.

*** Điều thứ tư, diệt ái chấm dứt khổ**

Đức Phật giải thích: Muốn chấm dứt khổ phải diệt ái. Ái là tâm mong cầu, là lòng ham muốn cao độ. Trong kinh có câu chuyện kể rằng: Ông vua có lòng tham ái rất lớn. Ông Vua muốn xâm lăng nước này, lật đổ nước kia, chinh phục nước nọ. Ông muốn thâu tóm quyền lực, thể hiện ta là vua nước lớn. Từ khi ông ta có tham vọng đó, tâm ông ta không an. Vì giây phút nào ông cũng suy nghĩ cách này, cách kia làm sao để chiếm được thiên hạ. Cuộc sống của nhà Vua chưa bao giờ có niềm vui trọn vẹn vì cái tâm ông luôn suy nghĩ tìm thủ đoạn để cướp nước láng giềng. Những giấc ngủ của Vua chìm đắm trong sự tham muốn có thật nhiều uy quyền, danh vọng, của cải vật chất. Thực sự thì nhà vua hiện cũng có đầy đủ tất cả những gì nhà vua muốn: Cung vàng điện ngọc, cung phi mỹ nữ, ngọc ngà châu báu, quyền lực, đất đai v.v... Dù như vậy, nhưng ông ta không vui. Vua trời Đế Thích ở trên cao nhìn xuống thấy ông vua – người bạn thân năm xưa lúc nào cũng trong tâm trạng phiền não vì ham muốn chưa đạt được, bèn giả dạng làm một người thanh niên nghèo đi đến cung điện. Lính gác không cho anh thanh niên nghèo vào cung nên anh tìm cớ nói là có việc rất quan trọng chỉ tâu riêng với nhà vua mà thôi. Khi anh thanh niên vào trong cung điện thì vua truyền lệnh sai quân lính đuổi đi. Vua nhục mạ anh chàng thanh niên nghèo không cách chi kể xiết. Mặc dù vậy, thần thái anh thanh niên không hề thay đổi. Một lát sau, anh thanh niên bình tĩnh nói: "Thưa đức Vua, tôi tuy mang hình tướng nghèo hèn của một kẻ ăn xin nhưng tôi không cầu xin ngài bất cứ điều gì cả. Ngược lại, tôi đến đây vì có tặng vật cho ngài". Nghe anh thanh niên nói vậy, vua tức giận nói: "Nhà ngươi thật là hỗn láo. Với bộ dạng rách rưới thảm thương như thế kia, ngươi có gì tặng cho ta chứ? Ngươi muốn nói là tặng cho ta bộ đồ dơ bẩn mà ngươi đang mặc trên mình đó sao, tên ăn mày ngu ngốc kia? Hãy cút khỏi đây ngay, con người nghèo hèn mà dám tự cao, như ngươi ta không xử trảm là may cho ngươi rồi đó. Đi mau!". Nhà Vua hét lên. Anh Thanh niên nghèo kia vẫn nhu hòa giải thích: Thưa đức Vua, xin ngài đừng có nhìn hình tướng mà đánh giá nhân phẩm của một con người. Tôi có một viên ngọc rất đặc biệt". Nói rồi anh thanh niên lấy trong cái giỏ rách ra một viên ngọc quý. Vua thấy viên ngọc chiếu sáng đẹp rực rỡ bèn khởi lòng tham, mắt sáng lên. Vua nghĩ bụng, lúc nãy anh chàng này nói là có vật quý tặng cho ta, chắc là nó đây rồi. Anh thanh niên nói: "Viên ngọc này rất quý, nó có công năng đặc biệt. Nếu vua cầm viên ngọc trên tay, đi tới nơi nào có lửa thì lửa tắt". Đức vua vui mừng liền cầm lấy viên ngọc. Anh thanh niên lại lấy từ trong cái bị rách ra một viên ngọc thứ hai, to hơn, chiếu sáng lấp lánh hơn viên ngọc thứ nhất. Vua lại khởi lòng tham, xin chàng thanh niên cho vua viên ngọc này nữa. Anh thanh niên bèn nói: "Đại vương cần thì tôi sẽ cho. Đây là viên ngọc quý có phép trị thủy. Nếu bệ hạ đi trên sông nước, lỡ không may bị chìm thuyền thì có viên ngọc này giúp bệ hạ nổi trên mặt nước, không sợ chết đuối". Đối với một người có lòng tham vô bờ bến như nhà vua kia thì hai viên ngọc quý chính là vũ khí giúp ông thêm sức mạnh để chiến thắng các nước khác. Cho nên, nhà vua cầm lấy ngay viên ngọc thứ hai một cách

thích thú. Anh thanh niên từ giã nhà Vua. Nhưng lúc này đây, nhà vua lại muốn giữ anh thanh niên ở lại vì nghĩ rằng đây là một người đặc biệt, có nhiều pháp thuật sẽ giúp ích cho Vua trong việc xâm lăng các nước láng giềng. Nhưng anh thanh niên lắc đầu từ chối ở lại. Anh nói: "Tôi chỉ đến để tặng ngài những món quà nho nhỏ thế thôi. Tôi không hề muốn ở lại trong cung điện này. Nhưng vì vua muốn tôi ở lại, cảm kích tấm lòng của ngài nên trước khi tôi về, tôi có một món quà thứ ba tặng cho ngài đây. Viên ngọc quý cuối cùng này có một công năng vô cùng đặc biệt. Nếu nhà vua có nó rồi thì đi đến nước nào, nước đó tự động giao quyền lực cho vua, ngài không cần khởi động chiến tranh làm cho dân chúng chết oan. Chàng thanh niên vừa dứt lời thì nhà vua giơ tay ra chụp lấy viên ngọc. Ngờ đâu, như có những lưỡi dao sắc bén ở mỗi góc cạnh trên viên ngọc quý, khi những ngón tay vua vừa chạm vào viên ngọc thì bị cứa đứt, máu tuôn ướt đẫm. Anh thanh niên quỳ xuống nói: "Thưa đức vua, chưa nói hết công năng của viên ngọc mà Vua đã vội vàng muốn lấy, bị chảy máu như vậy là không phải lỗi của tôi". Vua nói: "Không sao, ta thực sự nóng lòng muốn biết công dụng đặc biệt của viên ngọc quý này, hãy nói mau đi". Anh thanh niên nói: "Viên ngọc có phép mầu vô cùng to lớn nhưng để sử dụng viên ngọc, để cầm được viên ngọc quý này trên tay, tâm vua phải không còn ái dục, không còn tham, không còn sân, không còn si". Ngay sau câu nói đó, anh thanh niên liền hóa thân thành vua trời Đế Thích lập tức biến mất.

Câu chuyện vua trời Đế Thích thức tỉnh một ông vua sân si với lòng tham ái vô độ nhắc chúng ta rằng tâm của người chưa từng tu tập (như tâm của nhà vua) thường dính chặt với khoái lạc, giữ chặt những gì mình ưa thích.

Ái dục là nhân của luân hồi sanh tử. Cho nên, Phật tử chúng ta là những người con Phật phải nên trau luyện tu tập từng ngày từng giờ để đoạn tận lòng ham muốn, để hưởng được hương vị nhiệm mầu của Phật Pháp. Ngày nào ái không còn, tham không còn, sân không còn, si không còn thì đó chính là niết bàn.

Mong sao tất cả chúng sanh an lành và thanh tịnh.

Chương III: PHẬT GIÁO VÀ GIÁO DỤC

KINH GIÁO GIỚI LA HẦU LA[29]

Trong Trung Bộ Kinh có bài Kinh Giáo Giới La Hầu La. Đây là bài kinh rất hay nói về tương quan giữa một vị Phật tổ và một vị sa di mới xuất gia. Vị sa di này là người con duy nhất của Thái tử Sĩ Đạt Ta.

Đức Phật xuất gia năm 29 tuổi, thành đạo năm 35 tuổi. Bảy năm sau khi thành đạo, Đức Phật mới có một chuyến về kinh thành thăm vua cha Tịnh Phạn. Lịch sử ghi chép rằng khi Đức Phật về thăm hoàng cung, nàng Da Du Đà La đứng trên lầu cầm tay người con trai bé nhỏ và chỉ trong số đông sa môn đang đi dưới kia, nói với con rằng: "Người đi đầu, đó là cha của con". Rồi Da Du Đà La dạy con của mình: Chút nữa cha vào hoàng cung thì con đến xin tài sản của cha.

Vua Tịnh Phạn chỉ có một người con là Thái tử Sĩ Đạt Ta nhưng Thái tử lại bỏ ngai vàng đi xuất gia, chắc chắn người cháu nội La Hầu La sẽ lên kế vị ngai vàng. Cho nên, khi Đức Phật vào tới hoàng cung thì La Hầu La đi theo và nói với Đức Phật: "Bạch Đức Thế Tôn xin hãy trao tài sản của hoàng cung lại cho con". Đức Phật dạy La Hầu La bài học đầu tiên rằng:

"Tài sản con đang xin ta là tài sản của thế gian. Tài sản này hôm nay có nhưng ngày mai sẽ mất. Tài sản đó đầy những lo âu, phiền não, sợ hãi. Cha thành đạo cách đây 7 năm về trước. Cha tìm một tài sản, là loại tài sản đặc biệt, loại tài sản siêu thế, cha sẽ trao cho con tài sản này. Khi con có nó, con sẽ không còn lo âu, sợ hãi nữa, nó sẽ theo con mãi mãi. Đó chính là thánh sản".

Sau khi nói lời giáo giới đó xong rồi, buổi trai tăng hôm đó tại hoàng cung, Đức Phật nói với ngài Xá Lợi Phất hãy thâu nhận La Hầu La làm học trò. Tin La Hầu La xuất gia quá đột ngột làm cho mọi người trong hoàng cung vô cùng sửng sốt. Bảy năm về trước, Thái tử Sĩ Đạt Ta bỏ hoàng cung ra đi trong đêm khuya, âm thầm lặng lẽ không một lời chào. Sau bảy năm, đối với mọi người trong hoàng cung, nỗi buồn đó dường như đã vơi đi phần nào. Nay niềm vui đón mừng Đức Thế Tôn về thăm hoàng cung chưa được trọn vẹn, thì tin La Hầu La xuất gia quá bất ngờ làm Vua cha Tịnh Phạn kinh ngạc, đau khổ. Vua nén cơn phẫn nộ, nói với Đức Thế Tôn:

"Từ nay về sau, đại vương yêu cầu Thế Tôn một điều, nếu người nào muốn xuất gia thì phải có sự đồng ý của cha mẹ, nếu người đã lập gia đình thì phải có sự đồng ý của vợ hoặc chồng mới được xuất gia".

La Hầu La xuất gia rồi nhưng khi đó mới 7 tuổi nên hãy còn thơ dại. Vì vậy, mỗi ngày La Hầu La theo thầy tế độ là ngài Xá Lợi Phất đi khất thực và học oai nghi tế hạnh. Thỉnh thoảng, Đức Phật cũng đến thăm La Hầu La như một người cha thăm con và với cương vị Phật tổ thăm học trò.

Ở đất nước Ấn Độ, khi một người được tôn kính đến thăm gia đình, thì người Ấn có phong tục là múc một thau nước đặt phía trước nhà để rửa chân cho người đó.

Ấn Độ là một đất nước đông dân, đa ngôn ngữ, đa sắc tộc, đa tôn giáo, có nền kinh tế đứng hàng thứ 8 trên thế giới. Tại Ấn Độ có hơn 8.000 ngôn ngữ khác nhau, trong đó có 18 ngôn ngữ hành chánh, 750 ngôn ngữ có văn phạm, số ngôn ngữ còn lại không văn phạm. Ấn Độ ngày nay là một đất nước thu hút số lượng khách du lịch hành hương trên thế giới rất đông. Ngoài các thánh tích Phật giáo nổi tiếng, Ấn Độ còn có những di tích lịch sử và thiên nhiên

[29] Bài pháp này giảng tại chùa Xá Lợi - Quận 3 - TP. HCM.

xinh đẹp. Nhưng những nơi còn lưu lại các thánh tích Phật giáo, hầu hết người dân ở đây sống rất nghèo khổ và tình trạng kém vệ sinh rất phổ biến. Cho nên, rửa chân cho người mà họ tôn kính là phong tục phản ánh tinh thần hiếu khách của người dân Ấn.

Bài học thứ nhất

Khi Đức Phật đến thăm, La Hầu La bưng nước rửa chân cho cha mình. Rửa chân xong, Đức Phật đổ nước, rồi chừa lại trong thau một chút. Sau đó, Ngài hỏi La Hầu La:

- Này La Hầu La, con có thấy còn một chút nước hay không?.

La Hầu La thưa:

- Bạch Đức Thế Tôn con có thấy.

Đức Phật nói:

- "Đời của một người tu cũng chỉ đáng bằng một chút nước này thôi, nếu như người đó cố tình nói dối. Này La Hầu La đời sống đạo đức của một con người, nếu con nói láo mà không biết hổ thẹn tội lỗi thì lợi ích và hữu dụng nó ít như ở trong thau còn một ít nước vậy".

Sau đó Ngài đổ hết nước trong thau ra ngoài, rồi hỏi:

- "Này La Hầu La, con có thấy trong thau này hết nước chưa?"

- "Bạch Thế Tôn con thấy". La Hầu La thưa.

Đức Phật dạy:

- "Đời của một người tu cũng đáng vứt bỏ đi như vậy nếu như người đó cố tình nói dối". Này La Hầu La, đời sống đạo đức của một con người nó rỗng không giống như một con người nói láo mà không có tàm, không có quý, thì nó rỗng không và vô tích sự giống như cái thau không còn nước".

Xong, Đức Phật lật cái thau úp xuống và nói:

- "Đời của một người tu sẽ trở nên đảo lộn như vầy nếu như người đó cố tình nói dối."

Và, để nhấn mạnh thêm nữa, Đức Phật lật ngửa cái thau trở lại và nói:

- "Đời của một người tu cũng trở nên trống rỗng như cái thau này nếu như người đó cố tình nói dối."

Sau đó Ngài dạy con:

"Đối với một người cố tình nói dối, không có một tội lỗi xấu xa nào mà người đó không thể làm. Vì vậy, La Hầu La, con hãy tập đừng bao giờ nói dối, cho dù đó là một lời nói đùa".

Đức Phật nói, đời sống đạo đức của con người mà nếu phạm phải điều nói dối, nói đâm thọc thì đời sống đó đảo lộn giống như thau nước. Và Ngài dạy La Hầu La dù trong hoàn cảnh nào, trong điều kiện nào, dù nói chơi cũng không được nói dối, nói lời đâm thọc, nói lời hai lưỡi, nói dóc mà bây giờ giới trẻ gọi là "nổ", là "tám". Thời buổi này người ta thích nổ để lừa gạt. Có cũng nổ, không có cũng nổ. Có nổ đã đành, không có cũng nổ, nổ từ ở nhà vô cơ quan, từ cơ quan vô chùa cũng nổ luôn, mới đáng sợ. Nổ như một bệnh thời đại, như cái mắc áo người ta treo đủ thứ huênh hoang, dối láo lên đó.

Đức Phật dạy: "Con xin vâng giữ điều học là cố ý tránh xa sự nói dối". Nói dối trong đó có nói đâm thọc, nói lời hai lưỡi, nói lời độc ác, chia rẽ. Người phạm phải lời nói dối, lời đâm thọc, người đó giống như nước chỉ còn một ít trong thau, giống như nước không còn trong thau, giống như cái thau bị úp xuống, như cái thau bị lật lên, thật là vô ích.

Người nói dối, nói đâm thọc, đời sống của họ đảo lộn, tâm của họ bấn loạn, luôn sợ hãi, lo âu. Những người nói dối làm ảnh hưởng, gây tại họa cho những người chung quanh. Cho nên, người tu phải gìn giữ cái miệng, tức là giữ lời nói của mình cho được thanh tịnh.

Bài học đầu tiên, Đức Phật dạy cho La Hầu La, một đứa con mới 7 tuổi, một sa di mới xuất gia là bài học về đạo đức chân thật. Trẻ con phải chân thật, trung thực ngay khi còn nhỏ, đó là chất liệu của một nền tảng đời sống đạo đức. Trong cuộc sống, tất cả các mối quan hệ: thầy - trò, chồng – vợ, cha – con, anh – em, chủ - tớ… đều phải có niềm tin với nhau thì quan hệ đó mới bền vững. Niềm tin đó có được từ lòng chân chất, ngay thẳng đối với nhau.

Đức Phật dạy con nghiêm khắc, nhẹ nhàng chỉ cho con thấy việc nói dối là không nên làm đối với một đứa trẻ. Trẻ con cần phải chân thật trong mỗi lời nói, mỗi việc làm của mình. Có như vậy, lớn lên mới làm người thành thật.

Bài học thứ hai

Một lần khác, Đức Phật đến thăm La Hầu La. Ngài hỏi:

- “Cái gương dùng để làm gì?”

“Bạch Đức Thế Tôn, gương dùng để soi” La Hầu La thưa.

Đức Phật lại dạy:

“Trong khi chuẩn bị làm điều chi bằng thân, khẩu, ý, con phải quán chiếu: hành động này có gây tổn hại cho mình hoặc cho kẻ khác không. Nếu sau khi suy xét, con thấy rằng hành động đó sẽ có hại, thì con hãy đừng làm. Còn nếu con thấy rằng hành động đó có ích lợi cho con và cho kẻ khác, thì con hãy làm”.

Ngài dạy La Hầu La: Đời sống tu hành của con giống như tấm gương, cho nên, trước khi con hành động thì hãy tự hỏi nó có lợi ích gì cho con hay không, nó có lợi ích cho những người khác hay không. Nếu có lợi ích cho con, cho những người khác thì con làm, nếu nó không lợi ích cho con, nó làm tổn hại cho người khác thì con đừng làm, nó hại cho người khác mà có lợi cho con thì con cũng đừng làm. Hay là nó lợi cho người khác mà có hại cho con thì con cũng đừng làm.

Bài học thứ hai Đức Phật dạy La Hầu La là phải suy xét mọi hành động, nhìn lại chính mình trong mỗi việc mình làm.

Vậy thế nào là hành động có lợi ích cho mình và cho người khác? Đức Phật dạy, hành động nào thiện thì mình nên làm, hành động bất thiện thì nên xa lánh. Đây là điều thuộc về giới. Giới chia làm nhiều loại.

Giới thứ nhất là giới thông thường, giới này ở mỗi quốc gia, mỗi địa phương, mỗi gia đình có quy định, quy ước khác nhau.

Giới thứ hai, gọi là giới luật thuộc về lĩnh vực Tôn giáo. Phật giáo có nhiều giới, trong đó có năm giới căn bản áp dụng cho cả các vị tu sĩ xuất gia và cư sĩ tại gia, đó là giới không sát sanh, không nói dối, không tà dâm, không trộm cắp, không uống rượu. Ngoài ra, còn có Bát quan trai giới.

Nhưng ở đây chúng tôi muốn nói với quý vị về giới thông thường. Thế nào là giới thông thường? Là những quy định của pháp luật, những quy ước của xã hội mà con người phải tôn trọng và thực hiện. Giới thông thường có thể thay đổi tùy theo quốc gia, vùng miền, dân tộc, tín ngưỡng, gia đình.

Ví dụ trong gia đình, cha mẹ dạy con, buổi sáng phải lau chùi, dọn dẹp nhà sạch sẽ, chỉ định công việc cho con, nhưng con không làm là con đã vi phạm giới thông thường. Ba mẹ quy định ăn cơm xong là phải rửa chén, không được để chén bát dơ qua đêm, con không làm đúng như vậy là vi phạm giới của gia đình.

Hoặc luật pháp Việt Nam quy định người sử dụng phương tiện xe gắn máy lưu thông trên đường bắt buộc phải đội mũ bảo hiểm. Đó là luật an toàn giao thông. Những ai không đội mũ bảo hiểm trong trường hợp trên là vi phạm giới thông thường. Có thể nhiều năm về trước, chúng ta quen chạy xe gắn máy ra đường không đội mũ bảo hiểm. Thậm chí thấy ai đội mũ bảo hiểm, có thể chúng ta còn chọc ghẹo họ, đội mũ làm gì cho phiền phức. Nhưng bây giờ, nếu chạy xe gắn máy ra đường mà không có mũ bảo hiểm là tự nhiên thấy như mình có lỗi vậy, cái tâm luôn hồi hộp vì sợ công an phạt. Nhiều người hiểu chưa thấu đáo, dễ nhầm lẫn về giới thông thường nên từ đó không thực hiện nghiêm túc. Giới thông thường cũng là giới mà chúng ta phải gìn giữ đó thưa quý vị.

Giới thông thường có thể hợp với nơi này mà không hợp với nơi khác. Ví dụ, ở Việt Nam lái xe ô tô, muốn xin qua đường, qua mặt dù có nhấn còi inh ỏi cũng không ai phàn nàn gì. Nhưng ở Mỹ, hầu hết người lái xe tôn trọng luật giao thông, không khi nào họ bóp còi xe để lấn đường.

Hoặc chùa có thanh quy của chùa. Lên chánh điện lạy Phật, quý vị phải để dép bên ngoài. Có chùa còn quy định không cho mặc áo ngắn tay vào chánh điện. Đó là giới luật nhà chùa ban hành ai cũng phải tôn trọng. Cho nên, nếu quý vị không hiểu về giới thông thường chỗ này, quý vị nói tôi đi chùa, tôi chỉ giữ theo giới luật Phật thôi, nói vậy không được. Nhiều khi quý vị chỉ giữ giới luật Phật nhưng quý vị phạm luật thế gian cũng không được. Đức Phật dạy quý vị giữ giới thông thường để chúng ta được tốt đời đẹp đạo, để cho tâm quý vị mát mẻ, an vui.

Cho nên, giới thông thường cũng quan trọng lắm, ai cũng phải giữ gìn. Có nhiều Thầy, nhiều cô tự cho mình tu cao, thọ mấy trăm giới rồi nên giới thông thường cần chi phải thực hành. Chùa neo người, sân rụng đầy lá, Thầy cũng mặc kệ nó dơ, không quét. Bếp chùa cần người phụ, nhưng có cô cho rằng việc rửa chén là thấp hèn, không nhúng tay vào. Phật tử nhiều người nói: Tui thọ bồ tát giới rồi, tui lo tu, không cầm chổi quét nhà. Nhiều người có tâm tưởng như thế. Hãy biết, sống chỗ nào thì phải chấp tác chỗ đó, tôn trọng quy luật ở đó.

Ở Miến Điện có một vị thiền sư rất nổi tiếng. Ngài nổi tiếng là một vị thiền sư đức độ, dạy thiền cho hàng trăm, hàng ngàn người từ khắp nơi trên thế giới đến học. Ngài còn nổi tiếng là nhà sư tình nguyện rửa chén cho chư Tăng và cho cả Phật tử luôn. Chùa của Ngài rất đông Phật tử. Mọi người kính trọng, thương yêu Ngài vì Ngài là một thiền sư gương mẫu và vì hạnh phục vụ vô điều kiện của Ngài trong những việc rất nhỏ là rửa chén. Việc nhỏ vậy mà không phải vị thiền sư nào, Phật tử nào cũng làm được. Cho nên, người ta không chỉ kính trọng đạo cao đức trọng ở người tu, mà còn kính trọng những đức tính bình thường, giản dị của một con người.

Sống hài hòa giữa đạo và đời là một cách sống đẹp của người tu hành. Quý vị tu mà không làm tròn bổn phận đối với cha mẹ, chồng con, anh em, đối với xã hội… thì công trình tu tập của mình rất chênh vênh. Mặc dù, quý vị là một Phật tử thuần thành, bạn hữu trong đạo tràng ai cũng quý mến, nhưng gia đình còn chưa hài lòng với mình về một phương diện nào đấy thì hãy cố gắng sửa mình cho tốt, giữ giới thông thường cho tốt để tâm được yên vui, phước báu được tròn đầy.

Bài học thứ hai, Đức Phật dạy La Hầu La, bất cứ làm cái gì con phải nhìn lại mình giống như là gương phản chiếu. Quý vị thấy rằng, Đức Phật không dạy con cái gì đúng hay cái gì sai mà dạy cho con biết suy nghĩ về cái lợi và cái hại. Khi nghĩ về cái lợi và cái hại, chúng ta sẽ biết sợ nhân quả. Đó chính là đạo đức của người tu.

Đức Phật với lòng từ bi vô hạn đã dạy cho La Hầu La bài học của lòng yêu thương, hạt giống tâm hồn này rất cần cho đứa trẻ để nó lớn lên biết ý thức mỗi việc làm của mình có gây tổn hại cho ai không. Đạo Phật không phải để nói. Đạo Phật là làm, là hành động, là thực hành. Đức Phật đã dạy con nhìn lại những hành động mình làm, quay trở về với chính mình để quán chiếu với lòng từ bi, xem xét mọi việc để đừng gây lỗi lầm với một ai, nếu có thì phải biết hổ thẹn, phải có tâm tàm quý, và phải biết sám hối. Bài học này vô cùng giá trị đối với tuổi trẻ.

Quý vị làm cha mẹ phải dạy con biết nhận ra lỗi lầm của mình. Trong thực tế, rất nhiều vụ án xảy ra mà kẻ gây án tuổi còn rất trẻ, kẻ bao che cho tội ác lại chính là cha mẹ như trong trường hợp sát thủ Lê Văn Luyện ở Bắc Giang giết hại cả gia đình tiệm vàng để cướp của.

Ngay khi con còn nhỏ, cha mẹ dạy con lòng trung thực, không sát sanh, không nói dối, không trộm cắp, không tà dâm, không uống rượu… Những giá trị này không chỉ nói suông mà cha mẹ phải làm gương cho con, làm cho con tin tưởng vào cha mẹ. Quý vị hãy giúp con mình lớn lên phát triển nhân cách, đạo đức, là một người trung thực, sống thành thật với mọi người.

Bài học thứ ba

Lúc 18 tuổi, La Hầu La rất khôi ngô tuấn tú, cũng như cha là Thái tử Sĩ Đạt Ta một người có 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp. Dân tộc Ấn Độ có một nét đẹp riêng vừa quyến rũ, vừa huyền bí mang đậm dấu ấn tâm linh. Nhiều người phụ nữ dù xuất thân trong giai cấp cùng đinh, sống lam lũ, nghèo khổ nhưng cũng rất đẹp từ khuôn mặt đến ánh mắt. Người đàn ông Ấn Độ trong giới thượng lưu với trang phục màu trắng, tóc búi cao, đầu vấn khăn luôn mang nét quý phái, quyền uy.

Thời đó, La Hầu La đi khất thực ở ngoài luôn có nhiều người trầm trồ khen ngợi tướng hảo. Nghe như vậy, trong người La Hầu La dòng máu quý tộc bốc lên, nghĩ rằng nếu không đi tu, có lẽ bây giờ ta đang ở hoàng cung, chung quanh có nhiều cung phi mỹ nữ hầu hạ, có quân lính bảo vệ, có quan văn, quan võ kính trọng, ta oai phong, ta đẹp đẽ biết chừng nào. Nghĩ như vậy, trong lòng La Hầu La cảm thấy tự hào về mình, về dòng dõi vua chúa, về giai cấp quý tộc mà mình được thừa hưởng.

Đức Phật qua thiên nhãn thông đọc được suy nghĩ của La Hầu La, Ngài dạy cho La Hầu La bài học về tư tưởng:

"Cái thân của con bây giờ thật là đẹp, tướng mạo thật cao sang, nhưng cái đẹp này không vĩnh cửu, nó vô thường, nó không phải của con, cái đẹp này nếu con ngưng ăn khoảng năm ba ngày thì cái sắc của con sẽ bị úa tàn, con mất ngủ khoảng năm ba đêm thì khuôn mặt con cũng héo úa giống như người ta trồng cây mà không tưới nước. Con người cũng vậy, nếu không biết chăm sóc, không biết lo lắng cho cái thân này thì nó cũng sẽ héo úa. Cho nên, cái thân này là tạm bợ, con đừng có kiêu hãnh về dòng dõi, về gia đình, về hình tướng của con nữa. Con phải nhiếp tâm quán chiếu cái thân này sẽ già, sẽ chết".

Đức Phật dạy cho La Hầu La thấy được sự tạm bợ, mong manh vô thường của thân người, của kiếp sống. La Hầu La khi đó thưa với Phật rằng, đây là một bài học rất khó. Ngài dạy, con phải thiền định thì mới xua tan được dòng tư tưởng về gia đình, về thân thể của con. Và con phải thường xuyên quán tưởng rằng thân này sẽ già bệnh chết. Tại vì nó không phải của con nên nó sẽ già, bệnh và chết. Thân này không phải của con nên ngày mai nó có thể bệnh, năm sau nó có thể bệnh, có thể ngày mai nó chết, có thể năm sau nó chết, con hoàn toàn không định đoạt được mạng sống của con, con không định đoạt được lúc nào con bệnh, lúc nào con chết.

Vì vậy thân này là vô thường, vô ngã.

Con phải thường xuyên quán chiếu, suy gẫm như vậy thì con mới tiến hóa trên con đường giác ngộ. Còn không con sẽ bị ma vương nhền nhện, bị những hình ảnh đẹp đẽ giả dối lôi cuốn, con sẽ không tiến hóa trên con đường tu tập giải thoát.

Đức Phật giáo dục bài học về tư tưởng cho La Hầu La lúc con 18 tuổi.

Mười bốn năm sau khi Đức Phật thành đạo, lúc đó sa di La Hầu La được 21 tuổi. Sa di La Hầu La đã là tỳ kheo thọ cụ túc giới, xuất gia tại Kỳ Viên tịnh xá. Ngôi chùa này có diện tích rộng lớn do ông Cấp Cô Độc và thái tử Kỳ Đà hiến cúng. Chùa Kỳ Viên được xây dựng rất lớn, có thể chứa khoảng chừng 10.000 người. Ngày nay, khi chúng ta thăm thánh tích Kỳ Viên tịnh xá thấy chỉ còn những nền gạch cũ, những dấu tích đền tháp, liêu cốc, tăng xá, ni viện… giữa cỏ cây hoang vắng, trơ trọi. Ở đó, am thất của Đức Phật vẫn còn lưu lại dấu tích, gần đó là liêu cốc của Đại đức Ānanda - thị giả của Phật. Thất của đại đức Xá Lợi Phất và ngài Mục Kiền Liên thì ở gần tăng xá. Điều này cho thấy, hồi đó sự bảo quản đại chúng Tăng già rất chặt chẽ.

Tại Kỳ Viên tịnh xá vẫn còn một cái giếng nước ngày xưa Đức Phật và chư Tăng thường dùng. Trong kinh có ghi chép ở chùa Kỳ Viên có hai sự kiện, có thể gọi là vu khống Đức Phật đến bây giờ vẫn còn để lại dấu ấn.

Thứ nhất, nàng Chin-cha độn bụng vào vu khống Đức Phật. Vì nghe lời người của những tôn giáo khác xúi giục, nên Chin-cha bôi nhọ Đức Phật, phá hoại uy danh của Ngài. Nhưng làm không được, khi Chin-cha đi ra khỏi chùa Kỳ Viên thì bị đất rút xuống hố sâu.

Thứ hai, Đề-bà-đạt-đa muốn hại Đức Phật, chia rẽ Tăng già nhưng không được cũng bị đất rút xuống hố.

Cả hai cái hố đó bây giờ vẫn còn nhìn thấy được. Qua rất nhiều ngàn năm, nhưng hình ảnh hai cái hố sâu nuốt chửng những kẻ xấu ác giống như một lời nhắc nhở con người rằng đừng bao giờ làm điều bất thiện tội lỗi.

Bài học thứ tư

Ngày La Hầu La xuất gia tại chùa Kỳ Viên, Đức Phật giáo dục con những bài học căn bản về quán tứ đại (đất, nước, gió, lửa) và tập sống đời sống nhịn nhục như là đất.

Phật dạy: "Thân này là đất, nước, gió, lửa, là vô ngã, không phải của con. Thân này có tóc, lông, móng, răng, da, thịt, xương… tất cả chỉ là tứ đại hợp thành, con phải quán tưởng nó không phải của con".

Đức Phật dạy: 32 thể trược này nằm trọn vẹn trong tứ đại, nó hợp lại, cấu tạo thành một con người theo một dòng nghiệp, tái sanh… rồi tái sanh … Con phải thường xuyên quán chiếu như vậy để con không có tự hào về cái thân này nữa, không cống cao ngã mạn nữa, mà con phải khiêm tốn, nhịn nhục. Nếu biết khiêm tốn, nhịn nhục, sống bình dị thì mới hạnh phúc và an vui trong đạo được. Một người có tâm an vui, mát mẻ thì phải bình tỉnh, khiếm tốn, hạ mình, đó là chất liệu cần thiết cho đời sống của một người xuất gia.

Mặc dù những lời dạy của Đức Phật xa hơn 25 thế kỷ, bây giờ nhắc lại cũng vẫn rất gần gũi trong đời sống của chúng ta. Người xưa nói: "Nếu muốn yên tu phải giả ngu/ Dù cho có mắt cũng như mù /Có tai như điếc đành câm lặng/ Chỉ giữ trong đầu một chữ Tu".

Chúng ta muốn tu cho tốt thì phải giả ngu. Khôn chết, dại chết, biết thì sống. Cho nên, giả ngu ở đây là thấy như thấy, nghe như nghe, ít nói, tinh tấn càng nhiều càng tốt. Vì người ta thấy mình khôn ngoan quá, người ta ghét. Người ta thấy mình ngu si quá, người ta khinh. Vậy thì ta giả ngu để tu cho dễ, giả ngu chớ không ngu thiệt. Nghĩa là có mắt nhưng đừng ham nhìn nhiều quá sẽ sanh phiền não. Nhìn với cái tâm hoan hỷ, thông cảm và tha thứ thì cũng nên nhìn để đường tu có sự tiến hóa. Còn nếu nhìn bằng cái tâm tỵ hiềm, ích kỷ, nhỏ mọn thì mình sẽ khổ đau nhiều. Người ta dùng hình ảnh con khỉ lấy hai tay bịt mắt, bịt tai, bịt miệng là ẩn dụ cho ba không: không thấy, không nghe, không nói… ý nói phiền não sanh ra từ những chỗ này.

Có tai như điếc đành câm lặng. Tai này nghe những điều có ích, những điều thánh thiện giúp cho mình thăng hoa, chuyển hóa thì nghe, còn nghe những lời xúi giục xấu ác, những lời nói dối, nói ba hoa… đừng nghe. Vì nghe những lời như vậy làm tâm mình động. Tâm đang vui, bình yên, thanh thản tự nhiên có ai đó đâm thọc cho mấy câu, tối về tức ngủ không được, vậy thì nghe làm chi để ô uế tâm trong sáng của mình.

Khi quý vị gặp các vị đại lão Hòa thượng, tâm các ngài từ bi, giáo giới cho mình điều gì nghe cũng ấm áp, hoan hỷ, như cha mẹ dạy dỗ con cái. Nhưng khi quý vị gặp những người nói như "điểm huyệt" làm tâm mình bế tắc, hụt hẫng. Vậy nghe những điều thánh thiện nên nghe. Còn không thì giả ngu, giả điếc, giả mù để cho tâm yên tĩnh. Bản chất tâm của con người là ích kỷ, nhỏ mọn, phản bội, mau quên, phá giới. Chúng ta tu để bỏ những cái xấu đó. Cho nên, nghe những người nói lời xấu ác thì tự nhiên dòng tâm thức của mình nó trào lên.

Vì thế, Đức Phật dạy, hãy chọn nơi lành mà ở, thân cận với người hiền, người trí, chớ nên thân cận kẻ ác. Đời sống chúng ta luôn bị chi phối bởi ngoại vật, con người chung quanh. Ta chọn nơi lành mà ở, chọn người có đạo đức mà gần gũi, chớ đừng sống chung với bà tám, ông nổ đời mình sẽ héo hon, tâm từ bi sẽ tàn lụi.

Phật dạy La Hầu La thường quán chiếu như vậy để phát triển tâm đại thiện. Đức Phật dạy La Hầu La tập sống nhịn nhục như đất. Bản chất của đất là ôm ấp, che chở, bao dung. Ai quăng vật thúi, vật thơm gì cũng được, đất chẳng nói gì.

Cuộc đời đầy phiền não ô trược, nên Phật dạy ta phải trang bị cho mình cái áo giáp. Áo giáp đó chính là sự nhẫn nại, chịu đựng. Nếu không có áo giáp đó thì cuộc đời đầy tỵ hiềm sẽ làm ta phiền não.

Có một bài thơ ghi rằng:

"Đã mang danh nghiệp vang rền/Tất nhiên phải chịu mũi tên tỵ hiềm/ Lỡ vào chơi một ván cờ/ Chớ sao lại nỡ ơ hờ cuộc chơi/ Lỡ vương tơ một chữ tình/ Thì xin yêu trọn những gì đang yêu/ Lỡ thương kinh kệ sớm chiều/Thì xin muôn thuở ghi điều dạy răn".

Người bị tỵ hiềm nhiều là người đang trong vận lên, nên đừng sợ tỵ hiềm mà phải nhịn nhục, chịu đựng để vượt qua nó. Dù bị tỵ hiềm, nhưng đã mang danh nghiệp, có vương tơ, có thương lời kinh tiếng kệ rồi… thì phải sống hết lòng với những gì mà ta đã chọn.

Đó là biết sống trong hiện tại. Lỡ vương… lỡ thương rồi, bỏ đâu được. Chữ "lỡ" này không có chút gì trách móc, tiếc nuối, mà đây là một tâm trạng của một kẻ yêu đời, biết nâng niu cuộc sống hiện tại, hay đúng hơn là một thái độ sống của một người hiểu rất rõ triết lý nhân duyên của nhà Phật. Thuận duyên hay nghịch duyên, duyên nào cũng là duyên.

Những lời giáo giới của Đức Phật đối với La Hầu La theo từng giai đoạn khác nhau. Lúc còn thơ dại thì Ngài giáo giới La Hầu La về giới đức, về thân khẩu ý. Khi La Hầu La 18 tuổi, Đức Phật dạy về tư tưởng, về nhận thức luận trong cuộc sống. Năm sa di La Hầu La hơn 20 tuổi, Đức Phật dạy con bài học về tu thiền, quán về tứ đại, trang bị những pháp cần thiết cho người tu đó là pháp nhịn nhục, cầu tiến và siêng năng.

Tại sao khi La Hầu La xuất gia, Đức Phật mới dạy cho con bài học nhịn nhục? Vì khi đã xuất gia thì con người trưởng thành, vì vai trò của La Hầu La rất quan trọng. Về mặt thế gian La Hầu La là con của Phật tổ, con của một người từ bỏ hoàng cung đi xuất gia, dòng dõi quý phái, tất nhiên nổi tiếng thì sẽ bị tỵ hiềm. Đối trị tỵ hiềm là pháp nhịn nhục. Cho nên, Đức Phật dạy La Hầu La từng bước, từng bước để con đi vào con đường tu vững chãi.

Trong bài kinh giáo giới La Hầu La, Đức Phật dạy con những bài học về thiền. Đức Phật dạy: "Con phải thiền làm sao giống như đất vậy: đất không cảm thấy phiền vì bất cứ một thứ gì đổ lên đó. Vì vậy, nếu con tập thiền giống như đất, con sẽ không có cảm giác vui thích hay không vui thích về bất cứ một điều gì. Hãy tập thiền như nước, như lửa, như gió, và như không gian: tất cả đều không cảm thấy phiền bởi những cảm giác vui thích hay không vui thích. Thực tập được như nước, như lửa, như gió, như không gian, tâm của con sẽ không còn vướng bận gì cả".

La Hầu La đã đi vào rừng để thực tập thiền định và đắc đạo chứng quả khi đang là một tỳ kheo. La Hầu La được Đức Phật ban cho danh hiệu "Đệ nhất hiếu học".

La Hầu La nhập Niết bàn trước Da Du Đà La, trước hai vị thầy là Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên và trước cả Đức Phật Thích Ca.

Giảng về những bài giáo giới của Đức Phật đối với La Hầu La. Bài học thứ nhất là bài học về sự chân thật mà một vị sa di phải có. Bài học thứ hai Đức Phật dạy là bài học về sự phản chiếu, suy xét trước khi hành động. Bài học thứ ba Đức Phật dạy con là bài học tư tưởng, nhận thức luận, đừng có dính mắc, cố chấp, tự hào về dòng dõi, gia tộc, bản thân của mình, nó là tai họa làm chậm sự tiến hóa trong tu tập. Bài học thứ tư Đức Phật dạy cho La Hầu La lúc thọ Cụ Túc giới là luôn luôn phải quán thân do tứ đại mà có.

Chiếc áo giáp cần thiết để giữ mình tu tập là sự nhẫn nại, bao dung… Nhẫn nại là phương cách rèn luyện tinh thần vô ngã, để rồi cuối cùng La Hầu La chứng đắc tự tánh vô ngã của các Pháp đạt đến sự giải thoát trọn vẹn. Bao dung giúp ta buông bỏ sự ác tâm, đồng thời nhận rõ không một chút nhầm lẫn những bất an, phiền não do lòng thương ghét phát sanh. Đó là hai pháp cần thiết cho một vị sa môn xuất gia.

Khi La Hầu La mới 7 tuổi Ngài vâng lời mẹ đến xin cha thừa hưởng tài sản. Có lẽ khi đó La Hầu La không biết rằng, tài sản mà ngài được cha ban cho vô cùng cao quý. Đó là con đường dẫn đến sự giải thoát.

Quý vị là những bậc làm cha làm mẹ, có thể để lại tài sản gì cho con của mình? Qua bài kinh giáo giới La Hầu La của Đức Phật, Sư mong sao quý vị có thể áp dụng cho đời sống cư sĩ tại gia của mình, áp dụng vào cách dạy con trẻ để có một đời sống an lạc, hạnh phúc trong gia đình.

Trong Phật giáo, giác ngộ là hạnh phúc lớn lao nhất. Có lẽ quý vị ở đây ai cũng mong con cái của mình sẽ sống bình yên, thanh thản. Vậy trên con đường trưởng thành của chúng, quý vị hãy dạy cho con mình đạo đức, thiền định và trí tuệ.

Đó là con đường đi tới an vui, giải thoát.

SỨC MẠNH CỦA TUỔI TRẺ[30]

Tuổi trẻ thường thích ăn chơi, nhí nhảnh nhưng các con đến đây học tu như thế này thì các con không nhí nhảnh nữa. Chẳng biết về nhà có nhí nhảnh nữa không chứ trong thời gian này, trong không gian này các con ở đây thì thật sự là người tu rồi.

Các con biết đất nước Việt Nam đang hướng về đại lễ 1000 năm Thăng Long - Hà Nội. Ý nghĩa 1000 năm Thăng Long - Hà Nội bắt nguồn từ một cậu bé tên Lý Công Uẩn cũng ở chùa như các con. Nhờ sư phụ giáo dục tốt nên Lý Công Uẩn trở thành một vị vua anh minh của đất nước. Thầy hy vọng thời gian học đạo ở đây sẽ là chất liệu tốt cho đời sống tương lai của các con, cũng là tương lai của đất nước, của dân tộc, của đạo pháp Việt Nam.

Sức mạnh tuổi trẻ là gì? Sức mạnh ám chỉ thể lực tốt và tâm linh mạnh. Sức mạnh thể lực và tâm linh. Tuổi trẻ là ngây thơ, hồn nhiên. Sức mạnh của tuổi trẻ là sức mạnh thể xác, tinh thần trong sáng. Theo Phật giáo, nói các con trẻ tuổi là trẻ tuổi trong hiện tại. Nhưng nếu nhìn theo lăng kính của dòng nhân quả, nghiệp báo, luân hồi tái sinh thì các con ngồi ở đây có thể đã từng là sư ông, sư bà, vua, quan, những người có quyền chức ở kiếp trước. Hiện tại, các con trẻ nhưng trong quá khứ các con đã từng là người già, là ông nội, bà ngoại của ai đó. Phải vậy không?. Cũng có khả năng là ông nội, bà ngoại của thầy nữa. Tại sao không? Chúng ta học Phật, nhìn dưới lăng kính trùng trùng nhân duyên thì như vậy.

Trong Phật giáo có một câu rất hay: "Ở nơi nào có sự thân thiện thì nơi đó có thân bằng quyến thuộc". Cho nên, hôm nay chúng ta gặp gỡ nhau trong tình đạo vị thì xưa kia chúng ta đã từng là quyến thuộc với nhau. Không biết ai làm ông nội, ông ngoại ai thôi. Nhưng các con đừng nghĩ rằng Thầy nói các con làm ông nội, ông ngoại rồi các con "chảnh" nghen. Nhưng dù sao trong hiện tại thì thầy và sư ông ở đây cũng là bậc thầy đối với các con.

Ở trong kinh Pāli, Đức Phật Ngài dạy có bốn thứ không nên xem thường: hoàng tử nhỏ, con rắn nhỏ, đốm lửa nhỏ và ông thầy tu nhỏ. Tại sao bốn thứ này chúng ta không nên xem thường?

Các con là những người rất nhỏ tuổi nhưng đã ngồi đây, tức là đã có một chủng tử rất lớn. Trong Phật giáo, trong Thanh Tịnh Đạo, Đức Phật Ngài chia đời người thành những chặng đường như sau: từ 0 tuổi tới 10 tuổi, Đức Phật ám chỉ tuổi này là tuổi yếu. Từ 10 tuổi tới 20 tuổi là tuổi hý lạc. Hý là vui vẻ, tung hô. Lạc là ăn chơi, hồn nhiên. Từ 20 đến 30 tuổi là tuổi nhan sắc, làm dáng. Từ 30 đến 40 tuổi là tuổi sáng tạo. Từ 40 đến 50 tuổi là tuổi dụng trí. Từ 50 đến 60 tuổi là tuổi thoái hóa. Từ 60 đến 70 tuổi là tuổi biến dịch. Từ 70 đến 80 tuổi là tuổi còm lưng. Từ 80 đến 90 tuổi là tuổi thất ngộ. Thất là mất, ngộ là lãng trí, không còn sáng suốt. Từ 90 đến 100 tuổi là tuổi thường ngọa. Ngọa tức là nằm.

Trong truyện cổ Phật giáo, đời người được chia ra làm 4 giai đoạn. Từ 1 tuổi đến 20 tuổi là tuổi của con người rất hồn nhiên, trong sáng. Từ 20 đến 40 tuổi người ta ví như con trâu vì đi làm vất vả. Tuổi lập gia đình với nhiều nỗi lo toan đồng thời, đây cũng là giai đoạn chúng ta có nhiều ước mơ, nhiều sáng tạo. Từ 40 đến 60 tuổi, ví như con chó; Con người ở giai đoạn này có nhiều kinh nghiệm, dễ tha thứ, dễ chấp nhận, không quan tâm những chuyện vặt, nhưng ở tuổi này người ta dễ an phận, lúc này không muốn hướng ra bên ngoài nữa, mà chỉ muốn quanh quẩn trông nhà. Ở tuổi này người ta bớt ham vui rồi. Con cháu nói: Ba ơi, mẹ ơi tối nay có show hát hay lắm. Thường thường tuổi này ông bà, cha mẹ không còn thích đi nữa nên sẽ nói: Thôi các con đi đi, cha mẹ giữ nhà cho. Từ 60 tuổi trở lên thì trong truyện ẩn dụ giống như

[30] Bài pháp này giảng tại Chùa Hoằng Pháp - TP. HCM.

là con khỉ. Tại vì tuổi này là tuổi đã về già. Thường thường khi lớn tuổi, ba mẹ viết di chúc để lại của cải cho con cháu. Chia tài sản, nhà cửa cho con cháu xong, ông bà nghĩ đơn giản rằng tháng này ở nhà đứa này, tháng sau ở nhà đứa kia. Nhưng ở nhà con gái thì ngại con rể, ở nhà con trai thì ngại con dâu. Cho nên, ba mẹ đến nhà ở với đứa con nào cũng tủi thân không kể xiết. Muốn ăn cơm cho đỡ nghẹn ngào, cha mẹ phải múa (như con khỉ) nghĩa là phải kiếm việc mà làm chứ không muốn "ngồi không". Cho dù các con không muốn như vậy nhưng tự thâm tâm cha mẹ không muốn mình trở thành kẻ vô ích. Ẵm bồng con cháu, làm việc lặt vặt trong gia đình, quét nhà, trông nhà … cũng phải động tay, động chân múa may để cha mẹ ăn cơm cho ngon vậy mà.

Ngoài ra, triết lý của người Ấn Độ đã mô tả về 4 nấc thang cuộc đời con người liên tiếp nối theo nhau: học tập, dựng nhà, ở ẩn và giai đoạn cuối cùng, khi con người dửng dưng với mọi sự và không còn thích thú gì nữa. Đại thi hào Đức Johann Wolfgang Goethe đã định nghĩa từng giai đoạn trong đời người như sau: Lúc bé thì thực tế, thời trai trẻ thì lý tưởng, đứng tuổi thì hoài nghi, còn về già thì mê tín.

Đời người chúng ta là như vậy. Tuổi trẻ chúng ta là sức mạnh và nghị lực. Nhưng sức mạnh ở đây là sức mạnh của tâm linh, không phải là sức mạnh của thể xác. Các con xem phim Tây Du Ký thấy có hai nhân vật: Tôn Ngộ Không và Trư Bát Giới. Hai nhân vật này về sức nặng ký lô ai lớn hơn ai?. Các con yêu thích nhất nhân vật nào?. Hầu hết các con thích nhân vật Tôn Ngộ Không. Tại sao ông Tôn Ngộ Không thân hình bé nhỏ quá mà các con ái mộ ông ấy?. Còn ông Trư Bát Giới cũng hảo tướng, cũng giỏi đó chớ, sao các con không thích?. Thì ra các con thích Tôn Ngộ Không vì ông ta có phép lạ thần thông.

Các con biết vì sao bong bóng bay không? Vì nó nhẹ quá. Còn tại sao con người bay không được? Vì con người nặng quá. Nhưng nếu các con tu tốt, tự nhiên sức mạnh tâm linh các con phát triển cao thì các con sẽ có phép lạ giống như Tôn Ngộ Không vậy đó.

Trong Phật giáo có đề cập tới 5 sức mạnh là: Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ. Nếu các con có được 5 sức mạnh này thì sẽ giống như Tôn Ngộ Không. Nhưng Tôn Ngộ Không dù có 72 phép thần thông, đi tới đâu cũng gõ dưới đất kêu thổ địa lên hỏi đường, chỉ lối.

Đức Phật dạy ai thành tựu 5 pháp: Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ sẽ có sức mạnh của tâm linh. Các con đến đây tu học cũng có sức mạnh tâm linh chút xíu. Đức Phật dạy ta phải tu tập 5 pháp này thông suốt để liễu ngộ, chứng đắc, lúc đó ta sẽ có phép lạ. Trong Phật giáo có đề cập đến phép lạ như thiên nhãn là mắt thấy thật xa, thiên nhĩ là tai nghe thật xa. Có thiên nhãn, thiên nhĩ… các con ngồi ở đây có thể biết bố mẹ có đang nhớ mình hay không, ngồi đây tập trung nghe mấy đứa bạn có đang nghĩ về mình hay không. Tu mà đạt tới trình độ như vậy chắc vui dữ nghen.

Hồi xưa lúc Thầy mới đi vào chùa tu, thầy thích đọc những mẩu chuyện có phép lạ thần thông. Nhân vật Mục Kiền Liên thầy thích lắm vì ông đi lên trời, xuống biển dễ dàng giống như bàn tay lật qua, lật lại. Thầy nghĩ nếu mình đạt được phép này chắc mình bay vô tiệm vàng, vô nhà băng liền, vì không ai kiểm soát được. Nhưng mà sự thiệt là khi ta còn phàm tục ta mới khởi tâm tham lam như vậy. Còn khi ta đạt được phép lạ rồi thì lòng tham của ta không còn nữa. Lúc đó, người ta có cho vàng bạc, ngọc ngà, trân châu quý báu, nhà lầu, xe hơi đối với ta cũng vô nghĩa.

Khi ta buông bỏ hoàn toàn ý niệm tham, sân, si thì ta mới đạt được thần thông, lúc đó con người ta nhẹ mới bay được. Ta còn tham nhiều quá, ái trong tài sắc, lợi danh, tiền tình thì tâm linh của ta nặng nề, ta không thể có phép lạ thần thông.

Nhưng mà các con vào tu trong chùa thì trong khoảng thời gian này, không gian này, hãy dừng lại tâm tranh. Chính biết dừng lại đây là túc duyên để các con có khả năng có phép lạ sau này.

1. Tín

Tín là lòng tin vào một đối tượng nào đó. Người không có lòng tin thì sẽ thất bại. Lòng tin là mẹ đẻ của sự thành công. Trước nhất chúng ta tin vào cái gì?

Tin cha mẹ

Trong cuộc sống đời thường phải tin cha mẹ của ta. Là người sanh ra ta, cha mẹ gần gũi ta nhất, nuôi ta khôn lớn, giáo dục ta nên người. Cho nên, cha mẹ có lời nói răn đe hơi mạnh đối với các con thì các con cũng phải có niềm tin một lòng một dạ đối với cha mẹ. Còn nếu không tin cha mẹ tuyệt đối, các con sẽ dể duôi, sẽ quên mình dẫn đến sự bất kính đối với cha mẹ. Trong kinh Đức Phật Ngài dạy: Cha mẹ là bậc tiên sư ban đầu. Ai dạy cho các con thưa dạ?. Ai dạy các con kêu ba má?. Cho nên, cha mẹ là người thầy đầu tiên. Cha mẹ là trời Phạm thiên. Các con thấy có những tượng chư thiên 4 mặt tượng trưng cho từ bi hỷ xả thường đặt trong chùa?. Cha mẹ cũng có tâm từ bi hỷ xả đối với các con. Cha mẹ là bậc đáng cho các con lễ bái cúng dường. Cho nên, khi kết thúc khóa tu, các con ra về nhớ thỉnh một món quà ở chùa Hoằng Pháp cúng dường cha mẹ làm kỷ niệm. Cúng dường quý thầy được phước vô lượng vô biên mà cúng dường cha mẹ cũng phước báu đầy đủ.

Tin vào chính bản thân của mình.

Phật dạy: Ta là nơi nương tựa của ta. Nếu môi trường tốt, thầy dạy tốt mà các con không học tốt thì các con có trưởng thành hay không? Các con phải tự tin, tin vào chính mình. Không tự tin các con sẽ rụt rè, sống thụ động, trầm cảm. Những người như vậy dễ thất bại trong cuộc sống. Cho nên, các con phải tập vui vẻ, hài hòa với bạn bè, tập cười, tập nói chuyện. Chúng ta không biết cười, cuộc đời sẽ buồn lắm. Không cười sẽ bị gọi là ông cụ non. Không cười nhìn mặt xấu lắm. Cho nên, phải tập cười đúng lúc, đúng nơi.

Có lần thầy dự một đám giỗ ở chùa ni. Sau khi đám giỗ xong có một sư cô làm MC rất tuyệt vời nhưng cuối cùng sư cô bị tổ trác. Sư cô nói: "Buổi lễ tưởng niệm lần thứ 13 của cố Ni trưởng đến đây đã hoàn mãn. Cung thỉnh chư tôn hòa thượng và quý vị quan khách quan lâm trai đường để… "thọ thai''. Thay vì nói "thọ trai" lúc đó cô bị lẹo lưỡi nên nói thành thọ thai".

Một lần khác thầy cũng đi dự lễ Vu Lan ở Vũng Tàu. Có một sư thầy làm MC cũng bị tổ trác như thế đó. Thầy MC nói: "Sau ba hồi chuông bát nhã, chính thức tới giờ cử hành lễ Vu Lan. Cung thỉnh chư tôn hòa thượng, cùng quý vị quan khách, quý Phật tử quan lâm pháp trường để dự lễ".

Cho nên, các con thấy là nhiều khi ta đứng trước hội chúng đông mà có tự tin thì sẽ thành công. Tự tin là yếu tố rất quan trọng khi các con làm bất cứ việc gì. Thầy đã xem nhiều CD, DVD của chùa Hoằng Pháp, các thầy MC thuộc chùa Hoằng Pháp quá tuyệt vời, sử dụng ngôn từ rất chuẩn.

Tin Tam bảo

Lòng tin được thiết lập nơi Tam bảo, là nương tựa nơi Phật, nương tựa nơi Pháp, nương tựa nơi Tăng. Thầy có biết một vị giáo sư có một căn nhà trên đường Phùng Khắc Khoan ở quận I. Vị giáo sư này đã bán căn nhà được 1.000 lượng vàng và trích một nửa 500 lượng vàng làm quỹ học bổng giúp cho sinh viên nghèo vượt khó. Không biết vị giáo sư theo tôn giáo nào,

nhưng tư duy, hành động rất phù hợp với đạo Phật. Quỹ học bổng giúp cho sinh viên vượt khó rất cần cho các em hiếu học có hoàn cảnh gia đình khó khăn. Làm như vậy, vị giáo sư đã cùng mọi người hướng về đất nước, về thế hệ tuổi trẻ tương lai của dân tộc, của đạo pháp Việt Nam. Đất nước này cần những người trẻ tuổi tài giỏi, thông minh, có đạo đức. Người học thức, có trình độ mới am hiểu được triết lý của Phật giáo. Mới nghe chuyện của giáo sư, tâm thầy rúng động vì nghĩa cử cao đẹp ấy. Thường thì nói dễ hơn làm. Cho nên, lời nói không đẹp bằng hành động.

Lòng tin của tuổi trẻ là phải biết tin tưởng vào bố mẹ, tin tưởng bản thân, tin tam bảo. Làm được như vậy, các con có sức mạnh nội tâm làm cho các con bay bổng, thăng hoa. Nếu tin tưởng học đạo ở đây rồi về nhà, người thân sẽ nhìn các con bằng con mắt khác, không còn nhìn các con như ngày xưa là bé Năm, cu Tèo nữa.

2. Tấn (tinh tấn)

Sức mạnh thiết lập trên sự nỗ lực tinh tấn không ngừng. Người tinh tấn nỗ lực làm cái gì cũng thành công. Kẻ thù của tinh tấn là lười biếng, thụ động. Tuổi trẻ phải siêng năng cầu tiến, không thụ động, không lười biếng. Nếu các con có nghị lực vượt khó sẽ thành công rất mau, thành thiên tài sau này. Châm ngôn thế giới có câu: "Thiên tài là chuỗi dài của sự kiên nhẫn". Các con muốn trở thành thiên tài phải nỗ lực mỗi ngày. Phật Thích Ca muốn thành đạo, Ngài đã tu tập 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp.

Trong hồi ký của học giả Nguyễn Hiến Lê, có tiết lộ một thông tin quan trọng mà thầy tâm đắc. Ông Nguyễn Hiến Lê đã viết và dịch hơn 100 tác phẩm xuất bản trước và sau 1975. Trong hồi ký kể lại rằng có một số bạn bè của ông không tin tưởng ông có khả năng viết và dịch thuật một khối lượng tác phẩm lớn như vậy. Họ nghĩ ông thuê người viết và dịch thuật phụ cho ông. Trong hồi ký, ông tiết lộ một bí quyết (truyện kiếm hiệp gọi là bí kíp) tại sao ông có nhiều đầu sách như thế. Đó là từ ngày ông bắt tay vào dịch thuật, ông hạn chế tối đa không tham dự bất cứ một cuộc vui, lễ lộc nào cả. Mỗi ngày ông dành thời gian dịch và viết khoảng 10 trang giấy, thời gian còn lại ông đọc báo. Một năm 365 ngày các con cứ nhân lên để biết số trang giấy ông Nguyễn Hiến Lê đã viết. Như vậy, một năm ông cho ra đời khoảng 3 hoặc 4 cuốn sách. Ai cũng có khả năng làm được vậy. Giống như Phật Thích Ca sau khi thành đạo đã nói: Như Lai là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành. Không có gì gọi là bí quyết bí hiểm gì cả. Chân lý luôn rộng mở cho những ai có nghị lực, ý chí sẽ thành công.

3. Niệm

Sức mạnh thứ ba là niệm. Niệm là gì? Niệm là ghi nhớ. Chìa khóa của thành công là niệm. Kẻ thù của niệm là hay quên. Bản chất của niệm là biết ghi nhận những gì xảy ra trong giờ phút hiện tại. Các con phải tập có cái nhìn, quan sát sâu sắc, tập có chánh niệm, nhìn vấn đề ở nhiều khía cạnh. Các con đã xem phim 3D rồi phải không? Sau khi xem phim 3D rồi thì những loại phim khác thấy chán. Vì phim 3D nó giúp cho người xem thấy được hình ảnh ở nhiều cục diện, ở nhiều góc cạnh khiến nó trở nên trung thực hơn, gần gũi hơn, sống động hơn.

Một bài toán có thể có năm, bảy thậm chí mười cách giải chớ không chỉ có một. Do vậy, các con tập nhớ niệm đa diện như vậy sẽ nắm vấn đề đa dạng hơn, bớt cục bộ, thụ động, cứng ngắt, nhờ vậy cái tâm khiêm tốn và từ ái của ta có thể phát triển tốt. Nếu chỉ nhìn một mặt ta thấy cái này đúng, cái kia sai thì nó sẽ cục bộ. Cho nên, các con phải tập quan sát mọi vấn đề dưới lăng kính nhiều góc cạnh.

Thầy có đọc tạp chí ngôn ngữ Hà Nội xuất bản năm 2000, trong đó có một bài viết về một người Trung Quốc có trí nhớ tốt, có thể nhớ 15 ngàn số điện thoại; hai nhà sư Miến Điện học thuộc lòng 45 quyển kinh chánh và 92 quyển kinh phụ. Bộ nhớ đó rất phi thường. Thầy đã có

dịp đến Miến Điện thăm trường đào tạo học thuộc lòng tam tạng, tại đây có 1000 nhà sư từ 7 tuổi đến 15 tuổi. Tại Miến Điện, hằng năm Hội đồng nhà nước kết hợp với Hội đồng Phật giáo tổ chức kiểm định những vị học thuộc lòng tam tạng để chọn tăng tài.

4. Định

Định là trạng thái tập trung cao độ. Kết quả của định là niệm. Ai cũng thấy trái táo từ trên cây rớt xuống. Nhưng duy nhất nhà bác học Newton thấy quả táo rớt xuống và chứng minh được định luật vạn vật hấp dẫn. Trước khi ông Newton công bố định luật vạn vật hấp dẫn đó thì ông đã ngồi miệt mài trong phòng thí nghiệm biết bao lâu thì không ai hay biết. Trong thời gian âm thầm làm việc trong phòng thí nghiệm, tâm ông lắng đọng, trí tuệ tập trung… cho đến khi trong tâm ông bừng sáng những ý niệm về định luật vạn vật hấp dẫn đó. Định luật vạn vật hấp dẫn này rất quan trọng cho việc nghiên cứu phóng phi thuyền vào trong vũ trụ.

Cho nên, theo Phật giáo, người nào có sức định tốt thì tâm niệm và hành động luôn thanh tịnh. Tu thiền là phương cách tốt nhất để định tâm. Những ngày các con ở đây, sống xa gia đình tu học là thời gian các con tập luyện tinh thần, nói theo kiếm hiệp là ta đang luyện công để trở thành "kiếm sĩ".

Đây là khoảng thời gian tuy ngắn ngủi nhưng rất quý báu đối với các con. Hãy tập quay trở vào bên trong nội tâm nhìn lại chính mình, chú tâm quán sát kỹ những ý niệm khởi lên trong tâm các con.

5. Tuệ

Có trí tuệ, có sức mạnh. Trí tuệ là thông minh sáng suốt, là kết quả của sự tu tập, của tín, tấn, niệm, định. Trí tuệ bao gồm phàm tuệ và thánh tuệ. Phàm tuệ là trí nhớ, trí tuệ thông thường, những phát minh… Còn trí tuệ thánh tuệ là trí tuệ sát trừ phiền não, tâm ta bớt tham sân si. Trí tuệ thánh tuệ phát sanh do học tập, suy nghĩ, tu hành mà có. Chẳng hạn trong khóa tu này các con có nhân duyên gặp nhiều vị giảng sư. Các con học pháp, học kinh nghiệm, học tổ chức. Từ sự học đó các con suy nghĩ, trí tuệ phát sanh.

Truyện cổ Phật giáo có câu chuyện kể về người con trai của ông Cấp Cô Độc là đại thí chủ đã hiến cúng chùa Kỳ Viên cho Đức Phật Thích Ca. Ông Cấp Cô Độc là một bậc thánh Tu-đà-huờn có niềm tin sắt son vào Tăng đoàn. Ông có người con trai út không nghe lời cha, không chịu đi chùa, không nghe pháp, học kinh. Một ngày nọ, ông Cấp Cô Độc nghĩ ra cách tiếp độ con mình để hướng con mình vào Phật Pháp.

Ông kêu con trai vào phòng nói: "Này con Kāla yêu quý của cha, bây giờ con chịu đến chùa Kỳ Viên giữ được 5 giới cấm của Phật thì cha sẽ cho con 50 ngàn đồng tiền vàng".

Nghe nói tiền nhiều quá, Kāla mặt sáng lên, đồng ý vào chùa Kỳ Viên thọ ngũ giới. Xong việc, Kāla về nhà lấy 50 ngàn đồng tiền vàng của cha cầm trên tay đi. Một thời gian sau, ông Cấp Cô Độc muốn nâng cấp con mình lên một bước nữa. Ông nói: "Kāla con à, bây giờ nếu con chịu đến chùa Kỳ Viên nghe Phật Thích Ca thuyết pháp giảng đạo, nếu con nghe mà nhớ được một câu kệ ngôn nào đó về kể cho cha nghe, cha sẽ cho con 100 ngàn đồng tiền vàng".

Một buổi sáng tinh sương, Kāla khăn gói lên đường đến chùa Kỳ Viên. Cảnh vật đẹp, không gian êm ả, trước hội chúng thật đông các vị tỳ kheo, sa di ni, thiện nam tín nữ đang lắng lòng nghe bậc đạo sư thuyết pháp, Kāla nhẹ nhàng đi vào, tìm một chỗ thật xa trong hội chúng ngồi nghe bậc đạo sư thuyết pháp.

Khi vừa nghe thuộc được một câu kệ ngôn, Kāla liền đứng lên xá xá Phật rồi quay ra về. Nhưng do oai lực thần thông của bậc đạo sư khiến cho Kāla vừa ra tới cửa là quên mất câu kệ ngôn bèn quay lại nghe tiếp. Rồi đi ra cửa… Rồi lại quên. Cứ thế, Kāla tiếp tục nghe lần thứ

hai, lần thứ ba cũng vậy. Các con biết rằng đối với bậc đạo sư việc làm cho Kāla không thể nào nhớ thuộc câu kệ ngôn để về nhà lấy tiền của cha là chuyện rất dễ. Nhưng sự thiệt là Đức Phật muốn cho Kāla nghe pháp để giác ngộ chân lý.

Hôm đó, bậc đạo sư giảng về cái chết của con người. Ngài ám chỉ con người chúng ta ai cũng phải chết. Trong ba cõi dục giới, sắc giới, vô sắc giới… ai ai cũng phải bị vô thường hoại diệt. Kāla nghe xong bừng ngộ chứng đạo quả Tu-đà-huờn. Khi Kāla chứng được đạo quả thì Đức Thế Tôn cũng vừa kết thúc bài thuyết pháp. Kāla hoan hỷ ra về nhưng lần này không đến kêu cha cho tiền nữa mà Kāla đi thẳng vào phòng riêng trầm tư mặc tưởng, hoan hỷ với quả vị Tu-đà-huờn là diệt thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ.

Sáng hôm sau, Đức Phật và 500 vị tỳ kheo về nhà ông Cấp Cô Độc thọ trai. Ông Cấp Cô Độc định kêu Kāla ra nhận tiền thưởng. Lúc đó, Đức Phật biết nếu Kāla đi ra thì sẽ lúng túng lắm. Ngài bèn thuyết giảng một bài pháp ngắn nói về người tu đã chứng đắc đạo quả Tu-đà-huờn thì dù ai cho làm vua chuyển luân thánh vương trên hoàn cầu này cũng không màng, không muốn đánh đổi quả vị đó. Sự giàu sang, quyền lực, danh vọng cũng không thể đổi được quả vị cao quý này. Đối với người đã đắc Tu-đà-huờn thì của cải, vàng bạc, trân châu, danh vọng là vô nghĩa.

Cho nên, ông Cấp Cô Độc tiếp độ người con ngỗ nghịch của mình tu hành, đi vào con đường Phật đạo như vậy thật là quý báu. Không biết trong số các con đây có ai đi học khóa tu này mà ba mẹ phải bỏ tiền ra mướn không?

Như vậy, sức mạnh của tuổi trẻ là phải học và hành, có niềm tin, tinh tấn, có niệm, có định và có tuệ. Các con tập luyện được như vậy sẽ có sức mạnh tâm linh cao. Khi có sức mạnh đó các con hãy ứng dụng trong cuộc đời, luôn sống có trách nhiệm đối với bản thân, gia đình, xã hội, đạo pháp và thiên nhiên.

LỰA CHỌN CHO TƯƠNG LAI[31]

Lý Công Uẩn tức là vua Lý Thái Tổ cũng đã từng sống ở chùa, làm chú tiểu quét lá và học kinh kệ. Sau khi lên ngôi vua, Lý Thái Tổ dời đô từ Hoa Lư về Thăng Long. Đó là sự lựa chọn sáng suốt cách đây gần 1000 năm của vị vua sáng lập vương triều Lý - Thăng Long Hà Nội trở thành thủ đô của muôn đời. Chú tiểu ở chùa quét lá trở thành vị vua có những công lao to lớn, có một đóng góp mang ý nghĩa lịch sử cho sự phát triển của đất nước Việt Nam.

Sáng nay Sư rất cảm động khi nghe tiếng tụng kinh của các bạn. Tiếng tụng kinh rất lạ, rất hay của hơn 1000 sinh viên ở giữa thủ đô. Rồi cũng sáng sớm hôm nay, lúc đi kinh hành, Sư gặp một cô sinh viên cặm cụi quét lá ở sân chùa. Cô bé ấy lượm từng chiếc lá nhãn cho vào bọc để mang đi bỏ vào thùng rác. Việc tuy nhỏ nhưng cô sinh viên đã làm rất chăm chú, tỉ mỉ. Đó cũng là pháp giúp chúng ta có những giây phút lắng đọng để nhìn lại tâm mình.

Các bạn là sinh viên, nên việc trước tiên là cố gắng học thật giỏi. Học xong cử nhân học thêm hai năm thạc sĩ. Xa hơn nữa phải phấn đấu học tiến sĩ. Lúc bấy giờ ta mới định hình cuộc sống của mình được.

Một nhà giáo dục đã nói: "Chúng ta sanh ra trên cuộc đời này không phải như là một hạt cát vô danh mà chúng ta sanh ra là để in dấu trên mặt đất này, và để in sâu trong trái tim của người khác".

Cho nên, chúng ta học để sau này đóng góp cho đất nước, cho đạo pháp, làm rạng danh gia đình chúng ta. Đó là vấn đề tuổi trẻ cần quan tâm.

Vậy chúng ta cần lựa chọn gì cho tương lai?.

Các bạn biết rằng tương lai chưa đến. Quá khứ đã qua. Chỉ có hiện tại là cực kỳ quan trọng. Nếu hiện tại tốt thì tương lai tốt. Các bạn sinh viên ở đây đang sống trong một khoảnh khắc rất có ý nghĩa, nó góp phần quyết định tương lai của chúng ta.

Có 5 sự lựa chọn để giúp cho tương lai của chúng ta được hạnh phúc, an vui. Đó là: Chọn bạn để chơi, chọn thầy để học, chọn người để lấy, chọn việc để làm và chọn lẽ để sống.

I. CHỌN BẠN ĐỂ CHƠI

Thế nào là người bạn tốt? Đức Phật dạy có bốn loại bạn tốt.

1. Bạn trợ táng

Là người luôn giúp đỡ, gần gũi, bảo vệ, gìn giữ bạn. Lúc nãy cô sinh viên quét lá được một chàng thanh niên đến xách giúp bọc lá đem đi đổ. Người thanh niên ấy làm như vậy là giúp đỡ, chia sẻ với bạn.

Người bạn tốt là người giúp đỡ ta, bảo vệ, quan tâm, lo lắng cho ta. Nếu ta có người bạn siêng năng học hành thì ta sẽ bắt chước siêng năng học hành, kiến thức ta sẽ mở mang nhiều hơn, việc học tiến bộ hơn. Còn kết bạn với người lười biếng thì ta cũng sẽ lây sự lười biếng, việc học không có kết quả cao. Cho nên, phải chọn bạn mà chơi. Tục ngữ có câu: "Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng" là vậy.

2. Bạn hướng thiện

[31] Bài pháp này giảng tại Chùa Bằng - TP. Hà Nội.

Người bạn tốt là người hướng thiện, là người luôn luôn khuyến khích ta làm điều thiện. Các bạn đến đây tu tập cũng là do bạn bè giới thiệu, hoặc xem thông báo, hoặc do những tình nguyện viên hướng dẫn chúng ta đến đây. Đây là những người bạn quý. Các bạn thấy tu học có kết quả tốt, thì khóa sau các bạn sẽ là người tiếp tục quảng bá, làm tình nguyện viên giới thiệu cho những bạn khác vào học tu.

Các bạn sinh viên khuyến khích bạn mình vào tu là các bạn đã đóng vai trò người bạn hướng thiện, người ngăn chặn bạn mình làm những điều xấu ác. Ví dụ bạn gái thấy bạn trai hút thuốc nhiều quá thì khuyên bạn bỏ hút thuốc, vì hút thuốc lá tốn tiền, là sanh bệnh. Bạn gái làm được như vậy không khác gì các thầy đang giảng pháp. Hoặc thấy bạn nhậu nhẹt say sưa thái quá thì khuyên can bạn bỏ rượu. Điều này vô cùng khó khăn vì con trai thường dựa vào câu nói "Nam vô tửu như kỳ vô phong". Lúc đó các bạn gái phải nói là "Tửu nhập tâm như cẩu cuồng tại thị".

Người bạn hướng thiện là người giúp phổ biến những cái hay, cái đẹp, chia sẻ thông tin cho bạn bè, các bạn đưa hình ảnh khóa tu lên mạng, lên facebook cho nhiều người biết để giới thiệu rộng rãi với mọi người, giúp họ có cơ hội gần gũi với Phật Pháp.

Như vậy, người bạn tốt là người chỉ cho bạn mình đi đúng hướng, giúp bạn hướng thiện để có cuộc sống tốt đẹp.

3. Bạn thân ái

Muốn làm người bạn thân ái, các bạn phải gần gũi bạn của mình. Các bạn phải học nhiều để có kiến thức chuyên môn, kiến thức cuộc sống sâu rộng, tập nói chuyện sao cho người khác yêu thích. Các bạn cũng cần tập cười để biểu lộ sự hoan hỷ, thông cảm với người chung quanh, bớt đi những gánh nặng trong cuộc sống. Người ta nói: "Một nụ cười bằng 10 thang thuốc bổ/ Một cơn giận bằng 10 gói thuốc chuột", hoặc: "Thấy em có cục duyên ngầm/ Miệng cười có nghĩa, anh quên mần, bỏ ăn", hay "Thứ nhất là đạo làm người /Dù no dù đói cho tươi mặt mày".

Cười cho đời thêm đẹp, cười cho vui cửa vui nhà, hay là cười để khỏi phải khóc.... Trong ca dao Việt Nam có rất nhiều kiểu cười, các bạn sinh viên hãy tự mình học cười để cho đời vui hơn. Nụ cười không mất tiền mua vậy mà ai cũng thích giận mà không biết tập cười.

Một nhà tâm lý học nói một trong những yếu tố sống trường thọ là mỗi ngày các bạn nói cho ai đó mỉm cười, bất cứ tuổi tác nào. Làm được vậy cho ba người là tốt rồi. Nếu các bạn nói cho năm hoặc mười người mỉm cười là tốt hơn nữa.

4. Bạn cùng vui cộng khổ, giữ bí mật, bảo vệ

Người bạn tốt là người cùng vui buồn với ta trong những thành công hay thất bại. Khi ta cảm thấy buồn và đơn độc, bạn ở bên cạnh ta và làm cho ta cười, bạn khích lệ ta và bảo vệ ta trước những sự não hại của kẻ khác.

Nên chọn bạn mà chơi. Chọn bạn tốt thì tương lai tốt. Chọn sai bạn thì cuộc đời tan nát dễ như chơi. Trong cuộc đời cũng có khi ta băn khoăn trước những sự lựa chọn của mình, bạn sẽ là người giúp ta có những ý kiến để ta vững tin hơn. Nếu ta tuyệt vọng, đau buồn vì thất tình, vì bị phản bội, vì thất bại trong công việc hoặc vì bất cứ lý do gì thì bạn tốt sẽ là người giúp ta tìm thấy một cánh cửa khác, cho ta hy vọng để sống mạnh mẽ hơn.

Ở TP. HCM, cách đây 12 năm, diễn viên trẻ tài hoa Lê Công Tuấn Anh "ngôi sao cô đơn" đã tự tử để lại nhiều nuối tiếc trong lòng công chúng. Khi chúng ta cảm thấy chơi vơi nhất, cô đơn nhất, chúng ta cần một người bạn thân ái để cho ta có điểm tựa, có lòng tin vào cuộc sống.

Tình bạn là món quà vô giá không gì sánh bằng. Bạn tốt là người có trái tim yêu thương và biết lắng nghe tất cả những nỗi niềm của ta một cách chân thành nhất. Có tình bạn thoáng qua nhưng cũng có tình bạn lâu bền. Có những tình bạn xã giao chúng ta thấy nơi những người gặp nhau hằng ngày, nơi văn phòng, nơi đường phố. Nhưng cũng có những tình bạn bền chặt dù họ đã lâu ngày không gặp nhau. Những tình bạn như thế có khi đi suốt cuộc đời ta cũng không tìm thấy được. Cho nên, các bạn sinh viên hãy biết trân trọng tình bạn chân thành. Hãy khéo chọn bạn khi đang còn ngồi trên ghế nhà trường. Vì như thế ta có nhiều cơ hội tìm được người bạn phù hợp với ta ở nhiều mặt.

Thời Xuân Thu Chiến Quốc, tại kinh đô nước Sở (nay thuộc về phủ Kinh Châu, tỉnh Hồ Quảng) có một người danh sĩ họ Du tên Thụy, hiệu là Bá Nha.

Bá Nha tuy người nước Sở, nhưng lại làm quan nước Tấn đến bực Thượng đại phu. Tấn và Sở thời đó hai nước giao hảo với nhau. Bá Nha có tài đàn rất hay.

Tử Kỳ khi gặp Bá Nha chỉ là một tiều phu. Do còn cha mẹ già, không có anh em, phận làm con phải lo đến chữ hiếu, dẫu cho công hầu bá tước cũng không thể đổi lấy một ngày hiếu dưỡng nên Tử Kỳ ẩn dật nơi núi non để sớm hôm chăm sóc mẹ cha.

Bá Nha khi ấy là bậc đại quan, cảm kích lòng hiếu thảo của Tử Kỳ, đặc biệt, là tâm hồn đồng cảm của Tử Kỳ khi nghe tiếng đàn trác tuyệt của Bá Nha.

Mỗi khi Bá Nha gảy đàn, Tử Kỳ đều nghe được tâm tình của người chơi đàn.

Bá Nha gảy khúc "À tại non cao".

Tiều phu mỉm cười nói: Tuyệt thay! À chí cao vút! à tại non cao...

Bá Nha nghe nói ngưng đàn, lấy lại tâm hồn gảy thêm khúc: "À tại lưu thủy".

Tiều phu cũng cười và nói: Bao la trời nước, thật là một khúc: À tại lưu thủy! Tuyệt hay!

Thấy tiều phu biết rõ lòng mình, Bá Nha thất kinh, khâm phục vô cùng, mời người tiều phu ngồi lên trên, khiến kẻ tả hữu dâng trà, rồi bày tiệc rượu hai người đối ẩm. Sau Bá Nha năn nỉ Tử Kỳ kết bạn. Bá Nha nói: "Giá trị con người không phải ở chỗ giàu sang phú qúy, mà là chỗ đức hạnh tài năng, nay nếu tiên sinh chịu nhận làm anh em, bạn bè với tôi thì thật là vạn hạnh, còn như giàu nghèo, sang hèn, chúng ta không nên nói tới''.

Nói xong Bá Nha sai kẻ tả hữu gây lại lò hương, rồi cùng Tử Kỳ lạy tám lạy, nhận nhau làm anh em.

Nỗi lòng tâm sự của một khách phong trần với một người chung đỉnh được hoàn toàn cởi mở vượt qua những cái giả dối đê hèn của cuộc sống, để trở lại với cái tâm chân thuần túy.

Sau Bá Nha có việc đi xa. Khi trở về, Bá Nha gảy đàn mong rằng Tử Kỳ nghe tiếng đàn mà tìm tới. Nhưng chờ mãi không thấy, Bá Nha bèn đi tìm mới biết Tử Kỳ đã chết vì bịnh. Trước khi mất, Tử Kỳ dặn cha xin chôn nơi chân núi Mã Yên để trọn nghĩa tâm giao với lời ước hẹn cùng quan Đại phu nước Tấn.

Bá Nha rơi nước mắt trước sự đời biến đổi, tìm đến nấm đất bên đường, cỏ xanh còn chưa kín. Bá Nha vừa khóc vừa lạy, tuy miệng không nói được nửa lời mà trong lòng như đã nói tất cả nỗi buồn biệt ly.

Lạy xong, Bá Nha truyền đem cây đờn đến rồi ngồi trên một tảng đá, tấu lên một khúc nhạc "thiên thu trường hận".

Bỗng thấy gió rít mạnh, ánh sáng u buồn, mấy tiếng chim kêu u uất từ xa vọng lại.

Bản nhạc ngưng, gió ngừng thổi, trời lại sáng dần.

Bá Nha nói với Chung lão cha của Tử Kỳ: Có lẽ hồn Tử Kỳ đã hiện về đó! Chẳng hay lão bá có biết cháu đờn khúc gì đó không?

Chung lão đáp: Lúc nhỏ lão cũng có biết chút ít, nhưng nay tuổi đã già, tâm thần hỗn loạn không có thể phân định được khúc gì.

Bá Nha nói: Cháu vừa đờn khúc đoản ca để viếng người tri âm, tài hoa bạc mệnh.

Bá Nha bỗng hai tay cầm cây đờn đưa lên cao đập mạnh xuống tảng đá. Cây đờn vỡ ra từng mảnh, trục ngọc, phím đồng rời rã tơi bời.

Chung lão bất ngờ hỏi: Sao tiên sinh giận gì mà lại đập cây đờn đi vậy?,

Bá Nha đọc luôn bốn câu thơ để đáp lời ông lão:

"Dao cầm đập nát đau lòng phượng,

Đã vắng Tử Kỳ đàn với ai?

Gió xuân bốn mặt, bao bè bạn.

Muốn tìm tri âm, thật khó thay!''

Bá Nha -Tử Kỳ đã thành một thành ngữ trước hết chỉ sự tri âm trong âm nhạc, sau mở rộng ra là để chỉ tình bạn, sự đồng cảm của con người trong bất cứ lĩnh vực nào của đời sống.

II. CHỌN THẦY ĐỂ HỌC

Trong kinh Phật dạy một vị thầy tốt có 5 đặc điểm:

1. Dạy học: Giảng dạy Phật Pháp cho ta hiểu con đường đi đúng chánh đạo. Ví dụ như Hòa thượng Bảo Nghiêm tổ chức khóa tu cho hơn 1000 sinh viên thì khâu tổ chức phải thật tốt. Sư thấy đã 2 giờ sáng rồi mà Hòa thượng vẫn chưa ngủ. Thức để lo cho các bạn, lo cho khóa tu. Một vị có trọng trách trong giáo hội, bận rộn nhiều Phật sự nhưng vẫn túc trực khóa tu, và còn tham gia nói chuyện chuyên đề về nội dung khóa tu với các bạn nữa đấy.

2. Khéo giáo dục đệ tử:Tức là vạch ra phương hướng giảng dạy, giáo dục cho đệ tử biết kiến thức căn bản Phật học. Các bạn chỉ có 2 đêm, ngắn ngủi ở tại chùa Bằng nên mong các bạn tập trung tâm lực của mình vào việc tu học. Sau này quý vị lớn lên sẽ có lúc nhớ lại hai đêm ở chùa Bằng, đó là kỷ niệm quý báu trong đời các bạn.

3. Làm gương: Những người xuất gia là lãnh đạo tinh thần nên phải làm gương. Đôi khi cũng mệt mỏi lắm chứ nhưng dù có mệt cũng không thể hiện sự mệt mỏi, lúc nào cũng tươi vui, lúc nào cũng làm gương cho người chung quanh. Làm gương rất quan trọng. Lãnh đạo tinh thần không được yếu đuối, than thở mà phải lạc quan, vui vẻ, hài hòa, có sức cuốn hút, thuyết phục mọi người.

4. Dạy học trò thông thạo lý thuyết và thực hành

5. Có tâm từ ái bao dung: Người thầy phải có tâm nhân ái, yêu thương. Vì ngoài việc học Phật, đệ tử còn học đạo hạnh, học nhân cách ở vị thầy

Các bạn sinh viên nhìn thấy ở thủ đô Hà Nội hoặc TP. HCM có những con đường mang tên Chu Văn An, Nguyễn Bỉnh Khiêm, Võ Trường Toản, Nguyễn Đình Chiểu… các bạn có biết đó là những ai không? Các bạn học lịch sử Việt Nam chắc chắn phải biết đó là những nhà giáo nổi tiếng của nước ta. Chúng ta tự hào về truyền thống hiếu học và tinh thần nghìn năm văn hiến của dân tộc ta. Nếu không học lịch sử các bạn sẽ giống như lục bình trôi sông, nước lớn trôi lên, nước ròng trôi xuống, không biết đâu là nguồn cội.

Trong lịch sử Việt Nam, Chu Văn An là một đại quan. Quê ông ở làng Văn Thôn, xã Quang Liệt, huyện Thanh Đàm (nay là huyện Thanh Trì - Hà Nội).

Là người tài giỏi, đức độ nên Chu Văn An được nhiều người kính trọng. Đời vua Trần Minh Tông ông được giao chức Tư nghiệp Quốc Tử Giám và phụ trách việc dạy dỗ các Hoàng tử, Vương tôn. Đến đời vua Trần Dụ Tông, ông dâng sớ xin chém đầu bảy tên nịnh thần nhưng không được chấp nhận nên cáo quan về ở ẩn tại núi Phượng Hoàng. Khi ông mất Trần Nghệ Tông truy phong là Văn Trịnh Công rồi cho thờ ở văn miếu Quốc Tử Giám.

Ngay từ khi còn sống nhân dân luôn ca ngợi phẩm chất thanh cao tuyệt vời của ông và coi ông là người thầy vĩ đại. Cuộc đời của ông dù có trải qua bao nhiêu thăng trầm thì bản chất luôn là một thầy giáo mẫu mực. Ông được đánh giá là nhà sư phạm toàn diện nhất trong lịch sử đất nước. Trong suốt cuộc đời hành nghề giáo dục, Chu Văn An đã dạy hầu hết các học sinh từ thấp đến cao, từ bình dân đến quý tộc. Cuộc đời thanh bạch và tiết tháo của ông là tấm gương sáng của thời phong kiến. Ông là một trong số rất ít bậc hiền nho được thờ ở Văn Miếu. Sự nghiệp của ông được ghi lại trong văn bia ở Văn Miếu- Quốc Tử Giám.

Võ Trường Toản quê làng Thanh Kệ (nay thuộc huyện Quảng Điền, tỉnh Thừa Thiên Huế), sau vào Nam, ngụ tại huyện Bình Dương, phủ Gia Định (nay thuộc Thành phố Hồ Chí Minh). Ông là một học giả Nho giáo nổi tiếng tại miền Nam Việt Nam. Trong thời chiến tranh Tây Sơn - Nguyễn Ánh, ông ở ẩn, mở trường dạy học, không tham gia vào chính sự. Học trò của ông khá đông và nhiều người nổi tiếng như Trịnh Hoài Đức, Ngô Nhân Tịnh, Lê Quang Định, Ngô Tùng Châu, Phạm Đăng Hưng, Lê Bá Phẩm.

Nguyễn Phúc Ánh tức Vua Gia Long sau này mến mộ ông nên mỗi khi ghé Gia Định thường triệu ông đến đàm đạo. Võ Trường Toản tiến chúa Nguyễn 10 điều về phương lực cứu quốc và kiến quốc.

Võ Trường Toản được các sĩ phu Nam Bộ tôn là "Thái sơn Bắc đẩu". Ông mất năm 1792.

Hơn mười năm qua, ngành Giáo dục TP. HCM đã tổ chức giải thưởng Võ Trường Toản hằng năm khen thưởng những thầy cô giáo xuất sắc.

Nguyễn Đình Chiểu nổi tiếng là một nhà giáo yêu nước. Cụ Đồ Chiểu sinh ra ở phủ Tân Bình (Gia Định). Cuộc đời ông gặp rất nhiều đau khổ (đỗ tú tài nhưng bỏ thi Hội về chịu tang mẹ, trên đường về ốm nặng, khóc thương mẹ đến nỗi mù mắt, vợ chưa cưới bội ước. Vượt lên hoàn cảnh, ông mở trường dạy học, làm thuốc. Khi giặc Pháp xâm lược, Nguyễn Đình Chiểu vẫn giữ vững khí tiết, dùng văn chương làm vũ khí, ca ngợi nghĩa quân. Nguyễn Đình Chiểu đề cao trung, hiếu, tiết, nghĩa, bộc lộ lòng yêu nước, yêu nhân dân. Nguyễn Đình Chiểu đã viết các tác phẩm nổi tiếng như: Lục Vân Tiên, Ngư tiều y thuật vấn đáp, Văn tế nghĩa sĩ Cần Giuộc.

Chúng ta còn nhiều vị Thầy rất nổi tiếng khác như Lê Qúy Đôn, La Sơn Phu Tử mà người đời sau vô cùng ngưỡng mộ. Đó là Sư giới thiệu sơ qua một số những nhà giáo danh bất hư truyền trong lịch sử Việt Nam.

Sư cũng rất mừng vì quý vị đã chọn chùa Bằng, chọn đúng Thầy để học. Hòa thượng Bảo Nghiêm là mẫu người để chúng ta học tập về tư cách, đạo hạnh. Trong giáo hội, Hòa thượng là Phó Chủ tịch kiêm trưởng Ban Hoằng pháp. Phật Pháp được phổ biến là do Ban Hoằng pháp. Cố nhiên trong giáo hội có nhiều ban nhưng Ban Hoằng pháp rất quan trọng. Ngài còn là Phó Viện trưởng Học viện Phật giáo Việt Nam - Hà Nội. Hòa thượng cũng là đại biểu quốc hội. Cho nên, các bạn sinh viên chọn chùa Bằng học đạo, chọn Hòa thượng Bảo Nghiêm làm vị thầy lãnh đạo tinh thần xem như chúng ta có phước nhiều. Nhờ có phước trong quá khứ nên

chúng ta mới gặp Thầy Bảo Nghiêm - một vị thầy thông tuệ. Cho nên chúc mừng các bạn sinh viên đã chọn được vị thầy tốt. Đó là vị thầy tốt trong đạo.

Ngoài xã hội chúng ta cũng thấy biết nhiều tấm gương nhà giáo được mọi người kính trọng và yêu quý. Ở làng Gia Hội, xã Quế Phong, huyện Quế Sơn tỉnh Quảng Nam có thầy giáo Phạm Viết Trang tên bà con hay gọi là thầy Tư Trang. Năm năm qua , thầy Tư Trang ngồi trên chiếc xe lăn lặng lẽ dạy học cho những đứa trẻ nghèo.

Lớp học của thầy không phân biệt độ tuổi và cấp học, học sinh ở đây trình độ rất khác nhau, có em đang học lớp 2 lớp 3, cũng có em đang học lớp 6 lớp 7. Thầy không dạy theo chương trình mà trực tiếp kèm từng em. Phần lớn người dân trong thôn làm nông, quanh năm bận rộn với công việc đồng áng nên ít quan tâm đến việc học của con em mình, nhiều em vì thế học hành sa sút, có em bỏ học giữa chừng do hoàn cảnh quá khó khăn. Thấy vậy, thầy muốn làm một điều gì đó cho tụi nhỏ để chúng sau này không phải khổ vì thất học. Thấy thầy mất nhiều công sức với con em mình, các phụ huynh đến xin nộp tiền học phí nhưng thầy một mực từ chối vì không muốn nhận tiền của những người nghèo như mình. Năm tháng qua đi, người thầy giáo tật nguyền trên chiếc xe lăn vẫn tận tụy dạy những học trò nghèo để qua đó học bài học của chính mình là dù thế nào cũng vẫn phải sống tốt, sống có ích cho cuộc đời.

III. CHỌN NGƯỜI ĐỂ LẤY

Tuổi sinh viên là tuổi bắt đầu chọn người yêu để sau này lập gia đình. Chọn không khéo thì sau này ăn năn, hối tiếc. Có người đàn ông, sau khi lấy vợ ông ta ngậm ngùi than rằng: "Vợ tôi nó dữ như chằn/ Hèn chi hồi trước chẳng thằng nào thương/ Mới quen thấy cũng bình thường/ Bây giờ lỡ cưới hết đường rút lui.

Cho nên, trai thì phải chọn gái nết na, xinh đẹp, ăn nói nhã nhặn, bao dung. Gái thì chọn trai tài giỏi, nếu đẹp trai nữa thì cũng tốt. Đó là sự chọn lựa xưa nay trong xã hội.

Nhưng trong kinh Tăng chi Phật nói đến 4 tiêu chuẩn khi chọn người để nên vợ nên chồng. Đó là:

1. Đồng tín:

Tín rất quan trọng. Đồng tín là cùng một niềm tin. Có hai vợ chồng kia, ông chồng theo Phật giáo, bà vợ theo Công giáo. Ông chồng suốt ngày kêu giáo hội La Mã ở đâu xa xôi ra nói xiên, nói xỏ. Người chồng "vô duyên" này dường như không muốn cho người vợ được bình an nên ngày nào ông ta cũng mắng chúa. Người vợ rất đau khổ vì giáo hội La Mã có liên quan gì tới bà ta đâu?

Cho nên, không đồng tín dễ dẫn đến những tranh cãi, bất hòa làm cho cuộc sống gia đình nặng nề. Do đó, để tránh những chuyện tương tự như thế xảy ra, các bạn hãy tìm người đồng tín mà thương. Hai người cùng tôn giáo là điều thuận lợi vì chúng ta dễ chia sẻ những vấn đề thuộc về đời sống tâm linh hơn. Còn nếu lỡ thương người khác đạo thì phải giao ước đạo ai nấy giữ. Nếu khác tôn giáo lại thêm thiếu hiểu biết, thiếu bao dung, thiếu tôn trọng chúng ta dễ mất hạnh phúc trong đời sống vợ chồng.

2. Đồng giới:

Đồng giới là cùng đạo đức. Cùng giới theo nhà Phật là cùng giữ 5 giới cấm. Người có giữ 5 giới chắc chắn là người có đạo đức. Lấy người cùng giới là thuận lợi. Lấy người không cùng giữ giới rất khổ. Vì người không có giới thì nói dối, nói dóc, nói đâm thọc, nói lời độc ác, nói lời chửi rủa… ta sẽ không tôn trọng người có tính cách như vậy được. Hoặc người uống rượu như hũ chìm, suốt ngày say xỉn, bê tha, nhìn rất mất tư cách thì làm sao các cô gái còn giữ được lòng yêu kính nữa? Đó là chưa kể những lúc rượu vô lời ra, ăn nói thô lỗ, tục tĩu với

những ngôn từ không có trong tự điển. Rượu bia nhiều sẽ làm cho trí tuệ bại nhược, ta sa ngã lúc nào không hay. Hoặc gặp người bạn vui thích sát sanh, hoặc không giữ giới tà dâm, sống phóng túng, buông thả thì ta sẽ luôn chìm trong buồn giận, đau khổ.

Cho nên chọn vợ, chọn chồng, các bạn nên chú ý đến đạo đức của đối tượng. Cùng tôn giáo, cùng giữ giới, cùng tam quy là thấy có hạnh phúc.

3. Đồng thí:

Đồng thí là tâm rộng rãi, tâm từ thiện, tâm xả tài rộng lớn. Nếu ta có tài sản nhiều muốn giúp đỡ người khác nhưng chồng không cho thì cũng khó làm. Đồng thí là hai người đều có tâm bố thí cúng dường nên làm cái gì cũng hiểu tâm ý của nhau, cùng nhau thực hiện hoặc ủng hộ, giúp đỡ người kia làm. Tâm thí là tâm rộng lớn bao dung với cha mẹ chồng, với cha mẹ vợ, anh em, bạn bè, người nghèo, người quen và người không quen. Tâm đó thể hiện con người chúng ta. Tâm keo kiệt bỏn xẻn tài vật thì hành vi cử chỉ keo kiệt. Các bạn mà gặp người chồng keo kiệt, luôn quan sát, để ý từng đồng từng cắc thì các bạn cũng ngộp thở.

4. Đồng tuệ:

Đồng tuệ là cùng có trình độ, khoa bảng, sự thông minh như nhau. Ví dụ các bạn sinh viên chọn bạn đời cũng trong giới sinh viên với nhau thì dễ thông cảm với nhau. Nói đến đời sinh viên là nói đến những ngày tháng học hành vất vả, ăn mì gói, đi xe đạp, thiếu tiền, uống cà phê lề đường nhưng cũng không thiếu lãng mạn với cây đàn ghi ta và những bản tình ca ấm áp. Hễ nói đến những điều kể trên, ai đã là sinh viên thì hiểu liền, chia sẻ liền. Cho nên chọn bạn đời nhớ đừng quên tiêu chuẩn đồng tuệ.

Tại Hà Nội, trên con đường Trần Quốc Toản (Hoàn Kiếm) có Trường PTTH Dân lập Marie Curie.

Còn ở TP. HCM, Trường Trung học Phổ thông Marie Curie là một trường PTTH công lập ở quận 3. Đây là một trong những trường trung học lâu đời nhất của Sài Gòn và là trường duy nhất không thay đổi tên ban đầu do người Pháp đặt. Trường được đặt tên theo nhà khoa học Marie Curie. Các bạn có biết Marie Curie là ai không?

Marie Skłodowska-Curie (1867- 1934) là một nhà vật lý và hóa học người Ba Lan - Pháp, nổi tiếng về việc nghiên cứu tiên phong về tính phóng xạ. Bà là người đầu tiên vinh dự nhận được hai Giải Nobel trong hai lĩnh vực khác nhau: vật lý và hóa học. Marie Curie là giảng viên đại học nữ đầu tiên tại Đại học Paris (Sorbonne), và vào năm 1995 thi thể của bà được mai táng tại điện Panthéon ở Paris vì những đóng góp to lớn cho nhân loại.

Marie đã được gặp gỡ Pierre Curie, một nhà khoa học thiên tài. Marie rất vui khi được gặp Pierre, tuy nhiên, Pierre cũng có quan điểm là phụ nữ không thể trở thành nhà khoa học. Nhưng sau một thời gian, Pierre đã nhận ra, ai cũng có thể trở thành nhà khoa học và đã ngỏ lời tỏ tình thật lãng mạn đến với Marie. Lần đầu, Marie còn lưỡng lự vì tổ quốc Ba Lan của mình, người cha của mình và gia đình còn ở Ba Lan… Nhưng sau đó, Marie chấp thuận lời ngỏ của Pierre và, từ tên Maria Salomea Skłodowska, Maria tự đổi tên mình thành Marie Curie.

Marie và Pierre cùng nhau nghiên cứu các vật chất phóng xạ.

Năm 1903 bà được nhận giải Nobel vật lý cùng với chồng Pierre Curie và Henri Becquerel cho các nghiên cứu về bức xạ. Bà là người phụ nữ đầu tiên nhận giải này.

Năm 1906, ông Pierre curie bị một chiếc xe ngựa đè lên khi đang đi trên phố.

Khi đã ngoài 60 tuổi, bà Marie Curie vẫn còn hăng hái làm việc mỗi ngày 12 giờ. Rồi trong một chuyến đi chơi, Marie Curie bị cảm lạnh. Mặc dù lời khuyên cần tĩnh dưỡng của bác sĩ, nhưng bà vẫn làm việc vì luyến tiếc thời giờ nghiên cứu trong phòng thí nghiệm. Bệnh tình kéo dài hàng tháng và Marie Curie trút hơi thở cuối cùng tại bệnh viện Sancellemoz vào năm 1934.

Bà đã chết vì bệnh hoại huyết (leukemia) do chính các tia phóng xạ từ chất Radium phát ra. Tang lễ của nhà nữ bác học đã được cử hành tại nghĩa trang Sceaux. Quan tài của bà được đặt cạnh quan tài của ông Pierre Curie, đúng theo ý nguyện của bà là được gần chồng lúc sống cũng như lúc chết.

Có thể nói cuộc đời của bà Marie Curie - nhà vật lý, nhà hóa học nữ đầu tiên trong lịch sử đoạt hai giải Nobel, đã được tôn vinh là nữ khoa học gia vĩ đại nhất mọi thời đại cho chúng ta nhiều bài học vô cùng quý giá về lòng yêu nước nhiệt thành, về tình bạn, tình yêu, về tinh thần phụng sự tổ quốc và nhân loại.

IV. CHỌN VIỆC ĐỂ LÀM

Ai cũng phải chọn một nghề để học, để làm. Buổi đầu các bạn chọn trường là chọn nghề rồi. Có người thích chọn nghề công an vì bản tánh hào hiệp thích săn bắt cướp, hoặc chọn nghề xây dựng vì yêu thích cái đẹp của nghệ thuật kiến trúc. Cũng có bạn thích làm nghề khảo cổ vì muốn khám phá, phục dựng, tôn vinh quá khứ của những thời đại đã qua. Nghề nào cũng có cái hay, cái đẹp riêng của nó. Cho nên, khi các bạn chọn nghề phần nào nói lên tính cách của bạn. Trong Phật giáo đưa ra 5 nghề không được làm: buôn bán người, buôn bán khí giới, buôn bán chất say, buôn bán chất độc, buôn bán thịt sống. Đó là những nghề đối với Phật tử không được phép làm để sinh sống.

V. CHỌN LẼ ĐỂ SỐNG

Lẽ đây nghĩa là triết lý sống, phương châm sống. Lẽ sống là phương hướng sống mà các bạn tạo ra và sống theo đó.

Là con người ai cũng mong mình sống theo một lẽ sống trong sáng và lành mạnh.

Còn nếu lẽ sống không tốt thì sẽ sa vào con đường tội lỗi.

Lẽ sống chính là lối sống.

Trong truyện Kiều của Nguyễn Du, nhân vật Từ Hải chọn lẽ sống là "Giữa đường dẫu thấy bất bằng mà tha". Đó là lối sống của một tráng sĩ anh hùng. Từ Hải là ánh sáng loé lên giữa đêm trường của một xã hội phong kiến bất công, bế tắc. Từ Hải chống lại vua quan triều đình phong kiến và bảo vệ người cô thế. Đó là lẽ sống của một hiệp sĩ. Nhân vật Từ Hải để lại một ấn tượng khá mạnh mẽ trong tâm trí người đọc.

Trong thế kỷ XX, một nữ tu có tên là Agnes Gonxha Bojaxhiu, được cả thế giới xưng danh Mẹ Teresa. Bà sinh năm 1910 tại Skopje, Macedonia, trở thành nhà truyền giáo Ấn Độ và giảng dạy tại trường tu Loreto ở Calcutta. Bà có công thiết lập dòng Thừa Sai Bác Ái vào năm 1950 chỉ với 13 thành viên, sau này phát triển với hơn 4.000 nữ tu, hàng chục trại trẻ mồ côi, trạm y tế cho người bị nhiễm AIDS và các trung tâm từ thiện trên toàn thế giới. Bà đã được trao giải Nobel hòa bình vào năm 1979 như một sự vinh danh cho các hoạt động nhân đạo của bà. Teresa không có gia đình và con cái nhưng bà được cả thế giới trìu mến gọi bằng tên Mẹ Teresa - "Vị thánh của những người khốn cùng". Đó là lẽ sống thanh cao của bà.

Mỗi người chọn cho mình một lẽ sống. Lúc còn nhỏ, Sư nhớ có lần gỡ một tờ lịch trên đó có câu nói: "Thiên tài là một chuỗi dài của sự kiên nhẫn". Câu này khuyên ta muốn thành công

phải nỗ lực không ngừng. Nhà văn Nguyễn Hiến Lê có nói: thiên tài chỉ là 5% , còn 95% là nỗ lực.

Kinh Pháp Cú, Phật dạy: Không làm các điều ác/ Hãy làm các điều lành / Giữ tâm ý trong sạch/ Đó lời chư Phật dạy.

Hoặc câu: Kính lễ và hạ mình/ Biết đủ và biết ơn/ Kịp thời nghe diệu pháp/Là điềm lành tối thượng.

Phật dạy điềm lành tối thượng là biết kính lễ, biết ơn những bậc trưởng thượng, là bậc thầy của mình, là cha mẹ của mình. Biết ơn cũng là một lẽ sống.

Lòng biết ơn cha mẹ, thầy tổ giúp ta sống tốt hơn. Ai không biết ơn sẽ không làm lớn được. Các bạn sinh viên phải lưu ý điều này: Đạo Phật hình thành trên học thuyết nhân quả. Các bạn không biết ơn đối với thầy tổ, cha mẹ, với những người ta mang ơn thì các bạn sẽ không giàu sang, không đạt quyền cao chức trọng được. Những đứa con bất hiếu, bất kính với cha mẹ không bao giờ ở trên chức vụ cao và lâu được. "Đức năng thắng số", "Đức trọng quỷ thần kinh" hoặc "Ở có đức mặc sức mà ăn." Đức này hình thành ở chỗ khi mình kính trọng người, lòng biết ơn tạo đức cho ta.

Vì các bạn là sinh viên nên việc học hành chiếm nhiều thời gian nhưng các bạn vẫn kịp thời nghe diệu pháp. Các bạn có ý thức về đây học pháp đó là điềm lành. Có người ở những vùng quê xa muốn đi chùa cũng không đi được, họ cũng không đủ duyên nghe Phật Pháp, nghe băng đĩa cũng rất khó huống chi là nghe trực tiếp như các bạn đây. Mà các bạn lại được bốn, năm vị giảng sư thuyết pháp cho nghe. Như vậy, các bạn học ở mỗi vị giảng sư những bài học kinh nghiệm khác nhau, rất độc đáo, rất phong phú. Đó là vốn liếng quý báu cho các bạn làm tư lương sau này ra đời xông pha trên con đường mưu sinh.

Hãy nhớ những lời Phật dạy mà Sư vừa nói ở trên. “Hãy khéo sống chánh hạnh/ Đừng sống theo tà hạnh/ Người chánh hạnh hưởng lạc/ Đời này và đời sau”.

Các bạn cũng đừng quên tập cười, tập quan sát thái độ của mình trước mỗi việc xảy ra, tập cẩn thận, tập bình thản. Các bạn cũng đừng nên để tâm buông lung, ủy mị, hãy biến những giọt nước mắt đau buồn thành những giọt nước mắt hạnh phúc.

Cuối cùng bài pháp hôm nay, Sư mượn câu thơ này gởi cho các bạn:

“Những ai nết hạnh hiền hòa/ Tới đâu cũng đặng người ta tôn sùng/ Những ai hiếu kính trung thành/ Vinh quang tiên tổ thơm danh họ hàng/ Những ai hoằng pháp khai sinh/ Ngàn năm để tiếng muôn phần hương thơm”.

HẠNH KIỂM NGƯỜI TU[32]

Có những người tự xưng mình là Phật tử mà chưa quy y Tam bảo, có những người xuất gia lợi dụng Tam Y quả bát nuôi mạng không chân chánh, đồng thời lại có những người tự xưng theo đạo Phật, nhưng không giữ giới, xu hướng theo tà kiến, ngoại đạo.

Do vậy:

1) **Về phương diện Phật tử**, người cư sĩ tại gia đúng nghĩa phải quy y Tam bảo. Nếu chưa quy y Tam bảo thì chưa phải là Phật tử. Dĩ nhiên, đi chùa là có sẵn hạt giống Bồ Đề nhưng khẳng định là Phật tử thì phải quy y Tam bảo, gieo duyên lành trong Phật Pháp để giác ngộ và giải thoát khỏi biển khổ sanh tử. Nếu chưa quy y vì lo làm ăn, hoặc do mình còn trẻ tuổi nên chần chừ chưa muốn quy y thì quan niệm đó thật không đúng, vì vô thường đến với ta bất cứ lúc nào. Do vậy, người Phật tử chơn chính phải quy y Tam bảo, giữ gìn ngũ giới, bát quan trai giới.

   Muốn biết người đó có phải là Phật tử hay không thì xem họ:
   - Có quy y Tam bảo không?
   - Có giữ ngũ giới không?
   - Có giữ bát quan trai giới không?

2) **Về phương diện xuất gia**: là phải xuất gia ở ngôi chùa đã có làm phép Kiết giới Sima. Nếu xuất gia ở ngôi chùa không có Sima, thì sự xuất gia đó không thành tựu. Khi xuất gia phải có thầy bổn sư, có thầy truyền giới, phải có Tăng chứng cho sự xuất gia, không thể tự mình cạo đầu tụng kinh rồi tự cho mình là xuất gia. Trên thế giới một số tín đồ tự xuất gia, mặc y áo của chư Tăng. Điều đó không đúng theo tinh thần Phật giáo.

3) **Theo giới luật trong Phật giáo**: người xuất gia không bị đui mù, què quặt hoặc câm điếc. Mặc dù đạo Phật là đạo từ bi nhưng Đức Phật không cho phép người thiếu ngũ căn, thiếu tứ chi xuất gia. Đạo Phật là đạo cao thượng, nên chư Tăng phải làm gương cho bá tánh ở nhiều phương diện khác nhau. Nếu người xuất gia khiếm khuyết ngũ căn thì họ sẽ gieo cho chúng sanh những ý niệm không thiện lành. Ví dụ: Người xuất gia bị sứt môi không thể nói chuyện rõ ràng sẽ làm cho người khác chế nhạo, vô tình họ tạo ác nghiệp, có một số người cư sĩ tại gia bị khuyết tật nên nương gá vào đạo để kiếm sống. Do vậy, Đức Phật dạy người xuất gia phải có tứ chi đầy đủ để giữ chánh hạnh oai nghi. Ngoài ra:
   - Người xuất gia phải có sự cho phép của cha mẹ, sự đồng ý của vợ chồng.
   - Có giấy của địa phương chấp thuận cho đến chùa tu
   - Giấy khám sức khỏe.

   Người xuất gia muốn được tiếp nhận làm chú điệu phải trên 7 tuổi. Người xuất gia muốn tu lên tỳ kheo phải được 20 tuổi. Hiện nay, theo quy định của Giáo hội, người xuất gia phải có bằng tốt nghiệp Trung học Phổ thông mới được cấp giấy chứng nhận Tỳ kheo. Đó là một hình thức nâng cấp, vì người tu là thầy của mọi người nên phải có trình độ văn hóa, có phương pháp thuyết giảng Phật Pháp để làm điểm tựa phát huy chánh pháp tại một ngôi chùa cho bá tánh noi theo. Chính vì vậy, người tu không chỉ chú trọng rèn luyện tư cách, đạo đức mà còn phải trau dồi kiến thức, trình độ chuyên môn, Phật Pháp căn bản.

Tư Cách Người Tu

[32] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

Đức Phật dạy người tu phải thực tập 9 pháp như sau:

1. **Phải có lòng biết ơn.** Người tu mà không có lòng biết ơn thì không thành chánh đạo, chánh quả. Khi Đức Phật thành đạo Ngài đã biết ơn cội Bồ Đề đã che mưa che nắng cho Ngài trong suốt thời gian thiền định. Đối tượng biết ơn là ơn cha mẹ người đã sanh mình ra, giới thiệu mình đến với cuộc đời này, ơn Thầy Tổ người đã hướng dẫn cho mình phương pháp tu tập. Người thầy trong Phật giáo có nhiều dạng; người thầy quan trọng là người đã chỉ cho mình thấy Phật Pháp. Ngày trước khi sư chưa đi tu, cô Dung, cô Út, cô Hiền đã chỉ cho sư đọc kinh Tam bảo. Chú Thiện Hữu, Ấn Minh là người hướng dẫn cho sư đi xuất gia, là người đã chỉ cho sư thấy Phật Pháp. Ngày nay, khi sư đã là trụ trì một ngôi chùa với Tăng chúng hơn 70 vị, nhưng mỗi khi có dịp về thăm quê, sư thường ghé thăm chú với lòng biết ơn, vì nhờ chú mà thuở nhỏ sư biết được Phật Pháp. Trong cuộc đời, có khi nhờ bạn cho mình một cuốn băng thuyết pháp, một cuốn sách về giáo lý đạo Phật hoặc dẫn dắt mình đến chùa lạy Phật hoặc làm phước, hoặc quy y Tam bảo. Có thể nói đó là những cơ hội, những nhân duyên do những người bạn, những người thầy đã khai tâm cho mình thấy Phật Pháp, do đó phải biết ơn họ. Ở thành phố Vũng Tàu có một cô là Phật tử Bắc Tông. Cô thường đến Thiền viện Bồ Đề tham dự lễ sám hối hàng tháng. Cô có hạnh thường ra chợ kêu người ta hùn phước. Ai làm phước thì cô ghi sổ rồi giao cho nhà chùa. Cô có một sạp hàng bán ngoài chợ. Ở nơi bán hàng, cô thường trưng bày rất nhiều băng đĩa, kinh sách để tặng cho người khác. Có một vị thí chủ do cảm mến hạnh kêu phước của cô nên đã đi cùng cô đến chùa sinh hoạt rồi sau đó quy y Tam bảo. Như vậy, không phải Sư mà chính cô bán hàng ngoài chợ mới là người đầu tiên đã hướng dẫn cho vị thí chủ này biết Phật Pháp vậy.

   Cho nên người ơn là người giúp cho mình thấy Phật Pháp, là những người thầy tâm linh. Ngoài ra, ta còn phải biết ơn xã hội, ơn tổ quốc, ơn thầy dạy chữ, ơn anh em, ơn bạn bè v.v…Thường không ai cần trả ơn nhưng thọ ơn ai thì mình phải biết trả ơn, đó mới là người biết đạo.

   Như vậy muốn đắc đạo người tu phải bắt đầu từ pháp tu cơ bản nhất, đó là biết ơn.

2. **Diệt lòng sân hận:** Người tu mà còn nóng nảy, giận hờn, sân si thì còn xa với giác ngộ, giải thoát. Không được biện minh, mỗi khi sân si nổi lên thì nói: Tánh tôi là vậy đó!. Tu là phải chuyển hóa tâm tư của mình. Nhiều người đạo cao đức trọng, tu lâu năm nhưng hễ có chuyện xảy ra thì bộc lộ tâm không từ bi, có thái độ nóng nảy. Cư sĩ khi đã thọ giới, phải chuyển hóa tâm nóng nảy thành tâm mát mẻ, bao dung. Sân hận là phiền não làm cho tâm đau khổ. Người cư sĩ phải tập làm sao mà khi chưa tu tâm nóng 10 phần thì nay tu rồi bớt nóng còn 5 phần, dần dần còn 3 phần cuối cùng còn 1 phần. Để chi? Còn 1 phần để biết mình vẫn còn phải tu tập nữa để chuyển hóa tiếp. Cơn giận là một loại phiền não. Tu mà không chuyển hóa cơn giận thì rất là đau khổ. Nóng nảy, sân si, tật đố làm cho con người không bình yên, khuôn mặt mau già. Quý vị thấy có người mới 40 tuổi nhưng nét mặt đầy dấu chân chim, chân gà, chân vịt. Ai nhăn nhó nhiều là do sân si nhiều, ai cũng biết nhướng mày là do giận mà ra; giận nhiều thì mặt có "ngoặc đơn", "ngoặc kép" nhiều. Hễ sân si nhiều thì mặt tối thui, đen thùi. Như vậy ta nên biết chuyển hóa phiền não trong tâm để không bị bệnh tim. Vì những người bị bệnh tim xét cho cùng chủng tử của họ là trong quá khứ đã sân si nhiều, vì mỗi khi sân si là tím mặt bầm gan. Ca dao có câu:

   "Chưa đánh được người thì mày xanh mặt tía

   Đánh được người thì hồn vía lên mây".

   Người sân si, khi giận khuôn mặt rất dữ dằn, như là Atula. Khi cơn giận nổi lên nhìn tướng đi đã thấy sợ, tay quơ loạn xạ, mắt đỏ, mặt bừng bừng sát khí chẳng có ai đẹp khi

giận dữ. Ông bà xưa có nói: Chồng có tâm từ bi sống với vợ không có tâm từ bi thì như tiên nam sống chung quỷ cái. Ngược lại, vợ có tâm từ bi sống chung với chồng không có tâm từ bi thì như tiên nữ sống chung với quỷ đực. Cho nên, người tu là người biết kiềm chế bản thân, kiềm chế cơn giận, tu tâm sửa tánh.

3. **Diệt tâm ganh tỵ:** Tâm ganh tỵ là một dạng phiền não. Thói đời, thường người ta thấy người khác đẹp hơn, tài năng hơn thì ganh tỵ. Người biết tu phải tập tâm tùy hỷ. Ví dụ: Khi thấy người ta có nhà mới khang trang, xinh đẹp đó là biểu hiện cho sự thành công thì mình phải tùy hỷ chúc mừng, đừng mỉa mai châm biếm. Tâm ganh tỵ thường có mặt trong đời sống. Cho nên, muốn diệt tâm ganh tỵ, người tu phải tập tâm hoan hỷ với những cái đã có, với những gì người khác thành tựu. Hoan hỷ, đồng cảm, tùy hỷ là một dạng làm phát sanh tâm đại thiện.

4. **Diệt tâm bỏn xẻn:** Thường người ta bỏn xẻn thức ăn, chỗ ở, tiền bạc thậm chí Phật Pháp. Có người thức ăn dư thừa đến đổ bỏ hoặc để cho thiu chứ không cho ai, nhà có nhiều phòng nhưng không cho ai ở, chùa có nhiều chỗ nhưng không cho Tăng chúng cư ngụ gọi là bỏn xẻn trú xứ, kinh sách nhiều nhưng không chia sẻ cho ai mượn. Muốn tu thành tựu phải có tâm rộng lớn, bao dung, trừ diệt tâm bỏn xẻn. Khi tâm bỏn xẻn diệt được rồi ta thấy cuộc đời thênh thang như cánh đại bàng bay giữa không trung. Nếu sống với tâm bỏn xẻn cuộc đời sẽ cô độc, héo hon vì không ai là bầu bạn. Ở Suối Tiên, có một vị cư sĩ gia đình giàu có, đi đâu cũng dùng xe buýt đó là hạnh tiết kiệm nhưng lại dùng tiền bạc mua đất xây nhà cửa cho những công nhân xa quê, hoàn cảnh gia đình khó khăn có chỗ ở, giúp họ ổn định cuộc sống. Như vậy, tu Phật là thể hiện lòng bao dung thực sự của mình qua những việc làm cụ thể đem lợi lạc cho người khác.

5. **Diệt sự giấu lỗi:** Người xuất gia hay tại gia phải sống thành thật với chính mình. Thường người ta hay giấu lỗi mình. Ở ngoài thì làm bộ tu nhưng khi một mình thì dễ duôi, buông thả. Ở nhà thì bất hiếu với cha mẹ, lên chùa thấy sư thì làm bộ cung cung kính kính. Vậy người tu phải biết một lòng phụng sự chúng sanh, nghiêm túc với chính mình trong mọi hoàn cảnh.

6. **Diệt sự khoe khoang:** Nói theo chữ nghĩa đời nay người ta gọi là "nổ". Chưa tu thiền đắc định nhưng "nổ" nói là có tuệ giác; tu chưa có thần thông nhưng nói chuyện thì cố tình mờ mờ ảo ảo ra vẻ huyền bí; chưa tu đã xưng hùng xưng bá thiền sư này thiền sư nọ. Do vậy, tu là phải thành thật, biết nói biết, không nói không. Vì trong cuộc sống, không ai biết tất cả đừng khoe khoang, vì nói trước bước không qua. Những chuyện hệ trọng đừng bao giờ nói trước. Ông bà nói: "Thùng rỗng kêu to" nghĩa là người nói nhiều thì làm ít; những người âm thầm lặng lẽ thì làm nhiều. Khi còn là sinh viên sư có học với một cô giáo dạy môn tâm lý học rất hay. Nhưng đời sống gia đình cô thì vô cùng rối rắm. Hóa ra, những lý thuyết cô dạy cho sinh viên không thể áp dụng trong chính cuộc sống của cô. Vậy xét cho cùng, lý thuyết có ăn nhằm gì đâu so với cuộc sống rất đa dạng, phong phú. Người tu nói gì làm nấy, thực hành mới quan trọng. Thực hành hạnh: Sacca Parami – Chân thật độ. Đó chính là thành công trong tu tập của một đời người xuất gia vì chữ tín vô cùng quan trọng.

7. **Diệt sự nói dối:** Người tu không được nói dối dù chuyện thật nhỏ. Người nói dối không làm chuyện lớn được; người quen nói dối chỉ có thể làm những việc nhỏ, làm người thấp kém. Người nói lời đâm thọc, nói lời độc ác thì không có vị trí cao trong xã hội. Người có uy quyền thì nền tảng chủng tử của họ là nói lời chân thật.

8. **Diệt lòng tham quá độ:** Biết đủ, tri túc là hạnh của người tu. Dù sống ở đâu nếu biết đủ thì tâm cũng an lạc hạnh phúc; không biết đủ thì dù có bao nhiêu tâm cũng thấy thiếu. Kinh Pháp Cú dạy rằng:

Biết đủ là giàu sang.
Thành tín là họ hàng
Niết bàn là hạnh phúc.

Người giàu mà cách nói chuyện, cử chỉ như ngồi trên đống lửa, tức là tâm không an lạc do không biết đủ. Do vậy, Phật dạy phải diệt lòng tham quá độ.

9. Diệt tâm tà kiến: Là diệt cái tâm thấy sai, hiểu sai những điều đi ngược lại nhân quả. Người tu Phật phải có tâm chánh kiến để tiến tới giải thoát.

Bốn Pháp Người Tu Cần Phải Học Tập

1) Biết hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi: Người tu biết hổ thẹn và ghê sợ tội lỗi mới giữ giới tốt đẹp, nếu không biết giữ giới sẽ xem thường thần thánh, xem thường những lỗi trong cuộc sống, làm lỗi không dám mở miệng xin lỗi. Người lớn làm sai với người nhỏ nhưng không dám xin lỗi, không thấy lỗi mình; người thấy lỗi biết xin lỗi là người biết hổ thẹn. Trên đường sanh tử luân hồi vạn dặm con người không ai biết ai lớn hơn ai. Do vậy, thấy lỗi để biết sám hối; sám hối là Pháp biết lỗi một cách khách quan và trung thực.

2) Biết giữ thân khẩu ý trong sạch:
Thân: Không sát sanh, không tà dâm, không trộm cắp
Khẩu: Không nói dối, không đâm thọc, không nói lời hai chiều, không nói lời độc ác
Ý: Không tham sân si.

3) Luôn nuôi mạng chơn chánh: Người tu sĩ tại gia sống bằng nghề nghiệp chơn chánh, hợp lẽ đạo không trộm cắp. Cúng dường bằng những đồng tiền do sức lao động của mình tạo ra. Sự cúng dường đó mới có phước báu đầy đủ. Cúng dường trú xứ, y phục, thuốc men, vật thực, tài sản hợp pháp…do đàn-na tín thí tự nguyện cúng dường, người tu không được gợi ý.

4) Biết bảo vệ lục căn:
Mắt thấy sắc mà ham thích là tham, không thích là sân.
Tai nghe tiếng mà ham thích là tham, không thích là sân.
Ví dụ: Thích nghe cải lương nhưng ai mở nhạc trẻ là bực tức, đó là lòng sân .

Mũi ngửi mùi. Nếu đang ngồi có người đi ngang qua mình nhưng phát ra mùi hơi nặng thì lập tức mình chửi họ trong tâm hoặc thốt ra bằng miệng, còn ngửi mùi thơm thì đem lòng ưa thích, ngó theo.

Có thể nói tất cả những phiền não đều xuất phát ở những cửa ngõ này. Nhiều người không nặng con mắt, nặng lỗ tai mà nặng ở mũi, có người cảm xúc về mũi rất nhạy, ví dụ nghe một mùi hương, họ liên tưởng rất nhanh, hoặc nghe một âm thanh, nghe một giọng nói hay thấy cảnh đẹp thì yêu thích.

Lưỡi nếm vị ngon của thức ăn hợp khẩu vị thì thích ăn hoài. Ví dụ: thích ăn sầu riêng mà không thích ăn canh chua. Những cái tâm yêu thích cái này hay ghét bỏ cái kia đều làm cho con người ta phiền não. Do vậy, người tu phải thu thúc lục căn để làm dịu thân và sắc pháp.

Hạnh kiểm người tu là cư sĩ phải quy y và thọ giới, người xuất gia phải tu chân chánh. Người tu phải diệt 9 pháp ngũ ngầm trong tâm.

TU HỌC[33]

Đức Phật Ngài dạy người xuất gia có hai công tác phải làm, đó là học và tu. Tiếng Phạn gọi Pháp học là Pariyatti và pháp hành là Paripatti.

Bây giờ làm trụ trì phải thông thạo hai pháp chính yếu này. Người trụ trì thông thạo điêu luyện pháp học và pháp hành thì làm trụ trì mới có hiệu quả. Nếu không thông thạo hai pháp này thì vị đó chỉ có trụ thôi, nghĩa là làm người giữ chùa, chỉ là có hư danh thôi. Giữ chùa mà chùa vắng bóng tăng ni, Phật tử thì người ta thường nói vui là "chùa Bà Đanh".

1. Pháp học

Trước hết người trụ trì phải thông thạo pháp học. Pháp học ngày xưa khác với ngày nay. Pháp học ngày xưa dạy cho người xuất gia những pháp môn tu tập, những oai nghi, tế hạnh cần thiết. Pháp học thời nay chú trọng đến thực hành. Ngày nay, học có thứ bậc từ sơ cấp đến trung cấp rồi lên đại học, có khi còn ra nước ngoài học thạc sĩ, tiến sĩ. Đối với người tu, bằng cấp là phương tiện nhưng dù chỉ là phương tiện, người tu sĩ cũng phải thực học để trang bị cho mình kiến thức, kỹ năng cần thiết lãnh đạo một ngôi chùa, một giáo hội. Ngoài ra, vị trụ trì có học cao, hiểu rộng, có tầm nhìn xa thì mới đào tạo tăng chúng trong chùa được.

Có những bậc cha mẹ không được đi học đến nơi đến chốn, có người mù chữ. Cho nên, khi con cái họ bước vào kỳ thi lớp 9 lên lớp 10 thì có người làm cha làm mẹ đã nói: "Cầu cho mày thi rớt để ở nhà phụ cha làm vườn". Thiệt tội nghiệp cho những đứa con có cha mẹ suy nghĩ như vậy. Lẽ ra cha mẹ phải mong cho con thi đậu để con có cơ hội học hành tốt hơn. Không phải ông bà xưa thường nói "Con hơn cha là nhà có phúc" đó sao? Thầy trụ trì nếu có thực học và có tầm nhìn xa thì sẽ đào tạo đệ tử tu học tốt. Cho nên, quý vị xuất gia phải vừa học vừa tu. Nếu không học thì đường tu sẽ rất mịt mù. Vì đạo Phật là đạo trí tuệ. Triết lý Phật giáo rất thâm sâu. Phật dạy tám mươi bốn ngàn pháp môn. Vậy người tu phải thông thạo pháp môn, học phải hành. Đó là điều rất cần thiết cho người tu.

Giáo hội Phật giáo Việt Nam ngày nay có nhiều cơ sở đào tạo, chương trình giáo dục Phật học đầy đủ, phong phú. Hầu như các tỉnh thành đều có trường trung cấp Phật học. Do đó, thầy trụ trì phải động viên đệ tử đi học. Qúy vị đừng nói cuộc đời là vô thường rồi buông xuôi không cho đệ tử đi học. Nên biết rằng Thầy giỏi thì đệ tử giỏi. Đệ tử mà không viết được tiểu sử thầy của mình thì làm sao có thể làm được những việc to lớn, quan trọng khác.

Ở châu Âu có một vị Hoà thượng từng tuyên bố rằng: "Đệ tử của tôi phải từ tiến sĩ trở lên tôi mới thâu nhận". Đó cũng là một tiêu chí đáng cho chúng ta suy nghĩ. Nếu học trò có học thức cao, có tầm nhìn uyên bác, có học vị cỡ tiến sĩ mà xuất gia thì chùa sẽ có một số lượng đạo hữu không nhỏ là những vị có trình độ học thức. Điều đó sẽ góp phần cho sự phát triển Phật giáo lớn mạnh ở nhiều phương diện.

Cho nên, trong chùa của vị Hoà thượng này hầu hết là người trí thức đến tu. Qua đó người ta nhìn Phật giáo dưới lăng kính trí tuệ với lòng ngưỡng mộ. Có lần chúng tôi nghe Phật tử ở Vĩnh Long nói với nhau rằng: Bây giờ ở Vĩnh Long có những vị Thầy đi học ở Ấn Độ về rất giỏi, thuyết pháp rất hay. Chúng tôi hỏi ai, ở đâu? Họ nói ở chùa Long Phước. Sự thiệt đúng hay không thì không biết, nhưng rõ ràng nó có tiếng vang là quý thầy từng xuất ngoại tu học, đi Ấn Độ và từng ăn món Chapati.

[33] Bài pháp này giảng tại Chùa Lonh Phước – Tỉnh Vĩnh Long.

Hồi đó chúng tôi có dịp ở Ấn Độ thuê nhà gần chỗ thầy Long Vân. Thầy nói tiếng Anh rất giỏi. Hiện nay thầy Long Vân đang dịch thuật kinh sách. Chúng tôi muốn nói quý vị học pháp học làm sao phải điêu luyện như thầy Long Vân vậy. Với trình độ ngoại ngữ rất giỏi, thầy Long Vân có thể làm thông dịch cho Ban Trị sự tỉnh Vĩnh Long mỗi khi có sự kiện các đoàn khách quốc tế đến thăm. Cho nên, quý thầy, quý sư cô một khi ta đã học thì phải đạt đến trình độ điêu luyện và chuyên sâu một pháp môn. Như vậy, chúng ta mới có khả năng tổ chức những khoá tu, hoặc thuyết giảng Phật Pháp cho Phật tử.

Trong Kinh, Luật, Luận thì hiện nay Hoà thượng Minh Thông chuyên về Luật. Hòa thượng Thích Minh Châu chuyên phiên dịch Kinh tạng Pāli v.v..

2. Pháp hành

Có hai loại: Thiền chỉ và thiền quán. Thiền chỉ có 40 đề mục. Thiền quán có niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp. Mục đích tu thiền chỉ là để đạt 4 tầng thiền: sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Mục đích tu thiền quán là để sát trừ phiền não, bớt tham, sân, si.

Ngày nay, có người thích tập thiền theo phương pháp "Chỉ quán song tu". Ví dụ chọn một câu kinh, một câu chú, một hồng danh Phật để niệm niệm không ngừng thì cũng sẽ đạt được những sự mầu nhiệm.

Có lần chúng tôi đi Pháp với Hoà thượng Giác Toàn, viếng thăm một ngôi chùa phái khất sĩ. Ngôi chùa này luôn có đông Phật tử. Tôi nghĩ chắc có lẽ thầy trụ trì có phép lạ. Chúng tôi bèn hỏi thăm thầy về bí quyết trụ trì. Lúc ban đầu thầy không nói. Sau chúng tôi cứ hỏi riết làm thầy chịu không nổi phải bật mí. Thầy nói: "Không có bí quyết chi là bí hiểm hết Sư à. Thầy chỉ niệm "Ngũ bộ chú sám hối" mà thôi".

Ngày xưa thầy trụ trì có tướng mạo xấu xí, ăn nói thì ngọng nghịu, có lúc cà lăm nữa. Nhưng thầy niệm "Ngũ bộ chú sám hối" một thời gian thấy làm cái gì cũng được hanh thông. Một hôm, có người đến cầu xin Thầy tụng kinh bán nhà cho họ. Lúc đầu thầy trụ trì rầy la Phật tử rằng không có kinh nào Phật dạy cho bán nhà cả. Sau đó thầy kêu họ cứ về đi rồi nhà sẽ bán được. Sau đó thì họ bán được nhà. Cho nên, khi họ bán được nhà thì họ tin thầy trụ trì dữ lắm.

Người xưa thường nói: "Phước chủ may thầy" là vậy. Thầy luôn tìm cơ hội để cúng dường người này người kia. Hễ khách tăng đến chùa là thầy cúng dường. Thầy trụ trì còn cho biết rằng có khi thầy vẽ Ngũ bộ chú, tâm thầy hướng đến người cầu xin sự việc gì đó thì sự việc sau đó được như ý nguyện. Thật ra Ngũ bộ chú tự nó đã có sở nghiệm và sở hành của vị trụ trì tốt quá. Tâm bao dung, tâm thí của thầy trụ trì rộng lớn quá nên phước trổ nhiều.

Sáng nay, chúng tôi lên xe đi Vĩnh Long lúc 4 giờ sáng. Đến nơi chúng tôi rất đói bụng nhưng ngại đâu có nói ra. Hoà thượng trụ trì chùa Long Phước đây và cũng là Phó Ban Trị sự Phật giáo tỉnh Vĩnh Long mời chúng tôi dùng điểm tâm bằng cơm tấm. Không biết Hoà thượng có tha tâm thông không nhưng sao thầy biết chúng tôi đói bụng mà đem ra một dĩa cơm tấm khá nhiều. Hòa thượng còn cho biết là sáng sớm tinh sương tự tay Hòa thượng vo gạo nấu cơm vì thương chúng tăng còn ngái ngủ. Chúng tôi nghe rất cảm động. Đó là thân giáo. Đó là tâm hoan hỷ. Đẹp quá!.

Cái đẹp, cái hay này chúng ta khó bắt chước. Vì thường thì con người có chút quyền lực, địa vị, tiền bạc, bằng cấp, trí tuệ là ngã mạn, tự cao, tự đại. Nên những việc phục vụ nho nhỏ như vậy chúng ta khó làm. Hoà thượng là người tuổi đã cao, thấy chúng còn ngủ, Hoà thượng thương xót, nên nhân thể dậy sớm liền hoan hỷ bắt nồi nấu cơm một mình.

Tu là như vậy đó. Tâm tiếp độ của Hòa thượng thể hiện qua những việc làm thường ngày như vậy, chẳng phải là ngôn ngữ, lý thuyết suông chi cả.

Khi ta nấu cơm cho người khác, ta liền nghĩ rằng: đây là ta đang cúng dường cho chư Phật đời vị lai. Lúc đó, chẳng có vọng tưởng, sân si nào có thể nổi lên được.

Khi ta quét dọn đường sá trong hẻm, quét lá trong chùa ta liền nghĩ rằng: Đây là ta đang cúng dường chư Phật mười phương… Nên ta sanh tâm vui thích, hoan hỷ… chẳng màng đến việc có ai khen chê, dè bỉu hay không. Khi ta mua một món hàng quá giá (mua lầm giá) ta liền nghĩ rằng: Số tiền phải trả nhiều hơn kia có thể giúp cho người bán vui thích, họ có thể mua thêm lon gạo cho gia đình ăn no hơn trong ngày hôm ấy. Nghĩ như thế ta liền sanh tâm hoan hỷ bố thí, chẳng sanh lòng bực tức, khó chịu chi cho thêm nặng ngực.

Như thế mỗi phút giây ta đều có cúng dường đến tất cả chúng sanh, ta đều tiếp độ đến chúng sanh và trong tâm ta lại hằng sanh ra tâm hoan hỷ, tâm vui thích, tâm cúng dường, tâm cung kính, tâm hỷ xả.

Tất cả những thứ tâm sanh ra ấy gọi chung là tâm vô lượng hay vô lượng tâm vậy.

Những người tu hành chân chánh thì sẽ trở về với sự giản dị, khiêm tốn, tự nhiên, thong dong, làm mà không thấy mình làm. Còn những ai tự cao, tự đại, ngã mạn thì sẽ tự hủy diệt mà thôi. Tu là hành pháp Phật. Pháp Phật dạy rất gần gũi với cuộc sống. Ngày xưa Phật cũng tu như vậy thôi. Có khi Ngài đi không có đệ tử đi cùng. Khi các đệ tử bất hoà, Ngài vô rừng sống một mình và cũng tự tay làm những công việc hằng ngày. Cho nên làm trụ trì quản chúng mà có vô lượng tâm thì việc nhỏ, việc lớn gì cũng làm được hết.

Đức Phật Ngài dạy ngoài pháp hành, người trụ trì còn phải tu ba phước: Phước vật như bố thí, cúng dường làm phát sanh sự thuận may và giàu sang. Phước đức là giữ giới sẽ sanh được phước đức. Phước trí thì tu thiền sẽ phát sanh trí huệ .

Tu phước vật đạt được rồi thì làm cái gì cũng dễ. Người tu không có của cải. Nhưng người tu có phước vật thì của cải phát sanh nhiều gọi là của ngầm, là của cải do đàn-na tín thí dâng cúng, ủng hộ. Trụ trì chùa phải làm sao có phước vật để làm việc này việc kia như xây dựng được nhiều chùa đóng góp cho giáo hội. Cuộc đời người tu mà chỉ giữ một cái chùa do thầy mình để lại là mình lỗi đạo. Tu là phải xây dựng nhiều chùa để đào tạo nhiều thế hệ, giúp cho nhiều người tu học.

Ai cũng biết muốn xây dựng một kiểng chùa, thầy trụ trì luôn đối diện với nhiều thử thách. Nhưng nếu thực hiện được việc xây chùa thì phước báu vô lượng vô biên. Do vậy, muốn có phước vật, người xuất gia, thầy trụ trì phải có tâm thí, vật thí, đối tượng thí. Có tâm rộng lớn bao dung thì mới làm công tác Phật sự tốt được. Phước đức là kết quả của sự giữ giới. Không giữ giới là không có phước đức. Giới là nền tảng cốt tủy của bậc xuất gia. Đời sống tăng đoàn ngày xưa Đức Phật giáo dục rất hay.

Quý vị chắc chắn đã biết rằng tất cả những giới cấm đều bắt đầu bằng tâm. Một hạt tâm nhỏ hơn hạt vi trần sẽ lớn dần, lớn dần đến lúc đầy đủ nhân duyên nó sẽ tạo thành hành động (thân nghiệp) và lời nói (khẩu nghiệp). Cho nên, hãy biết rằng tất cả nghiệp thức, nhân quả, luân hồi, tội phước đều bắt đầu từ một hạt tâm nhỏ bé như hạt vi trần. Thiện và ác cũng đều bắt đầu bằng một hạt vi trần tâm như thế cả.

Ái ngữ, giới đức làm cho cuộc đời người tu vững chãi hơn. Phước vật nhiều mà không có phước đức giống như căn nhà không có móng bền vững. Đệ tử nhiều nhưng không được đào tạo căn bản, không có đức hạnh, không giữ giới trang nghiêm, không sống lục hòa thì cũng như ông thầy xây chùa không làm móng, như chiếc ghế long đinh, như đèn không có dầu, như chiếc dép đứt quai vậy. Vì những người đệ tử ấy sẽ không đi tới đâu trên con đường tu tập. Ngôi chùa nào phát triển thịnh vượng là nơi đó có tăng ni tu học chơn chánh, cơ sở vật chất đầy đủ. Qua đó, ta thấy thầy trụ trì là người có phước đức, có tâm vô lượng, có tầm nhìn xa.

Ngày nay, chùa đông chúng nhưng thầy trụ trì không gần gũi, không có thời gian tiếp xúc với đệ tử của mình. Thầy bận lễ lạc, bận đi cúng, đi trai tăng, đi thuyết giảng nhiều quá. Thầy trụ trì cũng không có thì giờ để tu tập cho chính thầy, làm sao có thời giờ quan tâm đến sự tu tập của đệ tử. Chúng ta biết đệ tử bỏ nhà, bỏ việc, bỏ tất cả đi tu nhưng vô chùa rồi thầy trụ trì ít có dịp gần gũi, thương yêu chỉ dạy, họ cũng phân vân lắm.

Con người cũng giống như bông hoa. Ta trồng hoa mà không tưới nước, bón phân cho đất thì hoa cũng từ từ khô héo. Quý vị thấy chùa có nhiều hoa đẹp, cây kiểng, bon sai xanh thắm thì biết rằng quý thầy, quý sư cô đã bỏ công chăm sóc, tưới nước hằng ngày mới được như vậy.

Đối với học trò, thầy không động viên, không khích lệ, không chăm sóc dạy dỗ thì đệ tử cũng không tiến bộ. Cho nên, quý vị làm trụ trì phải có nụ cười tươi, có tâm bao dung, hỷ xả, dành chút ít thời gian quan tâm đến chuyện tu học của đại chúng trong chùa. Đó là chất liệu tưới tẩm cho chúng đệ tử có được một cuộc sống an vui, mát mẻ. Một điều thông cảm là thầy trụ trì không cười nổi thì đệ tử phải tập cười. Một nụ cười bằng mười thang thuốc bổ. Một cơn giận bằng mười gói thuốc chuột. Cười làm không khí đang nóng như núi lửa phun trào bỗng mát tươi liền. Cười cũng là cách thu nhiếp đại chúng.

Phước trí: Tu thiền phát sanh trí tuệ. Phật dạy tu giới định tuệ. Tất nhiên khi đạt đến bậc thánh rồi thì lúc đó là "Duy tuệ thị nghiệp". Người xuất gia, thầy trụ trì sống không đạo đức, không giữ giới thì không ai tin tưởng, kính phục. Trong kinh Trung bộ Phật dạy, không có giữ giới thì người tu xem như bị cá mập ăn thịt mất rồi. Cá mập là cách nói ẩn dụ ám chỉ nữ giới. Đời sống phạm hạnh của các vị tỳ khưu tăng dễ bị hư hỏng nhất là các vị trẻ tuổi là do sắc, thinh, hương, vị, xúc. Cho nên, sự quan tâm, gần gũi, giáo dục, nhắc nhở hằng ngày về pháp và luật của thầy trụ trì đối với tăng chúng rất quan trọng. Điều đó cần làm thường xuyên để đệ tử mỗi khi khởi sanh ý niệm xấu ác sẽ giựt mình nhớ lời thầy dạy.

Quý vị biết sức mạnh của người tu là ở giới đức. Người giữ giới trang nghiêm thân tướng sẽ đẹp như có hào quang vậy. Đức hạnh của người tu là do người tu tạo, không một ai phá hoại được ngoại trừ chính người đó. Do vậy, người tu tự phòng hộ cho mình bằng chính việc giữ giới. Nếu không giữ giới, người tu ví như chết rồi mà chưa chôn. Trong bốn bất cộng trụ: giết người, trộm cắp, tà dâm, phe pháp cao nhơn, người xuất gia vi phạm bốn điều này thì chẳng khác gì chết rồi mà chưa chôn.

Người xuất gia thường quan tâm đến giới tà dâm mà không để ý đến giới trộm cắp. Chúng ta thường vô ý lấy của không cho. Tiền bá tánh cúng dường Tam bảo để làm Phật sự nhiều khi chúng ta sử dụng riêng cho cá nhân nên dễ mắc phải.

Chúng tôi nhắc một phần giới luật để chư tôn đức tăng lưu ý, nếu phạm giới thì uổng phí đời tu của chúng ta quá. Nhiều vị tu hành giữ giới rất tốt khiến cho hành vi, cử chỉ, lời nói luôn toát lên một vẻ đẹp của đức hạnh. Ông bà xưa nói: Cái nết đánh chết cái đẹp. Cho thấy vẻ đẹp nội tâm của con người luôn luôn có sức lôi cuốn mạnh mẽ. Ở người xuất gia vẻ đẹp đó chính là giới đức. Người trồng cây hạnh người chơi/ Ta trồng cây đức để đời mai sau.

Tu không phải là hình thức, người ta nói: Chiếc áo không làm nên thầy tu. Tu là thanh lọc tâm. Người trụ trì phải dạy giới cho đệ tử để từ đó họ thanh lọc tâm, sửa tâm, chuyển hóa tâm. Như vậy, đòi hỏi người thầy trụ trì phải có năng lực, có tâm, có tầm.

Chùa Bửu Quang có gần 100 tăng ni. Phương châm chúng tôi là đào tạo 100 vị ấy, cho rơi rụng hết thì cũng còn ít nhất 10 vị. Trong 10 vị đó tin chắc rằng sẽ có một vị nổi tiếng. Cho nên, ai đến chùa Bửu Quang xuất gia chúng tôi đều hoan hỷ nếu họ thực lòng muốn xuất gia, tu đúng pháp và luật. Đối với những vị trẻ tuổi, nhà chùa tạo điều kiện cho các sư, các cô tu nữ

học giáo lý tại các trường Phật học cũng như hoàn thiện cấp học phổ thông. Sau đó họ muốn học tiếp lên đại học, thạc sĩ, tiến sĩ cũng được tạo điều kiện tốt nhất để họ được như nguyện. Nhưng cũng có nhiều trường hợp các thầy, các cô học xong, trả y áo lại cho chùa, về quê. Thầy trụ trì cũng đành hoan hỷ… ngậm ngùi thôi. Nhưng nghĩ cho cùng thì họ có bằng cấp, có học vị, có trình độ, họ đủ khả năng xoay xở trong cuộc đời và làm một Phật tử tốt. Vậy cũng quý lắm. Làm một Phật tử tốt cũng không dễ.

Tại sao Phật giáo trở thành quốc giáo ở Thái Lan?. Vì tại Thái Lan, các gia đình có truyền thống cho con em đi tu gieo duyên trong chùa một thời gian ngắn. Có những lễ xuất gia gieo duyên với khoảng 30 ngàn người tham dự. Họ sẽ trở về sau một thời gian học tu trong chùa và trở thành những Phật tử tốt trong xã hội. Chắc chắn trong số này tương lai sẽ có một người làm lãnh đạo. Nếu người lãnh đạo đã từng mặc áo cà sa thì chắc chắn những việc làm của họ sẽ thấm nhuần lời Phật dạy để đem lại lợi ích cho chúng sanh. Như vậy, thầy trụ trì dù có rơi vào trường hợp gặp đệ tử xin hoàn tục thì cũng nên hoan hỷ tùy thuận. Thầy trụ trì có bổn phận giúp cho đệ tử tu hành tốt. Vì biết đâu sau này thời gian ngắn ngủi họ sống và tu tập ở chùa sẽ là những kỷ niệm đẹp và quý giá nhất trong cuộc đời của họ.

Người Phật tử phương Tây đến với Phật giáo là đến với pháp môn thiền. Thiền là món quà quý đối với người tu. Chúng ta phải dành thời gian ngồi thiền mỗi ngày. Ngồi thiền thường xuyên, đều đặn, không bỏ ngày nào giúp ta có sự tiến bộ trong tu tập. Tâm lăng xăng sẽ từ từ thanh tịnh. Thiền giúp ta buông xuống những nỗi lo lắng, phiền não, sợ hãi, trở về đời sống an vui, hoan hỷ với mọi người chung quanh.

Cho nên, dù quý thầy, quý cô làm trụ trì, có phải tham dự lễ lạc nhiều, công việc nhiều, lo nhiều, sợ nhiều, căng thẳng nhiều thì cũng đừng quên dành cho chính mình chút ít thời giờ công phu tu tập. Chùa giống như bệnh viện. Bệnh viện trị bệnh thân còn chùa trị bệnh tâm. Trụ trì phải luyện tâm mới giúp đệ tử luyện tâm. Một người bạn chúng tôi nói: "Đệ tử của ông quậy quá thì cho ở trong chùa chi vậy?" Vị sư đó trả lời: "Anh ta khùng mới tìm đến chùa xin nương náu. Ở chùa quậy chỉ có mấy sư mới chịu nổi chớ để anh ta ở ngoài không tu còn quậy nhiều hơn".

Nhưng dù đệ tử có thế nào đi nữa thì cũng là đệ tử của mình. Trụ trì phải thương học trò. Cũng giống như người ngoài đời có 5 đứa con, trong đó, có một đứa con hư hỏng thì bỏ nó đi đâu? Không cho nó ở trong nhà với cha mẹ thì nó ở với ai? Trụ trì cũng làm như vậy thôi. Có khi còn bỏ nhiều thời gian chữa bệnh tâm cho người đệ tử hư hỏng đó, dành cho họ sự chăm sóc nhiều hơn những đệ tử khác.

Người tu trong chùa cũng giống như những chúng sanh khác, cũng có tâm tham, đố kỵ, tỵ hiềm. Trụ trì chữa bệnh đó cho họ. Trụ trì khéo giáo dục sẽ chữa được các loại bệnh tâm cho đệ tử, tiếp độ họ, chăm lo cho họ. Một khi những đệ tử này khéo tu rồi họ sẽ phụng sự Giáo hội có hiệu quả.

Chư tôn đức tăng ni là những vị trụ trì nên trách nhiệm rất lớn đối với vận mệnh của Phật giáo tỉnh Vĩnh Long. Nếu tất cả các chùa đẩy mạnh hoạt động tu học của tăng ni thì Phật giáo tỉnh Vĩnh Long sẽ phát triển rất tốt, nhất định sẽ đào tạo được không ít tăng tài.

Đồng bằng sông Cửu Long gần dòng sông Mê Kông là dòng sông chảy qua nhiều vùng đất Phật giáo. Mê Kông từ thượng nguồn Tây Tạng đổ xuống là ngọn nguồn của Phật giáo nên đất này là địa linh nhân kiệt. Vùng đất Vĩnh Long hiền hòa sản sinh ra những nhà tu hành tài giỏi. Mỗi người đệ tử đến ở trong chùa tu học là có chủng tử giác ngộ nên thầy trụ trì hãy dành tình thương cho họ nhiều hơn nữa. Nếu nhìn theo dòng luân hồi nghiệp báo có khi họ từng là sư phụ, là quyến thuộc của mình. Có cái nhìn như vậy ta mới biết quý và thương đệ tử hơn.

Thầy trụ trì nên có tâm bao dung, dành nhiều thời gian cho việc học, việc tu của đệ tử vì họ là những người kế thừa mạng mạch của Phật giáo. Nếu những người kế thừa mà thiếu tu học, thiếu giới đức thì đó là sự rủi ro của Phật giáo, là sự thiếu trách nhiệm của trụ trì đối với thầy tổ, đối với Phật giáo.

CHỮ TÂM TRONG PHẬT GIÁO[34]

Các bạn được đến chùa Hoằng Pháp học đạo là do có đủ phước duyên. Đây là một hạt giống rất quý, một chủng tử giúp cho các bạn sau này định hướng tương lai tốt hơn, vững chãi hơn. Ông bà ta thường nói: "Ở có đức mặc sức mà ăn", hay là "Đức năng thắng số". Cho nên, những ngày tháng ở chùa học đạo là các bạn đang tạo cho mình phước đức. Khi có phước đức rồi các bạn tốt nghiệp nhẹ nhàng. Và sau khi tốt nghiệp, các bạn lãnh văn bằng về khoe với mẹ, với ba, miệng cười tủm tỉm. Nhưng quan trọng là sau khi có bằng tốt nghiệp, ta có việc làm hay không?. Trong thực tế, có nhiều người quanh năm suốt tháng không tìm được việc làm. Nói theo lăng kính nhà Phật thì họ thiếu phước. Còn nói theo ngôn ngữ đời thường là số phận hẩm hiu. Ca dao tục ngữ có câu: "Cây khô tưới nước cũng khô/ Phận nghèo đi đến xứ mô cũng nghèo". Nhưng các bạn thanh niên, thiếu nữ có phước đức hay không còn ở chỗ chúng ta chọn người để lập gia đình. Người thanh niên chọn một thiếu nữ dễ thương, hiền lành, giỏi giang để lấy làm vợ, người ta nói anh chàng này có phước. Nhưng nếu gặp thiếu nữ là người hung dữ, lại còn lắm chuyện thì người ta nói anh chàng này kém phước, cuối cùng cuộc đời cũng hẩm hiu. Các cô gái nếu có phước thì sẽ gặp người thanh niên có đạo đức, nhà giàu, học giỏi, thông minh, đẹp trai. Nếu kém phước thì gặp người không đạo đức, không biết chăm lo gia đình, không chung thủy, say sưa nhậu nhẹt tối ngày.

Cho nên, Phật dạy chúng ta phải biết định hướng tương lai của mình bằng cách gieo trồng phước đức. Muốn làm được như vậy chúng ta phải có tâm. Ý nghĩa chữ tâm trong Phật giáo rất sâu sắc và phong phú.

Kinh Pháp Cú có 423 câu. Hai câu kinh đầu Phật dạy là:
Tâm dẫn đầu các pháp.
Tâm làm chủ, tâm tạo tác.
Nếu nói hay làm với tâm thiện.
Thì hạnh phúc sẽ theo ta như bóng với hình.
Câu kinh này Phật dạy nếu ta làm thiện thì ta hạnh phúc.
Một câu kinh Pháp cú khác:
Tâm dẫn đầu các pháp.
Tâm làm chủ, tâm tạo tác.
Nếu nói hay làm với tâm bất thiện.
Thì đau khổ sẽ theo ta như hình với bóng.

Nếu ta làm ác, làm điều bất thiện thì đau khổ, nghiệp báo sẽ theo ta như hình với bóng.

Đại thi hào Nguyễn Du đã viết: "Thiện căn ở tại lòng ta/ Chữ tâm kia mới bằng ba chữ tài". Câu này ca ngợi tâm thiện. Tâm thiện lành là đáng quý hơn tất cả. Không biết nhà thơ Nguyễn Du xưa kia có phải là Phật tử hay không nhưng câu thơ nói về tâm của ông đầy triết lý Phật giáo và người Việt Nam ai cũng thuộc câu thơ này.

Trong nhà Phật có câu: "Nhứt thiết do tâm tạo". Tất cả là do tâm của mình tác tạo. Thiện hay ác cũng đều do chính tâm mình làm ra. Thiên đàng hay địa ngục, hạnh phúc hay đau khổ, vui hay buồn là do tâm mình tạo.

Tâm là gì? Tiếng Pāli, tâm là citta. Tâm là sự biết cảnh. Chẳng hạn như bây giờ mắt các bạn nhìn giỏ hoa, miệng các bạn nói hoa đẹp quá. Đó là tâm thiện. Còn như mình không ưa người nào cắm giỏ hoa này thì mình nói hoa này xấu. Đó là tâm bất thiện.

[34] Bài pháp này giảng tại Chùa Hoằng Pháp - TP. HCM.

Hoặc sáng nay ta muốn đi lên chùa Hoằng Pháp để tham dự khóa tu. Ta đi đâu? Where? Hoằng Pháp temple. Tâm ta nghĩ đến chùa Hoằng pháp. Hoặc tâm ta tự hỏi đến chùa Hoằng Pháp để làm cái gì? Listening to the dhammatalk. Đến đây để nghe pháp. Why? I like it a lot. Tại vì các bạn thích, và đây là khóa tu mà các bạn chọn lựa. Nó quý là ở chỗ đó. Do ta thích chớ không ai bắt buộc. Có thể các bạn nghe tin về khóa tu trên facebook. Who? Nghe thuyết pháp với ai? Me.

Tất cả những suy nghĩ đó, tâm chúng ta vận hành.

Trong đạo Phật thường nói về những tâm thiện, tâm bất thiện, tâm sân, tâm si, tâm ganh tỵ. Có một nhà thơ tả rằng: Đố ai định nghĩa được chữ yêu/ Có nghĩa gì đâu một buổi chiều/ Thấy người con gái xinh xinh ấy/ Đêm về khó ngủ thế là yêu. Tâm đó là tâm gì? Là tâm yêu. Tâm yêu trong đạo Phật gọi là tâm ái dục.

Đố ai định nghĩa được chữ ghen/ Có nghĩa gì đâu dưới ánh đèn/ Thấy người ta yêu hôn người khác/ Máu dồn lên não thế là ghen.

Đố ai định nghĩa được chữ sân/ Có nghĩa gì đâu dưới gốc bần/ Choảng nhau chí chóe phun đầu máu/ Đến khi tỉnh dậy biết mình sân. Hay ca dao tục ngữ có câu: Chưa đánh được người thì mày xanh mặt tía/ đánh được người rồi thì hồn vía lên mây. Đây là tâm gì? Là tâm sân. Tâm sân nó ghê lắm, nó mà nổi lên thật khủng khiếp, nó có một mãnh lực có thể tàn phá tất cả những gì đẹp đẽ.

Qua những ví dụ văn thơ để giúp các bạn có khái niệm về tâm. Vì tâm rất trừu tượng. Tâm là một điểm tuy nhỏ nhưng quan trọng nên thường gọi là tâm điểm. Tâm của con người quan trọng vì nó diễn tả nhân cách của một con người. Tâm biểu lộ tư cách, hình tướng, thái độ… Các bạn trai muốn biết bạn gái mình có đẹp nết hay không thì nhìn tướng đi, cử chỉ. Nếu đi hơi mạnh, cử chỉ hơi thô biết người này hay sân, nóng nảy. Còn bạn gái luôn mỉm cười, dịu dàng, luôn tha thứ không có trách móc thì thấy người này thoải mái. Còn tiếp xúc với người bạn gái, bạn trai nào mà áp lực quá, căng thẳng quá thì biết người này hệ pal rồi, yahoo chat với skype là không được rồi. Cho nên, hai cái phải tương thích với nhau, như tâm thiện phải gặp tâm thiện mới phù hợp, tâm bất thiện gặp tâm thiện là thấy trái chiều rồi, giống như các bạn có cái iphone, các bạn cùng cài đặt viber hay tango thì sẽ gọi điện được thoải mái, kể cả gọi ra nước ngoài. Cho nên, hai cái iphone, hoặc hai cái tâm phải cùng tương thích với nhau, cùng đẳng cấp với nhau mới cài đặt được, mới gọi nhau được. Hiện nay ngoài iphone 4S, mới đây người ta đã cho ra đời iphone 5 hiện đại hơn. Tango hiện đại hơn viber vì nó cho phép người sử dụng vừa nghe âm thanh vừa thấy hình của người đang nói chuyện.

Tâm con người cũng vậy. Tâm thiện, tâm tu nếu gặp người có tâm bất thiện, tâm không tu thì dễ xa nhau. Ví dụ chúng ta tham dự khóa tu, học được nhiều cái hay, cái đẹp trong cử chỉ, lời nói từ tốn, bao dung, tha thứ, hài hòa. Nhưng khi về nhà, ta gặp lại những đứa bạn chưa tu, nó nói chuyện trên trời, dưới đất làm ta không nghe nổi.

Tâm lệch lạc thì cuộc sống nghiêng ngã, đảo điên. Phật dạy người tu phải giữ tâm vững chãi. Đạo Phật có tâm đại hùng, đại lực, đại từ bi. Vì cuộc sống có nhiều áp lực, đi học cũng có nhiều áp lực: thầy cô, ba mẹ, bài vở. Tất cả những áp lực đó nếu chúng ta định tâm theo đúng đường thầy cô, ba mẹ dạy thì cuộc sống mình vững chãi.

Tâm gian dối thì cuộc sống bất an. Ai có tâm gian dối khi đi đến đám đông thường hồi hộp, nghe điện thoại reo giựt mình, đêm ngủ nghe chó sủa cũng hơi sợ sợ. Cho nên, các bạn phải học cái tâm chân thật. Người có tâm chân thật sống bình yên. Các bạn sinh viên phải học hạnh chân thật. Bài tập tự làm, hạn chế "cọp dê". Bài tiểu luận tốt nghiệp ra trường ta phải tự viết, tự nghiên cứu. Nếu ta nhờ bạn này viết chương một, bạn kia viết chương hai, bạn kia viết giùm

kết luận, còn ta viết phần mở bài thì không được rồi vì như vậy tiểu luận có nhiều mạch văn quá.

Các bạn sinh viên ngay từ đầu phải tập chân thật. Cái gì ta tự làm, tự khám phá, tự nghiên cứu sẽ tăng thêm sức mạnh cho ta.

Tâm ghen ghét lâu dần trở thành tâm hận thù. Phật nói con người hay ganh ghét. Phật dạy người nào ganh ghét nhiều sẽ có hình tướng thô kệch, xấu xí. Người ganh tỵ nhiều, ít khi làm lớn, khó làm giám đốc, làm nguyên thủ quốc gia. Nếu đi tu khó làm trụ trì. Vì ta khởi lên tâm ganh ghét người khác thì sẽ gây nhiều hận thù. Người gây nhiều hận thù làm sao làm lớn được, suốt ngày hận thù thì trái tim sẽ co bóp mạnh. Các bạn hãy thử tưởng tượng tim mình cứ co bóp chuyện ganh ghét thì không tăng xông cũng tiểu đường, không viêm gan thì cũng bị bệnh tim.

Cho nên, các bạn đến đây tu là phải tập hạnh không ganh ghét. Mình phải tin mình làm tốt, giỏi bởi tất cả đều có nhân quả tương quan. Nên biết mỗi người có phước đức riêng vậy đừng ganh ghét khi người ta được mà mình không được. Thấy người ta đẹp mình hãy chúc mừng. Người ta học giỏi thì gọi điện thoại khen ngợi. Thấy người ta xây nhà mới đẹp thì gởi quà tặng bày tỏ sự hoan hỷ của mình. Làm được như vậy thì ta mới làm lớn được, mọi người mới ủng hộ ta được.

Ganh ghét có hại cho sức khỏe, khiến ta có nhiều kẻ thù, không có chức phận cao. Vậy cho nên ganh ghét làm chi. Thấy người kia có người yêu xinh đẹp ta nên mừng cho họ. Tâm đố kỵ thì cuộc sống mất vui. Tâm tham lam thì cuộc sống trở nên dối trá. Học hạnh biết đủ. Biết đủ là giàu sang. Đừng tham quá mức. Lòng tham thường không đáy. Tham nhiều đâm ra dối trá, Nguyễn Du đã nói: Chữ tâm kia mới bằng ba chữ tài.

Các bạn hãy đặt tâm mình lên ngực để cho mình có sự thương yêu. Trái tim để thương yêu. Trước nhất phải thương chính bản thân mình. Chớ cái thân này mà các bạn hút thuốc, uống bia rượu nhiều quá, đi chơi nhiều quá thì các bạn không thương thân các bạn, để cho nó ốm yếu bệnh hoạn. Thứ hai mình phải thương gia đình của mình. Ba mẹ cực khổ, lo toan đủ chuyện để đầu tư tương lai cho mình, lo cho mình đi học trong nước, ngoài nước. Vì hình hài của mình chính là kết quả của tình yêu nên ba mẹ mới trân trọng, thương yêu, đùm bọc mình. Đáp lại mình phải học thật giỏi, hiếu thảo cho cha mẹ vui lòng.

Cách đây mười mấy năm, Sư thường đi "xe ôm''. Người chạy xe ôm đưa Sư tới đầu hẻm rồi nói: "Sư đi bộ vô giùm con vì nhà này có đứa con học chung lớp với con của con. Nếu nó biết con chạy xe ôm thì tội nghiệp cho con của con lắm". Người cha chạy xe ôm mỗi ngày, dành dụm những đồng tiền nhỏ lẻ nuôi ba người con học đại học. Ông muốn giữ thể diện cho đứa con của mình khỏi xấu hổ, mặc cảm với bạn bè.

Sư có đọc một câu chuyện trên báo nói về tâm sự của một người con trai về bà mẹ của mình. Người con trai tên là Haley. Vì mẹ anh ta chỉ có một con mắt nên bà luôn tự hào về đứa con trai duy nhất của bà, người đã nhìn cả thế giới tươi đẹp này... giùm bà. Nhưng vì bà chỉ có một con mắt nên người con trai rất ghét mẹ của mình. Bà mẹ làm trong nhà bếp của ngôi trường tiểu học mà người con trai của bà theo học nên đó là điều mà đứa con cảm thấy xấu hổ. Mỗi khi bà mẹ lại gần và gọi tên con, thì đứa con trai thường đẩy bà mẹ ra và chạy đi thật nhanh nhưng không quên để lại cho bà một cái nhìn đầy thù ghét. Khi bạn bè chọc ghẹo đứa con trai: "Mẹ bạn chỉ có một mắt thôi sao?", đứa con đã về nhà và nói với người mẹ rằng: "Nếu mẹ không muốn biến con thành trò cười của mọi người thì tại sao mẹ không biến mất khỏi cõi đời này đi?".

Lúc đó người mẹ không nói gì. Còn đứa con trai thì do quá tức giận nên không dừng lại dù chỉ một giây để suy nghĩ về những gì mình vừa nói. Đứa con trai đã không để ý đến cảm giác của bà mẹ. Nó chỉ muốn đi khỏi ngôi nhà này và không phải bận tâm đến bà mẹ nữa.

Sau đó, đứa con trai lập gia đình, có một ngôi nhà riêng đầy đủ tiện nghi. Nó hạnh phúc với cuộc sống, với những đứa con và người vợ của mình. Nhưng một ngày, bà mẹ đến thăm con trai. Nó đã không gặp bà nhiều năm qua và bà cũng chưa từng một lần được gặp những đứa cháu nội của mình. Khi nhìn thấy bà đứng trước cửa, những đứa con của con trai bà đã cười chế nhạo, còn con trai thì la mắng: "Tại sao bà lại đến đây? Hãy đi khỏi đây ngay!". Bà mẹ lúng túng và chỉ kịp nói lại: "Tôi xin lỗi. Chắc tôi nhầm địa chỉ" ngay lập tức bà đi khỏi tầm mắt của đứa con trai bà.

Một ngày kia, trong dịp về thăm trường cũ, đứa con trai đi về ngôi nhà cũ của mình. Những người hàng xóm nói rằng mẹ cậu đã chết. Cậu ta không hề rơi lấy một giọt nước mắt. Rồi họ đưa cho cậu ta một bức thư mà trước khi chết người mẹ đã viết cho người con trai.

"Con trai thân yêu của mẹ,

Thực sự lúc nào mẹ cũng nhớ con. Mẹ xin lỗi khi đã tìm đến nhà và làm những đứa con của con sợ hãi. Mẹ rất hạnh phúc khi nghe tin con sẽ trở về đây nhân dịp hội trường nhưng có lẽ mẹ không đủ sức để đến gặp con. Mẹ rất có lỗi khi là một nỗi xấu hổ của cuộc đời con.

Con biết không, khi còn rất nhỏ, con đã gặp phải một tai nạn và mất đi một con mắt. Là một người mẹ, mẹ không thể đứng đó và nhìn đứa con thơ dại của mình lớn lên với chỉ một con mắt. Vì thế, mẹ đã trao cho con một con mắt của mẹ.

Dù sao mẹ vẫn luôn tự hào về đứa con trai duy nhất của mẹ, người đã nhìn cả thế giới tươi đẹp này... giùm mẹ, với chính con mắt đó và với tình yêu mẹ dành cho con. Mẹ yêu con.

Mẹ của con."

Trên cuộc đời này, hạnh phúc duy nhất của mỗi người đó là có mẹ. Cuộc sống là sự cám dỗ của tiền bạc, danh vọng, nó khiến con người ta quên đi sự hy sinh của những người thân yêu xung quanh và trong đó có người mẹ. Mẹ đã đánh đổi mồ hôi, nước mắt, sự đau khổ, vất vả... để lấy hai chữ hạnh phúc cho những đứa con của mình. Cho nên, những ai đang còn mẹ, xin đừng làm mẹ buồn.

Trong cuộc sống chung quanh chúng ta có nhiều tấm gương ông bà, cha mẹ rất đẹp, rất cao thượng, họ dồn hết tình thương cho các con. Chúng tôi muốn nhắc các bạn hãy luôn đặt tâm lên trái tim của mình để biết yêu thương cha mẹ, ông bà của mình.

Các bạn hãy đặt tâm lên ngực để biết yêu thương Tổ quốc Việt Nam là nơi mình sanh ra, lớn lên. Dù sau này có đi nước này nước nọ thì Việt Nam mãi mãi là nơi nuôi lớn tâm hồn của mình, là Tổ quốc bất diệt. Đặt tâm lên ngực để yêu thương mảnh đất này, yêu thương đất nước Việt Nam để học cho tốt, cho giỏi, để làm cho Tổ quốc ngày càng giàu đẹp.

Đặt tâm lên ngực để thương yêu tôn trọng thiên nhiên chung quanh mình. Trên thế giới cũng như ở Việt Nam đang đẩy mạnh phong trào bảo vệ, tôn trọng thiên nhiên. Các bạn phải thương yêu các loài cây cỏ, muôn thú xung quanh mình. Mình không thể tự tiện chặt phá cây cỏ, giết hại sanh vật. Chùa Hoằng Pháp có nhiều cây cỏ. Các bạn phải bảo vệ bằng cách giữ vệ sinh, tôn trọng thiên nhiên tuyệt đối. Phải có tâm thương thiên nhiên.

Đặt tâm lên tay để có sự giúp đỡ.

Muốn giúp đỡ phải có tâm. Bàn tay muốn giúp đỡ phải có tâm. Chẳng hạn những người bạn học cùng lớp cần sự giúp đỡ của các bạn thì các bạn cũng cần dùng bàn tay để giúp đỡ họ. Đi qua đường muốn giúp đỡ một cụ già thì các bạn cũng cần dùng bàn tay để nắm lấy tay cụ, để xách giỏ đồ nặng mà dẫn họ qua đường… Muốn giúp đỡ phải để tâm lên tay mới giúp đỡ

được. Ta để tâm lên tay để giúp đỡ những người chung quanh trong nhà mình như ba mẹ, anh em, cô dì, chú bác, ông bà. Cái tâm để lên tay mới có khả năng giúp đỡ những người chung quanh. Tâm không đặt nơi tay thì dễ gây ra tội phạm. Tay này khi sân si dùng để đánh người ta, tay này khi vô tâm thì thấy người ta trồng cây mình tới bẻ đọt. Để tâm lên tay để có khả năng giúp đỡ nhiều hơn.

Để tâm lên đôi mắt để nhìn thấy nỗi khổ của tha nhân.

Đôi mắt để nhìn đường đi, để thấy cảnh đẹp là thường. Nhưng khi tâm để lên đôi mắt, ta nhìn hoa như thấy được người mua, người chăm sóc, người bón phân tưới nước, nhìn thấy nắng xuyên qua, thấy mưa rơi xuống…. hoa mới tươi tốt. Qua đó, ta thấy cuộc sống trùng trùng duyên khởi. Giống như Sư nhìn các bạn ngồi ở đây tu tập mới thấy cái tâm cao thượng của các vị trong Ban Tổ chức khóa tu này. Tất cả phải có tâm, có tầm, có tẩm, có tiền mới có thể tổ chức khóa tu hoành tráng như thế này. Tại vì người không có tâm sẽ không muốn làm gì, chỉ muốn an phận thôi. Tổ chức khóa tu cho sinh viên một ngày phục vụ ba, bốn ngàn người như vậy, các vị trong ban tổ chức có một cái tâm và tầm nhìn rất lớn. Tầm ở đây là muốn cho các bạn sinh viên hiểu được Phật Pháp, hiểu đạo đức của Phật giáo, chính đạo đức này giúp cho đời sống của các bạn tốt đẹp hơn, lành mạnh hơn, cao thượng hơn. Sau này các bạn có đi làm ở đâu, có chức phận gì đi nữa thì cũng sẽ nhớ lại những căn bản đạo đức đã được học khi còn trẻ để sống tốt trong cuộc đời.

Sư có quen với ông cụ khoảng 75 tuổi. Ông từ bên trời Tây về ghé thăm chùa, nói với Sư rằng: "Con đến chùa là vì con muốn tìm cây mận. Khi còn nhỏ, nhà con ở gần chùa nên con thường tới đây ngồi dưới gốc mận học bài. Mận chín con hái trái ăn. Có khi con chưa kịp hái thì thầy trụ trì đã hái mận cho con ăn. Cho nên, con muốn tìm lại cây mận kỷ niệm của những ngày tháng ấy". Sau đó ông cụ nhờ Sư dắt vô thắp một nén hương tưởng nhớ Thầy trụ trì lúc trước.

Cho nên, sau này các bạn có trở thành ông này, bà nọ có lẽ sẽ nhớ kỷ niệm ngày hôm nay mình ngồi chen chúc với nhau để học tu ở chùa Hoằng Pháp. Học đạo, nghe kinh, làm giàu kiến thức Phật học giúp các bạn định hướng cuộc đời đẹp hơn.

Cho nên, khi ta để tâm lên đôi mắt, ta nhìn thấy tất cả bằng lăng kính trùng trùng duyên khởi, chớ không phải nhìn bằng con mắt phiến diện chỉ biết đẹp hay xấu mà thôi.

Để tâm lên đôi chân để chạy nhanh đến giúp đỡ những người cùng khổ, giúp trong khả năng của mình.

Để tâm lên miệng để nói những lời an ủi với những người bất hạnh. Nếu không để tâm lên miệng mình sẽ nổ, nói nhiều, nhiều chuyện. Cho nên, miệng này để nói những lời an ủi, chia sẻ, động viên để bạn mình vượt qua những đau khổ. Chẳng hạn các bạn nghe khóa tu tổ chức, các bạn điện thoại cho bạn bè rủ nhau cùng tu. Những lời nói động viên khích lệ người ta làm những chuyện tốt thì những cái đó đáng làm, đáng nói, đáng suy nghĩ.

Miệng mình để sử dụng những gì lợi ích cho mình và cho tha nhân. Người ta đang khổ mình dùng những lời nói dịu ngọt, ôn hòa, nhã nhặn để giúp người ta vượt qua. Bạn mình thối chí nản lòng trong học tập thì mình tác ý khuyến khích để cho bạn lên tinh thần, có niềm tin hướng đến tương lai tươi sáng hơn.

Để tâm lên tai để biết nghe những lời góp ý, để biết lắng nghe.

Các bạn phải học hạnh lắng nghe, nếu chỉ biết nói mà không biết lắng nghe thì người ta gọi là nổ. Người uyên thâm thì nói ít vì cái miệng nói nhiều, nói không thích hợp sẽ tạo khẩu nghiệp lớn. Nhiều khi lời nói của ta làm người khác đau khổ. Cho nên, ta phải có ái ngữ, phải

biết lắng nghe người khác. Càng học hạnh lắng nghe, càng có hạnh khiêm tốn. Con người thường thích nói chớ không thích nghe. Hai người bạn gặp nhau, người nói, người nghe. Chớ hai người cùng nói thì ai nghe?. Cho nên, tâm để lên tai để học hạnh lắng nghe, học hạnh khiêm tốn, tập nghe lời góp ý của người khác để ta sống tốt hơn.

Tâm để lên vai để chia sẻ trách nhiệm với những người chung quanh. Vì vai là gánh vác. Ta gánh vác, san sẻ với người chung quanh. Thấy người khác cực khổ nhiều quá, ta muốn phụ giúp, như vậy cần phải có tâm. Thấy mẹ vừa đi chợ, nấu cơm, rửa chén, quét nhà. Ta học bài cũng không đành. Cho nên, ta phải phụ mẹ, gánh vác một việc nào đó như rửa chén hoặc quét nhà. Muốn làm được như vậy phải có tâm mới làm được.

Các bạn nhớ đặt tâm lên ngực để thương yêu, đặt tâm lên tay để giúp đỡ, tâm đặt lên mắt để nhìn thấy nỗi thống khổ của tha nhân, tâm đặt lên chân để chạy đến giúp đỡ mọi người, tâm đặt lên miệng để nói lời an ủi với những người bất hạnh, tâm đặt lên tai để biết lắng nghe, tâm đặt lên vai để có trách nhiệm và chia sẻ với cha mẹ, anh chị em.

Tâm đặt lên nơi đâu đều có ý nghĩa. Các bạn sinh viên khi ngồi học bài, lúc đó chỉ biết học bài, chỉ có tâm học bài. Trong khi học bài, tắt điện thoại, không có nghĩ đến chuyện tạp nhạp. Phải có Tâm định học bài mới mau thuộc. Vì tâm chỉ biết một cảnh. Khi mình ứng dụng tâm trong đời sống thì các bạn hiểu rằng tâm chỉ biết một cảnh. Không thể nào vừa ăn cơm vừa xem ti vi. Điều này có thể được nhưng không tốt. Mà ăn như vậy rất dễ bị bệnh. Các bạn nhớ là tâm chỉ biết một cảnh. Các bạn phải biết lúc nào chơi là chơi, học là học…đó là bí quyết giúp ta thành công. Chơi là chơi, học là học thì mới có kết quả cao. Chứ không thể vừa học vừa giải trí.

Trong nhà Phật có tâm từ bi và tâm hỷ xả. Các bạn học được hai tâm này ứng dụng trong cuộc sống thì có hạnh phúc. Tập hạnh thương người, tập hạnh giúp đỡ, thông cảm với những người chung quanh. Ta tập hỷ xả, hỷ là vui, xả là bỏ qua. Ta dính mắc, cố chấp nhiều sẽ đau khổ. Cho nên, bạn có làm điều gì không vui thì ta cũng nên xí xóa. Xả để được an vui. Nếu mình không hỷ xả, dính mắc nhiều, sân hận nhiều thì sẽ trở thành "đường tăng". Ở Trung Quốc người ta thờ Đường Tăng. Nhưng chúng ta trở thành đường tăng là khổ lắm, là tốn tiền vì phải vào bệnh viện. Đường tăng là do ăn uống và do tâm sinh lý bất ổn, nên dễ bị tiểu đường. Cho nên, các bạn đến với đạo Phật hãy tập tâm từ bi hỷ xả.

Có người bạn nói sai một câu mà đâm ra ghét bạn cả đời. Quyết không gặp mặt. Sau này lỡ gặp lại bèn ngó chỗ khác. Như vậy là quá chấp. Chấp nhiều như vậy bảo đảm là đau khổ. Các bạn phải học hạnh tha thứ. Tha thứ là thư thái. Học tâm nhẫn nại, siêng năng và khiêm tốn. Nhẫn nại là chịu cực khổ trong mọi hoàn cảnh. Ví dụ sinh viên buổi sáng học bài thấy buồn ngủ, thấy khổ quá. Giống như hồi trẻ Sư tối thức khuya, sáng tụng kinh, đọc một hồi chìm trong khoảng không lúc nào không hay, một lúc nghe tiếng kinh biết mình đang tụng bèn tụng tiếp. Cái khổ đó có thấm tháp gì đâu. Nhưng nếu ta không chịu khó học bài làm sao thi đậu? Cũng như Sư hồi trẻ không tinh tấn, siêng năng công phu thì làm sao thuộc kinh Pāli làu làu như vậy? Do đó, ta phải kiên trì, lập tức hành động, định năng thành công. Tập nhẫn nại để có thành công.

Người ta nói tỷ lệ thành công chỉ có 5% do thông minh, còn 95% là do nỗ lực, cần cù. Dân gian có câu: Cần cù bù thông minh. Vì vậy, các bạn muốn trở thành người giỏi phải siêng năng học hành, khiêm tốn, nhẫn nại.

Đến với đạo Phật các bạn phải học hạnh bố thí, chia sẻ. Bố thí là giúp đỡ. Người bố thí, có tâm giúp đỡ sẽ cho ta quả phước giàu sang. Một vị giáo sư bán nhà, dành ra 500 cây vàng lập quỹ học bổng giúp đỡ sinh viên nghèo. Đó là bố thí.

Cho nên, trong bài pháp này giới thiệu với các bạn chữ tâm trong Phật giáo. Các bạn hiểu khái niệm tâm là gì. Chính tâm này tạo ra hạnh phúc hay đau khổ, giàu hay nghèo, thiên đàng hay địa ngục. Vạn pháp do tâm tạo. Các bạn ham thích đến đây nghe pháp, tụng kinh… tự nhiên các bạn thấy an vui, mát mẻ.

Tâm như ông chủ trong nhà/ Tâm như ông tướng chiến hòa do tâm/ Tâm như ông chủ vẽ hoa/ Tâm còn làm Phật, làm tà do tâm.

Vì vậy, cái tâm rất quý. Thể xác có thân và tâm. Tâm thức cao thượng hành động cao thượng. Khi bệnh, thân bệnh nhưng đừng cho tâm bệnh. Khi thân bệnh mà tâm cũng bệnh thì thể xác suy sụp rất nhanh.

Với những phương pháp ứng dụng chữ tâm trong cuộc sống thực tế, trong tu tập, các bạn sẽ trải nghiệm được việc nào tốt hay xấu cũng đều do tâm của ta mà ra. Có một tâm thiện đặt ở ngực, ở mắt, ở vai, ở lỗ tai, ở chân, ở tay… là để mình làm hữu dụng cho chính mình và cho cuộc sống.

CHỮ ĐỨC TRONG PHẬT GIÁO[35]

Ngành địa lý phong thủy cho rằng: "Tiên tích đức, hậu tầm long" nghĩa là trước phải có đức, sau mới nghĩ đến chuyện tìm long mạch, tức là tìm sự giàu sang. "Có đức mặc sức mà ăn", có đức thì mới có thể tìm thấy long mạch, mới có sự giàu sang. Hay là "Đức năng thắng số". "Đức trọng quỷ thần kinh". Người có đạo đức khiến cho ma quỷ cũng phải sợ. Quý vị tụng kinh nhiều, niệm Phật nhiều ma quỷ tự động sợ, né đi chỗ khác. Người có đức đến nhà người nào thì nhà đó giàu lên, khá lên. Người tu lâu, đạo cao đức trọng đi tới đâu ban phước tới đó, làm cho nơi đó phồn thịnh, Phật tử đến tu học ngày càng đông. Quý là ở chỗ đó. Cho nên, tất cả chúng ta học Phật là học đạo đức. Đức trong đạo Phật không phải là đức nói suông. Đức là những hành động thiện, lời nói thiện, suy nghĩ thiện.

Chúng ta tới chùa là tới bằng tâm bố thí, giữ giới, niệm Phật, tụng kinh, báo hiếu cha mẹ, giúp đỡ anh chị em, kính trọng người lớn tuổi… như vậy là ta đang tạo đức. Cho nên trong đạo, quý vị thấy có nhiều người xuất gia thọ giới tỳ kheo 10 năm, 20 năm trở lên có đạo hạnh gọi là đại đức (là người có thời gian dài ít nhất 10 năm công phu khổ luyện). Đó là chưa kể trước đó phải trải qua thời gian dài làm cô điệu, làm chú tiểu. Nếu có 25 năm xuất gia thọ giới tỳ kheo, 45 năm tuổi đời sẽ gọi là Thượng tọa. Chúng ta nghe hai tiếng Thượng tọa biết vị ấy có 25 năm công phu tu hành. Hòa thượng là vị có 45 năm tuổi đạo, 65 năm tuổi đời. Như vậy, Hòa thượng là một vị đức độ, có thời gian công phu, hoằng pháp, làm Phật sự 45 năm. Thật phước đức vô cùng vô tận.

Cuộc đời hoằng pháp của Đức Phật để lại Pháp bảo vô cùng quý giá trong suốt 45 năm giáo hóa độ sanh. Hơn 1/4 nhân loại trên thế giới theo đạo Phật. Phật giáo được bình chọn là một tôn giáo lớn ở phương diện bình đẳng, hòa bình. Người Phật tử chúng ta, kể từ lúc ta quy y, 20 năm, 30 năm, 50 năm… nghe năm tháng quy y thấy biết sự cao dày của đức.

Ta đến chùa tạo biết bao nhiêu công đức; bố thí, cung kính tam bảo, tụng kinh, bái sám, ngồi thiền v.v.. Trong đạo Phật, đức không phải chỉ có trong hiện tại mà còn là sự nối tiếp nhân quả của đức trong tiền kiếp xa xưa. Đạo Phật là đạo tin có luân hồi. Vì có luân hồi nên đời này có thể không biết ai lớn hay ai nhỏ hơn ai. Chú tiểu này ngồi ở đây. Nếu theo luân hồi có thể từng là sư phụ. Ta có nghĩ tới chiều sâu về nhân quả, luân hồi mới quý trọng những người nhỏ tuổi này. Trong kiếp này, đối với chúng ta, chú tiểu này hiện đang còn nhỏ nhưng có chủng tử giác ngộ từ lâu xa, nên mới có mấy tuổi đã được xuất gia làm chú tiểu. Nghĩa là chú xuất gia rất sớm so với nhiều người khác. Có những người đã hơn năm mươi, sáu mươi, tám mươi tuổi đời nhưng tánh tình có khi còn chưa chín chắn. Còn người nhỏ tuổi nhưng đã có hạt giống giác ngộ, thường được dạy dỗ nên hình tướng, phong cách giác ngộ, từ tốn, ung dung.

Trong kinh có đề cập đến Đức Phật Thích Ca có ba đức: Bi đức, Trí đức,Tịnh đức.

[35] Bài pháp này giảng tại Chùa Quang Âm - Quận Phú Nhuận - TP. HCM.

1. Bi đức

Bi đức là tình thương bao la, là lòng trắc ẩn. Trí đức là trí tuệ cao cả không gì sánh bằng, ví dụ như trí tuệ của Phật tổ. Tịnh đức là trước mặt, sau lưng, tâm của Phật vẫn như vậy, không thay đổi.

Bi đức, trí đức, tịnh đức là ba đức tánh của Phật, nên khi ta lạy Phật là ta lạy ba đức tánh này.

Kẻ thù của tâm bi là sự độc ác, thờ ơ. Ta đến với Phật là học bi đức, học tu theo hạnh của Phật. Bi là hài hòa, dễ thương, không ác ý, không ngã mạn, không độc tài…Có bi đức, cuộc sống sẽ tự tại, hạnh phúc. Có bi đức, ta được nhiều người quý trọng. Trong kinh nói chư thiên - những người vô hình - cũng ngưỡng mộ người có bi đức.

Người vợ, người chồng có bi đức trong tâm, cha mẹ có bi đức trong tâm giúp con cái hưởng được bóng mát cuộc đời. Những ông cha bà mẹ có đời sống hiền hòa, gần gũi để lại trong tâm con cháu bài học vô giá về đạo đức. Những ông cha hay đánh đập răn đe con cái, tuổi thơ con lớn lên trong sự giáo dục nghiêm khắc, mạnh mẽ quá làm cho con cái khiếp đảm, sợ hãi nhưng không kính trọng cha mẹ.

Đọc hồi ký của bà Phạm Phương Thảo "Đi qua thời gian" có câu nói: "Giáo dục các con trong nhà tuyệt đối không nói nặng trước mặt con, không nói xấu người khác trước mặt con, có những mâu thuẫn ở chỗ này, chỗ nọ nhưng hạn chế nói về những nghịch ý đối với trẻ thơ". Đó là một cách giáo dục con rất hay, rất gần với đạo Phật.

Cho nên, với bi đức, ngày xưa Đức Phật đã đi khất thực ở ngoài đường là có ý giáo dục, gần gũi những người bình dân để tiếp độ cho họ. Đi khất thực ôm bình bát xin ăn không phải vì thiếu thốn, mà để giúp cho tất cả mọi người có thể gieo duyên bố thí cúng dường.

Đức Phật xuất thân từ dòng dõi vua chúa, cao lương mỹ vị không thiếu, nhưng Ngài dạy Tăng đoàn của Ngài đi xin ăn, đó là hạnh tu, là hình thức diệt ngã, bỏ tánh tự cao tự đại, nếu không thì không thể thành Phật. Đó là một hình thức tiếp độ cho chúng sanh. Con người bận rộn không có điều kiện đến chùa. Đi khất thực là tạo điều kiện cho mọi người gieo duyên lành với đạo pháp. Thực ra, khi đi khất thực, chỉ một bình bát mà có biết bao nhiêu người cúng dường: bánh mì, chapati, sữa, cơm, khoai, cá, rau…Các sư khất thực có gì ăn nấy, nhiều món trộn chung với nhau thì nói ngon làm sao được, nhưng như vậy cũng là cách giúp cho chư Tăng diệt tâm tham ăn vì khoái lạc.

Cho nên, ta đến chùa lạy Phật là lạy bi đức của Phật. Có bi đức là có hạnh phúc, là có tình thương đối với những người chung quanh. Tình thương không chiếm hữu độc quyền, ích kỷ. Thương mà không biết thương thì gây thương tích cho người mình thương. Không có bi đức, tình thương sẽ là tình thương chiếm hữu. Thương người ta mà không hiểu người ta, thì sẽ làm cho người mình thương khổ. Do vậy, có hiểu mới thương. Thương phải có hiểu. Khi ta có tâm đại bi, ta mới có tình thương dành cho mọi người. Nếu cha mẹ có tình thương đối với con cái, con lầm lỡ thì cha mẹ dùng tâm đại bi mà dạy con bằng ái ngữ. Trong chùa, sư phụ thường dùng tâm đại bi nhiếp phục chúng Tăng. Trụ trì mà độc đoán, kiêu căng thì tăng chúng đau khổ, trụ trì cũng đau khổ. Tu sao cho được tâm đại bi, xóa bỏ tâm bất thiện, tâm nhỏ mọn, kiêu căng là được.

Đức Phật dạy: Tất cả chúng sanh đều có hạt giống giác ngộ nên tránh đừng xúc phạm người khác. Có tâm đại bi thì tâm sân si, ghen tức, ngã mạn sẽ lắng dịu. Nếu tâm đại bi không phát triển thì những phiền não hằng ngày làm người ta đau khổ. Phiền não, ghen tức, ích kỷ, giận hờn nhiều chừng nào sẽ khổ nhiều chừng đó, ức chế nhiều, đường tăng, huyết áp tăng. Gương mặt người khi ghen tuông rất xấu. Lo sợ nhiều khiến ta cười không nổi, mặt lúc nào cũng hằm

hằm vì ta mất khả năng cười. Cười là biểu lộ tâm hoan hỷ. Răng cứng, lưỡi mềm nhưng răng rụng trước lưỡi. Khi người ta chết lưỡi mới chết theo. Cứng quá sẽ gãy sớm. Cho nên, ai có hàm răng đẹp hãy cười, luôn luôn cười cho đời vui hơn. Cười biểu lộ tâm hoan hỷ. Một nụ cười bằng mười thang thuốc bổ. Cười không đúng chỗ thì lỗ mười thang. Người biết cười là người có tâm đại bi.

Bàn tay của người đại bi có thể giúp được người khác, đôi chân của người đại bi chạy nhanh đến cứu người. Đôi tai của người đại bi biết lắng nghe những nỗi niềm thống khổ của tha nhân để an ủi chia sẻ. Miệng của người đại bi nói bằng ngôn ngữ từ ái. Nếu không thì tai, mũi, lưỡi, tay chân này làm những điều bất thiện. Miệng không đại bi thì chỉ có nói xấu mà thôi.

2. Trí đức

Trí đức là sự thông minh sáng suốt. Phật đạt trí đức nhờ tu thiền. Niệm Phật, ngồi thiền giúp cho ta có trí huệ. Người có trí đức thấy và tin nhân quả, nghiệp báo luân hồi, tin tứ diệu đế để không dể duôi.

Ví dụ, có những người đi chùa, ai kêu bố thí là không đi chùa nữa. Đối với người chưa có tâm bố thí, thì người có trí sẽ hướng dẫn cho họ niệm Phật, ngồi thiền. Phật Pháp có 84 ngàn pháp môn nghĩa là có rất nhiều cho ta chọn lựa. Khi quý vị tu thiền, đạt được tâm tuệ mới nhìn được tất cả.

Chúng ta xem phim 3D rất sống động. Nhưng 25 thế kỷ trước Đức Phật đã dạy 84 ngàn D từ pháp môn thiền Vipassana. Phật dạy tu thiền và nhìn con người dưới lăng kính quán chiếu nhiều nên trí tuệ bừng ngộ. Ngày xưa có nhiều người gặp Phật nghe một câu kinh bỗng nhiên bừng ngộ. Bây giờ có người nói, sao con không ngộ gì cả. Thật ra, có ngộ đó chớ. Ngày xưa quý vị cố chấp, bây giờ biết tu nên quý vị hỷ xả. Con cái làm bể đồ đạc, quý vị bỏ qua, chớ hồi xưa là la mắng rồi, xưa nóng tính, ích kỷ, không bao giờ nhường nhịn ai, giờ thì luôn luôn nhường, xưa lười đốt nhang, mỗi tuần một cây, bây giờ siêng đốt nhang lạy Phật, học hạnh tinh tấn của Phật, xưa mô đen bây giờ mô Phật, mặc áo tràng. Áo tràng giúp cho ta không sân si, giúp ta sửa tâm, sửa tánh. Nhờ tu nên trí tuệ phát triển. Nếu chưa tu thì có chồng chấp có chồng, có tài sản, chức vụ, cố chấp dính mắc vào tài sản, chức vụ đó.

Muốn mà không được thì khổ. Khi chưa có trí tuệ, phụ nữ nào cũng thích nhan sắc, nên khi trở về già, nhan sắc lụi tàn, ta sẽ khổ. Nếu gặp sự cố trong cuộc đời ta đau khổ. Nhưng đối với người hiểu đạo biết đó là vô thường, là phù du, như bong bóng bọt nước. Sống ở đời người có chức vụ nào thì làm theo chức vụ đó, không có chức làm theo không có chức. Khi hiểu đạo ta giải quyết mọi việc tùy duyên, nhìn vạn sự theo lăng kính nhân quả, làm theo nhân quả nghiệp báo.

Người tu sợ nhân, không sợ quả. Người không tu sợ quả, không biết sợ nhân. Người tu sợ những hành động xấu ác, tội lỗi. Thể xác con người sẽ già bệnh chết, nó đến ta vẫn bình thản vì có sợ cũng không né được. Quý vị hãy tập tu làm sao khi thân bệnh nhưng đừng để tâm bệnh. Chết thì ai cũng sẽ chết. Con người giống như một cái nhà cháy. Người thông minh là khi nhà cháy biết lấy những gì quý nhất để thoát ra khỏi cái nhà cháy đó. Nhưng người không thông minh thì cái gì cũng muốn thu dọn, gom hết đem đi nhưng tiếc là gom chưa xong thì cháy chết luôn.

Hãy biết đây là cõi tạm, ta đến rồi đi, không dính mắc, nên ráng làm, ráng học cho tốt. Sống làm sao để lại phước đức cho con cái. Hãy biết nghiệp theo ta như bóng theo hình. Ở trường cao cấp Phật học có cô Thủy và cô Trang làm việc rất lâu. Cô Thủy phụ trách về y tế, cô Trang lo về hồ sơ, giấy tờ. Trường Cao cấp Phật học đã trải qua biết bao nhiêu khóa học, nhiều thế hệ tăng ni sinh ra trường đi khắp nơi làm công tác Phật sự nhưng hai cô vẫn ở lại gắn bó với

trường. Nếu không có lòng với mọi người, không có tâm lực, không có tầm nhìn thì hai cô Thủy và Trang sẽ không làm việc với trường lâu dài như vậy. Có tâm mà không có tầm thì chỉ làm việc theo thời vụ. Vì có tầm nên hai cô không làm việc vì danh lợi. Người khác chọn công việc ở công ty này, công ty nọ vì lương cao, có cơ hội phát triển. Còn làm việc ở trường thì giống như làm công quả vậy. Chỉ những ai tin nhân quả, tin phước đức mới có tâm làm việc công quả lâu dài như vậy.

Trí là thấy tứ diệu đế, thấy khổ, nguyên nhân của khổ và con đường diệt khổ.

Khổ của sanh già bệnh chết. Xa người thương là khổ, gần người ghét là khổ. Muốn mà không được là khổ. Đời khổ hơn vui. Trong Tứ diệu đế, Phật nhấn mạnh khổ đế đầu tiên để chúng ta suy gẫm về đau khổ. Con người có đau khổ mới định hướng đường đi của đời mình, bớt đi sự cao ngạo, ngã mạn. Con người sống trong đau khổ nhiều mới thấm thía giống như người đã từng mắc mưa mới biết cái giá rét, ướt át, lạnh lẽo của kẻ bị mắc mưa như thế nào, để từ đó biết quý trọng cuộc đời và những người chung quanh. Quán khổ để suy gẫm về cái khổ. Phiền não tức bồ đề. Người tu phải vượt qua những khó khăn mới có nghị lực, niềm tin, khôn ngoan để đối diện cuộc sống. Nhưng khổ hay vui là do tâm ta tạo ra.

Thiền sư Ajahn Chah dạy: Khi cái khổ đến mình phải chấp nhận cái khổ, làm cho nó từ từ qua, đừng oán trách ai đã gây đau khổ cho mình, biết chấp nhận đau khổ.

Thống kê người tự tử trên thế giới nhiều hơn người chết ở một quốc gia đang chiến tranh. Tự tử do nhiều nguyên nhân: thất nghiệp, thất tình, thất bại, áp lực công việc, nghèo khổ, ghen tuông... Với một liều thuốc hay một sợi dây, ta tưởng kết thúc cuộc đời như thế là xong, nhưng thực chất ta đã làm khổ chồng lên khổ. Vì ta không diệt khổ thì khổ diệt ta. Không chết thì cũng bệnh, bệnh này do tâm mà ra. Cho nên, người tu phải nhìn đau khổ để chiến đấu với đau khổ.

Khổ do tham. Người nào lòng tham nhiều thì đau khổ nhiều. Yêu nhiều khổ nhiều. Lòng tham muốn, lòng yêu chính là ái dục.

Khổ xuất phát từ lòng tham ái. Cho nên Níp bàn nghĩa là gì?

Níp: không, bàn: ái. Níp bàn nghĩa là không ái. Không tham là níp bàn. Không si là níp bàn. Không khổ là níp bàn. Khổ bắt nguồn từ tâm tham. Diệt tâm tham là người ngộ đạo. Tu là tập ly tham, ly sân, ly si. Nếu giận hờn nhiều ta sẽ còn khổ nhiều. Do đó, người tu phải có trí huệ để thấy khổ sanh ra từ đâu.

3. Tịnh đức

Lạy Phật là lạy tịnh đức nơi Phật. Đời Phật tự tại vô ngại. Muốn được vậy phải có giữ giới. Có được giới, có đạo đức rồi sẽ phát sanh tịnh đức. Khi ta thành tựu về việc giữ gìn giới luật, ta sống hồn nhiên, tự tại. Người có tịnh đức tối ngủ ngon. Người không có tịnh đức, đi tới đám đông thấy e dè, sợ sệt, nghe chó sủa giật mình, nghe chuông điện thoại reo thấy hồi hộp. Muốn có tịnh đức phải giữ trong sạch năm giới hoặc tám giới giúp cho tâm tĩnh lặng, an nhiên.

Đối với Phật tử Nam tông, trong những buổi lễ sám hối đều có xin thọ giới căn bản là 5 giới. Trong đó, có giới không sát sanh. Quý vị biết là giới sát sanh Đức Phật dạy có 4 chi:

1/ Mình giết loài động vật

2/ Bảo kẻ khác giết loài động vật

3/ Vui trong sự giết loài động vật

4/ Khen sự giết loài động vật.

Chi 1 và 2 thuộc về nghiệp của thân. Chi 3 thuộc về nghiệp của ý. Chi 4 thuộc về nghiệp của khẩu. Đó là nhìn về bề mặt. Thật ra, nghiệp của ý (tâm) bao trùm lên tất cả những nghiệp khác. Vì sao? Vì nếu tâm mình không ưa thích thì mình đâu có giết, cũng không sai bảo kẻ khác giết, cũng không vui trong sự giết, cũng không khen trong sự giết.

Cho nên, trong 4 chi của giới sát sanh, chi thứ 4: Vui trong sự giết là nghiệp báo nặng nề nhất. Bởi vì nó là nguyên nhân của tất cả sự giết.

Suy rộng ra là giết không phải do nhu cầu để có thức ăn, mà người ta giết chúng sanh để được vui. Ngày xưa, vua dẫn một đoàn tùy tùng đi săn bắn trên rừng, dưới biển là để vui thích, giải trí. Ngày nay, người ta giết chúng sanh do nhu cầu lợi nhuận và chứng tỏ đẳng cấp để được ngợi khen. Trên thế giới hiện nay việc chế tạo chất nổ, chế tạo hóa chất mới diệt côn trùng, sâu rầy cũng được khen ngợi, biểu dương, có lợi nhuận…

Vậy làm sao trên Trái đất (cõi Nam Thiện Bộ Châu) này có một ngày bình yên, an vui cho tất cả chúng sanh? Bởi trong khi chúng sanh này đang cổ vũ sự giết loài chúng sanh khác, thì ngay chính họ cũng đang bị rình rập, dẫn đưa vào chỗ bị giết.

Giết và bị giết… cứ như vậy mà chúng sanh ăn thịt và giết hại lẫn nhau không một sát na nào ngừng nghỉ, trải qua trăm muôn ngàn ức kiếp vô tận như vậy rồi. Nhưng chẳng ai biết: Ta là ai? Đang giết ai? Ai là chúng sanh bị giết? Tất cả chúng sanh đều mê mờ, không biết rõ hoặc chẳng hề biết đến điều này.

Giống hệt như một bầy bò được đưa lên xe chở về nhà máy. Chúng bị lùa xuống khu tập trung, được xối nước rửa sạch sẽ. Chúng xếp hàng và chen chúc lẫn nhau để đi vào cái hành lang dài và hẹp, chỉ vừa chỗ cho mỗi lần một con. Chúng đi trên hành lang sanh tử này mà không hề hay biết, chúng tiến thẳng vào phòng giật điện. Một dòng điện cực mạnh trên 10.000V châm thẳng vào trán con bò và nó chết ngay tức thì. Xác nó được nâng lên bàn chuyền tự động, từ đó lột da, xẻ thịt và chỉ 8 giờ đồng hồ sau đó, con vật đã được đóng hộp thành đồ hộp, thành gói xúc xích đông lạnh.

Cả một cõi luân hồi và địa ngục đang đến và không ngừng nghỉ một giây phút nào trong cái thân của chính ta vậy. Thế mà nói đến nghiệp báo, luân hồi, sanh tử… người vô trí còn ngơ ngẩn không tin, còn đi tìm những chứng cớ ở cõi nào đâu đâu.

Quý vị giữ các giới cấm bằng thân, khẩu, ý của mình, đó là giữ cái tướng của giới cấm.

Trong sự im lặng cực kỳ của muôn loài chúng sanh đang giết và đang bị giết, đang khổ và đang bị khổ trói siết trong sáu đường, ba cõi, nếu ta có thể nghe thấy tiếng kêu thống thiết đau khổ vô cùng tận của chúng sanh mà nhân đó phát khởi được lòng thương xót, cứu giúp, độ thoát, cho vui, cứu khổ… đó chính là Bi Đức, Trí Đức, Tịnh Đức, là tâm ấn của chư Phật vậy.

Chương IV : PHẬT GIÁO VÀ ỨNG DỤNG TRONG ĐỜI SỐNG

THIỀN – LỢI ÍCH CỦA THIỀN[36]

Đức Phật ngộ đạo ở dưới gốc cây bồ đề nhờ ngài đã ngồi thiền. Cuộc đời của ngài gắn liền với thiên nhiên, với thiền. Lúc mới bảy tuổi ngài đã đắc sơ thiền.

Ấn Độ là xứ sở nông nghiệp, bây giờ đi Ấn Độ, quý vị có thể thấy những cánh đồng cò bay thẳng cánh. Khi xưa, nhân dịp lễ hạ điền, vua Tịnh Phạn dẫn thái tử Sĩ Đạt Ta đi theo. Khi vua làm lễ, thái tử tìm chỗ thanh vắng ngồi thiền và đắc sơ thiền lúc 7 tuổi. Vua đi tìm con, thấy con ngồi yên tĩnh lặng, Vua đã lạy, cái lạy đầu tiên của một vị vua đầy uy quyền đối với thái tử Sĩ Đạt Ta.

Khi đi tìm đạo, thái tử Sĩ Đạt Ta rời bỏ cung vàng, tìm thầy học đạo. Hai vị thầy đầu tiên dạy thái tử tu thiền sắc giới. Ngài tập theo pháp môn này và đắc sơ thiền cho đến tứ thiền. Nhưng ngài tiếp tục đi tìm đạo. Vị thầy thứ hai dạy cho ngài thiền vô sắc, ngài đắc thiền vô sắc nhưng cũng bỏ đi. Sau đó ngài tu khổ hạnh trong cánh rừng già, nay gọi là Khổ Hạnh Lâm. Nhận ra con đường khổ hạnh không giúp ích gì cho giải thoát phiền não, Ngài trở lại cội bồ đề ngồi nhìn ra dòng sông Ni Liên thiền. Ngài ngồi thiền định dưới gốc bồ đề 49 ngày đêm và đắc quả vị Phật.

Chữ "Thiền" trong Phật giáo theo Phạn ngữ Pāḷī là Jhāna, tức là tâm khắn khít miệt mài trên đề mục.

Đức Phật chia hai loại thiền: thiền chỉ (samadhi) và thiền quán (vipassanā).

- Thiền chỉ (samadhi) có ở các tôn giáo khác.
- Thiền quán (vipassanā) chỉ duy nhất có trong Phật giáo do Đức Phật đã giác ngộ dưới gốc cây bồ đề.

Thiền chỉ có 40 đề mục: niệm Phật, niệm pháp, niệm tăng, niệm giới, niệm thí v.v… .

Còn đề mục hay đối tượng của thiền quán là thân (kāya), thọ (vedanā), tâm (cittā), pháp (dhammā).

Mục đích của thiền quán là để thấy rõ tam tướng (vô thường, khổ và vô ngã) qua sự nhận chân được sự sanh và diệt của danh-sắc, để hầu sanh tam xả ly sự hiểu sai, chấp lầm về cái tôi, ta, của ta, v.v…, không còn chấp thủ, đoạn trừ phiền não.

Mục đích của thiền chỉ là khắn khít miệt mài trên đề mục, tạm thời ngăn bít bất thiện pháp v.v…

Cách ngồi thiền:

Hành giả có thể ngồi kiết già, bán già hoặc ngồi trên ghế. Nhưng cách ngồi ưu việt của thiền là ngồi kiết già.

Trong kinh Trung Bộ (Majjhimanikāya), bài Kinh Niệm Xứ (Satipatthāna sutta), Đức Phật có dạy chọn một ngôi nhà trống, một gốc cây ngồi kiết già để tỉnh giác v.v… .

Thế ngồi kiết già có công dụng chữa bệnh, nó ép các mạch máu để tâm bớt tham và ái dục. Vấn đề chính là khi ngồi kiết già, nếu có thần thông thì bay được. Ngồi bán già không bay được. Ngồi kiết già phải tập luyện công phu. Kiết già trong Phật giáo không dạy đặt chân nào trước, chân nào sau nhưng yoga dạy người nữ bắt chân trái để lên trước, người nam bắt chân phải để lên trước.

[36] Bài Pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang, quận Thủ Đức – TP. HCM.

Điều kiện để giúp tu thiền

1. Có trú xứ thích hợp, thuận lợi cho việc ăn uống đi lại. Người xưa tu thiền ở nơi nào thuận lợi cho việc đi khất thực. Bây giờ là phải gần chợ, gần bệnh viện, chỗ ở thuận lợi, không có côn trùng nhiều.

2. Người phải thích hợp: Có bạn đồng tu để hỗ trợ cho mình.

3. Thầy phải thích hợp: Thầy tốt, có kinh nghiệm, có lòng từ bi. Nhiều khi bị rối trong khi thực tập thiền, bị ngoại cảnh làm cho nặng nề thì thầy sẽ giúp mình gỡ rối, chuyển hóa. Thầy là người phải có thực chứng để dẫn dắt mình đi. Do đó vị thầy tốt rất quan trọng.

4. Thức ăn phải phù hợp: Việc ăn uống cũng phải phù hợp với khẩu vị của mình. Lớn tuổi, đường ruột yếu nên thức ăn phải phù hợp. Đó là những điều kiện phụ nhưng rất cần thiết để thực tập thiền tốt.

Khi một người thực tập tốt trong thiền thì thiền sẽ đem lại nhiều kết quả tốt đẹp, nhiều lợi ích:

- Giúp phát huy sự can đảm để đối phó với sự khó khăn. Người tập lâu thì ngồi dễ dàng, người mới tập sẽ đau, tê, buồn ngủ. Nhưng nếu chấp nhận ngồi thiền sẽ tự vượt qua chính mình. Đó cũng là cách tập luyện tâm linh, giúp ý chí vững vàng. Sau này nếu có khó khăn trong cuộc sống ta dễ dàng vượt qua. Ngồi thiền 4-5 tiếng đồng hồ là bình thường. Ngồi 4 tiếng trở lên sẽ giúp con người có nghị lực. Muốn có hiệu quả cao trong công việc thì sự tập trung phải nhiều. Thiếu tự tin thì thiền sẽ giúp quý vị tự tin. Tự tin sẽ giúp con người thành công trong cuộc sống. Học cao, hiểu rộng nhưng không tự tin dễ thất bại.

Có một vị hòa thượng qua thăm Ấn Độ, cúng dường cho các vị du tăng du học tại đây. Các vị du tăng thỉnh hòa thượng cho lời khuyên. Hòa thượng dí dỏm nói: "Làm đời tu sĩ muốn thành công thì phải lì và liều."

Mới nghe qua thấy sốc. Vì các vị du tăng là những người học cao. Nhưng chỉ có lì và liều mới làm được chiến sĩ anh dũng diệt giặc phiền não, mới dám cạo đầu mặc áo cà sa.

- Thiền giúp quý vị biết nhận rõ sự sợ hãi, giúp khắc phục sự sợ hãi trong lòng. Mới sanh con đã sợ con sau này không biết có học giỏi không. Nhiều người sợ quá mà trở thành điên loạn.

Có một người điên vì bị hoang tưởng. Anh ta xin bác sĩ cho về để sống với vợ con. Bác sĩ kêu tối ngủ nhớ giăng mùng, nếu làm được như vậy sẽ cho về nhà. Tối anh điên giăng mùng, tấn mùng xong chui xuống giường ngủ. Bác sĩ hỏi có giăng mùng ngủ không? Anh ta nói: "Con có giăng mùng để dụ con muỗi tưởng con ngủ ở trong mùng." Vậy là anh ta tiếp tục ở lại nhà thương điên.

Con người sợ vì hoang tưởng, hiểu sai. Có những người sống bằng cái tưởng rất cao, hiểu lầm rất cao. Nếu tưởng mạnh quá sẽ bị điên.

Nếu cứ bị thất vọng vì khổ đau, vì thiếu hiểu biết về cuộc đời thì thiền sẽ giúp cho quý vị biết được bản chất thực của đau khổ. Trên cuộc đời ai cũng đầy ắp đau khổ, khổ vì chồng vợ, khổ vì con, khổ vì công việc, khổ vì ganh tỵ, khổ vì muốn mà không được, khổ vì chung sống với người mình ghét.

Thiền cũng giúp cho quý vị ý thức bản chất của sự giàu có và phương pháp sử dụng nó để tạo hạnh phúc cho mình và cho người. Thiền giúp con người ý thức được bản chất cuộc đời, biết sống đời sống tri túc. Bà Phạm Phương Thảo, Chủ tịch Hội đồng Nhân dân Thành phố có

nói một ý trong bài phát biểu vận động cử tri như sau: " Cuộc sống của chúng ta muốn có ý nghĩa thì làm việc có phương pháp, nói năng gọn gàng và biết tri túc."

Nếu giàu mà không thiền thì sẽ hống hách, khinh khi những người nghèo khổ, thấp kém hơn mình. Nếu người nghèo khổ thì thiền giúp cho quý vị không còn tâm đố kỵ với những người chung quanh. Nghèo là do tiền kiếp đố kỵ, bỏn xẻn, không biết bố thí, cúng dường.

Người tu sợ nhân bất thiện không sợ quả bất thiện. Thiền giúp cho người trẻ tuổi biết định hướng con đường đi. Ở các nước Đông Nam Á hoặc ở Âu Mỹ, đã ứng dụng thiền yoga trong học đường, giúp ta có năng lực tốt có được sự tập trung cao, có định hướng tốt.

Người lớn tuổi thực tập thiền giúp cho quý vị nhận thức được ý nghĩa thâm sâu trong cuộc đời và dần dần an vui trong cuộc sống. Người lớn tuổi khổ vì chồng con nhiều. Lớn tuổi cái tôi càng lớn, dính mắc, cố chấp càng nhiều. "Già sinh tật/ Đất sinh cỏ." Người già thường cho những gì mình nói là đúng, thường bảo thủ. Thiền giúp cho người lớn tuổi có niềm vui trong cuộc sống, mở tâm từ bi, nhẫn nại, bao dung. Thiền giúp người già hòa hợp với giới trẻ, không có hàng rào tuổi tác.

- Nếu là người hay giận hờn, thiền giúp phát huy sức mạnh để chuyển hóa sân hận, phiền não. Khi ngồi tĩnh lặng, người hay giận hờn thấy được bản chất thực của giận hờn là một dạng phiền não.
- Nếu là người ganh tị, thiền giúp hiểu tâm ganh tị cũng là một dạng phiền não, làm con người không thể lớn mạnh trên con đường tu tập.
- Nếu là người nghiện rượu hay ma túy, thiền giúp quý vị khắc phục thói quen nguy hại đó. Những người hút thuốc lá đến mức nghiện, nếu tập thiền sẽ có năng lực, có trí tuệ, có sức mạnh tâm linh thì sẽ dễ dàng từ bỏ thuốc lá.

Thiền có rất nhiều lợi ích trong cuộc sống. Quý vị tập thiền thường xuyên sẽ thấy sự mầu nhiệm trong thiền. Trong những lần kết tập kinh điển, có ngài….. ngồi thiền dưới nước. Chư tăng thỉnh ngài lên độ cho

Báo chí Ấn Độ từng đưa tin một vị tu nữ ngồi thiền dưới nước. Đối với người thường nếu ngồi cái đầu ngập trong nước thì coi như tiêu nhưng cô tu nữ ngồi như vậy bốn tiếng đồng hồ mà không hề hấn gì. Ngồi thiền giỏi sẽ có thần thông, biết được tâm ý của người khác, biết chuyện qúa khứ, hiên tại, vị lai.

Đức Phật và những đại đệ tử của Phật đều chứng đạo do tham thiền. Phật tử nên tập luyện pháp môn thiền trong cuộc sống. Biết Phật Pháp là một chìa khóa. Biết Phật Pháp mà không hành thiền thì giống như học mà không hành. Biết đạo mà không biết thiền định thì rất uổng. Quý vị nên dành thời gian cho thiền định. Thiền định là con đường giúp chúng ta quân bình thân và tâm, là phương pháp đi tới giải thoát, an lạc.

PHÁP ĐỘ[37]

Đức Phật trong quá khứ, hiện tại, vị lai muốn tu thành Phật phải tu nhiều pháp độ. Người Phật tử tại gia hay xuất gia ai cũng từng ước nguyện thành Phật. Đức Phật tuyên bố: Như Lai là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành. Tất cả chúng ta đều có hạt giống giác ngộ.

Sư giới thiệu với quý vị con đường tu tập để thành tựu quả vị giống như Phật, như các đại đệ tử của Phật là Mục Kiền Liên, Xá Lợi Phất. Xuất xứ của nội dung các pháp độ này nằm trong Hạnh tạng và Phật sử của Tiểu bộ kinh thuộc kinh tạng Pāli.

Một hôm ngài Xá Lợi Phất thỉnh cầu Phật nói về hành trình giác ngộ để người sau biết phương pháp hành trì nhằm đạt con đường giác ngộ. Phật thuyết hai bộ kinh này trong cuốn Tiểu bộ kinh, Hạnh tạng và Phật sử (quyển thứ 14 và 15). Hòa thượng Thích Minh Châu chưa xuất bản hai bộ này. Năm 1995 Sư có dịch bộ Hạnh tạng đã xuất bản, nói về công hạnh, cách tu tập để thành Phật của Phật Thích Ca. Năm 2003, Sư dịch cuốn Chú giải Phật sử dày 1000 trang, nội dung nói về chư Phật trong quá khứ.

Pháp độ: PARAMI – Đáo bỉ ngạn, nghĩa là đến bờ bên kia, ám chỉ quả vị Phật, là quả Niết Bàn, là quả của người không còn tham, không còn sân, không còn si. Hành pháp độ là vị bồ tát phải thực hành hạnh nguyện: giữa cuộc đời này làm thiện pháp, thiện sự.

Trong kinh chia ra 3 dạng bồ tát: thứ nhất là bồ tát thực hành pháp độ đạt quả vị Thinh văn, thứ hai quả vị Bích Chi Phật - Duyên giác Phật, thứ ba là quả vị Phật Toàn giác ám chỉ cho Phật tổ. Khi bồ tát phát nguyện tu, có 3 cấp: tu hạnh trí tuệ, tu hạnh đức tin và tu hạnh tinh tấn.

Tu hạnh trí tuệ: từ thời gian phát nguyện cho đến khi thành Phật là 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp. 1 a tăng kỳ được ví dụ hòn đá cao 1 do tuần, 16 cây số ngàn, một trăm năm 1 vị Chư thiên dùng khăn lao tảng đá đó, lao khi nào tảng đá mòn sát mặt đất, thế là một A Tăng Kỳ.

Kiếp ở đây là kiếp của quả địa cầu. Qủa địa cầu có 1 hoặc 5 vị Phật tổ, cũng có những quả địa cầu không có vị Phật tổ nào. Qủa địa cầu chúng ta đang sống đây có 5 vị Phật tổ. Đức Thích Ca là vị Phật tổ thứ 4. Hết giáo pháp của đức Thích Ca sẽ đến thời giáo pháp của Đức Phật Di Lặc. Hết giáo pháp của Phật Di Lặc thì quả địa cầu sẽ bị hủy hoại bằng lửa. Trên báo chí có thông tin về siêu núi lửa dưới lòng trái đất. Có khả năng khoảng hai triệu năm siêu núi lửa này sẽ hủy hoại trái đất. Thông tin này phù hợp với giáo pháp của Đức Phật đã dạy trong bộ Phật sử - Buddhavamsa.

Bồ tát tu hạnh đức tin phải trải qua 40 a tăng kỳ và 100 ngàn đại kiếp. Bồ tát tu hạnh tinh tấn phải tu 80 a tăng kỳ và 100 ngàn đại kiếp. Phật Di Lặc tu hạnh tinh tấn nên Ngài đã tu 80 a tăng kỳ và 100 ngàn đại kiếp. Ngài thực hành 10 pháp độ: bố thí, trì giới, xuất gia, trí tuệ, tinh tấn, nhẫn nại, chân thật, quyết định, tâm từ, tâm xả. Mười pháp độ này bồ tát thực hành rốt ráo, xuyên suốt năm này qua năm nọ, kiếp này qua kiếp khác. Phật Thích Ca tu 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp. Cho nên, có nhiều người nói tu hoài sao không thấy đắc gì hết. Vì mới tu sao đắc. Có những vị bồ tát tu 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp còn chưa thấy đắc. Nói như vậy không phải để mình nản chí. Quý vị ngồi đây học đạo có thể nói đã nhiều kiếp học đạo rồi, từng có hạt giống bồ đề, nếu không có chủng tử, tâm nguyện bồ tát thì không sao tu tập được. Quý vị nghe pháp, niệm Phật, ngồi thiền…ai có 10 pháp độ này trong tâm là bồ tát.

1. Bố thí

[37] Bài pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

Quý vị đi Chùa cúng dường lễ phẩm là thể hiện tâm thí. Đức Phật dạy: Đường tu bố thí đứng đầu. Bố thí thì phải có tâm thí, vật thí, đối tượng thí. Tâm thí là tâm rộng rãi đối với gia đình, bạn bè, những người chung quanh, đối với cộng đồng, xã hội. Quý vị đem lễ phẩm đến Chùa cúng dường thì Chùa là đối tượng thí. Đối tượng thí có rất nhiều như con người, con vật, tổ chức, cộng đồng…Một người muốn tu thành Phật phải có tâm bố thí, nếu không biết bố thí, tức không có tâm bồ tát. Tại sao? Tại vì muốn thành Phật phải tập xả bỏ tài sản, có buông bỏ được mới thành Phật. Còn dính mắc thì không thành Phật. Tại sao Đức Phật bỏ cung vàng điện ngọc, vợ đẹp con ngoan, quyền lực danh vọng đi vào rừng tu tập? Vì Ngài đã thực hành tâm thí trong nhiều kiếp lâu xa.

Ở Việt Nam có vua Trần Nhân Tông bỏ ngai vàng mặc áo cà sa lên núi ẩn tu lập ra phái Thiền Trúc Lâm và trở thành vị tổ thứ nhất với pháp danh: Điều Ngự Giác Hoàng Trần Nhân Tông (1258-1308). Trong lịch sử nước nhà, vua Trần Nhân Tông là một trong những vị vua thiên tài, anh hùng dân tộc đánh tan quân Mông cổ là đạo quân bách chiến bách thắng thời đó. Nhưng khi đã có tất cả giang sơn trong tay, Đức vua Trần Nhân Tông gởi lại cho con trai rồi lên núi Yên Tử tu hành, buông bỏ tất cả mọi danh vọng, quyền lực, tham ái.

Bây giờ quý vị đi tham quan bằng cáp treo lên núi Yên Tử thấy dễ dàng quá nhưng thời đó Đức vua Trần Nhân Tông phải đi bộ lên đỉnh núi. Ngày nay trên núi Yên Tử vẫn còn Chùa Đồng - ngôi Chùa nhỏ làm toàn bằng đồng thu hút rất nhiều khách tham quan. Chùa Đồng được tạo dựng lại và đúc bằng đồng nguyên chất nặng khoảng 70 tấn vào năm 2006, tọa lạc tại vị trí của Chùa Đồng cũ, diện tích gần 20m^2, cao 1.068 mét so với mực nước biển. Chùa Đồng được tôn vinh là một trong mười kỷ lục của châu Á, nơi đây quanh năm mây trắng vờn quanh núi với phong cảnh tuyệt đẹp của Yên Tử.

700 năm đã qua nhưng tâm lực, khí lực của người xưa cao cả biết chừng nào! Ngày nay, lịch sử Việt Nam còn ghi lại lòng yêu nước thương dân của vua Trần Nhân Tông, đặc biệt là quyết định rời bỏ ngai vàng lên núi ẩn tu. Nhân dân Việt Nam đã tôn vinh Ngài là Phật Hoàng Trần Nhân Tông một vị vua mà ai ai cũng một lòng tôn kính.

Bố thí tiền bạc, tài sản gọi là bố thí Bờ Kia. Bố thí một phần thân thể gọi là bố thí Bờ Trên. Bố thí mạng sống gọi là bố thí Bờ Cao Thượng.

Hạnh bố thí giúp chúng ta bớt lòng bỏn xẻn. Phật nói sở dĩ ta nghèo là do ta bỏn xẻn, ích kỷ. Nếu tâm rộng lớn sẽ phát sinh sự giàu có. Như vậy, muốn đạt cái tâm bồ tát quý vị phải tu tập tâm bố thí, tâm xả bỏ rộng lớn không ngừng. Quý vị muốn phát triển đời sống tâm linh hãy luôn đến Chùa nghe pháp bằng tâm bố thí, tâm bồ tát.

2. Trì giới

Trì giới là tập sống đời sống đạo đức, gương mẫu. Quốc gia nào cũng có những quy định pháp luật. Trong đạo Phật, người có đạo đức là người giữ 5 giới, 8 giới, 10 giới, giới của sa di, giới của tỳ kheo. Người nào giữ giới trang nghiêm sẽ thành tựu về giới, Phật gọi đó là vị bồ tát đang thực hành giới.

Thanh tịnh giới là người giữ giới được thanh tịnh và trong sạch nhờ có đức tin, thể hiện qua sự giữ gìn giới luật trang nghiêm. Ở ngoài xã hội việc giữ giới thể hiện qua sự chấp hành pháp luật, nội quy, quy định của công ty. Trong tôn giáo, người tu sĩ giữ giới thể hiện qua việc tôn trọng thanh quy của chùa, giữ gìn giới luật mà người tu sĩ đã thọ nhận. Nói thanh tịnh giới bao gồm thanh tịnh và trong sạch. Ngũ căn là mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm…Muốn ngũ căn thanh tịnh là người có đạo đức phải kiềm chế 5 giác quan này. Ví dụ mắt thấy sắc phải biết kiềm chế. Nếu ta thấy người này, người kia không vừa ý, ta

nổi nóng lên, điên lên…Tai nghe âm thanh tưởng người ta nói xấu mình bèn phiền não, giận dữ, nghe mùi thối là không chịu nổi, tức mình, cáu giận, chửi rủa hoặc nghe mùi thơm thì ưa thích, hoan hỷ… lưỡi nếm vị thức ăn không hợp ý nên phiền giận, thân xúc chạm sanh lòng mê đắm…Tất cả những cái đó làm tâm ta ô nhiễm. Do vậy, phiền não phát sanh từ chỗ ngũ căn không thanh tịnh. Nên quý vị phải biết kiềm chế ngũ căn để đời sống an lạc.

Nuôi mạng thanh tịnh: Phải có tinh tấn mới nuôi mạng thanh tịnh được. Những nghề như bán rượu, bán vũ khí, buôn người, buôn thú sống…người Phật tử chơn chánh không làm những nghề này.

Quán tưởng thanh tịnh: Nhờ có tuệ nên mới quán tưởng thanh tịnh. Người xuất gia trước và sau khi ăn cơm phải dùng trí tuệ quán tưởng vật thực, y phục, thuốc men, chỗ ở…là do đàn-na tín thí cúng dường để nuôi thân mạng này có đủ sức khỏe làm Phật sự. Nhờ quán tưởng như vậy ta mới không phát triển lòng tham, ngược lại thêm nhàm chán và bớt đi lòng nóng giận, ham đắm vật chất để tu tập đàng hoàng, làm lợi ích cho tăng chúng, cho cộng đồng xã hội. Quý vị Phật tử sống tại gia cũng nên quán tưởng như vậy. Trong cuộc sống, mâu thuẫn vợ chồng như bom nổ chậm, nếu muốn chuyển hóa nỗi khổ này quý vị hãy nhớ lại hồi xưa mới quen nhau, quý vị giống như tiên nam sống chung với tiên nữ. Bây giờ thì có lúc giống như tiên nam sống chung với quỷ sứ. Sao ngày xưa quý vị dễ tha thứ cho nhau, bây giờ hết yêu rồi nhìn cái gì cũng thấy ghét.

Một viên tướng về hưu kể chuyện ngày xưa khi mới quen, ông chở người yêu đi qua cây cầu chữ Y ở quận 8 chạy xe bon bon, mồ hôi nhễ nhại, ướt đẫm cả áo sơ mi. Cô người yêu hỏi anh có mệt không, ông vẫn cười tươi mà nói: Không sao, không sao, anh khỏe mà!. Năm năm sau, cũng người phụ nữ đó nay đã làm vợ ông, cũng chở lên cầu chữ Y bằng chiếc xe đạp như khi xưa ông từng chở, người đó cũng hỏi y chang câu hỏi năm xưa: Anh có mệt không, thì mặt ông sa sầm xuống rồi nói: Bộ trâu bò sao không mệt? Cho nên, cái tâm con người ta thay đổi không ngừng. Trong hoàn cảnh sống hiện tại, đôi lúc quý vị cũng nên nhớ lại kỷ niệm xưa để tha thứ, an ủi cho nhau. Nếu ta căm ghét một người nào đó, ta sẽ mệt. Do vậy, muốn chuyển hóa cơn giận, hãy nghĩ người kia sắp chết rồi, người kia đang bệnh, hoặc nghĩ ta cũng sắp chết rồi, ta đang bệnh…. Vậy giận làm chi cho đau khổ, mệt mỏi, hãy tha thứ, hỷ xả cho nhẹ lòng.

Quý vị ngồi đây nghe kinh, học pháp, tự mỗi người có những cảm nhận lợi lạc trong tâm. Trong những lúc đó, quý vị hãy quán tưởng và biết ơn cô Cúc là người đã kiên trì tổ chức những buổi sinh hoạt Phật Pháp như vậy cho quý vị.

3. Xuất gia

Xuất gia là bỏ nhà đi tu. Xuất gia có hình tướng xuất gia, tâm lý xuất gia. Cạo đầu mặc y là hình tướng xuất gia. Tâm thật sự hướng tới con đường giác ngộ, làm gương cho bá tánh là tâm lý xuất gia. Người tu không đàng hoàng, chân chánh là chỉ có hình tướng xuất gia, không có tâm lý xuất gia. Cư sĩ tại gia thì có tâm lý thoát tục nhưng chưa có hình tướng xuất gia. Người xuất gia sống đời sống phạm hạnh, chân chánh sẽ thành tựu đạo quả tiến tới giác ngộ. Muốn thành Phật phải sống đời sống viễn ly, giúp ta đạt đến giác ngộ nhanh chóng. Các sư trong Chùa là những vị xuất gia, là người đang thực hành pháp độ, đang làm bồ tát. Quý vị rủ bạn bè đến Chùa tập tụng kinh là đang thực hành pháp độ. Tu thì phải rủ rê nhau. Ăn cơm có canh tu hành có bạn. Người miền Nam hay nói vui là tu hú, nghĩa là tu phải hú (rủ, kêu, mời, gọi…) tu hú có nghĩa là vậy. Người tu âm thầm tu, không rủ rê ai thì sau thành Phật Độc Giác, tức Phật cô đơn. Truyền thống Phật giáo Nam Tông hoặc Bắc Tông đều có cho phép người Phật tử tu xuất gia gieo duyên hay còn gọi là xuất gia đoản kỳ. Nghĩa là người Phật tử tập sự làm ông sư trong Chùa trong thời gian ngắn, có thể một tuần, vài tuần, một năm, vài năm… Trong thời

gian xuất gia gieo duyên đó là chúng ta đã gieo hạt giống giác ngộ cho đời này. Có thể đời này ta tu gieo duyên một tuần hay một năm, đời sau ta tu vài năm, đời sau nữa ta tu luôn trọn một kiếp người. Cũng như quý vị đến đây, lúc ban đầu ngồi nghe pháp 10 phút, sau ngồi nghe 30 phút, lần sau nữa ngồi luôn trọn buổi để nghe hết thời giảng Pháp. Cái gì cũng có quá trình của nó, hay nói theo nhà Phật là nhân duyên đầy đủ thì thành tựu mọi việc.

4. **Trí tuệ**

Trí tuệ phát sanh nhờ nghe Pháp, đọc sách, ngồi thiền. Trí tuệ phát sanh giúp ta thấy được chân lý vô thường, khổ, vô ngã, tứ diệu đế, thấy được già, bệnh, chết. Thấy được, hiểu được chân lý đó rồi sau này cái già có đến, răng rụng, mắt mờ cũng không hoảng hốt, lo âu, buồn bã, tiếc nuối. Những ngày tháng đến Chùa học Phật, ta đã biết thân này là hư huyễn.

Dâng hoa cúng dường Phật
Bậc thương xót muôn loài
Dâng hoa cúng dường Pháp
Đạo nhiệm mầu cứu khổ
Dâng hoa cúng dường tăng
Ruộng phước không gì bằng
Hoa tươi đẹp sẽ tàn
Thân giả hợp sẽ tan
Nguyện tu mau chứng đạt
Quả chân thường Níp bàn.

Hồi xưa Sư nhìn người ta đeo kiếng đọc sách thấy ngồ ngộ. Còn bây giờ Sư cũng phải mang kiếng mới đọc sách được. Đó là dấu hiệu "lão suy vong". Có những điều mình không muốn mà nó vẫn tới. Quý vị dùng trí tuệ quán chiếu con người và vạn vật ở trong quy luật vô thường, luôn thay đổi, vô ngã qua đó ta giữ tâm bình thản trước những biến đổi của cuộc đời.

5. Tinh tấn

Tinh tấn là siêng năng, nỗ lực không ngừng. Khóa tu phải có người Trưởng ban tổ chức nỗ lực không ngừng, tinh tấn, quyết tâm, giảng sư nhiệt tâm thuyết giảng, Phật tử hưởng ứng phong trào, siêng năng tu học. Tất cả điều đó cho thấy chúng ta đều đang hành bồ tát đạo. Nếu không tinh tấn không thành Phật được mà thành người cũng không xong. Chúng ta biết học bất cứ môn nào cũng cần siêng năng, chăm chỉ. Tu cũng vậy, cũng cần tinh tấn tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền, bố thí, trì giới…Kiếp cuối Đức Phật ngủ một ngày chỉ một tiếng đồng hồ thôi. Thời gian còn lại Ngài hoạt động, tu hành liên tục, tinh tấn không ngừng nghỉ. Cho nên, Ngài thọ chỉ có 80 tuổi do làm việc, đi hoằng pháp nhiều.

Hồi nhỏ, Sư vô Chùa được may mắn sống chung với một vị sư tiền bối siêng năng: ngày nào vị sư ấy cũng giữ thời khóa tu hành nhất định: tụng kinh, niệm Phật, ngồi thiền, lau chùi, quét dọn…ngày nào cũng làm những việc y chang như vậy và làm năm này qua năm khác. Nhờ gần gũi với vị sư tiền bối đó nên hồi nhỏ Sư sớm học thuộc bài học siêng năng, tinh tấn qua hình ảnh vị sư già có đời sống tu hành rất đẹp.

6. **Nhẫn nại**

Nhẫn nại là chịu đựng. Trong cuộc sống ai cũng có những nỗi khổ riêng. Đi qua những thăng trầm, thống khổ của cuộc đời ta mới tìm ra lẽ sống. Quý vị hãy biết cảm ơn những đau khổ, khó khăn trong cuộc sống đã rèn luyện cho ta sức nhẫn nại, bản lĩnh tu tập, lòng từ bi vô lượng. Người đang giận hờn mà nói xin đi tu thì thầy sẽ kêu đi về đi. Bởi vì đi tu như thế là trốn chạy, hãy về mà tìm cách vượt qua nghịch cảnh. Trong gian khổ ta tập hạnh từ bi, khiêm tốn, thương yêu, nhường nhịn. Thân nhịn là khi ghét nhưng miệng không chửi mắng gọi là khẩu nhịn. Trong tâm không suy nghĩ cách hại người ta gọi là ý nhịn. Nhẫn nhục cũng có nghĩa là chịu đựng với tâm bao dung, tha thứ. Không phải lúc nào ta làm Phật sự cũng luôn luôn được "thuận buồm xuôi gió" mà đôi khi gặp phải những trắc trở, ngăn cản, chỉ trích, gièm pha, nói xấu, vu khống. Lúc đó, người tu pháp nhẫn nại phải biết chịu đựng. Nhẫn nại không phải là một pháp dễ tu. Nhưng nếu quý vị không rèn luyện sức kham nhẫn chúng ta sẽ không vượt qua những khó khăn và sẽ thất bại. Như vậy, một khi bị ai đó hiếp đáp, xúc phạm, gây phiền não… ta coi đó như là cơ hội thử thách tâm nhẫn nại của ta. Chỉ cần quý vị nhớ rằng nhẫn nhục, chịu đựng nhưng không thù hận trong lòng, không đau khổ, không phiền não, mà là nhẫn nhục với tâm vị tha. Tất cả điều ấy là thực hành tâm bồ tát.

Sức mạnh trẻ thơ là tiếng khóc, sức mạnh của vua là quyền lực, sức mạnh người ngu là áp đảo, sức mạnh của tên ăn trộm là vũ khí, sức mạnh người hiền trí là tiết độ, sức mạnh người tu là nhịn nhục. Do vậy, nhịn nhục là một trong mười pháp tu để thành Phật. Quý vị ứng dụng pháp nhịn nhục trong đời sống ở nơi làm việc, trong gia đình là thấy khỏe liền.

7. Chân thật

Chân thật là sống trung thực, ngay thẳng, không dối láo. Sống chân thật giúp ta có nhiều bạn bè, nhiều người thương quý, ta sống không lo lắng, sợ hãi. Người không chân thật sống chung với ai cũng làm người khác không an tâm vì cứ phải đề phòng sự gian dối, giảo hoạt của họ trong lời nói và hành động. Ví dụ, quý vị ở chung phòng với người có tánh ăn cắp, tự ý lấy đồ dùng của người khác xài mà không xin phép thì quý vị cũng sẽ cảm thấy không vui. Trong truyền thống Phật giáo Nam Tông, vật phẩm cúng dường phải được dâng tận tay nhà sư. Lý do là xưa kia, người xuất gia ở trong rừng, trong các khu nghĩa địa. Khi người ta cúng, các thầy tu lấy đồ cúng chưa ai cho để ăn nên bị người dân than phiền đến Đức Phật. Do vậy Phật liền chế ra quy định những ai muốn cúng dường vật phẩm cho các thầy tu thì phải dâng tận tay. Như thế các thầy tu cũng chỉ được phép thọ nhận những gì mà người khác dâng đến tận tay. Nếu tự ý dùng những vật phẩm chưa dâng tận tay thì coi như thầy tu đó phạm giới lấy của không cho, gọi là ăn cắp.

Người sống chân thật thường hay biết lỗi mình, nhận lỗi mình, không bao giờ muốn làm việc ác. Cho nên, người sống chân thật là người có tâm lành, tâm thiện. Sống chân thật là đạo đức cần thiết quan trọng của người xuất gia. Vì sống chân thật mới tạo được niềm tin nơi Phật tử, qua đó họ tin vào chánh pháp. Người tu hành có lời nói và hành động chân thật, tự nhiên có oai đức và đạo lực đem lại thiện pháp cho người khác. Cho nên, người tu thường chịu thiệt thòi về mình cũng là để được sống chân thật.

Hạnh sống chân thật là hạnh của người tu Phật, tâm mong muốn làm cho người khác an vui, không lo lắng. Tâm chân thật là tâm bồ tát.

8. Quyết định

Quyết định là làm cái gì cũng phải có quyết tâm cao. Ví dụ như quý vị có ý đến Chùa nghe pháp thì dù trời mưa cũng vẫn quyết định đi, không thay đổi ý. Khi làm việc gì dù gặp trắc trở

cũng phải quyết định vượt qua. **Pháp quyết định là pháp then chốt trong 10 pháp độ thể hiện quyết tâm cao, ý chí cao.**

Người ta nói rằng: đừng cãi lý với kẻ say, không bắt tay với kẻ xấu, không chiến đấu với kẻ liều, không nói nhiều với kẻ ngu… Có quyết định thì ta mới đạt đến mục đích của mình.

9. Tâm từ

Tâm từ là lòng từ bi, là có tình thương đối với người khác không điều kiện. Tâm từ không chỉ là ta thương yêu cha mẹ, sư phụ, vợ chồng, con cái, bạn bè mà đối với người hàng xóm, láng giềng, người không quen biết cũng đem tình thương bao la rộng lớn mà đối đãi với họ. Tâm từ là chất liệu cần thiết cho cuộc sống. Tình thương của tâm từ giúp ta vượt qua trở ngại, cứu độ chúng sanh. Đức Phật tu pháp độ này vì có hằng hà sa chúng sanh đang cần Ngài cứu vớt. Tâm từ hay nói cách khác là lòng từ bi của Phật luôn luôn che chở tất cả chúng sanh, ôm ấp muôn loài, không bỏ sót một ai. Người tu Phật, tu pháp tâm từ mà chưa giảm bớt ngã chấp, tức là chưa có lòng từ bi. Các sư, các cô tu nữ xuất gia có một đời sống lục hòa nhẹ nhàng, cố gắng tu tập sao cho lòng thương yêu chúng sanh ngày càng tăng trưởng, lòng thương yêu riêng tư ngày càng giảm dần, nhỏ lại. Người xuất gia tu pháp tâm từ là tập thương yêu những người cùng sống chung trong Chùa vốn là những người xa lạ nhưng có nhân duyên và cùng chí hướng tu hành, cùng chung một Thầy. Chính vì vậy, tu tâm từ là tập thương yêu chúng trong chùa, những người ta gặp hằng ngày, quan tâm, san sẻ với họ từ vật chất đến tinh thần. Có thương yêu bạn hữu tu chung trong Chùa thì ta mới mở lòng ra thương yêu tiếp độ vô số chúng sanh khác được. Người con Phật tu pháp tâm từ cố gắng để trở thành bóng mát cho chúng sanh nương tựa, an ủi chúng sanh vốn luôn mệt mỏi vì khổ đau trong cuộc sống hằng ngày. ***Tu tập pháp tâm từ rất khó***. Vì nếu không có trí tuệ ta sẽ không thể tự nhiên mà dẹp bỏ bản ngã để khởi phát tâm từ ***nguyện yêu thương tất cả chúng sanh*** (trong đó có những người từng làm tổn hại ta). Nếu ta vượt qua lòng giận thù để thương yêu được kẻ đã hại mình thì đó chính là phước báu vì ta tránh được ý niệm trả thù trong tương lai, tránh được việc gieo hạt giống bất thiện cũng là tránh được nghiệp ác. Nếu ta chưa thành Phật nhưng ta có tâm từ thì ít ra lòng từ bi cũng giúp ta đem an vui, lợi ích cho mọi người, sống một cuộc đời thực sự bình yên.

10. Tâm xả

Xả là buông bỏ. Khen cũng xả mà chê cũng xả. Không có tâm xả, ta sẽ đau khổ hoài vì cố chấp, ôm giữ, dính mắc. Người có tâm xả là biết tha thứ. Nếu chưa thành Phật ngồi trên tòa sen thì sống trong đời ai cũng có lỗi lầm. Ta có ưu điểm và có cả khuyết điểm. Người khác cũng vậy. Cho nên, tu pháp xả tâm là rèn luyện tâm từ vô lượng để có thể kiên nhẫn giúp người khác vượt qua lỗi lầm bằng tâm yêu thương, tha thứ của ta. Chúng sanh vô biên vô lượng lỗi lầm thì tâm xả cũng phải vô biên vô lượng y chang như vậy.

Lưu ý, bồ tát tu 10 pháp độ này, trong mỗi pháp chia ra làm 3 cấp độ. Ví dụ, bố thí thì có bố thí Bờ Trên, Bờ Kia, Bờ Cao Thượng. Bờ Trên thành tựu quả vị Phật Thinh Văn giác. Bờ Kia thành tựu quả vị Phật Độc Giác. Bờ Cao Thượng thành tựu quả vị Phật Toàn giác. Muốn thành Phật Toàn giác phải tu 30 pháp. Muốn thành Phật Độc Giác phải tu 20 pháp. Muốn thành Phật Thinh Văn giác phải tu 10 pháp.

Bố thí Bờ Cao Thượng là bố thí mạng sống. Vì sao phải bố thí mạng sống? Vì chưa thành Phật mà dám bỏ mạng sống thì chẳng có cái chi không bỏ được, như vậy mới thành Phật. Nếu tu mà sợ chết, sợ bệnh, sợ xấu, sợ già, sợ nghèo, sợ mất… thì không thành đạo, không chứng

đắc được. Tâm không còn luyến ái thân mạng, tài sản, quyền lực, danh vọng... thì mới thành Phật được.

Tu trí tuệ phải trải qua 20 a tăng kỳ và 100 ngàn đại kiếp. Ta phát nguyện trong tâm tu 7 a tăng kỳ hoặc nói ra bằng lời tu 9 a tăng kỳ, Phật thọ ký 20 a tăng kỳ cho ta. Vị bồ tát phát nguyện tu hạnh trí tuệ, sau nếu gặp pháp thì độ liền. Có 6 định hướng hay nói cách khác là 6 nhân tướng: tánh tham sân si giảm bớt, tâm quyết định xuất gia, thích sống viễn ly nơi yên tịnh, vắng vẻ… giúp ta nhận ra được tâm bồ tát ở một hành giả trên con đường tu tập giải thoát hướng đến giác ngộ.

Pháp độ là con đường đi đến giác ngộ thành Phật Độc Giác, Phật Toàn giác, Thinh Văn giác. Đó là những cách thực hành khác nhau để thành tựu quả vị Phật, không còn thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ, sân hận, ái sắc, ái vô sắc, ngã mạn, phóng dật và vô minh. Ở một vị Phật Toàn giác thì 10 phiền não đã đoạn trừ, có thần thông, hào quang hơn Phật Độc Giác. Ở vị Phật Độc Giác thì trí huệ, thần thông, hào quang hơn vị Phật Thinh Văn giác.

Mười pháp độ trên đây là những phương tiện giúp chúng ta thành tựu đạo đức cao cả, giải thoát ngã chấp sâu dày, sống đời từ bi, quên mình vì lợi ích của chúng sanh.

Mong 10 pháp độ này giúp cho chúng ta thấy biết con đường thành Phật, sống một đời an lạc giữa thế gian.

MƯỜI TỜ GIẤY CUỘC ĐỜI[38]

Đức Thế Tôn xuất gia năm 29 tuổi, tu khổ hạnh ở rừng già 6 năm và đắc đạo chứng quả năm 35 tuổi. Đức Phật đã hoằng pháp 45 năm và viên tịch năm Ngài 80 tuổi. Đức Thế Tôn đã để lại một kho tàng pháp bảo vô giá mà ngày nay có 1/4 nhân loại vô cùng kính ngưỡng và quy y Phật Pháp.

Giáo pháp của Đức Phật có 84 ngàn pháp môn. Kinh điển theo tạng kinh Thái Lan có 45 quyển chánh tạng, 92 quyển chú giải là tài liệu quý do các vị Thánh tăng chú giải mà sau này được dịch ra nhiều thứ tiếng như tiếng Anh, tiếng Đức… Hội Thánh điển Pāli ở Anh Quốc dịch kinh điển Phật giáo từ năm 1881 đến bây giờ. Tuy giáo pháp của Đức Phật có 84 ngàn pháp môn, kinh sách dài mấy sải tay nhưng tựu trung lại là Giới, Định, Tuệ. Ngoài ra, kinh điển trong Phật giáo đề cập đến hai vấn đề là khổ và diệt khổ. Thế nên, lời dạy của Đức Phật ở góc độ nào cũng là nói về khổ và cách diệt khổ. Chúng ta thấy bài giảng đầu tiên của Đức Phật ở vườn Lộc Uyển là "Tứ Diệu Đế" đề cập đến khổ, tập, diệt, đạo đế. Khổ đế nói về sanh, già, bệnh, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não, xa người thương là khổ, gần người ghét là khổ, cầu không được là khổ và cuối cùng có tấm thân này là khổ. Tập đế mà Đức Phật dạy là nguyên nhân của khổ là tham. Con người còn tham là còn khổ. Tham nhiều khổ nhiều, tham ít khổ ít, không tham không khổ. Diệt đế là không còn tham. Con đường tu để không còn tham là bát chánh đạo: chánh kiến, chánh tư duy, chánh tinh tấn, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh niệm, chánh định. Tất cả nói chung là giới, định, tuệ.

Cuộc đời con người sống khoảng 100 năm thôi nhưng loanh quanh không ra ngoài đau khổ. Hôm nay, sư nói cho quý vị nghe về "Tờ giấy cuộc đời". Mỗi người chúng ta gắn bó với những tờ giấy cuộc đời này giống như gắn bó với đau khổ và hạnh phúc vậy.

1. Tờ giấy khai sanh: Mở cửa cuộc đời

Tờ giấy khai sanh này ai cũng có. Đứa trẻ mới sanh ra ở bệnh viện là được cấp ngay giấy chứng sanh. Cha mẹ đem giấy chứng sanh này lên phường, xã làm bằng chứng để làm giấy khai sanh cho con. Tờ giấy khai sanh cũng có đẹp xấu do cái tên đẹp hay xấu ghi trong đó. Ở dưới quê cha mẹ hay đặt tên con xấu xấu một chút cho dễ nuôi hoặc là do ngại trùng tên với nhà hàng xóm. Cho nên, hồi nhỏ Sư tên Sáu nhưng cha mẹ thương đặt thêm chữ Bé, nên Sư có tên là Nguyễn Văn Bé Sáu. Hồi đó Sư mặc cảm với cái tên Bé Sáu của mình lắm vì thường hay bị bạn bè trêu chọc. Tụi bạn nói: Lớn rồi mà cứ kêu Bé gì nữa? Sau này làm lại giấy khai sanh, Sư bỏ chữ Bé đi.

Có thể nói, ngay từ khi mới lọt lòng, tờ giấy khai sanh đã gắn liền với cuộc đời chúng ta với cái tên xấu đẹp gì cũng do cha mẹ đặt cho và nó đi theo ta suốt cả cuộc đời. Cho nên, tờ giấy khai sanh là cánh cửa đầu tiên bước vào đời một cách "danh chính ngôn thuận" mà ai cũng có.

2. Tờ giấy tốt nghiệp: Phấn đấu cả đời

Cuộc đời chúng ta sanh ra, học tiểu học rồi trung học 12 năm. Chúng ta phải có sự giúp đỡ của cha mẹ, có ý chí, có tiền bạc mới vượt qua 12 năm ở học đường. Sau đó chúng ta còn trải qua 4 năm đại học để lấy bằng cử nhân, 2 năm học thạc sĩ, rồi 3 hay 4 năm học tiến sĩ. Thật sự, hành trình này rất căng thẳng, mệt mỏi. Từ lúc Sư đi tu 10 tuổi đến nay mới hoàn thành việc học lấy bằng Tiến Sĩ. Do đó, tờ giấy tốt nghiệp là cả một hành trình phấn đấu suốt đời. Con người phải có ý chí, siêng năng, cố gắng không ngừng mới mong đạt được

[38] Bài pháp này giảng tại Chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

thành công. Sự thành công của chúng ta chỉ có 5% thông minh, phần còn lại 95% là sự cố gắng. Chuyện tu trong Chùa cũng giống như chuyện học ở đời. Trong nhà Phật luôn nói đến tính siêng năng, tinh tấn. Người tu sĩ nếu không siêng năng, nỗ lực thì không thành đạo.

3. Tờ giấy kết hôn: Dày vò cả cuộc đời

Quý vị nào kết hôn rồi mới biết chính xác hôn nhân không phẳng lặng như mặt nước hồ thu mà cũng có lúc sóng gió, bão tố. Một gia đình, đôi khi nhìn bên ngoài ta thấy hạnh phúc nhưng sự thật bên trong như thế nào thì người trong cuộc mới hiểu rõ. Có khi mới cưới nhau năm, ba tháng đã ly dị. Có khi cưới nhau, ở với nhau gần bốn, năm chục năm trời cũng đưa nhau ra tòa ly dị như chơi. Trong cuộc sống hôn nhân có rất nhiều phiền toái nhưng do cả hai vợ chồng biết nhịn nhục nên sóng gió cũng qua. Bởi hôn nhân có nhiều ràng buộc mà nặng nhất là con cái. Cho nên, nói tờ giấy kết hôn dày vò cả đời cũng không phải là quá đáng. Nếu chúng ta biết tôn trọng, biết nhường nhịn, chia sẻ, tha thứ, yêu thương thì sẽ hạnh phúc, còn nếu cái tôi ai cũng lớn quá thì tan vỡ. Ai cũng biết hạnh phúc của bố mẹ là hạnh phúc của con cái, nếu cha mẹ chia ly thì con cái cũng đau khổ. Do đau khổ, con cái sẽ bỏ nhà đi bụi. Theo thống kê của cảnh sát thì những đứa trẻ đi bụi hầu hết là con của những gia đình có cha mẹ ly dị. Những người làm cha mẹ cần quan tâm đến chi tiết này để suy nghĩ kỹ mỗi khi hành động, tránh cho con cái những đau khổ về sau.

Bản chất của cuộc đời là khổ rồi. Ngũ uẩn này là khổ, thêm ngũ uẩn chồng nữa là khổ, rồi thêm hai cái ngũ uẩn con nữa thành bốn khổ. Nhưng trong khổ mà biết vị tha, chịu đựng, thông cảm thì sẽ hạnh phúc. Đến lúc đó, hôn nhân không còn là nỗi sợ dày vò mà làm đẹp cho đời, cho xã hội.

4. Tờ giấy thăng quan: Đấu tranh cả đời

Con người sanh ra, lớn lên là cả một chuỗi ngày dài phấn đấu không ngừng để đạt được chức vụ, danh vọng. Nếu muốn có chức vụ lớn thì chúng ta phải phấn đấu rất nhiều chẳng hạn như phải học thật giỏi, rèn luyện kỹ năng sống, làm tốt công việc được giao. Người ta thường nói: "Càng cao danh vọng càng dài gian nan".

Không có danh vọng cũng khổ, có danh vọng nhiều cũng khổ. Mấy người làm nhỏ cũng khổ. Mấy người làm lớn cũng khổ. Những người có chức tước lớn, nói theo lăng kính nhà Phật về nhân quả thì người đó có hiếu với cha mẹ, biết tôn ti trật tự, kính trọng trưởng lão, ít chê người, tôn thờ tôn giáo, tổ tiên ông bà. Nếu ta có những đức tính đó thì tối thiểu ta cũng được người chung quanh ca ngợi, tán thán. Đạo Phật là đạo nhân quả. Cho nên,những người Phật tử đến cầu nguyện danh vọng thì Sư chỉ cho một câu niệm Phật hằng, hướng dẫn thắp hương cúng Phật và ông bà mỗi ngày.

5. Tờ giấy tiền bạc: Nhọc nhằn cả đời

Hồi xưa, Sư học Đại học Sư Phạm ngành Văn, Sư tham gia viết bài cho báo Giác Ngộ, lần đầu tiên lao động bằng trí óc được trả lương 200 ngàn đồng, mừng ơi là mừng. Sau, Sư đi dạy học, đứng lớp 1 tiết được 100 ngàn đồng, dạy một tháng trời cũng có tiền mua sách đều đều. Cho nên, lần đầu dạy học, cầm đồng lương thấy vui ơi là vui, vì đây là đồng tiền phấn đấu, lao động bằng trí óc. Cho nên, khi một người làm lụng vất vả chảy mồ hôi, sôi nước mắt mới có đồng tiền mà người đó dám dùng đồng tiền khó nhọc của mình làm ra để bố thí, cúng dường thì đó là bằng đức tin trong sạch. Do đó, người nào cúng dường như vậy thật sự là cao cả.

Hãy tập sống an vui, vô sự trước mọi cám dỗ của vật chất: “Lòng vô sự, trăng in nước. Của vãng lai, gió thổi hoa”.

6. Tờ giấy khen: Hư vinh cả đời

Ở chùa, có chú tiểu tối ngày đi cốc này, cốc kia ngồi chơi nhưng được cái thông minh. Sư nhìn tập học toán của chú ấy thấy lúc nào cũng có điểm 10, chỉ khi nào không cẩn thận thì mới 9 điểm thôi. Nhưng lúc nào mà chú ấy không ưa cô giáo là chú ngồi đồng, không chịu học nên bị cô giáo mắng vốn: Tu gì đâu mà lì quá!

Giấy khen thì có nhiều loại, người đi học có giấy khen mà người tu cũng có giấy khen. Thế nhưng, đó cũng chỉ là hư vinh. Ai quan trọng hóa giấy khen cũng khổ. Do đó, khi ta được khen thì vui chút ít thôi. Người ta khen ta được thì cũng chê ta được. Nên người tu khi được khen cũng bình tĩnh, khi bị chê lại càng bình tĩnh hơn. Đó chính là bản lĩnh sống trong cuộc đời.

7. Tờ giấy khám bệnh: Đau khổ cả đời

Ta đang khỏe mà vào bệnh viện, bác sĩ khám bệnh ghi một chữ "c" là cancer coi như về ôm đau khổ. Thời buổi bây giờ, trong thức ăn, thức uống có hóa chất nhiều. Nên chúng ta ăn uống mà không kiêng cữ thì tuổi thọ giảm xuống. Có những trái táo, lê để cả tháng không hư. Vì hóa chất tẩm ướp nhiều nên mình phải hết sức thận trọng trong ăn uống. Người ta nói họa từ miệng mà vô, họa cũng từ miệng mà ra. Cho nên, phải khéo léo trong cách ăn uống để tránh tai họa cho sức khỏe của mình. Thời đại bây giờ muốn ốm thì khó còn thích mập thì dễ vì thức ăn, thức uống quá nhiều, quá ngon. Nếu ăn uống không có tiết chế, tiết giảm, thì dễ bị béo phì, ốm đau, bệnh tật là không tránh khỏi. Cho nên, cái họa từ ăn uống phát sinh quá nhiều. Đau khổ cũng từ đó mà ra.

Sư có ông sư bạn đang khỏe, một hôm đi khám bệnh thì bác sĩ phát hiện ung thư giai đoạn cuối chỉ còn sống 3 tháng nữa thôi. Vị Sư đó mới nhờ Sư trông nom giùm đứa con đang tu ở Chùa. Sư nhìn tướng tá vị sư ấy thấy khỏe mạnh, nghĩ sao có thể bệnh được. Thế nhưng mới có hai tháng rưỡi sau khi phát bệnh thì vị sư đó mất. Mau quá!

Cho nên, kiếp người chúng ta là một chuỗi già - bệnh - chết. Kiếp người ngắn ngủi, đời người bấp bênh nên ta phải nhanh chóng tu tập làm điều tốt, làm việc thiện. Còn tài sản, danh vọng chỉ là giấc mộng đêm khuya. Khi ta dứt thở một cái là tất cả dứt theo. Danh vọng, tiền bạc, hạnh phúc, khổ đau… tất cả đều vô nghĩa. Do vậy, người tu phải biết cõi này là cõi tạm, kiếp này là kiếp nhờ.

8. Tờ giấy cầu siêu: Kết thúc cuộc đời

Có người hỏi Sư: Cầu an là sao? Cầu siêu là sao? Sư trả lời: Cầu an là cầu cho người sống, cầu siêu là cầu cho người chết. Đạo Phật ta quan niệm chết là thay đổi một kiếp sống nên cũng không có gì đáng sợ. Ta sống kiếp này già chết thì sang kiếp khác, có thân khác mới hơn, giống như thay một cái áo mới vậy mà. Nếu kiếp này tu tốt thì kiếp sau sanh vào chỗ tốt hơn, sang trọng. Nếu kiếp này không tu, bất hiếu thì kiếp sau sanh vào chỗ nghèo khó, cùng đinh.

Bên Ấn Độ có câu chuyện triết học. Có ông đạo sĩ đến thăm một người bạn và chúc nhân dịp năm mới: chúc gia đình có ông chết, cha chết rồi con chết. Đầu năm, đầu tháng chúc 3 cái chết. Hỏi tại sao? Ông đạo sĩ giải thích đó mới là gia đình hạnh phúc vì có những cái chết theo thứ tự. Gia đình mà tre già khóc măng non là không hạnh phúc.

9. Tờ giấy buông xả: Vui vẻ cả cuộc đời

Buông xả ư? Buông gì? Xả gì? Buông những gì không đáng để giữ. Chẳng hạn như của cải, tiền bạc. Ta có nhiều của cải quá mà anh em không có, thiếu thốn trong cuộc sống thì ta cho. Có những người ngộ lắm, nhiều khi thức ăn dùng không hết nhưng thà để cho hư thúi rồi bỏ chứ không cho ai. Trong nhà có kinh sách quý nhưng người ta mượn đọc thì lại không cho. Xả những gì nặng cho nhẹ bớt, đừng dính mắc, cố chấp. Có những người khi bị

ai nói nặng thì buông một câu lạnh lùng: thà chết không gặp mặt. Dân gian có câu: "Khi thương trái ấu cũng tròn, khi ghét trái bồ hòn cũng méo" hay câu: "Thương ai thương cả đường đi, ghét ai ghét cả tông ty, họ hàng". Nếu biết sống buông xả thì an vui cả đời. Nếu ích kỷ, nhỏ mọn thì phiền não, mệt mỏi. Người tu lâu năm mà không có khả năng buông bỏ, tha thứ thì cuộc đời tu hành sẽ không có an vui, thanh tịnh.

Có người hỏi Sư: Sao trong số những người tu nữ, có người xăm môi, xăm mày và trong các ông sư xuất gia có người trên tay xăm hình con đại bàng thấy dễ sợ? Sư nói: Trước khi đi tu người ta lỡ xăm con đại bàng, có thể vì yêu thích sự dũng mãnh của loài chim này. Cũng có thể trước kia ông ấy là đại ca, là đại bàng thứ thiệt, nhưng nay "gãy cánh" rồi nên xuất gia đi tu, vô Chùa học kinh niệm Phật. Ngày xưa người ta ngang dọc giang hồ, dấu vết quá khứ dẫu còn trên hình tướng nhưng tâm tánh đã ngộ đạo. Cho nên, Sư khuyên quý vị gặp những vị sư như vậy hãy quỳ xuống chân thành đảnh lễ. Quý vị làm được như vậy rất quý. Đó cũng là bài học buông xả những định kiến, chấp trước trong tâm quý vị.

Cho nên, ta sống phải từ bi hỷ xả. Ta có được tờ giấy buông xả là vui vẻ cả cuộc đời.

"Sống không trách móc sống nhàn
Đời không nghi kỵ đời càng thanh tao".

10. Tờ giấy an tâm: Cả đời hạnh phúc

Con người ta sống mà lo nhiều quá, sợ nhiều quá nên không an vui, thanh tịnh. Đức Phật sống rất ngay thẳng, trước mặt hay sau lưng người khác đều không bao giờ rúng động. Ngày xưa, khi bỏ ngai vàng đi tu, Đức Phật không bao giờ làm việc ác, lúc nào cũng bao dung, nhẹ nhàng, nên ai gặp Ngài cũng thấy kính trọng, quý mến. Ngày nay, ta gặp ai có tâm bao dung thì ta cũng cảm nhận được sự an nhàn, thư thái.

Sống mà lo nhiều, sợ nhiều, khổ nhiều thì đâm ra bệnh. Có nhiều thứ bệnh nhưng chung quy lại chỉ có bốn. Bệnh thứ nhất là bệnh do ăn nhiều. Thứ nhì, bệnh do thời tiết nghĩa là nóng quá bệnh, lạnh quá cũng bệnh. Hai loại bệnh trên thì dùng thuốc mà trị. Còn có loại bệnh tâm do căng thẳng thần kinh và phải điều trị bằng tâm. Loại thứ tư là bệnh nghiệp do những hành động bất thiện của mình như bệnh ung thư, bệnh nan y do những việc làm trong quá khứ. Do đó, ta sống thoải mái, an lạc cũng giúp mình bớt bệnh. Sống quanh năm suốt tháng không có nụ cười thì bảo đảm trước sau cũng bệnh tiểu đường, tăng xông. Các nhà tâm lý đưa ra phương pháp muốn sống thọ thì mỗi ngày ta phải làm sao cho ba người cười. Quý vị làm được điều đó là một trong những bí kíp kéo dài tuổi thọ.

Nói về khổ và diệt khổ xuyên qua mười tờ giấy: Giấy khai sanh - mở cửa cuộc đời, giấy tốt nghiệp - phấn đấu cả đời, giấy kết hôn - dày vò cả đời, giấy thăng quan - đấu tranh cả đời, giấy tiền bạc - nhọc nhằn cả đời, giấy khen - hư vinh cả đời, giấy khám bệnh -đau khổ cả đời, giấy cầu siêu - kết thúc cuộc đời, giấy buông xả - vui vẻ cả đời, giấy an tâm - hạnh phúc cả đời.

Đời này là khổ, khổ và khổ. Ai ai cũng phải khổ. Nhà nhà khổ. Người người khổ. Nhưng nếu ta sống và làm theo những lời Phật dạy thì ta sẽ chuyển hóa được khổ để sống an lạc, hạnh phúc hơn.

PHÁP TRONG CUỘC SỐNG[39]

Quý vị biết đời sống của chúng ta ngắn ngủi nên khi ta có duyên làm việc gì thì làm việc đó, làm cho mau lẹ để thôi không kịp. Quý vị cũng vậy, hãy niệm Phật cho mau cho lẹ để đi lên chớ không thôi đi xuống, khổ lắm.

Trong kinh Đức Phật ngài dạy: Đệ tử Phật là phải thừa tự Pháp chớ đừng thừa tự tài vật. Trước khi Phật nhập diệt, Ngài đã để lại di ngôn: Các con hãy thực hành Pháp và Luật của Như Lai. Còn thế gian này là vô thường.

Quý vị đang ngồi đây là đã thừa tự pháp. Đức Phật ngài đã bỏ ngai vàng, vợ đẹp, con thơ để đi tìm chân lý giác ngộ mà ngày nay chúng ta đang thừa hưởng.

Ta thực hành lời dạy của Phật là đang thừa hưởng pháp. Quý vị niệm Phật là thừa hưởng pháp. Gia sản ấy là do Phật đã đánh đổi cả 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp mới có Pháp (dhamma - teaching of the Buddha).

Pháp là lời dạy của Đức Phật. Pháp có ở khắp mọi nơi. Nơi nào có người thực hành lời dạy của Phật như niệm Phật, tụng kinh, hành thiền, nghe pháp, kính trọng cha mẹ, bố thí, cúng dường, giữ giới…tất cả đều là pháp của Phật. Cho nên, nói Pháp ở khắp mọi nơi, pháp ở trong cuộc sống chúng ta.

Pháp Ở Góc Độ Nào Cũng Ứng Dụng Được

1. Thân an lạc không mệt, tâm ô uế thì mệt

Quý vị chuyên tâm niệm Phật, vô Chùa niệm Phật thì bình thường thôi nhưng về nhà ai sân si với mình mà cũng không rời niệm Phật, vậy mới ấn tượng. Ông chồng cau có, giận dữ nhìn ta có nửa con mắt thôi, lúc đó ta cũng niệm Phật. Đời tu đâu có đơn giản. Nhiều khi ta muốn tu nhưng người ta không để mình yên. Chẳng hạn ta thích niệm Phật nhưng chồng thì không tin có Phật. Do vậy trong cuộc sống cả hai vợ chồng cùng ý tưởng với nhau khó lắm. Ta niệm Phật, vợ ta cũng niệm Phật, ta đi chùa, vợ ta cũng thích đi Chùa thì không có hạnh phúc nào bằng. Đó gọi là thuận vợ thuận chồng tát biển Đông cũng cạn. Nhưng nếu ai rơi vào hoàn cảnh đi Chùa về bị chồng nhìn bằng nửa con mắt thì lúc ấy hãy thầm niệm: *Mô Phật - mỗi người mỗi tật*. Nếu không nói được như vậy thì ta đâu có xứng đáng là Phật tử. Người con Phật hãy tập chịu thiệt thòi về mình chút ít, nhường nhịn người khác chút ít, như vậy sẽ sống khỏe. Cho nên, cái thân an lạc thì không mệt nhưng cái tâm nhiễm ô thì sẽ mệt.

Tu là sửa đổi để giúp cho thân tâm an lạc. Nếu thân lạc là cơ thể khỏe, tốt. Quý vị ngồi đây tụng kinh niệm Phật được một tiếng đồng hồ. Đâu phải ai cũng làm vậy được. Có người ngồi một chút là đã muốn đi làm chuyện khác rồi. Cho nên, quý bà vô đây tu là chuyện bình thường nhưng các ông vô đây tu mới là chuyện lớn. Phải giữ thân lạc, muốn vậy quý vị phải tập thể dục thể thao, đi bộ, làm việc, tưới cây, chẻ củi, ngồi tụng kinh, đi tụng kinh, vận động thân thể, chớ lớn tuổi mà làm biếng vận động coi chừng bị tiểu đường. Khi vận động thân ta an lạc. Thân an lạc, tâm an lạc. Thân khỏe là khi ta không sát sanh, trộm cắp, tà dâm. Ngược lại, thân không khỏe thì tâm cũng bệnh hoạn.

Tâm ô uế là tâm ích kỷ, nhỏ nhen, sân si, tật đố. Người tu nhiếp tâm thanh tịnh. Mục đích niệm Phật là nhiếp tâm thanh tịnh. Khi tâm thanh tịnh thì ai nói xấu tốt gì cũng thôi kệ, không suy nghĩ, lo toan, tính toán trả thù. Mục tiêu của mình là giữ tâm ý trong sạch, nên ta niệm

[39] Bài pháp này giảng tại Chùa Hưng Pháp, xã Xuân Lộc, Huyện Xuân Hưng – Tỉnh Đồng Nai.

Phật làm sao để nhiếp tâm thanh tịnh. Muốn như vậy, một trong những việc cần chú ý là không nên la cà, gần gũi với những người nhiều chuyện, khoa trương, nói dóc. Đó là cách thực tập để rèn luyện tâm mình không nghe bất thiện pháp.

Quý vị nên biết cuộc sống của ta do nhân duyên tạo ra nên hãy lo làm ăn, lo cho gia đình đầy đủ với trách nhiệm, bổn phận của mình, lo tu tâm cho tốt.

Câu chuyện ông Tô Đông Pha- một nhà văn, nhà thơ nổi tiếng Trung Quốc thời Tống. Ông được mệnh danh là một trong Bát đại gia Đường Tống. Một hôm Tô Đông Pha đến thăm một vị thiền sư. Tô Đông Pha vốn là người hiếu thắng. Thiền Sư mời Tô Đông Pha uống trà, luận về Thiền. Đông Pha hỏi Thiền sư:

- *Ngài thấy tôi thế nào?*

Thiền sư nói:

- *Rất trang nghiêm, giống một ông Phật!*

Tô Đông Pha nghe nói vô cùng thích thú. Thiền sư lại hỏi Tô Đông Pha:

- *Ông thấy ta ra sao?*

Tô Đông Pha thấy Thiền sư mập tròn, lại mặc áo đen, bèn trả lời ngay:

- *Giống một đống phân!*

Thiền sư không nói gì. Đông Pha cho rằng mình đã thắng thiền sư nên trong lòng rất sung sướng, về nhà tự hào nói với người em rằng:

- *Này em, hồi nào tới giờ anh bị thua thiền sư mãi, hôm nay ông ấy không đối đáp gì với ta được cả.*

Tô Đông Pha kể lại chuyện ghé thăm thiền sư cho người em nghe. Nghe rồi người em liền nói: Anh thua thiền rồi!

Đông Pha ngạc nhiên:

- *Ta làm sao lại thua? Nếu ta thua sao ông ấy không nói một lời nào?*

Người em nói:

- *Thiền sư là Phật còn anh mới là đống phân. Thiền sư đâu cần gì phải nói với anh. Tâm thiền sư có an vui, thanh tịnh nên nhìn cái gì cũng thấy an vui, thanh tịnh, nhìn ai cũng như một thiền sư đang an vui, thanh tịnh. Còn tâm Tô Đông Pha đầy sự hơn thua, nhỏ hẹp, hiếu thắng, ngã mạn nên nhìn ai cũng thấy ghét, thấy xấu như đống phân. Cho nên, năng lượng của tâm phải là năng lượng từ bi, trí tuệ, bình yên, mát mẻ, thương yêu, tha thứ… quý vị mới sống vui, sống khỏe được.*

Hãy nhớ các trạng thái tâm lý của ta là những ảo giác, những tri kiến sai lầm. Khi tâm chưa thuần thục thì ta nhìn người khác bằng con mắt của ích kỷ, ganh tỵ. Còn người đã tu được rồi thì bỏ qua những cái đó rất dễ, tâm ngày càng đơn giản. Khi quý vị mất tiền, tâm lý quý vị nhìn ai cũng thấy giống kẻ trộm. Nên người tu phải quán cho được bản chất tâm của mình. Niệm Phật để thấy cho được bản thể của pháp, thấy được cái tâm thiệt của mình. Nếu tâm chưa thanh tịnh ô uế hãy cố gắng niệm Phật nhiều hơn. Khi tâm thanh tịnh ta sẽ thấy cha mẹ, vợ chồng, con cái, những người chung quanh cực kỳ quý giá. Nếu chưa thanh tịnh thì lúc nào ta cũng sống trong hoài nghi, giận ghét. Khi đã có tâm sai lầm thì ta càng nghĩ lung tung, suy diễn linh tinh, hành động hồ đồ, độc ác, khiến cho hạnh phúc gia đình tan vỡ. Người tu thừa hưởng pháp của Phật phải làm sao quân bình cho thân an lạc, tâm không ô uế.

2. Bố thí thì không mệt, tính toán thì mệt

Pháp bố thí đứng đầu tất cả các pháp. Người xuất gia không có tâm bố thí, đường tu sẽ có nhiều ghềnh thác, không đi đến đâu. Người xuất gia quá tính toán mà không hành pháp bố thí sẽ mệt, sẽ không làm việc lớn được, không nhiếp chúng được, không thành chánh quả được. Bố thí là pháp thực hành cần hội đủ các điều kiện: có tâm thí, vật thí, đối tượng thí. Bong bóng nhẹ thì bay, ta tính toán nhiều quá nên ta nặng lắm bay không nổi. Thân đã nặng mà cái gì cũng muốn nắm giữ, muốn bám dính thì làm sao bay bổng. Cho nên, xả tài là một trong những pháp tu thành quả vị Phật. Quý vị hãy tập tu sao cho có tâm thí. Nếu không, ta càng tu càng đi xuống. Người cư sĩ tại gia cũng phải có tâm thí. Càng xả tài chừng nào càng giàu có chừng đó. Nói thì có vẻ khó tin nhưng Phật Pháp nhiệm mầu có hành mới hiểu.

Niệm Phật thanh tịnh thì tâm thanh tịnh. Nếu nói cho người khác nghe về cái "thanh tịnh" mà ta đã và đang sống với nó, e rằng người khác nghe họ cũng không hiểu nổi. Giống như quý vị nói lửa nóng lắm. Trong âm thanh, trong chữ viết, trong hình ảnh về lửa tuyệt nhiên không có lửa, không có nóng. Cho nên, hãy thò tay vào lửa sẽ "biết" nóng cỡ nào. Vậy thôi.

Do vậy, tâm thanh tịnh là kết quả tu tập quý báu và mầu nhiệm. Cũng vậy, có bố thí ta mới hiểu được sự vi diệu của Phật Pháp. Bố thí không bao giờ mất. Lịch sử kể rằng Đức Phật tu hạnh bố thí không ngừng nghỉ: bố thí thân mạng, bố thí vợ con, bố thí tài sản. Đó là những bước đi phải trải qua trên con đường giải thoát. Vì sao? Vì tất cả những gì quý báu nhất của ta như vợ con, thân mạng, tài sản của cải ta đã dám buông bỏ không luyến tiếc thì ta mới có được giải thoát. Bỏ tất cả là giải thoát tất cả. Khi một bàn tay nắm lại nó chỉ giữ được một chút ít nào đó trong một bàn tay. Khi bàn tay mở ra nó có thể chứa đựng tất cả. Chỉ có tâm thanh tịnh mới thành tựu được.

Chúng ta tập tu khóa tu 7 ngày nhưng mới được 3 ngày thấy đau lưng, mỏi chân, nhăn da… nên sợ nhan sắc tàn phai bèn bỏ cuộc không tu nữa. Không có kiên nhẫn làm sao thành công được. Muốn thành Phật thì hãy xem thân này là cát bụi. Bố thí không mệt, tính toán sẽ mệt. Con người thường muốn tính toán, muốn nhận hơn là cho. Dân gian có câu: ''Người tính không bằng trời tính''. "Bôn ba không qua thời vận". Hiểu được mọi sự trên đời chẳng qua do duyên hợp mà thành nên người tu cứ nhiếp tâm thanh tịnh, bình thản trước mọi sự, cái gì đến sẽ đến. Có người trồng mì trúng mì. Có người trồng cao su trúng cao su. Nhưng có người đi buôn gỗ không thành công. Có nhiều ông thầy mới tu đã muốn thâu nhận đệ tử, không có kinh nghiệm một pháp môn nào hết vẫn muốn làm thầy thiên hạ, không có đạo hạnh vẫn tính toán cách này cách kia để làm trụ trì cho bằng được. Còn có thầy không muốn làm trụ trì nhưng Phật tử tha thiết dâng Chùa để thầy phát triển Phật Pháp. Cuộc sống này phù du nên chúng ta phải làm sao tu cho tốt, sống cho tốt. Bố thí càng nhiều cây phước càng trổ hoa.

Ở chợ Nhật Tảo – TP. HCM có người đàn ông tên Minh mỗi ngày bỏ nhiều thời gian chăm sóc cho một cụ già. Anh Minh lo cho bà từng bữa cơm, tắm rửa, giặt giũ cho bà. Hằng ngày anh Minh còn chở bà cụ đến tổ đình Huê Nghiêm để bà tu niệm Phật. Chợ là nơi phức tạp, ô uế nhưng ở đó vẫn có người tốt. Không biết anh Minh tu như thế nào, chỉ thấy nghĩa cử thương yêu, cúng dường cho một người nghèo khổ như vây thật đáng cho chúng ta cảm phục, bắt chước. Người tu mà hững hờ, vô cảm với những người nghèo khó chung quanh thì rất đáng sợ vì như thế là ta đã không ứng dụng được lời Phật dạy rồi. Có thể nói bà cụ kia là người có phước. Có lẽ do nhờ niệm Phật nhiều nên có đủ phước duyên để chuyển tâm anh Minh giúp đỡ cho bà. Nhiều người già có con cháu đông nhưng sống thui thủi một mình. Cho nên, chưa chắc đông con mà sống vui.

Tất cả do tâm hiền thiện của mình. Sư hy vọng quý vị thường xuyên đến Chùa tu tập. Quý vị đến Chùa trong lúc Chùa đang trong giai đoạn xây dựng như thế này nhưng có Ban Tổ chức làm việc rất quy củ, khoa học. Sau này sẽ có nhiều giảng sư nổi tiếng về đây thuyết pháp. Phật dạy đệ tử của Ngài hãy nên thừa tự Pháp, chớ nên thừa tự tài vật. Tài vật phù du. Pháp là công đức, là công hạnh, là những gì quý giá. Bố thí, cúng dường là không mệt vì ta cho người khác sự an vui.

3. Chân thành thì không mệt/ giả dối thì mệt

Bài học đầu tiên của người tu là chân thật. Cả cuộc đời học và thực hành pháp chân thật là quý báu vô cùng. Trước nhất sống chân thật với thầy tổ, với cha mẹ, bạn bè, anh em, với hàng xóm láng giềng, những người chung quanh. Tập được như vậy ta mới là Phật tử. Nếu không, dù đi chùa, tụng kinh bao nhiêu năm cũng không xứng là người con Phật.Người chân thật không mệt, người giả dối thì mệt. Vì người giả dối thì đi đâu cũng lo lắng, hồi hộp vì phải nghĩ cách che giấu, đối phó. Nghe chuông điện thoại reo, nghe chó sủa, nghe tiếng mở cửa…giật mình. Người chân thật sống ở đâu cũng an vui, tự tại. Chân thật là tài sản quý báu mà không phải ai cũng có. Không có sự chân thật, ngay thẳng thì giá trị bản thân của ta bằng không.

4. Mỉm cười không mệt, tức giận thì mệt

Tu phải tập cười, tập từ bi hỷ xả, nhất là người trẻ tuổi phải tập cười khi hàm răng còn đẹp. Con người khi cười rất dễ gần với mọi người. Thầy trụ trì cười thì hội chúng đông, mặt hằm hằm như thịt bằm nấu cháo thì Chùa vắng hoe. Người nào hay cười sẽ có bạn hữu nhiều. Tâm thanh tịnh, lòng hoan hỷ thì nụ cười tươi. Tâm ô uế, lòng phiền não thì nụ cười héo. Một nụ cười bằng 10 thang thuốc bổ. Ta hãy biểu lộ sự hoan hỷ, tha thứ, thông cảm của mình bằng nụ cười vị tha. Quý vị nào đi Chùa lâu năm biết áp dụng nụ cười vào trong đời sống hằng ngày sẽ thấy chồng vợ, con cái mình bớt khổ. Con người nghiêm nghị nhiều thì người ta sợ. Hãy hòa hợp nhưng không hòa tan. Tuy nhiên, cái gì cũng không nên thái quá. Nếu cái gì cũng cười thì sẽ trở thành vô duyên. Trong một dịp lễ kỷ niệm 10 năm ngày mất của một nhạc sĩ nổi tiếng, người ta giới thiệu các ca khúc tình ca vượt thời gian của ông pha lẫn một chút ngậm ngùi, tiếc nhớ. Sau đó, người ta giới thiệu một nữ ca sĩ trình bày ca khúc "Như cánh vạc bay". Khi ấy khán giả đang trong tâm trạng hoài cảm thì cô ca sĩ lên sân khấu tươi cười nhún chân chào khán giả và cất tiếng hát. Đây chính là cười vô duyên, cười vô tình, cười lãng xẹt, lãng òm. Cũng có những cái cười độc ác, khinh miệt. Cho nên, cười không đúng lúc, đúng chỗ là tai hại lắm quý vị! Cười rất dễ làm nhưng ta cũng phải tập. Tập cười để cho mọi sự trở nên đơn giản hơn và để cho tâm an lạc, tâm từ bi hỷ xả tăng trưởng.

Quý vị hãy niệm Phật để đạt được 4 tâm này trong cuộc sống. Dù ở đâu, khi có 4 tâm từ, bi, hỷ, xả ta cũng hạnh phúc, bình an.

5. Đơn thuần không mệt, phức tạp thì mệt

Người tu sống đơn giản, bình dị trong lời nói và việc làm. Phức tạp sẽ làm ta thêm mệt. Giản dị thì yên thân, đến đâu thích nghi ở đó. Tập sống dễ nuôi. Tăng đoàn ngày xưa đơn giản, đi khất thực xin ăn ngoài đường nên đâu có kén chọn cái gì. Xin ăn là một nghệ thuật, một pháp tu không dễ. Xin ăn mà mặt chằm vằm, ai cho? Do vậy, người tu phải dễ nuôi, phải đơn giản, phải vui vẻ người ta mới cho. Dù ta có lớn tuổi, có chức vụ cao tới đâu, khi đã tham gia khóa tu này hãy xem mình là người bình thường. Như vậy mới trưởng thành trong Phật Pháp. Ta càng sống giản dị, càng ít ai quan tâm tới ta thì mới tu được. Còn như tỏ ra điệu bộ cho người khác quan tâm, chú ý thì khó tu lắm. Bỏ nhà đến Chùa tham dự khóa tu là một hình thức ta tập từ bỏ. Ở nhà điện thoại "tám" chuyện liên tục, vô khóa tu bắt buộc

tắt điện thoại, không được nói chuyện, chỉ có im lặng. Như vậy ta mới thu thúc lục căn, tâm ý thanh tịnh, tập trung cho việc thực hành pháp môn của khóa tu.

Phật Thích Ca khi xưa là con một ông vua từ cung thành Ca Tỳ La Vệ, Ngài đi qua xứ Bodhgaya hơn 800 km rất xa trú xứ để Ngài dễ tu. Ở quê hương những ai muốn làm phiền Ngài cũng không đến gặp Ngài được. Rồi Ngài lên núi khổ hạnh Lâm tu tập, giữa thiên nhiên cô độc ẩn cư, ngày qua ngày ôm bát đi xin ăn để giữ gìn sắc pháp, mạng căn này mà tu. Đối với chúng ta, trú xứ như thế nào, sang trọng hay bình thường ta tu cũng được. So với hồi xưa, ta bây giờ có điều kiện hơn Đức Phật rất nhiều. Ta có trú xứ, có thầy chỉ dạy, chỉ cần tâm ta thành kính thì ta sẽ tu tốt.

Trong kinh Pháp Cú, Phật dạy rằng: "*Không làm các điều ác/ Hãy làm các điều lành/ Giữ tâm ý trong sạch/ Đó lời chư Phật dạy''.*

Pháp của Phật trong bài kệ ngôn này có 3 nội dung:

1/ Không làm điều ác: Không làm điều sái lời Phật dạy, sái luật của quốc gia, những người xung quanh không đồng thuận.

2/ Làm các điều lành: Có hiếu với cha mẹ, giữ ngũ giới hoặc bát quan trai giới, thân khẩu ý thanh tịnh. Điều lành là làm những gì mà quốc gia, mọi người hoan nghênh, hàng xóm, bạn bè ủng hộ, tốt đời đẹp đạo.

3/ Giữ tâm ý trong sạch: Tâm ta ô nhiễm thì đến đâu ta làm ô nhiễm ở đó. Tâm ô nhiễm ví như vật hôi thúi. Tâm ô nhiễm vì tham sân si. Trong xóm có một ông nhậu rượu, cả xóm ô nhiễm, ồn ào. Muốn giữ tâm thanh tịnh phải nhiếp tâm niệm Phật. Ai chửi hay khen cũng niệm Phật, mọi sự hóa thành không. Niệm Phật giúp tâm thanh tịnh, tâm lắng dịu để đủ bình tĩnh kham nhẫn. Tâm sân có mức độ công phá rừng công đức. Chỉ một cơn giận hờn ta sẽ làm mất đi bao nhiêu việc phước thiện. Chỉ vì giận sôi gan mà ta tuyên bố từ bỏ cha mẹ, ta xóa bỏ hình ảnh vị thầy trong tâm, ta xa rời ngôi chùa, không lui tới nữa. Chính vì vậy, quý vị hãy tu tập đừng để cơn giận thiêu rụi rừng công đức.

"Kính lễ và hạ mình/ Biết đủ và biết ơn/ Kịp thời nghe diệu Pháp/ Là điều lành tối thượng.''

Phật dạy phải biết kính lễ và hạ mình để có công đức cung kính. Hãy thủ pháp cung kính trong tâm thường xuyên sẽ có lúc cho ta chức quyền cao nhờ phước trổ. Tự cao tự đại sẽ thất bại. Đạo Phật là đạo của nhân quả. Muốn làm quan to, chức vụ cao, làm lãnh đạo thì phải biết pháp kính lễ và hạ mình. Ta kính lễ và hạ mình đối với thầy tổ, cha mẹ, người lớn tuổi, đối với tôn giáo của mình (Phật Pháp Tăng). Ta phải thiết lập pháp này trong tâm.

Biết đủ và biết ơn: Phật dạy biết đủ là giàu sang. Người không biết đủ thấy mình lúc nào cũng thiếu, lúc nào cũng nghèo. Người tu phải học hạnh biết đủ. Trong cuộc đời tâm không biết đủ là tâm nô lệ cho tham ái. Quý vị ngồi đây là tâm biết đủ, biết dừng lại việc tìm kiếm của cải vật chất để tâm được an nhàn, thoải mái, tự do. Nên quý vị phải thiết lập biết đủ, biết trân trọng những gì mình đang có, đang hưởng thì ta sẽ hạnh phúc. Đừng yêu cầu, đòi hỏi con cái quá đáng mà làm khổ con cái, làm nô lệ cho lòng tham. Muốn nhiều, tham nhiều mà không được thì sẽ sân si.

Đối tượng biết ơn là thầy tổ, cha mẹ, đất nước. Hình ảnh trong kinh cảm động nhất là hình ảnh Đức Phật ngồi thiền và thành đạo dưới gốc cây bồ đề. Sau đó, Ngài có 7 ngày nhìn cây bồ đề để tỏ lòng biết ơn cây bồ đề trước khi Ngài rời đi để lăn chuyển bánh xe pháp luân. Đó là bài học về lòng biết ơn đầu tiên Đức Phật Thích Ca dạy cho chúng ta.

Trong cuộc sống, ta có rất nhiều dịp thọ ơn, biết ơn và trả ơn. Ta tu nhiều nhưng quên ơn cha mẹ, không trả ơn cha mẹ là lỗi đạo làm con. Trong đạo phải biết ơn, trả ơn người thầy tâm linh của mình, người chỉ cho mình Phật Pháp, giới thiệu cho mình vào Chùa tu tập và người đã cho mình thọ giới, học đạo. Ta từng sống trong yêu thương, giúp đỡ của người thân, của những người chung quanh. Không ai có thể sống một mình mà không nhờ cậy vào sự giúp đỡ của người khác. Sự sống của ta cần có gạo, vải vóc, thuốc men, tiền bạc, giày dép, đồng hồ, điện thoại, sách vở, hoa trái….. Suy cho cùng đời sống của ta lệ thuộc vào người khác rất nhiều. Do vậy, ta phải biết quý những gì người khác giúp cho ta.

Kịp thời nghe diệu pháp. Có người sinh ra ở vùng quê hẻo lánh, quanh năm suốt tháng quần quật với công việc, chưa hiểu nhân quả, phạm giới sát sanh, không hề nghe được một câu kinh, một thời pháp vì điều kiện, môi trường, bạn hữu không có. Khi con người không hiểu Phật Pháp, không thọ ngũ giới thì sẽ đầy ắp vô minh phiền não, chết trôi về đâu không biết, trồi lên, sụp xuống trong tăm tối, sanh làm cầm thú mịt mùng tối mê. Các Phật tử ở đây là những người biết Phật Pháp, có quy y tam bảo, là những người đại duyên đại phước. Không phải ai cũng biết Phật Pháp.

Phật Pháp có mặt trong cuộc sống tràn đầy nhưng tâm ta không hưởng được, không ngộ được. Nhờ Phật Pháp Tăng nên quý vị hưởng được Phật Pháp, nghe được Phật Pháp, ngộ được đời vô thường, đời khổ não, vạn pháp giai không, thấy cuộc sống là khổ đế. Sanh già bệnh chết sầu bi khổ ưu não. Xa người yêu, gần người ghét là khổ. Khi ta hiểu Phật Pháp, ta biết khổ do tập đế, do lòng ham muốn của con người sanh ra. Nhờ kịp thời nghe diệu pháp, khi diệt tham là diệt đế, cuối cùng đạt được đạo đế. Diệt đế là lúc tâm ta không còn tham ái, không còn đau khổ, luân hồi. Diệt ái ta sẽ có tâm thanh tịnh.

Tu gì để diệt ái? Tu 37 pháp trợ đạo bồ đề. Đó là: tứ niệm xứ, tứ chánh cần, tứ như ý túc, ngũ căn, ngũ trần, thất giác chi và bát chánh đạo. 37 phẩm trợ đạo bồ đề này giúp ta diệt lòng tham muốn để đạt giải thoát. Đây cũng là pháp tu niệm Phật. Quý vị một lòng một dạ niệm Phật đến khi nào những thị phi không làm tâm ta ô nhiễm là ta đạt bản thể của pháp, ta an vui.

Ai nói gì thì mình cứ nghe/ Nghe sâu hiểu thấu thương nhiều/ Buồn chi ba bốn bữa cho tâm tư héo sầu.

Muốn tu ta phải giả ngu, có mắt như mù có tai như điếc đành câm lặng, chỉ giữ trong lòng một chữ tu. Giả ngu chớ không phải là ngu thật. Mắt nhìn không đúng, tâm sẽ phiền não, sân si. Tai nghe không đúng, tâm sẽ ô nhiễm, cấu uế.

Vậy một lúc nào đó quý vị hãy giả ngu để quyết chí giữ một chữ tu trong lòng cũng có nghĩa là giữ những năng lượng từ bi hỷ xả, giữ ưu điểm bố thí cúng dường, giữ sự lớn mạnh của tâm thức, những kinh nghiệm tâm linh, chuyển thân khẩu ý bất tịnh thành thân khẩu ý thanh tịnh, chuyển tâm phàm phu thành tâm bồ đề, chuyển tâm giận dữ thành tâm độ lượng.

Vì chúng ta ai cũng có khả năng thành tựu trong việc tu tập giải thoát, nên phải biết phát tâm mạnh mẽ, cái gì bất thiện đừng làm, cái gì thiện hãy làm và làm cho nó tăng trưởng thêm lên. Như thế đời sống và con đường tu của ta không mệt mà chỉ có tràn đầy an vui, thanh tịnh.

BA ĐIỀU BẤT HẠNH[40]

Trong kinh, một hôm Đại đức Ānanda gặp Đức Thế Tôn hỏi rằng: Bạch Đức Thế Tôn, bạn hữu là bán phần của phạm hạnh hay là toàn phần của phạm hạnh?. Đức Phật trả lời: Này Ānanda, bạn hữu là toàn phần của phạm hạnh chứ không phải bán phần của phạm hạnh. Tại sao vậy? Vì nếu chúng ta gần gũi một người bạn tốt có hạnh kiểm, có đạo đức, có khả năng tu chứng thì đời sống, đạo đức và con đường giác ngộ của chúng ta có thể được chuyển hóa. Vì vậy, Đức Phật mới nói rằng bạn hữu là toàn phần của phạm hạnh. Angulimala - Vô Não là một tên sát nhân đã giết 999 người nhưng khi gặp Đức Phật với lòng từ bi vô hạn của Ngài, Vô Não đã chấp nhận Đức Phật là đạo sư, là bạn lành. Từ đó, Vô Não trở thành một vị tỳ kheo trong đạo tràng của Đức Thế Tôn, tu hành đắc đạo và chứng quả. Nàng Ampapāli là một kỹ nữ xinh đẹp, có nhiều vương tôn công tử theo đuổi. Nhưng khi nghe danh tiếng của Đức Phật, nàng Ampapāli cũng đã chấp nhận Đức Phật là một bậc đạo sư, là bạn lành. Cuối cùng, nàng Ampapāli, một kỹ nữ nổi tiếng đã xuất gia trở thành tỳ kheo ni và đắc được đạo quả thánh. Tại sao chàng Angulimala và nàng Ampapāli lại cho Đức Phật là bạn lành? Trong tiếng Pāli, bạn là Mitta, căn của mitta là Metta – nghĩa là tình thương, lòng từ bi. Cho nên, người nào có tình thương, có lòng từ, dù tuổi tác họ lớn nhỏ như thế nào thì vẫn là bạn của chúng ta. Ngoài đời quan niệm bạn phải bằng tuổi hoặc lớn hơn hoặc nhỏ hơn ít tuổi thôi. Nếu mình 30 tuổi thì không có thể nói là bạn với người 80, 90 tuổi được. Nhưng trong kinh điển, Phật dạy bạn là người đối với ta có lòng từ, có tình thương và có sự nâng đỡ. Thật hạnh phúc cho những ai có được những người bạn như vậy. Ngược lại, có những điều chúng tôi gọi là bất hạnh, đó là:

Điều thứ nhất, Người cư sĩ tại gia lười biếng là điều bất hạnh. Tục ngữ Việt Nam có câu: "Có công mài sắt có ngày nên kim". Ca dao Nam bộ có bài ca ngợi đức tính cần cù, lòng kiên nhẫn của người nông dân: "Cày đồng đang buổi ban trưa/ Mồ hôi thánh thót như mưa ruộng cày/ Ai ơi, bưng bát cơm đầy/ Dẻo thơm một hạt, đắng cay muôn phần". Qúy vị hình dung người nông dân muốn làm ra hạt gạo họ phải tay cầm cày, chân lội bùn, đổ mồ hôi như mưa dưới cái nắng ban trưa ngoài đồng. Những vất vả, cực khổ đó cho kết quả là "bát cơm đầy, dẻo thơm" giúp chúng ta no bụng hằng ngày. Vậy muốn có bát cơm dẻo thơm phải đổ mồ hôi như mưa mới có được, nên công sức đó là vô cùng quý báu. Nếu người nông dân lười biếng, không chịu thương chịu khó, một nắng, hai sương, sáng sớm lội bùn cày cấy thì làm sao có được hạt gạo dẻo thơm cho đời. Người tu chúng ta cũng vậy. Trong đời sống xuất gia, đạo đức phải tu tập hằng ngày mới có được chớ không tự nhiên mà thành. Muốn có "Một hạt gạo dẻo thơm" phải đổi bằng muôn phần đắng cay của mồ hôi đổ xuống thì việc tu tập để trở thành người có đời sống phạm hạnh cao quý không phải dễ, không phải một sớm một chiều được. Do vậy, nhà học giả Nguyễn Hiến Lê cho rằng thành công chỉ có 5% thông minh, còn lại 95% là do siêng năng, chăm chỉ, nhẫn nại, tinh tấn.

Trong nhà Phật, pháp tinh tấn rất quan trọng. Người cư sĩ ngay từ bước đầu phải áp dụng pháp tinh tấn để tu tập. Nếu tu tập mà không tinh tấn chỉ uổng phí thời gian mà kết quả không đạt được gì. Đức Phật chúng ta từ khi phát nguyện dưới cội bồ đề rồi đạt quả vị chánh đẳng chánh giác là thời gian Ngài trải qua 20 A tăng kỳ, một trăm ngàn đại kiếp. Trong kinh ghi nhận trong suốt 20 A tăng kỳ, một trăm ngàn đại kiếp đó Đức Phật không bao giờ dừng nghỉ mà tinh tấn liên tục. Dù gặp hoàn cảnh trái duyên Đức Phật vẫn luôn tích cực tinh tấn, nhẫn nại.

[40] Bài pháp này giảng tại chùa Bửu Quang- Quận Thủ Đức - TP. HCM.

Sự tinh tấn của Đức Phật tổ Thích Ca có 3 giai đoạn: Viriya paramī – là tinh tấn tới bờ kia; viriya upapāramī là tinh tấn tới bờ trên; viriya paramatthapāramī là tinh tấn tới bờ cao thượng. Đó là ba giai đoạn mà một vị Phật tổ cần phải vượt qua. Tinh tấn tới bờ kia có nghĩa là vị chánh đẳng chánh giác thực hành sự tinh tấn dù sự tinh tấn đó có ảnh ưởng đến vợ con, tiền bạc của cải vẫn không lui bước. Tinh tấn tới bờ trên có nghĩa là dù cho sự tinh tấn đó có làm mất đi một tay, một chân hay ảnh hưởng đến toàn tứ chi, cơ thể của ngài, những vị bồ tát ấy vẫn giữ gìn hạnh tinh tấn. Tinh tấn tới bờ cao thượng nghĩa là để đạt được hạnh nguyện của mình thì dù cho cái thân này phải bị hủy diệt các ngài vẫn tiếp tục hành trì trên con đường tu tập.

Qúy vị biết ở nước ta hằng năm có những vùng thường xuyên bị lũ lụt. Trong mùa lũ đi đến những nơi đó rất nguy hiểm, nước chảy xiết cuốn trôi nhà cửa, bờ bãi. Chúng ta thường nghe báo đài thông tin về con số người thiệt mạng vì thiên tai. Mới đây, tại Hà Nội có 5 người thiệt mạng vì mưa bão. Có một nhà sư áo vàng phát nguyện đi cứu trợ đồng bào bị lũ lụt ở miền Trung. Chuyến đi này có nhiều Phật tử tham gia mang theo rất nhiều thực phẩm và tịnh tài dành tặng cho bà con nghèo ở Hội An - Quảng Nam. Do gió to, nước chảy xiết, lương thực và người quá tải nên chiếc ghe chở đoàn đến vùng quê bị chìm. May mắn là mọi người lội được vào bờ nhưng tịnh tài và thực phẩm đều bố thí cho hà bá. Trong nhiều năm qua, cũng có người đã thiệt mạng vì đi cứu trợ ở những nơi xa xôi bị thiên tai lũ lụt. Câu chuyện kể trên cho thấy rằng thực hành hạnh nguyện bồ tát rất khó chứ không phải dễ, nhưng dù có ảnh hưởng đến sanh mạng bồ tát cũng không nao núng. Đó là hạnh nguyện, là mật hạnh của bồ tát mà mấy ai thấy biết.

Đức Phật dạy tinh tấn là không ngừng nghĩ. Lười biếng là thói quen. Muốn biết mình có lười biếng hay không thì quý vị chọn một môn học nào ưa thích và tự học. Khi đó quý vị sẽ thấy rõ cái tâm lười biếng và thích ngủ của chúng ta cỡ nào.

Trong hành thiền cũng vậy. Có khi quý vị ngồi thiền thấy có nhiều mệt mỏi chỉ muốn đi ngủ. Nhưng đừng để việc này trở thành thói quen lười biếng. Đừng rơi vào cạm bẫy của thói quen. Qúy vị hãy làm cho tinh thần phấn chấn để đối trị sự uể oải và lười biếng. Qúy vị cần áp dụng sự quyết tâm cộng sức chịu đựng của thân. Sau giờ thiền, tâm tinh tấn sẽ tăng tiến. Tinh tấn là cội nguồn của tất cả sự chứng đạo, là nền tảng của mọi thành tựu. Mong sao quý vị luôn ghi nhớ điều này.

Tương lai Đức Phật Di Lặc sẽ ra đời, Ngài là một vị Phật tu hạnh tinh tấn. Trong tiền kiếp của Phật Di lặc, một hôm nghe nói có một vị pháp sư lỗi lạc thuyết pháp. Ngài tính nếu đi bộ từ nơi ở đến pháp hội phải mất 5 ngày. Do vậy, để đến pháp hội đúng lúc, Đức Di Lặc đã đi bộ không ngừng nghĩ, khi quá mệt thì Ngài bò. Nên khi đến nơi, hai đầu gối chân và cùi chỏ tay của Ngài trầy trụa, chảy máu. Tuy nhiên, Ngài đã được nghe Pháp kịp lúc.

Sự tinh tấn liên tục đến cùng không phải ai cũng làm được nhưng quý vị hãy tự mình quyết tâm sẽ có kết quả. Trong kinh ghi nhận, Đức Phật Di Lặc hiện diện ở bất cứ nơi nào, hướng nào thì nơi đó, hướng sáng ngời rực rỡ hào quang. Ngài ngự ở hướng đông thì hào quang chiếu sáng khắp hướng đông. Nếu ai ở trong hướng đông sẽ không còn phân biệt được không gian, thời gian ngày và đêm, chỉ nghe âm thanh tiếng gà gáy để thức dậy đi làm mà thôi. Đức Di Lặc đi nghe pháp vất vả như vậy mà vẫn kiên nhẫn đi để rồi sau này thành Phật. Thời nay quý vị đi nghe Pháp có phương tiện thuận lợi hơn rất nhiều. Quý vị có thể đi xe máy, taxi hoặc đi bộ thì đường sá cũng dễ dàng. Nhưng trong số quý vị vẫn có người lười biếng. Khi mới biết chùa thì siêng đi lắm. Nhưng đi chùa, giữ giới, lạy phật, lâu ngày không thấy mình có tiến bộ, có lúc quý vị nghĩ chùa không linh. Nhưng thực sự quý vị có tiến bộ nhiều lắm chứ. Ngày xưa khi chưa đi chùa, quý vị bị ai nói nặng một câu, có thể đáp trả lại hai ba câu nặng nề hơn, dữ dằn

hơn. Nhưng do đi chùa nhiều, biết tu tập nhiều, hiểu rằng cần giữ cho tâm mình an trụ trong yên tịnh là quý hơn tất cả nên bây giờ ai nói nặng, nói nhẹ quý vị sẵn sàng bỏ qua. Hãy giữ sự tinh tấn này, thường xuyên đi chùa, lạy phật, nghe pháp để làm gương cho con cháu. Hình ảnh quý vị sống có đạo đức, giữ giới, tạo thói quen chủ nhật tuần nào cũng đi nghe thuyết pháp, điều đó ít nhiều giúp phát sanh tâm thiện cho người khác. Hãy nguyện trong lòng từ nay về sau chủ nhật nào cũng đi nghe pháp. Nhưng nên biết nếu quý vị phát nguyện như vậy rồi là sẽ bị ma vương thử thách đó. Ví dụ, nhằm trúng chủ nhật có khách ở dưới quê lên chơi, hoặc bạn bè từ Hà nội hay từ miền Trung xa xôi ghé thăm nên khó đi chùa. Những lúc như vậy, quý vị hãy ứng phó bằng cách rủ bạn bè, người thân cùng đi chùa với mình luôn, cũng là dịp chuyển hóa đời sống cho họ.

Cho nên, Đức Phật dạy lười biếng là một điều bất hạnh. Đối trị với lười biếng là tinh tấn. Người đang đi trên con đường cầu giải thoát cần phải có lòng phát nguyện. Sức mạnh của lòng phát nguyện sẽ giúp mỗi chúng ta khắc phục sự giải đãi, ngu si, tâm buông lung và lười biếng.

Điều thứ hai, Đối với người xuất gia mà không thu thúc các căn là điều bất hạnh. Các căn là mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý pháp. Hằng ngày chúng ta bị phiền não chi phối là do không thu thúc các căn. Chúng ta bị lôi cuốn khi thấy sắc đẹp, khi nghe tiếng hay, khi ngửi mùi thơm hoặc dính mắc, tham đắm sự xúc chạm. Muốn thu thúc các căn, Đức Phật dạy chúng ta phải có chánh niệm và tỉnh thức liên tục.

Đức Phật dạy Ānanda rằng: Con phải hạn chế tiếp xúc với tín nữ. Ngài Ānanda hỏi: Vậy gặp trường hợp khi tiếp xúc với tín nữ thì con phải làm sao?. Đức Phật dạy: Con phải chánh niệm khi nói chuyện và con nên nói ít thì sẽ tốt cho con hơn.

Trong giới luật, Đức Phật dạy các vị tỳ kheo nói chuyện với tín nữ không quá 6 tiếng. Thực sự không biết 6 chữ hay là 6 tiếng đồng hồ. Vì có những tín nữ vào chùa xin làm lễ cầu an, cầu siêu, quý thầy cố gắng nói chuyện làm sao cho phải lẽ. Đức Phật khuyên ngài Ānanda trong lúc tiếp xúc với tín nữ phải tỉnh thức nếu không sẽ bị quyến rũ và đời sống phạm hạnh không được trong sạch. Trong giới luật, Đức Phật dạy khi các vị tỳ kheo nói chuyện với tín nữ không được nhìn thẳng, không được cười. Cái này trong thời gian mới xuất gia, Sư y cứ phụng hành, nói chuyện với Phật tử không nhìn, không cười nên bị cho là ông sư hách dịch, rất là khó cho Sư. Cho nên, có nhiều vị tỳ kheo vì muốn giữ giới nên thay vì nhìn người tín nữ đối diện khi nói chuyện, họ bèn nhìn chỗ khác, nhìn cây cối, nhìn lên trời… Cho nên, cuối cùng, Phật tử không hiểu, cho rằng quý sư không lịch sự, không quan tâm, không thân thiện… nên không hỏi đạo, hỏi pháp… Quý sư vì vậy mà cũng chẳng tiếp độ được ai. Ở trong kinh có ghi chép rằng: Đời sống, sinh hoạt, tuổi thọ, tình cảm của các vị chư thiên rất vi tế, không giống như con người. Ở cõi chư thiên, tiên nam có tình cảm với tiên nữ thì hai vị ấy chỉ cần nhìn nhau mỉm cười là xem như thỏa mãn nhu cầu tình cảm. Chứ không như cõi thế gian phàm phu, con người nam nữ yêu thích nhau thì phải gặp nhau, rủ đi chơi, hoặc rủ nhau đi vũ trường, đi nghe ca nhạc v.v... Cho nên, tình cảm chư thiên rất vi tế. Do vậy, Đức Phật dạy tỳ kheo phải nghiêm trì giới luật, khi tiếp xúc với người nữ thì phải chánh niệm và tỉnh thức, nếu không đời sống phạm hạnh sẽ không lâu.

Chuyện kể ngài Xá Lợi Phất có một vị sa di đệ tử 7 tuổi rất ngoan. Vị sa di này xuất gia chưa bao lâu đã đắc thần thông. Tuy có thần thông nhưng sa di chưa diệt trừ phiền não. Do có thần thông nên hằng ngày vị sa di này bay là đà trên hư không chơi. Thấy đệ tử ham thích vui chơi đây đó, ngài Xá lợi Phất kêu sa di đến giáo giới. Ngài nói: "Này con, con có duyên tu với thầy, con đã đắc thần thông, nhưng thần thông đó giống như là đá đè cỏ, thấy vậy chớ chưa giải thoát. Con đừng dùng thần thông bay đi như vậy coi chừng có ngày ăn cơm với tro nghe con". Nhưng vị sa di này không nghe lời thầy dạy, ngày nào cũng bay đi chơi. Thời gian trôi

qua. Một hôm sa di bay ngang qua chỗ gánh nước công cộng, thấy có đông người vui quá bèn dùng thần thông bay thấp xuống để xem thì ngay lúc đó có cô gái xinh đẹp cất tiếng hát trong trẻo, ngọt ngào. Âm thanh dịu ngọt của lời ca đó lọt vào tai vị sa di trẻ tuổi. Quý vị nên biết khi chúng ta đắc thần thông thì tâm phải định. Định là khi thấy cảnh, thấy sắc… tâm không động mới được, chớ tâm động thì thần thông sẽ mất. Tu thiền là tập cho tâm định. Tâm định nhờ giữ giới trong sạch. Tâm định rồi từ đó phát sanh trí huệ mới có thần thông. Khi sa di nghe tiếng hát du dương của cô gái, tâm sa di rúng động. Sa di dùng thần thông đáp xuống, thấy cô gái xinh đẹp quá bèn đi theo về nhà. Sau Sa di xin cưới cô gái làm vợ, gởi y áo lại cho Thầy. Cha mẹ vợ làm nghề đan rỗ. Do vậy, hằng ngày vị Sa Di vào rừng đốn tre về cho cha mẹ đan. Dù cực khổ gấp trăm lần so với lúc còn ở bên sư phụ tu hành, nhưng sa di vẫn vui vẻ, tự an ủi rằng ta có vợ đẹp ngoan hiền cũng là quý rồi. Một hôm, ở trong rừng đốn tre đến trưa mà vẫn chưa thấy vợ mang cơm tới, vị sa di bực bội trong lòng, nghĩ mình vất vả (lúc trước tu cùng Sư Phụ có bao giờ bị đói, bị làm lụng cực khổ như vậy) mà sao vợ lại chậm trễ cơm nước quá chừng. Khi người vợ mang cơm tới, dù trong lòng đã nguôi giận vợ nhưng vị sa di vẫn lấy tay cầm cái búa chặt tre quơ quơ phía trước, không dè trúng phải người vợ làm đui một con mắt. Từ đó, hằng ngày sa di vừa đi chặt tre trong rừng vừa lo cho vợ ở nhà. Do chỉ còn một con mắt, có những hôm người vợ thổi lửa nấu cơm, tro bay vào đầy cả nồi cơm mà không biết. Đến khi vị sa di bưng chén cơm ăn có lẫn bụi tro, chợt nhớ lời Thầy dạy năm xưa bèn ứa nước mắt, trong lòng không nguôi thương nhớ. Cha mẹ vợ thấy Sa di thường hay khóc nghĩ rằng sa di hối hận vì chuyện đã qua. Sau đó vị sa di đã thưa với cha mẹ vợ xin được trở về chùa cũ, tiếp tục sống cuộc đời xuất gia mà trước kia sa di đã từng chọn. Gia đình bên vợ của Sa di đồng ý. Gặp lại Thầy, tâm tư sa di trở nên bình lặng. Sa di tinh tấn không ngừng, tu thiền nhập định và đắc lại pháp ngày xưa người đã từng được.

Câu chuyện này Sư đã kể không biết bao nhiêu lần cho quý vị Phật tử nghe. Không để dục vọng khống chế. Nếu như tâm quý vị không kiên nhẫn, mỗi lần dục vọng khởi lên trong tâm sẽ thúc bách quý vị hành động khiến chúng ta mãi mãi bị trói buộc trong luân hồi sanh tử. Không có người nào thay ta tu hành. Không có người nào làm cho ta giác ngộ. Đức Phật giác ngộ là phần của Đức Phật đã xong việc của mình. Ngài chỉ dạy cho chúng ta phương pháp tu hành nhưng không tu dùm chúng ta. Nên mỗi người cần phải tự mình tu hành.

Có một người làm thơ viết rằng:“Vì em là chúng sinh/ Nên yêu em thật nhiều/ Lỡ mai em thành Phật/ Ta sẽ đùa với ai/ Vì em là bồ tát/ Yên tâm ta ngủ vùi / Trăm năm đầy mơ mộng/ Chỉ một mình em thôi/ Nếu em là chúng sinh / Ta quay đầu nhìn lại/ Ôi! thiên thần thất bại/ Khổ đau giấc mộng dài”. Không biết người làm thơ bây giờ đang ở đâu, đi về đâu với giấc mộng hão huyền.

Qúy vị nên nhớ, Đức Phật chỉ rõ con đường đi đến giải thoát. Mỗi người chúng ta phải tự thực hành. Không ai có thể khiến cho người khác khai ngộ. Tham, sân, si ba độc ngủ ngầm trong nội tâm chúng ta. Không phải người khác đưa nó vào, cũng không ai có thể đem nó đi. Vì vậy, chúng ta cần phải tu tập để thanh tịnh tâm mình. Bằng cách nào? Hãy thu thúc các căn bằng chánh niệm tỉnh giác.

Nếu không thu thúc lục căn, không tỉnh thức, hoan hỷ trong tu tập chúng ta dễ đánh mất đời sống phạm hạnh. Trong giới luật Đức Phật dạy phụ nữ là kẻ thù của phạm hạnh. Chúng tôi nói phụ nữ là bạn lành của sa môn nhưng là kẻ thù của phạm hạnh. Vì sao vậy? Quý vị thấy đa số người đi chùa là tín nữ. Cúng dường, đúc tượng, xây chùa, làm phước, in kinh sách… đa phần là tín nữ. Tín tức là tin. Người nữ có đức tin rất mạnh. Trong pháp hội này hơn 80% tín nữ tham dự. Cho nên, tín nữ là bạn lành của sa môn. Nếu nói là kẻ thù của sa môn thì chắc chắn tín nữ rất buồn và không muốn đến chùa. Cho nên nói tín nữ là bạn lành của sa môn để tỏ lòng biết ơn tín nữ với những việc họ đã làm góp phần cho Phật Pháp được bền vững.

Nhưng tín nữ cũng là kẻ thù của phạm hạnh. Cho nên, quý vị phải tu hành miên mật, thu thúc lục căn. Tâm niệm và hành động phải giữ thanh tịnh. Phải biết tỉnh giác trong mọi hoàn cảnh.

Điều thứ ba, Đức Phật dạy một người trí thức hay nóng giận là điều bất hạnh. Trí thức trong Phật giáo khác với ngoài đời. Ở ngoài đời người có học vị thạc sĩ, tiến sĩ được gọi là trí thức, là học rộng hiểu cao. Nhưng trong kinh Phật dạy, người trí thức phải có đức hạnh, biết giữ gìn 5 giới: Không sát sanh, không nói dối, không trộm cắp, không tà dâm, không uống rượu. Nếu có hành vi sát sanh là không có đạo đức thì dù có học cao tới đâu cũng không được coi là trí thức. Vì học cao để hướng đến sự ly tham, ly sân, ly si. Người học cao mà còn tham, sân, si quá nhiều, dùng kiến thức để phát minh điều này điều kia làm tổn hại thiên hạ, làm cho nhân loại điên đảo thì không phải là người trí thức theo tinh thần Phật giáo. Người trí thức theo Phật giáo là người có đức hạnh, biết giữ 5 giới, bố thí, trì giới, tham thiền, có tâm từ bi hỷ xả đối với tất cả chúng sanh. Tại sao nói trí thức hay nóng giận là điều bất hạnh? Vì người trí thức cố nhiên là người có quyền chức. Người có quyền chức mà nóng giận thì không thành công việc lớn. Muốn thành công việc lớn phải ôn hòa nhã nhặn trong mọi tình huống, tâm mới có tầm nhìn xa. Người mà chỉ nghe nói đã vội tin, không tìm hiểu căn cơ, ngọn nguồn sự việc, đó là người si mê. Tâm lý của con người chỉ tin những gì mình thấy. Nhưng tri giác cũng có lúc sai lầm.Thấy sợi dây tưởng rằng con rắn. Nghi ngờ là tâm thường có của con người. Nghi ngờ là chướng ngại lớn nhất cản trở chúng ta tìm về với ánh sáng của tỉnh giác. Có người do hay nghi nên dẫn đến hiểu sai lệch sự việc, con người.

Cho nên, hãy luôn khiêm tốn để lắng nghe, tỉnh táo để quan sát, nhận hiểu các vấn đề xảy ra trong đời sống một cách toàn diện trong các mối quan hệ chung quanh. Qúy vị hãy thấu suốt tất cả việc khi nó vừa phát sinh. Như vậy mới tránh được sự nóng giận vì tâm phê phán, tâm phản ứng của cái ngã to tướng của chúng ta.

Quý vị hiểu rằng đa số mọi sự trong đời đều do nhân duyên. Có những chuyện ta không mơ tưởng mà nó thành. Có những việc ta mong muốn đến cháy ruột cháy gan thì nó lại không tới. Hãy biết duyên tới đâu mình làm tới đó. Cái nào duyên của mình thì mình làm. Cái nào không có duyên với mình thì hoan hỷ né qua cho người khác làm. Đừng bực tức, giận dỗi.

Có cô tín nữ xinh đẹp chân mang giày cao gót, tay cầm cây dù vui vẻ đi trên phố. Không may, có một thanh niên sơ ý dẫm lên chân cô ta. Đau quá, nổi giận, cô ta vừa la vừa cầm cái dù đánh liên tục ba bốn cái thật mạnh vào vai anh thanh niên. Người thanh niên không phản ứng gì mà thủng thẳng nói: "Xin lỗi chị. Em biết em lỡ đạp vào chân chị, chắc chị đau lắm, thôi chị đánh em thêm vài cái nữa cho chị bớt đau." Nghe nói vậy, cái tâm đang phun trào cơn giận như núi lửa trong lòng cô ta bỗng từ từ dịu xuống. Những lời nói biết lỗi rất ôn hòa kia như nước mát mẻ làm cho lửa giận hạ nhiệt. Cô cũng cảm thấy mình thái quá bèn nói rằng: "Tui biết, cậu đạp tui đau lắm, nhưng tui nóng tánh, có đánh cậu mấy cái, thôi tui xin lỗi cậu nghen".

Chúng ta không biết người thanh niên tu theo đạo gì nhưng cách hành xử cộng với lời nói từ tốn như vậy đã đối trị với lòng tức giận của người kia. Điều này rất phù hợp với giáo lý của Đức Phật. Đối trị với lòng sân hận chỉ có tâm từ. Sân hận không bao giờ dập tắt bằng sân hận, chỉ có thể dập tắt sân hận bằng tình thương. Người tu phải thực hành tâm từ bi bác ái, được như vậy thì người trong gia đình sẽ quý mến quý vị hơn, lời nói quý vị có giá trị hơn. Muốn có tâm từ phải siêng tu tập chớ không tự nhiên mà có.

Cuộc đời không có gì là tồn tại mãi mãi. Đừng có quan trọng hóa vấn đề để rồi đâm ra đau khổ trước những được mất của cuộc đời. Cái gì đến cứ đến. Cái gì đi cứ đi. Qúy vị cố gắng nỗ lực nhưng thành hay bại là do nhân duyên. Nên hiểu nhân duyên để quý vị không phiền não.

Hãy giữ tâm sáng suốt, lặng lẽ nhìn dòng đời sanh diệt.

DỄ VÀ KHÓ[41]

Có thể nói toàn bộ cuộc sống của chúng ta nằm trong hai chữ dễ và khó. Mới tu thấy khó, tu rồi thấy dễ. Vào chương trình paltalk mới đầu thấy sao có nhiều thao tác quá, khó quá nhưng lâu dần quen thì thấy dễ. Người chưa từng sử dụng máy điện toán thấy khó, học sử dụng, quen rồi thấy dễ. Cuộc sống luôn ở trong hai trạng thái dễ và khó. Nếu nói theo từ nhà Phật thì dễ do tâm tham mà có, khó do tâm sân mà ra. Trong đời sống của người tu hành như chúng ta, dễ cũng tu, khó cũng tu. Dễ phải chú ý làm thận trọng, chu đáo. Dễ nhưng không chú ý, không có chánh niệm sẽ bị làm hư làm hỏng. Khó phải có chánh niệm, tỉnh giác nếu không dễ nổi nóng, sân hận. Chúng tôi giới thiệu với quý vị một số câu triết lý áp dụng trong đời sống.

1. Dễ là khi bạn có một chỗ trong sổ địa chỉ của một người nhưng khó là khi bạn có một chỗ trong trái tim của người đó.

Câu này có ý nói thường thì chúng ta dễ có dịp được người khác ghi nhớ địa chỉ, xin số phone để tiện việc liên lạc. Chẳng hạn các bạn vào paltalk dễ làm quen nhau lắm. Chỉ cần chat một chút xíu là quý vị có địa chỉ của người quen, có số điện thoại. Và người khác cũng có địa chỉ, có số phone của quý vị. Nhưng khó ở đây là quý vị tìm được một chỗ trong trái tim của những người bạn. Cho nên, làm quen thì rất dễ nhưng để cho người ta quý trọng, thương mến, nhắc nhớ đến mình, làm bạn với mình thì đó là điều rất khó. Tiền có thể mua được địa vị, danh vọng nhưng tiền không thể mua được tình bạn, tình yêu, sự nể trọng. Có thể mình bỏ tiền ra mua chức vụ nhưng không thể mua lòng trung thành, sự quý mến ở người khác. Bây giờ để quen một người, thân thiện với một người và để họ lưu sâu trong ký ức hình ảnh của mình thì quý vị phải có căn bản đạo đức. Từ căn bản đạo đức ấy hình thành nên cách sống của chúng ta. Và chính cách sống của chúng ta, chân thật hay giả dối, đơn giản hay phức tạp, vị tha hay ích kỷ, trí tuệ hay ngu ngốc…sẽ khiến người khác quyết định có làm bạn với quý vị hay không. Trong tất cả các mối quan hệ, dù là quan hệ trong công việc, trong tình cảm, sơ giao hay thâm giao, nếu giữ được niềm tin trong lòng với nhau thì mối quan hệ ấy mới bền vững. Niềm tin đó chỉ có khi người ta sống chân thật với nhau. Muốn sống chân thật thì phải giữ giới không được nói dối. Vì nói dối là biểu hiện tâm bất thiện. Người có tâm bất thiện rất khó tu. Chúng ta đã chọn lựa cách sống tu hành thì phải tự mình rèn luyện đạo đức căn bản của người tu là chân thật. Đức Phật ngài dạy chúng ta giữ giới không được nói dối là chỉ cho ta tập sống hạnh chân thật. Người chân thật là người có tâm thiện lành, là người can đảm, không sợ sự thật, không dùng thủ đoạn. Chúng ta sống chân thật thì không khó gì để có một chỗ trong trái tim bạn bè.

2. Dễ khi đánh giá lỗi lầm người khác, khó khi nhận ra lỗi lầm của chính mình.

Đức Phật đã dạy: Lỗi người khác dễ thấy nhưng không bao giờ thấy lỗi mình. Từ đó tối ngày bắt lỗi người khác còn lỗi mình lớn như núi Tu Di thì chẳng thấy. Phật dạy: Chớ nên nhìn lỗi người khác mà hãy nhìn lỗi của mình. Đối với những bậc thiền sư, đừng nhìn người làm phiền não mình, làm mình khó chịu mà hãy nhìn cái tâm khó chịu của mình. Hầu như ai cũng vậy, ghét người A, người B nên khi nhìn người A, người B mình buồn khổ, bực tức. Thường thì ít có ai dám nhìn lại cái tâm cau có, bực bội, khó ưa của mình. Do vậy hãy tập nhìn lỗi mình, nhìn tâm của mình nhiều hơn. Vì phiền não do tâm mình phân biệt, cố chấp, sai khác mà sanh ra. Mỗi ngày qua, quý vị nhìn lỗi của mình, xem tâm mình khởi lên bao nhiêu điều thiện, điều ác. Mỗi ngày qua đi quý vị quán chiếu tâm của mình, nhìn những việc mình làm. Nếu một ngày qua đi thấy mình làm những điều lợi ích cho người này người kia, cho cộng đồng thì

[41] Bài pháp này giảng qua Paltlak – tại Room: "Diễn Đàn Phật Giáo Nguyên Thủy".

hoan hỷ. Còn nếu có làm những điều vô đạo đức, làm tổn hại người khác quý vị phải nguyện với lòng để sám hối và thay đổi tư duy, thay đổi hành động. Chúng tôi có đọc một bài phỏng vấn giáo sư Ngô Bảo Châu trên Tạp chí Đạo Phật Ngày Nay của Thượng toạ Thích Nhật Từ. Trong đó có một câu phỏng vấn như sau: "Theo Giáo sư, để sống một cuộc sống có ý nghĩa người ta phải làm gì?". Giáo sư Ngô Bảo Châu trả lời: "Đừng làm những gì vô nghĩa".

Người dám nhận lỗi lầm của mình là người chân thật, can đảm, không đổ lỗi cho người khác, không bào chữa hay biện minh khi làm lỗi. Người không dám nhận lỗi sẽ không tu lâu dài được. Tu chính là sửa đổi. Nhưng không phải ai cũng thấy lỗi của mình. Còn người khác động tĩnh gì là mình biết ngay, bắt lỗi ngay. Cho nên, quý vị hãy dòm ngó tâm mình, kiểm soát tâm mình từng giây phút mới sửa lỗi của mình được nhiều. Biết được vậy, làm được vậy thì chúng ta mới không uổng phí đã rời bỏ căn nhà thế tục, rời bỏ ngũ dục thế gian để vô chùa tu hành.

3. Dễ khi nói không suy nghĩ, khó khi kiểm soát lời nói của mình.

Có những người nói mà không biết mình đang nói cái gì. Có người không kiểm soát được những gì mình nói ra. Có người nói dóc, nói phét, nói không thật, có người "nổ" bất tận về những gì mình không biết. Đó gọi là không chánh ngữ. Giới thứ 4 trong nhà Phật là không được nói dối, không được nói những lời vô ích, không được nói những lời dèm pha, độc ác, đâm thọc. Tâm viên ý mã. Lời nói giống như con ngựa, nói ra không rút lại được. Ông bà xưa dặn con cháu phải uốn lưỡi bảy lần trước khi nói. Đó cũng là dạy con cháu không được vọng ngữ. Hơn nữa, chúng ta hiểu người khác qua lời nói thì người khác cũng hiểu ta qua những gì ta nói, ta làm. Những lời nói sẽ bộc lộ đạo đức, tính cách của một con người. "Chim khôn hót tiếng rảnh rang/ Người khôn ăn nói dịu dàng dễ nghe". Cho nên, trong giao tiếp hằng ngày, nhờ lời nói mà người khác hiểu được ta, giúp ta làm việc dễ dàng hơn. Nhưng cũng có lúc chỉ một lời nói mà người ta đánh nhau, giết nhau, trở thành kẻ thù của nhau. Ông bà nói: "Con gà tức nhau tiếng gáy". Con người ganh ghét nhau cũng từ lời ăn tiếng nói. Cho nên cái khó là không phải ai cũng kiểm soát được lời nói của mình. Muốn vậy, quý vị phải thực tu, phải tập thiền, tập tĩnh lặng, tập cô đơn. Bởi vì chỉ có trong môi trường như thế quý vị mới quán chiếu sâu sắc tâm của mình, nhìn thấy tất cả những gì xảy ra trong tâm mình. Khi hiểu đạo rồi quý vị sẽ không còn muốn phung phí lời nói của mình nữa. Khi ta nói những lời vô ích, những lời độc ác, xuyên tạc, làm bất lợi cho người là ta đã mang khẩu nghiệp rồi. Ngài không chấp một điều gì, tất cả những gì ngài làm đều trong thanh tịnh. Do vậy, quý vị hãy tập sống một mình, trong cô đơn, trong tĩnh lặng để giữ chánh niệm trong từng lời nói.

Người tu là phải có tâm từ bi. Có tâm từ bi thì quý vị sẽ thấy thương người khác khi họ lầm lỗi và không nói lời độc ác, nguyền rủa, nói lời nặng nề, thô lỗ, mắng nhiếc họ. Như thế quý vị đã có thể kiểm soát lời nói của mình rồi vậy. Điều đó rất khó cho tất cả mọi người nhưng người tu hành có thể làm được. Hãy đừng bao giờ vô tình lỡ lời để không tiếc nuối, ân hận vì đã làm người khác đau khổ. Đó là cách kiểm soát lời nói trước khi cho nó phát ra. Muốn được vậy chúng ta nhớ luôn trau dồi ái ngữ như Phật đã dạy. Cuộc đời người tu hành phải tập nói cho được ngôn ngữ ái ngữ.

4. Dễ là khi làm tổn thương một người bạn. Khó là khi hàn gắn vết thương đó. Dễ khi tha thứ người khác, khó khi làm người khác tha thứ cho mình.

Con người ta rất khó mới có được một tình bạn hay một tình yêu. Có khi phải mất 10 năm, 20 năm mới xây dựng được một tình bạn, một tình yêu. Rồi có lúc vì lý do gì đó ta làm tổn thương bạn ta thì ta đã đánh mất đi tình bạn 10 năm, 20 năm đó rồi. Quý vị biết rằng trồng cây để có bóng mát. Mất nhiều năm, lâu lắm, cây mới cao lớn và cho ta bóng mát. Nhưng quý vị cầm dao, cầm cưa chặt bỏ cây thì rất nhanh. Cũng vậy, làm tổn thương bạn rất dễ nhưng hàn

gắn tình cảm thì khó vô cùng.Tại sao khó? Vì bản chất con người luôn tự thấy mình quan trọng, tự cao, tự đại, tự đắc, tự mãn chứ ít ai tự thấy lỗi mình trước nên khó mở lời xin lỗi, khó nhịn lời ăn tiếng nói với nhau. Thường thì người ta ăn miếng trả miếng, hơn thua nhau từng lời nói. Do đó, người tu phải biết sống khác, phải biết nhìn lỗi của mình. Khi có lỗi phải biết xin lỗi cách chân thành. Một lời xin lỗi vụng về nhưng chân thật vẫn luôn được người khác trân quý. Trong cuộc sống không ai là không có lầm lỗi nhưng cái khó là biết xin lỗi, bày tỏ thiện chí để hàn gắn những tổn thương do mình gây ra cho người khác. Khi mình xin lỗi chẳng ai nỡ bắt lỗi nữa và mình sẽ được thông cảm. Có nhiều cách hàn gắn vết thương hay nói cách khác là xin lỗi việc mình đã gây ra. Chúng ta xin lỗi với người mà ta đã làm lỗi. Ví dụ với người mà ta đã nặng lời chửi mắng, với người mà ta đã ăn cắp đồ của họ, với người mà ta đã hung dữ đánh đập họ, với người mà ta đã thù oán họ. Chúng ta xin lỗi với những người đó. Nhưng có những người ta phạm lỗi với họ nhưng họ đã mất thì chúng ta phải lễ Phật sám hối. Chúng ta thành tâm biết lỗi, nhìn thẳng vào lỗi mình, nhìn thẳng vào tâm mình… hối hận khi gây ra những đau khổ, phiền não cho người khác. Nhờ vậy, tâm của ta người tu hành mới trở nên đẹp hơn, sáng hơn, thanh cao hơn. Khó khi hàn gắn vết thương nhưng nếu ta làm được thì đó mới tuyệt diệu. Cái Tâm biết lỗi, hối hận là cái tâm hướng thiện đáng được trân quý. Người tu, đừng bao giờ chúng ta quên ước muốn hàn gắn vết thương cho một tâm hồn bạn.

Và ở một chừng mực nào đó, người có tu mới dễ tha thứ cho người khác. Người có tu thì tâm hồn họ mới có chất liệu thông cảm, yêu thương và tha thứ. Còn làm sao cho người khác tha thứ cho mình thì như sư đã nói, quý vị phải có thái độ thành tâm, chân thật, nhẹ nhàng, thực sự ăn năn khi làm lỗi. Con người luôn tự nghĩ mình là cái rốn của vũ trụ, là trung tâm, là quan trọng, là tất cả. Do quan niệm sai như vậy nên con người không biết thông cảm, không chấp nhận hạ mình xuống tha thứ cho kẻ đã làm tổn hại mình. Do bản năng chấp ngã, chúng ta có khuynh hướng vị kỷ. Tâm vị kỷ này chỉ biết sống cho mình, hướng về mình. Nên khi người khác làm mình tổn thương, mình "gào" lên đòi trừng trị kẻ đã làm mình đau khổ. Đó cũng là do chúng ta không biết tha thứ.

Nghệ thuật xin lỗi giúp chúng ta sống an vui ngay cả trong đời sống gia đình. Vợ chồng biết xin lỗi nhau thì sẽ giữ được hạnh phúc gia đình.

6. Dễ là khi đặt ra các nguyên tắc, khó là khi làm theo chúng.

Trong một gia đình, trong một tổ chức đều có nội quy, có nguyên tắc riêng của nó. Trong xã hội thì có luật pháp. Người ta có thể đặt ra nhiều, rất nhiều nguyên tắc nhưng cái khó là làm theo những nguyên tắc đó. Ví dụ chùa có 3 tháng hạ an cư. Chúng tôi đặt ra nội quy là sáng cúng, chiều cúng. Chính chúng tôi đặt ra nhưng tiếc là chúng tôi không theo được. Đôi lúc do công việc phải di chuyển nhiều, có lúc mệt quá nhưng cũng có lúc tự cho mình được nghỉ ngơi. Có lúc sức khỏe kém nhưng cũng có lúc lơ là công phu. Hễ không công phu hôm nay thì ngày mai, ngày mốt mình cũng không công phu. Đồng hồ sinh học của con người lạ lắm. Hễ quý vị muốn thức 4 giờ để công phu sáng thì tự nhiên cái tâm quý vị lưu ý thức 4 giờ. Rồi khi ngủ tới 4 giờ tự khắc thức dậy khỏi cần để đồng hồ reo. Còn nếu quý vị đã dễ duôi, lười biếng, trong tâm đã không có ý muốn công phu thì đồng hồ có reo cách mấy quý vị cũng ngủ nướng đến cháy thôi. Cho nên bày đặt ra nguyên tắc này nọ thì dễ nhưng thực hiện nó thì khó. Cũng như chúng ta có thể thao thao bất tuyệt về giới luật của nhà Phật nhưng e rằng ta chưa giữ gìn giới luật cách nghiêm túc.

7. Dễ là khi nằm mơ hằng đêm, khó là khi chiến đấu cho ước mơ thành tựu.

Trong Trung bộ Kinh Phật dạy, con người hãy nên không truy tìm quá khứ, không ước vọng tương lai. Bởi quá khứ đã đoạn tận, tương lai thì chưa đến. Chỉ có hiện tại là quan trọng. Nhưng con người vì ái dục, si mê nên sống nhiều cho qúa khứ, nghĩ nhiều cho tương lai mà

đánh mất hạnh phúc hiện tại. Người lớn tuổi thường hoài niệm, tiếc nuối nên kể lể nhiều về qúa khứ. Người trẻ tuổi thường mơ mộng nên suy nghĩ đến tương lai. Cả hai loại người này đều đánh mất oan uổng hiện tại trước mặt. Cho nên Đức Phật chê hai loại người vô trí, si mê này. "Mơ hằng đêm" là ám chỉ tương lai. Ví dụ mơ tu, mơ học, mơ đọc sách, mơ viết văn, mơ làm giàu, mơ nổi danh. Có nhiều người mơ trở thành nhà văn nổi tiếng nhưng không viết được quyển sách nào giá trị. Mơ nói tiếng Anh giỏi nhưng học tiếng Anh chỉ một hai buổi rồi thôi không học nữa. Cho nên, mơ thì dễ, nhưng thực hiện giấc mơ đó thì khó. Vì vậy, trong cuộc sống, ước mơ thì ai cũng có nhưng để biến ước mơ thành hiện thực thì phải có quyết tâm cao. Cách đây nhiều năm có một cô bé nhà nghèo hằng ngày phải đi bán khoai nuôi mẹ. Hằng đêm cô mơ mình làm bác sĩ, làm một người trí thức và thoát cảnh nghèo khó. Cô bé ấy đã không ngừng học tập. Cô học khi đang nấu khoai buổi tối. Cô học khi đang bán khoai buổi sáng ngoài chợ. Cô học ở mỗi lúc mỗi nơi, không dám phung phí thời gian quý báu của tuổi trẻ. Sau cô đậu một lúc 3 trường đại học. Cô chọn học y khoa như trong giấc mơ cô đã từng mơ hằng đêm. Giờ đây cô đã là một bác sĩ đang làm việc tại một bệnh viện lớn ở Tp.HCM. Sự nỗ lực không ngừng, sự kham nhẫn và niềm tin không bao giờ cạn trong cô đã giúp cô đạt được giấc mơ đẹp. Nhưng không phải ai cũng làm được như cô bé bán khoai nghèo khổ kia. Khó lắm!!! Tại sao khó? Vì muốn thực hiện những gì chúng ta mơ cần có cái tâm và có đủ duyên. Giống như người tu hành từ bỏ quá khứ sống nhàn hạ trong gia đình vào chùa tu tập "khổ" nhiều hơn. Có chùa ở vùng sâu, vùng xa tự trồng trọt để nuôi chúng thì tu sĩ cũng tham gia trồng cây, đào ao, làm đường, xây chùa. Ngoài ra, quý vị tu sĩ còn có duyên làm những việc thiện nguyện như chăm sóc người già neo đơn, nấu bếp cơm chay từ thiện, nuôi trẻ mồ côi… Nói chung, chúng ta chịu cực khổ, chịu hy sinh, không chấp nhận cuộc sống chỉ có hưởng thụ thì mới làm nên được những giấc mơ lớn của đời ta. Quý vị tu hành thường mong cầu thành tựu đạo quả mà không siêng năng, tinh tấn, hết lòng giữ giới thanh tịnh, thực tập công phu thiền định thì có lẽ quý vị khó thực hiện giấc mơ đắc Tu-đà-huờn hay A-la-hán. Vì tu Phật là không nói suông mà phải làm. Đạo không chỉ để nói mà để hành. Do vậy, dễ là khi ta mơ, khó là khi thực hiện ước mơ đó. Đối với chúng ta, những người tu tập chuyên cần thì bản lĩnh để thực hiện ước mơ không phải là quá khó.

8. Dễ là khi thể hiện chiến thắng, khó là khi nhìn nhận thất bại.

Ông bà ta nói: "Thất bại là mẹ thành công." Những người biết nhìn thẳng vào thất bại để tìm nguyên nhân mà tránh sai lầm thì có cơ hội thành công. Con người thường thấy mình hơn người khác, khi làm được việc thường thấy mình hay, mình giỏi hơn người. Cái thấy đó phát ra từ trong tự ngã. Bởi con người chúng ta thường có tham vọng cứ nghĩ mình giỏi, cái gì mình làm cũng thành công. Họ không biết rằng con người ai cũng có giới hạn của mình. Cái quan trọng là biết giới hạn của mình ở đâu. Mỗi người chỉ giỏi ở một vài lĩnh vực nào đó thôi chứ không thể làm tất cả mọi điều. Nghệ sĩ nhân dân Đặng Thái Sơn đàn piano hay tuyệt, Giáo sư Ngô Bảo Châu là nhà toán học xuất sắc, cầu thủ Công Vinh đá bóng nổi tiếng trong cả nước nhưng nếu nói mấy vị này xây nhà, bốc thuốc chữa bệnh hoặc đơn giản tự thiết kế trang phục chưa chắc họ làm được.

Chúng ta thường dễ khoe khoang về chiến thắng nhưng rất khó khăn nhìn nhận sự thua cuộc, thất bại của mình. Bởi vì nhìn nhận thất bại là biết mình kém, là công nhận người khác hay hơn mình. Ở đời ít ai chịu người khác hay hơn, giỏi hơn mình. Do vậy, người nào vượt qua được giới hạn tự ngã để nhìn thẳng vào những kém cõi, những thất bại, những sai lầm của mình, người đó phải có tâm rộng lượng, tâm không ganh ghét trước những thành công của người khác.

9. Dễ là khi vấp phải hòn đá, khó là khi đứng dậy đi tiếp.

Trong cuộc sống ai cũng có lần vấp ngã. Nhưng có người vấp ngã biết đứng dậy đi tiếp ngay tại chỗ đã từng vấp ngã. Cũng có người vấp ngã rồi gục luôn, không thể đứng lên được nữa. Con người biết vượt qua hoàn cảnh, vượt qua thị phi, vượt qua đúng sai… thì sẽ không thất bại. Bởi ai mà không từng bị rơi vào những hoàn cảnh bất như ý, bị chỉ trích, bị nói xấu, bị dèm pha. Làm lớn chừng nào, danh vọng nhiều chừng nào thì bị lên án, chỉ trích, chụp mũ, nói xấu nhiều. Hãy coi như những điều đó là đương nhiên như những viên đá trên con đường mình đi. Con đường ghồ ghề lởm chởm đá nhọn thì mang giày mà đi. Con đường ít đá, bằng phẳng hơn thì mang dép mà đi. Con đường có cỏ hoa êm ái thì ta đi chân trần. Hoàn cảnh nào cũng hoan hỷ, tuỳ thuận mà đi qua. Đó mới là vô ngại.

10. Dễ là khi hứa một điều, khó là khi hoàn thành lời hứa.

Hứa thì dễ nhưng làm điều đã hứa thì khó. Ai cũng từng hứa hẹn và cũng từng thất hứa. Hứa và hoàn thành lời hứa là hai việc khác nhau. Riêng người tu, khi đã hứa với ai chuyện gì phải làm cho xong. Nếu thất hứa nhiều lần sẽ mất niềm tin với những người chung quanh. Tu là sống không làm tổn hại ai, không làm phiền người chung quanh. Khi người tu đã hứa thì dù mau hay lâu cũng phải thực hiện những gì đã hứa. Giữ lời hứa rất quan trọng đối với người tu. Bởi đó là đạo đức. Có lúc nhiều dự tính của người này dựa trên lời hứa của người kia. Ví dụ: Cô Hai tính đi Miến Điện tu thiền vì Sư Trụ trì hứa cho vé máy bay. Sư trụ trì hứa cho vé máy bay dựa trên sự phát tâm cúng dường của thí chủ. Như vậy, trong cuộc sống có rất nhiều sự việc, con người đặt hy vọng vào lời hứa. Người nào hứa điều nhỏ thì người ta hy vọng nhỏ. Người nào hứa điều lớn thì người ta hy vọng lớn.Ví dụ Cha mẹ hứa chia gia tài cho mỗi đứa con một cái nhà. Mỗi cái nhà giá thị trường khoảng chừng 5-6 tỷ. Thế là cuộc đời của những đứa con đặt hết niềm tin vào lời hứa đó. Nếu cha mẹ suy nghĩ lại, không chia nhà nữa thì có khi đổ máu. Cho nên hứa mà không giữ lời là ta đã gieo bất thiện nghiệp. Lời hứa là thuộc về thì tương lai nhưng nó vô cùng quan trọng với người ở hiện tại. Ví dụ hứa mua dép cúng dường cho trẻ em nghèo ở Ninh thuận thì các sư cô chùa Bửu Quang đã mua đầy đủ mang đi tặng cho các em. Đó là giữ lời hứa dù lời hứa nhỏ đối với các em nhỏ cũng vậy. Bởi vì nói có dép mà khi tới nơi không có dép, các em sẽ thất vọng biết chừng nào. Sự thất vọng đó cũng đồng nghĩa là mất niềm tin. Cho nên người tu không được hứa đại, hứa cho có mà không làm.

11. Dễ là khi chúng ta nói yêu thương, khó là khi làm cho người khác cảm thấy được yêu thương hằng ngày.

Nói yêu thương thì dễ nhưng sống với tâm yêu thương và làm cho mọi người an vui trong tình thương của mình rất khó. Mẹ Theresa suốt cuộc đời đã sống vì người bệnh, người nghèo. Mẹ không cần ai tôn vinh. Cuộc đời của mẹ Theresa là tấm gương sáng của lòng yêu thương và tha thứ. Những người nghèo đói, bệnh tật được nuôi dưỡng hằng ngày bằng chất liệu yêu thương từ những việc làm cụ thể của mẹ. Mẹ Theresa đã đem thân mạng, thọ mạng, huệ mạng cúng dường cho biết bao chúng sanh tội nghiệp kia. Mẹ đã xả thân để xoa dịu những nỗi đau khổ cho cuộc đời. Nhiều người tu tập theo hạnh nguyện của Mẹ cũng giải thoát được đau khổ.

Vậy yêu thương không phải là ngôn ngữ nói trên cửa miệng. Yêu thương là một cách sống mà chúng ta phải tập để ban tặng cho những người chung quanh ta hằng ngày.

12. Dễ là khi phê bình người khác, khó là khi cải thiện bản thân mình.

Có người dường như dòng máu của họ là "máu phê bình", luôn thích khen chê, tâm không biết hoan hỷ. Trong cuộc sống có rất nhiều loại người này, khó là cải thiện bản thân. Những người luôn chê người khác rất khó thành công. Đức Phật dạy phải luôn biết hoan hỷ với những gì người khác đang có, thông cảm với những gì xung quanh, là có tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả. Đức Phật dạy tu tập là trở về với bản thân, cải thiện bản thân. Hạnh phúc hay đau khổ, thiên đàng hay địa ngục là do tâm sanh ra. Vì vậy, tu là phải biết nhìn tâm của mình cách tinh tế. Xét tâm mình để dễ nhìn thấy tâm người, thông cảm với người. Xét tâm mình để mỗi ngày sửa đổi gọi là tu tâm dưỡng tánh, cải thiện bản thân. Điều này khó làm nên chúng ta phải cố gắng tu cho tốt.

13. Dễ là buồn bực vì mất mát, khó là khi quan tâm để đừng mất mát.

Tâm lý con người mất cái gì thương quý là tiếc là buồn. Mất vàng, mất người yêu, mất xe, mất cơ hội thăng tiến. Buồn bực là một cảm giác. Buồn nên sanh ra bực. Nhưng khó là khi mình quan tâm đủ để cho điều mất mát đừng xảy ra. Cuộc đời vốn vô thường. Các Pháp vốn vô ngã, không có gì tồn tại bền lâu. Mọi cái từ tay người qua tay mình rồi từ tay mình qua tay người khác vậy thôi. Không ai giàu ba họ, không ai khó ba đời. Biết là mọi vật rồi sẽ mất đi nhưng mình biết quan tâm đủ đến điều đó thì mình sẽ không phiền não, nghĩa là sự vật hiện tượng vẫn mất đi nhưng do mình quan tâm đủ nên có quán chiếu đến vô thường. Ví dụ cái ly thuỷ tinh quý nó cũng có tuổi thọ của nó, nó bể thì thôi, không tiếc, không buồn bực.

14. Dễ là khi nghĩ về một việc, khó là khi ngừng suy nghĩ và bắt đầu hành động.

Suy nghĩ về công việc nhưng chỉ là suy nghĩ chớ không làm. Lời nói không đẹp bằng hành động. Người nào có tật nói nhiều thường làm ít. Nói phải đi đôi với làm thì mới thành công. Theo tâm lý học thì con người thành công là 5% do thông minh, 95% do nỗ lực, siêng năng hành động. Đọc kinh nhiều, đọc sách nhiều, đọc kệ ngôn, thơ ca, những tinh hoa của lời Phật dạy cũng không chưa phaỉ là đủ mà cần áp dụng những gì đã đọc, đã học vào trong cuộc sống. Pháp Phật không phải để nói mà là để hành. 423 kệ ngôn, mỗi câu là khuôn vàng thước ngọc. Biết đủ là giàu sang/Thành tín là họ hàng/ Niết bàn là hạnh phúc. Có những người không biết đủ do lòng tham vô tận. Khi nắp quan tài đã đậy rồi có lẽ tâm họ vẫn còn thấy thiếu. Thành tín làm cho ai cũng quý mến muốn làm thân thuộc với nhau ngược lại sự dối trá làm cho những ai sống chung với nhau luôn cảm thấy bất ổn. Niết Bàn là cõi không có ái. Hạnh phúc thật ra chỉ là một khái niệm. Thích thì hạnh phúc. Không thích thì khổ đau.

15. Dễ là khi nghĩ xấu về người khác, khó là khi cho họ niềm tin.

Con người có tri giác sai lầm. Đức Phật nói là nghi kỵ. Tri giác thường sai lầm. Ví dụ khi mất tiền nên chúng ta nhìn ai cũng thấy nghi, từng ánh mắt, cử chỉ của họ sao giống người bất lương quá. Nhìn sợi dây tưởng con rắn. Những ai có tri giác sai lầm phong phú là một tai hoạ cho chính mình. Ai dễ nghi vội tin, vội phỏng đoán tạo nên ảo giác nghi kỵ người khác. Khó cho người khác niềm tin. Muốn được vậy phải có tâm từ ái, bao dung. Muốn hướng thiện người khác phải gieo cho họ niềm tin vào tam bảo, hướng người ta theo đạo, giữ tam quy, ngũ giới.

16. Dễ khi nhận, khó khi cho.

Câu này ám chỉ tâm bỏn xẻn thường tình của con người. Ai cũng muốn nhận nhiều hơn cho đi. Trong thập nhị nhân duyên: vô minh, hành,… Thường con người ta khi có là muốn nắm thiệt chặt, không buông, đó gọi là thủ. Người tu thì phải tập cho đi nhiều. Đường tu bố thí đứng đầu. Bố thí, trì giới, tham thiền là 3 pháp tu giúp người tu sĩ giải thoát.

Mười sáu việc dễ và khó trong cuộc sống tuy đơn giản nhưng ai cũng từng chạm trán với nó. Nếu biết lắng đọng, nhìn nó một cách sâu lắng và áp dụng trong đời sống tu tập sẽ có những chuyển biến tốt. Nếu nhìn thấy khó mà không tu thì ta dễ nổi tâm sân. Nếu nhìn việc khó trong lăng kính có tu tập, có áp dụng tứ niệm xứ thì sự khó là chất liệu để ta sống có nghệ thuật, có lòng hơn đối với người chung quanh và không làm phiền não người khác. Từ đó, ta sẽ tiến dần đến bờ giác ngộ giải thoát. Còn thấy dễ mà không tu thì đó là một nấc thang để ta trượt dài trên sự ngã mạn ngu xuẩn và si mê.

MƯỜI BA ĐIỀU SUY NGẪM[42]

Trong cuộc sống chúng ta đầy ắp đau khổ, lo lắng, sợ hãi, phiền não do vô minh và ái dục. Nếu danh vọng, tiền bạc, thành công, địa vị có khuynh hướng gia tăng thì cái tôi của chúng ta cũng phình to theo. Con người thường hay lạc lối không biết đường về. Vì vậy, Đức Phật dạy muốn thoát khỏi vô minh và ái dục phải chuyển tâm tu, nhìn thẳng thực tại.

1. Sống trong hiện tại

Hiện tại là giây phút nhiệm mầu. Con người đa phần sống cho quá khứ và tương lai hơn hiện tại nên đánh mất đi giây phút hiện tại. Đức Phật ngài dạy hiện tại quyết định cho quá khứ và tương lai. Chẳng hạn hôm nay có 3 Phật tử quy y, có pháp danh. Hiện tại quý vị quy y. Nhìn hiện tại quý vị quy y biết quá khứ quý vị đã từng quy y nên hiện tại quy y tiếp tục. Nhìn hiện tại suy ra tương lai. Người quy y có tâm lành, tâm hướng thiện. Hiện tại quy y thì tương lai cũng sẽ nhờ chủng tử quy y Phật, Pháp, Tăng là những chủng tử tốt. Phật dạy người nào quy y Phật, Pháp, Tăng sẽ không sa đoạ vào khổ cảnh, có duyên lành thấy được Tứ diệu đế, thoát khỏi đau khổ. Nên người Phật tử phải biết sống trong hiện tại. Quá khứ đã qua, tương lai chưa đến, chỉ có hiện tại là đáng quý nên mình phải sống cho hiện tại.

Có người hỏi cuộc sống con người sống được bao lâu? Người thì trả lời 100 năm, người nói 80 năm, người khác 70 năm. Tất cả đều sai. Thật ra cuộc đời con người ta chỉ trong vòng hơi thở mà thôi. Con người ai cũng có tuổi thọ. Nếu sát sanh nhiều thì tuổi thọ ngắn, chết sớm. Nếu không sát sanh thì sống lâu. Chúng ta có Nam thiện bộ châu con người sống đến 140 tuổi. Bắc cưu lưu châu sống 1000 tuổi. Đông Thắng thần châu sống 700 tuổi, Tây ngưu hoá châu sống hơn 1000 tuổi. Tuổi thọ con người có quy định do phước của chúng ta. Chúng ta đang sống ở Nam thiện bộ châu. Thời Đức Phật, ngài Anurudha thọ 120 tuổi, ngài Bakkhula thọ 160 tuổi, ngài Ānada thọ 120 tuổi v.v... Hiện nay, ở Thái Lan tại Phukhet có một thiền sư thọ 115 tuổi được ghi vào sách kỷ lục giuness.

Sự thật đời sống chỉ nằm trong hơi thở. Tắt thở là chết liền. Cho nên, quý vị phải biết trân quý hiện tại. Giây phút hiện tại rất mầu nhiệm. Còn sống hãy biết làm điều thiện, làm lành lánh dữ, tu nhân tích đức, làm điều lợi ích cho cộng đồng xã hội, cho gia đình.

Khi được hỏi để sống một cuộc sống có ý nghĩa ta phải làm gì, Giáo sư Ngô Bảo Châu đã trả lời: Đừng làm những gì vô nghĩa.

Vậy chúng ta sống hãy nên làm gì có lợi ích cho dân tộc, cho đạo pháp, cho xã hội .

2. Sau khi chết người ta sẽ đi về đâu?

Hiện nay trên thế giới vẫn có một số đông người không tin có sự tái sanh, luân hồi. Nhiều người tin chết là hết, đó là đoạn kiến. Không tin nhân quả đó là tà kiến. Theo lăng kính khoa học ngày nay chứng minh có thần đồng 5 tuổi giải toán số bậc đại học. Ở Miền Bắc có em bé trai 10 tuổi nhớ về người mẹ trong tiền kiếp, dắt mọi người đi về thăm ngôi nhà của mình ở kiếp trước. Em nhìn biết những người láng giềng hàng xóm thời trước.

Ở Ấn Độ, chuyện tái sanh rất nhiều. Đức Phật nói có luân hồi, có kiếp trước và kiếp sau. Vậy chết ta sẽ đi về đâu? Một là đi lên, hai là đi xuống. Người làm phước, bố thí cúng dường, trì giới, tu thiền sẽ tái sanh làm người, làm chư thiên. Tu thiền, đắc tứ thiền thì sanh lên cõi Phạm Thiên. Còn người chết đi xuống do không giữ 5 giới cấm, không tu thiền sẽ sanh vào thế

[42] Bài pháp này giảng tại chùa Bửu Quang - Quận Thủ Đức - TP. HCM.

giới địa ngục, ngạ quỷ, a tu la, bàng sinh. Sanh vào thế giới địa ngục là người bất hiếu, sanh vào cõi ngạ quỷ là người tham lam, sanh vào cõi a tu la là người sân hận, sanh cõi bàng sinh là những người có tâm u mê, ái dục. Thế giới súc sinh vô cùng vô tận, đủ thứ chủng loại trên bờ, dưới nước.

Các nhà nghiên cứu khoa học đã phát hiện một loại như cào cào trời có cuộc sống rất kỳ lạ. Sau khi con cào cào trời đực giao phối với con cào cào trời cái thì nó đứng đó cho con cái nhai nuốt nó, không hề tránh né. Thế giới động vật thật lạ lùng.

Cho nên, loài thú cũng có phước riêng của nó. Con nào có phước thì được sanh làm con lớn như chó, bò, heo, gà, ngựa còn kém phước thì sanh làm các loại con nhỏ bé như sâu, giun, ruồi, muỗi v.v… Có loại chỉ sống 7 ngày rồi chết như con muỗi chẳng hạn. Đời sống con ve cũng rất ngắn ngủi. Con ve sống suốt thời gian 23 năm trong lòng đất. Đến khi đúng thời điểm, nó nghe tiếng kêu của đồng loại, nó sẽ chui lên khỏi mặt đất, thoát kiếp làm con nhộng. Con ve có 2 tuần lễ để sống mà sanh con đẻ cái và ca hát rồi nó chết. Kiếp ve ngắn ngủi là vậy. Cũng có người hỏi ve chết đi về đâu. Đây là một vấn đề khác nữa. Trở lại vấn đề con người chết đi về đâu? Chỉ có đi lên cõi trời, cõi người hoặc đi xuống cõi địa ngục, ngạ quỷ, a tu la.

3. Định mệnh con người nằm trong bàn tay.

Tại sao? Những nhà xem chỉ tay giỏi họ có thể đoán được vận mệnh của một người qua chỉ tay với độ chính xác khá cao. Những nhà tử vi kẻ ra 12 cung xem năm tháng ngày giờ biết được mệnh người. Khoa Nhân tướng học cũng vậy. Nhìn tướng mặt của một người chúng ta cũng có thể biết được cuộc đời người đó ra sao. Nhìn mặt thấy cung tài lộc tối om biết kinh tế gia đình đang khó khăn. Nhìn mặt thấy cung vợ chồng lồi lõm biết là có cãi nhau hay đồng sàng dị mộng. Người ta thường nói tâm tuỳ tướng hiện, tâm sanh ra tướng.

Con người do chủng loại trong quá khứ vốn đã có, do hành động thiện ác trong hiện tại tạo tác mà từ đó sẽ sống hạnh phúc hay đau khổ. "Ta đi theo nghiệp của ta/ Dù cho tốt xấu tạo ra tự mình". Thân người trong kiếp này sướng hay khổ do bởi hành động thiện ác ta đã làm. Nếu kiếp này làm ác nhiều quá, chỉ tay đang dài tự động ngắn lại là sẽ chết sớm. Trong quá khứ tạo nghiệp xấu nhưng may phước hiện tại gặp cha mẹ tốt, thầy tốt, bạn bè tốt dẫn mình đi đúng đường và làm điều phước thiện cho cộng đồng, cho xã hội thì phước báu sẽ gia tăng làm cho diện mạo ngày càng đẹp ra. Hồi chưa tu nói chuyện vô duyên, Tu rồi chuyển tâm, nói chuyện có duyên làm nhiều người thích nghe. Đó gọi là tâm sanh tướng.

4. Con sóng và nhận thức

Con sóng nhỏ nói: Bực ghê, sóng kia lớn quá, sao ta bé tý. Chúng mạnh mẽ xiết bao sao ta yếu đuối thế này.

Con sóng to cười đáp lại: Đó là vì bạn không nhận ra gốc gác của mình. Sóng chỉ là hình thức tạm thời trong bản chất của bạn vì bạn là nước. Một khi nhận ra bản chất bạn là nước thì sẽ không còn ấm ức với cái vỏ sóng này và không còn buồn bực gì nữa.

Con người luôn chấp ngã là ta nên xảy ra phân biệt ta và người, nên mới khổ. Kinh Pháp Cú dạy: Nếu mình đối xử tốt với một ai đó thì người đó là quyến thuộc của mình. Nếu mình đối xử không tốt với ai đó thì dù là anh em ruột thịt cũng thấy xa cách, không thân thương nhau được. Cho nên, hãy đối xử tốt với người chung quanh, không nên sân si, đố kỵ, nhỏ mọn. Đức Phật nói do vô minh và ái dục nên con người đố kỵ nhau, gây đau khổ, phiền não cho nhau. Con người không chịu tha thứ, thông cảm nhau thì cuộc sống đầy ắp đau khổ, hận thù, sợ hãi, lo lắng. Vì vậy, người tu chúng ta hãy tập tâm từ bi, hỷ xả. Đó là chất liệu tốt để hoá giải cơn giận trong lòng ta, xoá đi những oán hờn trong tâm ta.

5. Thiên đàng - Địa ngục.

Có một vị tướng quân đến bên vị Thiền sư và hỏi rằng:

- Thiên đàng, địa ngục có thật không?

Vị thiền sư hỏi lại:

- Ngài là ai?

Người kia nói:

- Tôi là tướng quân.

Thiền sư cười:

- Thằng ngốc nào cho ông làm tướng quân vậy? Trông ông giống thằng bán thịt cá.

Tướng quân tức giận rút kiếm. Thiền sư cười lớn nói:

- Địa ngục đó.

Địa ngục trong kinh Đức Phật ngài nói có nhiều loại. Địa ngục tiếng Phạn là Niraya, có hai chiết tự: "Ni" nghĩa là không, "raya" nghĩa là an vui. Địa ngục nghĩa là không an vui. Nơi nào có tham, sân, si nơi đó có địa ngục. Nơi nào có vui vẻ, hồn nhiên, tình thương nơi đó là thiên đàng. Quý vị đang ngồi đây nghe pháp, tâm quý vị hoan hỷ, không gian ở đây trang nghiêm, thanh tịnh cho quý vị cảm giác bình an. Như vậy, giây phút này là thiên đàng đối với quý vị. Nhưng nếu quý vị buồn ngũ, trong tâm quý vị khởi lên ý niệm mệt mỏi, chán chường, quý vị nói thầm: ông sư nói nhiều quá, nghe mệt quá, chán quá. Và dù mệt nhưng quý vị không dám bỏ ra ngoài. Vậy giây phút đó, trạng thái trong tâm của quý vị đó là địa ngục. Đức Phật nói thiên đàng hay địa ngục là do tâm sanh ra. Tâm vui là thiên đàng. Tâm đau khổ là địa ngục. Địa ngục dành cho người nào giết cha giết mẹ, người làm Phật chảy máu, người phá hoà hợp tăng chúng.

Địa ngục là một khái niệm tâm lý trong tâm của chúng ta. Ví dụ: Vợ chồng đang hạnh phúc vui vẻ bên nhau. Bất chợt một ngày kia quý vị phát hiện ông xã có người phụ nữ khác. Thấy ông xã đi sớm về trễ, lúc nào cũng ôm khư khư cái điện thoại, hễ có tin nhắn là vô phòng tắm đọc. Những dấu hiệu đó làm tâm quý vị không yên. Và quý vị khóc lóc, hờn ghen, kể lể không ngừng, Cửa địa ngục đã mở ra trong tâm quý vị rồi đó. Ngược lại, những lúc thành công trong công việc, muốn mua nhà thì mua được nhà đẹp mà rẻ, muốn lên chức thì được lên chức v.v... Lúc đó quý vị thấy cuộc đời bỗng đẹp sao. Đó chính là thiên đàng vậy.

Như vậy, quý vị biết rằng thiên đàng, địa ngục là do tâm sanh ra. Vậy người tu phải chuyển hướng tâm tư của mình để được sống an vui. Khi thấy tâm đau khổ hãy biết tác ý chuyển tâm vào những suy nghĩ tích cực, thiện lành.

6. Thiên đàng Địa ngục do tâm tạo

Tâm dẫn đầu các pháp. Tâm là chủ. Tâm tạo tác. Nếu nói hay làm với tâm bất thiện thì đau khổ sẽ theo ta như bóng với hình. Vậy tâm là gì? Tâm là biết cảnh. Ví dụ: Hôm nay quý vị nhìn thấy tôi, quý vị nói: ông sư Thiện Minh bữa nay thuyết pháp. Đó là tâm thấy ông sư thuyết pháp. Quý vị ngồi đây nhưng nghĩ đến cái tủ ở nhà chưa khoá không biết có mất trộm không đây. Đó là tâm suy nghĩ, lo lắng sợ mất vàng. Quý vị bước đi, tâm biết đi. Tâm điều khiển hành vi. Giống như cái máy điện toán có màn hình monitor và cục CPU. Màn hình monitor ví như cái thân ta, còn cái CPU là hệ điều hành ví như tâm ta. Những dữ liệu từ CPU hiện ra monitor giúp ta làm việc. Cũng như tâm nghĩ gì thì thân làm vậy. Tâm quan trọng hơn

thân vì tâm tạo tác ra tất thảy mọi việc. Cũng như CPU chứa đựng tất cả chi tiết dữ liệu, còn cái monitor chỉ là màn hình hiện ra những dữ liệu ấy mà thôi.

Người ta tham vì ý tham nổi lên trong tâm. Khi tâm khởi ý tham người ta mới đi ăn trộm, cướp tài sản, giết người. Người ta lụy tình vì tâm si mê. Cho nên, quý vị thấy báo đăng tin chàng trai giận người yêu, (yêu quá nên giận nhiều là do tâm si mê) nên nhảy sông tự tử. Tâm tham nên có hành động ăn cắp. Tâm khó chịu, thân bực tức nên nói lời hung dữ, chân đá ghế, tay đập bể chén dĩa là biểu lộ cơn giận. Khi ta thấy một ai đó biểu hiện những hành vi giận dữ thì thực ra trong tâm họ cơn giận đã bùng nổ trước rồi.

Trong Truyện Kiều của Đại thi hào Nguyễn Du, Hoạn thư ghen tuông, căm giận đối với Thúc Sinh và Thuý Kiều từ lâu nhưng không động tĩnh gì. Chỉ đến khi bắt được Thuý Kiều đánh đàn hầu rượu, làm Thúc Sinh xanh mặt, còn Thuý Kiều đau điếng trong lòng, ta mới thấy cái lửa tâm của Hoạn Thư giống như núi lửa không phun trào mà cháy ngầm âm ỉ. Biết chồng là Thúc Sinh mê Thuý Kiều lúc đó làm thân gái giang hồ, nhưng Hoạn Thư thản nhiên tìm phương cách đối phó. "Làm cho nhìn chẳng được nhau/ Làm cho đày đọa cất đầu chẳng nên." Cái tâm ấy có người cho là quá hiểm độc tàn ác.

Trong cuộc sống hằng ngày, Chúng ta thấy có nhiều người sống rất hiền lành nhưng sao lại chịu nhiều điều rủi ro, đau khổ. Nhiều biến cố, tai nạn xảy ra cho họ. Hãy biết quán chiếu nhân duyên, nhân quả trong tất cả mọi sự vật hiện tượng xảy ra. Có người nhìn bên ngoài tốt nhưng tâm xấu. Có người bên ngoài cử chỉ, hành động không tốt nhưng tâm tốt. Có người nhìn khuôn mặt đẹp, trí thức, hiền lành nhưng là ác trí thức. Có người nhìn hình tướng xấu xí, thô kệch nhưng lại là thiện trí thức. Cái ác nhưng trông có vẻ thiện. Cái thiện nhưng trông có vẻ ác. Cho nên, bây giờ cái giả và cái thật nếu chỉ nhìn bên ngoài thì rất khó phân biệt. Người ta nói: Khẩu xà tâm Phật cũng đúng với một số trường hợp. Ngược lại, có người nói lời ngọt ngào nhưng bụng dạ rất hiểm ác.

Cho nên, tâm rất quan trọng. Hình thức bên ngoài không bộc lộ hết được cái tâm con người ta. Do vậy, Phật dạy chúng ta tu là tu tâm. Quý vị tu để chuyển hoá tâm ích kỷ, nhỏ mọn, tâm tham ái, sân si, tà kiến, ngã mạn. Những tâm này gọi là tâm bất thiện. Chuyển tâm bất thiện thành tâm thiện rất khó nếu chúng ta không có quyết tâm và lòng kiên nhẫn. Tham lam sân hận không chừa/ Bo bo gìn giữ tương dưa ích gì. Câu này nhắc chúng ta nếu có ăn chay thì phải bỏ những tánh xấu tật hư trong tâm của mình. Nếu không thì chẳng khác gì con bò quanh năm ăn cỏ mà những dục vọng, tham lam, si mê vẫn còn đầy ra đó.

7. Phật tại gia

Phật ở khắp mọi nơi. Khi chúng tôi sống ở trong một tu viện tại Anh, chúng tôi thấy Phật ở khắp mọi nơi. Trong nhà bếp người ta đặt một tượng Phật rất đẹp cho mọi người lúc nào cũng nhìn thấy Phật mà sanh tâm hoan hỷ. Trong nhà làm mộc cũng đặt tượng Phật. Trong nhà tập thể dục cũng đặt tượng Phật. Trong phòng khách, phòng đọc sách, ngoài vườn cây… nơi nào cũng có đặt tượng Phật để cho mọi người nhìn từ đó tâm được bình an. Ở Việt Nam chúng ta quen với cách phải đặt tượng Phật nơi tôn nghiêm, sạch sẽ. Còn ở Anh quốc, trong tu viện, tượng Phật có ở mọi nơi. Như vậy, ta hiểu rằng Phật ở khắp mọi nơi, đừng có đi tìm Phật không chỉ ở trong chùa mà Phật còn ở trong nhà chúng ta. Trong nhà chỗ nào có Phật thì mình an vui. Nơi làm việc nếu quý vị chọn một bức ảnh phù hợp với tâm ý của mình, mỗi khi nhìn bức ảnh đó tâm quý vị sẽ thấy vui thích. Phật tại gia để thấy Phật là sự sáng suốt, là mát mẻ, ấm áp, yên vui.

8. Ngón tay chỉ mặt trăng

Đây là một ẩn dụ xuất hiện trong kinh Kim Cang thuộc Phật giáo đại thừa. Trong kinh Trung Bộ cũng có ẩn dụ này. Người Thầy là ngón tay chỉ mặt trăng. Thấy mặt trăng rồi thì đừng nhìn ngón tay, đừng quan tâm ngón tay đẹp hay xấu. Chỉ cần thấy mặt trăng là được rồi. Cảm ơn người đã chỉ cho mình giáo pháp, giúp cho mình biết hành pháp để rồi sau này mình hưởng được hương vị giải thoát.

Hình ảnh hay trong kinh Phật: Khi ta trúng tên, tự mình rút tên ra hoặc nhờ người khác rút ra cho an toàn. Người không thông minh khi bị tên bắn không chịu rút tên ra liền mà còn đứng đó lý luận: Ai bắn? Mũi tên này làm bằng gì? Bắn cách nào? Như vậy, người đó đã chết trước khi được rút mũi tên ra. Trong cuộc sống tất cả là phương tiện. Ngôn ngữ, văn tự đều là biểu tượng diễn tả chân lý đừng lầm chữ nghĩa với chân lý như đã lầm ngón tay với mặt trăng.

9. Ai đó?

Thường khi có người tới cốc gỏ cửa, ta hỏi: Ai đó?

Đạo Phật là đạo vô ngã. Vô ngã là không có bản ngã. Con người chúng ta thì tất cả đều hữu ngã: có thân, nói chuyện thì xưng tôi, con, đệ tử, anh, chị v.v… nói lên hữu ngã. Nhưng làm sao mà không chấp cái ngã này là có thật cho được? Hễ nghe ai khen thì mình sung sướng, nhưng bị ai chê thì mình đăm chiêu, tối về ngũ không được. Đó là ta đã khổ vì cái ngã bị thương.

Cho nên, phải tập tu pháp vô ngã. Những gì của mình có nhưng không chấp, không dính. Trong cuộc sống có con nhưng không chấp con, có tiền nhưng không chấp tiền. Điều này hơi khó. Hãy tập sống có như không, không như có. Có tất cả nhưng bỏ tất cả đó là vô ngã. Muốn có tâm vô ngã phải tinh tấn mỗi ngày tập không dính mắc, kiểm soát tâm mình từng giây từng phút. Con người thường có tâm lý chiếm hữu, độc quyền nên đau khổ. Trong tình cảm, không thương thì thôi, chớ thương rồi thì luôn muốn người kia là của mình nên trong tâm lo đủ thứ chuyện, xem họ đi đâu, họ làm gì? thậm chí còn muốn biết trong tâm họ nghĩ gì nữa. Đó là tâm chiếm hữu.

10. Càng vội càng chậm

Người xưa nói: Dục tốc bất đạt. Khi tham gia giao thông, quý vị càng chậm càng an toàn. Cho nên, không cần chi vội vã. Làm điều gì cũng cần cân nhắc, điều độ. Nếu càng vội càng vấp thì sẽ không mang lại hiệu quả cao. Trái lại chậm một chút mà làm cho chu đáo, chính xác thì vẫn tốt hơn.

11. Tâm bình thường

Tâm bình thường là đạo. Phật hoàng Trần Nhân Tông có một học thuyết làm phương châm tu hành: Đói ăn, khát uống, buồn ngũ thì đi ngũ. Đó là tâm bình thường. Đạo là con đường đi hài hoà. Tu là không phải làm cho mình khác thường, lập dị. Đạo là đơn giản như thật chẳng có chi phức tạp, phiền toái, khó hiểu, khó thấy, khó bàn, khó nghĩ, khó tin nhận.

12. Con quỷ ở trong tâm

Ai cũng có con quỷ ở trong người. Khi ta giận đó là lúc con quỷ trong ta xuất hiện. Làm trụ trì mà giận chúng, đang khi la mắng chúng là lúc con quỷ xuất hiện. Bị nói xấu là trợn mắt tức tối, đó là con quỷ. Đồng thời ai cũng có một vị chư thiên hộ mạng. Khi quý vị làm điều thiện lành là chư thiên. Khi quý vị phá giới, làm điều ác đó là con quỷ. Anh Phật tử này đảnh lễ sư tức là đảnh lễ bộ y, đảnh lễ ba đời chư Phật. Ngay lúc anh ta đảnh lễ với tâm cung kính, hướng thiện, từ bi thì đó là vị chư thiên xuất hiện trong người anh ta. Khi chúng tôi thuyết pháp, quý vị lầm bầm: Ông sư này nói nhiều, nói dỡ mà nói hoài, đó là lúc con quỷ trong quý vị xuất hiện.

13. Thiền trong chén trà

Thiền là sự tĩnh lặng, là lối sống lành mạnh, là sự an vui, là người hạnh phúc. Ví dụ: Có người quen uống trà trong sự tĩnh lặng an vui thì đó là thiền. Mỗi sớm mai thức dậy, pha một ly trà nóng, đưa tay mở cánh cửa sổ, không khí lạnh lạnh ùa vô phòng. Ngồi uống trà và làm việc trong sự tĩnh lặng của buổi sớm mai thanh bình, cảm thấy an vui trong nếp sống hằng ngày. Thiên nhiên quanh đây đẹp trong sự hoang sơ, mộc mạc của nó. Một ngày thanh tịnh an vui. Tâm hồn nhẹ nhàng, thanh thản. Được làm Phật sự, sống trong không gian yên tĩnh… hạnh phúc đôi khi đơn giản vậy thôi. Hạnh phúc là những gì mình chọn.

Mỗi tháng có hai ngày: 14 và 29 sám hối lệ dành cho Phật tử để biết học Phật, tu tâm dưỡng tánh. Mười ba điều suy gẫm trong cuộc sống thực ra chưa phải là đủ, còn nhiều điều khác nữa. Tuy nhiên, suy gẫm về mười ba điều trên đây rồi, chúng ta cố gắng thực hành, bắt chước làm theo hạnh của Phật là chúng ta đã hạnh phúc rồi. Trong mười ba điều, chỉ cần suy gẫm và làm theo một điều thôi, là quý vị sẽ tìm thấy sự an vui, thanh tịnh như vẫn là.

BỐN ĐIỀU KHÓ ĐƯỢC[43]

Trong cuộc đời làm người, chúng ta có bốn điều khó được. Cái khó này là khó của tột cùng khó.

Điều thứ nhất: Khó được sanh làm người,

Điều thứ hai: Khó được sống lâu,

Điều thứ ba: Khó nghe diệu pháp,

Điều thứ tư: Khó được gặp Phật ra đời,

Đó là bốn điều khó Đức Phật dạy trong kinh Pháp Cú.

1. KHÓ ĐƯỢC SANH LÀM NGƯỜI

Theo kinh Phật dạy, con người sống ở bốn châu: Nam Thiện Bộ châu, Bắc Cưu Lưu châu, Đông Thắng Thần châu và Tây Ngưu Hóa châu. Ở bốn châu này con người có tuổi thọ khác nhau, đời sống sinh hoạt khác nhau, phước báu khác nhau. Loài người chúng ta hiện đang sống ở Nam Thiện Bộ châu. Đặc biệt, Nam Thiện Bộ châu là nơi xuất hiện các bậc Chánh đẳng Chánh giác. Tuổi thọ của con người ở châu này cao nhất là 100 tuổi, thấp nhất là 10 tuổi. Tuy nhiên, có người sống hơn 100 tuổi nhưng rất hiếm.

Ở Bắc Cưu Lưu châu, tuổi thọ khoảng 1000 tuổi, con người ở đây có ngũ giới tự nhiên và sau khi thân hoại mạng chung đa số tái sanh vào nhàn cảnh. Đức Phật dạy rằng, Ngài đã từng đến Bắc Cưu Lưu châu giảng đạo, đôi khi dùng thần thông bay qua đây đi bát để hóa duyên.

Đức Phật Ngài dùng hình tượng núi Tu Di, tiếng Pāli gọi là Sineru, chung quanh núi có bốn mặt, tượng trưng cho bốn châu. Bầu trời của Nam Thiện Bộ châu có màu xanh. Những châu còn lại, tuy khoa học chưa chứng minh nhưng chúng ta tin rằng điều đó có thật. Hiện tượng đĩa bay của người ngoài hành tinh xuất hiện trong nhiều năm trở lại đây, mặc dù chưa có một lý giải nào đầy đủ, nhưng điều đó cho thấy có sự sống ở ngoài trái đất. Như vậy, ngoài Nam Thiện Bộ châu, từ xa xưa Đức Phật đã nói còn có những châu khác nữa. Nhưng Phật dạy rằng, muốn đến các châu đó, con người phải đến bằng tâm thiền chứ không đến bằng văn minh khoa học được.

Cách đây 25 thế kỷ về trước, Đức Phật đã từng tuyên bố 100 năm ở trần gian chỉ bằng 90 phút đồng hồ ở cõi trời Tha hóa Tự tại. Mãi đến năm 1969, khi phi hành gia người Mỹ là Neil Armstrong, lần đầu tiên đặt chân lên mặt trăng bằng tàu vũ trụ Apollos 11, khoa học đã chứng minh có sự sống ở ngoài trái đất, thời gian ở trái đất và mặt trăng hoàn toàn khác biệt. Hơn 500 triệu người xem truyền hình trên toàn thế giới đã theo dõi cảnh Apollo hạ cánh xuống bề mặt Mặt trăng. Neil Armstrong và các phi hành gia đã có 3 tiếng đồng hồ đi bộ trên Mặt trăng. Neil Armstrong mô tả sự kiện này bằng câu nói sau này trở thành bất hủ: "Một bước đi nhỏ của con người, một cú nhảy vọt của loài người". Theo các nhà khoa học, một ngày một đêm ở mặt trăng, bằng 28 ngày ở trái đất.

Sư nhắc sự kiện này để quý vị tin vào lời Phật dạy cách đây hàng ngàn năm.

Bản chất con người là phản bội, mau quên và phá giới

[43] Bài pháp này giảng tại chùa Xá Lợi - Quận 3 - TP. HCM.

Đức Phật Ngài nói rằng, khó sanh vào các châu như Đông Thắng Thần châu, Tây Ngưu Hóa châu, Bắc Cưu Lưu châu hoặc Nam Thiện Bộ châu. Vì sao? Vì bản chất con người là phản bội, mau quên và phá giới.

Chúng ta vì cuộc sống nên dễ dàng chà đạp danh dự người khác, vì danh vì lợi, chúng ta phản bội người khác. Trong thực tế có rất nhiều trường hợp vợ chồng, anh em phản bội nhau, trò phản thầy, thầy hại trò, tớ phản chủ, chủ giết tớ v.v… Mới đây, báo chí Mỹ đưa tin có một thanh niên và một thiếu nữ người nước ngoài sang Hoa Kỳ với visa du học bị buộc tội khai man với chính quyền. Họ khai rằng họ bị người quen cưỡng bức lao động như nô lệ trong nhà và bị buộc phải làm trong tiệm móng tay ở thủ phủ Trenton, bang New Jersey, mà không được trả lương. Hai thanh niên này nhất mực khai gian với chính quyền, vu cáo một cặp vợ chồng người quen ở Pennington cho họ tá túc khi họ tới Mỹ, rằng vợ chồng này có dính líu tới hoạt động buôn người, đã lạm dụng và ngược đãi họ, tước passport và buộc họ phải làm việc không công. Sau hai năm rưỡi điều tra, cả hai đã bị bắt và thừa nhận với chính quyền rằng họ đã bịa đặt, khai man để được cấp loại visa đặc biệt của chính phủ Mỹ dành cho những nạn nhân bị buôn người. Với tội này, mỗi người có thể bị lãnh tới một năm rưỡi tù giam và nộp phạt 10 ngàn đô la. Vì ích kỷ, tham lam, có phần độc ác, những người trẻ tuổi này đã nói dối, vu khống, phản bội, làm hại người đã ban ơn cho mình.

Một câu chuyện khác ở một tỉnh miền tây, có cô gái lỡ dại mang thai với người yêu. Cô ta xin tiền nhưng mẹ không cho, nên nửa đêm cùng với người yêu lẻn vào nhà bắt trói mẹ ruột, nhét giẻ vô miệng rồi lột dây chuyền, nhẫn vàng của người mẹ. Cả hai bỏ trốn lên Sài Gòn. Người mẹ đã chết trong đêm đó. Nhưng cô con gái, không hề biết rằng mình đã hại chết mẹ, trên đường trốn chạy, cô đã nhắn tin vào điện thoại người mẹ: "Con bất hiếu, mẹ yên tâm, con sẽ cố gắng kiếm tiền trả lại cho mẹ". Chính tin nhắn này đã giúp công an tìm ra thủ phạm. Cô gái bị bắt ngay sau đó.

Ca dao Việt Nam có câu "Công cha như núi Thái Sơn/ Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy ra/ Một lòng thờ mẹ kính cha/ Cho tròn chữ hiếu mới là đạo con". Người Việt Nam chúng ta dùng hình tượng "núi" để ca ngợi "công cha" vì núi là hình ảnh của sự cao lớn, vững chãi, như tình thương của người cha đối với con cái, là nơi nương dựa bền vững nhất. Dùng hình tượng "nước trong nguồn" để nói về "nghĩa mẹ" vì tình yêu của người mẹ là khởi thủy đầu tiên của tất cả mọi thứ tình yêu khác, tình yêu của mẹ dành cho con là vô bờ bến, là không ngằn mé, là không bao giờ vơi cạn. Tình yêu của mẹ là tình yêu vị tha, độ lượng, bao dung cho tất cả những đứa con, cho dù đó là một đứa con hư.

Cho nên, Đức Phật dạy, làm con phải biết rằng, kiến thức, tình cảm của chúng ta có được hôm nay là nhờ công ơn cha mẹ. Làm con phải có trách nhiệm, bổn phận đền đáp công ơn cha mẹ. Nhưng trong cuộc sống, có khi chúng ta vì sự nghiệp, vì danh lợi… chúng ta mải mê làm việc, quên cha mẹ, thậm chí một lời hỏi thăm cha mẹ cũng không, có khi lời ăn tiếng nói còn làm đau lòng cha mẹ lúc tuổi về già. Cho nên, đứa con nào đã làm cho cha mẹ phải rơi nước mắt, hãy ráng nhớ lời Phật dạy, ơn cha mẹ là vô cùng tận, chẳng có chi sánh bằng. Phản bội, mau quên, phá giới là những hành động xấu, là những ác nghiệp chúng ta cần tránh.

Muốn được sanh làm người phải tu hành giữ giới

Trong kinh Phật dạy: Các chúng sanh được sanh về cõi trời cũng nhờ giữ giới. Các chúng sanh được giàu sang cũng nhờ giữ giới. Các chúng sanh được giải thoát nhập niết bàn cũng nhờ giữ giới.

Những người giữ giới sau khi thân hoại mạng chung thì sẽ được sanh lên cõi trời, còn hiện tại được giàu sang. Sư nói giàu sang ở đây theo tinh thần Phật giáo có nghĩa là biết đủ. Ở đời

có nhiều người giàu, rất giàu, họ xây biệt thự nghìn tỷ, điều hành hai ba công ty cùng lúc, có mấy trăm nghìn cổ phần trong ngân hàng, là đại gia nhưng họ vẫn cứ tham vọng không hề biết đủ. Họ mua sản phẩm của nông dân rồi lường gạt không trả tiền. Họ nói dối người nghèo để mua đất với giá rẻ.... Những người giàu ấy cũng có lúc nằm trên giường bệnh mà khóc. Xu hướng của giới trẻ ở nước ngoài hiện nay là lấy chồng đại gia. Họ nói: Thà khóc trong xe BMW, còn hơn cười sau yên xe đạp. Đó là một quan niệm thực dụng trong tình yêu, hôn nhân. Dường như những giá trị đời sống tinh thần ngày càng không được giới trẻ ngày nay quan tâm nhiều nữa.

Đức Phật dạy chúng ta buông bỏ tham ái để cuộc đời bớt khổ. Dù nghèo nhưng quý vị có đời sống nội tâm an lạc, nghèo nhưng đến đâu cũng mang theo niềm vui mát mẻ cho mọi người. Người giàu nhiều thì ham muốn nhiều nên buồn, khổ nhiều, lo lắng, sân hận, si mê nhiều. Những ai có tâm địa như vậy chắc chắn sống không bao giờ an vui, hạnh phúc, có khi chết trong sự đau khổ, thất vọng, sợ hãi.

Sư có biết một Tổng Giám đốc Công ty nọ. Người có tài nên sớm có danh vọng và quyền lực. Ông ta phát hiện mình bị ung thư giai đoạn cuối. Ông ta đi nước ngoài chữa bệnh nhưng không khỏi. Ông ta có nhiều tiền bạc, thuốc tốt đầy đủ, có những bác sĩ giỏi nhưng cũng đành chịu. Những ngày cuối cùng trên cõi đời, hễ thấy vợ con hoặc y tá đến bên giường bệnh là ông ta gào lên: "Tụi bây muốn thuốc hại tao chết hả". Tâm ông ta đau khổ, sợ hãi, nghi ngờ, giận dữ, tham đắm, muốn níu kéo cuộc sống uy quyền, tiếc nuối tài sản. Cuối cùng, ông ta một mình ra đi trong cô đơn, tuyệt vọng. Vậy thì, biết đủ hay không là do tâm chúng ta mà ra.

Người phản bội, mau quên, phá giới khi thân hoại mạng chung sẽ rơi vào bốn đường ác đạo, nghĩa là khó được sanh làm người. Đức Phật dạy khó sanh được làm người vì làm người đến khi thân hoại mạng chung sanh lên nhàn cảnh thì ít như sừng con bò, còn người sanh xuống cõi khổ nhiều như lông con bò.

Trong kinh Trung bộ, kinh Hiền Ngu - Đức Phật đưa ra một ví dụ: Có một người quăng một khúc cây xuống biển. Trên khúc cây ấy có một cái lỗ. Một ngọn gió từ phương Đông thổi khúc cây ấy trôi qua hướng Tây; một ngọn gió từ phương Tây thổi khúc cây ấy trôi qua hướng Đông. Và một ngọn gió từ phương Bắc thổi khúc cây ấy trôi qua hướng Nam; một ngọn gió từ phương Nam thổi khúc cây ấy trôi qua hướng Bắc. Cứ thế, khúc cây bị gió thổi trôi lênh đênh trên biển.

Trong biển lớn ấy, có một con rùa mù. Một trăm năm rùa mù mới trồi đầu lên mặt nước một lần. Nhiều, rất nhiều lần của một trăm năm, rùa trồi lên để đút đầu vào đúng cái lỗ của khúc cây ấy. Đó là việc khó làm, là khó của tột cùng khó.

Đức Phật dạy rằng, việc con rùa mù ấy có thể chui đầu vào khúc cây có lỗ hổng kia là rất khó, nhưng để được làm người trở lại khi chúng ta không giữ giới bị rơi vào bốn đường ác đạo lại càng khó hơn. Người không biết giữ giới là người có tư duy, lời nói, việc làm xấu ác.

Với ví dụ khúc cây và con rùa mù, quý vị có thấy mình hạnh phúc và may mắn khi được làm người không? Có được thân người, theo lời Phật dạy, là do chúng ta biết giữ gìn ngũ giới. Vậy mà hầu hết chúng ta, dù mang được thân người, nhưng từ khi sinh ra cho đến khi chết đi, đều vô cùng bận rộn với công việc, ăn uống, vui chơi, tìm kiếm danh vọng và rồi chìm đắm trong những đau khổ, phiền não, tham giận, si mê như anh tổng giám đốc kia bị ung thư, như cô gái giết mẹ, như hai thanh niên vu khống hại người v.v…

Đức Phật dạy, nếu chúng ta không gìn giữ năm giới: Sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu xem như ta là người ác. Ai giữ được năm giới này thì ngay trong kiếp sống này được an vui, hạnh phúc. Ai không giữ năm giới cấm đó chắc chắn sẽ rơi vào bốn đường ác

đạo. Việc giữ năm giới thấy rất đơn giản nhưng thực sự cũng không phải dễ. Từ ngày quý vị quy y Tam bảo, ai cũng mong muốn gìn giữ giới thật tốt. Chúng ta giữ giới một ngày, một tháng, một năm thì có thể được. Nhưng giữ giới suốt đời, đối với một số người Sư e rằng khó lắm. Nhưng chúng ta phải cố gắng.

Trong giới luật, có giới của sa di, giới của tỳ kheo, giới của sa di ni, giới của tỳ kheo ni. Nhưng tất cả mấy chục, mấy trăm giới đó chỉ là tô điểm thêm, kiềm chế thêm cho người cho các vị ấy. Còn giới căn bản nhất, quan trọng nhất, là nền tảng đạo đức giới hạnh cho người xuất gia cũng như tại gia, chính là năm giới: không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu. Qúy vị hãy cố gắng giữ năm giới này thật tốt vì chúng ta giữ được giới nào chúng ta có phước giới đó, phạm giới nào thì tội lỗi giới đó. Qúy vị cũng nên biết rằng, giữ ngũ giới và giữ bát quan trai giới khác nhau ở chỗ: Người có quy y hay không quy y mà phạm vào năm giới cấm thì đều có tội. Còn trong bát quan trai giới thì nếu có lỡ phạm từ giới thứ sáu đến giới thứ tám thì không có tội mà có nghiệp. Đức Phật Ngài dạy: Ta là nơi nương tựa của chính ta.

Chúng ta có nhiều anh em, bạn bè, có cha mẹ, quyến thuộc nhưng không ai giúp ta thoát khỏi cái khổ của sự chết. Sanh, già, bệnh, chết là những sự khổ của cuộc đời mà ai cũng trải qua. Qúy vị ngồi đây, người trẻ có, người già có. Nhiều người nhuộm tóc cho thấy trẻ lại. Nhiều người trồng răng cho cười đẹp hơn. Không ai muốn sống trong sự già nua, bệnh hoạn nên luôn muốn che giấu nó đi. Nhiều khi mình già rồi nhưng người ta khen: "Bác đẹp lão quá" cũng thấy thích thích. Còn nếu ai lỡ miệng nói thật: "Bác sao dạo này nhìn già đi, tiều tụy" thì có lẽ chúng ta cũng chạnh lòng chút chút, hoặc sân si hơn thì ghét người ta, người gì ăn nói vô duyên, bất lịch sự.

Đức Phật dạy chúng ta phải tập sống thật, nhìn thẳng vào sự thật của cuộc đời, như vậy những hành động việc làm của mình mới khế hợp với nhau. Ta là nơi nương tựa của chính ta, không có ai khác ngoài ta cùng hai người bạn trung thành, luôn đi cùng ta, không bao giờ rời xa ta đó là nghiệp thiện và nghiệp ác. Chỉ có một mình ta đi cùng nghiệp thiện hay nghiệp ác trên con sanh tử luân hồi mà thôi. Do vậy, nếu quý vị tu tập nhiều, làm việc thiện nhiều, bố thí, trì giới, tham thiền, niệm Phật nhiều thì những thiện nghiệp này theo chúng ta như hình với bóng. Còn nếu quý vị phá giới, sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu, không bố thí, không tham thiền, không niệm Phật thì những ác nghiệp này cũng đi theo quý vị như hình với bóng, sau khi chết thì sẽ rơi vào đọa xứ.

Phật dạy: Chiến thắng chính mình là chiến thắng oanh liệt nhất. Chúng ta bị nhiều cám dỗ bởi ngũ trần, lục dục. Ai cũng có cái tâm giác ngộ nhưng vì hoàn cảnh, môi trường bên ngoài mà quên đi thôi. Chúng ta bố thí, trì giới, tham thiền nhưng có khi muốn bố thí thì tâm bỏn xẻn nổi lên, tiếc nuối nên chúng ta thôi không làm nữa; hạnh bố thí rất khó làm. Đối với người Phật tử thuần thành, việc cúng dường chư tăng, hùn phước in kinh sách, xây chùa, đúc tượng làm rất nhanh. Nhưng đối với những người chưa hiểu đạo mới tập tu, mới bước vào chùa mà kêu họ hùn phước bố thí thì họ không hoan hỷ, hoặc chờ suy nghĩ thêm.

Hoặc quý vị quyết tâm hành thiền. Ban đầu cũng ngồi kiết già, đầu thẳng, lưng thẳng. Ngồi mười lăm phút, quý vị đã buồn ngũ, hoặc có lúc quý vị tinh tấn, phát nguyện ngồi thiền ba mươi phút, hoặc một tiếng, quyết không nhúc nhích, tâm không phóng túng. Nhưng ngồi một chút là thấy ngứa chỗ này, khó chịu chỗ nọ, tâm bắt đầu suy nghĩ mông lung: về nhà cửa, con cái v.v…

Cho nên, Phật dạy chiến thắng chính mình là chiến thắng oanh liệt nhất.

Qúy vị thấy hình ảnh đức Bổn Sư chúng ta lúc Ngài từ bỏ khổ hạnh đến bên dòng sông Ni Liên Thiền ngồi thiền, trước đó Ngài đã phát nguyện: "Dù thịt ta có nát, xương ta có tan mà ta chưa thành quả vị Chánh Đẳng Chánh Giác thì ta không rời chỗ này". Đó là lời phát nguyện cao thượng đầy ý chí, nghị lực, khẳng định lòng tin vào sự quyết định của mình.

Đức Phật dạy, khó sanh được làm người nhưng khó là khó với người phá giới, còn nếu chúng ta làm theo lời dạy của Đức Phật, biết tích lũy công đức, làm nhiều thiện nghiệp, giữ giới, bố thí, tham thiền thì chắc chắn sau khi thân hoại mạng chung, đầy đủ phước duyên sẽ sanh làm người, làm trời.

2. KHÓ ĐƯỢC SỐNG LÂU

Con người thường có tâm ngã mạn, sân hận và phá giới.

Muốn sống lâu phải buông bỏ tâm cống cao ngã mạn bằng thái độ khiêm tốn.

Ông bà xưa nói: Kính lão đắc thọ. Nếu chúng ta ngã mạn cống cao là tự giới hạn cuộc đời mình trong sự nhỏ hẹp, khó mà học tập cái hay, cái đẹp ở người khác. Người có tâm ngã mạn thì không bao giờ đắc chứng đạo quả. Muốn đắc đạo quả phải diệt tận mười điều phiền não, trong đó có diệt trừ cống cao ngã mạn.

Đức Phật có 45 năm hoằng pháp, Ngài đi bộ từ làng này qua làng nọ. Là một vị Phật có thần thông quảng đại, muốn lên trời hay xuống địa ngục dễ như trở bàn tay, nhưng Ngài ít khi sử dụng điều đó. Chẳng những vậy, Đức Phật còn ra giới luật để dạy các vị tỳ kheo không được dùng thần thông. Ngài muốn dạy cho các đệ tử có đức tánh khiêm nhường. Thời đó các tu sĩ thuộc các đạo giáo khác họ cũng có thần thông cũng đắc tứ thiền họ cũng bay được. Cho nên, Đức Phật dặn các đệ tử không được dùng thần thông để tránh ngoại đạo xem thường. Ngài nói: "Các vị tỳ kheo phải tu tập giữ giới hạnh, thật sự là người tu hành có đạo đức thì quần chúng Phật tử mới ủng hộ quý thầy. Nếu các thầy sử dụng thần thông làm cho Phật tử tín đồ đi theo vì thần thông ấy thì không hay. Cho nên, quý Thầy hãy giữ giới hạnh trang nghiêm để Phật tử vì mến phục oai đức và đạo lực mà đến với đạo".

Một hôm, Đức Phật muốn đi qua một con sông. Ngài đứng trên bờ chờ thuyền tới. Có một vị đạo sĩ dùng thần thông thị hiện bay trên mặt nước là đà, thấy Đức Phật đứng chờ thuyền qua sông, bèn nói: "Này sa môn Cồ Đàm, nghe nói ông có thần thông, là bậc Cồ Đàm với trí tuệ thiên tột sao lại còn những đức tánh đời thường quá vậy? Tới đây thì ông hãy dùng thần thông bay qua sông chớ tại sao đứng đó chờ thuyền làm chi vậy?". Đức Phật im lặng, một lúc sau Ngài nói: "Này ông đạo sĩ, ông luyện thần thông bay trên mặt nước tốn bao nhiêu năm?". Đạo sĩ trả lời: "Tôi mất 40 năm ròng rả của cuộc đời mới luyện được thần thông như vậy đó". Đức Phật mỉm cười nói: "Ta chỉ cần hai đồng xu thôi đã qua được bên kia sông rồi".

Qua đó, Phật dạy chúng ta đức tính khiêm tốn. Người có tính khiêm tốn sẽ được mọi người mến phục, vì đó là nhân tố để chúng ta giác ngộ. Cho nên, cống cao ngã mạn là nhân tố làm tuổi thọ chúng ta suy giảm. Do vậy, không phải tự nhiên mà ông bà xưa dạy con cháu kính lão để đắc thọ.

Muốn sống lâu phải buông bỏ tâm sân hận, tu pháp nhẫn nại, từ bi hỷ xả.

Khi quý vị thấy ai đó giận đỏ mặt tía tai, coi chừng họ bị cao huyết áp, xin đừng làm họ nóng nảy, bực bội thêm. Người Phật tử tu pháp gì để đối trị tâm sân?. Phật dạy tu pháp từ bi hỷ xả. Qúy vị thử nhìn mình trong gương xem dung mạo của mình có đẹp hay không? Nếu trong quá khứ hay sân hận nên bây giờ sắc mặt không đẹp, gương mặt không duyên. Người nào khi sân hận thì đẹp cũng thành xấu, vì lúc đó khuôn mặt, ánh mắt, cử chỉ, lời nói đều toát ra sự nóng nảy, gay gắt, hung bạo, nặng nề... làm người khác phải sợ. Cho nên, hãy tập tánh từ bi hỷ

xả đối với cha mẹ, anh em, bạn bè, hàng xóm. Qúy vị tự xưng đi chùa nhiều năm mà cái tánh sân hận quý vị chưa bỏ được, thì không thuyết phục được ai cả. Chưa tu thì thôi, còn quy y làm Phật tử rồi thì phải tập tánh từ bi hỷ xả trong mỗi hành động thường ngày. Mình sống được như vậy mới làm gương tiếp độ những người chung quanh để họ bắt chước giống như tấm gương của quý vị, được như vậy là quý vị hành pháp đó. Pháp gì? Pháp từ bi hỷ xả trong cái tâm bồ đề, thương yêu của quý vị.

Đức Phật dạy: Người có nhẫn nại thì chư thiên và nhân loại mến mộ. Nhẫn nại là pháp tu để đối trị với sân hận. Cái đẹp của một vị sa môn là nhẫn nại và tinh tiến. Nếu không nhẫn nại, tinh tiến, chúng ta sẽ không thành công trong đường đời cũng như đường đạo. Đức Phật nói: "Trong suốt hai chục a tăng kỳ và một trăm ngàn đại kiếp, Như Lai không bao giờ dừng nghỉ tinh tấn để đi đến sự giải thoát và giác ngộ". Qúy vị biết trong suốt thời gian đó đâu phải lúc nào cũng êm ả, dễ dàng với Ngài đâu. Đời tu hành của Đức Phật cũng vô cùng gian truân, khổ cực. Ngài nói không phải lúc nào Ngài đi tới đâu cũng được người ta ủng hộ. Đôi khi Ngài đi hoằng pháp, đệ tử Ngài bỏ bát Ngài giữa rừng, trên đường đi khất thực.

Có câu chuyện kể rằng, khi Đức Phật đang thuyết pháp, bỗng có một thiếu nữ tên là Chin-cha đi vào nói: "Này ông sa môn Cồ Đàm, lời nói ông thanh tao lắm, pháp nhũ của ông hay lắm, nhưng mà ông hãy còn ân ái với tôi, cái bào thai này ông chưa giải quyết, cũng chưa nhờ đệ tử của ông giải quyết xong, vậy lời nói của ông có mâu thuẫn hay không?"

Giả sử như chúng ta, trước những lời nhục mạ, vu khống trắng trợn giữa đám đông như vậy, quý vị sẽ phản ứng ra sao?. Riêng Đức Phật chúng ta, Ngài hiền từ, khoan thai, ôn tồn nói rằng: "Này Chin-cha, sự việc như vậy chỉ có nàng và Như Lai biết thôi, ngoài ra không có ai biết đâu".

Lời Phật nói mơ hồ quá làm cho các vị tỳ kheo nửa tin nửa ngờ. Nàng Chin-cha thản nhiên nói: "Chuyện thầm kín chỉ có tôi và ông biết, ai đâu mà biết nữa".

Lời nói của nàng Chin-cha làm cho đại chúng hoang mang cực độ. Có những vị Thánh Tăng đắc đạo quả thì luôn tin vào giới hạnh, đức độ của Phật, tin rằng Ngài không bao giờ làm điều xấu ác vậy. Nhưng có những phàm Tăng hoang mang trong long, dấy lên ý nghĩ nghi ngờ Đức Phật. Ngay khi đó, ngai vàng của vua Trời Đế Thích nóng lên, ngài biết rằng ở dưới trần gian có một người đức độ hơn ngài đang bị nạn. Vua Đế Thích bèn dùng thần thông quan sát biết Đức Phật đang bị nàng Chin-cha vu khống, gây họa. Việc này do bọn đạo sĩ ngoại đạo xui khiến nhằm bôi nhọ Phật. Vua Trời Đế Thích bèn sai bốn vị chư thiên xuống trần gian. Qúy vị biết là nàng Chin-cha dùng khúc gỗ độn bụng rồi lấy dây cột vào người. Các vị chư thiên trên trời dùng năng lực thần thông cắt đứt những sợi dây cột quanh bụng nàng Chin-cha làm cho khúc gỗ rớt xuống đất trước mắt mọi người. Sự thật phơi bày làm cho các vị phàm Tăng tức giận muốn đánh nàng Chin-cha một trận cho chừa cái tội ác, gieo tai họa cho người khác. Nhưng Chin-cha đã nhanh chân chạy ra ngoài. Khi vừa ra khỏi khuôn viên của chùa Kỳ Viên tịnh xá thì đất bỗng dưng nứt ra làm nàng rơi xuống mất hút trong vực sâu.

Như vậy, Đức Phật trải qua 45 năm hoằng pháp cũng gặp nhiều tai ương, trở ngại lắm, nhưng trong hoàn cảnh nào Ngài cũng vô cùng kham nhẫn. Trong một lần, Đức Phật đi hoằng pháp bị thứ phi của vua Udena mướn người chửi mắng. Đức Phật có mười hồng danh thì bà ta mướn người chửi Ngài bằng mười loại ngôn từ hạ tiện nhất, thô tục nhất làm cho ngài Ānanda chịu không nổi bèn thỉnh Đức Phật đi nơi khác. Ngài hỏi: "Đi đâu?" Ānanda thưa với Phật rằng: "Đi Kosambi, đi Savatthi hay đi dâu cũng được miễn là bây giờ mình đi nơi khác". Đức Phật lại hỏi: "Rồi đi đến những xứ khác, người ta chửi nữa thì sao, Ānanda?". Đại đức Ānada nói: "Thì mình lại đi tiếp…". Nghe vậy Đức Phật ôn tồn dạy rằng: "Này Ānanda, phiền não khởi sanh nơi nào mình sẽ dập tắt ngay ở nơi đó. Như Lai là con ngựa chiến, mỗi khi trở ngại

thì Như Lai không chịu lùi bước và không ngần ngại lằn tên mũi đạn. Những người đang nguyền rủa Như Lai là những người đáng thương, cần để Như Lai tiếp độ nhất. Ānanda hãy ở lại với Như Lai, đừng đi đâu hết. Sự việc nào khó khăn xảy ra đối với Như Lai thì không quá 7 ngày nó sẽ êm dịu thôi".

Qúy vị biết trong suốt 45 năm hoằng pháp, Đức Phật luôn nhẫn nại và tinh tiến. Sân hận là nhân tố làm giảm tuổi thọ chúng ta. Do vậy, Phật tử phải tập tánh nhẫn nại, tinh tiến để đối trị tâm sân, dùng tâm từ bi hỷ xả để loại bỏ nó.

Đường tu không phải lúc nào cũng đầy hoa thơm cỏ lạ, chim hót, suối reo. Đường tu gồ ghề, quanh co, hiểm trở, nhưng chính sự gồ ghề, hiểm trở đó mà chúng ta cố gắng nhẫn nại, tinh tiến sẽ vượt qua. Phật nói, ta là nơi nương tựa của chính ta. Có hay không có, thất bại hay thành công là do quyết tâm của chúng ta. Như vậy, chúng ta đừng bao giờ lùi bước.

Muốn sống lâu phải buông bỏ tâm sát sanh, phá giới.

Đức Phật cũng dạy rằng, sở dĩ chúng ta chết sớm, sống không thọ vì chúng ta sát sanh hại vật, đánh đập hành hạ chúng sanh, và sau khi thân hoại mạng chung, chúng ta sẽ rơi vào khổ cảnh. Nếu có chút phước, được tái sanh làm người thì tuổi thọ cũng ngắn ngủi. Trong thực tế, có hai đứa bé sanh cùng giờ, cùng ngày, cùng tháng, cùng năm nhưng mà trong hai đứa bé ấy, có đứa sống lâu, xinh đẹp, có đứa xấu xí yểu mạng chết sớm, một bé thì sanh trong gia đình giàu, một bé thì sanh trong gia đình nghèo v.v.... Như vậy, mỗi người chúng ta ai cũng có duyên nghiệp riêng, phước báu riêng của mình, không ai giống nhau.

Trong đạo tràng hôm nay, quý vị ngồi đây, mỗi người có khuôn mặt khác nhau, tuổi thọ khác nhau, địa vị khác nhau, giàu nghèo khác nhau, hoàn cảnh gia đình khác nhau. Về mặt địa vị, học thức khác nhau thì có thể nói do khả năng nỗ lực của mỗi người nên sự thành đạt khác nhau. Nhưng về lĩnh vực sắc đẹp thì làm sao nói do nỗ lực của mỗi người được đây?. Chẳng hạn, người sanh ra có nước da đen, người thì nước da trắng sáng, người có mắt bồ câu to tròn hai mí, người có mắt một mí, nếu mình thấy vậy mà đi thẩm mỹ viện cho đẹp, thì dù quý ông, quý bà có đi sửa mắt, sửa mũi, gọt cằm, xăm mày, xăm môi … bản chất nguyên thủy của cái sắc diện, của khuôn mặt chúng ta đã là vậy rồi khó mà thay đổi. Người đẹp là do kiếp trước không sát sanh hại vật, biết bố thí y phục, vải vóc đến sa môn, bà la môn, người nghèo khổ. Cho nên, vị nào muốn mình đẹp hơn hãy siêng làm phước bố thí y phục hoặc cúng dường hoa đến Tam bảo.

Đức Phật dạy nhân nào quả đó. Bố thí y phục thì cho sắc đẹp, bố thí xe thuyền thì cho an vui, bố thí đèn thì cho mắt sáng. Qúy vị nhìn mình có tướng mạo đẹp, nụ cười duyên dáng, ánh mắt hiền hòa, biết rằng kiếp trước mình có bố thí y phục. Còn nhìn người nào đang bố thí, nhường cơm xẻ áo cho người nghèo, cúng dường y phục cho sa môn, bà la môn thì biết chắc chắn trong tương lai người đó sẽ có dung mạo xinh đẹp, trang nghiêm. Nên ta nhìn hành động hiện tại biết được cuộc sống tương lai, và nhìn hành động hiện tại biết được cuộc sống quá khứ. Đó là định luật nhân quả.

Được sanh làm người rất khó. Chúng ta có nhiều phước báu mới sanh được trong một gia đình đạo đức, có cha mẹ tốt, đủ ăn đủ mặc. Có người thiếu phước, khi đầu thai, mới tượng hình trong bụng mẹ chưa bao lâu đã chết, hoặc sanh ra được hai, ba tháng đã chết. Bà mẹ nào cũng ao ước con mình sanh ra xinh đẹp, sống lâu, học giỏi mà không biết rằng mọi sự trong đời đều vận hành theo lý thuyết nhân duyên, nhân quả. Nhiều bà mẹ khi biết mình mang thai thường đi chùa nhìn hình Đức Phật mong cho con sanh ra được xinh đẹp. Nhưng điều đó không đúng. Đứa trẻ sanh ra đời có duyên nghiệp, có phước báu riêng của nó. Bà mẹ không thể muốn đẹp là

nó đẹp. Đẹp hay không đẹp là do trong muôn kiếp quá khứ, đứa trẻ đó đã tạo nhiều thiện nghiệp hay ác nghiệp.

Vậy hãy nhớ nếu mình sân hận, sát sanh, phá giới thì dù có tái sanh làm người cũng làm người ngu, người xấu, người nghèo, yểu thọ. Những ai ngồi đây trên 75 tuổi thì hãy mừng là trong quá khứ ta đã giữ giới không sát sanh, nên hiện tại trường thọ. Người không sống đến 60 tuổi, chỉ dừng lại ở mức 59 tuổi, thì người ta gọi là hưởng dương.

Làm người khó lắm, hãy biết quý cuộc đời làm người của mình. Qúy vị muốn sống lâu thì tập khiêm tốn, tập từ bi hỷ xả, tập tinh tiến, nhẫn nại, ráng giữ giới không sát sanh.

3. KHÓ ĐƯỢC NGHE DIỆU PHÁP

Nói đến điều này là nói đến một đại sự nhân duyên. Vì pháp của Phật không phải dễ nghe, dễ hiểu, dễ hành. Vì pháp của Phật có công năng đưa chúng ta đi đến giác ngộ và giải thoát.

Hôm nay, tất cả chúng ta ngồi ở đây, chúng ta hãy vui mừng vì trong nhiều kiếp mình từng là Phật tử, từng là nhà sư, từng là quý sư cô… đã có tu tập rồi, nên bây giờ mới vào đạo tràng như thế này, có sở thích, có duyên với Phật Pháp, chớ không phải có sở thích, có duyên với một đạo khác. Có thể nói, giữa thành phố đông đúc gần 9 triệu dân này mà chúng ta cùng về đây nghe pháp thật không phải dễ. Tất cả mọi người cùng có mặt trong đạo tràng hôm nay đã có túc duyên rất lớn với Phật Pháp. Duyên đi chùa, hiểu đạo, hiểu pháp, thực hành pháp, cung kỉnh quý Thầy, quý sư cô là một phước duyên, là phước báu tích lũy nhiều đời, không phải ai cũng có.

Đức Phật không phải tu một kiếp mà thành Phật được. Ngài tu hai mươi a tăng kỳ, một trăm ngàn đại kiếp. Trong kinh, Đức Phật ví dụ một a tăng kỳ giống như khối vuông vức một do tuần (tức là mười sáu cây số vuông), ở trong đó đựng đầy hột cải, một trăm năm mới có một vị chư thiên xuống lấy một hột cải, lấy khi nào cho hết số hột cải đựng trong một do tuần vuông vức như vậy thì gọi là một a tăng kỳ. Đức Phật Ngài tu hai mươi a tăng kỳ, một trăm ngàn đại kiếp, từ khi Ngài phát nguyện bồ tát đến khi thành Phật, Ngài luôn luôn tinh tấn tu hành.

Chúng ta có duyên đến chùa lạy Phật, sám hối, nghe pháp, thuyết pháp. Đó là một đại sự nhân duyên. Nhưng học pháp, nghe pháp mà có thực hành đúng theo lời dạy Đức Phật hay chưa, đó là vấn đề rất khó. Qúy vị có thường bố thí, trì giới, tham thiền không? Hay chúng ta vào chùa vì danh vì lợi. Cho nên, sư mong sao chúng ta gác danh lợi sang một bên trước khi vào chùa, để mình đến chùa là hướng về lý tưởng vì tình thương và sự giác ngộ của chúng ta. Mỗi người chúng ta tự tu, tự đắc, các thầy chỉ động viên, khuyến khích quý vị mà thôi, thực hành hay không là do quý vị. Chúng ta tham thiền, giữ giới, bố thí nhiều thì có phước, còn ngược lại không tham thiền, không giữ giới, không bố thí thì không có phước. Tu là một sự lựa chọn, tự phát nguyện với lòng mình, trong nội tâm ta biết mà thôi. Đôi khi hình thức là người tu nhưng nội tâm ta không phải của người tu, hay ngược lại. Thường tâm chúng sanh muốn mọi người biết mình là người tu, nhưng thực sự bên trong nội tâm của mình tu rất ít, mình tự dối lòng mình, tự gạt mọi người, như vậy, tự tạo ác nghiệp cho mình.

Con đường tu là con đường tự giác. Thầy tổ, bạn hữu chỉ là những người khuyến khích mình tạo thiện nghiệp mà thôi. Đức Phật dạy, Attahi attano hành động của ta như thế nào thì quả báu sẽ như vậy. Người nào muốn an vui cho mình mà làm khổ người khác thì không bao giờ được an vui. Trái lại, người nào muốn an vui cho mình mà cho người khác an vui, bố thí, tham thiền, trì giới thì đích thực sẽ được an vui, tự tại. Người nào thực hành pháp thì pháp sẽ hộ trì. Người nào thực hành chánh pháp của Đức Phật thì sẽ không sa đọa vào khổ cảnh.

Diệu pháp rất khó nghe là vậy. Giờ đây, chúng ta được nghe diệu pháp, đó là đại sự nhân duyên của chúng ta. Là người Phật tử chân chánh sau khi nghe chánh pháp, nghe lời dạy của

Đức Phật, phải áp dụng lời dạy của Đức Phật trong đời sống hằng ngày của chúng ta, hãy cố gắng tu tập để giác ngộ và giải thoát.

4. KHÓ ĐƯỢC GẶP PHẬT RA ĐỜI

Danh từ Phật ở đây tiếng Pāli là Buddha. Nói đến Phật - Người Giác Ngộ - Người đã dứt khỏi luân hồi, vượt qua mọi tham ái, đạt giải thoát, chứng ngộ Niết Bàn là quý vị hình dung ra ba vị: Đức Phật Toàn Giác, Đức Phật Thinh Văn Giác và Đức Phật Độc Giác. Nhưng từ Buddha này còn để chỉ Đức Phật Chánh đẳng Chánh giác, Phật Độc Giác và Phật Thinh Văn Giác.

Thinh văn giác là đệ tử của Phật Chánh đẳng Chánh giác, là người nam lẫn người nữ. Quả vị Phật Chánh đẳng Chánh giác, Phật Độc Giác chỉ có người nam tu hành mới thành tựu, còn Phật Thinh Văn là quả vị Phật mà người nam hoặc người nữ tu hành đều có thể chứng đắc. Cho nên, trong hàng ngũ tăng già đệ tử của Đức Phật thời đó, quý vị thấy có nhiều người nam, người nữ chứng được đạo quả. Chẳng hạn Da Du Đà La, tất cả những người này đều nằm trong hàng ngũ tỳ kheo ni có tiếng, thành tựu đạo quả Thinh Văn Giác.

Đức Phật dạy, quả địa cầu chúng ta đang sống ở đây tồn tại năm vị Phật tổ. Đức Phật Thích Ca là vị Phật thứ tư. Trong tương lai, trái đất này sẽ đón tiếp một vị Phật là Đức Di Lặc – Metteyya. Khi giáo pháp của Đức Phật tổ Thích Ca hoại diệt, thì lúc bấy giờ, Ngài Di Lặc sẽ thị hiện xuống cõi ta bà tu hành, thuyết pháp, giảng đạo. Cho đến khi giáo pháp của Đức Di Lặc hoại diệt thì quả địa cầu chúng ta mới hoại diệt.

Các vị Phật trong quá khứ, hiện tại, vị lai thường có những điểm giống nhau là đều có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp. Các Ngài đến với trần gian bằng hình tướng như vậy. Ba mươi hai tướng tốt và 80 vẻ đẹp chỉ dành cho hai hạng người. Người có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp, nếu còn ở thế gian thì làm vị vua Chuyển Luân Thánh Vương của thiên hạ, nếu đi tu thì thành Phật Chánh đẳng Chánh giác. Vị Phật Chánh đẳng Chánh giác có 10 hồng danh: Ứng cúng, Chánh biến tri, Minh hạnh túc, Thiện thệ, Thế gian giải, Vô thượng sĩ, Điều ngự trượng sư, Thiên nhân sư, Phật, Thế Tôn. Vị Phật ấy có bi đức, tịnh đức, trí đức. Bi đức là có lòng thương không phân biệt. Tịnh đức là thân khẩu ý hoàn toàn trong sạch, lời nói hành động thanh tịnh. Trí đức là am tường tam giới, biết ái dục là con đường dẫn đến đau khổ. Diệt ái dục là con đường dẫn đến giải thoát và giác ngộ.

Muốn thành Phật - bậc Giác Ngộ - phải tu tập. Các vị Phật Tổ của chúng ta ngày xưa tu tập không ngừng. Nếu tu theo hạnh của Phật Thích Ca tức là hạnh trí tuệ thì phải trải qua hai mươi a tăng kỳ, một trăm ngàn đại kiếp. Đức Phật Di Lặc tu hạnh Chánh Đẳng Chánh Giác nhưng sở nguyện của Ngài là tinh tấn nên thời gian Ngài hành thập độ là tám mươi a tăng kỳ và một trăm ngàn đại kiếp. Theo kinh sử ghi lại, Đức Phật Di Lặc đã hoàn thành pháp độ, Ngài đang ngự ở cõi trời Đâu Suất - Tusita. Hiện nay đã là 2.556 năm rồi. Chờ đủ 5000 năm, thì giáo pháp Thích Ca tự động hoại diệt, không còn người giữ giới nữa, Đức Phật Di Lặc sẽ thị hiện. Đức Phật Thích Ca đã nói 2000 năm thì Luận tạng Atỳđàm - Duy thức học hoại diệt. Rồi đến 4000 năm, tạng Kinh hoại diệt. Lúc bấy giờ quý vị không còn thích nghe thuyết giảng kinh nữa, có lẽ nghe cải lương, ca nhạc, kể chuyện tiếu lâm thì thích hơn, chớ nghe quý sư nói về tứ diệu đế, bát chánh đạo, tam quy…. thì quý vị ngồi buồn ngũ, phóng túng mông lung. Rồi đến 5000 năm thì Luật tạng hoại diệt. Mà Luật tạng hoại diệt thì đạo đức không còn nữa.

Bây giờ đã 2.556 năm, chánh pháp đi xuống, trí tuệ, niềm tin con người suy giảm nhiều. Xưa kia, Đức Phật chỉ nói một câu kệ là con người có thể nhận ra được chân lý, hiểu được và chứng đắc đạo quả. Còn bây giờ chúng ta nghe pháp, nghe đầu quên đuôi. Tuổi thọ ngày càng

giảm, đạo đức ngày càng đi xuống, xã hội đầy những điều xấu ác, đến khi con người tuổi thọ chỉ còn 10 tuổi, lúc đó chúng sanh không còn biết giữ giới nữa.

Thời Đức Phật tổ, người nào có duyên với Ngài dễ chứng đắc, chỉ cần được Ngài truyền cho một đề mục là vào rừng tu. Còn bây giờ khó tu quá. Nhưng không phải vì vậy mà quý vị nản chí. Quý vị có tu là có đắc. Ngày xưa, quý vị gặp chư tăng, tu nữ, sư cô thì không cung kính, nay biết tu rồi quý vị phát tâm thành kính, vậy cũng là tu. Xưa không giữ giới, nay giữ giới, cũng là tu. Xưa bất hiếu, hỗn hào với cha mẹ, nay có hiếu, lễ phép nuôi dưỡng cha mẹ. Xưa thủ đoạn, tham lam, nay từ bi hỷ xả. Có tu, có đắc, đắc từ từ, không gấp, không nhanh được. Đó là chúng ta đang trên con đường tu tập để giác ngộ, chứng đắc đạo quả.

Đức Phật với ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp thì Ngài đến đâu cũng được dân chúng ngưỡng mộ. Cho nên, có người đi theo Phật do kính phục lòng từ bi bao la quảng đại của Ngài, có người do mến mộ thần thông của Ngài, cũng có người do yêu mến Ngài là một ông vua từ bỏ ngai vàng, cắt đứt tình thương mãnh liệt của phụ hoàng, gỡ cánh tay bám víu của hiền thê, xa lìa đứa con thơ mới chào đời, đem cả ngôi vị đế vương đổi lấy cuộc đời vất vả của một kẻ hành khất để đến với chánh Pháp. Nhưng cũng có nhiều người đến với Ngài là do bị thu hút bởi vẻ đẹp của Đức Phật.

Chuyện kể, vào thời Đức Phật có một thanh niên thông thạo Tam phệ đà được bên Bà La Môn rất trọng vọng. Người thanh niên đó thấy Đức Phật đi ngoài đường với tướng mạo xinh đẹp, lời nói thanh tao bèn bỏ tất cả đi theo Ngài xin xuất gia. Ba tháng hạ trôi qua, thanh niên đó không có tu hành gì cả. Đức Phật dùng thần thông thấy biết thanh niên kia xuất gia đến với Ngài không phải để học tu, học thực hành chánh pháp. Nên sau khi ra hạ xong, Đức Phật kêu thanh niên ấy lại nói rằng: "Con có duyên gặp được Như Lai trong kiếp này thì tại sao con không tiếp tục thực hành lời dạy của Như Lai để đạt thành chánh quả. Tại sao con còn những tư tưởng thấp hèn, những tư tưởng không đẹp luôn khởi lên trong tâm tưởng của con. Ba tháng qua, con không tu tập gì cả, thôi thì con hãy đi nơi khác".

Nghe Phật nói vậy, chàng thanh niên buồn lắm. Anh ta ra đi và suy nghĩ rất nhiều, cho rằng mình bỏ tài sản, bỏ vợ con, bỏ địa vị trong giáo phái của Bà La Môn, bỏ tất cả vậy mà bây giờ Phật không cho theo ở gần Ngài nữa, vậy mình chỉ còn cách tự tử thôi. Rồi anh ta đi lên một ngọn núi cao định nhảy xuống. Lúc này, Đức Phật biết tâm của anh thanh niên đang đau khổ và muốn chết. Lúc người thanh niên đứng ở ngọn núi cao, trước khi lao mình xuống, anh ta phát nguyện rằng:"Lạy Đức Thế tôn, vì mến mộ vẻ đẹp của Ngài mà đệ tử bỏ tất cả, xuất gia theo Ngài, giờ đây Ngài đuổi con thì con sẽ quyên sinh, xin Ngài chứng minh cho con". Ngay lúc đó, Đức Phật dùng thần thông đỡ chàng thanh niên ở trên cao giữa không gian núi rừng và Ngài thuyết pháp vô thường, khổ, vô ngã. Người thanh niên ấy đã hiểu được pháp mà Đức Phật thuyết và trong chớp mắt chàng ta chứng đắc đạo quả ở giữa hư không. Gặp được Phật, đó là một nhân duyên vô cùng lớn của người thanh niên ấy.

HƯƠNG THƠM ĐỨC HẠNH[44]

Giới là gì? Tiếng Phạn có hai từ để nói về giới đức: Sīlā nghĩa là giới, Vinaya nghĩa là luật.

Giới và luật khác nhau. Ví dụ: Con nguyện không sát sanh, không nói dối, không tà dâm, không trộm cắp, không uống rượu, đó là giới. Luật bao gồm cả giới. Giới và luật là một loại hương thơm. Trong Luật tạng có phân chia giới cụ thể, rõ ràng như giới của cư sĩ có năm giới, giới của bát quan có tám giới, giới của sa di là mười giới. Đó là những giới dành cho cư sĩ tại gia và người mới tập tu. Còn những người xuất gia có giới của sa di, tỳ kheo, tỳ kheo ni… Những người xuất gia và tại gia hành trì, gìn giữ những giới luật mà Phật đã ban hành theo trình tự tăng và tục. Nếu tu tập, giữ gìn được giới luật Đức Phật gọi đó là loại hương thơm đức hạnh bay ngược chiều gió.

Trong bát chánh đạo, giới được phân chia tinh vi hơn: Chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng chính là giới.

Chánh ngữ: là nói lời chân thật, không nói lời đâm thọc, chia rẽ, chửi mắng, độc ác, nhảm nhí. Chánh ngữ là từ dùng trong đạo. Còn ở ngoài đời, không có chánh ngữ thì người ta gọi là "nổ", là nói khoa trương, nói dóc, nói ba hoa. Có thể nói nổ cũng là căn bệnh của nhiều người hiện nay. Vì bản chất thích nổ nên mới tu có chút xíu, học kinh, học luật chưa tới đâu đã nổ vang trời đất, nhiều khi còn dựng chuyện để nổ cho đã miệng. Người thích nổ khi ngủ thường ngáy to. Nổ là bệnh thuộc về không chánh ngữ. Cho nên, người tu phải có chánh ngữ, phải nói lời chân thật, nói lời đem lại lợi ích cho mình và cho người chung quanh.

Chánh nghiệp: là phải làm nghề chơn chánh. Chánh nghiệp là không nên bán chất say, bán vũ khí hoặc kiếm tiền từ hoạt động buôn người… Đó là nghề người biết đạo không nên làm.

Chánh mạng: nuôi mạng chơn chánh. Những vật dụng như y phục, thuốc men, chỗ ở… dùng hằng ngày phải được làm ra từ đồng tiền chân chánh. Qúy cô, quý bà mua mỹ phẩm, áo quần cao cấp bằng những đồng tiền do lường gạt, dụ dỗ, do ăn cắp mà có là không được. Chánh mạng là nuôi thân mạng phải chơn chánh, hợp pháp, hợp đạo. Ngược với chánh mạng là tà mạng.

Chúng ta phải lưu ý, theo Luật tạng, giới của người cư sĩ tại gia có năm giới, bát quan trai giới, thập thiện. Giới của tỳ kheo trong đó có bát chánh đạo (chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định).

Kinh Pháp Cú số 54, Đức Phật dạy: "Trên thế gian có rất nhiều loài hoa, tất cả những loài hoa đó hương bay xuôi theo chiều gió, nhưng hương của người đức hạnh bay ngược chiều gió, khắp các tầng trời". Trong Tăng Chi Bộ Kinh, Phật dạy: Mười pháp để ta có đạo đức, có giới hạnh giúp thăng hoa cuộc sống, là nhịp cầu để bước qua bờ giác ngộ. Mười pháp đó là những giới đức như bố thí, trì giới, tham thiền, tùy hỷ, cung kính, hồi hướng, phục vụ, nghe pháp, thuyết pháp, cải tạo tri kiến.

Mười pháp này giúp chuyển hóa đời sống chúng ta, là hương thơm bay ngược chiều gió. Ví dụ ủng hộ xây chùa, tạc tượng, ủng hộ học bổng cho tăng sinh du học ở Ấn Độ, Thái Lan. Niệm Phật cũng là một loại giới đức. Tùy hỷ sẽ giúp ta buông xả tâm nhỏ mọn. Cung kính Phật, Pháp, Tăng, cha mẹ, người lớn tuổi… pháp đó là đạo đức, là giới, là hương thơm đức hạnh có khả năng bay ngược chiều gió. Vì không cung kính đối với những người đáng cung kính thì tâm chúng ta còn ngã mạn cống cao, như vậy là không bao giờ chứng đạo, đắc quả

[44] Bài pháp này giảng tại chùa Phổ Quang- Quận Tân Bình - TP. HCM.

được. Trong những pháp tu để thành Phật, bồ tát, A-la-hán thì người tu phải không còn tâm ngã mạn. Phục vụ cũng là một giới đức mà người tu cần phải thực hành. Quý vị vào chùa trong những khóa tu, trong những dịp lễ, quý vị thấy mọi người sửa soạn chánh điện đẹp hơn ngày thường, hoa quả chưng bày đẹp mắt, bàn ghế ngăn nắp, lau chùi sạch sẽ… Đó là sự phục vụ của những vị tu hành. Qúy vị cũng nên chia sẻ với bà con hàng xóm trong những dịp đám cưới, đám giỗ…. Tâm phục vụ là tâm đại thiện. Nghe pháp là đạo đức. Thuyết pháp cũng là đạo đức. Nghe pháp giúp chúng ta chuyển hóa tư tưởng, ví dụ xưa mình nóng nảy, nay biết tu rồi thì phải sửa đổi, biết nhường nhịn, nhẫn nại nhiều hơn. Xưa mình nhỏ mọn, cố chấp, nay biết tu phải chuyển thành người bao dung, độ lượng. Xưa mình lười biếng thì nay phải nỗ lực chuyên cần. Những bài kinh công phu mỗi ngày giúp chúng ta bỏ thói quen lười biếng để tâm tinh tấn hơn.

Quả báu và lợi ích của việc giữ giới

1. Được giàu sang: Người tu giữ giới không uống rượu, không nhậu, không sử dụng chất kích thích tức không làm những gì vượt ra ngoài giới luật của cư sĩ sẽ có quả báu là được giàu sang. Chúng ta là người tu, không phung phí tiền bạc vào những điều vô ích, vì khi chúng ta nhậu vào, sử dụng chất kích thích sẽ không kiểm soát được hành động của mình, dễ phạm điều tội lỗi. Một chầu nhậu cũng tốn tiền không ít. Nhiều chầu nhậu của đại gia tiêu hàng chục triệu là thường. Ngày xưa người ta khóc mướn. Bây giờ người ta có nhậu mướn. Những việc làm như vậy không hề cho ta lợi ích gì, chỉ có dục vọng ngày càng khống chế chúng ta mà thôi.

2. Tiếng tốt đồn xa: Thường thì người có đạo đức tiếng đồn nhanh lắm. Bên ngoài người ta nói, Phật giáo thời nay có những giảng sư trẻ thuyết pháp thu hút người nghe. Những bài Pháp như: Bóng mây, Bến đỗ yêu thương là những bài giảng rất "hot" có sức thuyết phục đối với người nghe. Những bài Pháp này nói về công cha nghĩa mẹ được nhiều người quan tâm, yêu thích. Băng đĩa ghi lại những bài Pháp này được nhiều người mang ra nước ngoài phổ biến vì tiếng tốt đồn xa. Cho nên, người có đạo đức thì tiếng tốt đồn xa là vậy. Qúy vị thường xuyên đến chùa, tham dự các khóa tu đều đặn thì sẽ có hương thơm tiếng lành đồn xa như vậy.

3. Bình tĩnh ở đám đông: Khi chúng ta tu hành, không lường gạt, không nói dối, không làm điều độc ác, chỉ làm điều thánh thiện… tâm chúng ta bình an. Đi đến nơi nào, người tu có giữ giới tâm luôn bình an, không có chút gì sợ hãi, dù có đến chỗ đông người thì cũng không hề run sợ, lo lắng.

4. Lúc lâm chung tâm không bấn loạn: Điều này rất quan trọng. Qúy vị cố gắng tu tập nhiều, hành thiền nhiều, niệm Phật nhiều, khi về già 80, 90 tuổi vẫn không bị mất trí nhớ, không khó tánh với con cái. Qúy vị đến chùa, có khả năng tu thiền một tiếng, hai tiếng, một ngày, một tuần… sau này về tập sống hạnh độc cư tu hành, con cái vì bận rộn quên ghé thăm thì mình cũng hoan hỷ tha thứ. Đó là sự huân tập để có chất liệu của lòng từ bi hỷ xả, sống yên vui tuổi già, không làm phiền con cháu bằng những trách móc giận hờn. Nếu không, quý vị dễ có ảo giác bị con cháu bỏ rơi. Mới đây báo chí đưa tin, ở Thành phố New York, một phụ nữ Mỹ tên là Darlene Lynch, 49 tuổi, bị cha ruột của mình tạt axít vào mặt. Bà Darlene Lynch phải điều trị tại bệnh viện để giữ lấy đôi mắt của mình. Ông Jerome Lynch, 69 tuổi, cha của bà Darlene có tiền sử bệnh tim mạch, ông ta nói rằng làm vậy vì nghĩ rằng mình bị con gái ngược đãi, bỏ rơi.

Bà Darlene đến thăm cha khi nghe tin ông bị bệnh, nấu thức ăn cho ông xong rồi ngồi trên ghế bành ở phòng khách thì người cha bước tới cầm một cái tách có chứa axít tạt vào mặt bà. Được biết, khuôn mặt của Darlene đã bị biến dạng và có nguy cơ mất đi đôi mắt.

Những người bà con với Jerome cho biết ông ta bị bệnh ảo tưởng trong những năm gần đây.

Như vậy, quý vị biết rằng những gì ta suy nghĩ, ta thấy, ta nghe… có khi là ảo giác, là sai lầm, là không có thật. Cho nên, đừng tin vào tri giác của mình.

Nếu những người đã có tuổi mà không biết tu để giúp cho tâm chúng ta luôn an trú trong chánh niệm thì chỉ cần một việc gì không ưng ý, những người già rất dễ tủi thân, rơi nước mắt, rồi giận hờn. Những lúc như thế tâm chúng ta đầy sân si, mê muội, phiền não, đau khổ. Do vậy, nếu như quý vị đã chia hết tài sản cho con cháu rồi, mà nhiều ngày, nhiều tháng tụi nhỏ không ghé thăm thì cũng không sao. Qúy vị hãy tu cho tốt, niệm Phật không ngừng nghỉ, tinh tấn hành thiền… lúc đó quý vị có khả năng thông cảm, hiểu và thương con cháu, tha thứ và hoan hỷ cho con cháu nhiều hơn.

Người tu là người có khả năng sống một mình, tâm buông xả rất mạnh. Cho nên khi cái chết đến, người tu tâm không bấn loạn, sợ hãi.

5. Sau khi chết, sanh lên thiên giới: Trong kinh tạng Pāli có câu kệ "Sīlena sugatiṃ yanti" nghĩa là người có đạo đức, có giới, sau khi chết sẽ được sanh lên thiên giới, đó là nhân để sanh lên Niết bàn.

Trong kinh Tạng Pāli kể câu chuyện cuộc đời của ngài Ca Diếp - một vị đại Thánh tăng đệ nhất của Phật Thích Ca, có phước giữ giới rất cao, Ngài có tiếng là đệ nhất hạnh đầu đà. Kể từ ngày Ca Diếp xuất gia, ngài mặc duy nhất một bộ y cho đến khi mất. Ngài Ca Diếp sống đến 120 tuổi. Đức Phật Thích Ca viên tịch trước ngài Ca Diếp. Ngài Ca Diếp là vị chủ trì cuộc kết tập kinh điển lần thứ nhất. Có câu chuyện kể ngài Ca Diếp đến tu ở một cánh rừng. Mỗi khi ngài đi khất thực thì chư thiên phân công nhau dọn dẹp sạch sẽ cốc liêu cho ngài. Trong số các chư thiên, có một cô thiên nữ rất đẹp thường lau chùi, dọn dẹp, múc nước tại chỗ cốc liêu của ngài Ca Diếp. Khi ngài đi khất thực trở về thấy có bóng dáng thiên nữ trong cốc mình, ngài bèn kêu lại và nói: Tín nữ là ai vậy, tại sao có mặt trong phòng cốc của tôi?. Thiên nữ thưa rằng: Thưa ngài, con là chư thiên ở cánh rừng này. Xưa ở đây hoang vắng, chim muông, cỏ cây thưa thớt, nhưng từ khi ngài về tu ở đây, cỏ cây hoa lá đâm chồi nẩy lộc trở nên xanh tươi, muôn chim bay về từng bầy, từng bầy đông đúc. Chúng con là những địa tiên ở đây rất ngưỡng mộ đức hạnh của ngài nên chúng con chia nhau dọn dẹp mà không nói cho ngài biết, chúng con muốn ở phía sau ngài, ủng hộ ngài tu tập. Ngài Ca Diếp nói: Các vị là ai, tôi không biết, nhưng chưa được phép của tôi thì các vị không được vào thư phòng của tôi. Các vị muốn làm gì thì cứ làm ở bên ngoài thôi. Từ đó, các vị chư thiên không được vào thư phòng của ngài Ca Diếp nữa cho dù là làm công quả. Sau ba tháng hạ, ngài Ca Diếp dời đi chỗ khác. Khi ngài ra đi, tất cả chư thiên đều khóc. Tiếng khóc vang dội đến tai Đức Phật. Ngài dùng thần thông bay đến trú xứ của ngài Ca Diếp và hỏi về cách tu tập trong mùa an cư kiết hạ của ngài. Sau đó, Đức Phật khuyên các vị chư thiên phải trang bị cho mình giới đức, mặc dù ngài Ca Diếp ra đi, nhưng các vị chư thiên ở lại khu rừng nên gìn giữ những lời dạy của ngài Ca Diếp để tiếp tục tu hành. Tu là thực tập, là làm theo chánh pháp để có hương thơm của giới hạnh.

Sư được biết một vị giáo sư nổi tiếng trong nước bán một căn biệt thự lớn ở đường Phùng Khắc Khoan được hơn 1000 lượng vàng. Vị giáo sư này đã dùng một nửa tiền bán nhà của mình làm quỹ học bổng giúp học sinh nghèo. Nghe tin đó sư nghĩ thầm trong lòng, mặc dù không biết vị đó theo tôn giáo nào, nhưng việc làm đó rất có đạo đức, đúng theo tinh thần Phật giáo, xứng đáng cho chúng ta bắt chước theo hạnh lành đó.

Sư cũng có đọc quyển kỷ yếu của Ni sư Huỳnh Liên thuộc hệ phái Khất sĩ. Sư rất cảm động vì trong di chúc Ni Sư viết: "Các chùa Khất sĩ nên thỉnh một bộ Đại Tạng Kinh tiếng Pāli để trong tủ sách ở chùa làm hành trang ứng dụng trong đời sống tu hành". Lời dặn dò trong di chúc của Ni sư Huỳnh Liên đơn giản nhưng vô cùng sâu sắc khiến cho tâm của sư rúng động. Đó là di chúc có giá trị vô giá. Chúng ta ai cũng biết cả cuộc đời của Hòa thượng Thích Trí

Quảng cống hiến cho Phật giáo, đem lại lợi ích cho Phật sự, là tấm gương cho tất cả chúng ta noi theo. Hòa thượng Thích Giác Toàn cả cuộc đời vì đạo pháp, vì dân tộc, lo Phật sự không màng đến sức khỏe. Phật giáo Nam tông có Hòa thượng Thích Thiện Tâm với những đóng góp to lớn cho phong trào Phật giáo Việt Nam… Các vị Hòa thượng ấy là những tấm gương sáng ngời về đức hạnh để cho chúng ta ngưỡng mộ, tôn kính. Mỗi một ý tưởng, một đề xuất hay những tổ chức của các Hòa thượng là lợi ích chung cho chúng ta. Qúy vị đến đây tham dự khóa tu Một Ngày An Lạc có lẽ đã thấy được những mầu nhiệm của Hòa thượng Trưởng ban tổ chức, của các vị Hòa thượng, đại đức khác trong ban tổ chức khóa tu. Hương thơm của đức hạnh tự nó bay ngược gió trong muôn phương. Không cần ai show off lên. Chưa kể những vị khác âm thầm làm Phật sự. Có những vị làm Phật sự mà không ai hay biết, âm thầm lặng lẽ phục vụ, lặng lẽ tu tập vì lợi ích cho Phật giáo, cho dân tộc. Như vậy, hương đạo đức là quý vị làm mà không cần phải phô trương, khoe khoang, là tu tập thực sự chứ không phải là "nổ". Hương thơm đức hạnh tự nó là một thứ công đức vô lượng vô biên.

Trong kinh Phật nói, nếu tu hành giữ giới cho tốt thì tự nó đã kết thành một loại giới đức. Đức Phật tán thán giới đức đó giống như nước trên cao chảy xuống thấp, giống như ta trồng một cái cây khi nó hội đủ yếu tố nhân duyên mùa màng nó sẽ đơm bông ra trái, không phải có trái một năm mà nhiều năm, không phải có trái một mùa mà nhiều mùa. Việc tu tập về giới đức, thiền định, làm nhiều Phật sự công đức thì phước báu vô lượng vô biên. Hương thơm đức hạnh của người tu chân chính tự động nó bay ngược chiều gió. Nhiều khi người tu bị hàm oan thì giá trị đạo đức vẫn là giá trị đạo đức. Cho nên, quý vị thấy được tầm quan trọng của giới hạnh thì quý vị hãy tự mình nỗ lực tu tập, không ngừng tinh tấn. Phật dạy: Ta là nơi nương tựa của ta, dể duôi là con đường tử vong, không dể duôi là con đường bất tử. Trên con đường giải thoát, cuối cùng mình phải trở về nương tựa chính mình để làm Phật sự cho tốt, để tu niệm, thực tập cho tốt.

Đối với đời sống cư sĩ tại gia, quý vị không cần ai chê khen mà cứ tu cho tốt, cố gắng phát huy công đức phước báu quý vị đang có. Sư có quen một gia đình có mười người con. Sau khi bà mẹ mất, cả mười người con đến chùa quy y Tam bảo. Sư hỏi tại sao quý vị cùng xin quy y liền sau khi mẹ mất như vậy?. Người con nói: "Thưa sư, mẹ của chúng con có để lại di chúc dặn rằng, điều thứ nhất sau khi mẹ mất, tài sản chia đều cho tụi con, điều thứ hai quan trọng là sau khi hỏa táng, đem tro cốt mẹ vào chùa, đặc biệt là điều thứ ba, sau khi mẹ mất, các con tiếp tục gìn giữ đạo mà mẹ đã quy y, và các con phải quy y Tam bảo. Đó là chúng con làm theo lời mẹ dặn".

Qúy vị ở đây ai cũng có khả năng viết di chúc như vậy. Quý vị khuyến khích con cháu tu hành cho đời bớt khổ. Truyền thống văn hóa người Việt Nam chúng ta rất tôn trọng di chúc. Khi mình còn sống, con cháu không thích đi chùa, chưa biết tu phước, không thích nghe pháp, nhưng nếu viết di chúc để lại chắc chắn con cháu phải nghe lời làm theo. Làm được như vậy là quý vị đã thuyết pháp vô ngôn, giáo dục con cháu quý vị hướng đến con đường chân chính. Làm được như vậy là quý vị để lại cho đời hương thơm giới đức có khả năng bay ngược chiều gió, và con cháu quý vị sẽ tiếp tục gìn giữ đạo Phật, mai sau trong số họ biết đâu chừng sẽ có những đại thí chủ hộ Pháp, hộ Tăng, sẽ có những sư ông, sư bà nổi tiếng về oai đức và đạo lực trong Phật giáo Việt Nam.

NGHỆ THUẬT LÀM ĐẸP THÂN VÀ TÂM[45]

Trong toàn bộ thân và tâm của chúng ta, nó có tất cả năm uẩn. Đây là những lời dạy của Đức Phật về con người dưới dạng đệ nhất nghĩa đế, khác với kinh tạng và luật tạng. Nội dung của Vi Diệu Pháp (Luận tạng) gồm có Tâm, Sở hữu, Sắc pháp và Níp bàn. Tâm chia chẻ ra rất nhiều. Sở hữu cũng vậy. Sắc pháp cũng thế. Nhưng vấn đề chính của thời pháp này là đề cập đến nghệ thuật làm đẹp thân và tâm.

Trong kinh Phật dạy có bốn pháp để nuôi dưỡng sắc pháp. Sắc pháp tức là cái thân. Mỗi người có một cái thân. Trong kinh Phật gọi là ngũ uẩn (Pancakhandha), panca: năm, khandha: uẩn). Năm uẩn bao gồm: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Khi năm thành phần này tập hợp lại với nhau mới thành một chúng sanh, một con người, và tùy theo duyên nghiệp mà làm người nam, người nữ, phương Tây gọi là giống đực, giống cái.

Nhưng khi ta có một cái thân, chúng ta có một sắc pháp. Trong sắc pháp chia ra làm hai, gồm sắc tứ đại (đất, nước, gió, lửa) và sắc y đại sinh (sắc nam, sắc nữ, sắc biểu tri, sắc vật thực, sắc hư không v.v...)

Thiện Minh này đang ngồi đây là một sắc pháp, quý vị ngồi đó cũng là sắc pháp, anh quay phim mặc áo trắng khác quý vị cũng là một sắc pháp. Đức Phật nói sắc pháp được nuôi dưỡng bởi bốn thành phần, đó là: nghiệp, tâm, quý tiết và vật thực. Nhưng mỗi người có một loại sắc pháp khác nhau, do nghiệp, tâm, quý tiết và vật thực khác nhau. Nghiệp thuộc về quá khứ, còn tâm, quý tiết và vật thực thuộc hiện tại. Đức Phật dạy nghiệp là thai tạng, là quyến thuộc. Chúng ta đến với thế gian này là do nghiệp và chúng ta ra đi cũng là do nghiệp.

Trong kinh Pháp Cú Đức Phật dạy: Tâm dẫn đầu các pháp/ Tâm là chủ, tâm tạo tác/ Nếu nói hay làm với tâm thiện/ Thì nghiệp lành theo mình như hình với bóng. Tâm dẫn đầu các pháp/ Tâm là chủ, tâm tạo tác/ Nếu nói hay làm với tâm bất thiện/ Thì đau khổ theo ta như bóng với hình.

Hai câu kinh Pháp Cú Đức Phật dạy cho ta biết mỗi người có nghiệp riêng, có nghiệp thiện và nghiệp bất thiện.

Như vậy, nghệ thuật làm đẹp thân và tâm như thế nào?.

Nghiệp là đầu dây mối nhợ trong việc làm đẹp thân và tâm.

Nếu như người nào ngày xưa khéo tu, khéo niệm Phật, khéo biết bố thí, trì giới, tham thiền thì người đó bây giờ có một sắc diện đẹp. Nếu như ngày xưa không khéo tu, không khéo niệm Phật, bố thí, trì giới, tham thiền thì bây giờ khi sanh lại cõi đời này ta có dung sắc xấu, hình tướng xấu.

Nhưng cũng có trường hợp sinh cùng năm tháng, ngày giờ giống nhau lại có người sinh ra đẹp, thông minh, giàu sang. Cho nên, Đức Phật dạy người nào biết bố thí vải lụa, y phục bằng tâm hoan hỷ cho sa môn, bà la môn hoặc cho chúng sanh nghèo khổ thì quả phước là có dung sắc thù thắng. Hoặc người biết cúng dường bông hoa thì cũng có được dung sắc thù thắng như vậy. Cho nên, ai muốn đẹp, muốn có dung sắc thù thắng thì tặng hoa cho những người đáng được tặng hoa như tam bảo, cha mẹ…. Đó là nhân sanh phước để có dung sắc thù thắng. Khi ta có dung sắc thù thắng thì đi, đứng, ngồi…. tất cả tướng mạo đều đẹp. Cái đẹp đó không một ông bác sĩ thẩm mỹ Hàn Quốc, Thái Lan, Hoa Kỳ nào có thể cho ta được.

[45] Bài pháp này giảng tại Chùa Đức Hòa- Tỉnh Bình Dương.

Tự quý vị tu, quý vị sẽ đẹp. Nhưng cái đẹp của tâm là quan trọng nhất. Tâm đẹp là tâm tu. Tâm tu là tâm gì?.

Ví dụ, quý vị ngồi thiền, niệm Phật là đang làm đẹp nội tâm của mình. Cái đẹp này lâu bền hơn tất cả những cái đẹp khác. Còn cái đẹp dung sắc thì bữa nay nó đẹp, tháng sau, tuần sau, nếu ta không nuôi dưỡng thì dung sắc phai tàn rất mau. Trải qua một cơn bệnh là dung sắc héo tàn. Dung sắc đẹp mà tâm xấu thì cũng không ai muốn gần gũi. Ví dụ dung sắc đẹp nhưng chung sống với người xấu, cho nên, mắt nhìn cái xấu, tai nghe điều xấu, miệng nói lời xấu, tâm nghĩ việc xấu. Lúc đó, tâm ta bị ô nhiễm thì hậu quả là dung sắc phai tàn, tâm xấu ác thì người xa lánh.

Vậy mới biết cái tâm này điều động cái sắc. Tâm thiện thì sắc phát triển, nảy nở, tốt đẹp. Có người đi tu khóa Phật thất về thấy đẹp lên, mặt phúc hậu hơn. Đó là do đẹp đạo hạnh, đẹp tư cách, đẹp thân tướng. Vì ta tu nhiều khóa Phật thất như vậy nên ta thấy biết cuộc đời chẳng có gì thật để tranh đấu, giành giật nhau, hơn thua nhau, lời qua tiếng lại cũng chẳng đi đến đâu, chẳng để làm gì. Nếu ta ý thức được nhân quả, ta sống theo cách "có mắt như mù, có tai như điếc đành câm lặng, chỉ giữ trong đầu một chữ tu" (hay chữ ngu cũng được) thì ta sẽ dừng lại cái tâm tham sân si trong ta.

Vì ở một chừng mực nào đó, ta biết tất cả trong cuộc đời này đều vận hành theo nhân duyên, nghiệp báo. Có những điều ta muốn cũng không được, mà không muốn cũng không được. Không có gì phát triển độc lập. Tất cả đều phát sanh do trùng trùng nhân duyên. Ví dụ như chúng ta tu ở đây, quý vị phải biết cảm ơn Ban tổ chức, thí chủ, những vị phục vụ, từ cơ sở vật chất cho đến chuyện ẩm thực… tất cả là do nhân duyên đầy đủ mà tổ chức thành tựu khóa tu này. Cho nên, không có chuyện gì, không có ai có thể độc lập được. Qúy vị không thể tự làm ra tất cả tiện nghi để phục vụ nhu cầu cuộc sống của mình. Cho nên, từ điện, nước dùng trong sinh hoạt, từ hạt gạo, tấm vải, cây viết, chiếc dép, viên thuốc… là những thứ nhỏ nhặt cho đến điện thoại, laptop, xe hơi, máy gặt lúa v.v…Tất cả là một chuỗi trùng trùng nhân duyên không tách ra được trong đời sống của chúng ta.

Cho nên, con người luôn luôn chịu sự chi phối của nghiệp, của tâm. Tâm tốt hay xấu đều ảnh hưởng đến sắc pháp. Quý vị tu khóa Phật thất này về sau chuyển hóa nội tâm, thay đổi hình tướng. Tâm ổn định, an lạc, sắc pháp tốt đẹp lên. Hằng ngày sắc pháp bị xấu là do ta bị phiền não, bị tâm bất thiện thiêu đốt. Tâm bất thiện là tâm tham sân si, ghen tức, ích kỷ, độc ác, hẹp hòi…

Khi quý vị tu khóa Phật thất, tâm chúng ta khắng khít với các đề mục tu tập nên các phiền não lắng xuống, tâm tĩnh lặng, an vui, sắc pháp cũng tĩnh lặng, an vui. Đôi mắt không nhìn "láo liên" nữa. Người ta thường nói: "Đôi mắt là cửa sổ tâm hồn". Quý vị nhìn vào mắt, người nào tu hay không tu chúng ta biết liền. Tâm người tu an tĩnh, ánh mắt bình lặng, nhẹ nhàng. Qúy vị thấy người nào con mắt hay liếc, liếc từ trên mặt, liếc xuống dưới chân đó là người có cái tâm không ngay thẳng, ưa dò xét. Bàn tay của người nghệ sĩ thường nhỏ, ngón tay thon dài. Bàn tay của người nông dân, người nghèo thường thô ráp, ngón tay to, ngắn, cục mịch. Cũng như nhìn đồ đạc bày biện trong nhà, nhất là khu nhà bếp, nhà vệ sinh… ta biết được chủ nhân ngôi nhà đó là hạng người nào. Bếp là nơi nuôi dưỡng sắc pháp, nuôi bao tử, nuôi huyết mạch… Bếp là nơi giữ lửa cho căn nhà, cũng là cho mái ấm gia đình nên bếp dơ sẽ ảnh hưởng sắc pháp.

Do vậy, con người phải luôn tẩy rửa làm sạch thân và tâm mình. Làm sạch thân mà không làm sạch tâm thì không được. Làm sạch tâm mà không làm sạch thân cũng không được. Vì hai cái tương quan với nhau. Người tu cũng phải để ý cái thân mình chút xíu. Vì nếu không nó sẽ bệnh. Người tu mà bị người khác quở: "Bà tu sao mà nhìn thấy xuống sắc quá, người càng

ngày càng tàn tạ như tàu lá héo vậy”? Như thế là không được rồi. Ta hoang mang, ta buồn, lo lắng, niệm Phật không vô nữa, ngồi thiền không yên nữa.

Cho nên tu là làm đẹp thân và tâm.

Làm đẹp thân không phải là suốt ngày ngồi trước gương tỉa tót lông mày, đánh phấn, thoa son. Làm đẹp cho thân, cho sắc pháp là chú ý đừng để cho nó bệnh, ăn uống hợp lý, y phục sạch sẽ, cử chỉ từ tốn, lời nói nhẹ nhàng, thân tướng trang nghiêm. Giống như căn nhà nếu không dọn dẹp thì hôi thối, dơ bẩn. Nhà nhỏ nhưng ngăn nắp, gọn gàng, xinh xắn vẫn hơn nhà to mà đồ đạc lộn xộn, bừa bãi, mất vệ sinh. Nhà đẹp gọn gàng tăng thêm sự an lạc cho mình.

Thân và tâm ta cũng giống như căn nhà vậy. Tu là sửa mình. Tu là lau chùi thân và tâm. Thân ta không lau chùi thì sao lau chùi tâm ta được. Cái này có thì cái kia có. Lo cho gia đình tốt thì tu mới tốt. Người nào bỏ bê gia đình thì không thể nào vô chùa mà lo cho đạo pháp tốt được.

Thân tâm ta phải lau mỗi ngày. Lau cái gì? Ta lau sạch tật đố, kiêu căng, ích kỷ, độc ác. Mỗi ngày ta kiên nhẫn lau sạch những bất thiện pháp, không cho nó bám dính thân tâm ta. Hôm nay tâm thiện nảy sinh mà ta không làm được, thì phải cố gắng làm cho được. Đem thiện pháp thiêu đốt bất thiện pháp. Thiện pháp nào chưa sanh phải làm cho nó phát sanh. Cho nên, tu cũng là một nghệ thuật, một phương cách làm đẹp cho thân và tâm mỗi ngày, bằng cách lúc nào tâm cũng phải có chánh niệm, tỉnh giác.

Nghệ thuật làm đẹp thứ ba là nuôi dưỡng cho sắc pháp có liên quan tới quý tiết nghĩa là thời tiết.

Thời tiết nóng lạnh cũng ảnh hưởng đến sắc pháp, ảnh hưởng đến việc tu. Ở nơi nóng quá, lạnh quá như bên Ấn Độ rất nhiều người không chịu nổi. Ở Việt Nam, chúng ta càng đi dần về hướng Tây Ninh sẽ thấy ở đây khí hậu nóng hơn những nơi khác, đất đai cằn cỗi do bị khô hạn nhiều. Con người ở vùng này thường có làn da đen. Cho nên, thời tiết ảnh hưởng đến sắc pháp của chúng ta. Những mùa nắng nóng, con người dễ nổi giận, cáu gắt. Người học nhiều, lo nhiều, sợ hãi nhiều, áp lực nhiều dễ bị stress, nặng hơn thì tâm thần.

Vật thực ảnh hưởng sắc pháp.

Ăn uống nuôi dưỡng sắc pháp. Người lớn tuổi phải có chế độ ăn uống thích hợp mới trường thọ. Người xuất gia không có chế độ ăn uống. Người xuất gia đi khất thực, thí chủ cúng dường cái gì cũng tùy thuận mà dùng. Có khi là cơm với canh chua, có khi là bún bò huế, bánh mì, khoai, bắp v.v... Cho nên, người xuất gia không có chế độ ăn uống theo khoái lạc, theo sự yêu thích của mình.

Việc ăn uống ảnh hưởng rất nhiều đến sắc pháp. Nuôi dưỡng sắc pháp bằng những món ăn, thức uống thích hợp sẽ giúp cho cơ thể khỏe mạnh, nuôi dưỡng sắc pháp cũng là để cho ta không bị chướng ngại. Không ai tu giùm cho ta. Thân bệnh thì tâm không tu được.

Đức Phật Ngài dạy bốn pháp: Nghiệp, tâm, quý tiết, vật thực là các pháp nuôi dưỡng sắc pháp này, nuôi dưỡng thân và tâm này. Nuôi dưỡng sắc pháp tốt thì tu mới tốt.

Sư nói thêm một vấn đề lớn trong giáo lý của Đức Phật. Những cái ta có trong hiện tại đa phần là do nghiệp mà sanh ra. Ví dụ ta hành thiền, giữ giới tốt sẽ tạo công đức, tạo thiện nghiệp cho đời này, đời sau. Ví dụ có vị chắp tay niệm Phật rất đẹp. Nhưng có vị chắp tay chưa đẹp vì bàn tay cong, ngón tay hở ra nhiều quá. Khi tâm thức ta phát sanh ý niệm cung kính, ta tự nhiên chắp tay cúng Phật trang nghiêm, ta cúi đầu lạy Phật từ tốn, nhẹ nhàng. Quý vị chú ý năm ngón tay phải chạm vào nhau. Bàn tay chắp lại giống như búp sen mình dâng hoa cúng Phật. Tư thế đứng chân phải khép lại cho trang nghiêm. Nhìn một người chắp tay lạy

Phật, ta có thể biết họ tu tới đâu, tu cỡ nào rồi. Vì tướng lạy Phật nói lên cái tâm thức của ta nhiều lắm. Nhiều người nôn nóng, gấp gáp lạy Phật, cúi đầu gục gặc vài ba cái thiệt lẹ giống như con gà mổ bắp vậy. Cho nên, quý vị trước khi lạy Phật hãy xem bàn tay, bàn chân có ngay ngắn chưa, xem lại bộ dáng của mình chút xíu. Cúng Phật mà tay chân cong queo, không ý tứ thì đời sau mình sanh ra cũng cong cong queo queo vậy. Đó là nhân quả. Ta lạy Phật tâm trang nghiêm thì tướng trang nghiêm. Hơn nữa, quý vị cũng phải làm gương cho con cháu. Làm việc gì phải chú tâm vào việc đó. Ta lạy Phật với tâm thành kính cũng là để dạy cho cái thân của mình, là cách lau thân mình cho đẹp.

Ở nhà, dù trước mặt hay sau lưng không có ai, thân khẩu ý của ta cũng phải thanh tịnh. Tu là tự giác hoàn toàn. Không có người nào quan sát nhưng ta vẫn phải giữ oai nghi, tế hạnh, phải giữ giới không được lơ là. Đặc biệt là tâm giới.

Nếu ta không lau chùi tâm của mình thì nó sẽ dơ. Những gì dơ gọi là chất thải. Do vậy, ta phải huấn luyện tâm thường xuyên mỗi ngày, mỗi giây phút. Hãy có thời khóa cho việc tu hành, lau chùi thân tâm để tạo nhiều thiện nghiệp. Tu hành giải đãi, lười biếng, ham tán gẫu hơn tụng kinh, ngủ nhiều hơn hành thiền, không khéo léo sử dụng thời gian… tâm tham sân si, ưu tư, nghi ngờ phát sinh mà ta không nhận rõ, không giải quyết nó là ta đã tạo bất thiện pháp.

Bất thiện là quả do nhân kém tu, kém phước. Mỗi ngày quý vị cố gắng làm công đức thì những công đức này theo ta như bóng với hình. Cho nên, bài kinh "Chôn của để dành" Đức Phật Ngài dạy cho chúng ta cách để dành của cải cho hiện tại và cho đời sau. Của để dành là gì? Là biết hiếu thảo với cha mẹ, hậu đãi anh em, tinh tấn bố thí, trì giới, tham thiền, niệm Phật… Đó là chôn của để dành đúng theo chánh pháp. Còn tài sản thế gian, công danh sự nghiệp nếu tạo ra bằng thủ đoạn không hợp pháp thì nó sẽ bị hủy hoại theo nhiều cách, ví dụ như hung thần dời đi, bị kẻ gian đánh cắp, bị chiếm đoạt, bị thiên tai…

Người xưa nói: "Nhứt nhơn thành đạo, cửu huyền thăng" nghĩa là một người tu thành đạo, cả dòng họ được hưởng phước. Cho nên, quý vị ngồi đây tu tập là tu cho dòng họ của mình. Tại sao? Vì ta tu niệm Phật, làm lành lánh dữ, ta có phước nên hồi hướng cho cửu huyền thất tổ, chia sẻ nguồn phước báu. Những người trong huyết thống dòng họ ở hiện tại cũng được hưởng phước theo. Quý vị tu giữ giới trang nghiêm, tham thiền, thân khẩu ý tốt, tam nghiệp thanh tịnh thì ta đã truyền cho mọi người một luồng gió mát.

Đôi khi trong cuộc đời, quý vị có nhân duyên gặp được những vị Hòa thượng đạo hạnh chân chánh, những lần gặp gỡ đó là duyên lành quý báu của đời tu quý vị, tựa như các ngài truyền sinh khí cho cuộc sống của quý vị, làm chuyển hóa thân tâm quý vị.

Vậy nên phải lau chùi thân tâm cho tốt. Nó có sự tương quan với nhau rất nhiều. Sư quen một gia đình hiện đang định cư ở Mỹ. Người chồng nói với Sư rằng: Mỗi ngày con hiểu thêm một chút về cuộc sống, những điều xưa kia con chưa từng hiểu. Năm nào con cũng dành thời gian về Việt Nam trong dịp đám giỗ để thắp nhang tưởng nhớ ông bà, cha mẹ. Nếu con không về, lòng con như lửa đốt, cảm thấy như có lỗi lớn đối với tổ tiên. Khi con hiểu được lòng mẹ con, yêu kính mẹ con thì mẹ con không còn trên cõi đời này nữa. Khi mẹ sanh con ra, mẹ để cho bà vú nuôi con và mẹ lo tảo tần buôn bán. Gia đình người Hoa thường có cách chăm con như vậy. Cho nên, từ nhỏ cho đến lúc khôn lớn, hầu như con thương bà vú nuôi hơn thương mẹ ruột. Hai mươi tuổi con vẫn sống với tâm phân biệt, bao nhiêu tình thương con dành cho vú nuôi là chính. Cho nên, suốt thời thơ ấu và cả thời niên thiếu, con đã không nhận ra được tình yêu thương mẹ dành cho con. Một ngày kia, sau khi mẹ con mất, con tình cờ đọc một cuốn sách và biết mình đã hiểu về tình mẹ quá sai lầm. Mẹ sanh ra con, nuôi con khôn lớn. Nếu mẹ không chi trả tiền thì bà vú chắc có lẽ không nhận chăm sóc cho con đâu. Và sau này, mẹ còn

lo cho con trên con đường công danh sự nghiệp. Hơn 30 tuổi con mới hiểu được mẹ sau bao nhiêu ngộ nhận. Bây giờ dù con có muốn làm điều gì cho mẹ thì mẹ cũng không còn nữa.

Cho nên, cái tâm lăng xăng, giải đãi lung tung, tán loạn sẽ làm ta không thấy được những mầu nhiệm thiêng liêng trong cuộc sống chung quanh mình. Khi quý vị ngồi tu ở đây, tâm an tịnh, yên lành một lúc nào đó, quý vị sẽ thấy những điều mầu nhiệm thiêng liêng đó.

Cho nên, hãy siêng lau chùi thân tâm của mình cho tươi sáng. Nếu thân ta đẹp, tâm ta đẹp. Nếu tâm ta đẹp thì thân ta đẹp. Đó là mối tương quan nhơn quả.

Trong văn học Pháp có tiểu thuyết "Nhà thờ Đức Bà Paris" của nhà văn Victor Hugo xuất bản năm 1831. Nội dung nói lên mối tình tuyệt vọng được cho là bất diệt của một con người xấu xí như một quái vật tên Quasimodo, đối với một cô gái du mục Gypsi xinh đẹp tên Esméralda. Gypsi là một sắc tộc thiểu số của người Romani sống ở châu Âu. Bohémiens là lối sống du mục, rày đây mai đó với sinh hoạt là những đêm cắm trại, mà những thiếu nữ tung váy sặc sở trong những điệu vũ nóng bỏng, mê hoặc. Họ hầu như không có nghề nghiệp lương thiện, phần đông sống bằng nghề bói toán và trộm cắp. Trong truyện, nhà văn Victor Hugo đã miêu tả nhân vật chính là thằng gù Quasimodo cụ thể với những chi tiết về sắc pháp như: "Mí mắt lộn ngược, đỏ lòm, miệng mở rộng, răng cỏ xiêu vẹo, trán nhăn nheo với cái bớt ngạo nghễ. Thực sự là một hình dạng kinh dị và xấu xí. Có thể nói, toàn bộ thân thể hắn là một sự nhăn nhó. Cái đầu to tướng lởm chởm tóc hung, giữa hai vai là cái bướu lớn dúi hắn luôn luôn khom người về phía trước. Cặp đùi và cẳng chân cong vẹo kỳ lạ, khiến chúng có thể chạm nhau ở đầu gối. Bàn chân kềnh càng, bàn tay bè ra thô kệch".

Tất cả cái dị hình, dị tướng toát ra một vẻ hung tợn đáng sợ. Có thể nói, đó là một thằng khổng lồ bị bẻ rời ra rồi chắp nối lại một cách vụng về, dáng dấp như một con khỉ đột. Đó là vua của những thằng điên vừa đăng quang, và đó là người kéo chuông nhà thờ, thằng chột, thằng gù".

Nhưng trong tác phẩm "Nhà thờ Đức Bà Paris", Victor Hugo đã vẽ ra một câu chuyện tình hết sức trái ngang giữa thằng gù Quasimodo và nàng Esméralda xinh đẹp. Quasimodo, một người có hình dáng kỳ dị, gần như tách biệt hẳn với cuộc sống bên ngoài và suốt ngày chỉ quanh quẩn trong nhà thờ để làm công việc gióng chuông. Và có lẽ Quasimodo sẽ tiếp tục yên bình trong cái thế giới nhỏ bé ấy nếu như trùng trùng nhân duyên, số phận không sắp đặt cho hắn được gặp Esméralda. Chỉ trong một khoảnh khắc, Quasimodo bàng hoàng nhận ra tình yêu, với sinh vật bé nhỏ, xinh đẹp tên là Esméralda ấy. Để rồi khi trở về góc nhỏ nhà thờ, Quasimodo đã biết thế nào là sự cô đơn, đã hiểu vẻ ngoài xấu xí cô lập hắn với thế giới bằng cách nào. Mặc dù vậy, thằng gù vẫn âm thầm nuôi dưỡng tình yêu với cô gái Gypsi như một người hầu trung thành với chủ. Bên trong cái thân gù xấu xí ấy là một cái tâm đau khổ vì tình yêu chân thành nhưng vô vọng.

Có một cái gì vừa vỡ vụn, nát tan trong tâm Quasimodo. Hắn chẳng bao giờ còn có thể sống trở lại như những ngày trước, những ngày hắn chưa gặp nàng. Tâm hắn không bao giờ bình yên được nữa.

Giây phút trái tim thằng gù biết rung động cũng là lúc khởi điểm cho nỗi bi kịch vô tận trong đời, sự đớn đau và trừng phạt giày vò hắn đến tận cùng. Tâm bệnh của thằng gù là yêu mà không được yêu.

Ở trong thọ mạng của Quasimodo, hắn đã tiếp thọ tức nhận lấy, giữ lấy, bám lấy, chấp lấy… tình yêu. Cái tâm kia chỉ là cái sanh khởi từ nhân duyên do nơi sáu căn (mắt/ tai/ mũi/ lưỡi/ thân/ ý) xúc thọ với sáu trần (sắc/ thanh/ hương/ vị /xúc/ pháp) mà ra. Cho nên, hắn đang phải sống, đã phải sống, gom góp thu nhặt những hạt giống phiền não trầm luân trong sanh tử.

Nhà thơ Nguyên Sa có viết mấy câu thơ diễn tả tâm thức của con người: "Cửa địa ngục ở hai bên lồng ngực/ Phải vác theo trăm tuổi đường dài/ Nên muốn gởi cho ai vài giọng nói/ Cũng nghe buồn da diết chạy trên môi".

Tất cả các nhân vật chính trong truyện "Nhà thờ Đức Bà Paris" như Quasimodo, Esméralda, đại úy Phoebus và viên quản lý nhà thờ Claude Frollo, kết cuộc đều chết hết. Nhưng mối tình tuyệt vọng của Quasimodo vẫn còn được nhắc nhiều sau này qua phim ảnh, hoạt hình và âm nhạc.

Như vậy, trước sau ta phải tu hành tinh tấn, lau chùi thân tâm trong mỗi việc làm nhỏ nhặt hằng ngày. Phật giáo chú trọng sửa tâm, huấn luyện tâm để tâm tỉnh giác. Mỗi ngày niệm Phật, tu thiền là chất liệu lau tẩy thân tâm mình thanh tịnh, buông xả tất cả những thành kiến, ham muốn, những quan niệm chấp trước đang mọc rễ sâu chắc trong nội tâm chúng ta.

Sư có thói quen sáng chiều nào, dù không lên chánh điện, cũng tự mình tụng kinh, tham thiền. Ngày nào bận rộn quá, thì trước khi đi ngủ cũng phải tụng kinh. Qua công phu tu hành, có chánh niệm, không cố chấp, không oán trách, tâm ta trở nên bình an.

Nghệ thuật làm đẹp thân và tâm theo lời Đức Phật dạy chỉ đơn giản là vậy. Chúng ta thực hành qua 4 pháp: nghiệp, tâm, quý tiết, vật thực sao cho thân tâm ngày càng tốt đẹp hơn. Đức Phật dạy, đối với người tu, bằng công phu bái sám, tham thiền, niệm Phật, bố thí, trì giới… tâm trở về bản thể nguyên thủy của nó là từ bi, hỷ xả, thanh tịnh và mát mẻ.

LÃNH ĐẠO THEO QUAN ĐIỂM PHẬT GIÁO[46]

Nói về lãnh đạo theo quan điểm Phật giáo nghe có vẻ xa lạ với khóa tu Một ngày an lạc. Một ngày an lạc thì sống làm sao an lạc là thành công. Chúng ta đến đây để có sự an lạc. Quý vị nghe pháp thấy an lạc. Chúng tôi giảng pháp thấy an lạc. Như vậy là một ngày tu an lạc. Nếu chúng ta đến đây mà tâm luôn căng thẳng, bực bội, khó chịu, bức xúc thì thế nào cũng lên "tăng xông", hoặc bị tiểu đường. Hãy biết cuộc đời ngắn ngủi nên đừng quan trọng hóa vấn đề. Không những chúng ta đến đây an lạc mà về gia đình, công ty cũng an lạc. Nụ cười luôn nở trên môi, khuôn mặt lúc nào cũng nhẹ nhàng, tươi vui chứ không "chằm vằm như thịt bằm nấu cháo". Về nhà thấy người thân, ta cười tươi. Trong lòng ta an lạc ta mới cười tươi được. Nếu không có an lạc trong lòng ta sẽ cười méo mó, cười ruồi, cười cầu tài, cười vô duyên. Đại đức Phước Tiến cười rất có duyên nên Sư nghĩ chính nụ cười này đã giúp Thầy xây được ngôi Chùa to như thế này. Vì khi Thầy cười thấy an lạc quá nên Phật tử mới rủ nhau về đây tu đông như vậy. Làm trụ trì mà mặt hằm hằm thì ai dám vô chùa tu ?

Lãnh đạo theo quan điểm Phật giáo như thế nào?

Đức Phật thuyết trong Tiểu Bộ kinh, trong kinh Bổn sanh có 10 quan điểm của một nhà lãnh đạo. Nhà lãnh đạo có thể là lãnh đạo quốc gia, công ty, văn phòng, trường học, xí nghiệp, ngôi chùa. Gần gũi nhất là lãnh đạo gia đình của mình. Tổ chức nào cũng cần có lãnh đạo tốt. Đức Phật ngài dạy nếu một nhà lãnh đạo có 10 pháp này thì quốc gia đó thịnh vượng, công ty phát triển, ngôi Chùa hưng thịnh. Nếu lãnh đạo công ty thất bại thì công ty phá sản. Nếu lãnh đạo ngôi Chùa thất bại, thì Chùa chỉ có một mình trụ trì ở, một người một cõi thì không thể phát triển giáo pháp. Do vậy, muốn lãnh đạo tốt, người lãnh đạo phải biết 10 pháp sau đây:

1. Lãnh đạo phải có tâm rộng lớn.

Tâm rộng lớn ám chỉ sự giúp đỡ, sự bao dung, bố thí. Sự giúp đỡ càng rộng lớn chừng nào thì sự phồn thịnh càng nhiều chừng ấy. Nếu người lãnh đạo có tâm keo kiệt, bỏn xẻn sẽ làm cho tổ chức bị hỏng, làm cho người khác không đến với mình được, mình cũng không đến với người ta được.

Quý vị đi Chùa thường thấy hình ảnh vị bồ tát thiên thủ thiên nhãn- nghìn mắt nghìn tay. Nhưng làm sao chúng ta có được nghìn mắt nghìn tay như vậy? Quý vị tu tốt sẽ có được thiên thủ thiên nhãn. Đó là do ta có được tâm rộng lớn, tâm bố thí cúng dường, tâm bao dung từ ái thì tự nhiên ta có chất liệu của thiên thủ thiên nhãn, làm việc gì cũng có nhiều người cùng chung lo. Đại đức Phước Tiến tổ chức khóa tu quy mô như thế này chắc chắn phải có thiên thủ thiên nhãn mới làm được. Khi tâm ta không ích kỷ, ta sẽ có năng lực lớn, có thiên thủ thiên nhãn để làm được nhiều việc có ích cho cuộc đời. Trong kiếm hiệp ta thấy những vị chưởng môn thường có cách thu phục "kiếm sĩ" trong thiên hạ mà ngày nay ta gọi là chiêu hiền đãi sĩ. Trong nhà Phật nói phải có tâm rộng lớn, tâm vị tha mới đánh tan đi sự ích kỷ, hẹp hòi. Bởi vì bản năng con người do chấp ngã nên trong cuộc sống ta chỉ biết sống cho mình, làm bất cứ điều gì cũng nghĩ đến lợi ích cho mình trước. Cho nên, bản chất phàm phu là hẹp lượng nên không bao giờ chiêu cảm được mọi người cùng chung lo với mình thì làm sao có thiên thủ thiên nhãn? Do vậy, quý vị phải có tâm vị tha, bao dung. Cuộc sống vị tha, bao dung là cuộc sống đem lại cho tâm chúng ta sự an lạc. Ví như quý vị làm chủ hộ một gia đình với tâm bao dung, rộng rãi lúc nào cũng muốn đem lại lợi ích cho những người

[46] Bài pháp này giảng tại Chùa Tường Vân- Huyện Bình Chánh - TP. HCM.

chung quanh thì bà con cô bác mới đến nhà chơi. Ta vui vẻ nồng hậu đón tiếp, chớ nếu ta hững hờ quá thì không ai đến.

Lãnh đạo của một tổ chức phải có tâm rộng lớn để làm những điều lợi ích, đem lại an vui cho người khác. Tâm rộng lớn này sẽ lan tỏa giúp cho người lãnh đạo có được tính thiên thủ thiên nhãn, mọi người tự nguyện đi theo mình, trung thành với mình để giúp cho công ty, xí nghiệp, ngôi Chùa phát triển ngày càng tốt hơn.

2. Lãnh đạo phải có đạo đức

Nếu người lãnh đạo không có đạo đức, không có giới hạnh thì bản thân người đó và tổ chức đó sẽ không tồn tại lâu dài. Quý vị đọc sách, xem ti vi, phim ảnh về lịch sử thế giới xưa và nay biết rằng người lãnh đạo nào cũng cần phải có đạo đức.

Đạo đức nói lên tuổi thọ của một nhà lãnh đạo. Ông bà xưa nói" Kính lão đắc thọ''. Có đạo đức tuổi thọ cao. Đạo đức hình thành ở thân khẩu ý.

Thân không làm chuyện ác. Khẩu không nói chuyện ác. Ý không nghĩ chuyện ác. Nếu hình thành thân, khẩu, ý thiện là có đạo đức. Thân không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm. Khẩu không nói dối, không chửi rủa, không nói lời đâm thọc. Ý không tham, không sân, không si. Đó là mẫu mực căn bản đạo đức của nhà lãnh đạo. Một lãnh đạo có thân, khẩu, ý bất tịnh không phải là lãnh đạo tốt. Nếu lãnh đạo một quốc gia, trụ trì một ngôi chùa, làm chủ một gia đình mà lời nói ác độc, dối láo hoặc thô lỗ, cộc cằn sẽ không thu phục được nhân tâm. Thành lập một ngôi Chùa đã khó, điều hành một ngôi Chùa tốt lại càng khó hơn.Trong những yếu tố giúp cho người lãnh đạo tồn tại lâu dài, yếu tố đạo đức bên trong con người ấy rất quan trọng.

3. Lãnh đạo phải có tâm khoáng đạt, tâm hào phóng, tâm vị tha, tâm bao dung

Nói cách khác, nhà lãnh đạo phải có tâm từ, bi, hỷ, xả. Cha mẹ đối với con cái, thầy trụ trì đối với Phật tử, lãnh đạo quốc gia đối với dân chúng, giám đốc đối với công nhân viên … phải có tâm từ, bi, hỷ, xả, đó là chất liệu cần thiết cho người lãnh đạo.

Từ là tâm chẳng sân si.

Bi là thương hết không vì một ai.

Hỷ là vui vẻ hài hòa.

Xả là xóa hết đắng cay u buồn.

Tâm từ đối trị với tâm sân giúp ta không bị bệnh tim. Tâm bi đối trị với tâm độc ác giúp ta không bị bệnh gan. Tâm hỷ đối trị với tâm ích kỷ giúp ta không bị bệnh táo bón. Tâm xả đối trị với tâm cố chấp, tâm dính mắc giúp ta không bị bệnh đường ruột, bao tử. Cái tâm ứng với thể trạng của chúng ta. Trong phong thủy có ngũ hành: kim, mộc, thủy, hỏa, thổ ứng cho ngũ tạng: tâm, can, tỳ, phế, thận, ứng cho ngũ vị: mặn, ngọt, chua, cay, đắng, ứng với ngũ sắc: xanh, vàng, trắng, đỏ, đen. Ngũ tạng là 5 thứ đều có tàng chứa tinh khí. Tinh khí là cơ sở hoạt động của thân mạng dưới sự thống lĩnh của tâm. Do vậy, ảnh hưởng của tâm đối với sanh mạng rất lớn. Những ai hồi hộp, lo âu, mất ngủ, tim đập nhanh, nói sảng, cười vu vơ, hôn mê v.v… phần nhiều là bệnh của tâm. Cho nên, tâm mất quân bình thì lục phủ ngũ tạng sẽ nguy khốn, sắc pháp nhợt nhạt, mặt sạm đen khô như củi.

Cho nên, mục tiêu của chúng ta tham dự khóa tu "Một ngày an lạc" là để đạt được cái tâm hiền thiện nuôi dưỡng cho sanh mạng ngày càng tươi tốt. Phật Pháp có 84 vạn pháp môn. Trong tất cả 84 vạn pháp môn ta thực tập pháp môn nào cũng được. Miễn là pháp môn đó giúp tâm an lạc làm lợi ích cho mọi người là được. Từ tâm thiện sanh ra phước. Có tâm

thiện rồi thì tất cả đều thiện. Tu một ngày an lạc để ta chuyển hóa thân tâm giúp cho gia đình hạnh phúc. Sống với Phật Pháp ta có sự an lạc. Nếu ta không an lạc thì bị cái tâm ích kỷ, cống cao ngã mạn thiêu đốt mình. Có người ngồi đây tu nhưng tâm lo nghĩ sợ ông chồng đẹp trai ở nhà đi chơi với người khác. Đó là ta bị cái tâm ghen tuông thiêu đốt mất rồi.

Do vậy, quý vị biết tất cả đều do nhân duyên, nghiệp lực vận hành. Nếu tâm không bình tĩnh thì sẽ hành động không tốt. Một người an lạc sẽ luôn thể hiện tâm từ, bi, hỷ, xã đối với người thân, bạn bè. Một ngày không an lạc là ngày đó ta đang đau khổ với chồng, đang phẫn nộ với con cái, thật uổng phí một ngày quý báu trong cuộc đời biết bao.

4. Lãnh đạo phải có tính trung thực

Ngay thẳng trung thực với mọi người. Pháp chân thật là món quà quý cho con người của chúng ta. Chân thật là bùa hộ mệnh. Nhà lãnh đạo thiếu pháp chân thật, trung thực sẽ không lãnh đạo lâu dài. Nhà lãnh đạo phải luôn ghi nhớ trong tâm tính trung thực, chân thật. Tâm chân thật và tâm thiện thường đi đôi với nhau. Người làm việc thiện không có điều gì phải che giấu hoặc dối trá.

Người Phật tử đã quy y rồi nếu không trung thực là phạm giới. Mất pháp chân thật này thì coi như ta đã chết rồi mà chưa chôn. Quý vị hãy tập sống chân thật. Người chân thật thường làm việc thiện, việc đúng, khi có lỗi họ biết nhận lỗi. Người không chân thật là người nói dối, là nói không đúng sự thật. Chính vì vậy tâm của người không chân thật rất mệt mỏi vì họ luôn đặt điều, vọng tưởng khởi mãi thì sắc pháp héo hon, đường tu của người ấy khó bền. Nếu người sống chân thật, tâm không lo lắng, sợ hãi, sắc pháp tươi thắm tự nhiên. Quý vị biết rằng càng có địa vị cao trong xã hội người ta càng có ý thức giữ gìn uy tín. Chữ tín hay nói khác đi là sự thật có sức mạnh lạ kỳ. Vì dù có che đậy thì sự thật bao giờ cũng là sự thật. Do vậy, tốt nhất là quý vị hãy sống chân thật, đừng sống quanh co, dối láo mà đánh mất niềm tin nơi người khác.

Trong 101 chuyện Thiền Nhật Bản có câu chuyện về thiền sư Bankei. Chuyện kể rằng sau khi thiền sư Bankei qua đời, một người mù sống gần Chùa của thiền sư nói với một người bạn: *"Bởi vì tôi mù, tôi không thể quan sát sắc mặt người ta nên tôi phải xét tư cách của họ qua giọng nói.Thường thì khi tôi nghe một người chúc mừng người khác về chuyện vui hay thành công nào đó, tôi cũng nghe một âm bí mật của ganh tỵ. Khi chia buồn với người khác về mất mát của họ, tôi cũng nghe cái thích thú và thỏa mãn, cứ như người chia buồn thật sự vui vì có cái gì đó để lại cho họ hưởng trong thế giới riêng của họ. Tuy nhiên, theo kinh nghiệm của tôi thì giọng nói của Bankei luôn luôn thành thật. Khi thiền sư bày tỏ hạnh phúc, tôi chẳng nghe gì khác ngoài hạnh phúc, và khi thiền sư bày tỏ buồn rầu tôi chẳng nghe gì khác ngoài buồn rầu.*"

Cho nên, nói chân thật là bùa hộ mệnh của mỗi chúng ta là vậy. Nếu khen thì khen thành thật, đừng khen dối. Khi dối láo, người bị hại đầu tiên là chính mình vì nó làm tổn thương chính nhân cách của mình, sau đó hại người vì ta cho người ăn bánh vẽ. Cho nên, im lặng là vàng, lời nói là bạc, nói thành thật là hột xoàn kim cương. Chúng ta sống thế nào để lời nói bên ngoài và suy nghĩ bên trong của mình là một. Dĩ nhiên, nếu tâm đang có suy nghĩ tăm tối, bất thiện thì không thể giả vờ sáng trong bên ngoài được. Cho nên, tâm phải thiện, phải lành, phải chân thật mới có khuôn mặt sáng rỡ, hiền hòa được.

Người có tâm chân thật và trung thực giống như đeo thêm đồ trang sức quý báu trở thành xinh đẹp lộng lẫy khiến cho ai cũng phải nhìn. Ông bà xưa nói: "Cái nết đánh chết cái đẹp" cũng là để ca ngợi giá trị đạo đức con người. Người nổi tiếng có địa vị, giàu sang, uy quyền nếu không có pháp trung thực, chân thật thì tự nhiên hình ảnh sẽ sụp đổ trong lòng công

chúng cũng như tự mình phế bỏ cuộc đời mình. Pháp chân thật, trung thực giúp cho người lãnh đạo chiêu cảm mọi người tự nguyện, trung thành đến với họ. Cha mẹ, chồng vợ, anh em… nếu đánh mất pháp chân thật, trung thực thì cuộc sống chung với nhau sẽ thiếu sự thông cảm, mất đi tình yêu thương.

Người Phật tử phải tu luyện để có pháp chân thật, trung thực trong tâm. Khi quy y rồi, trở thành Phật tử rồi phải nguyện có pháp chân thật trong tâm. Dù hình thức quý vị không đẹp nhưng trong tâm quý vị có pháp chân thật, trung thực thì mọi người luôn kính trọng quý vị, muốn gần gũi quý vị. Người ta nói có tiền mua đồng hồ nhưng không mua được thời gian. Có tiền đi bác sĩ nhưng không mua được sức khỏe. Ta không thể mua lòng trung thành mà chỉ có được nó bằng tình yêu thương chân thật mà thôi. Những ai sống giả dối sẽ không an vui vì cứ phải nghĩ ra thủ đoạn, đối phó, che đậy. Như vậy, trái tim ta sẽ mệt, ta không khỏe, không trẻ mà mau già, ta đi bác sĩ dài dài, cuối cùng ta cũng héo mòn thôi dù ta có đi thẩm mỹ viện sửa chữa nhan sắc hằng năm. Khuôn mặt của ta tươi đẹp là do tâm ta thiện, tâm ta chân thật.

Đi Chùa niệm Phật nhiều, ai cũng ngày càng đẹp tướng ra. Khuôn mặt đẹp, lời nói dịu dàng. Ngày xưa nói năng cộc cằn thô lỗ, một chút là gây gổ với người khác. Bây giờ tu nhiều nên sửa cái tâm cũng nhiều do vậy cái tướng cũng thay đổi. Quý vị hãy từ từ sửa đổi, từ từ tiến bộ rồi, từ từ thành Phật lúc nào không hay. Ở ngoài xã hội ta luôn gặp nhiều hạng người, còn ở Chùa ta học Phật Pháp, gần gũi bạn đạo giúp cho ta chuyển hóa thân tâm ngày càng tốt hơn. Khi nào quý vị chuẩn bị gian dối, chuẩn bị ác độc với ai đó thì hãy nghĩ rằng cuộc đời này ngắn ngủi, vậy gian dối làm chi, chết ta có mang theo được gì đâu. Vậy cho nên, chúng ta sống chân thật cho vui khỏe.

Trong truyện cổ có câu chuyện Đại đế Alexander nổi tiếng trước khi mất đã để lại chúc ngôn rằng: *Sau khi ta chết, điều thứ nhất là những người tẩm liệm thi hài phải là các danh y nổi tiếng. Điều thứ hai là quan tài phải đục hai cái lỗ để hai tay ta thò được ra ngoài. Điều thứ ba là ngày đưa tang phải rải vàng bạc châu báu hai bên đường đi.*

Nhiều người không hiểu tại sao vua lại có ý muốn những điều "không giống ai" như vậy. Nhà vua bèn giải thích. Điều thứ nhất, danh y tẩm liệm thi hài để cho mọi người thấy rằng tất cả những danh y tài giỏi về thuốc thang bậc nhất cũng bất lực trước cái chết của mọi người. Điều thứ hai là đục lỗ để đưa hai tay thò ra ngoài quan tài cho mọi người thấy rằng ta đến với thế gian này bằng hai bàn tay trắng thì nay ta ra đi cũng với hai bàn tay trắng, không có gì nắm theo được cả. Điều thứ ba là rải ngọc ngà châu báu hai bên đường để cho mọi người hiểu được vạn sự trong cuộc đời này "của thiên trả địa", đâu có cái gì là của ta.

Chúc ngôn của một vị đại đế thấm đẫm triết lý sâu xa cho ta suy gẫm về bản chất vô thường, khổ, vô ngã của đời người.

Do vậy, người Phật tử phải thiết lập pháp chân thật trong tâm dù trước mặt hay sau lưng, người ta đều sống chân thật. Trong đời sống vợ chồng cũng vậy, nếu đánh mất pháp chân thật và trung thực thì không khí gia đình sẽ nặng nề dẫn đến nguy cơ đổ vỡ gia đình.

Pháp chân thật là một trong sáu pháp lục độ để trở thành Phật. Nếu không chân thật ta không thành Phật tử tốt được vì chân thật là biểu hiện của đạo đức.

Phật tử phải thiết lập pháp chân thật. Trụ trì không có pháp chân thật sẽ mất đi sự tín nhiệm. Mỗi khi làm điều gian dối ta phải nhớ lời Phật dạy.

5. Lãnh đạo phải có pháp hòa nhã

Là phải có tính khí nhẹ nhàng, tránh xa kiêu căng, phỉ báng người khác, phải sống vui tươi, khoan thai, giản dị. Đức Phật dạy phải sống lục hòa, hòa nhã, sống hài hòa với mọi người. Quý vị phải tu một ngày an lạc, một tháng an lạc, một năm an lạc để tập cung cách hòa nhã. Nếu thấy người ta muốn hơn mình thì cho người ta hơn, muốn dạy đời thì cho người ta dạy đời luôn. Người tu 20 năm nhưng cũng có người mới tu hôm qua muốn dạy đạo, dạy thiền ta cho dạy luôn. Càng khiêm tốn ta càng yên thân. Con người ta giàu sang mà thể hiện phong cách không giàu thì người khác mới nể. Người ăn chay đi vào chỗ ăn mặn ta hòa hợp nhưng không hòa tan. Chúng ta thấy các bậc vĩ nhân càng nổi tiếng họ càng giản dị. Quý vị ở Tu viện Tường Vân tu một ngày an lạc, về sống gần gũi với mọi người, cho mọi người sự an lạc. Muốn độ ai phải sống gần người đó, sống hòa với người ta. Muốn sống hòa nhã phải có tâm đại bi bao dung. Tâm cao ngạo, khinh mạn không thể gần gũi, san sẻ với mọi người được.

Hòa nhã là một phương pháp tu tập. Ta tu "Một ngày an lạc," về nhà ông chồng nổi sân thì ta cứ thủng thẳng mà nói với ổng rằng: "Mỗi người mỗi tính." Ông chồng vẫn sân nhiều hơn thì ta thưa: "Nam mô Quán Thế Âm Bồ Tát, tâm mỗi người mỗi khác." Ông chồng vẫn sân nhiều hơn nữa thì ta kính cẩn: "Nam mô Đại Thế Chí mỗi người mỗi ý." Nếu ông chồng càng sân nhiều hơn nữa thì hãy nói: "Nam mô A Di Đà Phật, con làm cái gì cũng trật." Đó là cách tốt nhất để chiến tranh không xảy ra trong gia đình, giữ được bầu không khí bình yên cho cả nhà.

Lời nói thể hiện nội tâm. Nội tâm ta luôn ở trong chánh niệm thì khi giao tiếp ta sẽ luôn có thái độ hòa nhã, lời nói hòa nhã. Đó cũng chính là trình độ tu tập của người con Phật.

6. Lãnh đạo phải trừ bỏ nhục dục

Người lãnh đạo phải biết làm chủ mình, phải biết tiết chế. Người lãnh đạo phải biết những người chung quanh đang làm cái gì. Nhà lãnh đạo tốt biết mình nên làm gì, không nên làm gì, biết nên đến chỗ nào và không nên đến chỗ nào. Người tu hành đến phòng trà làm gì? Trong đạo, "Hổ ly sơn hổ bại, Tăng ly chúng tăng tàn''. Con hổ mạnh nhưng nếu nó bỏ rừng xuống thành thị nó sẽ bị giết. Ông thầy tu phải ở trong chùa. Xa rời hội chúng thì đời thầy tu cũng tàn theo, bị ma quỷ bắt mất.

Trong kinh điển Phật giáo có câu chuyện một ông quan được nhà vua tín nhiệm. Làm bất cứ việc gì nhà vua cũng tham vấn ý kiến của vị quan này. Trong triều đình, bá quan văn võ ai cũng nể phục vị quan tài năng và đức độ ấy. Nhưng đôi khi ông quan này nghĩ rằng: không biết người ta kính trọng, nể phục, thương mình, là do mình có những đức tính tốt hay người ta kính nể mình chỉ vì chức quan to. Nghĩ vậy, ông bèn muốn làm một cuộc trắc nghiệm. Trong triều có kho báu của nhà vua. Hằng ngày ông quan này đi qua đi lại để thăm dò kho báu của nhà vua. Một hôm ông quan này lẻn vào bên trong kho báu của vua ăn trộm một số của báu. Người ta bắt được ông với tang vật còn mang theo người. Quá thất vọng về một ông quan bấy lâu nay luôn được ngưỡng mộ, yêu mến, người ta thông tin cho tất cả mọi người biết về hành vi ăn trộm của ông quan và đòi vua phải xử tội ông quan này. Nhà vua rưng rưng nước mắt, hỏi ông quan rằng: "Tại sao khanh lại làm như vậy? Tất cả những gì khanh lấy trộm trong túi đây chẳng đáng là bao so với những gì ta đã cho khanh. Chỉ cần khanh nói cho ta biết hoặc chỉ cần một ánh mắt của khanh thôi ta cũng có thể biết khanh muốn gì và sẵn sàng ban cho khanh nhiều hơn thế nữa. Ta không hề tiếc với khanh bất cứ thứ gì nhưng sao khanh lại đi lấy trộm như vậy?" Ông Quan nói: "Tâu đại vương! Tội lỗi của hạ thần đáng chết. Vua cứ xử theo luật của triều đình. Hạ thần làm như vậy mới hiểu được lòng dạ con người rõ hơn. Qua việc này hạ thần có được một bài học là người ta thương mình, kính trọng mình, ưu ái mình vì những đức hạnh, nhân cách đáng quý của một

con người, chứ không phải do chức quan to của hạ thần. Ngày nay bệ hạ đã thấy được bản chất của sự việc. Nếu người ta kính trọng mình vì những phẩm hạnh cao quý thì một khi đánh mất những đức tính trong sạch đó thì mình cũng mất đi lòng kính trọng nơi mọi người.

Cũng vậy, một người xuất gia có uy tín nhưng nếu vi phạm lỗi lầm sơ đẳng của giới luật thì xuất gia cũng trở thành vô nghĩa. Một người có chức có quyền ở ngoài thế gian mà nếu đi sai đường lạc lối cũng đánh mất đi giá trị bản thân và chức quyền của họ.

Sở dĩ người ta thương kính ta là do ta có đạo đức nhân phẩm, biết tự chủ, có những đức tánh lành trong con người của ta. Đánh mất những điều đó ta sẽ bị tham ái đánh gục, cuộc đời ta sẽ trở thành vô nghĩa giống như lục bình trôi sông.

Chính vì vậy, người tu phải giữ giới luật. Giới luật tạo nên đạo hạnh cho người tu. Đánh mất giới luật người tu không còn giá trị nữa. Từng lời nói, từng hành động của người tu lúc nào cũng trong giới và luật, nghiêm túc, đứng đắn nhưng chuyển tải lòng từ bi, yêu thương, sự tôn trọng của ta đến với người khác. Giống như một giám đốc được nhân viên trong công ty kính trọng. Nhưng người này lỡ đánh mất nhân phẩm, đạo đức, nhân viên trong công ty không tín nhiệm nữa. Một nhà lãnh đạo của quốc gia nếu không biết tiết chế sẽ tự hủy hoại quyền lực cao quý, lòng kính trọng của dân chúng đối với mình. Quý vị lái xe, tự biết mình đang điều khiển chiếc xe, hai bên đường xe cộ đông đúc, nếu không chánh niệm tỉnh giác, không chú ý quan sát thận trọng thì khó lòng về tới nhà an toàn. Cuộc sống của chúng ta cũng vậy, mỗi người phải có trách nhiệm làm chủ mình, biết bổn phận mình làm cái gì. Tiết chế bản thân của mình ta sẽ trở thành nhà quản lý, lãnh đạo tốt.

7. Lãnh đạo phải có pháp vô sân

Vô sân là không nóng nảy, không giận hờn, không cau có, không tức giận vô căn cứ. Nếu người quản lý, nhà lãnh đạo có tánh tình sân si, cực đoan sẽ không bao giờ lãnh đạo tốt, quản lý giỏi được. Nóng nảy là khi tâm ta mất bình tĩnh dễ đưa đến những phản ứng tiêu cực. Sân là lúc cái ngã to đùng bị tổn thương. Ta là người trí thức có nhiều bằng cấp mà bị kêu là người ngu, tự nhiên nổi sân lên liền. Ta là người đẹp, là hoa khôi của trường mà bị chê là dáng đi xấu, mặt má bầu thì tự nhiên nổi sân trước những lời nhận xét như vậy. Mới đây báo chí đưa tin hai tỷ phú là anh em ruột thịt với nhau ở Ấn Độ vì bất đồng ý kiến trong việc chia gia tài nên đã nổi sân, thách nhau đấu súng. Kết quả cả hai anh em đều thiệt mạng.

Các Phật tử đến với Phật giáo là để học tinh hoa giáo lý của đạo Phật, để ứng dụng trong cuộc sống. Gia đình có an lạc, công ty có an lạc, xã hội mới có an lạc. An lạc thiết lập trong tâm ta. Cho nên, không sân là đức tính cần thiết nhưng không phải một ngày, một bữa mà ta tập không sân được. Ngày mới cưới, vợ chồng anh nói em nghe. Một thời gian sau, anh nói, em nói, hàng xóm nghe.

Đức Phật dạy, người không sân phải là bậc thánh A-la-hán. Tu là tập tâm không sân. Trụ trì có tâm không sân thì Chùa mới có tăng chúng đông, Phật tử nhiều. Chủ nhà không sân thì trên môi luôn nở nụ cười, đem bình an đến cho mọi người, ai xa rồi cũng lưu luyến nhắc đến hoài. Người không sân lúc nào mặt cũng tươi cười an lạc. Quý vị hãy cười nhiều hơn chút nữa. Răng cứng lưỡi mềm nhưng răng rụng trước lưỡi. Cho nên, ở đời cứng quá thì dễ gãy, dễ hư hỏng. Hãy sống vui vẻ, nhu thuận, mềm mỏng như nước, như gió. Ai sân nhiều, nổi giận nhiều, nét mặt rất hung dữ, lỗ hang nhiều, nếp nhăn nhiều, lời nói to, hành động thô lỗ. Có người đệ tử giận quá chửi thề, văng tục với thầy mình luôn. Đó là giây phút hiện thân của A tu la, ngạ quỷ. Người nóng "giận quá mất khôn" sẽ có những quyết định sai lầm. Ngạn ngữ xưa có câu: ‘’Đừng bao giờ giong buồm ra khơi khi trời bão’’. Khi ta giận dữ, mất tỉnh táo dễ có những hành động bất thiện làm mất tư cách đạo đức của con người. Tâm

bất thiện, độc ác thì mặt xấu xí, hung tợn. Cho nên, quý vị càng tu sẽ càng có tướng tốt, đẹp hơn vì năng lượng bình yên trong tâm lan tỏa, ánh mắt dịu hiền hơn, nụ cười ấm áp hơn.

8. Lãnh đạo phải có tâm vô hại

Con người nhiều mưu mô, xảo quyệt sẽ không làm lãnh đạo được lâu dài vì không có uy tín. Đạo Phật dựa trên nền tảng nhân quả nghiệp báo. Nếu người có tâm ác độc, xảo quyệt không bao giờ có uy quyền lâu dài được. Tâm mưu mô, xảo quyệt rất nguy hại cho cuộc đời tu hành của chúng ta vì nó kéo ta đi xuống cửa địa ngục. Người có tâm thiện là thấy ai thành công bèn vui với niềm vui của họ, gởi hoa, gọi điện thoại chúc mừng. Nếu có tâm thù ghét, hại người, nói xấu người, chà đạp nhân phẩm đạo đức của người khác làm sao có thể làm người quản lý, lãnh đạo được vì nhân quả nghiệp báo. Nếu ta có tâm hoan hỷ, an lạc, tâm vô hại sẽ tạo cho ta có uy quyền, khiến người khác tự nhiên kính trọng. Phật giáo dạy người nào có tâm hoan hỷ, cung kính lạy Phật, không có tâm hại người thì sẽ có uy quyền, có sức mạnh nội tâm, có oai lực và đạo hạnh chiêu cảm mọi người. Cho nên, đừng làm hại, đừng nói xấu người khác. Sự ganh ghét, đố kỵ, ích kỷ khiến ta dễ gây ra những hành vi bất thiện. Cho nên, càng tu quý vị càng phải nuôi dưỡng tâm thiện lành, tâm vô hại. Người không tu chân chính suốt đời sẽ không làm được trụ trì, vì làm trụ trì phải là người có tâm thiện vô lượng, có đạo đức sâu dày.

Trụ trì tốt sẽ giúp người ta tin Phật Pháp là tốt đẹp. Niềm tin đó là bước đi đầu tiên cho những ai muốn bước trên con đường giải thoát.

9. Lãnh đạo phải có tâm nhịn nhục, nhẫn nại

Nhịn nhục và nhẫn nại là pháp khổ hạnh tối cao. Chúng ta biết, sức mạnh của trẻ em là tiếng khóc, sức mạnh của phụ nữ là nước mắt, sức mạnh của sa môn là nhịn nhục và nhẫn nại. Người tu phải có pháp nhẫn nại trong tâm thì đi đâu, làm gì cũng thành công. Cho nên, người có tâm nhẫn nại, khiêm tốn ai cũng thương mến và nể phục. Ai hiểu lầm thì ta nói: Mô Phật con làm cái gì cũng trật. Từ bi hai chữ từ bi. Phật còn bị nạn huống chi thầy chùa.

Trong lịch sử, không phải lúc nào Phật đi đâu cũng được người ta tiếp đón, kính trọng, ủng hộ. Trong một lần, Đức Phật đi hoằng pháp bị thứ phi của vua Udena mướn người chửi mắng Phật 7 ngày 7 đêm. Đức Phật có mười hồng danh thì bà ta mướn người chửi Ngài bằng mười loại ngôn từ hạ tiện nhất, thô tục nhất. Nàng Chin-cha độn bụng vu oan cho Phật tại Chùa Kỳ Viên. Người của một tôn giáo khác giết một cô gái để vu xấu Phật Thích Ca.

Phật từng khuyên Ananda: *Như Lai là con ngựa chiến mỗi khi trở ngại thì Như Lai không chịu lùi bước và không ngần ngại lằn tên mũi đạn. Những người đang nguyền rủa Như Lai là những người đáng thương, cần có Như Lai tiếp độ nhất.*

Chúng ta là con của Phật, cuộc sống của chúng ta phải giống như Phật, bắt chước hạnh của Phật. Nếu ta bị đau khổ, bị thị phi, bị hiểu lầm thì hãy nhìn cuộc đời của Phật Thích Ca để tự an ủi mình, để có đủ nghị lực, dũng cảm vượt qua những trở ngại đó. Cuộc sống càng đau khổ, thăng trầm, thất bại sẽ giúp ta có kinh nghiệm, có nghị lực, biết thông cảm với những đau khổ của người khác. Cuộc sống bình lặng quá, êm xuôi quá đôi khi làm chúng ta nông cạn, hời hợt, xa cách với những người chung quanh. Đau khổ, nhục nhã, hiểu lầm thì ta dùng khiêm tốn, nhẫn nhục vượt qua mới thấy hiểu được Phật Pháp nhiệm mầu như thế nào.

10. Lãnh đạo không đối lập

Làm người lãnh đạo phải tránh thành kiến, nên đề cao hòa bình, trật tự. Ta nên sống với tâm tùy thuận. Đức Phật dạy tùy duyên. Sống tùy duyên là vui. Một ngày an lạc là sống tùy

duyên. Ở chỗ nào nếu thấy hết duyên thì ta đi. Chức vụ hết thì thôi không làm nữa, luyến tiếc làm chi cho "đường tăng". Con người sống căng thẳng, bức xúc sẽ bị bệnh. Bệnh tiểu đường phần lớn do trạng thái tâm lý bất ổn, do ăn uống không bình thường. Một ngày, một đêm an lạc, giúp chúng ta thoải mái nên quý vị hãy sống tùy duyên.

Cô kia có chồng theo vợ bé, cô đi Chùa than khổ, đòi ly dị. Qua đó, cô mới hiểu luân hồi nghiệp báo nhân quả. Nhờ có biến cố nên chúng ta hiểu được Phật Pháp. Cô kia đã nguyện như vầy: "Nguyện đem công đức này/ Hướng về khắp tất cả (trừ con vợ bé của chồng con ra)/ Đệ tử và chúng sanh/ Đều trọn thành Phật đạo.

Sự thật trong con người phàm phu luôn có chỗ cho lòng thù hận. Quý vị cũng nên thông cảm cho cái tâm phàm phu mê muội trong tham ái đó. Cho nên, người có tu khác người không tu ở chỗ có buông xả được lòng tham ái hay không.

Tu theo Phật giáo là tùy thuận và có tác ý. Thấy nghịch cảnh nhiều quá thì hãy tùy duyên, tùy thuận, đừng chống lại duyên. Hãy xả để được an vui. Đừng cố chấp dính mắc. Nếu lãnh đạo mà cố chấp, dính mắc nhiều quá ta sẽ không làm tròn được vai trò lãnh đạo.

Người lãnh đạo phải có tâm tốt, có tầm nhìn, có tầm tức là ăn uống, tổ chức tốt, tức là đưa ra định hướng tốt, có tiền làm phương tiện. Làm Phật sự đừng ngại không có tiền. Tổ chức tốt, tin nhân quả, tin có hộ pháp ủng hộ. Nhà lãnh đạo quốc gia, người quản lý công sở làm mọi việc vì lợi ích cho mọi người thì hãy tin sẽ có long thần hộ pháp ủng hộ.

Thập vương pháp là 10 pháp tốt đẹp dành cho người lãnh đạo. Khi thiết lập được 10 pháp này trong tâm thì người lãnh đạo sẽ đưa quốc gia, xí nghiệp, công ty, gia đình, ngôi Chùa phát triển một cách một cách thịnh vượng và bền vững.

HẠNH CON RÙA[47]

Quý Phật tử ai cũng biết tuổi thọ con rùa sống rất lâu, cho nên chúng ta thường phóng sanh rùa để cầu mong tuổi thọ của mình được tăng thêm. Đức Phật Ngài dạy con rùa có 5 đặc tánh:

- Lội trong nước và sống trong nước.
- Khi rùa nổi trên mặt nước nếu thấy có vật lạ thì rùa lập tức lặn xuống nước.
- Lúc rùa trồi lên mặt nước mà không thấy có vật gì lạ, rùa sẽ bò lên bãi cát , chỗ đất trống, nơi cao ráo để nằm phơi ánh nắng mặt trời.
- Có những tháng rùa bươi đất thành hang và chui vào ở trong đó .
- Khi rùa đang bơi lội hay đang bò trên đất mà gặp người, gặp thú hoặc nghe tiếng động lớn thì ngay lập tức rùa thụt 4 chân và đầu chui vào mai để ẩn mình.

Đây là 5 đức tánh đặc biệt của con rùa. Trong 5 đặc tánh đó, Đức Thế Tôn Ngài dạy cho người Phật tử những pháp môn cần phải học để được tiến bộ trên con đường giác ngộ. Tại sao Đức Phật dạy:

1. Đặc tánh thứ nhất là con rùa lội trong nước.

Quý vị biết rằng nước là tượng trưng cho sự mát mẻ. Con người chúng ta không thể nào thiếu nước. Thiếu nước chúng ta sẽ chết. Cho nên, nước rất cần thiết cho sự sống của con người. Cũng vậy, con rùa sống và bơi lội trong nước vì nước là sự sống, là mát mẻ, rùa không có nước thì rùa sẽ chết. Đức Phật ngài dạy người tu chúng ta cần có tâm từ, bi, hỷ, xả, đó chính là chất nước cam lồ rất cần thiết cho chúng ta. Nếu người tu mà thiếu những tâm từ bi hỷ xả thì sẽ héo hon, khô cằn và cuộc sống vô cùng tẻ nhạt. Qúy vị nào có tu tập, áp dụng tâm từ trong đời sống thì mới thấy được sự quý báu của nó. Trong gia đình, người mẹ thiếu tình thương đối với con, thiếu lòng từ bi, hỷ xả đối với chồng và những người chung quanh thì gia đình đó sẽ buồn chán, không khí sẽ luôn căng thẳng, nặng nề. Còn nếu mọi người sống với nhau trong tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả thì gia đình đó sẽ đầm ấm chan hoà, đầy ắp tiếng cười, niềm vui, con người yêu thương, tự tại. Cho nên, có câu thơ: "Tâm từ rải khắp bốn phương, Tâm bi rải khắp mười phương chan hoà. Lòng người nở vạn đoá hoa. Từ bi vô ngã chan hoà tình thương''. Lòng từ trong Phật giáo được Đức Phật Ngài giảng giải với nghĩa ý rất sâu. Nếu mình thương những người trong gia tộc của mình mà không thương những người ở ngoài gia tộc thì coi như mình chưa ứng dụng được tâm từ như Phật dạy. Tâm bi, tâm hỷ, tâm xả cũng vậy. Mình thương những người Việt Nam mà mình không thương những người ngoài đất nước Việt Nam thì cũng như chưa có được tứ vô lượng tâm như lời Phật dạy. Cho nên Phật tử muốn thực hành tứ vô lượng tâm phải tập từng bước. Trước nhất biết thương bản thân, thương gia đình, thương những người cùng tính dân tộc như chúng ta, thương cả những người không cùng một đất nước. Có như vậy tình thương của chúng ta mới từ từ nhân đôi, nảy nở thêm lên. Trong kinh Phật dạy, người có tâm từ thì được rất nhiều lợi ích. Lợi ích thứ nhất là khi ngủ được an vui, khi thức cũng được an vui. Vì mình sống mà không hận thù ganh ghét, sân si tật đố thì không có gì phải lo lắng, sợ hãi. Ngoài ra, người có tâm từ luôn được chư thiên hộ trì vì họ là bóng mát đại thụ cho những người chung quanh. Người có tâm từ thì khi họ đi, đứng, nằm, ngồi đều toát ra một vẻ đẹp thanh tao về hình tướng, ánh mắt, nụ cười, lời nói của họ luôn đem lại sự hoan hỷ, bình yên cho người khác. Và người có tâm từ thì được những loài phi nhân quý mến, những người sống chung quanh cũng kính trọng. Người có tâm từ khi chết, tâm

[47] Bài pháp này giảng tại chùa Kỳ Viên - Quận 3 - TP. HCM.

không bị bấn loạn và sẽ sanh về cõi phạm thiên. Cho nên, quý vị thấy, hình ảnh miêu tả cõi phạm thiên luôn có hình chư thiên chạm khắc bốn mặt tượng trưng cho từ, bi, hỷ, xả. Người tu tập được tứ vô lượng tâm thì sau khi chết, cõi Phạm thiên sẽ mở cửa đón tiếp người đó. Quý vị biết đời sống ở cõi phạm thiên có tuổi thọ rất dài lâu, tức là không tính theo một kiếp, hai kiếp bình thường như chúng ta nghĩ mà tính bằng kiếp của quả địa cầu. Trở lại nói về hình ảnh con rùa nó sống trong nước, bơi lội trong nước, nhẹ nhàng mát mẻ thì người tu chúng ta cũng cần có tâm mát mẻ để cho người khác được mát mẻ theo.

2. Đặc tánh thứ hai của con rùa là khi bơi lên mặt nước mà nếu thấy có động tỉnh, thấy có vật lạ thì nó lập tức lặn xuống nước.

Người tu cũng vậy, thấy chỗ nào phiền não thì phải biết tránh né. Phiền não bắt nguồn từ lòng tham sân si, bỏn xẻn của chúng ta. Biết người có tâm đầy ác ý, ganh tị, tâm luôn cấu uế phiền não mà chúng ta vẫn gần gũi, lui tới thì sớm muộn gì chúng ta cũng giống như họ, sẽ đi vào con đường xấu như họ. Cho nên, xa người ác, gần người lành đó là con đường tối thượng của kẻ trí. Nếu chúng ta gần gũi những người đê tiện, độc ác thì chúng ta cũng sẽ bị ảnh hưởng. Người xưa từng nói: "Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng". Và những nhà triết lý phương Tây cũng từng đặt câu hỏi: Hãy cho tôi biết bạn của bạn là ai, tôi sẽ nói bạn là ai. Khi người ta hỏi, quý vị nói: Dạ, tui chơi với cậu Mít, cô Ổi, chú Xoài, bà Mận… Nếu những người đó tánh tình hiền lành, thân thiện, giúp đỡ mọi người, vui vẻ, hòa đồng, hiếu thảo thì mình ít nhiều gì cũng có những nét tương đồng như thế mới làm bạn với họ và họ mới làm bạn với mình. Ngược lại, nếu những người đó tâm tánh cộc cằn, thô lỗ, ích kỷ nhỏ nhen, tham lam, độc ác thì bạn của họ cũng phải có nét giống như vậy mới chơi được. Qúy vị nên biết mình làm bạn với người nào là do hợp duyên, hợp nghiệp, hợp tánh tình, chung sở thích mới chơi với nhau được. Cho nên, Đức Phật Ngài dạy có hai cách để đoạn trừ phiền não, một là tu tập, hai là né tránh. Trong cuộc sống hằng ngày, phiền não phát sanh lên từ tâm tham, tâm sân, tâm si. Phiền não luôn phát sanh từ trong tâm thức của chúng ta, từ quan niệm nhận thức của chúng ta, từ trong mái chùa của chúng ta, trong những sinh hoạt của chúng ta. Mà phiền não thì phát sanh lên bất cứ lúc nào, bất cứ ở đâu. Tâm chúng ta từ bi hỷ xả thì ta từ bi hỷ xả, tâm chúng ta cấu uế ô nhiễm thì chúng ta cấu uế ô nhiễm. Ở nhà chúng ta bị phiền não chi phối, vào chùa chúng ta cũng bị phiền não chi phối. Đôi khi chúng ta muốn xa lánh phiền não ở chùa nên muốn vào rừng tu một mình cho thanh tịnh. Nhưng thực ra, cho dù khi đã ở trong rừng một mình, cho dù chúng ta chỉ chơi với loài khỉ thôi thì chúng ta cũng vẫn tràn đầy phiền não. Vì phiền não ở trong tâm có đoạn trừ được đâu? Bản chất cái tâm của chúng ta là tham lam, ganh tỵ, bỏn xẻn nên chúng ta không tu tập để đoạn trừ mà chỉ trốn tránh, thì dù chúng ta đi đâu, ở bất cứ ở nơi nào, cái tâm phiền não đó cũng còn nguyên xi đó làm ta đau khổ. Mái ấm gia đình này, bố mẹ, anh chị em đây, bạn bè thân quen kia….tất cả gần gũi, quen thuộc quá mà ta còn không sống gần được, không sống vui được thì làm sao đi đến nơi khác chúng ta không có phiền não. Nếu mà chúng ta từ bỏ chỗ này đi đến chỗ khác để tìm sự an vui mà không biết bỏ xuống cái cục phiền não ở ngay trong tâm mình thì chắc chắn chúng ta sẽ đi hoài, đi mãi. Tâm phiền não ngày này qua ngày khác cũng y chang vậy thôi. Ngôi chùa này chúng ta sống không được, chúng ta đi tìm một ngôi chùa khác. Chúng ta sống ở đâu cũng không được là do chúng ta bị phiền não làm cho khổ, mà phiền não phát sanh từ tình thầy trò, tình huynh đệ, tình bạn đạo với nhau. Không biết kềm chế, không biết nhẫn nại, chúng ta cứ mong đi tìm một nơi thanh thản, bình an để tu nhưng mà khi chúng ta đi đến nơi tưởng là thanh thản bình an đó, thì phiền não cũng có dịp phát sanh. Mà nếu chổ nào ta cũng từ bỏ chớ không nhẫn nại để khắc phục khó khăn thì ở đời này sẽ không có nhiều chỗ cho chúng ta sống. Cố Nhạc sĩ Trịnh Công Sơn đã có những ca từ rất ấn tượng: "Bao nhiêu năm rồi còn mãi ra đi, đi đâu loanh quanh cho đời mỏi mệt, trên hai vai ta đôi vầng nhật nguyệt, rọi xuống trăm năm một cõi đi về". Cho nên,

Đức Phật dạy rằng phiền não phát sanh lên chỗ nào, chúng ta chặt đứt ngay tại chỗ đó. Nhiều khi quý vị Phật tử suy nghĩ rất đơn giản. Ví dụ như trong nhà gặp nhiều khó khăn quá, phiền não quá, chán chường quá thì chúng ta tìm đến chùa để trốn. Rồi khi thấy hình ảnh chư tăng ung dung, thanh thản, chúng ta bèn muốn vào chùa bắt chước tu. Muốn trốn đau khổ để tìm kiếm một phần nào an vui, hạnh phúc trong đời sống xuất gia. Nhưng sống ở nhà, phiền não chúng ta không chấm dứt, chúng ta vào chùa mượn lời kinh tiếng kệ, gỏ chuông gỏ mõ để tìm quên chỉ là một cách chạy trốn tiêu cực mà thôi. Nhiều khi ở nhà chúng ta không nhẫn nại được thì ở trong chùa còn khó hơn ở nhà, làm sao chúng ta nhẫn nại được. Cho nên, phiền não phát sanh trong cõi tâm thì chúng ta phải diệt phiền não ngay nơi đó. Và Đức Phật dạy một là chúng ta phải tu tập để đoạn trừ, hai là chúng ta phải tránh né. Như thế nào là tránh né? Là khi tiếp xúc với một người mà thấy họ đem lại sự vui vẻ, thoải mái thì chúng ta hãy gặp gỡ để cho tâm chúng ta nảy sinh bác ái, trí tuệ, an lạc, hạnh phúc. Còn chúng ta thấy tiếp xúc với người này, người kia mà họ đem đến sự bực bội, phiền phức, ví dụ gặp ác tri thức rủ đi nhậu thì tốt hơn hết chúng ta tránh né. Gặp người nào ác khẩu, nói lời thêu dệt, chia rẻ thì chúng ta né. Cho nên, chúng ta hãy biết dùng những lời nói êm đẹp mang lợi lạc cho người để không phát sanh phiền não. Còn những lời nói nào mà biết sẽ gây bất lợi cho người, có hại cho mình, gây chia rẻ trong đại chúng, làm đau khổ người thân thì chúng ta không nói để không phát sanh phiền não. Hình ảnh con rùa thấy có vật lạ bèn lập tức lặn xuống nước, ẩn mình trong nước đã dạy cho chúng ta một bài học vô cùng sâu sắc về sự nhẫn của người xuất gia có trí huệ vậy.

3. Đức tánh thứ 3 của con rùa là khi nổi lên mặt nước, nếu không có nghe động tịnh gì, thấy cảnh vật êm ả thì rùa nhẹ nhàng bò lên mặt đất thưởng thức ánh sáng của mặt trời và những giây phút bình yên.

Đức Phật Ngài dạy, cũng vậy, khi tâm của hành giả tập trung an tịnh thì chúng ta phải quán chiếu tu tập tứ chánh cần. Tứ chánh cần là gì? Là chúng ta cố gắng đoạn trừ ác pháp chưa phát sanh và cố gắng đoạn trừ các ác pháp đã phát sanh. Ví dụ thân không sát sanh, không tà dâm; Khẩu không nói dối, không nói đâm thọc, không nói lời độc ác; Ý không tham, không si. Nếu những ác pháp chưa phát sanh thì đừng cho nó phát sanh. Nếu những ác pháp nào đã phát sanh trong tâm của ta thì Đức Phật ngài dạy là phải tu tập để đoạn trừ nó. Còn những thiện pháp nào chưa phát sanh thì mình phải tu tập để làm cho nó tăng trưởng. Những thiện pháp nào đã phát sanh rồi thì mình phải duy trì nó bền vững, liên tục. Thế nào là thiện pháp? Thiện pháp là không sát sanh, không nói dối, không tà dâm, không uống rượu, không trộm cắp, bố thí, trì giới, tham thiền v.v… Đó là những thiện pháp chúng ta cần tu tập, gìn giữ, phát huy. Đức Phật dạy khi con rùa nổi lên mặt nước rồi nhưng nếu thấy không có động tịnh nguy hiểm gì nó sẽ bò lên khỏi mặt nước, dừng lại ở bờ đá hoặc bãi cát để phơi mình đón ánh nắng mặt trời ấm áp. Người tu chúng ta ứng dụng quán chiếu, thực hành tốt thì tâm cũng vắng lặng, bình yên, lúc đó chúng ta nghĩ đến việc tu tập tứ chánh cần. Còn nếu tâm chúng ta bận rộn vì đời sống kinh tế, tâm bị cấu uế, phiền não, bị những suy nghĩ hẹp lượng, đê hèn, ganh tỵ, bỏn xẻn, tham lam hành hạ tâm thức của chúng ta, làm cho tâm thức của chúng ta mê muội, tăm tối thì không thể nào chúng ta phát triển được thiện pháp.

4. Đặc tánh thứ 4 Đức Phật ngài dạy con rùa có những tháng nó tự đào hố chôn mình.

Cái hố này ở đây Đức Phật ngài dạy, người tu muốn giải thoát và giác ngộ thì phải từ bỏ tài sắc, lợi danh. Khi từ bỏ tài sắc, lợi danh khép mình trong khuôn khổ giới luật thì chúng ta mới giải thoát và giác ngộ. Cho nên, một là niết bàn, hai là luân hồi, hành giả tùy chọn. Nếu còn luân hồi thì còn gặp gỡ. Còn gặp gỡ thì còn đau khổ, phiền não. Cho nên muốn chấm dứt luân hồi, đau khổ thì hành giả phải từ bỏ tài sắc, lợi danh tu trực chỉ đến bờ giác ngộ. Còn bây giờ chúng ta tu mà vừa muốn niết bàn vừa muốn luân hồi thì tâm ta vừa rung vừa động. Tâm của bậc A-la-hán không rung không động. Tâm hoàn toàn vắng lặng cấu uế phiền não.

5. Đặc tánh thứ 5 của con rùa là khi đang bò đi nếu thấy có người, có con thú hoặc nghe tiếng động to lớn thì 4 cái chân và đầu của con rùa liền rúc vào cái mai để ẩn náu.

Quý vị biết cái mai của con rùa rất cứng. Ví dụ trái dừa khô có rớt thì cũng chỉ rớt trúng cái mai thôi chớ khó rớt trúng cái đầu con rùa. Trong trường hợp này dĩ nhiên con rùa vẫn sống. Đức Phật dạy, cái mai rùa phòng hộ và bảo vệ cho con rùa. Trong kinh nói, những cầu uế của phiền não là đại hoạ của người tu. Người tu muốn khắc phục những đại họa lớn là tâm phiền não (tâm phiền não hay còn gọi là tâm ma vương) thì phải phòng hộ và bảo vệ (giống như con rùa là chui vào mai để dấu mình đi) bằng cách thu thúc lục căn. Nếu không thu thúc lục căn thì chúng ta sẽ bị đau khổ. Người tu sĩ xuất gia hay cư sĩ tại gia muốn tu hành giác ngộ đắc đạo phải thu thúc lục căn cao độ, tức là mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, mỗi hành động của lục căn khi tiếp xúc lục trần, chúng ta phải thu thúc. Các vị Alahán, Phật Độc Giác, các vị Chánh đẳng Chánh giác luôn luôn thu thúc lục căn trong đời sống. Người không thu thúc lục căn sẽ dễ sa vào bẫy của ma vương. Đức Phật dạy muốn thu thúc lục căn tốt thì phải có chánh niệm tỉnh giác cao độ. Có câu chuyện xa xưa kể rằng vào thời Đức Phật Độc Giác, Ngài khuyên Hoàng tử và 4 tên đại thần của vua Baranasi, trong một lần các vị này đặt bát cúng dường Ngài trước khi họ đi xa: "Các con muốn thành công và đạt cương vị cao nhất của quốc gia thì phải thu thúc lục căn cao độ. Vì các con sẽ có một chuyến đi xa, rời bỏ hoàng cung 10 ngày đến biên thùy chinh chiến vì giặc đã xâm chiếm bờ cõi". Sau khi chiến thắng quân giặc xâm lăng, Hoàng tử và các vị đại thần đang trên đường trở về thì gặp một đám dạ xoa nữ xinh đẹp lộng lẫy. Qúy vị biết dạ xoa là một thế giới vô hình, thực phẩm của dạ xoa là thân người và các loài thú. Dạ xoa muốn ăn thịt hoàng tử và các vị đại thần nên đã biến hoá cho hiện ra một cung điện ở giữa rừng sâu có nhiều nữ dạ xoa nhan sắc đẹp đẽ. Do lâu ngày xông pha chinh chiến nên những người trong đoàn của Hoàng tử bữa đói bữa no. Khi thấy cung điện sang trọng, mỹ nữ yêu kiều đón tiếp niềm nở thì các vị trong đoàn của Hoàng tử rất vui mừng, thích thú, ăn uống, rượu thịt không ngừng. Hoàng tử là tiền thân của Bồ Tát, lúc nào ngài cũng chánh niệm tỉnh giác, thu thúc lục căn nên tuy có dừng chân ghé vào cung điện nhưng hoàng tử rất tỉnh táo, dạ xoa không cám dụ dỗ được. Còn 4 vị đại thần kia do không nghe lời dặn dò của vị Phật Độc Giác, do không kềm chế được lòng tham, trong chớp mắt, tất cả bị dạ xoa ăn thịt, chỉ còn là một đống xương tàn trong rừng sâu. Sau đó, Hoàng tử ra đi, Dạ xoa dùng lời than tiếng khóc năn nỉ Hoàng tử ở lại nhưng người một lòng một dạ khăn gói lên đường. Ngày hôm sau, khi hoàng tử mệt lả trên đường đi thì dạ xoa lại tiếp tục biến hoá ra một cung điện lộng lẫy giữa rừng và cũng tiếp tục khóc lóc năn nỉ người ở lại. Hoàng tử vẫn cương quyết từ giả ra đi, nhất định không chịu ở lại trong cung vàng điện ngọc với mỹ nữ Dạ xoa. Nhưng khi vua Baranasi thấy Hoàng tử ở giữa rừng sâu với người con gái kiều diễm thì nhà vua đem lòng thương người con gái đó (vốn là dạ xoa) và tưởng rằng đó là người thân quen của Hoàng tử. Nhà vua đưa người con gái đó về cung mở tiệc linh đình và cho làm thứ phi. Truyện kể rằng trong bữa tiệc đó cả triều đình bị dạ xoa ăn thịt hết, khi đó dân chúng ngoài thành biết rằng người mà nhà vua đưa lên ngôi thứ phi là ma nữ dạ xoa. Sau này, dân chúng thấy hoàng tử là người có đức tánh trượng phu, dũng cảm đánh giặc đem lại bình yên cho đất nước, họ suy tôn hoàng tử lên ngôi Vua. Câu chuyện nhắc quý vị một bài học: Tài sắc, lợi danh là con đường nguy hiểm dẫn đến tội lỗi, dẫn đến con đường phi phạm hạnh. Đức Phật Ngài dạy phải thu thúc lục căn để không bị tài sắc, lợi danh chi phối. Tài sắc, lợi danh giống như mật ong. Mật ong thì thật là ngọt. Mật ong mà đem trét lên trên cái mũi dao thì thực sự nguy hiểm. Muốn nếm chút mật ngọt trên đầu lưỡi dao có khi phải trả bằng tánh mạng. Đức Phật luôn dạy người tu muốn giữ gìn phạm hạnh, muốn thoát khỏi sự quyến rũ của tài sắc, lợi danh thì phải thu thúc lục căn. Còn nếu chúng ta bị lục căn chi phối, làm nô lệ cho tài sắc, lợi danh thì cũng giống như đứa trẻ nhỏ ao ước nếm mật ong trên mũi dao nhọn, chắc chắn sẽ bị đứt lưỡi. Trong cuộc sống, tất cả chúng ta đều là phàm phu tục tử, vì cơm áo gạo tiền, chúng ta

bị tài sắc lợi danh vây hãm đến mê mờ. Nhưng bài học Đức Phật đưa ra để cho chúng ta thấy tài sắc, lợi danh nào dẫn đến sự tổn thương người khác, làm tổn hại phạm hạnh của mình thì những tài sắc, lợi danh đó cần phải giảm thiểu. Cho nên, ở trong cái có tất cả, ví dụ có tài, có tình, có danh, có lợi, có địa vị mà quý vị biết bỏ xuống là một điều rất khó khăn. Còn người không có gì cả để rồi bỏ tất cả thì rất là dễ. Những ai có chồng, có vợ, có con, có sự nghiệp, của cải, có tất cả mà dám bỏ tất cả để phát triển đời sống phạm hạnh là vô cùng khó. Phật Thích Ca sở dĩ được thế giới và nhân loại ca tụng ngưỡng mộ là vì Ngài có tất cả và dám bỏ tất cả. Ngài có vợ, có con, có cung phi mỹ nữ, có quyền lực, quyền đó là quyền muốn ai chết là người đó phải chết nhưng ngài đã bỏ tất cả để đi tìm con đường cao thượng là ly tham, ly sân, ly si, là con đường đạo đức cao đẹp cho nhân loại noi theo.

NHÂN QUẢ[48]

Trước thời Đức Phật Thích Ca chúng ta thành đạo, trên thế giới đã có nhiều lý thuyết về con người và vũ trụ, trong đó có hai thuyết thường kiến và đoạn kiến.

Thường kiến "kiến giải chấp sự thường hằng" cho rằng con người sau khi chết sẽ tồn tại ở một điểm nào đó, ở một không gian, thời gian nào đó, tức là nó không mất hẳn đi mà nó tồn tại dưới một hình thức khác.

Đoạn kiến "kiến giải chấp sự đoạn diệt" quan niệm sau khi chết là hết, không còn gì nữa. Từ quan niệm đó, con người hiện hữu trong đời mặc tình làm những điều tội lỗi, mất đạo đức.

Hai lý thuyết thường kiến và đoạn kiến có trước thời Đức Phật Thích Ca. Nhưng sau khi Đức Phật thành đạo dưới cội bồ đề, ngay trong buổi sáng Ngài đắc Túc mạng minh, Ngài thấy biết các tiền kiếp vừa qua của chính Ngài và các tiền kiếp của những chúng sanh khác. Ngài quán chiếu thấy được rằng Ngài có cha mẹ, có anh em, có bà con quyến thuộc. Rồi Ngài quán chiếu các kiếp lâu xa hơn nữa, thấy biết rằng Ngài cũng có cha mẹ, có anh em, dòng họ, Ngài biết sanh ở quốc gia nào, thuộc giai cấp nào, dòng họ quý tộc hay dân thường.

Như vậy, với sự chứng đắc Túc mạng minh, Đức Phật đã làm đảo lộn các lý thuyết có trước đó về con người và vũ trụ.

Luân hồi là giáo lý cao siêu do một vị Giác Ngộ tuyên thuyết sau khi quán chiếu được sự đau khổ của vô lượng chúng sanh. Còn đối với chúng ta, những hàng xuất gia, đệ tử của Đức Phật, đệ tử của giáo pháp thì chúng ta chỉ trùng tuyên lại để thấy rõ giáo pháp, thấy rõ thực tướng của kiếp người, của con đường giác ngộ để từ đó chúng ta tinh tấn trên con đường tu tập giải thoát. Cho nên, giáo lý luân hồi, một giáo lý cao siêu mà chỉ có bậc giác ngộ mới thấy được.

Luân hồi tiếng Phạn gọi là sansara. Luân nghĩa là bánh xe, hồi nghĩa là quay chuyển. Luân hồi, nghĩa là bánh xe quay chuyển liên tục không ngừng. Với đôi mắt giác ngộ, Đức Phật nhìn thấy chúng sanh bị luân hồi như cái bánh xe, cứ quay vòng, quay vòng không dứt. Ngài dạy cho chúng ta biết rằng tất cả sự vật, hiện tượng trong thế gian muôn đời phải chịu sự chi phối của định luật luân hồi. Ví dụ bình hoa để trên bàn trước mặt chúng ta đây. Trước khi nó là cái bình hoa xinh đẹp như thế này thì nó phải bắt đầu từ cục đất sét. Đất sét vốn mềm dẽo dễ uốn nắn thành các vật như ý muốn. Rồi sau khi người thợ gốm nhào nặn đất sét thành cái bình hoa, ngày xưa thì đem phơi nắng, ngày nay thì nó được đem vào lò nung với cường độ lửa thích hợp. Khi đất sét đã "cứng cáp" nó được đem ra khỏi lò, rồi nó được phủ thêm một lớp men, người thợ vẽ lên đó những hình ảnh chim muông, hoa lá, tô điểm cho bình hoa thêm đẹp. Đó là nói sơ qua quá trình hình thành cái bình hoa, từ một cục đất sét luân chuyển thành một vật dụng trong đời sống hằng ngày của chúng ta. Ngày nào đó, bình hoa này sẽ rơi xuống bể nát vụn hoặc lâu ngày nó trở nên cũ kỹ thì người ta vứt nó đi. Lúc này cái bình hoa sẽ tan rã theo thời gian, lại trở thành đất, thành tro bụi. Tro bụi này biến thành một loại chất nuôi dưỡng cho cây cối lớn lên.

Như vậy, quý vị thấy mọi sự vật được chuyển hóa từ một dạng thức này sang một dạng thức khác, nó không mất đi. Một ví dụ khác nữa mà có lẽ nhiều người trong số quý vị ngồi đây biết

[48] Bài Pháp này Tiến sĩ – Đại đức Thiện Minh thuyết giảng tại chùa Kỳ Viên, Quận 3, TP. Hồ Chí Minh.

rất rõ. Đó là vòng luân hồi của nước. Hay nói cách khác, đó là sự tồn tại và vận động của nước trên mặt đất, trong lòng đất và trong bầu khí quyển của trái đất.

Ánh sáng mặt trời làm nóng nước biển và làm chúng bốc hơi vào trong không khí. Những dòng khí bốc lên đem theo hơi nước vào trong khí quyển, gặp nơi có nhiệt độ thấp hơn, tức là lạnh hơn thì hơi nước biến thành những đám mây. Mây rơi xuống thành mưa. Mưa chảy vào sông, rồi từ đây chảy ra biển. Mưa cũng thấm xuống dưới đất tạo thành dòng chảy ngầm nuôi dưỡng cây cối. Mưa cũng biến dạng thành băng tuyết và tích lại thành những núi tuyết. Mưa cũng biến thành băng hà có thể giữ nước đóng băng hàng nghìn năm. Ở khu vực Tây Tạng có núi tuyết Everest cao 8.850 mét. Mỗi năm, du khách khắp nơi trên thế giới đến tham quan núi tuyết rất đông. Như vậy, quý vị biết hạt mưa có thể quay trở lại đại dương, nơi mà nó bắt đầu ra đi dưới dạng hơi nước và rồi nó hòa vào dòng chảy bao la của biển cả. Nước luôn vận động và chuyển từ trạng thái này sang trạng thái khác. Nó luôn kết thúc và lại bắt đầu như thế. Do vậy, vòng luân hồi của nước đã và đang diễn ra từ hàng tỷ năm qua và tất cả cuộc sống trên trái đất đều phụ thuộc vào nước. Chúng ta chắc chắn không thể sống được nếu không có nước.

Qua những ví dụ trên, quý vị thấy những sự vật hiện tượng chung quanh chúng ta đều chịu sự chi phối của định luật luân hồi.

Về phương diện nhân quả, nghiệp báu, luân hồi, Đức Phật nói: Con người chúng ta đau khổ vì luân hồi trong tam giới càn khôn vũ trụ bao la này. Tam giới là chỉ cho lục đạo, nói nôm na là 4 cõi khổ và 2 cõi sướng. Bốn cõi khổ là địa ngục, súc sinh, ngạ quỷ, a tu la. Hai cõi tạm gọi là sướng là cõi người, cõi trời. Đức Phật dạy do ngũ giới chi phối làm cho chúng ta thành người sang trọng hay người thấp hèn. Nếu ngũ giới chúng ta giữ trong sạch thì sau khi hết kiếp người, chúng ta sẽ tái sanh trở lại cảnh giới người và trời. Ngược lại, ai phá giới sẽ sa đọa vào 4 đường ác đạo. Người có tánh nóng nảy sẽ sa đọa vào địa ngục vì do tâm si mê nên tạo nhiều việc bất thiện.

Ngạ quỷ có 21 hạng. Đức Phật dạy, trong đó duy nhất hạng ngạ quỷ Paradattupajīvika mới thọ lãnh được phước của thí chủ hoặc thân bằng quyến thuộc hồi hướng cho. Còn lại 20 hạng ngạ quỷ kia thì không được thọ lãnh bất cứ phần phước nào vì trước kia làm người tham lam, bỏn xẻn, keo kiệt. Cũng do lòng tham lam, keo kiệt, do hành động này họ tái sanh làm ngạ quỷ. Loài ngạ quỷ có nhiều vô số kể, luôn ở quanh quẩn tại ngã tư, ngã ba đường hoặc ngay trong nhà chúng ta. Có người ngủ thức dậy nói nằm thấy ma, thấy quỷ…thực ra đó là loài ngạ quỷ trong kiếp luân hồi của nó.

Cho nên, trước khi chết, nếu chúng ta còn luyến tiếc trú xứ, vàng bạc châu báu, gia đình vợ con, công danh sự nghiệp… thì sẽ rơi vào hạng ngạ quỷ này. Đức Phật dạy khi trong gia đình có người sắp chết đang hấp hối hoặc vừa chết, con cháu đừng nên khóc lóc, vì như vậy sẽ làm cho tâm thức người kia lưu luyến, uất ức mà không "đi" được. Dĩ nhiên, trong cuộc sống, hằng ngày chúng ta tạo những điều bất thiện thì nhân nào quả nấy thôi. Ông bà thường nói: "Ta đi với nghiệp của ta, dù cho tốt xấu tạo ra tự mình".

Atula có 3 hạng là: Deva asura, Petti asura và Niraya asura, đó là chư thiên atula, ngạ quỷ atula và atula ở địa ngục.

Sư đã từng kể cho quý vị nghe câu chuyện người phạm bát quan trai giới, do có hạnh tu, mà lại phá giới, cuối cùng người đó sanh làm Deva asura nghĩa là chư thiên ngạ quỷ. Người đó ban ngày làm quỷ, ban đêm làm tiên. Quý vị biết là người có tâm nóng nảy thì làm cái gì cũng nóng vội. Làm việc thiện, giúp đỡ ai, cái gì cũng làm thiệt nhanh. Đồng thời thấy cái chi sai quấy thì cũng nóng vội tìm mọi cách để đem lại sự công bằng. Cho nên, đôi khi để bênh vực người này, người kia thì người nóng nảy cũng có khi làm tổn hại người khác, gây thương tích

cho người khác. Trong lịch sử Trung Quốc có nhân vật Quan Vân Trường mà người dân quen gọi là Quan Công. Hình tượng Quan Công - một vị võ tướng tài năng, khí phách anh hùng luôn làm cho quân thù khiếp sợ, được dân chúng hết lòng yêu mến, ngưỡng mộ. Nhưng theo cái nhìn của Đạo Phật thì Quan Công sát hại sanh mạng người ta cũng rất nhiều nên chắc chắn sẽ làm atula sau khi thân hoại mạng chung.

Cõi giới súc sanh là nơi luân hồi của những con người si mê. Do si mê nên làm những hành động bất thiện pháp, sau khi chết sẽ sanh vào cảnh giới súc sanh. Trong giới súc sanh có nhiều chủng loại thú như: cọp, gấu, chim, chuồn chuồn, hà mã, cá, tôm, sâu, kiến, heo, bò, trâu, thằn lằn v.v…

Do hành động thiện hay bất thiện, chúng sanh sẽ luân hồi, từ kiếp người sang thế giới thiện hay ác .

Theo Đức Phật, trong càn khôn vũ trụ này có bốn châu, giữa bốn châu đó có một ngọn núi Tu Di bắt nguồn từ đại dương ở khu vực Đông dương hướng thẳng lên cõi trời Đao lợi - là cõi trời tứ đại thiên vương. Bốn bên có bốn châu thường gọi là Nam Thiện Bộ châu, Bắc Cưu Lưu châu, Đông Thắng Thần châu và Tây Ngưu Hóa châu. Do mặt núi Tu Di hướng về Nam Thiện Bộ châu nên bầu trời xứ này có màu xanh. Tùy theo nhân duyên, con người được tái sanh trở lại làm người ở Nam Thiện Bộ châu, Bắc Cưu Lưu châu, Đông Thắng Thần châu hay Tây Ngưu Hóa châu. Phật dạy, mỗi châu có năm trăm tiểu quốc.

Riêng con người ở Nam Thiện Bộ châu có ba đặc điểm thù thắng mà các châu khác không có, các vị phạm thiên cũng không có.

Đặc điểm thứ nhất là con người Nam Thiện Bộ châu có tâm dũng mãnh bố thí, trì giới, tham thiền.

Đặc điểm thứ hai là con người Nam Thiện Bộ châu nếu tu thì có chánh niệm vững vàng.

Đặc điểm thứ ba là con người Nam Thiện Bộ Châu có thể duy trì đời sống phạm hạnh được.

Ở các châu khác, tuổi thọ của các vị bồ tát rất cao. Cho nên, các vị bồ tát muốn tu bổ túc thập độ thì các ngài chú nguyện cho tuổi thọ của mình hết đi, để trở xuống Nam thiện bộ châu tu hạnh bố thí, trì giới, tham thiền. Cõi chúng ta đang sống đây là Nam Thiện Bộ châu, là một trú xứ không nghèo lắm cũng không sướng lắm, nhờ vậy chúng ta mới tu tập được.

Ở Bắc Cưu Lưu châu có 3 đặc điểm mà Nam Thiện Bộ châu không có.

Đặc điểm thứ nhất là con người không tham đắm trong tiền bạc, của cải vật chất, danh vọng. Vì ở Bắc Cưu Lưu châu có cây như ý, muốn cái gì thì tới cây đó là có được nên không ai tham đắm cái gì hết. Còn xứ mình thì ai có chút đỉnh tiền bạc là lòng tham bắt đầu lớn ra, có ít tiền thì còn rộng rãi chút chút, còn có càng nhiều tiền thì càng giữ chặt lấy nó.

Đặc điểm thứ hai của Bắc Cưu Lưu châu, tuổi thọ của con người là 1000 tuổi. Trong khi đó ở Nam Thiện Bộ châu tuổi thọ không duy trì ổn định. Ở Nam Thiện Bộ châu, nếu con người khép mình trong đạo đức của xã hội, của chánh pháp thì tuổi thọ tăng lên một a tăng kỳ. Nhưng ngược lại, con người của Nam Thiện Bộ châu sống bất thiện, làm điều ác, không có đạo đức, không giữ giới hạnh thì tuổi thọ sẽ giảm dần đến mức tối thiểu còn 10 tuổi. Rồi bắt đầu từ 10 tuổi đó nếu sống có đạo đức tốt thì tuổi thọ lại tăng lên, nhưng chỉ tăng tối đa là một a tăng kỳ, và tuổi thọ giảm tối thiểu cũng chỉ đến 10 tuổi.

Thời Đức Phật Thích Ca ra đời, con người có tuổi thọ là 100 tuổi. Nhưng trong suốt 25 thế kỷ qua, tuổi thọ con người giảm dần, hiện nay tuổi thọ trung bình là 75 tuổi. Trong kinh Phật nói, càng ngày tuổi thọ con người càng giảm và sẽ đi đến thời kỳ con người mới 15 tuổi đã có

chồng có vợ, sanh con đẻ cái… rồi chết. Đời sống vô cùng ngắn ngủi. Hiện nay, trên thế giới rất ít người sống thọ trên 100 tuổi. Tìm được người thọ dưới 100 tuổi cũng rất hiếm. Những cụ ông, cụ bà 90 tuổi cũng có nhưng không nhiều.

Mặc dù nền y học hiện đại tiên tiến của nhân loại đã phát triển vượt bậc nhưng người ta vẫn chưa tìm ra nguyên nhân cũng như cách điều trị một số căn bệnh như ung thư. Những căn bệnh quái ác hiểm nghèo xuất hiện trong thời đại ngày nay cũng là một trong những nguyên nhân làm cho tuổi thọ con người giảm dần xuống.

Do vậy, Đức Phật dạy chúng ta nhìn vào hành động của bản thân, nhìn vào hoạt động của xã hội… tất cả điều đó phản ánh tuổi thọ của con người. Hiện nay, có thể nói người Nhật sống lâu, đàn ông trung bình sống đến 79 tuổi, trong khi phụ nữ Nhật có tuổi thọ cao hơn một chút là 86 tuổi. Họ ăn cá, ăn đậu hủ, rong biển, uống trà là những thứ giúp cho tim mạch, huyết áp, hệ tiêu hóa tốt. Người Nhật đi bộ, đi xe đạp hoặc đứng nhiều hơn ngồi. Quý vị biết rằng khoa học đã chứng minh nếu chúng ta càng ngồi hay nằm lâu thì ta càng tổn thọ. Đứng và đi lại nhiều giúp chúng ta kéo dài cuộc sống và khỏe mạnh hơn. Ngoài ra, môi trường sạch sẽ cũng giúp chúng ta sẽ sống khỏe và dĩ nhiên sống lâu hơn. Giống như ở Việt Nam, tại Nhật Bản, con cái chăm sóc cha mẹ lúc tuổi già. Người già nếu sống cùng con cháu trong gia đình, giúp đỡ và dạy bảo con cháu sẽ giúp cho họ cảm thấy thoải mái và sẽ sống lâu hơn. Như vậy, sống thọ tùy thuộc bản thân của mỗi người và vào môi trường xã hội, truyền thống văn hóa, phong tục tập quán của trú xứ đó nữa. Quý vị Phật tử đang ngồi đây, chúng ta cũng nên thay đổi cách sống của mình một chút. Chịu khó đứng và đi lại nhiều, ăn thức ăn giàu dinh dưỡng nhưng ít cholesterol, ăn ít hơn, nhai kỹ hơn. Sống gọn gàng ngăn nắp và luôn lạc quan yêu đời. Hãy pha trò và cười nhiều với mọi người chung quanh. Điều này giúp cho đời sống tinh thần quý vị dễ chịu, giúp quý vị khỏe mạnh hơn, sống lâu hơn. Xứ Bắc Cưu Lưu châu nơi con người sống ngàn tuổi, thật là nhiều phước báu phải không quý vị?

Đặc điểm thứ ba, ở xứ Bắc Cưu Lưu châu, sau khi chết con người đương nhiên sanh lên cõi trời. Ở đây, trẻ con lên bảy tuổi đã biết giữ giới nên họ có ngũ giới tự nhiên. Vì có ngũ giới tự nhiên đó nên con người ở Bắc Cưu Lưu châu có nhân duyên riêng, phước báu riêng để sau khi chết đương nhiên sanh lên cõi trời hưởng phước nhiều hơn.

Riêng Đông Thắng Thần châu, Tây Ngưu Hóa châu trong kinh Phật không thấy đề cập đến nhiều, chỉ thấy nói tuổi thọ của con người ở Tây Ngưu Hóa châu là 500 tuổi, ở Đông Thắng Thần châu là 700 tuổi.

Quý vị thấy Đức Phật dùng từ Manussa, từ này có rất nhiều ý nghĩa. Tùy theo nghiệp duyên, tùy theo phước đức mà chúng ta làm Manussa, hoặc sanh vào nơi này, sanh vào nơi kia. Đức Phật tán thán, khích lệ những ai sanh vào Nam Thiện Bộ châu. Đức Phật khẳng định tất cả tam giới này là vô thường. Còn trong tam giới là còn luân hồi, còn luân hồi là còn khổ đau.

Quý vị thử hình dung cuộc đời của chính mình trong cái xứ Nam Thiện Bộ Châu này thật sự có sung sướng gì không? Sanh ra là lo sợ, khóc rồi. Lớn lên một chút sợ cha mẹ đánh. Đến trường không thuộc bài sợ thầy cô đánh. Lấy chồng sợ chồng đánh, không may lấy vợ dữ như "sư tử Hà Đông" cũng sợ có ngày bị vợ đánh luôn. Hằng ngày sợ đói, sợ khổ, sợ nghèo, sợ thất vọng, sợ mất mát, sợ chia ly, sợ bệnh, sợ chết…. Suốt một kiếp người đầy lo lắng, sợ hãi. Cho nên, còn trong tam giới, chúng ta còn khổ đau.

Ở Bắc Cưu Lưu châu hay cõi trời thì hưởng phước nhiều, sung sướng nhiều nên cũng khó lòng thực hành phạm hạnh. Vì vậy con đường luân hồi cứ lang thang, loanh quanh trong sáu cõi. Đức Phật dạy cõi trời có 31 cõi bao gồm 6 cõi trời dục giới, 16 cõi trời sắc giới và 4 cõi trời vô sắc giới. Cõi tứ đại thiên vương là nơi có tuổi thọ rất cao.

Đó là những cảnh giới chúng ta chưa từng thấy, nhưng Đức Phật đã chỉ dạy cho chúng ta để có cái nhìn chung về những thế giới chung quanh mà con mắt phàm phu, trí tuệ phàm phu chúng ta không thể thấy biết được.

Hiện nay quý vị sống ở Việt Nam, kinh tế chưa thoải mái hoàn toàn như các nước phương Tây, nhưng chúng ta có thể sống được, tu được. Còn những nước phương Tây có mức sống quá cao, muốn hòa nhập chúng ta phải làm việc không ngừng. Mới đây, Sư có dịp qua Hoa Kỳ hoằng pháp, cũng đi đó đi đây nên có tìm hiểu về đời sống con người bên ấy. Có những người suốt đời dính chặt công việc ở công ty, xí nghiệp, văn phòng…. Họ nhận làm một lúc hai, ba việc để kiếm đủ tiền trả nợ mua nhà, mua xe, bảo hiểm sức khỏe…. Có người buổi sáng đi bỏ báo, tối chạy bàn ở quán phở. Có người làm nhân viên kinh doanh cho công ty bảo hiểm nhận làm thêm môi giới bất động sản. Có người đã nghỉ hưu nhưng chi phí sinh hoạt trong nhà nhiều quá lại nhận thêm việc chăm sóc cho người già kiếm thêm thu nhập … Có người làm Tổng Giám đốc một hệ thống siêu thị bán lẻ lớn nhất nước Mỹ. Lương của ông ta hơn ba trăm ngàn đô la một năm, ông ta có rất nhiều tiền, ông ta có quyền lực, danh tiếng, cái duy nhất mà ông ta không có đó là thời gian dành cho gia đình. Sau mười năm làm việc, ông đủ giàu để mua được rất nhiều thứ của cải vật chất, kim cương hột xoàn, biệt thự xe hơi….Nhưng người vợ đã ly dị ông ta. Đứa con trai duy nhất của ông đi theo đám bạn xấu trở thành con nghiện. Cuối cùng, tình yêu ra đi, ông ta cô đơn trong chính căn nhà của mình.

Cho nên, ở những trú xứ quá dư thừa vật chất, con người ta khó tu hành, khó nuôi dưỡng tâm linh theo con đường phạm hạnh. Ngược lại, nếu không có bản lĩnh không khéo chúng ta sẽ bị lôi cuốn, rơi vào lưới của ác ma, đi trên con đường ác đạo, muôn kiếp đau khổ, chìm đắm trong sanh tử luân hồi.

Nhiều người trong chúng ta không hình dung nổi thế giới của các loài súc sanh, ví dụ như thế giới của con dòi. Do bất thiện nghiệp đã gây ra, nên con người tái sanh làm thân con dòi. Ngược lại, con dòi cũng muôn đời không thể nào biết được thế giới loài người như thế nào. Chúng ta không thể nào hòa hợp với thế giới của con dòi. Cũng như vậy, con dòi không thể sống được nếu đem nó ra khỏi cõi giới của nó. Các vị tiên ông, tiên bà ở cảnh giới trên cao của họ nhìn xuống thế giới loài người chúng ta, cũng giống như chúng ta rùng mình nhìn thế giới của con dòi vậy. Cho nên, quý vị biết rằng các vị tiên muốn xuống hầu Đức Phật để thọ lãnh Phật Pháp, họ không đến lúc ban ngày, họ luôn đến khi đêm tối. Vì trong cái nhìn của các vị tiên kia, ban ngày nhìn thế giới loài người thấy ghê sợ quá, y chang như con người nhìn con dòi vậy.

Trong thế giới bao la, cõi nước này, cõi nước kia có sự quan hệ với nhau là do hành động thiện hay ác, do giữ giới trong sạch hay không giữ giới trong sạch mà thôi.

Có một lần Sư nói chuyện với một anh cán bộ. Anh ta không tin thuyết luân hồi. Sư nói: "Tin có luân hồi hay không có luân hồi là quyền của mỗi người. Nhưng lời dạy của Đức Phật 25 thế kỷ trước, nếu khoa học chưa khám phá ra được thì mình cần chờ thêm thời gian nữa. Còn nếu mà khoa học đã khám phá, nhìn nhận rằng luân hồi là có, thì mình càng tin lời Đức Phật nhiều hơn. Lời Đức Phật tuyên bố có luân hồi thì anh cũng đừng quên, hãy nhớ nó, suy gẫm về nó".

Giáo lý đạo Phật nhấn mạnh về nhân quả, nghiệp báo, luân hồi. Những vấn đề như nhân quả, nghiệp báo xảy ra trong thực tế, cụ thể nên nhiều người dễ nhìn nhận ra hơn. Còn luân hồi thuộc lĩnh vực tâm linh. Muốn thấy biết nó phải đi trên con đường tu tập giác ngộ. Chỉ có Đức Phật – Bậc Toàn Giác mới chỉ cho chúng ta thấy được con đường tâm linh đó. Tại sao trên thế giới này có nhiều trẻ em được gọi là thần đồng. thần đồng toán học, thần đồng âm nhạc, thần

đồng văn chương v.v… Có thần đồng toán học mới 5, 6 tuổi đã rất thông minh, có thể giải được những bài toán đại học, hoặc trên đại học.

Quý vị biết là tâm chúng ta như một cái nhà kho, nó huân tập tất cả những việc làm thiện cũng như việc làm ác, và nó mang theo đi vào đời sau để tái sanh. Cho nên, tái sanh chính là tiềm thức của chúng ta đi tái sanh. Một chúng sanh, một con người tái sanh đời sau chẳng phải là người cũ vì đã mang thân mới nhưng cũng chẳng phải là người mới vì tiềm thức của đời trước đến, nó chỉ là một sự chuyển đổi từ hình tướng này sang hình tướng khác, cảnh giới này sang cảnh giới khác, vậy thôi. Như một người trước đây ở Việt Nam, sau khi chuyển sang Hoa Kỳ, mang quốc tịch Hoa Kỳ, người này nói tiếng Mỹ, ăn Pizza, suy nghĩ theo cách Mỹ, sống ở xứ Mỹ … nhưng người này chẳng phải người Mỹ hoàn toàn vì họ mang theo tất cả chủng tử văn hóa Việt Nam từ trước, không cách chi loại bỏ được.

Vừa rồi Sư có xem một Tạp chí khoa học nói về hiện tượng luân hồi. Theo các nhà khoa học nước Anh, Pháp, Mỹ cái gọi là "ánh sáng tình dục" chính là luân hồi. Họ thực hiện một cuộc thí nghiệm bằng cách đặt một cái máy siêu điện tử ở bên ngoài căn phòng của các đôi vợ chồng trong đêm tân hôn, họ thấy một tia sáng nhỏ bằng sợi chỉ phát đi theo dạng đường sóng, nó đi xa một đoạn thì các nhà khoa học thấy rằng ở phía ngoài xa có ánh sáng rất lớn, trong ánh sáng rất lớn này có hàng triệu, hàng triệu triệu ánh sáng nhỏ ở bên trong. Theo các nhà khoa học, đó là thứ ánh sáng đi tìm một nửa kia của nó. Trong hàng triệu ánh sáng nho nhỏ này chỉ có duy nhất một ánh sáng đi vào trong phần con người. Tất cả những ánh sáng còn lại sẽ di chuyển đi nơi khác. Từ cuộc thí nghiệm này, các nhà khoa học đem qua thí nghiệm nơi loài thú thì thấy cũng giống như vậy.

Tóm lại, nhân quả là một giáo lý căn bản, để mọi người ứng dụng tu hành mau giải thoát trong ngày vị lai. Nhân quả các tôn giáo khác vẫn có và trình bày ở nhiều góc độ khác nhau, tuy nhiên, nhân quả trong nhà Phật rất rõ ràng và chi tiết. Trong dân gian triết lý nhân quả cũng thể hiện khá rõ nét: Ví dụ: Ai ơi hãy ráng làm lành, kiếp này không được để dành kiếp sau, ở hiền thì lại gặp lành, ai mà ở ác tan tành ra tro. Trong kinh Pháp cú Đức Phật dạy: Thiện hay ác đều do tâm tạo, thiên đàng hay địa ngục cũng thế. Ai đã gieo nghiệp ác, thì dù có trốn ở đâu cũng không thể nào tránh được nghiệp ác. Thế nên, qua bài giảng nhân quả, chúng ta phải nỗ lực tu nhiều hơn nữa cho bản thân mình, và hướng dẫn người khác tu tập, phải sợ nghiệp ác để chúng ta không tác tạo.

IM LẶNG VÀ KHIÊM TỐN

Sáng nay tình cờ nâng chén uống trà, ngước nhìn lên tờ lịch có một câu nói của triết gia người Pháp là Montaigne: "Im lặng và khiêm nhường là một nghệ thuật trong giao tiếp". Chúng tôi trầm ngâm trong giây lát để suy nghĩ về những gì ông Montaigne nói, thấy sao nó gần gũi với lời Phật dạy quá chừng. Cuộc đời của Đức Phật Thích Ca đã dạy cho chúng ta một bài học im lặng và khiêm nhường quá lớn. Đó cũng là một nghệ thuật tu - một nghệ thuật mà dù tập suốt cuộc đời ta cũng không làm hết.

Lúc vào chùa tôi thấy một sư cô cúi xuống sửa ba đôi dép của ba nhà sư. Sư cô quay dép cho mũi dép trở ra phía ngoài. Chúng tôi nhìn sư cô trẻ tuổi làm nghĩa cử đó, chúng tôi thấy đẹp quá. Tôi nhìn sư cô rồi liên tưởng đến vị trụ trì ở đây đã có lối giáo dục quá hay, quá đẹp. Một việc nhỏ làm được thì mới làm được việc lớn. Làm việc nhỏ tốt đàng hoàng thì ta sẽ tu tốt, trưởng thành tốt. Cái kiểu im lặng của nhà Phật trong kinh điển đã nhắc đi nhắc lại rất nhiều.

Im lặng nghĩa là làm thinh. Làm thinh là im lặng. Chúng tôi thuyết pháp là chúng tôi không im lặng. Quý vị nghe là quý vị đang im lặng- đang ngồi nghe pháp. Chúng tôi đang đóng vai đang thuyết. Còn quý vị im lặng. Im lặng đúng chỗ, đúng nơi.

Khiêm tốn là hạ mình xuống. Sư cô hồi nãy đã hạ mình xuống để sửa lại những chiếc dép của người khác. Công việc nhỏ nhưng không phải ai cũng làm được nếu không có giáo dục tốt. Bản tánh tự cao tự đại là liều thuốc độc làm cho chúng ta không tiến xa được, mãi mãi trầm luân sanh tử. Có người nói vui rằng khiêm tốn là vốn của tự kiêu. Nếu mình khiêm tốn đương nhiên nó là nghĩa tốt. Còn tự kiêu ở một chừng mực nào đó nó cũng đúng. Người ta giàu quá, thông minh quá, giỏi quá nên tự kiêu cao.

Trong cuộc sống nếu quý vị biết áp dụng phương pháp im lặng và khiêm tốn thì quý vị sẽ thấy sự mầu nhiệm của nó. Cuộc đời Đức Phật là một bài học không ngừng về hạnh tu im lặng và khiêm tốn. Các vị thinh văn đệ tử của Ngài cũng vậy. Trong kinh văn kể khi vua chúa là những Phật tử đến thăm Đức Phật đã thỉnh cầu Ngài đi thọ trai tăng. Đức Phật nhận lời bằng cách im lặng. Cách im lặng này bây giờ khó bắt chước. Vì nhiều khi mình im lặng người khác không hiểu. Trong giới luật, Đức Phật cho phép người xuất gia nói chuyện với người thế gian không quá 6 tiếng. Cách giáo dục trong giới luật, trong kinh điển Đức Phật dạy chúng tăng học hạnh im lặng. Chỉ được nói 6 tiếng nói thôi chớ không phải nói 6 tiếng đồng hồ đâu. Ý Đức Phật Ngài dạy chúng ta phải im lặng vì im lặng sẽ phát sanh trí tuệ và có im lặng thì sự sâu lắng càng cao. Có những trường hợp phải nói nhưng nói đúng lúc, đúng chỗ. Có người cho rằng: "Im lặng là vàng, nói đàng hoàng là hột xoàn, kim cương, nói cương cương có người đánh phù mỏ". Như vậy cho thấy rằng nói cũng cần phải học, im lặng cũng cần phải học. Ông bà xưa có câu: "Học ăn, học nói, học gói, học mở". Cho nên chúng ta phải biết khi nào thì im lặng, khi nào thì nên nói. Im lặng là một sức mạnh. Sức mạnh của người tu là im lặng. Im lặng cũng đồng nghĩa với nhẫn nại, nhịn nhục. Sức mạnh của trẻ em là tiếng khóc. Sức mạnh của phụ nữ là nước mắt. Còn sức mạnh của người tu hành là im lặng, nhẫn nhục.

Có một vị Hoà thượng rất nổi tiếng ở Hoa Kỳ. Mỗi năm Hoà thượng đi Ấn Độ một lần để phát học bổng cho các du học tăng. Hầu hết các du học tăng là những nghiên cứu sinh đều đang theo học các chương trình Phật học để lấy bằng tiến sĩ, thạc sĩ, cử nhân. Một lần có một du học tăng quỳ xuống xin Hoà thượng ban cho một lời giáo giới để sách tấn quý Thầy tu tập. Hoà thượng nói: "Người tu có gì đâu mà bí quyết cũng không có gì để giáo giới. Chỉ có điều người tu muốn hành pháp tốt phải lì và liều''. Nghe Hoà thượng nói vậy những du học tăng bỗng giật mình. Sao phải lì và liều? Thì ra Hoà thượng muốn ám chỉ rằng vì các du học tăng

qua đây thì ai cũng học, học, học nên họ là những con mọt sách rất cần mẫn. Cho nên giáo giới gì cũng là dư đối với họ. Hoà thượng nói phải lì và liều chẳng qua là muốn nhắc họ luôn nhớ nhịn nhục. Nếu học cao hiểu rộng mà không biết nhịn nhục, không biết im lặng thì sẽ trở nên vô trí, đường tu vô nghĩa.

Có bảy pháp để trở thành bậc trí thức, trong đó có pháp phải nói hợp thời, nếu mình nói không hợp thời sẽ phản tác dụng. Do vậy càng im lặng, người im lặng càng có sức mạnh lớn, có cái nhìn sâu lắng hơn.

Khiêm tốn là hạnh người tu phải học suốt đời. Khiêm tốn việc tu, việc học, việc giao tế. Càng học cao, hiểu rộng, tu nhiều thì đối với Thầy, huynh đệ, đệ tử, Phật tử, người thân v.v… mà tự cao, tự đại, tự kiêu thì mình trở thành liều thuốc độc. Quý vị càng tỏ ra khiêm tốn thì đó là một sức mạnh vô song. Người ta có thể rớt nước mắt vì sự khiêm tốn của mình. Bởi hạnh khiêm tốn luôn giúp ta gần gũi với mọi người chung quanh.

Một người xuất gia luôn có uy tín nhưng nếu vi phạm lỗi lầm sơ đẳng của giới luật thì xuất gia cũng trở thành vô nghĩa. Một người có quyền có chức ở ngoài thế gian mà nếu đi sai đường lạc lối cũng đánh mất đi giá trị bản thân và tước quyền của họ.

Con người phải biết học hạnh khiêm tốn và chân thực. Nếu học cao hiểu rộng mà khinh khi những người chung quanh tự chúng ta sẽ chuốc lấy nỗi khổ, mất đi vầng hào quang. Con người dù nghèo hay giàu nhưng học được hạnh lắng nghe, khiêm tốn, con người đó sẽ có thêm nhiều vầng hào quang. Nói chuyện quá nhiều lại nói những lời vô ích, tự cao tự đắc, hào quang chân thật sẽ biến mất. Giống như câu chuyện ông quan lấy trộm của báu trong kho vua.

Cuộc sống chúng ta cũng vậy. Chúng ta phải học bài học khiêm tốn. Đức Phật trong kinh kể lại rằng, thời Đức Phật là một vị giáo chủ, tín đồ ai ai cũng biết danh tiếng của Ngài. Tuy nhiên, có khi Đức Phật đi chu du hoằng hoá, đến trú xứ của đệ tử của Ngài Xá Lợi Phất, những người này không biết Đức Phật là ai. Nghĩa là họ không biết thầy của thầy mình. Điều đó cho thấy Đức Phật đến với mọi người rất khiêm tốn đến nỗi đệ tử của đệ tử mình cũng không hay biết.

Ở Miến Điện năm 1950 đến 1954 có Đại hội Kết tập kinh điển Pāli lần thứ 6. Đại hội quy tụ rất nhiều phái đoàn Phật giáo các nước từ khắp nơi trên thế giới về tham dự, trong đó có phái đoàn Phật giáo Việt Nam. Trong đại hội này có 6 vị bác thông tam tạng Pāli. Những vị hoà thượng tài giỏi này khi đến giờ tiến lên pháp tọa, trong khi đại chúng Tăng của các quốc gia ngồi trong sảnh thì các ngài đã đi bằng cách quỳ gối tiến lên phía trước một cách chậm rãi, ung dung, khiêm hạ vô cùng. Chúng tôi có thời gian sống bên Anh quốc tu tập. Trong Giáo hội Tăng già Anh quốc có những vị xuất gia tại Thái Lan cho nên đời sống sinh hoạt tu tập nơi đây cũng có một chút ảnh hưởng của Phật giáo Thái Lan. Mỗi lần các vị sư trẻ tuổi đến đảnh lễ các vị đại sư, các vị trưởng lão, khi còn cách khoảng 5 m là các vị sư trẻ đã quỳ lạy Thầy của mình. Hình ảnh trò đảnh lễ thầy đẹp quá. Chúng tôi nhìn thân tướng trang nghiêm, đẹp đẽ của các vị sư phương Tây mà bỗng rớt nước mắt vì sự uy nghi mà vô cùng giản dị, sự cung kính tha thiết chân thành của đệ tử. Phật Pháp nhiệm mầu trong sự im lặng không cùng tận là vậy.

Trong hồi ký của nhà văn Nguyễn Hiến Lê, ông có viết về một giai thoại mà chúng tôi rất tâm đắc. Có một nhà văn nổi tiếng ghé thăm nhà văn Nguyễn Hiến Lê với mục đích là muốn bàn luận một số vấn đề về giáo dục. Nhà văn Nguyễn Hiến Lê nổi tiếng về dịch thuật và xuất bản hơn 100 đầu sách. Tuy trình độ văn hoá của nhà văn chưa qua đại học nhưng sách của ông thuộc loại "gối đầu giường" của những người trí thức. Nhà văn Nguyễn Hiến Lê viết và dịch thuật rất nhiều tác phẩm trong một thời gian không nhiều làm mọi người ngạc nhiên và vô cùng ngưỡng mộ về sức làm việc của ông. Mỗi ngày nhà văn Nguyễn Hiến Lê dịch thuật và viết khoảng 5 trang giấy A4. Suốt cuộc đời ông dành cho sáng tác văn chương và dịch thuật

nên nhiều khi bạn bè của ông cũng không tin ông đã làm việc được như vậy. Ông rất hạn chế việc đi ra bên ngoài mà dành nhiều thời gian ở nhà để làm việc. Trung bình một năm ông xuất bản từ 3 đến 4 tập sách. Việc nhà văn Nguyễn Hiến Lê tiếp xúc với nhà văn đang công tác trong ngành giáo dục làm cho mọi người ngạc nhiên bởi lẽ sau khi ra về nhà văn này hết lời ca ngợi ông. Nhưng trong hồi ký của mình, nhà văn Nguyễn Hiến Lê đã viết rằng ông dường như đã im lặng lắng nghe nhà văn kia nói thao thao bất tuyệt. Trước khi ra về, nhà văn nổi tiếng kia hỏi ông Nguyễn Hiến Lê rằng: "Ý của ông ra sao?" Nhà văn Nguyễn Hiến Lê nói: "Ông đã nói và trình bày đầy đủ rồi, tôi cũng không có ý kiến gì, như vậy là khá đủ tốt''. Một cuộc đối thoại giữa hai nhà văn đã làm cho chúng ta phải suy nghĩ.

Người tu là tu tâm. Học lắng nghe cũng là một hạnh của người tu tâm. Nhưng làm sao thực hiện được hạnh lắng nghe, sự im lặng của người khiêm tốn? Vì bản chất của con người là thích nói. Nói những điều mình không biết nhưng vẫn thích nói. Chúng tôi có dịp sống với một vị sư là huynh đệ lớn hơn chừng 20 tuổi. Sống gần với nhau khoảng 20 năm. Vị sư ấy tu hạnh lạc đà. Quý vị biết rằng con lạc đà vượt qua sa mạc dễ dàng hơn những con vật khác vì trên lưng nó có cái gù chứa nước. Con lạc đà suốt đời vượt qua sa mạc nắng gió với cái túi nước trên lưng và sự im lặng nhẫn nại vô cùng. Cũng vậy, người xuất gia tu hành hãy kham nhẫn học hạnh lạc đà. Im lặng mà đi trên con đường tu tập. Cho dù trên đường đi thấy cái này hay, cái kia hay thì cứ để lên vớt mà đi tiếp. Hãy biết rằng chung quanh chúng ta đệ tử, huynh đệ, Phật tử v.v… mọi người ai cũng có những cái hay riêng của họ. Mỗi người trước khi xuất gia đều có một cái nghề để sinh sống. Vậy nếu chúng ta biết khiêm tốn, biết lắng nghe, biết im lặng để học hỏi từ những người chung quanh mình những cái hay, cái đẹp của họ thì chúng ta sẽ làm phong phú tâm hồn chúng ta nhiều hơn.

Làm thế nào thực hành im lặng và khiêm tốn tốt:

Quý vị hãy nghĩ cuộc đời vô thường để bớt nói nhiều những chuyện vô ích, tránh những bất thiện pháp để im lặng mà tu. Nghĩ đến vô thường, nghĩ đến cái chết để thực hành cho tốt lời dạy của Đức Phật là mở rộng lòng từ bi hỷ xả với chúng sanh, chớ ghét giận làm chi cho mệt. Quý vị hãy kết bạn với người nào có hạnh im lặng và khiêm tốn để gần gũi và học hai hạnh đó. Bởi họ là những thiện trí thức sẽ giúp ta tiến hoá trên con đường tu tập, chuyển hoá thân tâm ngày càng trong sáng, thiện lành hơn. Đừng ham kết bạn với những người tu chưa thấy đâu vào đâu mà "nổ" quá chừng hoặc thân cận với các "bà tám'' thì cũng mệt cho cái nhĩ căn lắm.

Hạnh Im lặng và Khiêm tốn sẽ có nhiều lợi ích:

1. Được những người chung quanh thương mến. Nhắc đến chúng ta là họ kính trọng vì người im lặng, khiêm tốn không làm cho ai phiền não.
2. Chư thiên, chư thần thánh cũng ái mộ người im lặng, khiêm tốn nên sẽ gia hộ. Người ta thường nói chư thiên hộ trì là như vậy.
3. Im lặng, khiêm tốn là hạnh của người tu nên người xuất gia phải luyện tập hai hạnh này.
4. Gieo duyên lành giải thoát và giác ngộ. Nếu không con đường sanh tử luân hồi không bao giờ ngưng nghỉ.

Tuyển Tập - THEO DẤU CHÂN XƯA
Quyển 1

Giảng sư Đại đức THIỆN MINH

Chịu trách nhiệm xuất bản:
Nguyễn Thị Thanh Hương

Biên Tập: Cẩm Hồng.
Sửa bản in: Hồng Anh.
Trình bày & ghi chép: TN. Quang Duyên.
Bìa và vi tính: TN. Quang Minh.

NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
62 Nguyễn Thị Minh Khai, Q1
ĐT: 3 822 5340 – 3 829 6764 – 3 824 7225
Fax: 84 83 822 2726
Email: tonghop@nxbhcm.com.vn
Website: www.nxbhcm.com.vn / www.sachweb.vn

Thực hiện liên kết:
Thư viện Phật Giáo Nguyên Thủy
171 /8 Quốc Lộ 1A, P. Bình Chiểu, Q. Thủ Đức, TP. HCM
ĐT: 08.3 729 0248 – 090 3387 0370
Website: phatgiaonguyenthuy.com

In lần thứ I số lượng 1000 cuốn 10 x 20 cm
Tại xí nghiệp in Fahasa.
Địa chỉ: 774 Trường Chinh, P.15, Q.Tân Bình, TP. Hồ Chí Minh.
GPXB số: ……../CXB/……./THTPHCM ngày 13/03/2013.
In xong và nộp lưu chiểu tháng …. / 2013.