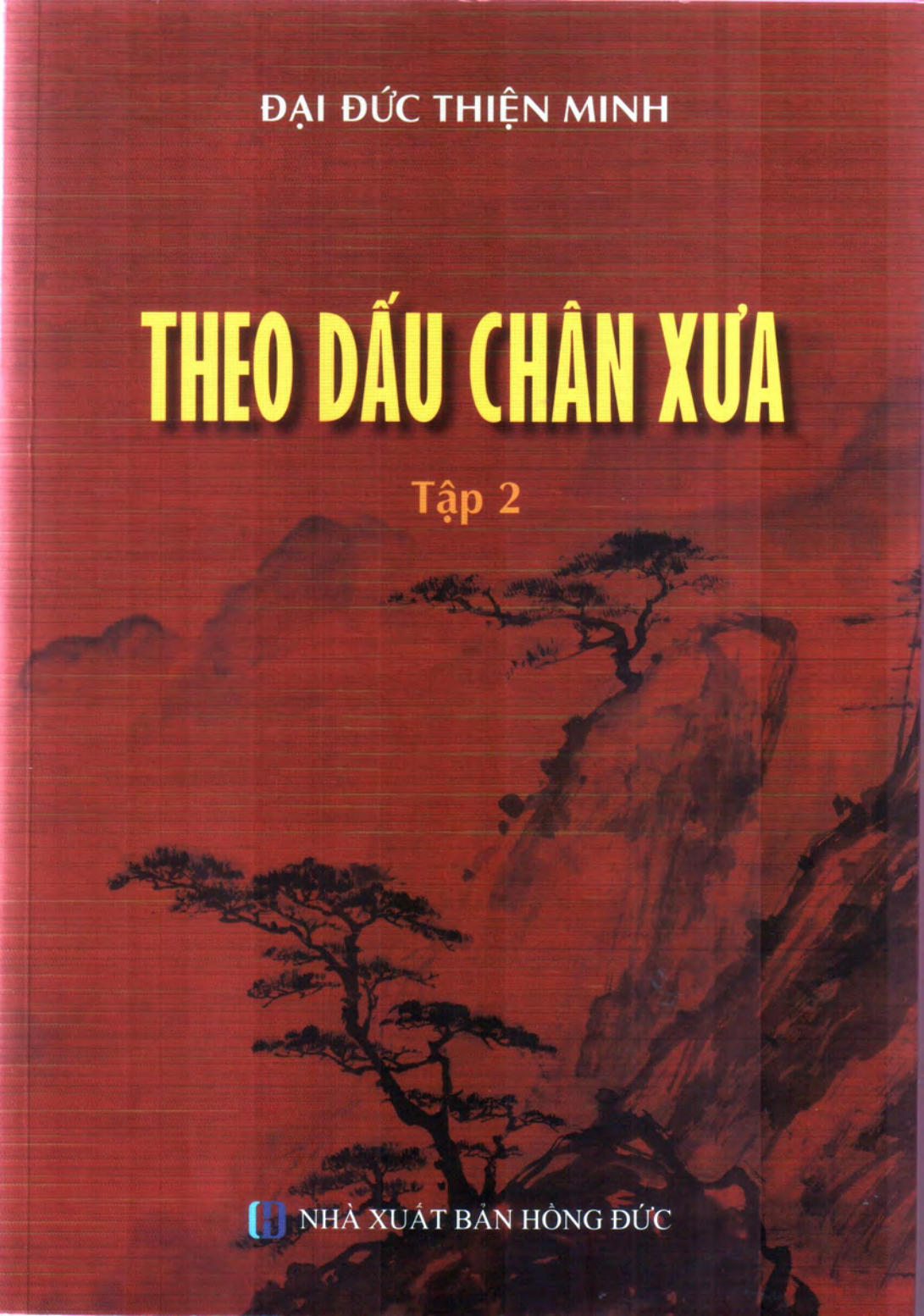
ĐẠI ĐỨC THIỆN MINH

THEO DẤU CHÂN XƯA

Tập 2



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

ĐẠI ĐỨC THIỆN MINH

THEO DẤU CHÂN XƯA

Tập 2

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

Lời tựa

"Theo dấu chân xưa" là bộ sách bỏ túi gồm các bài pháp được thuyết pháp ở nhiều đạo tràng khác nhau của Tỳ khưu Thiện Minh do Tu nữ Quang Duyên, Tu nữ Quang Kiến và Phật tử Quang Đức ghi lại. "Theo dấu chân xưa" đến nay đã xuất bản được 2 tập, tập 2 gồm có 42 bài Pháp rải đều trong 6 chủ đề (phần). Tất cả các bài pháp đều được giảng giải với ngôn ngữ bình dị, dễ hiểu và trong sáng.

Thể theo tư tưởng vô ngã vị tha, từ bi hỉ xả thấm nhuần trong giáo pháp nhà Phật; các bài giảng đều hướng đến việc khuyên răn con người dứt bỏ nóng giận, diệt trừ tính kiêu căng, không luyến ái vật chất, không còn ham muốn dục vọng. Người khác có thể làm trái nhân quả, người khác có thể tổn hại chúng ta, đánh chúng ta, hủy báng chúng ta; nhưng chúng ta đừng vì thế mà oán hận họ, đừng vì thế mà để ác khẩu thốt ra từ miệng chúng ta. Cho dù người ta có gây ác nghiệp bao nhiêu, chúng ta càng nguyền rủa họ, tâm chúng ta càng bị ô nhiễm, hãy nghĩ, họ chính là thiện tri thức của chúng ta. Hãy luôn ghi nhớ rằng, tất cả chúng sanh, không kể là loài hữu tình hay vô tình, đều có Phật tánh, đều có khả năng thành Phật, chỉ là đặc tính riêng của mỗi loài khác nhau mà việc biến khả năng đó thành hiện thực khó dễ, nhanh chậm mà thôi. Do đó, để tạo phương tiện gián tiếp, vén lên bức màn

vô minh và ái dục, cho những ai chưa đủ thuận duyên được nghe Pháp trực tiếp, chúng tôi phát tâm in lại các bài giảng này. Bằng tuệ năng và sự giác ngộ chân chánh ở mỗi cá nhân, các bài pháp ở đây chính là một trong những phương tiện đẩy lùi sự mê lầm chấp tín, hướng người Phật tử đi đúng vào con đường Bát Chánh Đức Thế Tôn đã dạy.

Chớ ganh ai chuyện cỏn con
Chỉ thêm mồi lửa đốt hòn than khô
Chớ nên soi sát phần thô
Quán tâm chánh niệm cho vô não phiền

Theo dự kiến "Theo dấu chân xưa tập 2" đã được in vào năm 2016 và năm nay sẽ in tập 3 nhưng do một số Phật sự bận rộn nên tập 2 sẽ được in vào dịp Mãn Hạ 2017 theo lịch Nhập Hạ của truyền thống Phật giáo Nam Tông Kinh. Nếu mọi duyên sự được hanh thông, tập 3 sẽ sớm được xuất bản vào cuối năm 2017. Xin hoan hỷ công đức của các tu nữ và phật tử đã ghi lại các bài giảng này và cũng xin tùy hỷ công đức với phần phước báu thanh cao này đến tất thảy chúng sanh.

Namo Buddhaya

Tổ Đình Phật Giáo Nguyên Thủy – Chùa Bửu Quang, Thủ Đức ngày 26 tháng 9 năm 2017 (7 tháng 8 năm Đinh Dậu, PL. 2561)

TT. TS. Thiện Minh

PHẦN I

1. Học Từ Người Thông Thái
2. Học Cách Thực Hành Hạnh Bố Thí
3. Học Cách Phòng Tránh Bệnh
4. Học Pháp Tu Trong Dịp 8 Tháng 3
5. Học Cách Hành Trì Phật Pháp Trong Đời Thường
6. Học Bài Thơ Huyền Không 12 Vui
7. Học Bài Thơ Huyền Không 12 Hư

1. HỌC TỪ NGƯỜI THÔNG THÁI

Trong cuộc đời này thành công hay thất bại đều có cái giá của nó. Có người cho rằng có công việc ổn định, có nhà cao tầng, có xe hơi, có vợ đẹp, đảm đang, vun quén gia đình, có chồng giỏi biết bươn chải làm ăn, lo cho vợ con, có chức vụ, địa vị đó là thành công; nhưng nhìn ở một góc cạnh khác thì những điều kể trên chỉ là trói buộc, phiền não mà thôi.

Chúng ta đang ngồi đây, trong chánh điện này nếu nhìn qua bên kia đường thì thấy Trại tạm giam, đó là một cuộc sống khác. Bên này là nhà chùa, bên kia là nhà tù. Bên này là người tu, bên kia là người tù. Người tu với người tù rất khác nhau. Người tu tự do, người tù bị giam cầm. Ta tự do vì ta không phạm sai lầm. Người bị giam cầm vì thất bại, vì phạm pháp. Cho nên thành hay bại ta đều phải trả giá cho những gì ta đã làm.

Người thông thái không chỉ là thông minh, giỏi làm việc, giỏi kiếm tiền. Người thông thái phải là người biết giải thoát tâm và thân xa rời khỏi những vướng mắc phiền não vật chất. Người tù nhân có thể học thiền để giải phóng tâm trong một số hoàn cảnh nào đó nhưng thân thì không được tự do nữa. Người tu hành thân tự do, tâm cũng tự do nhưng nếu không khéo tu, không biết giữ chánh niệm, khiến tâm dính mắc bực bội bức bối thì vô hình chung cũng là đang tự giam cầm chính mình. Do đó, học để làm người thông thái là học để giải phóng tâm và thân.

Chúng tôi mời quí vị cùng điểm lại một số nhân vật tiêu biểu để xem rằng bên cạnh sự nghiệp lẫy lừng thì họ có thật sự đã là những người thông thái.

Thomas Alva Edison

Trong lịch sử phát triển khoa học trên thế giới có rất nhiều nhân vật nổi tiếng. Sự thành công của họ đã đóng góp rất nhiều cho nhân loại. Sự thành công đó không dễ dàng, nếu không nói nó là kết quả sau bao nhiêu lần thất bại.

Sự ra đời của bóng đèn điện vào thế kỷ 19 được coi là một trong những phát minh quan trọng nhất đưa nhân loại đến cuộc sống phồn vinh. Ngay từ năm 1852, tại cuộc Triển lãm thế giới ở London, người ta đã trưng bày một loại bình ắc-quy khổng lồ để chạy đèn hồ quang, đây là một nguồn sáng mới dù loại bóng đèn hồ quang này rất tốn kém và có nhiều nhược điểm. Chỉ đến khi bóng đèn điện ra đời thì ánh sáng nhân tạo mới có điều kiện được sử dụng rộng rãi. Nhờ có đèn điện nên mọi người có thể thắp sáng ngôi nhà của mình với giá rẻ, ổn định và không nguy hiểm như thắp nến. Nhờ có đèn điện người ta có thể làm việc, nghiên cứu cả ban đêm từ đó sản lượng và tri thức tăng nhanh gấp bội, làm cho con người có thêm sự khác biệt với động vật vì con người giờ đây có thể tự quyết định về chu kỳ ngày và đêm của mình. Người tạo nên dấu ấn lịch sử này là nhà sáng chế, phát minh ở Hoa Kỳ: Thomas Alva Edison - người đã vươn lên từ cậu bé bán báo thành một triệu phú. Để có bóng đèn điện thắp sáng, Edison đã thử nghiệm 6.000 chất liệu khác nhau để làm dây đốt trong đèn điện và cuối cùng ông đã quyết định dùng sợi carbon. Sau đó Edison đã cho đèn điện chiếu sáng liên tục 40 giờ đồng hồ, chứng minh cho cả thế giới thấy có thể sử dụng bóng đèn điện trong sinh hoạt của con người. Để có được kết quả này, người ta cho rằng Edison đã nghiên cứu rồi thất bại cỡ khoảng hơn 10.000 lần trong việc chế tạo bóng đèn thắp

sáng. Ngọn đèn điện không chỉ là một sản phẩm, mà đã trở thành trung tâm của ngôi nhà, là linh hồn canh giữ nơi sinh sống của mỗi người chúng ta.

Abraham Lincoln

Nếu có dịp đi thăm đất nước Hoa Kỳ, quý vị sẽ thấy tượng Tổng thống Abraham Lincoln, tổng thống thứ 16 của Hoa Kỳ. Ông được xem là một nhân vật lịch sử tiêu biểu hàng đầu của Hiệp Chủng quốc Hoa Kỳ với tài nghệ chính trị tuyệt vời.

Lincoln thành công trong nỗ lực lãnh đạo đất nước vượt qua cuộc khủng hoảng hiến pháp, quân sự và đạo đức – cuộc Nội chiến Mỹ – duy trì chính quyền Liên bang, đồng thời chấm dứt chế độ nô lệ và hiện đại hóa nền kinh tế, tài chính của nước Mỹ. Lincoln sinh trưởng trong một gia đình nghèo ở vùng biên thùy phía Tây, kiến thức ông thu đạt được hầu hết là nhờ tự học. Ông trở thành luật sư nông thôn, nghị viên Viện Lập pháp tiểu bang Illinois, nghị sĩ một nhiệm kỳ ở Viện Dân biểu Hoa Kỳ, rồi trải qua hai lần thất bại trong nỗ lực giành một ghế tại Thượng viện. Lincoln trở thành tổng thống Hoa Kỳ sau tám lần thất bại trong các cuộc bầu cử, hai lần thất bại trong kinh doanh, người vợ thân yêu của ông cũng mất sớm. Những thất bại và biến cố trong cuộc đời đã rèn luyện ý chí, nghị lực cho một tổng thống Mỹ tài hoa sau này. Abraham Lincoln liên tục được xếp vào danh sách ba vị tổng thống vĩ đại nhất của nước Mỹ và được xem là một chính khách mẫu mực đại diện cho mọi phẩm chất tốt đẹp của nền Dân chủ Cộng hòa tại Hoa Kỳ, với tinh thần bình đẳng và quên mình vì nước.

Trần Nhân Tông

Trong lịch sử Việt Nam, Trần Nhân Tông được sử sách ca ngợi là vị vua anh minh nhất, có vai trò lãnh đạo quan trọng trong cuộc kháng chiến chống Nguyên-Mông lần thứ 2 và thứ 3. Trần Nhân Tông là vị hoàng đế nằm trong danh sách 14 anh hùng dân tộc tiêu biểu nhất của Việt Nam. Ông là người đã thành lập Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử, lấy pháp hiệu là Đầu đà Hoàng giác Điều ngự. Trần Nhân Tông lên ngôi vua năm 21 tuổi, làm vua 14 năm, nhường ngôi năm 35 tuổi, sống đời xuất gia, viễn ly thế tục. Trong những năm mới lên ngôi, Trần Nhân Tông đã cùng vua cha là Trần Thái Tông mở hội nghị Bình Than, hội nghị Diên Hồng kêu gọi toàn dân đoàn kết đánh giặc ngoại xâm. Khi đất nước thanh bình, vua Trần Nhân Tông đã chú trọng đến việc khuyến khích dân chúng trồng dâu nuôi tằm, khai khẩn ruộng hoang, mở rộng các công trình thủy lợi, đại xá cho thiên hạ, giảm thuế cho dân.

Trần Nhân Tông không chỉ là một vị vua giỏi, yêu nước thương dân mà ông còn là một nhà văn xuất sắc, có công lớn đối với nền văn học quốc âm. Với bài phú "Cư trần lạc đạo" Trần Nhân Tông đã mở trang đầu cho cuốn sách sưu tầm văn học quốc âm của thời đại vào cuối thế kỷ 13. Vua Trần Nhân Tông về sau được dân chúng kính ngưỡng gọi là "*Phật Hoàng*" của dân tộc Việt Nam.

Nguyễn Trãi

Là một nhà văn hoá lớn, Nguyễn Trãi có đóng góp to lớn vào sự phát triển của văn học và tư tưởng Việt Nam. Ông nằm trong danh sách 14 anh hùng dân tộc tiêu biểu nhất ở Việt Nam, ông cũng là danh nhân văn hoá của Việt Nam và thế giới

Nguyễn Trãi quê gốc ở Hải Dương, là con trai của Nguyễn Phi Khanh và bà Trần Thị Thái, là cháu ngoại của Trần Nguyên Đán.

Nguyễn Trãi từng làm quan dưới triều Hồ. Sau khi Việt Nam bị rơi vào sự cai trị của nhà Minh, Nguyễn Trãi tham gia vào cuộc khởi nghĩa Lam Sơn do Lê Lợi lãnh đạo. Ông trở thành mưu sĩ của nghĩa quân Lam Sơn trong việc bày tính mưu kế cũng như soạn thảo các văn thư ngoại giao với quân Minh. Ông là vị khai quốc công thần và là văn thần có uy tín ở thời đầu nhà Hậu Lê. Tuy nhiên, năm 1442, toàn thể gia đình Nguyễn Trãi bị tru di tam tộc trong vụ án Lệ Chi Viên. Năm 1464, vua Lê Thánh Tông xuống chiếu giải oan cho ông.

Có thể nói cuộc đời Nguyễn Trãi thành bại đều có đủ. Ông là bậc đại anh hùng dân tộc và là một nhân vật toàn tài hiếm có của lịch sử Việt Nam trong thời đại phong kiến. Nguyễn Trãi là một nhà chính trị, một nhà quân sự, một nhà ngoại giao, một nhà văn hóa, một nhà văn, một nhà thơ tầm cỡ kiệt xuất. Nhưng Nguyễn Trãi cũng là một người đã phải chịu những oan khiên thảm khốc, do xã hội phong kiến gây nên. Vụ án oan ông phải chịu là một trong những oan khiên hiếm có trong lịch sử.

Đó là chúng ta kể chuyện tiền nhân, chuyện người xưa. Còn thời nay, chúng ta cũng có nhiều nhân vật nổi tiếng lưu danh trong nhiều lĩnh vực.

Riêng tại tỉnh Vĩnh Long, chúng ta có Thiếu tướng, Giáo sư, Viện sĩ Trần Đại Nghĩa tên thật là Phạm Quang Lễ. Ông sinh năm 1913 trong một gia đình nhà giáo nghèo. Mồ côi cha lúc

6 tuổi, ông được mẹ và chị gái tần tảo nuôi dưỡng cho ăn học. Giữa năm 1933, ông đã thi đỗ đầu hai bằng tú tài: Tú tài Việt và Tú tài Tây. Nhưng vì nhà nghèo, không có tiền đi Hà Nội để học tiếp, ông quyết định đi làm giúp mẹ, giúp chị và nuôi chí vươn lên.

Năm 1935, ông đi du học Pháp, tốt nghiệp kỹ sư và cử nhân toán học tại các trường: Đại học Bách khoa Paris, Đại học Mỏ, Đại học Điện, Đại học Sorbonne, Đại học Cầu đường Paris. Sau đó ông ở lại Pháp làm việc tại Viện nghiên cứu máy bay. Năm 1942, ông sang Đức làm việc trong xưởng chế tạo máy bay và Viện nghiên cứu vũ khí. Ông là một kỹ sư quân sự, một nhà khoa học lớn, cũng là một nhà quản lý khoa học kỹ thuật cấp cao, cha đẻ của ngành công nghiệp quốc phòng Việt Nam.

Chúng tôi nhắc qua những nhân vật tiêu biểu, nổi tiếng trong nước và trên thế giới để chúng ta học và biết về cách sống vượt qua hoàn cảnh để thành công của người khác. Thành công chỉ đến khi chúng ta làm việc tận tâm và luôn nghĩ đến những điều tốt đẹp.

Thành bại trong cuộc sống thể hiện qua nhiều lĩnh vực.

Trong giao tiếp

Đối với người tu càng thất bại chúng ta càng bền chí. Hôm nay chúng tôi tới đây thuyết pháp đã bị thất bại về mặt thời gian. Hẹn sẽ đến lúc 7 giờ 30 nhưng mãi tới 8 giờ 15 phút mới đến. Cho dù có lý do chính đáng đi nữa thì coi như chúng tôi đã thất bại về mặt chữ tín đối với quý vị rồi. Bởi vì hẹn phải đúng giờ. Người tu phải đúng hẹn, hứa thì phải làm. Giữ

đúng lời hứa coi như chúng ta đã thành công. Người tu không được nói suông. Chỉ một việc nhỏ là đúng giờ thôi cũng giúp chúng ta thể hiện sự nghiêm túc và tôn trọng với nhau, giữ được niềm tin với nhau. Trong tất cả các mối quan hệ, nếu không có niềm tin rất dễ đỗ vỡ. Ví dụ thầy tin học trò, học trò tin thầy, bạn bè tin nhau, cha mẹ tin con cái, vợ chồng tin nhau. Ngay cả trong công việc cũng phải có niềm tin thì mới thành công. Đó là niềm tin vào chính mình. Vậy giữ niềm tin trong lòng để giữ cho tình bạn, tình yêu, tình vợ chồng, tình đồng nghiệp được lâu dài rất quan trọng.

Trong kinh doanh

Trong kinh doanh muốn thành công, ngoài phước đức mà ai cũng có sẵn tùy theo nghiệp lực của mỗi người thì cũng cần có nghệ thuật kinh doanh nữa. Một trong những nghệ thuật đó là biết giữ chữ tín và luôn niềm nở, vui vẻ với đối tác hay nói nôm na là phải biết nở nụ cười trong khi giao tiếp. Kinh doanh muốn thành công phải nhờ sự khéo léo trong cách nói chuyện, thu phục cảm tình của người khác bằng sự chân thật của mình.

Trong sống thọ

Nói về tuổi thọ, có người sanh ra chết sớm, nếu nói theo kinh điển Phật giáo thì đó là yểu mạng, là kém phước, là thất bại. Quý vị thử nghĩ xem, trên thế giới này có hàng hàng triệu triệu con người, nhưng mỗi người sinh ra và chết đi khác nhau. Có người chưa sanh đã chết trong bụng mẹ. Có người sanh ra được vài ba ngày liền bị bỏ đói trên cây rồi bị kiến cắn chết. Có người chết ngay trong ngày vui đám cưới của mình

vì trượt ngã trong hồ nước. Mới đây, báo chí Mỹ đưa tin, một thanh niên học rất giỏi, Roman Pirozek, 19 tuổi, bị cánh quạt của chiếc trực thăng đồ chơi bật ra, chém đứt đầu tại khu công viên Brooklyn, New York, Mỹ. Khi Roman Pirozek đang thực hiện một pha lộn ngược thì chiếc trực thăng bị mất thăng bằng, lao thẳng về phía anh, khiến cánh quạt của thiết bị này chém liên tục nhiều nhát vào đầu và cổ chàng trai. Chiếc trực thăng này là món đồ chơi ưa thích của Roman Pirozek và nó có giá 1.500 đô la. Cánh quạt của chiếc trực thăng này dài 1.57 mét, vòng quay 2.000 vòng/phút. Roman Pirozek đã chết vì niềm đam mê trực thăng của mình.

Ngược lại, ở Việt Nam và trên thế giới cũng có nhiều người sống thọ. Ở Việt Nam, tại TPHCM, cụ Nguyễn Thị Trù sinh năm 1883 sống ở xã Đa Phước, huyện Bình Chánh, đến nay đã 120 tuổi, một kỷ lục mà theo đơn vị xác lập và trao kỷ lục, chưa người Việt Nam nào đạt được. "Cụ bà kỷ lục" còn khá minh mẫn, chỉ ăn rau trồng trong vườn và cá đánh bắt ngoài đồng, ngoài sông, hàng ngày vẫn nấu cơm, quét dọn nhà cửa giúp con cháu. Cụ nói hãy yêu thương mọi người, tâm hồn thanh thản thì sẽ sống lâu.

Ở Bolivia có một cụ ông chăn nuôi gia súc được cho là đã bước sang tuổi 123. Truyền thông Bolivia đưa tin cụ ông Carmelo Flores Laura vừa bước sang tuổi 123 vào tháng 7. Cụ ông thuộc bộ tộc Aymara, sống trong một ngôi làng hẻo lánh ở độ cao 4.000m trên dãy núi Andes, gần hồ Titicaca của Bolivia.

Dù đã 123 tuổi cụ vẫn khỏe mạnh và minh mẫn. Cụ không cần phải chống gậy hay đeo kính nhưng để cụ nghe được thì người nói phải ghé sát vào tai.

Bí quyết trường thọ của cụ Carmelo rất đơn giản là đi bộ nhiều, thường đi dạo với vật nuôi. Cụ không ăn mỳ hay cơm, không uống rượu, chỉ ăn lúa mạch và uống nước suối chảy xuống từ đỉnh núi băng Illampu, một trong những ngọn núi cao nhất ở Bolivia. Thỉnh thoảng, cụ mới ăn thịt cừu và thịt heo.

Cụ có 3 người con, 16 người cháu, 39 chắt. Hiện cụ chỉ còn duy nhất một người con còn sống tên là Cecilio, 67 tuổi. Vợ cụ cũng qua đời cách đây 10 năm.

Như vậy, theo cái nhìn của nhà Phật thì người sống lâu là người có phước nhiều hơn người yểu thọ. Lý giải điều này, kinh điển Phật giáo cho rằng người yểu mạng do tâm sát sanh nhiều quá. Cho nên sanh làm người mà được sống thọ là thành công. Hiểu được nhân quả của sự sống thọ hay yểu thọ, quý vị đang ngồi đây hãy cố gắng tu hành tinh tấn, ăn chay, niệm Phật nhiều hơn để gieo nhân lành cho đời này, đời sau.

Sư có biết một chị Phật tử cũng thích làm thơ. Nhà chị ở đường Phan Văn Trị quận 5 TPHCM, là phố bán thịt heo quay nổi tiếng. Chị đã viết bài thơ như vầy: "Thầy dạy con phải ăn chay. Cổng chùa lại bán thịt quay quá nhiều. Không ăn thì sợ thịt thiu. Sợ người bán ế con liều bỏ chay". Đây chỉ là một bài thơ tự trào cho cái thói tham ăn thường tình của con người mà thôi. Quý vị đã từng quy y, thọ 5 giới, trong đó có giới cấm sát sanh. Sát sanh không chỉ là giết trực tiếp mới phạm giới. Quý vị giết chúng sanh trong tâm mình cũng là phạm giới rồi. Tâm tác ý giết chỉ cần có nhân duyên đầy đủ sẽ hành động giết. Cho nên tâm sát sanh hại vật nhiều thì sẽ yểu thọ. Tâm từ bi giữ giới không sát sanh thì sẽ sống lâu. Kinh Pháp cú Phật dạy: Dù sống trăm năm mà không có giữ giới

và tu thiền thì thua một người sống một ngày mà có giữ giới và tu thiền. Chúng ta sống quanh năm chìm đắm trong tham sân si, nhiều người không biết bố thí, tu thiền, niệm phật, tâm dè sẻn, chắt bót, tranh giành, đố kỵ. Chúc mừng quý vị đã đến chùa, tu tập, dù chỉ một ngày cũng là gieo nhân thiện lành, cũng là một ngày giải thoát an lạc.

Nếu không biết tu (sửa tâm sửa tánh), thì chúng ta dễ phạm sai lầm, dễ vi phạm pháp luật. Cho nên con đường vào tù bên kia của nhiều người cũng là kết quả của sự thất bại không cứu vãn được.

Trong nhân cách

Có những thành công, thất bại trong trong sự nghiệp, trong gia đình, trong tình yêu và cả trong nhân cách. Một con người thường có hai vẻ đẹp. Vẻ đẹp bên ngoài là tướng mạo, mặt mũi, tay chân. Vẻ đẹp bên trong là nhân cách, cách sống, là tâm hồn, là học thức. Có người sanh ra đời tướng mạo xấu xí, nếu nhìn vẻ bên ngoài thì đó là sự thất bại. Có người sanh ra mắt mũi miệng nét nào cũng đẹp. Nhiều người nói tu không cần tướng, xấu dễ tu hơn. Hãy nhớ Đức Phật sanh ra đời đã có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp. Điều đó nói lên có phước mới có hảo tướng. Những người mẹ sanh con ra, thấy con mặt mũi không đẹp thì cũng khổ tâm. Nhưng nếu đứa con bị tâm thần lại càng khổ hơn. Thôi thì nếu xấu một chút cũng không sao còn hơn không tỉnh trí, lúc nào cũng ba lơn, cũng khùng khùng thì càng đau xót hơn. Như vậy, đối với bậc cha mẹ, cái tánh, cái nết của đứa con rất quan trọng. Tục ngữ Việt Nam có câu: "Cái nết đánh chết cái đẹp" hoặc câu: "Tốt gỗ hơn tốt nước sơn". Tướng đẹp, thông minh nhưng ác độc, gian trá,

xảo quyệt, ích kỷ, tham lam thì chẳng bằng xấu mà chân thật, sống yêu thương, chia sẻ, giúp đỡ mọi người. Nhà Phật gọi đó là đức hạnh, là nhân cách cao thượng. Người tu phải rèn luyện đạo đức, nhân cách.

Có phạm hạnh, có đạo đức thì đó chính là ngọc quý, là tài sản vô giá của người tu mà ta không sợ bị ai đánh cắp. Vẻ đẹp của tâm hồn, của nhân cách, của phạm hạnh rất quan trọng. Tuy nhiên tướng mạo đối với người tu cũng phải lưu ý. Thuở còn tại thế, Phật không cho phép những người bị dị tật xuất gia để tránh sự chế giễu của dân chúng đối với Tăng đoàn của Đức Phật. Người tu cần trau dồi tư cách và đạo đức, nói chung là oai nghi. Đó là nét đặc biệt của người tu. Các vị đang tập tu ở đây hãy cố gắng chú ý điều này để giúp mình ngày càng tốt hơn trong trong việc nuôi dưỡng, rèn luyện thân tâm. Một người tu cần có nét đẹp bên ngoài tạm gọi là dung nhan và nét đẹp bên trong gọi là đạo đức. Những cử chỉ bên ngoài, lời nói từ tốn, điềm đạm, sự thanh thản, ung dung cho ta biết người tu ấy có trí tuệ, nội tâm thanh tịnh, sáng suốt, kiểm soát kỹ lưỡng lời nói, hành động của mình. Qua đó, ta thấy phong cách, cử chỉ bên ngoài toát lên uy nghi, đẹp đẽ, trầm tĩnh. Vẻ đẹp này có được là do trí tuệ. Cho nên người phân tích, lý luận phê bình giỏi, làm văn thơ giỏi, vẽ giỏi, hát giỏi, toán học giỏi, đó chỉ là người trí thức mà thôi. Còn người tu, người đang đi trên con đường giải thoát có thể gọi là hành giả tâm linh là những người có nội tâm thanh tịnh thì sự đi đứng, ăn nói chắc chắn phải đàng hoàng, phải oai nghi. Ví dụ người tu có thể kiểm soát được những cử chỉ rất nhỏ như ánh mắt, âm thanh lời nói, nụ cười. Ánh mắt của người thanh tịnh thường nhìn đúng nơi đúng chỗ, bình thản, hiền lành,

không nhìn trừng trừng hay nhìn láo liên, nhìn đảo qua đảo lại. Người tu không cười hô hố, cười ha hả, cười sằng sặc, cười ngặt nghẽo, cười ruồi, cười cầu tài, cười nịnh, sẽ mất đi oai nghi. Chúng ta phải biết mức độ vui của câu chuyện mà nở nụ cười tươi hay cười mỉm để không mất tự chủ trong giao tiếp. Nếu quý vị tập được như vậy là quý vị thành công, được mọi người tôn trọng, quý mến.

Ngoài ra, nếu quý vị phát tâm bố thí cúng dường bông hoa trên bàn thờ Phật, bàn thờ ông bà tổ tiên, hoặc cúng dường vải vóc, y phục , thực phẩm cho người xuất gia tu hành thì đó là nhân để sanh phước tướng, phước vô lượng vô biên. Phước tướng có do phước đức tạo. Phước đức có do phạm hạnh có. Thế nào là phạm hạnh tốt? Hạnh tốt là thân không sát sanh, trộm cắp, tà dâm; khẩu không nói dối, nói lời chia rẽ, độc ác; ý không tham, không sân, không si. Con người luôn nói lời độc ác, chia rẽ, nói xấu, nói xỏ xiên, nói đâm thọc v.v. thì không thể lớn mạnh trong pháp và luật, không làm chức vụ lớn được do không có uy tín. Người tu phải tin nhân quả nghiệp báu. Không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu để tạo nhân thiện lành cho đời này, đời sau.

Trong hôn nhân gia đình.

Trong cuộc sống, người ta thường bị khổ về tiền và tình. Người vợ có chồng ngoại tình rất đau khổ. Người chồng có vợ ngoại tình cũng rất đau khổ. Có người tự tử vì thất tình. Có người đi tu vì thất tình. Có người điên dại vì thất tình. Chớ nên làm vậy. Người nam và người nữ giống nhau ở cái khổ này. Ai sống tà hạnh là phạm tội nặng. Tội tà dâm là tội sa

đọa 4 đường ác đạo, nếu lấy chồng lấy vợ thì luôn đau khổ vì tình, không bao giờ hạnh phúc. Người nam phạm tội tà dâm nhiều thì tái sanh làm người nữ, hoặc thấp hơn. Do vậy, làm người phải cố gắng giữ nhân cách đàng hoàng, đừng làm khổ người, khổ mình. Làm được vậy coi như ta đã thành công.

Trong cuộc sống hằng ngày

Còn khẩu nghiệp của chúng ta cũng tàn khốc lắm. Miệng này mênh mông tội lỗi. Nếu quý vị tu hành biết để tâm lên miệng thì miệng này sẽ nói những lời tốt đẹp, những lời hiền lành làm vui lòng người khác. Nếu không có tâm để lên miệng này thì miệng này sẽ nói những lời đâm thọc, chia rẽ, ác độc hoặc "nổ", hoặc "tám", hoặc nhiều chuyện, "buôn dưa lê" thì chỉ tạo ra ác nghiệp mà thôi. Đó là thất bại. Cho nên người tu phải lưu ý cái miệng. Ông bà xưa nói: họa từ miệng mà ra, bệnh từ miệng mà vô. Con ếch nằm dưới giếng, cứ nằm im là được rồi, tự dưng kêu lên mấy tiếng làm chi cho người ta nghe mà đến bắt đem về lột da, xẻ thịt. Đó là họa từ miệng mà ra. Còn bệnh từ miệng mà vô thì ở thời nay nhiều vô số kể: ăn uống không kiểm soát là thành "đường tăng". Ngày nay, người ta dùng hóa chất trong chế biến thực phẩm không sao kể hết. Sáng đi ăn bún bò trong đó sợi bún được ngâm phoocmon ướp xác người chết, bỏ thêm một ít tương ớt làm bằng gạch non, thêm một đĩa rau phun thuốc tăng trưởng siêu tốc. Trưa đi ăn cơm nấu bằng gạo ngâm bột nở từ 1kg nấu thành 5kg, thịt gà ôi thiu nhập từ Trung Quốc. No bụng thì uống 1 ca trà đá nước máy. Tối không muốn ăn cơm, đi ăn phô mai que làm bằng cao su, tráng miệng bằng ly rau má xay từ lá chuối xanh. Khuya đói quá đi ăn hủ tíu bò viên làm bằng thịt chuột. Không sao kể hết những cách chế biến thực

phẩm hiện nay ở khắp mọi nơi đều có chung một kiểu lừa đảo, mất vệ sinh và không an toàn như thế đối với sức khỏe. Cho nên kiểm soát cái miệng của mình cho tốt cũng là một sự thành công. Bằng ngược lại là thất bại rồi vậy.

Một đứa bé 7 tuổi, mỗi ngày ghiền uống 3 chai nước ngọt, cha mẹ cưng chiều cho uống như vậy trong 2 năm liên tục nên bị bệnh tiểu đường. Cho nên cái gì cũng vừa phải, đừng thái quá. Quý vị phải biết hàm dưỡng cái miệng của mình để ngăn ngừa tai họa và bệnh tật.

Ở các nước phương Tây người ta quan niệm có nhiều tiền là biểu hiện của thành công. Có tiền mới có nhà to, có xe đời mới. Có nhiều tiền chứng tỏ là công ăn việc làm tốt. Cho nên những người ở các nước phương Tây thường thể hiện sự có tiền của mình bằng cách sắm nhà cửa, sắm du thuyền, máy bay riêng và đi du lịch. Ai đi du lịch, da rám nắng nhiều (vì thường người phương tây nước da trắng) là người đó có tiền, là thành công trong cuộc sống. Nhưng ở phương Đông, quan niệm về thành công có khác biệt. Ví dụ ở đất nước Bhutan là đất nước nghèo duy nhất trên thế giới còn rừng nguyên vẹn. Năm 1972, Quốc Vương Bhutan là Jigme Singye Wangchuck đã trả lời "không" trước nỗ lực toàn cầu hóa của thế giới phương Tây bằng lời tuyên bố nổi tiếng: "Bhutan không có cái gọi là Tổng Sản lượng Quốc gia nào cả, chúng tôi chỉ có cái gọi là Tổng Hạnh phúc Quốc gia mà thôi". Đất nước nhỏ bé bên rìa ngọn Hymalaya này chỉ có khoảng 750.000 người dân với diện tích 47.000 km và được liệt kê là một trong những quốc gia nghèo nhất trên mức thang phát triển. Nhưng nếu căn cứ vào chỉ số hạnh phúc thì Bhutan đứng hàng đầu thế giới. Chỉ số hạnh phúc được dựa trên các tiêu chuẩn: tự túc kinh tế, môi trường trong sạch, bảo tồn và phát huy văn hóa.

Người dân Bhutan quan niệm hạnh phúc là tự hài lòng với chính mình, với những gì mình có và không tham lam. Đáng chú ý là từ năm 1984 - 1998 tuổi thọ của người dân Bhutan đã tăng thêm 19 năm. Đó là thành công của đất nước Phật giáo Bhutan về mặt hạnh phúc và chất lượng cuộc sống.

Thành hay bại cũng cần biết làm phước

Cho nên, ở một mặt nào đó, ta có tiền bạc, có tài sản cũng có thể gọi là thành công nhưng nếu không biết làm phước thì coi như ta hưởng phước cũ, không tạo phước mới. Ai cũng biết người giàu sang do phước đức. Người ít của cải, tiền bạc là kém phước. Người nào bố thí nhiều trong kiếp này và trong kiếp quá khứ cho quả là có nhiều của cải. Phật dạy: "Đường tu bố thí đứng đầu". Bố thí là xả bỏ tâm hẹp lượng, ích kỷ để tăng trưởng tâm rộng lượng, tâm từ bi. Người bố thí càng nhiều thì phước trổ càng nhiều, của cải phát sanh càng nhiều. Người thế gian không biết nên cho rằng bố thí thì mất. Chuyện kể ông Cấp Cô Độc khi đắc quả Tu Đà Hườn, mỗi ngày thỉnh từ 500 đến 1000 chư tăng đến nhà cúng dường. Mỗi khi cúng dường chư Tăng, toàn thể gia đình vợ chồng, con cái xuống đất ngồi để tỏ lòng cung kính vì thánh Tăng tới nhà. Ông cúng dường được nhiều năm như vậy. Một hôm thấy lương thực thực phẩm trong kho dường như đã cạn, ông bèn nói sẽ mở kho khác để cúng dường. Tối đó vị Chư thiên ngụ ở trong nhà nghe ông nói vậy nhưng do hiểu sai ý của Cấp Cô Độc nên cứ bay tới bay lui trong nhà. Sau đó, vị chư thiên nói với Cấp Cô Độc rằng: Ông cúng dường nhiều quá nên tài sản hao hụt nhiều, tôi khuyên ông đừng bố thí nữa. Vì Cấp Cô Độc là bực thánh Tu Đà Hườn nên có lòng tin bất thối và giới trong sạch. Ông nói với vị chư thiên rằng: "Ông

không hoan hỷ trước sự làm phước bố thí cúng dường của tôi thì thôi, ông đừng ở trong nhà tôi nữa, vì tôi có tâm thí mà ông không có tâm thí, vậy hai cái tâm này không đồng nhau, không đồng tâm thì ông đi ra khỏi nhà tôi". Đời sống chư thiên là chỉ ở duy nhất một chỗ, không dời đổi. Nhưng do phạm đến bực thánh Tu Đà Hườn, phạm đến thánh Tăng nên vị chư thiên ở lâu nay trong nhà ông Cấp Cô Độc bị đuổi. Vị chư thiên bèn cầu cứu vua trời Đế Thích. Để giúp vị chư thiên, vua trời Đế Thích nói rằng: "Ông Cấp Cô Độc có tài sản rất nhiều. Mấy năm qua có những trận lũ lụt cuốn trôi mất tài sản của ông ấy. Vậy ông hãy dùng năng lực của mình lấy lại những tài sản này về cho ông Cấp Cô Độc". Sau đó, vị chư thiên làm y như vậy và sám hối với ông Cấp Cô Độc nên vẫn được ở như cũ.

Nếu hai người ở chung thì phải đồng thí, đồng tín, đồng giới mới ở chung với nhau hòa hợp được.

Chồng có lòng tin với Phật, Pháp, Tăng mà vợ không tin thì không được. Ngược lại, vợ có tâm bố thí mà chồng không thích thì cũng không êm ấm trong gia đình. Chồng có tâm giữ ngũ giới, mà vợ không có tâm giữ giới thì sống chung với nhau cũng khó lòng hạnh phúc. Nếu quý vị có tâm tu, giữ giới trong sạch thì đời sau tái sanh trong gia đình có những người đồng tâm tu như vậy để làm quyến thuộc với nhau.

Chúng tôi dự lễ chúc thọ tại một nhà nọ, bà cụ 80 tuổi xin quy y, nhưng ông chồng không muốn quy y, ông nói là học đạo làm người được rồi. Chúng tôi nói: Con cháu trong dịp Vu lan muốn báo hiếu, cụ bà muốn quy y, cụ ông không quy y thì coi như hai người không đồng tâm, đồng tín, đồng giới rồi. Như vậy, về mặt tâm linh, từ đây về sau coi như ông mất bà.

Nếu kiếp sau có người khác cũng quy y, giữ giới như bà họ sẽ rước bà. Suy nghĩ một hồi sau đó ông chịu quy y Tam bảo.

Có tiền là thành công, không tiền là thất bại. Nhưng nếu có tiền biết làm phước, biết làm từ thiện là vừa hưởng phước cũ, vừa tạo phước mới. Ngược lại, không biết làm phước là tiêu xài hết phước cũ, nếu còn ăn chơi thì đó là tai họa.

Có ba loại phước

Kinh điển Phật giáo dạy có 3 loại phước: Phước vật (bố thí), phước đức (giữ giới), phước trí (tu thiền). Quý vị thích hợp cái gì mình làm phước đó. Đừng bao giờ mặc cảm không có tiền nên không đi chùa. Vì mình tới chùa tu để tạo phước, phước đức, phước trí. Đời sống của người xuất gia là không giữ tiền bạc. Phật cho bình bát, bộ y để đi tu. Cho bình bát giống như cho bồ lúa. Ôm bát xin ăn là hạnh người tu Phật, là bài học khiêm tốn, vô ngã, tập buông xuống cái tôi, cái ta để giải thoát, giác ngộ. Ôm bát đi xin thì mặt phải trang nghiêm, thanh tịnh, mắt phải ngó xuống đất thì người ta thấy thương mới cho, còn đi nghinh nghinh, hất mặt lên trời thì ai mà cho. Nói vui vậy để chúng ta thấy hạnh khiêm tốn, kham nhẫn là tài sản quý báu của người tu. Đôi lúc người có tiền nhiều khó tu hơn người không có tiền. Vì suốt ngày lo sợ tài sản mất mát, thất thoát nên tu không được. Đức Phật lúc ở hoàng cung kín cổng cao tường, có binh lính bảo vệ vậy mà vẫn sợ kẻ địch ám hại. Nhưng khi xuất gia rồi Ngài ở trong rừng, có khi ở trong ngôi nhà trống, không ai canh gác mà lại không sợ gì cả, tâm thanh thản nhẹ nhàng.

Tu là một lựa chọn của người thông thái

Do vậy có những cái đối với người thế gian thì thành công nhưng đối với người tu đó là chướng ngại, là thất bại. Người

tu phải tập buông xả. Ví dụ, chưa tu thì thích nơi đông vui, nhóm họp bạn bè. Tu rồi lại thích nơi thanh tịnh, vắng vẻ, ít người. Nhưng quý vị phải biết cho thật sâu sắc điều này, dù ở trong cảnh vắng vẻ hay ồn ào, thật ra, cái tâm quý vị vẫn dính chặt với sự ưa thích. Nay thích cái này, mai thích cái kia. Sự thay đổi không diễn ra nơi tâm quý vị. Chỉ là thay đổi hoàn cảnh môi trường từ động sang tĩnh, từ đông vui sang vắng vẻ mà thôi. Còn cái tâm của quý vị vẫn bám theo sắc, thinh, hương, vị, xúc, pháp mà buồn ưa, thương ghét không ngừng. Do vậy, người tu phải giả dại, giả câm, giả ngu, giả điếc mới tầm đạo cao. Nếu không sẽ bị vướng. Mắt thấy nhiều quá nên bị dính, bị nổi khùng, tai nghe nhiều chuyện quá nên bị ô nhiễm, miệng nói nhiều nhưng không có chánh ngữ. Chúng ta vờ như người câm, điếc, mù chứ không hẳn mù thiệt đó nhé.

Khi quý vị ngồi đây nghe Pháp, hãy hoan hỷ vui mừng vì mình đã chiến thắng được mình, mình đang sống có tôn trọng pháp luật, có nhân văn. Như vậy là mình đã thành công.

Đối diện chúng ta bên kia là những người đã từng thất bại. Họ ở đó trong lao tù vì một giây phút si mê lầm lạc, làm điều bất chánh, phạm pháp. Thấy cảnh đời như vậy, quý vị hãy quay trở vào bên trong tâm mình để giữ giới cho tốt, giữ thân khẩu ý trong sạch, đó là ta giữ mình cho được sự yên vui, tránh cho ta những thất bại đáng tiếc trong cuộc đời. Nhiều khi ta phạm giới trong tâm thường xuyên mà ta không hay đó quý vị. Nhưng lương tâm hoặc nhân quả đời sau xét xử chúng ta. Cho nên người tu làm gì cũng phải nghĩ đến hậu quả của nó. Người tu ngồi đây là thành công trong pháp và luật. Ta giữ giới, tham thiền là ta đã chiến thắng tâm thức điên đảo của chúng ta. Vì ta có nhiều thử thách lắm. Quyết tâm cao mới đến chùa tu một ngày được. Đây là chiếc thuyền ngược bờ mê. Ta phải có niềm tin, ý chí, nghị lực mạnh mẽ. Dù có

sóng gió phong ba người tu phải trang bị áo giáp cho mình đó là sự nhịn nhục. Tu càng cao thì ma quỷ thử thách càng nhiều. Ma quỷ ở đây ám chỉ ma tâm, là thân ngủ uẩn, cũng có thể là những người vô hình. Nên khi gặp nghịch cảnh chướng duyên mình càng lớn mạnh.

Cuộc đời đức Phật gặp không ít nghịch cảnh, Ngài bỏ ngai vàng, rời xa Da Du Đà La, từ bỏ vua cha Tịnh Phạn. Người thế gian kết tội Ngài là bất hiếu, là không bình thường, phụ tình, thiếu trách nhiệm với vương triều, với Ca Tỳ La Vệ. Như thế có thể nói Sĩ Đạt Đa thất bại. Ở Việt Nam, vua Trần Nhân Tông bỏ ngôi hoàng đế khi mới 35 tuổi lúc đất nước đang vui hưởng thái bình. Đó chính là sự từ bỏ vĩ đại nhất của một người đã giác ngộ. Kiếp người qua nhanh, cuộc sống hưởng thụ không phải là tất cả ý nghĩa. Nghiên cứu dòng thiền Trúc Lâm chúng ta thấy trước đó và sau này chưa có ai như Trần Nhân Tông. Một người có uy quyền, bách chiến bách thắng trước quân xâm lược Nguyên Mông, là người đã lấy chữ Nôm để sáng tác văn thơ, không lệ thuộc vào chữ Hán của Trung Quốc. Nhưng khi hòa bình bèn nhường ngôi cho con và biến Phật giáo thành quốc giáo, xây nhiều chùa, in nhiều kinh điển, mặc áo nâu song đi đó đi đây thuyết pháp giảng kinh. Người đương thời không hiểu cho đó là không bình thường. Vì những gì Ngài từ bỏ là những gì họ vô cùng ước ao, thèm muốn.

Ngày giỗ của Phật Hoàng Trần Nhân Tông là ngày lễ chung của Phật giáo. Có biết bao nhiêu sách vở, công trình nghiên cứu về Trần Nhân Tông, về cuộc đời và hành đạo. Cuộc đời Phật Thích Ca cũng vậy. Bốn mươi lăm năm hoằng dương giáo pháp cũng rất khổ ải, gian truân. Bởi có người ủng hộ và có người không ủng hộ. Quý vị tu phật thất ở đây ai nói dèm pha gì cứ nói, minh tu cứ tu, thời gian sẽ trả lời. Hãy xem như

mình đang lái thuyền vượt bờ mê. Ai tỉnh mới thấy mình, ai mê sao thấy được. Chưa thử sức thì chưa biết hết năng lực của mình. Đừng để đến ngày mai những việc gì ta có thể làm hôm nay. Nếu vấp phải trở ngại nào, ta nên bền chí, kiên nhẫn. Hãy nhớ, tu nhiều bị khảo nhiều, càng khảo thì càng trang bị pháp nhịn nhục và khiêm tốn. Đây là bùa hộ mệnh của chúng ta. Trong cuộc sống, có hai loại người: người làm nên chuyện và người tuyên bố mình làm nên chuyện. Quý vị thích mình như thế nào? Khi vàng thô đã được nấu thành vàng ròng rồi thì chẳng bao giờ trở lại làm vàng thô. Khi đó, chỉ có "sự im lặng của vàng" kia mới "thật nói" được "thật tánh" và "thật tướng" của vàng ròng kia vậy. Người tu chẳng tự nói cảnh giới chứng đắc của mình bao giờ. Họ như vàng ròng im lặng trong biển lửa sôi sục.

Sự thành công trong thế gian khác với trong đạo. Đôi lúc thành công của thế gian là thất bại trong đạo. Đôi lúc thất bại trong đạo là thành công đối với người thế gian. Chúng ta tu tập không phải một sớm một chiều mà thành công. Chúng ta sẽ thành công từ những thất bại. Hôm qua ngồi thiền không có định tâm, thân đau, lưng mỏi, nhưng hôm nay ta sẽ ngồi thiền tốt hơn. Đừng vội chán nản khi có một thời thiền thất bại. Nhờ sự thất bại đó mà lần sau ta sẽ ngồi thiền thành công. Khi ta vui với cái mà ta chọn, ta sẽ thành công. Thành công là khi ta đạt được thứ ta muốn. Quý vị muốn sống an lạc trong hiện tại thì quý vị phải tu hành, phải buông xả, phải có tâm từ bi hỷ xả.

Đối với người tu, thành công là có tâm từ bi hỷ xả, có hiếu với cha mẹ, kính trọng người trưởng thượng, thực hành giới định tuệ, sống an vui, làm chủ chính mình tiến tới giải thoát niết bàn. Đó là thành công của người tu hành. Đường tuy gần nhưng không đi, không bao giờ đến, việc tuy nhỏ không làm

chẳng bao giờ nên. Làm thì khi thành khi bại. Nhưng quý vị hãy nhớ nếu chẳng may ta phạm lỗi lầm, ta thất bại thì cuộc sống vẫn luôn có cơ may để chúng ta thay đổi, chuộc lại lỗi lầm. W. Gơt - một nhà thơ người Đức đã nói: "Những cái cây mạnh nhất, cao nhất thường mọc trên những mảnh đất cằn cỗi nhất". Không tự tin là nguyên nhân gây ra tất cả thất bại. Điều khôn ngoan nhất là phải luôn ghi nhớ rằng không thành công hay thất bại nào là cuối cùng.

Mong sao quý vị mỗi khi thất bại, vấp ngã sẽ đứng lên ngay chỗ mình vấp ngã chứ không nằm lì ra đó. Và những ai thành công, hãy tự nhắc mình, đây không phải là thành công cuối cùng./.

2. HỌC CÁCH THỰC HÀNH HẠNH BỐ THÍ[1]

Hôm nay, ngày 4 tháng 9 năm Ất Mùi, gia đình của cô Lưu Lệ Thủy cùng bạn bè quyến thuộc đến tổ đình Bửu Quang cúng dường trai tăng đến Tăng Ni đang an cư kiết hạ tại đây. Chúng tôi biết gia đình qua chú Mười và cô Mai là những Phật tử hộ pháp và rất thuần thành, ngoan đạo, gia đình cũng có cô Tu nữ Quang Hồng, sư Minh Hữu tu tại Bửu Quang. Chúng tôi đi Mỹ cũng có gặp chị Thủy 2 lần ở thành phố San Rafael, Tiểu bang California. Ở Hoa Kỳ thành phố này rất đẹp, sơn thủy hữu tình.

Hôm nay gia đình thật hữu duyên bố thí cúng dường cho Tăng Ni tại chùa Bửu Quang và yêu cầu sư thuyết bài pháp ngắn để đầy đủ phước báu có tài thí và pháp thí để phước báu trọn vẹn.

Đức Phật dạy bố thí có 3 loại: Tài thí, Pháp thí, Vô úy thí. Thế nào gọi là vô úy thí. Có nghĩa là bố thí những gì đem lại sự không sợ như phóng sanh. Chẳng hạn như mua chim mua cá rồi thả phóng sanh, v.v… tức là những loài chim đang ở trong lồng thì nó sợ sệt bây giờ mình mua rồi phóng sanh để nó tung cánh bay, để nó tự do; hay loài cá mà đang bị bắt sắp chết thì mình mua phóng sanh thì gọi là vô úy thí. Còn quả báo của vô úy thí là mình sẽ sống được cuộc sống tự do, nhàn hạ, không sợ hãi. Điều quan trọng nữa là tuổi thọ mình tăng. Cho nên, người nào bị bịnh thì có thể bố thí dạng này để tăng

1. Giảng đường: Chùa Bửu Quang 16/10/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến

tuổi thọ. Có những người đi mua loài thú như rùa, những con sống lâu bố thí để họ mong cầu sống lâu.

Nhưng có điều ta phải suy nghĩ ở đây là chúng ta bố thí vô uy thí thì chúng ta cũng phải suy nghĩ xem mình phóng sanh hay sát sanh. Tinh thần phóng sanh rất tốt nhưng làm không khéo sẽ thành hại vật hay sát sanh. Tại sao tôi đặt ra vấn đề này? Chẳng hạn có người mua ếch, nhái, cá nước ngọt mà họ đem ra ngoài xa, biển Vũng Tàu, đi xa ra ngoài chứ không chịu thả ở trong vì nghĩ thả ở trong người ta bắt. Quý vị nghĩ biển rộng mênh mông mà thả con ếch mút ngoài xa vậy sao nó bò vô được. Cá nước ngọt mà thả ở nước mặn thì sống được không. Mua cá phóng sanh mà dòng sông kênh Nhiêu Lộc ở thành phố nước đen dữ lắm, mình bỏ nó xuống liệu nó có sống được không. Như vậy thành ra sát sanh chứ không phóng sanh. Chúng tôi có quen vị sư đó năm nay cũng hơn 70 tuổi. Sư đó quen một gia đình ở dưới Long An. Đầu tiên gia đình muốn quy y. Sư cụ dạy trước khi quy y phải phóng sanh. Thế là mấy con heo đang nuôi ở nhà, chó, gà đem đi phóng sanh hết. Chúng tôi nghe vậy cũng tò mò tìm hiểu xem phóng sanh ở đâu.

Thầy trò thuê chiếc xe lên Láng Le bầu cò, thả con heo xuống, thả gà xuống với tác ý phóng sanh. Chúng tôi nghe qua lặng đi vài giây. Sau đó thầy trò về quy y. Chúng tôi nghĩ con heo mà thả ở đó thì nó ăn cái gì. Ở nhà người ta cho nó ăn chứ ra đó nó ăn cái gì. Thứ 2 là thả trong khu vực đó nó không phải rừng già. Mà heo ở nhà thả vô rừng già hay rừng non thì nó cũng không sống được mà gặp mấy ông kiểm lâm thì nó thành heo quay. Cho nên phóng sanh phải có trí tuệ hiểu biết chứ không khéo thì phóng sanh trở thành sát sanh. Cố nhiên

phóng sanh là có phước nên người nào hay bịnh hoạn hay sợ hãi thì mình nên phóng sanh. Bố thí vô úy là đem lại sự không sợ hãi đến với chúng sanh đó thì giúp ta có cuộc sống thoải mái an vui.

Thế nào gọi là bố thí pháp, có nghĩa là mình giảng dạy những lời dạy của Đức Phật, là mình thuyết Phật ngôn, những lời dạy của Đức Phật để người nghe chuyển hóa tâm tánh. Có những người nghe bài pháp mà đúng vào tâm ý thì có thể thay đổi tâm tánh từ người bất thiện trở thành thiện, từ phàm thành thánh, từ người chưa có lòng tin tam bảo mà nghe pháp xong thì có lòng tin tam bảo. Cho nên, việc bố thí pháp phước nhiều vô lượng vô biên.

Trong pháp cú có dạy trong các sự thí thì thí pháp là thắng các loại thí nên quý vị phải phát huy lãnh vực bố thí pháp. Bố thí pháp không chỉ có nghĩa là nhà sư thuyết pháp giảng đạo, không phải chỉ có nhà sư mới làm việc này mà cư sĩ tại gia cũng làm được. Thông thường ta hiểu bố thí pháp là vị pháp sư ngồi trên pháp tòa thuyết pháp cho đại chúng nghe. Mình phải hiểu ai cũng có thể bố thí pháp được, ví dụ gia đình chị Lệ Thủy hồi xưa biết được Phật giáo, thì ai là người gieo duyên cho chị đến với Phật giáo thì người đó là bố thí pháp, đó tức là người dẫn dắt đầu tiên. Người dẫn dắt đầu tiên có thể không là nhà sư hay tu nữ, cũng có thể là ông bà Mười cho nên ông bà cũng là bố thí pháp đó. Mặc dù ổng không lên pháp tọa, không thuyết pháp giảng đạo, chỉ kêu cô Thủy lên chùa bố thí, quy y, cúng dường v.v… có thể mình làm theo thì ông bà Mười mặc nhiên thành người bố thí pháp. Mình hướng dẫn quy y bố thí, ngồi thiền mà người ta làm theo có hữu dụng thay đổi tâm tánh thì coi là bố thí pháp.

Giả dụ chị Thủy biết Phật pháp rồi, đi về động viên ông xã đi chùa ngồi thiền mà ông xã nghe, ổng chịu đi chùa, chịu ngồi thiền, chịu quy y, chịu ngồi đây nghe pháp thì chị là người bố thí pháp. Chúng tôi nói như vậy là để cho chúng ta thấy rằng vai trò bố thí pháp rất quý. Chẳng hạn thời buổi hiện đại bây giờ một số lớn sử dụng internet, facebook, mà giờ trên đó xấu có, tốt có. Mình lên đó cũng có thể bố thí pháp. Mình thấy bài pháp nào hay quá thì 'like' có nghĩa là 'thích' tức là đang tùy hỷ, like xong thì 'share' tin đó cho bạn bè mình xem, thì các bạn mình biết thông tin đó, biết bài pháp đó, biết video đó thì trong 5000 người bạn mình cũng có thể có người ngộ.

Còn bây giờ mình không lên mạng thì thấy đĩa đó hay, băng đó hay thì có thể sao chép tặng, thấy cuốn sách hay quá thì phô-tô hay xuất bản tặng bạn bè, Phật tử thân quen. Quả phước người bố thí pháp giúp ta có trí tuệ thông minh sáng suốt nếu còn sanh tử luân hồi thì ta có trí, học cao, hiểu rộng, may mắn khoa bảng; còn sâu xa của bố thí pháp là gieo duyên đắc quả ngày vị lai. Còn ngược lại là bỏn xẻn pháp. Tức là những quyển sách hay băng giảng mình thích, mình không muốn chia sẻ cho ai hết, mình giữ trong phòng, đây là pháp hay mình chỉ muốn một mình hiểu thôi, không cho ai hiểu hết. Bỏn xẻn đó là nguyên nhân sâu xa hạn chế thông minh, làm xa rời Phật pháp. Con người mình quý nhất là thông minh, trí tuệ mà mình bỏn xẻn pháp đó thì kém đi thông minh, sẽ thấy con đường đi đến níp-bàn xa xôi dịu vợi.

Thế nào là bố thí, cúng dường. Bố thí là mình cho đi, chẳng hạn việc làm bố thí của Anh chị hôm nay là bỏ tiền ra cúng bữa ăn cho tăng ni tu học, đây là bố thí vật thực. Bố thí vật thực là cho sức lực. Hay mình mua áo cúng cho chư tăng. Con người đẹp nhờ lụa, mặc y vô thấy đẹp lên, quý vị mặc

áo mới vô thì nhìn thấy lạ ra, đẹp ra. Dịp năm mới, mặc áo mới thấy ai cũng lạ. Bố thí y phục cho sắc đẹp. Mình cho đi những vật dụng, mua đồ cúng dường thì có phước báu. Bố thí vật thực cho sức lực, bố thí y phục cho sắc đẹp, bố thí đèn đuốc cho mắt sáng, bố thí xe thuyền cho an vui, bố thí trú xứ cho tất cả, bố thí vật vừa lòng được vật vừa lòng. Bố thí vật gì thì có quả đó.

Bên cạnh đó, Phật dạy muốn phước trọn vẹn thì có 3 điều kiện: phải có vật thí, tâm thí và đối tượng thí. Tâm thí là trong lúc bố thí hoan hỷ, đang bố thí hoan hỷ, sau bố thí hoan hỷ. Cho nên, tâm mình vui, cho người ta thì cười chứ cho mà cái mặt tiếc của thì còn hạn chế. Tâm thí trước khi mình làm thì ngủ cũng nôn nôn lo lo giống như vui thích, chút xíu tăng lên chứng minh, mình cúng, tâm mình vui thích, vui vẻ; sau khi làm nhớ lại vẫn vui vẫn thích chứ bố thí xong về Mỹ mà thấy tốn tiền quá, tiếc của thì hậu thí không được vui. Nên giữ tâm mình hoan hỷ, vui thích sung sướng hoan hỷ trong thiện pháp mình đã làm, mình nghĩ rằng làm cái này tin vào nhân quả nghiệp báo, tin tội phước nên tâm hoan hỷ. Bố thí phải có vật thí. Vật thí có thể là cái ly, bữa ăn, bình bông, trái cây v.v… Cái thứ 3 là đối tượng thí. Trong Trung bộ kinh, Ngài dạy bố thí cho loài thú chẳng hạn cho chó, mèo, cá ăn thì 500 kiếp không nghèo. Bố thí cho thú như vậy 10 lần không bằng cho người không tu, 10 lần người không tu không bằng 1 lần người có tam quy, ngũ giới, 10 lần cho người có giới không bằng người xuất gia, tương tự như vậy cho những người cao hơn là người đắc đạo quả đến bậc Độc giác, Chánh đẳng giác và cúng dường đến đại chúng tăng. Tóm lại chúng ta nghèo do tâm thí không có, do phước không có. Như vậy, hôm nay gia đình thí chủ cúng dường đến gần 100 vị tăng ni nên phước rất nhiều, rất lớn. Cúng cho người xuất gia, từ bỏ

gia đình, không gia đình, và người xuất gia là người đang gìn giữ mạng mạch Phật giáo, đang thực tập con đường giới đức, giương cao ngọn cờ A la hán, giới thiệu Phật pháp tăng giữa đời thường, là người gìn giữ Tam bảo của Đức Thế Tôn cho tròn 5000 năm. Cho nên phước vô lượng vô biên.

Hôm nay, đại diện Tăng Ni Tổ đình Bửu Quang thành tâm tán dương gia đình anh chị Lưu Lệ Thủy cùng bà con quyến thuộc đến đây cúng dường cho Tăng ni tu học tại đây.

Bài pháp hôm nay, chúng tôi giảng nhằm mục đích để đáp lại đức tin, lòng thành trong sạch của gia đình cũng như ông bà Mười, cô Mai là người có tâm thành cao thượng, có sự hộ trì tam bảo cho Phật giáo Nam tông chùa Bát Chánh Đạo, Bửu Quang, Đại Lộc và các chùa tỉnh Bình Dương. Đặc biệt gia đình chú Mười, cô Mai có cúng tượng Phật thờ trên thiền viện Giác Hoàng tỉnh Bình Dương.

Phật giáo Nguyên Thủy lập năm 1938, đến nay 2015 có 105 ngôi chùa, không tính các chùa hải ngoại, đó là những thành quả mà các vị HT Hộ Tông, Giới Nghiêm, Thiện Luật và các vị thành lập Giáo hội từ năm 1957 đến nay. Đó là sự gìn giữ phát huy trong khả năng, tăng ni đã lan rộng đến các nước.

Một lần nữa, sư xin tán dương công đức, thành tâm chú nguyện phần phước thanh cao hôm nay cầu an đến gia đình thí chủ và bà con bạn bè, luôn thành tựu 5 pháp chúc mừng: sống lâu, sắc tốt, an vui, sức mạnh, trí tuệ, tinh tấn tu hành và gặp nhiều may mắn trong cuộc sống. Thành tâm cầu siêu độ đến Cửu huyền Thất tổ thí chủ được siêu sanh nhàn cảnh; cầu nguyện Đức Phật, giáo pháp, tăng già, chư thiên tại đây gia hộ gia đình thí chủ mọi việc hanh thông./.

3. HỌC CÁCH PHÒNG TRÁNH BỆNH[2]

Hội nghị "Gan mật toàn quốc lần thứ VIII" diễn ra trong tháng 9 vừa qua có sự tham gia của khoảng 500 đại biểu là các Giáo sư, Tiến sĩ, bác sĩ đến từ các bệnh viện Trung ương, Viện nghiên cứu, trường Đại học Y khoa, bệnh viện đa khoa tỉnh trong nước và nước ngoài do Hội Gan Mật Việt Nam tổ chức. Hội nghị đã đặt ra một vấn đề trọng điểm là Việt Nam đang phải đối mặt với đại dịch viêm gan vi-rút.

WHO – Tổ chức Y tế Thế giới ước tính thế giới có khoảng 2 tỉ người nhiễm vi-rút viêm gan B, 200 triệu người nhiễm vi-rút viêm gan C và 1 triệu người tử vong mỗi năm v.v. Việt Nam là một trong 9 quốc gia vùng Tây Thái Bình Dương đang phải đối mặt với đại dịch viêm gan vi rút: viêm gan B ước tính từ 10-20% dân số (khoảng 12-16 triệu người), trong đó có khoảng 5 triệu người trong tình trạng viêm gan mãn tính, xơ gan hoặc ung thư gan; viêm gan C có khoảng 4,5 triệu người v.v. Đó là nói riêng về bệnh gan, ngoài ra còn có nhiều loại bệnh khác. Bệnh hiểm nghèo được Bộ y tế quy định gồm những bệnh như: ung thư; suy thận mãn giai đoạn cuối; HIV đã chuyển sang AIDS v.v. Hiện nay, mỗi năm Việt Nam có khoảng 300 ngàn người mắc bệnh ung thư, trong đó một nửa dẫn tới tử vong. Số người mắc bệnh nan y sẽ gia tăng nhanh cùng với sự phát triển của xã hội. Đó chính là lý do khiến nhiều người không ngần ngại bỏ ra cả trăm triệu, thậm chí hàng tỷ đồng để mua bảo hiểm. Tuy nhiên, tính mạng con

2. Giảng đường: Tổ Đình Bửu Quang ngày sám hối lệ tháng 10/2013

người trước những căn bệnh vô phương cứu chữa này thực sự lấy cái gì đây mà bảo vệ?

Không chỉ có người nghèo mới chết vì ung thư, quý vị biết là năm vừa qua thế giới đã chứng kiến sự ra đi ở tuổi 47 của Steven Jobs - linh hồn của Apple. Hay tài tử nổi tiếng Hollywood Michael Douglas v.v. những người có gia sản lên đến vài trăm triệu, thậm chí vài tỷ USD.

Tại Việt Nam, ca sĩ Wanbi Tuấn Anh mới 26 tuổi mắc phải một căn bệnh hiểm nghèo được xác định là u tuyến yên hiếm gặp trong não, với trung bình 1 triệu người thì chỉ 1 người mắc phải. Căn bệnh quái ác đã cướp đi mạng sống của Tuấn Anh. Trên thế giới, ước tính cứ năm người thì có một người có khối u tuyến yên. Tuy nhiên, chỉ một số ít trường hợp mắc u tuyến yên ác tính, còn lại đa phần đều là u lành tính. Nhưng nếu các u này không được chuẩn đoán sớm có thể dẫn đến tình trạng chèn ép não, làm suy giảm thị lực và chức năng tuyến yên. Do không được chuẩn đoán căn bệnh u tuyến yên từ sớm nên ca sĩ trẻ Wanbi Tuấn Anh dần dần bị mù. Khi mắt anh không thể nhìn được bình thường, các bác sĩ bệnh viện mắt khám và cho rằng anh bị nhiễm virus. Cho đến khi các phương pháp chữa trị không đạt hiệu quả kéo theo bệnh tình ngày càng trở nên trầm trọng hơn, căn bệnh u tuyến yên hiếm gặp của Wanbi Tuấn Anh mới được phát hiện. Anh là một trong số những người không được chuẩn đoán sớm để phát hiện bệnh dẫn đến việc chữa trị kém hiệu quả.

Tuy các phương pháp điều trị u tuyến yên ngày càng phát triển nhưng nó cũng không thể đảm bảo khả năng thành công lên tới 100%. Đau xót cho gia đình, bạn bè và những người

hâm mộ, Wanbi Tuấn Anh là một trong những trường hợp không thể được chữa khỏi, dù anh từng sang Singapore, một trong những quốc gia có nền y học hiện đại nhất nhì khu vực Đông Nam Á để tiến hành phẫu thuật. Tháng 7/2013, Ca Sĩ Tuấn Anh qua đời ở tuổi 26.

Theo thống kê của tổ chức Y tế thế giới (WHO), trong số 8 triệu người chết vì ung thư trên thế giới mỗi năm thì các nước nghèo và nước đang phát triển chiếm hơn 5 triệu người, gần 3 triệu người còn lại chia đều cho các nước giàu. Tại một số nước châu Phi, chỉ hơn 10% bệnh nhân ung thư cổ tử cung, ung thư vú sống thêm được 5 năm sau khi phát hiện. Cũng căn bệnh này, nếu được phát hiện sớm và có hướng điều trị tích cực thì người bệnh có thể được chữa khỏi triệt để.

Đây là thống kê gây sốc cho nhiều người, bởi nó phản ánh các yếu tố về chênh lệch giàu nghèo, tăng trưởng dân số, lối sống không lành mạnh, thiếu kiểm soát về nhiễm khuẩn v.v. Tuy y học đã phát triển vượt bậc, nhiều bệnh ung thư đã được kiểm soát rất tốt nhưng theo WHO thì "xu hướng không dễ dàng đảo ngược". Nếu không có các hành động thiết thực được đưa ra thì số ca tử vong vì ung thư ở các nước đang phát triển được dự báo sẽ tăng lên 5,9 triệu người vào năm 2015, và 9,1 triệu người vào năm 2030. Bởi tại các nước này, thiếu kinh phí, thiếu kiến thức và thiếu trang thiết bị cần thiết để có thể điều trị căn bản cho người bệnh.

Cũng theo dự báo của Tổ chức Y tế Thế giới, số người mắc bệnh ung thư tại các nước giàu ít tăng hơn, nhưng nó cũng sẽ tăng đến 40% trong 20 năm tiếp theo.

Như vậy, chúng ta biết rằng đã làm con người thì không ai không bệnh. Chỉ có điều phát hiện sớm hay muộn mà thôi. Bằng cách đi khám sức khỏe định kỳ hằng năm sẽ giúp ta phát hiện sớm và chữa trị bệnh kịp thời. Nhưng dù khoa học tiến bộ thì cũng không phải bệnh gì cũng chữa được.

Bệnh là một trong 4 sự kiện lớn mà vì đó khiến cho Thái Tử Tất Đạt Đa xưa kia đã bỏ hoàng cung ra đi tìm con đường giải thoát. Thái tử Tất Đạt Đa là bậc quyền quý cao sang, cuộc sống của Ngài lúc nào cũng có kẻ hầu người hạ. Một hôm Ngài xin vua cha đi chơi ra ngoài hoàng cung thì thấy cảnh già, bệnh, chết và gặp một người tu sĩ. Từ đó Ngài bừng ngộ thấy cuộc sống là vô thường. Ngài nhận ra rằng, một ngày kia Da Du Đà La xinh đẹp ở hiện tại này đây sẽ già nua, xấu xí; vua Tịnh Phạn dù quyền lực vô song rồi cũng sẽ băng hà, bỏ lại ngai vàng, cung điện, quyền uy. Không có gì là tồn tại vĩnh viễn. Từ đó, Ngài quyết định đi tu, tìm pháp bất diệt.

Vừa qua, Giáo Hội Phật giáo Việt Nam nhiệm kỳ 7 đã bầu cử Hội đồng Chứng minh và Hội đồng Trị sự. Riêng Hội đồng Trị Sự PGVN có 200 tăng ni và 2 cư sĩ tham gia. Nhưng hai Hội đồng này bầu cử xong chưa đầy một năm thì có khoảng 30 tăng ni đã viên tịch. Những vị tăng ni qua đời đa phần là cao tuổi, nhưng cũng có vị còn trẻ cũng đã qua đời vì bệnh. Đó là điều đáng buồn vì ở những nhiệm kỳ trước không có sự viên tịch nhiều như nhiệm kỳ này.

Cho nên chúng ta không biết khi nào cơ thể ta bệnh. Các nhà nghiên cứu chưa thể xác định được nguyên nhân phát sanh dẫn tới một số bệnh. Chúng ta sống nhiều khi thân đầy bệnh mà không hay. Cho nên bệnh lúc nào cũng đeo theo

người ta. Thế nào gọi là bệnh? Bệnh là một trạng thái không bình thường về sức khỏe. Ví dụ hôm nay mắc mưa nhiều nên người bị lạnh là bệnh cảm. Có người không quen đi xe nên bị nôn. Hồi Sư xuất gia năm 1980, mỗi lần Bà Thân của Sư lên Sài Gòn thăm, Sư thấy bà rất khổ vì cái bệnh thường bị nôn khi đi xe. Có khi đi xe từ Vĩnh Long lên Sài Gòn bà thân của Sư bị nôn 5 lần. Sau này bà trị được căn bệnh đó là nhờ Sư chỉ cách. Đó là chữa mẹo thôi, lấy dây thun đeo lên cổ tay trái. Cọng dây thun có phép lạ chăng? Thiệt ra đó là do tâm lý. Có người đi máy bay cũng bị nôn rất nhiều. Vậy thì bệnh có rất nhiều loại và không ai mà không bệnh.

Đức Phật đưa ra 4 lý do chính gây nên bệnh:

- **Thân:** mất quân bằng trong bốn tứ đại (đất, nước, lửa, và gió);
- **Thực phẩm:** thói quen ăn uống không đều đặn;
- **Tâm:** phương pháp thiền định sai lạc, thiếu chánh niệm, suy nghĩ quá nhiều;
- **Nghiệp:** trổ quả độc từ các nghiệp lực xấu đã tạo.

Tâm bệnh: Có một bà cụ nhà có 6 người con gái và 1 người con trai. Người con trai đêm nào cũng đi chơi cho nên bà canh cửa khi nào con trai về tới nhà bà mới đi ngủ. Có khi 2 giờ sáng nó mới về thì bà cụ cũng thức tới 2 giờ sáng như ăn cơm bữa vậy. Đêm nào cũng thức như vậy nên bà sanh bệnh. Tâm bà lo lắng, sợ hãi, phiền não. Lo cho con vì con chưa lập gia đình. Lo cho con vì con đi chơi về khuya mà đường thì xe cộ đông đúc quá. Nỗi lo chồng chất nỗi lo, khi hết chịu đựng nỗi bà đổ bệnh ra.

Bệnh từ thân hay từ thức ăn có thể chữa trị bằng thuốc. Còn bệnh từ tâm thì phải ngồi thiền để định tĩnh tâm hồn. Khi tâm

bệnh, chúng ta cần tìm đến người có sức mạnh thiền định sáng suốt, trí huệ minh mẫn để họ khuyên dạy và chuyển hóa cho ta. Nghe họ nói, nhìn họ sống để học thay đổi tâm tánh để từ đó dứt trừ khổ đau.

Nghiệp bệnh: Chúng ta đánh đập, hành hạ chúng sanh nên sanh ra đau bệnh triền miên như đau nhức tay chân, hoặc do sát sanh nhiều quá nên bệnh nhức đầu, tai biến mạch máu não (cắt cổ gà, vịt, đập đầu cá, chó, bò, trâu) v.v. những người đó thường đau nhức thân thể phải uống thuốc hoài, một tháng có 30 ngày thì hết 20 ngày phải uống thuốc rồi. Có người bị bệnh bẩm sinh tức là bệnh từ trong bào thai, sanh ra là có mang theo bệnh rồi. Ví dụ như bệnh tim bẩm sinh, thận bẩm sinh, hay mù bẩm sinh. Đó là cách người ta hay nói về những người bệnh ngay lúc nhỏ. Sanh ra là bị bệnh nan y hoặc tật nguyền rồi. Từ đó chúng ta biết đó là bệnh nghiệp. Nghĩa là đời trước không khéo tu phước, làm điều bất thiện sát sanh hại vật nhiều quá nên bệnh hiểm nghèo, bệnh ung thư từ trong bụng mẹ.

Sinh ra con người không ai không có thân bệnh và tâm bệnh. Nếu thân bệnh thì vô bệnh viện cho bác sĩ khám, chữa bệnh. Hiện nay ở TPHCM hầu như bệnh viện nào cũng quá tải do bệnh nhân đông quá. Những bệnh viện như Chợ Rẫy, Ung Bướu, Nhiệt Đới , Răng Hàm Mặt, Mắt cho đến Nhi Đồng 1, Nhi đồng 2 v.v. luôn luôn không ngớt bệnh nhân tại Tp.HCM và từ các tỉnh thành khác đổ về chữa bệnh. Sở dĩ, bệnh nhân ngày càng bị trẻ hóa phần lớn là do thực phẩm không an toàn, thực phẩm bị tẩm hóa chất quá nhiều. Từ trái cây, nước uống, thực phẩm khô v.v. món gì cũng cho hóa chất vô chế biến để kiếm nhiều lợi nhuận bất chấp sức khỏe của người tiêu dùng. Cho nên, nếu chúng ta ăn uống không cẩn thận, không chọn

lựa thực phẩm để nuôi thân mạng thì chắc là ta sẽ hại mạng vì sự ăn uống tham lam vô độ và thiếu khoa học.

Chúng tôi từng biết một đứa trẻ 7 tuổi được cha mẹ cưng thái quá nên ngày nào cũng đòi uống nước ngọt coca, pepsi, xá xị, sting. Ba năm sau nó bị bệnh tiểu đường lúc mới 10 tuổi. Do vậy, tốt nhất hãy uống nước đun sôi để nguội cho chắc ăn. Uống nước suối, nước đóng chai các loại bây giờ cũng hàng giả nữa, đó là lấy từ nước giếng gần khu nghĩa địa đem đóng chai bán. Chúng tôi để ý những người sống thọ họ rất ít uống nước đá, tức là ít uống các loại nước làm lạnh bao tử. Quý vị ít bệnh chứ không phải không bệnh thì hãy giảm bớt những ham muốn về ăn uống để phòng bệnh, giúp cho cơ thể được mạnh khỏe, ít bệnh, sống lâu. Nếu không kiêng cử thân này sẽ bệnh khổ, người thân chung quanh mình khổ theo.

Bệnh viện là nơi chữa trị thân bệnh còn những nơi thuộc về tôn giáo thì chữa trị tâm bệnh cho con người. Bởi hầu hết chúng ta thường tìm đến tôn giáo để nương tựa một khi tâm ta đau khổ. Nhiều người hay tìm đến chùa lễ Phật cầu xin cái này, cầu xin cái kia vì muốn mà chưa được. Hoặc đến chùa tu tập theo giáo pháp của Đức Phật cũng chỉ là mong cho chấm dứt khổ trong đời này, đời sau. Chúng ta bệnh vì phiền não, lo lắng, sợ hãi, cô đơn, ân hận, tiếc nuối, giận hờn, thương ghét, suy nghĩ, tranh giành, hơn thua, tỵ hiềm, đố kỵ, ích kỷ, nhỏ nhen. Những khóa tu thiền, niệm Phật, những chuyến đi từ thiện, những khi quét lá, rửa chén làm công quả chính là để trị những căn bệnh này trong tâm quý vị.

Trong Trung Bộ kinh, Đức Phật đề cập đến 5 triền cái làm tâm chúng ta điên đảo, bệnh hoạn, suy đồi, không còn sức sống. Năm triền cái đó là: tham dục, sân hận, nghi hoặc, hôn trầm, trạo hối.

Tham dục là ham muốn trong sắc, thinh, hương, vị, xúc pháp . Có người đam mê về sắc, về cái đẹp bên ngoài nên họ đau khổ. Suốt đời dành tiền cho sự làm đẹp cái thân như mua sắm mỹ phẩm, quần áo, đi spa, mặc đồ hiệu. Họ sống nặng về hình thức bên ngoài cũng là nặng sĩ diện, do lòng tham lớn muốn được mọi người khen ngợi, ngưỡng mộ là đẹp, là sành điệu nên họ luôn sống trong sự mê đắm sắc, điên đảo về sắc. Có người mê đắm về thinh nghĩa là thích nghe những lời nói ngọt, những lời khen tặng, nịnh bợ, nghe những âm thanh 'bùi tai' thì sanh tâm vui thích. Có người điên đảo về về mùi hương, có bao nhiêu tiền đem đi mua nước hoa hết, cái thì dùng, cái thì cất để dành, cái thì trưng bày ngắm nghía cho thỏa thích. Hương thơm nói nôm na là mùi thơm có sức thu hút, quyến rũ con người cho nên người ta dễ bị điên đảo vì hương thơm là vậy. Mùi thơm của thức ăn cũng khơi dậy sự tham ăn bên trong con người. Có người chết vì thức ăn. Mới đây báo chí đưa tin một phụ nữ ở Đài Loan đã chết vì ăn cua mà trước đó bà ta đã uống vitamin C. Hai loại này: cua và thuốc vitamin C đã đối kháng nhau trong cơ thể bà ta dẫn đến cái chết rất oan uổng. Cho nên kém hiểu biết về sự ăn uống cũng rất tai hại. Trên thế giới có biết bao người luôn đòi hỏi ăn phải ngon, phải thỏa mãn được cái vị trên đầu lưỡi họ mới chịu. Ăn là phải ăn con gì còn sống mới thích thú, ăn cá mà không có vảy là không ăn, họ ăn óc khỉ, hột vịt lộn, vi cá, xương cọp, cốt khỉ, côn trùng, rắn rít, bọ cạp, sâu dế, đến nhau thai người và ngay cả thai nhi họ cũng không ngừng nhai nuốt. Đó chính là tâm tham, tâm ác. Những điều đó cho thấy sắc, thinh, hương, vị, xúc luôn lôi kéo con người ta chìm đắm trong tham dục và người ta khổ vì phải tìm cách thỏa mãn nó, thỏa mãn lòng tham muốn cái này, cái kia gọi là dục lạc.

Sân hận nghĩa là nóng nảy, bực mình, khó chịu, giận hờn. Sân hận luôn có những tác hại đối với thân và tâm chúng ta. Khi sân hận gương mặt chúng ta rất xấu, mắt đỏ long lên sòng sọc, miệng la lối, nói toàn những lời độc ác, tay chân lắc lư, đứng không vững, đi không vững vì giận, hơi thở nghẹn hoặc thở gấp hoặc tắt thở luôn cũng có. Chính lúc đó cơn giận đang điều khiển thân và tâm ta hoàn toàn, nó đốt cháy thiêu hủy tế bào sắc pháp của ta. Ai sân si nhiều thì có ngày cũng bệnh gan, bệnh thận, bệnh tim và chết sớm.

Nghi hoặc là nghi ngờ như nghi cha mẹ, nghi tam bảo, nghi thầy tổ. Người nào sống trong nghi hoặc nhiều thì họ sẽ luôn đau khổ. Bởi vì trong cuộc sống, tất cả mọi mối quan hệ đều cần có nền tảng là niềm tin. Nếu chúng ta có niềm tin trong lòng thì làm cái gì cũng thành công. Vợ chồng sống với nhau mà không có niềm tin, chỉ có sự nghi ngờ thì cuối cùng sẽ dẫn nhau ra tòa ly dị. Bạn hữu kết giao với nhau mà không có niềm tin thì sẽ không phát triển được tình bạn thân thiết. Sống trong nghi con người ta luôn đau khổ. Do vậy, chúng ta phải loại trừ 5 triền cái này. Người xuất gia nếu còn 5 triền cái này sẽ không lớn mạnh trong pháp, sẽ không thành tựu được trong tu hành.

Hôn trầm là buồn ngũ triền miên, không tỉnh thức, ngồi thiền, niệm Phật chút xíu là ngủ mê.

Trạo hối là tâm hay suy nghĩ về những điều bất hạnh, những điều lầm lỗi trong quá khứ.

Đức Phật từng dạy: một người xuất gia, người phật tử mà còn 5 cái tâm hoang vu này thì sẽ bị tâm bệnh. Năm triền cái này là ám chỉ cho cái tâm hoang vu, ý nói hoang vu bởi vì đây là tâm cỏ dại.

Tâm hoang vu là tâm hoài nghi Phật, Pháp, Tăng, hoài nghi lời dạy của Phật, phẫn nộ, sân hận với những người chung quanh. Người có cách sống như thế thiệt là cũng giống như người đã chết. Chúng ta quy y Phật. Phật là người thương xót muôn loài. Chúng ta học nơi Ngài bài học thương chúng sanh muôn loài, đó tâm đại bi vô lượng. Chúng ta quy y Pháp là để tu tập theo giáo Pháp của Đức Phật, chuyển từ mê muội sang tỉnh thức trí huệ, từ phàm sang thánh, từ thấp hèn đến cao thượng, từ ích kỷ, nhỏ nhen thành bao dung, rộng lượng, từ ác độc sang hiền thiện. Chúng ta quy y Tăng là nương tựa những vị đem giáo lý của Đức Phật chỉ dạy cho chúng ta được sống an vui, hạnh phúc. Tăng bảo giúp chúng ta có niềm tin sâu chắc trong pháp và luật để ta ngày càng tinh tấn và tu hành tiến đến bờ giải thoát. Có niềm tin Phật pháp Tăng thì đó là ta đã có phước vô cùng vô tận.

Quý vị theo học Pháp Phật, học những giáo điều Phật dạy, những giới luật Phật đã ban hành để cuộc sống ngày càng tốt hơn, không còn bị phiền não. Quý vị hãy tập đừng phán xét, bớt khó tánh, đừng ưa hay không ưa, đừng ghét hay không ghét, đừng cho cái này sai, cái kia đúng, cái này ác, cái kia thiện, ta tốt, người xấu, ta tu, bạn không tu. So sánh hết cái này đến cái kia rồi ta đâm ra buồn chán, hoặc ngạo mạn, hoặc đau khổ. Đó là tâm bệnh đấy. Mọi sự vật trên đời đều vô ngã, đều do nhân duyên mà thành. Vậy hãy để nó tự nhiên như nó đang là.

Quý vị đọc vẫn thường đọc Kinh Mettà Karanìya (Kinh Tâm Từ), trong đó có một đoạn: "Đừng lừa đảo lẫn nhau

Chớ bất mãn điều gì
Đừng mong ai đau khổ

Vì tâm niệm sân si
Như mẹ giàu tình thương
Suốt đời lo che chở
Đứa con một của mình
Hãy phát tâm vô lượng
Cùng tất cả sinh linh.

Từ bi gieo cùng khắp
Cả thế gian khổ hải
Trên dưới và quanh mình
Không hẹp hòi oan trái
Không giận hờn oán thù"

Đừng lừa đảo, chớ bất mãn nghĩa là người tu phải tập thích nghi. Có những người không biết thích nghi với cuộc sống chung quanh nên hy vọng thành ra tuyệt vọng. Trong buổi lễ tri ân mới đây tổ chức tại chùa Bửu Quang, Hòa thượng Bửu Chánh có nói: 'Có những vị vào chùa tu hành, chúng tôi đặt rất nhiều niềm tin nơi họ, hy vọng họ sẽ làm nên nhiều việc cho đạo pháp nhưng rồi chúng tôi thật sự thất vọng. Ngược lại, có những người chúng tôi nghĩ chắc không được gì đâu, nhưng rồi chính những người này sau đó đã học, đã tu hành và góp phần rất lớn trong việc hoằng pháp độ sanh'. Cho nên hy vọng hay tuyệt vọng đôi khi cũng không nói trước được. Vậy chớ bất mãn khi tuyệt vọng cũng đừng vội thỏa mãn khi tràn đầy hy vọng. Như vậy ta mới không đau khổ và không làm cho người khác đau khổ. Người xuất gia phải phát triển tâm từ bi hỷ xả. Người tu như mẹ hiền đem tình thương vô điều kiện đến cho chúng sanh muôn loài.

Nếu người xuất gia có tham dục lớn, bực bội, tức tối mỗi khi không vừa lòng hợp ý về những sinh hoạt trong đời sống hằng

ngày như với y phục, vật thực, chỗ ở, thuốc men v.v. người đó sẽ sanh ra đau khổ, bất mãn. Đó là tà tư duy khởi lên. Trong tâm chỉ có bất mãn nên gặp ai cũng chỉ nói về bất mãn đang chất chứa trong lòng mà thôi. Nếu người tu thích nghi được với tứ vật dụng: y phục, vật thực, chỗ ở, thuốc men thì sẽ an vui, thanh tịnh. Nếu không, đi đâu, ở chỗ nào cũng thấy phiền não. Quý vị ở Phước Sơn có đôi khi nghe mùi hôi từ trại nuôi heo. Điều này cũng là một sự khó chịu đối với nhiều người. Nhưng quý vị qua Mỹ thì cũng gặp, cũng nghe mùi hôi bò nếu chỗ ta ở gần trang trại nuôi bò của người bản xứ. Do đó, người tu phải rèn luyện cái tâm thích nghi với hoàn cảnh.

Xưa kia Đức Phật rời bỏ hoàng cung, ngai vàng, ngọc ngà châu báu, sống đời khất thực, ôm bình bát đi xin ăn mỗi ngày. Ai cúng dường thức gì Ngài hoan hỷ dùng thức đó. Có nóng ăn nóng, có lạnh ăn lạnh, không có gì ngon, không có gì dở, không có gì thích, không có gì ghét. Tâm thích nghi rất cần cho người tu để được an vui trong bất kỳ môi trường, hoàn cảnh nào. Nếu ta còn dính mắc vào tứ vật dụng thì đó là ta đã mắc 4 thứ bệnh nặng rồi. Đó là bài học muôn thuở của người tu, đừng dính mắc tứ vật dụng cũng là học buông xả. Không buông xả được những thứ này làm sao ta đi trên con đường vô ngã Niết Bàn cho được. Có một sư cô tu theo hệ phái Bắc Tông qua Tích Lan tu tập. Khi đi khất thực theo truyền thống Nam Tông, sư cô đã dùng những thực phẩm người dân cúng dường với tất cả tâm hoan hỷ. Bởi sư cô nghĩ đến Đức Phật ngày xưa và thấy thương Đức Phật nhiều hơn. Sư cô thọ nhận những thức ăn mà người đã cúng dường, ăn thức ăn này cho người cúng dường được phước. Đó chính là lòng từ bi vậy.

Kinh Pháp Cú Phật dạy:

"Hãy gấp rút làm lành
Chế ngự tâm làm ác;
Hễ chậm trễ làm lành,
Sẽ sanh tâm làm ác."

Hoặc: "Dù lánh trên không gian
Dù lánh ngoài biển cả;
Dù lánh trong hang động;
Dù lánh bất cứ đâu;
Người ác không tránh được
Quả ác đến với mình"

Cho nên người tu phải huân tập nhiều thiện hạnh để tạo phước báu. Trong kinh Pháp Cú bài 316:

"Không đáng sợ, mà sợ
Đáng sợ mà không sợ
Thấy biết đã sai lầm
Ắt đi vào lối dữ."

Đa số những người tâm thần rơi vào những chuyện này. Vì tâm họ nghĩ những chuyện quá cao siêu. Cho nên những người bị bệnh thần kinh do tâm không khéo tu, không khéo huấn luyện. Nếu ngồi thiền ta có thể thay đổi tâm mình từ tà sang chánh, từ ác sang thiện, từ hẹp hòi sang rộng lượng. Mặc dù người ta thường nói: "Giang sơn dễ đổi, bản tánh khó dời". Nói như vậy là đối với người không biết tu. Chớ với người khéo tu thì chẳng phải vậy. Người tu khéo sẽ biết phát nguyện trong tâm làm những điều thiện lành. Ví dụ: con nguyện không nói sai sự thật, con nguyện siêng năng trong

thiện pháp. Nhờ nguyện trong tâm như vậy chúng ta sẽ có ý thức tinh tấn tu hành hơn, sửa đổi những điều bất thiện trong tâm nhiều hơn. Chúng ta quyết tâm làm được như vậy sẽ thấy mình ngày càng bớt khổ. Quý vị biết, tâm thì luôn thay đổi, luôn luôn sanh diệt. Bản chất của tâm là vô thường, khổ, vô ngã. Chúng ta phải quán chiếu dòng tâm thức của mình mỗi giây, mỗi phút để tu tập. Đối với con người, tâm quan trọng vì tâm làm chủ, tâm tạo ra tất cả hành động của chúng ta. Đối với máy điện toán, màn hình không quan trọng mà cái CPU là quan trọng. Vì CPU tích chứa mọi dữ liệu. Con người khéo tu tâm thì bớt bệnh. Có khi thân của họ bị bệnh nhưng tâm không bệnh, nhờ tâm không bệnh thì thân sẽ dần giảm bệnh. Con người bị chửi mắng thường là giận, là khổ. Nhưng khi đó nếu biết tu tập hoặc gặp ai đó khéo tác ý hướng tâm qua một chuyện khác thì người kia sẽ nguôi giận, sẽ bớt buồn khổ.

Đức Phật Thích Ca Như Lai sau khi quán xét tất cả chúng sanh thấy họ khó TIN NHẬN được PHÁP VI DIỆU VÔ LƯỢNG mà Như Lai đã chứng đắc. Ngài đã muốn thị hiện nhập NIẾT BÀN. Điều này làm cho 4 vị Thiên Vương sợ hãi liền đến trước Đức Thế Tôn đảnh lễ cầu xin Ngài vì THƯƠNG XÓT CHÚNG SANH mà MỞ KHAI NÓI PHÁP VI DIỆU ĐỂ ĐỘ THOÁT CHÚNG SANH HỮU DUYÊN. Sau 3 lần thỉnh cầu của 4 vị Thiên vương, Đức Thế Tôn IM LẶNG NHẬN LỜI. Bốn vị Thiên vương vui mừng vô hạn đã tuyên đọc: NAMO TASSA BHAGAVATO ARAHATO SAMMA SAMBUDHASSA. Và rằng: "Chúng con hoan hỷ nguyện rằng đời này…đời sau…bất cứ chúng sanh nào phát tâm Quy y Tam Bảo mà đọc lời này…chúng con 4 trời của 4 cõi cai trị 4 châu đều sẽ đến để HỘ TRÌ cho chúng sanh ấy được an

vui, lợi lạc lâu dài". Các vị vua trời cũng vì Tâm thương xót chúng sanh ngu tối, si mê, cang cường, ngã mạn, hoài nghi… nên mới phát NGUYỆN LỚN như vậy để ẤN CHỨNG CHO CHÚNG SANH TIN NHẬN NƠI PHẬT PHÁP RỒI… HẰNG LUÔN ĐƯỢC AN VUI, YÊN ỔN, LỢI LẠC, TẤN HÓA TRÊN ĐƯỜNG TU TẬP, KHÔNG THỐI CHUYỂN. Lời nguyện này quý vị ghi chép, học cho thuộc, siêng năng đọc tụng thì hằng được an ổn, lợi lạc không ngừng.

Bệnh là khổ. Đó là quy luật của muôn đời. Nếu thân quý vị bệnh thì đi bệnh viện điều trị và ráng giữ cho tâm đừng bệnh. Nếu tâm quý vị bệnh thì đi chùa, tu tập cho tâm không bệnh. Mong quý vị quán chiếu kiếp người mong manh, phát tâm tu hành cho tốt, làm theo hạnh của Phật, buông xả cố chấp, dính mắc 5 triền cái, tham đắm tứ vật dụng. Sự ràng buộc, sự giữ gìn đều sanh ra phiền não. Chỉ có sự xả ly đến tận cùng tất cả những vật trong thân, ngoài thân như tiền của, tài sản, nhà cửa, đất đai, danh vọng, quyến thuộc, trí huệ sẽ làm cho ta nhẹ nhàng, an ổn. Nói tới đây là mong sao quý vị biết bệnh là khổ thì hãy giữ sao cho đừng bệnh. Hãy làm cho nảy nở hạt giống ĐẠI BI TÂM trong quý vị. Hãy làm những hành giả tâm linh để tập xả bỏ. Khi ta biết buông xả thì ngay tại nơi ta buông xả không có thân bệnh, tâm bệnh nào làm ta đau khổ nữa./.

4. HỌC PHÁP TU TRONG DỊP 8 THÁNG 3[3]

Hôm nay là ngày tu thiền tứ niệm xứ. Đặc biệt 4 năm nay, tại Tổ đình Bửu Quang, hằng tháng vào ngày mùng tám âm lịch có chương trình tu thiền tứ niệm xứ. Năm nay, ngày tu thiền lại trùng hợp với ngày Quốc tế phụ nữ. Ở Việt Nam, ngày 8/3 còn là ngày kỷ niệm cuộc khởi nghĩa của Hai Bà Trưng vào năm 43 sau Tây lịch. Có một câu thơ như vầy: "Đời thiếu mẹ hiền, không phụ nữ - Anh hùng thi sĩ hỏi còn đâu?" Ngày Phụ Nữ 8/3 nhắc cho chúng ta nhớ trong xã hội hiện nay, phụ nữ ngày càng có vai trò, vị trí quan trọng.

Ngày Phụ nữ là ngày của tình thương. Tất cả sự sống của con người bắt nguồn từ tình thương của người mẹ. Truyền thống của Phật giáo Bắc tông có hình ảnh Mẹ Quán Thế âm cũng bắt nguồn từ tình thương bao la của Phật. Ấn Độ giáo có Ni Sư Khe Ma đệ nhất thần thông trí tuệ. Kiều Đàm di mẫu – người Ni đầu tiên cũng là dì của Đức Thế Tôn. Bà đã nuôi nấng, chăm sóc cho Phật từ khi còn nhỏ cho đến khi Ngài xuất gia. Công ơn của bà rất lớn. Kiều Đàm Di mẫu quyết tâm đi tu. Bà dẫn 500 người từ hoàng cung đi đến thành Vesali dù rất vất vả nhưng vẫn nhất định thể hiện ý chí muốn xuất gia giải thoát của mình. Từ đó Phật đồng ý cho người nữ xuất gia. Thời đó giáo hội Ni càng ngày càng mạnh và truyền bá cho đến tận ngày nay.

Vừa qua, Phật giáo hệ phái Khất sĩ đã kỷ niệm 60 năm ngày Tổ sư Minh Đăng Quang vắng bóng. Theo thống kê Phật giáo

3. Giảng đường: Tổ đình Bửu Quang ngày 8 tháng 3 năm 2004

Khất sĩ hiện có 3.000 tăng ni, trong đó tăng có 1.800 vị, hơn 500 ngôi chùa, trong đó chùa ni nhiều hơn.

Phật giáo Nam tông có niên đại thành lập trước Phật giáo Khất sĩ. Giai đoạn đầu có những vị nổi tiếng như Ni trưởng Diệu Đáng đã từng du học ở Miến Điện. Tuy nhiên, Phật giáo Nam tông Việt Nam chịu ảnh hưởng Phật giáo Campuchia, Thái Lan nên vấn đề phát triển Ni chúng không được chú ý nhiều.

Theo Giáo sư Lê Mạnh Thát, lịch sử ghi chép lại rằng sau khi thất trận, nhiều quân tướng của hai Bà Trưng đã đi tu, trở thành Phật tử. Điều đó cho thấy vai trò của Phật giáo lúc bấy giờ có tầm ảnh hưởng lớn trong đời sống của người Việt Nam.

Tôi rất ngưỡng mộ ba người phụ nữ họ Hoàng. Người thứ nhất là bà Hoàng Thị Cát thân mẫu của Tổng Bí thư Trần Phú. Người thứ hai là Hoàng thị Loan vợ của ông Nguyễn Sinh Sắc, là mẹ của Hồ Chủ Tịch. Người thứ ba cũng họ Hoàng, tên là Hoàng Thị Cúc là mẫu thân vua Bảo Đại. Có nhiều ngôi chùa mang dấu ấn của bà. Chùa Sắc Tứ Khải Đoan ở Đắc Lắc. Ở Tích Lan, Hòa thượng Narada đi tới đâu cũng trồng cây bồ đề, có hình chụp chung rất nhiều với đức Từ Cung thân mẫu vua Bảo Đại.

Theo lịch sử Phật giáo, hình ảnh tiền kiếp Đức Phật Thích Ca thường gắn liền với hình ảnh của công chúa Da Du Đà La. Đức Phật thành đạo dưới cội bồ đề, ngược dòng lịch sử có 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp thì công chúa Da Du Đà La đa phần là đóng vai trò làm vợ của Ngài. Kiếp nào Đức Phật không gặp Da Du Đà La thì gặp người phụ nữ khác không chung tình. Vai trò của Da Du Đà La rất quan trọng. Sau khi

thành đạo, Đức Phật độ cho những người trong hoàng cung. Công chúa Da Du Đà La sau đó cũng xuất gia. Qua đó cho thấy vai trò của Da Du Đà La trong cuộc đời của Đức Phật rất lớn, đời nào, kiếp nào trước khi Ngài thành Phật, Da Du Đà La cũng là người trợ giúp cho công trình Pháp độ và hoàn thành chiếc thuyền bát nhã để cứu độ chúng sanh.

Quê hương của Đức Thế Tôn ở Ấn Độ. Thời xưa ở Ấn Độ người xuất gia phải công phu khổ luyện mới được tôn trọng. Ngày nay, tại Ấn Độ vẫn còn những tu sĩ ẩn dật tu hành khổ luyện. Có thể nói, bây giờ sông Hằng tại Ấn Độ đã khá sạch sẽ nếu so với 10 năm về trước. Mặc dù vậy, người Ấn vẫn còn giữ thói quen tắm gội ở sông Hằng. Người Ấn quan niệm tắm ở sông Hằng linh thiêng sẽ giúp họ khi chết rửa sạch mọi tội lỗi. Khi một người Ấn tới tuổi gần đất xa trời, họ đều ước muốn được chết và hỏa thiêu bên bờ sông Hằng.

Cho nên, khi qua Ấn Độ, chúng ta dễ dàng thấy nhiều hình ảnh người chết được hỏa thiêu ngay bên bờ sông Hằng. Điều đó cho thấy người Ấn Độ có lòng tin sâu vào sự mầu nhiệm của sông Hằng. Họ tin làm như vậy là có thể giúp người thân toại nguyện ước mơ lên thiên đàng.

Người ta rất tự nhiên rải tro xương của người chết xuống sông Hằng, không xa với chỗ có nhiều người đang tắm gội. Bây giờ vẫn có rất đông người hằng ngày rửa mặt bằng nước sông Hằng.

Khi Đức Phật bỏ hoàng cung đi tu, Ngài đã tìm tới tôn giáo Bà La Môn, và Ngài tu đạt tới thiền chỉ là thiền cao nhất.

Tại làng Sujata có núi Khổ Hạnh Lâm vẫn còn hang động khi xưa Phật tu tại đó trong thời gian 6 năm. Động khổ hạnh còn

đó như một lời khẳng định, một minh chứng cho sự khổ hạnh của Phật. Có những vị Phật tổ khổ hạnh một ngày, hai ngày, một tháng, hai tháng. Nhưng Phật Thích Ca phải khổ hạnh 6 năm. Tại sao phải 6 năm? Theo lịch sử, trong 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp Phật đã có lần hủy báng Pháp. Chuyện kể có lần một người bạn rủ Ngài đi nghe pháp của một vị Phật tổ trong quá khứ. Ngài buông lời hủy báng pháp. Sau Ngài hối hận nên cũng có đến nghe pháp. Nhưng do nhân hủy báng pháp đã tạo nên Ngài phải trải qua 6 năm trước khi thành đạo, Ngài phải 6 năm khổ hạnh mới tìm ra đạo pháp.

Đức Thế Tôn tìm ra con đường trung đạo, xa lánh con đường khổ hạnh, nhưng cũng không nghiêng về con đường lợi dưỡng. Có như vậy, Đức Phật mới trở thành bậc chánh đẳng chánh giác. Tại sao? Chúng ta biết lợi dưỡng là hưởng thụ dục lạc thế gian cũng không được. Khổ hạnh ép xác thái quá cũng không được. Lúc Phật ngất xỉu thì Vua trời Đế Thích khảy đàn, nếu đàn cao quá thì dây đứt, đàn chùng quá thì nghe không thanh, gảy đàn vừa vừa thì âm thanh nghe được.

Do vậy Đức Phật quyết định chọn con đường trung đạo, ôm bát khất thực, người ta cho gì ăn nấy. Quý vị biết Phật giáo Nam tông các sư đi khất thực thì ai cho gì nhận đó, khi đi thì chân không dép, mặt phải cúi xuống. Đó là người tu thể hiện hạnh tri túc. Do khí hậu khắc nghiệt nên ở một số nước trên thế giới, người ta không thể ăn chay được. Chẳng hạn như ở nước Mông Cổ người ta dùng thịt động vật là chủ yếu. Chúng tôi đi dự hội nghị, có dịp gặp quý thầy tu ở đất nước Mông Cổ, ở họ toát ra mùi thịt cừu rất nồng.

Ở trong chùa Bắc Tông có nhiều đồ dùng liên quan tới sự giết mổ rất nhiều. Ví dụ như cái trống. Ta biết trống thường làm

bằng da trâu, da bò. Hoặc quý vị dùng thuốc bổ chẳng hạn như thuốc bổ xương thì có loại thuốc làm bằng sụn cá mập, thuốc dầu cá, thuốc đông trùng hạ thảo v.v. Do vậy, tu là bỏ chấp.

Cốt lõi của đạo Phật là không còn chấp. Chúng ta biết đôi khi trong cuộc sống, bước tới thì nước cuốn trôi, đứng lại thì chìm xuống, vậy không bước tới, không đứng lại. Bước tới ám chỉ cho lợi dưỡng. Người tu mà muốn ở cốc rộng, đẹp, đầy đủ tiện nghi, ước muốn nhiều quá tu không thành tựu. Muốn nhiều là tham. Ngày xưa Phật ở dưới gốc cây trong rừng, có khi ở trong hang núi, chòi tranh, tịnh xá. Bây giờ ta có chùa cao cửa rộng, Phật tử cúng dường cho tu sĩ nhiều thứ. Có nhiều món đồ làm cho căn phòng của ta sang trọng, tiện nghi và đẹp hẳn lên. Nhưng chúng ta phải biết dừng lại trước những ham muốn tiện nghi như vậy. Biết dừng lại đó chính là đạo lực của người tu. Nếp sống giản dị mà an vui rất quý đối với người tu. Ngược lại, ép xác là một sai lầm. Khổ hạnh sẽ dẫn tới suy nhược. Người tu mà khổ hạnh cũng là thể hiện lòng tham muốn. Đó là muốn giác ngộ liền liền. Cho nên người xuất gia nhất định phải có cuộc sống hợp lý, sống dư thừa sẽ tham đắm, đạo đức dần dần rơi rụng, khó làm gương cho người khác . Còn nếu sống quá khổ hạnh thì ta sẽ bị hạn chế, bị mệt mỏi, suy kiệt thể xác khó làm phật sự được. Hai lối sống ấy người tu phải biết cân đối.

Tinh hoa của đạo Phật chính là Bát chánh đạo, là con đường trung đạo. Trong cuộc sống, chúng ta biết hễ quá quen thuộc sẽ có lúc nhàm chán, quá quan tâm sẽ thành bó buộc, quá yêu thương sẽ có lúc đau lòng, quá sâu đậm có lúc nhạt nhòa, tất cả chỉ là một nửa thôi. Cho nên đừng có thái quá. Đừng giận quá, đừng vui quá, đừng hoang phí quá, cũng đừng tiết kiệm

quá. Hãy đi con đường trung đạo, không lợi dưỡng, không khổ hạnh.

Thiền là giữ tâm không tham, không sân, không si. Ví dụ như trong ăn uống, hãy xem cái tâm tham có mặt khi ta ăn hay không. Ví dụ, bữa trưa có đùi gà chiên, thường thì ta ăn một chén cơm, nhưng bữa trưa đó thức ăn ngon nên ăn ba chén. Đó là ăn với tâm tham rồi. Có dịp Sư đi Tây, đến giờ trưa thì dự tiệc tự chọn với hơn 100 món. Sư thấy có quý bà người Mexico ăn rất hồn nhiên, ăn nhiều, ăn ngon, ăn không ngừng nhai. Ăn mà không biết đủ thì sẽ rơi vào mê đắm, tham lam. Nếu gặp bữa không hợp khẩu vị thì sao? Lúc đó tâm ta sân ghê lắm, nhứt là đối với những ai là chủ hộ, chủ nhà, là chức sắc quyền cao, địa vị lớn vì đã quen ăn sơn hảo hải vị thường ngày. Ta có thể thấy trong xã hội ngày nay, tìm người lịch sự khi có uy quyền là rất hiếm, tìm người im lặng khi giận dữ là rất hiếm, tìm người nghèo sống chân thật là rất hiếm, tìm người giàu, biết khiêm tốn cũng là rất hiếm. Cho nên nói con đường trung đạo là tu mọi lúc mọi nơi. Tu trong mọi sinh hoạt: đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, nói chuyện, mặc áo, mở cửa, giặt giũ, cắt cỏ, nấu cơm.

Truyền thuyết kể lại có hai thầy trò đi khất thực nhiều cây số. Về tới nơi, thầy ngồi ăn, trò cũng ngồi ăn. Thầy nói: "Con ăn cơm khéo chánh niệm, tỉnh giác chứ không là phỏng miệng". Trò suy nghĩ không hiểu Thầy nói cái gì. Trò suy nghĩ: thức ăn khất thực đi cả cây số nguội lạnh hết rồi mà phỏng miệng cái gì. Nhưng vị thầy dạy học trò trong lúc ăn phải chiêm nghiệm quán tưởng. Lúc cơm canh mặn chát, không ngon thì người sân si sẽ quát mắng la lối. Nhưng người có tu sẽ im lặng. Vì im lặng là chế ngự được tâm sân của mình. Nếu

tâm tham khởi lên mà ta không hay biết là tâm tham cộng với tâm si, là vô minh. Nếu tâm sân sanh khởi mà ta hay biết thì đó là chánh niệm. Có tâm hay biết hay còn gọi là có chánh niệm, tỉnh giác thì ta sẽ không buông ra những lời nói tức giận. Trong kinh Tạng Pali có viết về tiểu sử Ngài Mục Kiền Liên của tác giả người Đức (Nhà xuất bản Tổng hợp); Ngài Mục Kiền Liên có một kiếp đánh đập cha mẹ do nghe lời vợ. Trong sử sách ghi lại từ kiếp đó đến 500 kiếp liên tục, Ngài luôn bị đánh đập cho đến chết. Đến kiếp cuối cùng gặp Phật Thích Ca trở thành Đệ nhất thần thông, Ngài Mục Kiền Liên vẫn phải bị ngoại đạo đánh cho đến chết. Khi đó Ngài Mục Kiền Liên dùng thần thông quán chiếu thấy mình đã tạo những nghiệp dữ trong tiền kiếp nên Ngài ngồi trên núi để cho ngoại đạo hành hạ, thân xác Ngài quăng tứ phía. Sau đó Ngài dùng thần lực gom xác Ngài lại giống như một trải nghiệm nhân quả.

Vua Ba Tư Nặc là học trò rất thân cận Phật Thích Ca. Vua đi tìm những nghi phạm giết thánh tăng Mục Kiền Liên, bắt giữ 500 người ngoại đạo sau khi điều tra ra thấy những người này từng có liên hệ với 500 tu sĩ đạo lõa thể và những người này cũng đã xác nhận là do quá ganh tỵ với Phật Thích Ca và đệ tử của Phật là Mục Kiền Liên. Bao nhiêu tín đồ đạo lõa thể đã kéo qua tu theo Phật giáo. Từ đó dẫn đến họ hành động si mê sai lầm. Nhưng đó là ta thấy trên bình diện xã hội học, còn bình diện nhân quả nghiệp báo thì do Mục Kiền Liên đã từng giết cha mẹ nên phải chịu nghiệp quả như vậy.

Do vậy, chúng ta sống trong kiếp hiện tại này nhưng chúng ta không biết chúng ta đã từng tạo ra những nhân nào trong tiền kiếp và sẽ nhận được quả gì ở kiếp hiện tại và vị lai. Người khéo tu thì không cầu truy lùng quá khứ, không cầu ước vọng

tương lai. Chỉ thực hành tu tấn cho giây phút hiện tại. Tu Giới (tu tạng luật), Tu Định (tu tạng kinh), Tu Tuệ (tu tạng Luận vi diệu Pháp). Trong chùa Bửu Quang hiện nay có hai thời kinh công phu sáng, chiều.

Quý vị nên nhớ rằng ta ở ngoài đời phải có trách nhiệm đối với cha mẹ, vợ chồng - đó là giới. Người không giữ giới sẽ ngồi không yên, tâm lăng xăng, suy nghĩ lung tung, hành động không chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng. Người lo sợ là người đạo đức giới hạnh chưa đầy đủ. Chúng ta có tu thiền mới đạt tới công phu định tâm dễ dàng. Không có giữ giới trong sạch, không có đạo đức, tu thiền không thành tựu, không có định.

Hành giả đi trên con đường trung đạo trước nhứt phải có giữ giới thì tâm mới an vui, ngồi thiền tâm mới định. Khi ta nhìn một người mà mắt láo liên ta biết tâm họ không ổn, có thể là bực bội, khó chịu, mất bình tĩnh, hoặc có âm mưu, thủ đoạn. Ánh mắt láo liên cũng là chút dư sót của đời trước do tâm tham sân si mà có và đem theo tới đời này.

Đức Phật thành đạo năm 35 tuổi nhưng trong quá khứ Ngài đã tu 20 a tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp, trí tuệ, từ bi đầy đủ. Các vị đạo sư khác hơn Ngài 100 tuổi, có chúng đồ đông đúc, nhưng họ chưa tự xưng là bậc giác ngộ hoàn toàn, tại sao Như Lai lại khác.

Phật trả lời, Đại Vương, vấn đề giác ngộ không liên quan gì đến tuổi. Chiều sâu của sự giác ngộ phải nhìn vào tam nghiệp thanh tịnh. Đừng so sánh ở tuổi tác, vì nhỏ tuổi ở kiếp này nhưng lớn tuổi ở kiếp khác.

Do đó, Đại vương đừng xem thường 4 nhỏ; đốm lửa nhỏ, con rắn nhỏ, hoàng tử nhỏ, sa môn nhỏ. Đốm lửa nhỏ cháy cả thành phố, con rắn nhỏ cắn chết người, hoàng tử nhỏ có thể lên làm vua. Sa môn nhỏ có thể sáng tu chiều chứng đắc.

Trong thực tế có người 80 tuổi nhưng chưa ngộ. Ngày mai sắp chết rồi nhưng tâm si chưa thay đổi, chìa khóa cất giữ tài sản chưa chịu giao lại cho con cháu, vẫn còn muốn nắm giữ của cải, tâm lúc nào cũng nóng nảy, ánh mắt dữ dội xấu xí lắm.

Tu giới định tuệ là để giúp cho chúng ta chuyển đổi tâm tánh của mình. Có tu mới thay đổi từ người thấp hèn thành người cao thượng, đổi từ người sân si thành người thân thiện. Người tu bước vào đạo là hướng tới sự giải thoát. Đời sống giải thoát phải có lòng bao dung, sự hy sinh và lòng buông bỏ lớn trong từng giây, từng phút. Quý vị đến chùa tụng kinh, hành thiền, nghe thuyết pháp là để học sống bao dung, sống yêu thương. Đó là cuộc sống của người có tu hành khổ luyện. Chúng ta khổ luyện ngay trong những chuyện nhỏ hằng ngày, làm sao cho mọi người chung quanh ta được sống an vui. Hãy tạo công đức trong những việc nho nhỏ, tâm bao dung, tâm yêu thương ngày càng rộng lớn, chúng ta sẽ bước vào đường đạo một cách bình yên.

Con đường trung đạo là con đường xa lánh phiền não, tham sân si. Là con đường chánh kiến, chánh tư duy, là con đường bát chánh đạo, con đường giới, định, tuệ.

Đức Phật Di chúc trước lúc tịch diệt: "Này chư Tỳ khưu, Tỳ khưu ni, cận sự nam, cận sự nữ, bây giờ Như Lai nhắc nhở, khuyên bảo các con lần cuối cùng rằng: Các pháp hữu

vi (ngũ uẩn) có sự diệt là thường, các con nên cố gắng tinh tấn hoàn thành xong mọi phận sự Tứ Thánh Đế, bằng pháp không dể duôi, thực hành Tứ niệm xứ"; "Chánh pháp nào mà Như Lai đã thuyết, luật nào mà Như Lai đã chế định; khi Như Lai tịch diệt Niết Bàn rồi, chánh pháp ấy, luật ấy là Tôn Sư của các con"./.

5. HỌC CÁCH HÀNH TRÌ PHẬT PHÁP TRONG ĐỜI THƯỜNG[4]

Hôm nay chúng tôi rất hoan hỷ trở lại hội trường chùa Hội Khánh. Trước khi đến đây, chúng tôi có qua bên Tỉnh Hội thăm Thượng tọa Huệ Thông, được Thượng tọa hoan hỷ cho biết năm nay, 2014, tổ chức Phật Đản tại chùa Bái Đính ở tỉnh Ninh Bình. Đặc biệt hơn là tỉnh Bình Dương năm nay tổ chức Phật đản cũng rất qui mô, thay vì tổ chức một ngày, năm nay tổ chức ba ngày với 30 chiếc xe hoa chạy trên đường phố Thủ Dầu Một. Trên đường xe hoa diễu hành qua, vận động Phật tử có nhà mặt tiền thiết lập bàn hương án như một cách đón tiếp Phật Đản Sanh. Ngoài ra, lại sắp có Hội thảo tập huấn viên hoằng pháp dành cho cư sĩ tại gia.

Quý vị có tâm, có trình độ thì nên tham gia. Quý sư tham gia Ban Hoằng Pháp để giảng trước đại chúng, quý vị tham gia tập huấn viên hoằng pháp để giảng tại nhà, giảng cho bạn bè thân hữu, cho những người có duyên để biết Phật pháp. Người chưa quy y hướng dẫn cho họ biết quy y, nghe pháp, hành thiền và hướng dẫn họ vô đạo. Nhiều người vô đạo qua bạn bè rủ đi nghe pháp, đi làm từ thiện, làm công quả.

Do vậy, quý vị tham gia để có nhiều cơ hội nghiên cứu sâu giáo lý, có tư cách pháp nhân, pháp lý làm tăng thêm hiệu quả cho vai trò dẫn dắt bạn đạo của người cư sỹ tại gia. Tham gia lớp tập huấn, trở thành hoằng pháp viên ngoài cái tâm bao dung, còn phải có nghệ thuật để hướng dẫn người khác

4. Giảng đường: Chùa Hội Khánh – Tỉnh Bình Dương ngày 13/04/2014

đi tu. Người bất hiếu, ngỗ nghịch mình hướng dẫn họ trở thành người có đạo đức, như vậy phước mình vô lượng, vô biên. Mình hành Bồ tát đạo nên ai chê cũng được, hàm oan cũng nhịn. Hành trì Phật pháp trong đời thường là áp dụng 8 nguyên tắc sau đây:

1/ Lấy đạo đức làm thầy
2/ Lấy kinh kệ làm bạn
3/ Lấy gian nan làm thử thách
4/ Lấy phiền não làm bồ đề
5/ Lấy trí tuệ làm sự nghiệp
6/ Lấy từ bi làm phương châm
7/ Lấy hỷ xả làm tư lương
8/ Lấy buông bỏ làm cứu cánh giải thoát

1/ Lấy đạo đức làm thầy

Đạo đức hiểu theo nhà Phật là ngũ giới, thập thiện, thập độ. Những giáo điều của nhà Phật thì xem đó là đạo đức. Ngũ giới: Không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu. Đó là giới, là đạo đức, là thầy cho ta tu học. Ngoài xã hội: bổn phận làm con phải có hiếu với cha mẹ, làm người trẻ phải kính trọng người lớn tuổi, công dân phải tôn trọng luật pháp. Trước khi Phật tịch diệt Ngài đã để lại di chúc: Này các Tỳ khưu, khi Như lai tịch diệt các thầy hãy lấy pháp làm Thầy. Cuộc đời của Phật hy sinh cho Phật pháp. Nhân cách và tư tưởng của Ngài rất khoa học, không nói phải tổ chức tang lễ, không nói phải cúng dường lễ phẩm chi cả, Ngài chỉ dạy hãy cố gắng thực hành pháp của Như lai, đó là cách cúng dường cao thượng nhất. Lấy pháp làm thầy. Pháp là tam tạng kinh điển. Luật là giới luật của người

tu. Luật thì có luật của sa di, tỳ khưu, cư sĩ có năm giới. Đức Phật từng dạy tam tạng kinh điển, kinh luật luận nhưng luật là căn bản. Giới luật còn thì Phật pháp còn. Phật pháp còn hay không thì nhìn vào hàng tứ chúng, sa di, tỳ khưu tăng, tỳ khưu ni, thiện nam, tín nữ là còn biết tôn trọng pháp của Ngài thì Phật pháp còn tồn tại. Ngày nào tứ chúng lơ là giới luật, lơ là việc học pháp thì ta biết Phật pháp băng hoại. Quý vị đi chùa nghe pháp, tụng kinh hành thiền là đang lấy giới luật đạo đức làm thầy. Nếu quý vị đi chùa cho có hình thức thôi, không tụng kinh, ngồi thiền, nghe pháp nữa thì Phật pháp không còn trường tồn. Đạo pháp là phải tự thân, lấy bản thân của mình để nương tựa, không nương tựa vào ai khác. Pháp và luật là đạo sư, còn hành hay không thì do chúng ta. Biết Phật pháp phải hành Phật pháp mới biết được sự mầu nhiệm của Phật pháp. Lấy giới luật làm thầy. Y pháp bất y nhơn. Đừng nương tựa vào một người nào, đừng lệ thuộc vào tôi quy y thầy này, sư kia. Nên nhớ, quy y là quy y Phật Pháp Tăng. Thầy tế độ chỉ có nhiệm vụ chỉ cho mình thấy được Tam Bảo từ đó mà hành theo thì mới cảm nhận được Phật pháp. Thầy như là ngón tay chỉ mặt trăng, mình nhờ bàn tay ông thầy chỉ cho thấy mặt trăng, thấy trăng rồi thưởng thức mặt trăng lung linh, huyền diệu như thế nào chứ đừng nhìn bàn tay người thầy đen hay trắng, ngòi bút hay củ chuối. Ta càng nhìn bàn tay người chỉ trăng ta đâm ra phiền não. Hay là mình ưu ái thầy của mình, mình quỳ lạy và cúng dường thấy mình thôi, còn những thầy khác thì xem như không có. Nếu chỉ tán dương lễ bái sư thầy của mình thôi là không ổn. Lý trung đạo của nhà Phật là không khổ hạnh cũng không lợi dưỡng. Người ta thường nói: quá thân thuộc sẽ thành nhàm chán, quá quan tâm có lúc sẽ đau lòng, quá thương yêu có

lúc sẽ đau khổ, quá sâu đậm có lúc sẽ nhạt nhòa. Tất cả chỉ là một nửa. Đó là lý trung đạo. Đừng có thái quá trong bất cứ việc gì.

2/ Lấy kinh kệ làm bạn

Chúng ta xem kinh kệ là người bạn tâm linh của mình. Ta tập không nói những chuyện vô ích. Có người nói chuyện từ Sài Gòn tới Kiên Giang tới Bình Dương. Mỗi người một cá tính. Muốn sống hạnh phúc phải chấp nhận, nếu không sẽ khổ. Mỗi người là một loài hoa, hoa cúc, hoa hồng, hoa sen, hoa lài, hoa bông bụt. Nhưng mỗi một bông hoa có hương sắc riêng. Mình khởi lên ý muốn hoa sen phải giống hoa hồng là không thể được. Minh là Minh, Hạnh là Hạnh. Bông sen và bông hồng cùng tồn tại trên cuộc đời này để đem lại cái đẹp cho cuộc sống. Con người có bản tánh khác nhau. Người thì quá tham, người thì quá sân, người thích đi làm từ thiện, người thích hành thiền v.v. làm sao ai giống ai. Muốn chuyển hóa người là trước hết ta sẽ khổ. Không bao giờ làm được. Mình muốn người này như thế này, người kia như thế kia, chắc chắn mình sẽ lên tăng xông, tiểu đường do muốn nhiều quá đâm ra khổ, phiền não. Bệnh phát sanh từ tâm chúng ta. Do vậy, hãy lấy kinh kệ làm bạn thân. Thấy kinh nào hay thích thì phát tâm tụng niệm. Càng đọc càng hoan hỷ, tâm hồn thanh thản, trí tuệ phát huy. Lấy kinh kệ làm bạn ta sẽ sống cuộc đời bình yên. Đọc hết một bộ kinh mặt tươi, phát hào quang liền. Con người sống trong tranh chấp, đố kỵ, trong tham sân si mặt sẽ đau khổ, u sầu. Lấy kinh kệ làm bạn tự nhiên ta bình yên. Tụng bài kinh này, bài kinh kia thấy hay, thấy hạnh phúc, tâm thảnh thơi an lạc nên có người đọc mãi, đọc hoài. Đạo là ở chỗ đó. Đừng tìm đạo ở đâu xa. Ta có rất nhiều bạn nhưng tất

cả đều thản nhiên trước cái chết của ta, có chăng họ chỉ thể họ sẽ tiễn đưa chúng ta tới nơi hỏa thiêu. Vừa rồi lễ tiễn đưa Hòa Thượng Trí Tịnh chỉ có những người thân thiết, gần gũi mới được tới gần linh cữu. Riêng ta, những người bạn đến tiễn đưa ta cùng với một nhánh hoa. Thời gian trôi qua sẽ quên lãng. Có người nói rằng: "Đố ai nằm võng không đưa. Đố ai gặp lại người xưa không nhìn. Đố ai quên được chữ tình. Đố ai quên được bóng hình người yêu. - Người chết nằm võng không đưa. Người mù gặp lại người xưa không nhìn. Người điên quên được chữ tình. Người khùng quên được bóng hình người yêu". Cho nên người phật tử hãy lấy kinh kệ làm bạn. Kinh kệ là giáo pháp của Phật, ta học suốt đời không hết. Tạng kinh, tạng luật, tạng luận nếu không quan tâm nhiều khi suốt đời ta không học hết những bộ kinh như vậy được. Người Phật tử có tâm, có điều kiện hãy đọc để nghiên cứu, hoặc là thường xuyên tụng niệm.

3/ Lấy gian nan làm thử thách

Cuộc đời không ai phẳng lặng. Không ghềnh thác, gian lao thì không tìm ra lẽ sống của con người. Những thử thách ở gia đình, bạn bè, công việc v.v. giúp ta tìm ra lẽ sống của con người. Nếu ta sống gặp thử thách mà nản lòng thì cũng bình thường thôi, nhưng sẽ không thành người được. Ta bất mãn với gia đình thì sẽ bất mãn với bạn bè, với mọi người. Người tu phải trải qua phong ba thử thách. Người tu mới vào đạo thấy tụng kinh khó quá, sáng thức sớm quá, tu nhiều quá chịu không nổi bỏ về quê. Ở đời mình thua cái này thì cái khác mình thua nữa. Người ta thức được mình thức được. Người ta học được mình học được. Không có gì khó. Tâm mình khó thôi. Gặp thử thách bên ngoài muốn vượt qua phải có bi

trí dũng, nhẫn nại. Người ta hay viết thư pháp 3 chữ: nhẫn, nhẫn, nhẫn. Ba chữ nhẫn này ý nói thân nhẫn, khẩu nhẫn, ý nhẫn. Mình đang sân si mà thân nhẫn thì không dùng tay trấn áp, đánh đập người ta. Đang sân mà tâm nhẫn thì miệng không chửi rủa những lời ác độc. Người ta thích chửi rủa nhau là vì lòng sân nổi lên. Ví dụ vợ chồng cãi nhau; cô giáo, khách buôn, thầy tu cãi nhau, mỗi cách một khác. Cho nên, nhịn cái khẩu là nhẫn. Ý nhẫn: nhẫn từ trong mỗi ý niệm. Thân nhịn, ý nhịn, khẩu nhịn. Phải tập mới đạt được. Cho nên phải có thử thách. Quý vị đi chùa nhiều. Người khác nói: Bả đi chùa hoài làm ăn gì. Nghe vậy thế là nổi nóng liền, giận sôi lên liền. Như vậy là chưa nhẫn. Cho nên hãy nhẫn nhịn để độ loại người "nhiều chuyện" đó. Người nói xấu mình, mình im lặng thì mới là Phật tử. Người con Phật phải có tâm mát mẻ, khoan thai, tự tại. Hãy lấy chính cuộc sống của mình như một bài pháp vô ngôn mới độ được người khác. Muốn rủ người ta đi chùa, nghe pháp, tu thiền mà bản thân mình là hỏa diệm sơn thì làm sao độ được. Mình phải an lạc thì mới cho người khác sự an lạc được. Nếu có người hỏi: Bà đi chùa mà bà sân si hơn tui, thiếu trách nhiệm với gia đình hơn tui nữa thì ta trả lời sao đây? Đi chùa tu tập theo giáo pháp của Phật là phải có trách nhiệm với cha mẹ, vợ chồng, là công dân phải chấp hành tốt pháp luật thì mới thuyết phục người khác được. Muốn chuyển hóa người khác thì mình phải gương mẫu sống tốt. Cho nên sống chung với người có đạo đức tốt cho mình hạnh phúc. Mình sống chung với người tốt cho mình kỷ niệm, sống chung với người xấu cho mình bài học. Ba năm học nói nhưng ta sẽ suốt đời học hạnh lắng nghe. Đừng hứa khi vui. Đừng trả lời khi đang tức giận. Đừng trao cho người khác những gì mình không ưa thích. Nếu ta sống

chung với người tốt, ta thấy mình hạnh phúc vì người tốt sẽ không tham sân si. Sống chung với người tật đố, nhỏ mọn ta sẽ học bài học kham nhẫn.

4/ Lấy phiền não làm bồ đề

Cuộc đời của Đức Phật Thích Ca: không phải làm Phật là Ngài đi tới đâu thì được đón tiếp tới đó. Đâu phải làm Phật Tổ thì ai cũng khen Ngài. Đức Phật cũng bị oan ức, bị nhục mạ, bị tai ương đủ thứ. Có lúc Ngài bị Vô Não (Angulimala) rượt theo giết. Có lúc bị nàng Chinh-cha (Ciñcā) độn bụng vu oan. Quý vị đi hành hương ở ấn Độ, lên chùa Tích Lan vẫn nhìn thấy hai cái hố ngày xưa liên quan đến nàng Chinh-cha và Đề-bà-đạt-đa (Devadatta). Cuộc đời của Phật lúc nào cũng có hình ảnh của Đề-bà-đạt-đa tương phản với Phật. Phật là Phật. Đề-bà-đạt-đa là Đề-bà-đạt-đa. Phật xiển dương giáo pháp. Đề-bà-đạt-đa là xiển dương phiền não. Nếu ta bị phiền não chừng nào thì ta trưởng thành chừng ấy. "Từ bi hai chữ từ bi. Phật còn bị nạn huống chi thầy chùa". Phật gặp phiền não hằng hà sa nhưng tâm Ngài không phiền não. Ta học hạnh của Phật. Tâm không phiền não thì phải thực tu, thực học, phải có từ bi trí tuệ. Tâm từ bi để thương những người chung quanh, trí tuệ để nhìn thấy những sự việc trong cuộc sống. Đó là chất liệu rất quan trọng. Nhìn thấu suốt để có tâm đại bi. Con hư người mẹ phải có tâm thương con, cứu con thoát qua hiểm nghèo. Phương pháp giúp con thoát khổ là trí huệ. Tìm giải pháp cứu con mình. Đó là thể hiện lòng từ bi của cha mẹ. Nếu con hư mà cứ chửi nó, đuổi nó ra khỏi nhà là không từ bi, trí tuệ. Con hư nhưng hãy ôm con vào lòng. Ở đời không ai vẹn toàn. Con hư do bạn bè của nó, do phước duyên của nó. Con hư cũng

là con của mình. Cứu con bằng giải pháp khoa học, với tâm từ ái bao dung ta sẽ cứu nó được. Những ai có tâm nóng nảy, phiền não hãy biến phiền não này thành bồ đề. Tu phải có thử thách. Vượt qua thử thách này mới là tu.

5/ Lấy trí tuệ làm sự nghiệp

Trí tuệ có do học, do nghe, do tu. Do học: học ở trường lớp, học giáo lý ở học viện, trường trung cấp, học phật giáo hàm thụ. Hiện nay, Học viện Phật giáo TP.HCM có 10 Khoa, có khoa Phật giáo hàm thụ dành cho những người quan tâm tới Phật giáo nhưng không thể trực tiếp thường xuyên đến học tại giảng đường. Khoa này hiện có 600 sinh viên là khoa đông nhất. Học mới hiểu giáo lý, thấy được trí tuệ của Phật. Do nghe: nghe sanh trí tuệ vì nghe nhiều pháp của nhiều giảng sư, mỗi người có phong cách, ngôn ngữ, trình độ Phật học khác nhau. Nghe nhiều, hiểu nhiều lời Phật dạy sanh ra trí tuệ. Người cầm mic nói 2 tiếng đồng hồ không bằng người ngồi nghe một tiếng đồng hồ. Nghe khó hơn nói. Ba năm học nói, suốt đời học hạnh lắng nghe. Do tu: tu thiền, niệm Phật năm này qua năm nọ nên trí tuệ phát sanh. Trí tuệ giúp ta nhận ra đâu là đúng, đâu là sai, đâu là mê, đâu là giác, đâu là tà, đâu là chánh kiến. Nếu quý vị từng nhìn thấy những người tâm thần, thiếu trí tuệ, khùng khùng điên điên, quý vị mới thấy sợ. Đó là do nhân quả luân hồi. Trong kinh Pháp cú Phật dạy: "Đêm dài cho kẻ thức; Đường dài cho kẻ mệt; Luân hồi dài, kẻ ngu; Không biết chân diệu pháp". Chúng ta đừng cãi lý với kẻ say, đừng bắt tay với kẻ xấu, đừng chiến đấu với kẻ liều, đừng nói nhiều với kẻ ngu v.v. cho nên khi ta có trí tuệ, hiểu nhân quả nghiệp báu là quý vô cùng.

6/ Lấy từ bi làm phương châm

Từ bi, người tu nhìn xuống, người đời nhìn lên. Người đời muốn hơn thua, người tu muốn nhường nhịn, Người tu phải thể hiện từ bi. Người xuất gia mà làm hại kẻ khác thì không phải là bậc xuất gia. Cho nên người tu phải lấy từ bi làm phương châm. Người vợ có tu, thấy ông chồng khó ưa thì phải từ bi. Từ từ, mát mẻ, thông cảm, tha thứ từ từ chồng sẽ ngộ ra. Mình sống tốt, tự động nó lan toả với những người chung quanh. Mình thể hiện là tấm gương sáng cho mọi người noi theo. Lấy từ bi làm phương châm mới chuyển hóa được. Xưa chưa tu thì sân si tật đố, ích kỷ nhỏ mọn, bây giờ tu rồi thì hỷ xả bao dung. Với tất cả chất liệu này mới mong chuyển hóa được người khác. Những ai theo nghề hoằng pháp viên thì phải nhớ phương châm từ bi, đồng thời phải có trình độ phật học, có tác phong đạo đức.

7/ Lấy hỷ xả làm tư lương

Hỷ là cười. Xả là không chấp. Tập huấn viên hoằng pháp mà mặt hằm hằm như thịt bằm nấu cháo thì không ai theo mình nổi. Hãy cười khi còn trẻ. Sau về già răng rụng sẽ ít cười. Tuy nhiên, dù thế nào, nụ cười ai cũng thích nhìn. Hãy tập cười ba lần trong ngày là bí quyết sống thọ. Đạo Phật có tâm hỷ. Cười để bớt nhăn. Hỷ là bao dung thông cảm. Một chút bao dung, thông cảm mới có khả năng hỷ xả. Nếu ta không hỷ xả thì ta sẽ khổ. Hỷ xả là tư lương, là hai cái tâm, là hai loại thức ăn nuôi dưỡng sắc pháp cho ta. Nhiều khi quý vị ăn cao lương mỹ vị nhưng sắc pháp không đẹp. Nếu có tâm hỷ xả thì sắc pháp mới vui trẻ. Có người bịnh nhưng tâm không bịnh nên sắc pháp vẫn đẹp. Bệnh viện chữa thân. Chùa là bệnh viện

chữa tâm. Cười là cách chữa bệnh rất tốt. Hỷ và xả là hai loại thức ăn nuôi sắc pháp. Phật nói: Đoàn thực, xúc thực, tư niệm thực, thức thực. Đoàn thực là thức ăn, thức uống. Còn xúc thực, tư niệm thực, thức thực ba loại thức ăn này nuôi dưỡng tâm pháp, danh pháp, sắc pháp, nói tóm lại nuôi thân và tâm. Khi nào quý vị vui tự nhiên không ăn ba ngày vẫn thấy no. Đọc kinh thấy vui vô biên là vậy.

8/ Lấy buông bỏ làm cứu cánh giác ngộ

Con người phàm phu luôn dính mắc: có chồng dính chồng, có con dính con, có sổ đỏ dính sổ đỏ, có vàng dính vàng, có nhà lầu dính nhà lầu; người tu có chùa dính chùa, dính cốc liêu, dính đệ tử, dính hư danh, dính chức vụ. Một ngôi chùa xây dựng lên là do rất nhiều người cùng chung lo, không chỉ riêng thầy trụ trì lo. Nhưng nhiều khi, thầy trụ trì hoang tưởng chùa là chùa của mình, tăng chúng là của mình, thùng phước điền là của mình, nghĩ mình là trụ trì nên cái gì cũng của trụ trì tất cả. Hãy nhớ, trụ trì chỉ là vị thầy quản lý, tăng chúng đông là phước của chùa. Nếu chùa có đông tăng chúng thì trụ trì cười tươi. Giống như chùa Hội Khánh đây, tăng chúng trong chùa lúc nào cũng đông làm cho ông thầy trụ trì dù bận rộn nhưng lúc nào thấy cũng cười tươi. Thói thường, chủ nhà hiếu khách thì khách mới tới, không chỉ tới một lần, mà hai lần, ba lần. Nếu khắt khe, lạnh nhạt thì người ta đi biệt luôn. Tu là tập hạnh buông bỏ, đừng có suy nghĩ chùa của tui mà hãy nghĩ chùa là của chung, tăng ni có tâm tu học thì trụ trì mở lòng chào đón tất cả, ai chưa tu mời đi tu, không nên tìm lỗi chụp mũ làm khó đuổi tăng ni đi. Muốn buông bỏ thì tâm phải buông bỏ. Cái thân còn không phải là của mình nữa mà. Chùa không có mình thì vẫn chùa đông. Nghĩ được như vậy

mình sẽ an vui. Về hưu rồi thì phải bàn giao cho người khác, cái nào nên di chúc, nên ủy quyền cho con hãy làm nhanh. Lỡ mai chết mà chưa viết di chúc e không đi nổi. Có người hấp hối mà tay cầm chặt chìa khóa chưa chịu buông. Quý vị thử nghĩ chết mà chưa giải quyết được những việc thế gian thì sẽ đi về đâu? Không làm chó thì cũng làm tắc kè. Người tu phải biết dừng lại, biết buông những gì đáng buông mới phát triển được tâm linh của mình, còn không sẽ đau khổ. Già bệnh chết kề bên. Những vị thầy trước khi chết thường di chúc cho đệ tử, giao tài sản đất đai lại cho người tin tưởng. Nếu có ai đến thăm thì tốt, không thăm thì thôi. Đệ tử không mời cũng ghé thăm với lòng hoan hỷ. Đệ tử mời cơm thì dùng, không mời thì có cơm hộp cũng no lòng, đâu có gì lo lắng. Hãy tu tập, tạo công đức, tập buông bỏ tâm mới thăng hoa. Chết mà còn ngổn ngang công việc thì tâm sẽ đi xuống. Hãy rõ ràng, dứt khoát, tài sản bàn giao hợp pháp thì ta chết rất thảnh thơi. Trong cuộc sống người ta dính mắc cái này cái kia, việc này việc kia, người này người kia dữ lắm. Cho nên trong Thập nhị nhân duyên: hữu sanh thủ, nghĩa là có là nắm giữ. Triết lý cao siêu của Phật giáo là không. Niết bàn là không tham ái, không dính mắc, không cố chấp.

Thời pháp đến đây cũng vừa phải lẽ, cầu mong thời pháp này giúp cho quý phật tử ứng dụng trong cuộc sống nhiều lợi lạc, an vui./.

6. HỌC BÀI THƠ HUYỀN KHÔNG 12 VUI[5]

"12 VUI" là bài thơ của nhà sư - nhà thơ Hòa Thượng Giới Đức còn có hiệu là Minh Đức Triều Tâm Ảnh. Bài thơ "Huyền Không 12 vui" giúp cho người con Phật sống lợi ích cho mình và cho người, an vui, tự tại trên con đường giải thoát, giác ngộ.

1. Một vui đọc sách xem kinh

Người tu phải siêng năng đọc sách, xem kinh. Nếu không đọc sách, xem kinh thì ta không hiểu được lời Phật dạy gọi là tu mù. Không hiểu kinh Phật, không hiểu giáo lý, tu mà không biết tu cái gì thì gọi là tu mù. Như một người bước lên toa tàu mà không biết chuyến tàu đi về đâu, anh ta cũng không có tấm bản đồ để biết hướng đi mà tàu đang chạy, như một người mù đi dưới trời mưa. Đọc sách giúp ta có thêm kiến thức về mọi mặt của xã hội, khoa học, kỹ thuật, nghệ thuật. Đọc sách chuyên ngành giúp ta làm tốt hơn trong công việc. Ví dụ người quản lý một công ty, xí nghiệp không chỉ đọc sách liên quan đến ngành nghề của mình, đọc sách về nghệ thuật lãnh đạo, nghệ thuật quản lý mà còn đọc thêm sách ở những lĩnh vực khác liên quan tới con người ví dụ như tâm lý học, khoa học, xã hội học. Điều đó giúp anh ta hiểu con người và từ đó làm tốt vai trò quản lý của mình hơn. Thế kỷ thứ 17 nhà bác học Hà Lan đã sáng chế ra kính hiển vi. Nhưng Đức Phật ở thế kỷ thứ 6 đã dạy các thầy tỷ kheo phải

---

5. Giảng đường: Chùa Thanh Long tỉnh Bình Dương ngày 25/7/2014

có đồ lọc nước trước khi dùng vì Ngài dạy rằng trong nước có nhiều vi sinh vật. Cho thấy rằng Phật đi trước khoa học. Có rất nhiều vấn đề ta cần học hỏi, tham khảo, nghiên cứu trong sách vở, trên internet, hoặc từ băng đĩa. Một người tu trong thời đại ngày nay không chỉ học Phật pháp bằng cách đọc sách mà còn đọc trên mạng, nghe DVD. Nếu không như vậy người tu sẽ lạc hậu. Nếu có dịp nói chuyện với thế hệ trẻ sẽ không sao nói được vì mình không cập nhật được những cái mới của thời đại. Nhưng phải biết rằng cái gì cũng có nhiều mặt của nó. Nếu anh sử dụng internet để học hỏi, nghiên cứu thì tốt, nhưng nếu suốt ngày lướt web để chat, chuyện trò, chơi game, thậm chí vào những chuyên mục tào lao thì nó sẽ "giết chết" thời gian của ta một cách vô ích. Ta tự mình làm ô nhiễm tâm và điều đó hoàn toàn không có lợi cho mục đích tu tập giải thoát của người tu. Việc sử dụng internet như là một phương tiện để giúp mình phổ biến kiến thức, để học hỏi, trau dồi Phật pháp thì điều đó rất tốt. Người chuyên tu giải thoát thì chọn cho mình cách tu buông xả mọi thứ, an trú trong thiền. Nhưng cũng có những vị tu hành muốn hoằng pháp thì phải trang bị cho mình kiến thức Phật pháp và nhiều kỹ năng khác bằng cách đọc sách, xem kinh, học thêm văn chương, thơ ca, lịch sử, âm nhạc, hội họa. Mỗi lĩnh vực nghệ thuật đều có ngôn ngữ riêng: người họa sĩ phản ánh cuộc sống qua nét vẽ, màu sắc; nhà thơ, nhà văn thể hiện qua ngôn ngữ thơ ca, văn chương; nhà nhiếp ảnh ghi nhận thực tế cuộc sống qua những khoảng khắc, những cái chớp nghệ thuật; nhạc sĩ dùng âm thanh để thể hiện cảm xúc. Nghệ thuật phản ánh cuộc sống. Nghệ thuật cũng là phương tiện để chúng ta đưa Phật pháp đến với cuộc đời, đến với mọi người, giúp họ có thể nghe, hiểu, thấy và tin Phật pháp. Cho nên vui siêng

năng đọc sách, xem kinh giúp cho người chưa tin Phật pháp tin được Phật pháp.

Những nhà nghiên cứu khoa học đã nói muốn cho não hoạt động tốt sau này, người ta cần phải đọc 5 trang sách báo mỗi ngày. Siêng năng đọc kinh, đọc sách không chỉ giúp cho ta kiến thức phong phú về cuộc sống, về đạo pháp mà còn giúp ta công phu não tốt. Ngày nay, cuộc sống quá tất bật nên nhiều người chọn cách nghe sách. Vì vậy loại hình sách nói ra đời. Có những bộ kinh nhiều tập chúng ta không có dịp cầm trên tay để đọc. Không phải ai cũng có bộ Tam tạng Pali trong tủ sách gia đình. Do vậy, bộ Tam Tạng Pali đã được ghi âm bằng 3 giọng đọc khác nhau thể hiện các nhân vật trong sách. Bây giờ ở Mỹ nhiều người tận dụng thời gian vừa lái xe trên đường đến sở làm vừa nghe kinh, nghe sách Phật pháp. Điều đó giúp họ có thêm hiểu biết về Phật pháp khi mà đời sống của họ luôn phải gấp gáp vì công việc. Sách nói có thể nghe ở mọi lúc, mọi nơi. Vì vậy những bài kinh xưa của Phật giáo Nguyên thủy có thể đến với tất cả mọi người ở khắp nơi trên thế giới bằng loại hình này.

Năm 1995, khi đó sư còn ở chùa Kỳ viên, quận 3 TPHCM, công phu chiều không có phật tử, dù chùa nằm ngay trung tâm thành phố. Những thời công phu chỉ có các sư tụng kinh mà thôi. Lý do là Phật giáo Nguyên thủy thì tụng kinh bằng tiếng Pali. Các sư tụng kinh nghe "rào rạt" nhưng phật tử không hiểu gì hết, cũng không tụng theo được. Cho nên Sư tổ chức mở lớp dạy tụng kinh Trung bộ, tặng cho mỗi phật tử một cuốn kinh. Lúc đó có khoảng 100 người tụng kinh Trung bộ mỗi ngày, tụng xong ghi âm lại để nghe. Sau mỗi thời tụng kinh có giảng sư thuyết giảng về bài kinh cho Phật tử hiểu.

Chiều nào, sau khi tụng kinh xong, mọi người được mời uống nước mía rồi mới ra về. Vậy mà Phật tử thấy vui trong đời tu tập của mình. Sau này, tại chùa Bửu Quang, vào mùa hạ, mỗi ngày đều có tụng kinh Trung bộ. Các vị hãy tự mình thiết lập thời gian đọc sách, xem kinh, nghe kinh, tụng kinh để có niềm vui trong đời tu hành của mình.

2. Hai vui không luận chuyện mình, chuyện ta

Con người thường thích nói về mình. Còn nói về người, ta gọi là nhiều chuyện. Tiếng Anh nhiều chuyện gọi là "big mouth", hoặc người nhiều chuyện gọi là gossipmonger. Người tu không nên nói nhiều về mình hoặc nói về người khác. Người nào nói về họ nhiều quá thì mình phải tìm đường rút để khỏi phí thời gian nghe họ. Thường người ta hay bắt đầu rằng: Hồi xưa tôi như thế này, hồi xưa tôi như thế kia. Lúc trước Sư đi công tác Phật sự với một vị hòa thượng, nhiều khi đi 4 ngày 11 tỉnh. Vị hòa thượng này quê ở Bến Tre. Khi xe chạy, hễ tới một nơi nào quen cũ là cụ giơ tay chỉ rồi nói: hồi xưa tôi làm việc ở đây 3 năm, đi tới chỗ khác cụ cũng giơ tay chỉ: Hồi xưa chỗ này nó vậy vậy…mà bây giờ… Hễ cụ đưa tay tới đâu mình ngó theo tới đó, suốt chuyến đi cứ pha trà hầu chuyện xưa tích cũ.

Phật dạy người tu phải sống trong hiện tại. Quá khứ không truy tìm, tương lai không ước vọng chỉ có hiện tại mà thôi. "Chuyện qua rồi đừng nhớ. Chuyện chưa tới khoan lo. Chỉ hiện tại đừng đem lòng dính mắc." Có nhà tâm lý nói: người sống trong quá khứ nhiều thì giống như ăn cơm thiu. Quá khứ ví như cơm thiu, tương lai ví như cơm sống, còn hiện tại ví như cơm đang chín, cơm chín trong nồi. Chúng ta thường ăn

cơm thiu, cơm sống mà không biết. Đa số thích kể chuyện quá khứ, rồi đến chuyện tương lai, còn hiện tại thì họ quên không sống với nó cho thật trọn vẹn. Đừng nói về người khác nhiều vì thật ra ta đâu hiểu hết họ. Ta nói không đúng thành ra mang khẩu nghiệp. Ví dụ như quý vị tới chùa Bửu Quang, hỏi Sư Thiện Minh. Người này nói Sư Thiện Minh khó chịu vầy nè, người khác nói Sư Thiện Minh dễ chịu vầy nè, người nữa nói Sư Thiện Minh vầy nè v.v. Ai cũng nói theo cái nhìn chủ quan, theo ngã kiến, tâm kiến của mình. Tất cả những người hiểu về Sư Thiện Minh đều không đúng, bởi họ chỉ biết một góc cạnh nào đó mà thôi. Nhiều khi mình không biết người ta mà thích nói về người ta, rồi thêm thêm, bớt bớt thiên kiến riêng tư của mình nên dễ mang khẩu nghiệp. Quý vị hãy bớt nói về mình và về người khác để được an vui, thanh tịnh.

3. Ba vui giản dị từ hòa

Sống giản dị. Sống đơn giản cho đời thanh thản, nếu không ta sẽ đau khổ. Đến chỗ nào thiếu tiện nghi, ta hãy hòa nhập với mọi người, ta sẽ thấy khỏe. Nhớ 5 năm trước qua Ấn Độ làm lễ động thổ. Buổi chiều Sư đến nơi tổ chức để kiểm tra mọi việc cho ngày mai tiến hành buổi lễ. Công việc chuẩn bị rất tốt nhưng cuối cùng phát hiện không có nhà vệ sinh. Buổi lễ có tới 200 người đến tham dự mà không có nhà vệ sinh thì e khó quá. Cuối cùng chúng tôi phải bắt tay căng bạt làm nhà vệ sinh dã chiến. Có người hỏi chiều nay sư đi đâu, sư nói đi làm công quả. Nếu ta sống vui, hòa hợp với mọi người, ta sẽ an ổn. Tới chỗ nào ta cũng hòa nhập được, không có kiểu cách, phân biệt. Tập sống giản dị, hòa nhập là ta đang ứng dụng pháp vô ngã trong đời sống. Tôi không hợp cái này, không hợp cái kia là ta thấy khổ rồi. Ứng dụng giáo lý vô ngã

của đạo Phật vào trong đời sống ta sẽ luôn an vui. Xưa nay ta ở nhà cao cửa rộng, ngủ một mình quen rồi nhưng nếu ta đến chùa thọ Bát Quan Trai, nhiều khi phải sống chung với 5-6 người một phòng, ngủ trên chiếu chứ không có nệm êm chăn ấm nữa, hoặc có người ngáy thở khò khò thì hãy tập xem như đang nghe nhạc trời để ngủ cho ngon. Tu là phải tập sống giản dị, hài hòa. Sống từ hòa là có tâm mát mẻ, tâm hòa hợp. Có được những đức tánh này giúp ta gần gũi với mọi người. Tu là phải có tâm từ. Muốn có tâm thương yêu, quý trọng người khác, ta phải có hiểu mới thương. Từ tiếng Phạn là metta, hiểu tiếng Phạn là metta tiếng Anh là understand. Hiểu mới thương. Muốn giúp một ai ta phải hiểu, phải thương thì mới giúp đỡ họ được. Nhìn người với mắt trí huệ, nhìn một chiều thì ta không hiểu hết, nhìn đa chiều mới hiểu, mới có tâm đại bi. Muốn thể hiện tâm từ phải có cái nhìn trí huệ. Muốn có trí huệ thì phải tu quán chiếu. Tập nhìn đa góc độ ta mới hiểu được hết một sự vật, hiện tượng, một con người. Nếu con người có tâm sân hận, ích kỷ, tỵ hiềm, tật đố rất khó có được tâm đại bi.

4. Bốn vui huynh đệ một nhà kính thương

Huynh đệ nghĩa là anh em, cũng có ý là cộng đồng, là mái nhà, mái chùa. Sống trong nhà mà cha mẹ, con cái, cháu chắt, anh em hòa thuận với nhau thì gia đình có hạnh phúc. Gia đình có nề nếp là do người cha, người mẹ. Nếu cha mẹ có tấm lòng thương các con thật sự, các con biết nhường nhịn nhau thì gia đình đầm ấm. Nếu trong chùa vị trụ trì có tâm, có lòng tôn trọng tăng ni, phật tử, xem họ như là bồ tát, là hạt giống giác ngộ thì chùa đông, phật lớn, mọi người đồng tu với nhau, đoàn kết, thương yêu, giúp nhau tiến bộ. Thầy trụ

trì có tâm từ ái thì ngôi chùa ấm áp, hạnh phúc. Nếu thầy trụ trì quản lý mà phân biệt vùng miền, giàu nghèo, chủ nghĩa cá nhân thì chùa đó, tổ chức đó sẽ thất bại.Suy cho cùng cuộc đời này là của chung. Nếu thầy trụ trì có suy nghĩ đây là chùa của tôi, phật tử của tôi, ai "lấn sân" thì tức tối. Còn nếu nghĩ rằng chùa là của bá tánh, mình chỉ là người sắp sếp thì tự nhiên tâm yên ổn, sống khỏe. Ta phải có tâm vị tha, nhường nhịn, người tu phải biết chịu thiệt thòi đôi chút, buông bỏ đôi chút thì phiền não tiêu trừ, thân tâm an lạc. Ta hãy biết tập sống lùi một bước để thấy biển rộng, trời cao. Còn lúc nào cũng muốn hơn thua từng ly từng tý ta sẽ đau khổ.

5. Năm vui sạch đẹp sân vườn

Chúng ta biết tại sao giới luật của các vị tỳ kheo, tỳ kheo ni nhiều. Sự thật các giới đều dựa trên căn bản ngũ giới, xa hơn là thập giới. Còn lại những giới khác là oai nghi, chánh hạnh của người tu. Ví dụ khi ăn cơm không được phồng má gọi là má cọp, đó là tướng tham ăn Hoặc ăn cơm không được nói chuyện, không được nhai kêu chét chét. Mặc y áo phải từ mắc cá lên khoảng 4 ngón tay, khi che dù thì phải….rất nhiều giới luật mà người tu phải giữ gìn và thực hành. Những giới luật đó tô điểm cho người xuất gia thêm tốt, thêm đẹp trong đời sống tu hành. Thời Đức Phật, trước khi thức dậy chư tăng phải quét dọn trong và chung quanh liêu cốc mỗi ngày. Ngày xưa, thời Đức Phật, những người ngoại đạo gặp Đức Phật phàn nàn, phản đối sự ở không sạch sẽ của chư tăng. Do vậy Đức Phật ra giới luật các thầy trước khi đi khất thực phải dọn dẹp tịnh thất của mình.

Khi nhìn một sân vườn trồng hoa, ta có thể biết người chủ vườn như thế nào. Người có tâm yêu thích thiên nhiên ta

thấy vườn hoa luôn đẹp, cắt tỉa, chăm sóc, tưới nước mỗi ngày. Hoa đẹp và tươi. Người trồng hoa mà hoa héo, vườn cỏ mọc um tùm là ta biết họ không để tâm vô đó. Nuôi dạy con cái cũng vậy. Nếu các bậc cha mẹ không quan tâm tới con, không dành thời gian chơi với con thì con sẽ xa cách mình. Từ đó cha mẹ không hiểu con cái, con cái không hiểu cha mẹ. Tình thương dành cho nhau sẽ vơi đi rất nhiều. Quý vị hãy nói chuyện với con cái nhiều hơn. Hãy biến mỗi bữa cơm là những thời khắc quý giá sum họp gia đình. Nhiều bậc cha mẹ dành thời gian đi làm kiếm tiền nhiều hơn là dành cho con. Nên con hư, con nghiện xì ke ma túy, con đua xe, con đánh bạc, con bỏ nhà đi hoang hồi nào mình không hay. Giống như người trồng cây, nếu bỏ phế nó không tưới nước, bón phân thì cây chết héo từ từ mà ta không biết. Cho nên, người tu phải biết chăm sóc sân vườn và vui với thiên nhiên cây cỏ.

6. Sáu vui công việc lệ thường trước sau

Ai cũng phải có một công việc để làm. Nếu chúng ta có công việc thì phải có kế hoạch giải quyết nó. Hoặc giải quyết trong một ngày phải xong. Hoặc một tháng, hoặc một năm, hai năm, nghĩa là phải làm xong việc. Con người phải tự mình đặt ra kỷ luật và theo đó mà làm. Đó cũng là con đường tu của ta. Nếu ta để cho công việc ứ đọng, đồ đạc, sách vở ngổn ngang tâm ta lúc nào cũng cảm thấy có gì nặng nặng, dính mắc. Nếu ta biết sắp đặt công việc một cách khoa học, chăm sóc nhà cửa sạch sẽ, ngăn nắp tự nhiên ta có một cuộc sống thoải mái, một ngôi nhà ấm áp để ta trở về sống trong đó với những phút giây thư giãn, an vui. Cho nên đừng có làm biếng. Hãy coi công việc của mình là niềm vui mỗi ngày. Trong chùa, chép kinh là một công việc. Tụng kinh là một

công việc. Ngoài đời, ví dụ như người nghệ sĩ múa, công việc của họ là tập luyện những vở múa, có khi vài ba tháng mới nhuần nhuyễn. Nếu không vui với công việc họ khó lòng luyện tập như vậy. Hoặc nghệ sĩ xiếc cá heo phải ngâm mình dưới nước luyện tập. Họ bền bỉ với công việc này để đem niềm vui cho người xem. Nhưng bản thân họ cũng phải thật vui với công việc họ mới có thể làm được. Hoặc như người mẹ, người vợ, người cha vui với công việc nấu ăn vì sức khỏe những người thân của mình. Hoặc như người tu quét lá sân chùa mỗi ngày. Họ vui với công việc này chỉ vì muốn cúng dường sự sạch sẽ, sự tinh tươm, sự gọn gàng cho bá tánh đến viếng chùa. Hoặc đơn giản họ vui trong việc làm cho môi trường sống của người tu luôn sạch đẹp.

7. Bảy vui học lý đạo mầu

Đạo là con đường, cũng có nghĩa là lời dạy của Phật. Có tám mươi bốn ngàn pháp môn, có kinh, luật, luận. Vui ở đây là khi mình học Pháp, có điều gì tâm đắc nhất, có câu nào hay thì nên học thuộc xem như là phương châm đường lối tu hành của ta. Có nhiều câu rất hay, ví dụ như: "Kính lễ và hạ mình, biết đủ và biết ơn, kịp thời nghe diệu pháp, là điềm lành tối thượng". Mỗi người tự chọn đạo để tu. Đạo gắn liền với cuộc đời của mình. Quý vị có thể tự chọn cho mình một bài kinh mà quý vị thích, ví dụ như bài kinh Phật Lực, bài kinh Hạnh Phúc, hoặc bài kinh Khổng Tước v.v. học thuộc lòng và tụng đọc mỗi ngày sẽ thấy sự thiêng liêng, mầu nhiệm. Chúng ta thường đọc bài kinh rải Tâm từ: "Nguyện cho tất cả chúng sanh đừng có oan trái lẫn nhau, hãy cho được sự yên vui… tất cả chúng sanh đến khổ rồi, xin đừng cho có khổ, đến sự kinh sợ rồi xin đừng cho kinh sợ, đến sự thương tiếc rồi xin

đừng cho thương tiếc…" Hãy tập sống thương yêu, bao dung, đừng có mong ai đau khổ vì tâm niệm tham sân si của mình.

8. Tám vui xa lánh bạn bầu huyên thuyên

Xa lánh bạn bầu huyên thuyên là ta nên xa lánh người ác, người nhiều chuyện. Nhiều người hỏi tại sao không từ bi, thấy người ta xấu, sao không tiếp độ? Đó là cái nghiệp của họ. Như Đề-bà-đạt-đa lúc nào cũng theo phá Phật. Ngài không độ được cho người này. Cho nên Phật là bậc Toàn giác chớ không Toàn năng. Ngài - Phật Thích Ca chỉ tế độ những người hữu duyên. Dòng họ của Thích Ca, Ngài cũng không tế độ được. Cha của Da Du Đà La (vợ của Ngài) mà Ngài cũng không tế độ được. Ngài thương dòng họ nhưng không tế độ được. Ngài quán biết đây là nghiệp. Ví dụ người xấu nghiện xì ke ma túy làm sao độ họ. Nếu nói chuyện với họ, thân cận họ mà không khéo là bị ô nhiễm luôn. Có những người mình phải xa lánh. 38 pháp hạnh phúc có nói xa người ác, gần người hiền đó là hạnh phúc. Ta biết cách dừng những gì không cần thiết để làm những gì cần thiết cho sự tăng trưởng trí tuệ. Buông xả, xa lìa những việc bất thiện để tâm hồn và thể xác được an ổn. "Huyên thuyên" là nói nhiều, nói vô ích. Bầu bạn với người huyên thuyên không có lợi ích gì. Người hay huyên thuyên dễ rơi vào nói dóc, nói phét, nói dối. Một triết gia người Pháp là Blaise Pascal đã nhận ra điều này khi nói rằng: "Tất cả những vấn đề gây phiền não cho con người xuất phát từ việc họ không biết cách làm thế nào để ngồi yên". Có khi chúng ta rảnh rỗi, không có việc gì làm hoặc không biết làm gì. Nếu ta không có gì làm cũng đừng nên đến gặp người nhiều chuyện mà tìm vui. Đó là cách khôn ngoan để ta không bị phiền não. Chúng ta cần học cách xa lánh

người huyên thuyên. Hãy tự mình thư giãn, nghỉ ngơi. Hãy tìm cơ hội đi chùa để làm thiện pháp. Đừng để cho những người huyên thuyên, người nhiều chuyện làm mất thì giờ của mình. Hãy biết chọn bạn mà chơi.

9. Chín vui cơm áo cửa thiền

Sư xuất gia năm 1983. Như vậy sư đã ăn cơm chùa 31 năm. Ăn cơm chùa là duyên. Có duyên mới ở được trong chùa. Chưa bao giờ Sư về nhà ở liền một tuần lễ. Mình gắn liền với mái chùa, với công tác phật sự. Làm công đức, lo phật sự cho tốt cũng là đền ơn cha mẹ. Mình ăn cơm chùa mà làm những chuyện không lợi ích cho bá tánh là không nên. Lấy của chùa xài, gọi là của đàn na tín thí phải thận trọng vì nhân quả không chừa một ai.

Có bốn điều: sát sanh, trộm cắp, tà dâm, khoe pháp cao nhơn nếu một vị tỳ kheo phạm phải bốn đều trên đây thì không còn được xem là tỳ kheo nữa. Có một điều ít người quan tâm là tội trộm cắp, tức là lấy của không cho. Ví dụ người quản lý chùa mà lấy của chùa cho người nhà, sử dụng tài sản của chùa làm chuyện riêng tư là phạm giới, không còn là tỳ kheo nữa. Ăn cơm chùa là phải làm công việc cho chùa. Có người nói: "Ăn cơm chúa múa tối ngày. Ăn cơm Phật phải tất bật". Hồi nhỏ, Sư ở chùa đi học rất vất vả. Đôi khi nhìn thấy huynh đệ vô tư, hồn nhiên còn mình thì thức khuya dậy sớm làm thị giả rồi đi học phải học bài, làm bài, sau này lại đi dạy học nữa cũng suy nghĩ lắm chớ. Chúng ta ở chùa, thọ dụng của đàn na tín thí thì phải sống và tu sao cho xứng đáng với lòng tin của mọi người. Làm phật sự nhiều khi thức khuya dậy sớm, nếu không có lòng tin nhân quả, nghiệp báo, không tin Phật pháp

nhiệm mầu thì khó lòng ở trong chùa được dài lâu. Do vậy, cơm áo cửa thiền rất đơn sơ giản dị nhưng đó là sự chọn lựa của ta, là lý tưởng của ta, là niềm vui của người xuất gia trên con đường giác ngộ.

10. Mười vui giấc ngủ vô phiền vô lo

Muốn giấc ngủ ngon thì thường ngày hãy siêng làm việc tốt, không làm việc xấu, luôn kiểm soát tâm mình. Một ý niệm xấu khởi lên, hãm hại người này, bêu xấu người kia, làm những việc xảo trá, gian dối, phi pháp thì ta không thể nào ngủ ngon được. Vì ta luôn lo sợ một ngày nào đó những việc xấu ác ta làm sẽ bị phanh phui. Do vậy, người có giấc ngủ ngon là vui rồi. Nếu ta xem phim kinh dị chắc chắn tối ngủ nằm thấy ác mộng. Bởi vì những hình ảnh hãi hùng trong phim tự quý vị đưa vào tâm thức mình thì làm sao ta có giấc ngủ ngon được. Hằng ngày ta làm những gì tốt hay xấu đều huân tập trong tiềm thức. Khi một người hấp hối, lúc này dòng tư tưởng của họ sẽ gợi lại từ thuở ấu thơ tiếp đến là những tháng năm họ lớn lên như thế nào, cứ thế, cứ thế họ nhớ lại tất cả. Dòng tư tưởng tiếng Phạn gọi là "javana" thường con người ta bắt cảnh tốt lúc 7 tuổi, nghĩa là 7 tuổi là đã có những ghi nhớ sâu.

Đời sống người tu rất cần huân tập những điều thiện lành để giờ phút hấp hối ta được bình an. Với ý niệm chơn chánh ta làm hằng ngày sẽ giúp mình tự tại. Chúng ta thường nghe kể nhiều câu chuyện về người làm nghề giết chó, giết heo giây phút hấp hối của họ rất đau khổ, quằn quại trên giường bệnh, ít có người ra đi nhẹ nhàng, thanh thản. Lúc hấp hối, cảnh đến nhanh như điện xẹt xẹt xẹt. Nếu ta dừng lại ở cảnh nào thì khuôn mặt ta, tâm thức ta phản ánh trạng thái đó. Ví dụ

có người lúc chết khuôn mặt nhăn nhúm đau khổ hoặc hãi hung đó là lúc chót họ dừng lại ở cảnh giới đó. Nhưng cũng có người ra đi với khuôn mặt rất nhẹ nhàng y như đang ngủ vậy. Tâm thức ta dừng lại ở cảnh giới nào sẽ quyết định tái sanh cảnh giới đó. Cho nên người tu phải huân tập việc thiện mỗi ngày, không phiền não, không lo lắng.

11. Mười một vui nghĩa thầy trò

Thiên hạ thường sùng bái 5 ông thầy: thầy dạy võ, thầy thuốc, thầy địa lý, thầy giáo, thầy chùa. Trong đời người, có những ông thầy mà ta phải luôn biết ơn. Đó là thầy giáo, thầy dạy nghề, thầy thuốc, thầy chùa. Phải biết ơn thầy tổ. Thường tới chùa ta vào lạy tổ trước rồi mới lạy Phật. Có thầy tổ dạy thì mình mới biết Phật. Tình nghĩa thầy trò là tình cảm thiêng liêng, cao đẹp mà ai cũng quý trọng và giữ gìn, cung kính và biết ơn những người đã quan tâm chỉ dạy cho ta. Vì lẽ đó cho nên, Đức Thế Tôn dạy về cách ứng xử giữa thầy và trò rằng: Học trò đối với thầy nên biết năm điều thờ kính, phụng dưỡng thầy. Năm điều đó là gì? Một là khéo cung kính vâng lời. Hai là khéo giúp đỡ, hầu hạ. Ba là hăng hái. Bốn là nghề nghiệp giỏi. Năm là hay thờ kính thầy. Đệ tử lấy năm điều ấy cung kính, phụng dưỡng sư trưởng. Và ngược lại, sư trưởng cũng dùng năm việc săn sóc đệ tử. Năm việc đó là gì? Một là dạy cho nên nghề. Hai là dạy dỗ nhanh chóng. Ba là dạy hết những điều mình biết. Bốn là đặt để ở những chỗ lành. Năm là gửi gắm bậc thiện tri thức. Sư trưởng lấy năm điều ấy mà săn sóc đệ tử. (Kinh Trung A-hàm II, Tuệ Sỹ, tr.571). Trong cuộc đời, ai cũng có người ơn của mình. Ví dụ, người chỉ hướng cho ta học đạo, người giúp ta biết chùa, biết thầy để ta đến quy y tam bảo, người giới thiệu cho ta đi học thiền. Đạo

Phật dạy chúng ta sống phải biết nhớ ơn. Vô ơn đối với thầy tổ, cha mẹ thì người tu đó rất xa với đạo. Ai sống trong trong cuộc đời mà không có lúc gặp thất bại, đắng cay. Những lúc đó, nhờ người này người kia giúp đỡ vật chất hoặc tinh thần mà ta sống sót, ta vươn lên, ta ổn định. Muốn trở thành phật, thành người, thành chánh quả phải có lòng biết ơn. Bài học đầu tiên sau khi Phật thành đạo, Ngài có một tuần lễ ở dưới cây bồ đề. Ngài nhìn cây bồ đề với lòng biết ơn cây bồ đề - nơi Ngài đã ngồi thiền định suốt 49 ngày đêm. Phật biết ơn cây bồ đề vô tri vô giác huống chi chúng ta sống trên đời này, ta thọ ơn biết bao người.

Lịch sử kể chuyện CHU VĂN AN là một người thầy được rất nhiều học trò của mọi thời đại yêu mến, kính trọng. Đối với học trò, ông không chỉ là một người thầy bình thường mà còn là một người cha đáng kính, người đã dạy dỗ biết bao nhân tài cho đất nước. Học trò của ông toàn là những vị quan to nhưng khi nói chuyện với ông đều rất cung kính, lễ phép. Đó chính là tình nghĩa giữa thầy với trò.

Những người biết kính trọng thầy của mình thì mới trở thành những người có ích cho đạo pháp, cho xã hội, cho đất nước

12. Mười hai hoa nở, câu thơ, nụ cười

Cuộc sống tất bật, phiền não khiến cho ta quên đi những cái đẹp ở chung quanh. Một đêm nào đó quý vị hãy thức xem hoa Quỳnh nở sẽ thấy sự kỳ diệu của một loài hoa. Lúc đầu, như một hạt lúa mỏng nụ hoa lớn dần cùng với cuống hoa nhỏ xíu, rồi sau mười mấy ngày nụ hoa lớn dần và bắt đầu chuyển mình khi tiết trời bên ngoài lành lạnh, khi đêm xuống

nụ hoa bắt đầu nở, những đài hoa rung rinh như vặn mình và vươn ra từ từ. Những cánh hoa thật mỏng màu trắng ngà chuyển dịch thành một ngôi sao nhiều cánh đan kết liền mí vào nhau thành một vòng tròn từ từ lớn dần. Dường như hoa đang thở, đang cười làm cho cuống hoa chập chờn, rung rinh. Sau hai giờ khai hoa nở nhụy, cánh hoa Quỳnh đã khoe sắc, khoe hương một cách tài tình, hoàn hảo. Chúng ta hãy biết cách thưởng thức, biết cách vui với những cái đẹp trong thiên nhiên, trong cuộc sống.

Vui câu thơ là ý nói ta phải biết thưởng thức nghệ thuật thi ca. Người làm thơ dùng hình thức nghệ thuật thi ca để phản ánh cuộc sống. Nếu biết cảm nhận vẻ đẹp của thơ ca sẽ giúp cho đời sống tinh thần của ta phong phú hơn, tâm hồn sâu sắc hơn. Có nhà sư thích làm thơ. Chuyện nhắc người ta những việc nho nhỏ cũng làm thơ dán lên tường nhà vệ sinh rất là thú vị:

"Tiểu tiêu xong phải dội liền,
Chớ đừng để vậy làm phiền người ta".
Có cô không thích hút thuốc, không muốn thấy người khác hút thuốc bèn làm thơ rằng:
"Lẽ nào sử sách quên ghi,
Tay cầm điếu thuốc oai nghi chỗ nào".
Chỉ hai câu thôi nhưng có tính giáo dục rất cao.

Lúc còn sinh thời, nhà thơ Bùi Giáng thường vô chùa Kỳ Viên chuyện trò với các nhà sư. Có lúc nổi cơn điên, ông lấy gậy quơ lung tung làm bể tủ kính. Ông là nhà thơ tài hoa, có nhiều bài thơ hay. Có lúc thèm thuốc lá nhưng túi không tiền, ông bèn đến chỗ cô bán thuốc lá trước cổng chùa (cô này là

học trò cũ của ông). Cô bán thuốc lá đưa cho ông gói thuốc "Con Mèo". Ông rút hai điếu rồi trả lại cô. Cô bán thuốc lá không lấy tiền. Ông cảm kích bèn làm hai câu thơ:
"Cô ơi cô đẹp vô cùng,
Vì cô có cái lạ lùng bên trong".

Chúng ta có thể cho phép những vẻ đẹp, sự an vui xuất hiện khắp chung quanh mình qua những điều nho nhỏ thú vị như vậy.

Nhiều khi quan trong quá cũng hư việc. Ta phải biết hài hước, phải biết cười cho cuộc đời tươi vui, cho bầu không khí nhẹ nhàng. Nếu cứ sống mà lúc nào mặt cũng hằm hằm, chửi mắng, la lối hết con rồi tới cháu thì trước sau gì cũng thành "đường tăng". Tặng cho người khác nụ cười thật dễ dàng biết bao nhưng không phải ai cũng làm được.

Tập hoan hỷ. Tập thương. Tập chia sẻ, bố thí cúng dường để cuộc đời luôn vui. Nếu quý vị không dành thì giờ để học cách sống vui, học cách dừng lại, học làm điều tốt, học xa lánh cái xấu, học nhớ ơn, học bắt chước hạnh của Phật thì cuộc đời ta sẽ bị dẫn đến chỗ khổ đau. Học 12 điều vui là sự khôn ngoan của người có trí tuệ để cuộc đời ta mỗi ngày là một ngày bình yên, hạnh phúc./.

7. HỌC BÀI THƠ HUYỀN KHÔNG 12 HƯ[6]

Bài thơ "Mười hai hư" là thể hiện nội quy tại chùa Huyền Không Sơn Thượng của nhà sư - nhà thơ Minh Đức - Triều Tâm Ảnh. Chúng ta cùng tìm hiểu và phân tích bài thơ theo lăng kính Phật giáo

1. Một hư là nghĩ đến mình nhiều

Trên đời này, nếu mình nghĩ tới mình nhiều là dính mắc cái tôi, bản ngã. Con người tu là để bớt đi bản ngã, bớt đi cái tôi thì mới có an vui, hạnh phúc. Nghĩ đến mình nhiều là một cách thể hiện lòng tham. Đó là hư. Vì khi ta nghĩ đến mình nhiều, ta thích cái này, ta muốn cái kia, nhưng nếu những ham muốn đó không đạt được thì ta sân hận, phiền não. Phật dạy phải tùy duyên. Nhân duyên mình tới đâu mình làm tới đó. Nếu duyên không đầy đủ thì mình hoan hỷ, không buồn giận. Tất cả triết lý Phật giáo đều trong một chữ duyên. Trước khi làm việc gì, hãy nhìn những hiện tượng chung quanh để biết có thuận duyên hay không. Nếu thấy cái gì cũng thuận lợi, hanh thông thì làm. Nếu khi khởi sự chuẩn bị làm mà nội bộ lục đục, hoặc đi xe thì hết xăng, hoặc xe không tới đón, hoặc chim sa, cá lặn là điềm báo trước không hay, là không đủ duyên rồi. Cho nên nghĩ tới cái duyên ta sẽ bớt dính mắc, bớt tính toán. Người tính không bằng trời tính. Trong Phật giáo thường nói 'tất cả đều do nhân quả vận hành".

6. Giảng đường: Tổ đình chùa Bửu Quang, q. Thủ Đức, tp. HCM

Nếu không biết nghĩ cho người khác, ta khó lòng tha thứ, bao dung, hỷ xả, thông cảm. Hãy biết tự đặt mình vào chỗ của người khác ta sẽ hiểu và cảm thông cho những người chung quanh dễ hơn. Nghĩ tới mình nhiều là một thói hư. Cho nên muốn tu đúng, tu tốt chúng ta phải vượt qua sự chấp ngã. Bởi vì chấp ngã là khuynh hướng vị kỷ, nó luôn chi phối ý nghĩ, lời nói, việc làm của ta. Nghĩ tới mình là thể hiện sự chấp ngã, là chỉ biết sống cho mình, làm bất cứ cái gì cũng vì lợi ích cho mình trước. Khi ta còn nhỏ, ta muốn mẹ thương ta nhiều hơn thương em, ta muốn dành những đồ chơi của em, muốn ăn ngon hơn em. Khi lớn, ta tranh giành vị trí, chức vụ, ta dùng mánh khóe, thủ đoạn để có được quyền lực. Cho nên trong Phật giáo nguyên thủy có bài kinh Tâm Từ. "Nguyện cho tất cả chúng sanh đừng có oan trái lẫn nhau, hãy cho được sự an vui, đừng có khổ, đừng làm hại lẫn nhau". Nếu chúng ta biết vận dụng bài kinh này trong cuộc sống, ta sẽ không thấy khổ, vì ta sẽ ít nghĩ tới mình mà nghĩ tới người khác nhiều hơn một chút.

Không cần gì cao siêu, chỉ cần ta biết tu tập sao cho tâm đại bi ngày càng rộng lớn, ta sống vị tha, thương yêu, bao dung là chúng ta thực sự có sự an vui trong tâm rồi.

2. Hai hư công việc bỏ liều bốn bên

Mỗi người ai cũng có việc phải làm. Nói theo tâm linh thì ta có mặt trong cuộc đời này, ta phải làm xong việc của ta rồi mới đi. Không ai ở mãi trên thế gian này. Tài sản, sự nghiệp, danh vọng chỉ là giấc mộng. Mộng thì là hư ảo. Đắm chìm trong hư ảo để làm gì? Mùa an cư kiết hạ năm nay chúng tôi dự định rà soát lại việc xuất bản tập Trung bộ kinh. Kinh

Trung bộ gồm 152 bài kinh. Đây là công trình của hai vị sư Bodhi và Nanamoli thật là công đức vô lượng. Ngài Bodhi là người nước Anh, Ngài còn sống đang ở New York, Hoa Kỳ. Hai vị xuất gia từng ở Tích Lan. Trung bộ kinh trước đây có người dịch ra tiếng Anh. Họ là những người đi sau nhưng uyên thâm Pali. Thập niên 50 là giai đoạn khai sơn phá thạch, nhiều từ Pali dịch qua tiếng Anh chưa chuẩn xác. Ngài Nanamoli làm chưa xong việc, còn khoảng 10 bài thì Ngài viên tịch cho nên Ngài Bodhi tiếp tục chuyển ngữ và xuất bản. Khi các nhà Sư làm công việc dịch thuật kinh Trung bộ từ tiếng Pali sang tiếng Anh, họ làm việc này chăm chỉ, tận tụy. Đó là ý chí, nghị lực, tinh tấn, nhẫn nại nhiều năm trời mới có kết quả cống hiến cho nhân loại.

Trong cuộc sống hằng ngày quý vị là cư sĩ tại gia, có những việc đối với xã hội, gia đình, chồng con, đạo pháp thấy đủ duyên thì làm, không thì thôi. Nhưng trước hết, bổn phận đối với gia đình phải chu toàn, trách nhiệm đối với chồng con, cha mẹ phải đầy đủ. Có những việc phải giải quyết cho xong trong ngày, trong tháng, hoặc trong năm. Nếu không để tâm vào công việc thì việc này chồng lên việc kia nó trở thành mớ bòng bong. Hơn nữa, người tu ai lại làm biếng. Người tu là người có đạo đức. Do vậy người tu phải biết sắp xếp công việc mà làm cho có kết quả. Người tu phải siêng năng, chuyên cần, tinh tấn làm việc vì mình và vì mọi người. Đó chính là đạo đức người tu. Có những việc thuộc về cá nhân như giặt giũ, lau chùi, dọn dẹp cốc liêu. Có những việc thuộc về nhu cầu chung của trú xứ khi có nhiều người chung sống. Ví dụ ta làm vệ sinh nơi cốc ta ở rồi cũng làm vệ sinh trong khuôn viên của chùa. Mùa đông gió thổi lá khô rơi rụng nên

các cô tu nữ quét lá làm sạch đẹp cho sân chùa. Đó là một công việc mà ta không thể bỏ liều được. Nếu bỏ liều thì cái sân chùa sẽ tràn ngập rác. Như vậy, chúng ta cùng nhau làm vệ sinh trên chánh điện, trước sân chùa, làm từ thiện, cùng nhau tu tập ngồi thiền, tụng kinh chúng ta cảm thấy vui vẻ. Đó mới là cuộc sống của người tu.

3. Ba hư châm chọc, xỏ xiên

Khích bác, châm chọc, xỏ xiên, nói cạnh khóe người khác là một thói hư rất xấu. Người tu không nên nói đâm thọc người này, người kia. Ta không nói xấu nhưng xúi giục người khác nói xấu thì cũng là xấu rồi. Người tu phải luôn cố gắng sửa đổi tánh tình, những lầm lỗi của bản thân để không còn làm kẻ phàm phu, để làm người tu có đạo đức thật sự. Giới luật đã nêu rõ, không được nói dối, nói lời chia rẻ. Hạnh của người tu là đem lại sự an lành cho mọi người chung quanh. Khi ta vượt qua sự chấp ngã, ta không còn chấp mình là đúng, người kia là sai để rồi châm chọc, xỏ xiên họ. Nếu chấp ngã lớn thì đạo tâm nhỏ. Xỏ xiên là một hành động cho thấy tâm nhỏ nhen, hẹp hòi. Xỏ xiên, châm chọc người khác là hành động bất thiện. Ai hay đâm thọc bạn bè thì mối quan hệ đó trước sau gì cũng đỗ vỡ.

Ngài Đạt Lai Lạt Ma dạy rằng: "Đừng để cho thái độ của người khác làm tâm mình ô nhiễm". Rõ ràng ta không nên dùng lời nói châm chọc, xỏ xiên của mình làm cho người khác phiền não. Nếu ta thấy người kia không đủ duyên thì thôi, không gần gũi, thân thiết nữa. Còn như nếu muốn thay đổi người khác thì ta phải sống có phạm hạnh. Không phải ta muốn chứng tỏ mình cao đẹp hơn, giỏi giang hơn, thông

minh hơn thì ta phải châm chọc, xỏ xiên người khác. Đó cũng là một hình thức của tâm kiêu mạn. Tâm này là xấu, là bất thiện. Người tu phải bớt tham sân si, bớt ích kỷ để sống an vui. Nói đâm thọc, nói châm chọc, nói xiên nói xéo người khác khi họ có lỗi, khi họ hơn mình thì đó chính là tật đố của người còn nhiều lòng tham. Nhìn trên luật nhân quả, ta thấy, nói xấu người khác là thể hiện tâm không hoan hỷ, còn tham sân si. Sau này có tái sanh thì sẽ rơi vào trong gia đình kém đạo đức, bản thân thì hình tướng xấu, có chiều cao khiêm tốn, lùn thấp. Trong "Đế Thích vấn đạo" nói, sở dĩ ta có thân hình lùn thấp là do ta có nhiều tật đố. Quanh năm suốt tháng chẳng bao giờ mở lời khen ai một câu, chẳng biết cười khi thấy người khác vui, chẳng biết hoan hỷ khi thấy người ta hạnh phúc. Chỉ toàn chê với chê mà thôi. Người ta trắng thì chê trắng như bột. Người ta đẹp thì chê điệu, người ta giỏi thì chê làm phách, người ta hoạt bát, năng động thì chê lăng xăng. Cỡ nào cũng chê. Đó là tâm ganh tị. Người mà không biết khen, cái tâm luôn cho rằng người khác dở tức là mình giỏi, là cái tâm kiêu mạn, tâm tranh, tâm hơn thua, tâm ích kỷ. Cái tâm này ghê gớm lắm. Người tu phải cố gắng buông bỏ cho được những tật xấu này. Ta hãy học tu qua những điều nho nhỏ hằng ngày để rèn luyện tâm. Thấy ai có nhà đẹp: khen. Thấy ai học giỏi, thi đậu cử nhân Phật học: khen. Thấy ai tinh tấn hành thiền: khen. Khi nghe người khác thành công ta vui mừng, họ cũng hoan hỷ với ta vậy. Chúng ta thường tụng bài kinh Tâm từ. Chúng ta mong mọi người an vui, không oan trái, không chém giết, không khổ đau. Chúng ta mong trú xứ ta ở, đất nước ta sống và cả thế giới này bình yên, hạnh phúc. Chúng ta muốn đem chánh pháp đến khắp mọi nơi, đem yêu thương, từ bi hỷ xả đến cho mọi người. Vậy có gì cao xa đâu,

hãy rèn tâm từ những điều rất nhỏ như là không nói châm chọc, xỏ xiên người khác.

4. Bốn hư lấc cấc, vô duyên nói cười

Lấc cấc giống như lanh chanh vậy. Người lấc cấc là người không kiểm soát hành vi, người vô duyên là lời nói, tiếng cười không đúng nơi, đúng chỗ, không thể hiện trí tuệ của người tu. Hành vi thể hiện tư cách, lời nói thể hiện nội tâm. Trong câu chuyện, người ta đang bàn Phật pháp tự nhiên đem việc hàng xóm ra nói, không ăn nhằm gì tới câu chuyện chung cả. Đó gọi là vô duyên. Chưa nói đã cười cũng là một sự vô duyên trong giao tiếp.

"Người phật tử không được than tu khó, chỉ trách mình thiếu cố gắng tâm, muốn cho đắc đạo huyền không, tu hành dù khó cũng làm cho nên". Tu là để chuyển tâm, chuyển tánh. Chúng ta biết mỗi tỉnh, thành phố đều có ngôn ngữ địa phương. Người miền Tây thường nói: "làm sao đây ta?" hoặc: "hôm nay nhóc người đi chùa", từ "nhóc" là chỉ cho số đông, "mình ên" là một mình. Người miền Trung nói: "mần răng hè" có nghĩa là: làm sao đây, "đi mô rứa" nghĩa là đi đâu đó. Người miền Bắc nói: "giời" nghĩa là trời, "con giai" nghĩa là con trai. Hoặc ở Hải Phòng cái gì họ cũng nói thành con hết, ví dụ: con xe, con bàn, con ghế, con điều hoà, con xe công lông (nông), thằng lày náo (thằng này láo). Những từ địa phương nếu mình muốn sửa thì vẫn thay đổi được. Nhưng theo sư thì mình vẫn giữ được vì đó là kỷ niệm, là quê hương. Còn tâm tánh mình vô duyên thì phải sửa. Lời nói giúp ta biết được đạo đức, trình độ, quan điểm, văn hóa của một con người. Người lấc cấc thì không thể làm việc lớn được.

Tất cả là do mình không làm chủ tâm, không kiểm soát tâm. Nếu sự lấc cấc, sự nói, sự cười của ta làm cho người khác không hoan hỷ thì ta phải biết dừng lại, tránh đừng đối xử với người chung quanh như vậy.

Người hay cười trước khi nói là thói hư phải sửa. Cái hay của ta là khi giao tiếp với mọi tầng lớp, ta học hỏi cái hay cái đẹp của họ. Ta thấy điện giúp ta sử dụng nhiều tiện nghi. Nhưng điện có thể giật chết người. Cho nên phải biết sử dụng điện đúng cách. Con người ai cũng có cái xấu, cái tốt. Ta lựa cái tốt của người khác để học. Đừng đem cái xấu của họ ra chỉ trích. Theo thiền quán, cái gì cũng có thể là đối tượng để quan sát. Sống chung người tốt cho ta hạnh phúc, với người xấu cho ta bài học kinh nghiệm, với người tuyệt vời cho ta kỷ niệm. Cho nên, tùy thuận là cách sống giúp ta bình yên.

Lời nói, nụ cười rất quan trọng trong giao tiếp. Chúng ta hãy dùng ái ngữ, nói lời chính xác, chân thật. Chúng ta ban tặng nụ cười đúng lúc, đúng nơi, hành vi, thái độ đúng mực. Chúng ta cố gắng tu tập như vậy, bây giờ chưa được nhưng nếu rèn luyện lâu ngày chúng ta sẽ làm được.

5. Năm hư phù phiếm chuyện người

Nói chuyện nhiều về người ta, nói những chuyện mình không biết là phù phiếm, vô ích, không hay, không đẹp. Người phật tử phải thường xuyên ghi nhớ trong lòng, nếu mình không khéo tu, không gìn giữ thì mang khẩu nghiệp rất lớn. Người có quyền chức không có chánh ngữ dễ gây khẩu nghiệp. Chúng ta phải có chánh ngữ, hạn chế tối đa nói chuyện của người ta. Vì mình không biết chuyện người ta đầy đủ nên

mình nói không đúng, mình suy diễn rồi đi nói đầu này, đầu nọ còn điện thoại nói cho người này người kia nghe nữa. Về mặt đạo đức, người tu phải một lòng tôn kính những bậc trưởng thượng. Nếu mình nói chuyện tay đôi, dùng từ ngữ hỗn láo để thể hiện uy quyền thì đó là thật sự ngu ngốc, dại dột. Có người mới đọc vài ba cuốn sách, kiến thức chưa tới đâu mà tưởng mình uyên thâm, lại chấp chánh tà, chấp ngã ta, kiêu căng kiểu "ngựa non háu đá", gọi những bậc trưởng lão là thằng này, thằng nọ. Hoặc ở trong chùa, quý vị phật tử phải lưu ý một điều, khi tức giận, đứng chống nạnh hai tay bên hông mà nói chuyện tay đôi với người xuất gia để ra oai là sai lầm lớn. Người tu phải biết nói năng ôn tồn, điềm đạm, lễ phép, thưa dạ, cho thấy nội tâm, đạo đức mạnh mẽ. Kính trọng những bậc tu hành, chắp tay vái chào, nói năng lễ phép, đó là bài học đầu tiên về phép cung kính, là thân giáo cho phật tử noi theo. Một trú xứ có thanh quy, tăng ni thấy Sư trụ trì đi ngang qua phải biết đứng dậy chắp tay vái chào để tỏ lòng cung kính. Một trú xứ có thanh quy, người tu sẽ luôn ý thức tận dụng thời gian để tu học, không bao giờ lãng phí thời gian. Người tu dùng thời gian để công phu tu hành, không dùng thời gian để hý luận, đàm luận, nói chuyện phù phiếm về người khác. Mùa an cư kiết hạ này, chúng ta có nội quy sinh hoạt chặt chẽ. Buổi sáng tụng kinh, hành thiền, kinh hành. Buổi chiều học kinh Pháp cú, học giới luật, học tụng đọc kinh bằng tiếng Pali. Ngoài ra, chư tăng và quý cô tu nữ còn có thời khóa tu hành riêng cho mình. Như vậy, chúng ta đâu có thời gian rảnh rỗi đi tìm đối tượng để mà tâm sự, bàn luận chuyện thiên hạ. Điều cấm kỵ của người tu là nói lời vô ích, nói chuyện phù phiếm.

Đức Đạt Lai Lạt Ma dạy rằng: "Là con Phật, nếu không nói được những gì Phật nói, hãy im lặng như chánh pháp, đừng nói những lời ác, xuyên tạc, bịa đặt, vu khống, làm tổn hại kẻ khác, nếu không làm được những gì Phật làm, hãy im lặng và lắng nghe, quán sát, học hỏi những thiện tri thức, đừng vọng động làm những điều thương tổn đến tha nhân".

Mình là con phật cho nên phải có oai nghi tế hạnh, để phật tử không bị thất vọng, không mất tín tâm vào tam bảo.

6. Sáu hư chẳng học biếng lười thành quen

Lười biếng là một thói hư. Không khắc phục bệnh lười biếng ta không thành người tốt được, học hành không thành công, tu hành không chứng quả. Nguyện tụng kinh mỗi ngày nhưng đồng hồ reng không thức dậy. Ngày hôm nay bỏ tụng kinh thì ngày hôm sau cũng bỏ luôn. Hành thiền cũng vậy. Tập thể dục, thể thao cũng vậy. Nếu ta chăm tập đều đặn thì bỏ một ngày ta sẽ thấy tiếc.

Ngược với lười biếng là siêng năng, tinh tấn. Đức Phật dạy, hạnh siêng năng là hạnh của người tu. Siêng năng là nỗ lực, là chăm chỉ. Người tu siêng năng làm thiện pháp. Đức Phật sở dĩ thành Phật là vì trong 15 hạnh của Ngài có hạnh siêng năng, tinh tấn không ngừng.

Khi ta ở chung với người siêng năng thì sự siêng năng của họ cũng ảnh hưởng đến ta. Cách đây 3 năm, Sư đi Ấn Độ, ở chung phòng với một vị sư. Vị này có hai cử chỉ làm sư luôn nhớ. Đó là tối nào cũng vậy, trước khi đi ngủ, vị sư này đều ngồi thiền. Và mỗi khi đến thánh tích Phật giáo vị Sư này đều dụi đầu vô trụ đá giống như lạy, đảnh lễ vậy. Đó là nét riêng

rất đẹp của vị sư ấy. Khi ta sống chung với người siêng năng là một điều may mắn. Nếu ta siêng năng mà sống chung với người lười biếng e là ta cũng lười theo. Siêng năng học hành, công quả, công phu, tu tập không bỏ cuộc. Siêng năng là sức mạnh nội tâm. Tinh thần được rèn luyện thì ý chí, nghị lực mới mạnh mẽ để từ đó siêng năng tinh tấn làm việc này, việc kia đạt mục đích giác ngộ giải thoát.

Có thể nói tu đòi hỏi ý chí, nghị lực chiến đấu nội tâm rất lớn, sự chiến đấu đó dai dẳng, năm này qua năm nọ, kiếp này qua kiếp nọ, bền bỉ không ngừng.

7. Bảy hư xa xỉ dầu đèn

Không tiết kiệm là hư. Chúng ta phải biết tiết kiệm hợp lý trong sinh hoạt hằng ngày. Sống dư thừa, hoang phí sẽ mất phước. Ví dụ dùng điện, nước trong chùa phải có ý thức tiết kiệm, giữ gìn. Đó là của đàn na tín thí không thể xa xỉ được. Mỗi đồng tiền, hạt gạo, giọt dầu thí chủ cúng dường cũng từ sự lao động làm việc vất vả của họ mới có được. Người tu phải biết trân trọng sự cúng dường đó. Thấy vòi nước chảy thì phải biết tắt. Thấy quạt gió chạy rào rào mà không có người ở đó thì tắt. Thấy ngọn đèn ban ngày vẫn còn sáng choang thì tắt. Đó là ta giữ gìn cho tam bảo. Nói xa xỉ dầu đèn nghĩa là sống dư dả, là sống không giản dị, là không giống với đạo đức của người tu. Nhưng chúng ta không sống khổ hạnh. Chúng ta sống trung đạo. Chúng ta tri túc. Biết đủ giúp ta lúc nào cũng tự tại, không có tham muốn nhiều nữa. Nếu ta không biết đủ, lòng tham muốn của ta vô tận, ta sẽ phiền não.

8. Tám hư xài ẩu bạc tiền áo cơm

Chúng ta dùng cơm áo, gạo tiền của đàn na tín thí cúng dường phải đúng chỗ, chớ có phung phí, xài ẩu. Đừng sống theo kiểu áo xài một lần rồi bỏ. Y cúng cho ta phải xài đúng cách vì đó là của bá tánh. Trong giới luật, đại đức Ananda trả lời vua A Tư Nặc câu hỏi: Sau khi y mặc bị cũ rách thì Ngài làm gì? Trả lời: Nếu y cũ rách thì bần đạo làm mái che trong phòng. Nếu mái che cũ rách thì Ananda làm gì? Trả lời: Nếu mái che cũ rách thì làm nùi giẻ. Nếu nùi giẻ rách thì làm gì? Trả lời: Nùi giẻ rách thì lấy đất nhồi làm vách tường. Quý vị biết là cốc liêu ngày xưa làm bằng đất. Qua đó, chúng ta thấy sự tiết kiệm, tri túc của người xưa. Có người hỏi sư nay chùa có bảo tháp mới rồi thì nhà cốt cũ làm gì? Sư nói sửa lại làm chỗ ở chư tăng hoặc làm phòng khách, hoặc làm nơi cho hành giả hành thiền ngày chủ nhật.

Chúng ta phải trân trọng tài vật cúng dường của đàn na tín thí. Chánh điện này do làm nhiều công đoạn nên gạch lót nền không đồng bộ. Nhiều thí chủ muốn cúng gạch mới lót lại nền chánh điện nhưng sư không đồng ý. Vì gạch này vẫn còn dùng được, vẫn rất đẹp, nếu bỏ đi thì đó là một sự hoang phí tiền bạc ghê lắm. Thói hoang phí ta phải sửa đó. Ở Thái Lan, có khách sạn để bảng chữ tiếng Việt tại nơi ăn sáng tự chọn (buffet): "Xin lấy thức ăn, thức uống vừa đủ". Lý do người Việt thường lấy quá nhiều thức ăn, nước uống rồi dùng không hết phải đổ bỏ, rất lãng phí.

9. Chín hư tục tĩu, cộc cằn

Có người thích nói tục tĩu. Đó là một thói hư. Nói mười tiếng chửi thề năm tiếng rồi. Đó là thói quen xấu. Người tu phải sử

dụng ái ngữ. Lời nói có từ bi hỷ xả. Không có ái ngữ mình sẽ không lớn mạnh trong pháp được. Tâm của ta chân chánh thì ta không bao giờ ăn nói cộc cằn thô lỗ. "Không ai sống mãi trăm năm, thì xin hãy nhớ chữ tâm ở đời". Vừa rồi Sư đi đám tang bà cụ 94 tuổi. Bà cụ là người thường xuyên đi chùa Kỳ Viên và hay làm phước. Điều quan trọng là bà hướng dẫn cho các con bà biết Phật pháp. Con bà rất ngoan đạo. Công đức này được bà thể hiện qua lời nói và hành động khi còn sống. "Không ai sống mãi muôn đời, chữ tình chữ nghĩa muôn đời còn lưu". Lời nói tục tĩu, cộc cằn thì không cảm hóa được ai. Ngược lại còn làm cho người khác mất cảm tình. Nếu có tình thương, có trí tuệ, ta sẽ biết nói điều gì và không nên nói điều gì để cho người nghe được hoan hỷ. Tâm ta cũng giống như tâm người khác ở chỗ: không thích nghe những lời nói thô lỗ kiểu như "dùi đục chấm mắm nêm" hoặc nói như dao chém, kiếm đâm vào tâm người ta.

Ngài Đạt Lai Lạt Ma đã nói: "Ác khẩu, mãi mãi đừng để nó thốt ra từ miệng chúng ta, cho dù người ta có xấu bao nhiêu, có ác bao nhiêu. Anh càng nguyền rủa họ, tâm anh càng bị ô nhiễm, anh hãy nghĩ, họ chính là thiện tri thức của anh".

10. Mười hư họp bạn lang thang đêm ngày

Chúng ta thường lãng phí thời gian với những người bạn cách vô ích. Thời đại này có nhiều người lang thang trên internet, đi làm đến công sở là mở máy tính ra tám chuyện (chat) với bạn trên thế giới ảo, trên Facebook. Điều đó làm mất thời gian của mình nhiều lắm. Không như vậy thì họp bạn đi nhậu, đi hát karaoke, hoặc ngồi "buôn dưa lê" suốt buổi. Người phật tử phải biết chọn bạn mà chơi. Ta chơi với

những người bạn lành giúp ta phát triển đạo tâm. Người nào không tu, không có đạo đức, không nên chơi, chỉ mất thời giờ với họ. Ăng-gu-li-ma-lá xem Phật như người bạn hiền. Am-pá-pa-li, một cô kỹ nữ giang hồ khi quay đầu hướng thiện đã chấp nhận Đức Phật là một bậc đạo sư, xem Ngài như một bạn hiền, nương tựa trong ánh từ bi của Ngài. Ăng-gu-li-ma-lá từ một bàn tay đẫm máu trở thành người thánh thiện, xuất gia, tu hành chứng đắc đạo quả.

11. Mười một hư rảnh óc, rảnh tay

Đây là ám chỉ tâm phóng dật. Phật dạy, người sống mà để rảnh óc rảnh tay là nhàn cư vi bất thiện. Chúng ta là người tu, ta không sợ cực khổ. Khi chọn lối sống tu hành là ta chọn cách sống của người đạo đức, là sẽ có nhiều công việc để ta giúp đỡ mọi người. Tu hành đừng nghĩ là đi tìm sự rảnh óc, rảnh tay. Làm biếng học kinh, đọc sách để cho trí não trì trệ, làm biếng lao động tay chân đó là ích kỷ, là bất thiện, là không sống vì người khác. Hạnh phúc người tu không ở chỗ hưởng thụ.

12. Mười hai hư vọng tưởng non này non kia

Tâm tư con người hay vọng tưởng, trôi nổi về quá khứ, tương lai hơn là biết sống trong hiện tại. Có người không biết chấp nhận những cái đang có trong hiện tại.

Tâm tư tham vọng non này, núi kia, xa rời thực tế, ảo tưởng mọi điều. Trong kinh Phật Ngài dạy người sống phóng dật như kẻ đang chết. Vì tâm phóng dật dễ đuôi nên mình dễ rơi vào con đường tội lỗi và bất thiện. Có câu thơ: "Tu một ngày chắc chưa thành chánh đạo, nhưng ngu một ngày dễ tù

đày khổ đau". Người tâm tư phóng dật dễ sanh phiền não, âu sầu. Phiền não của con người có thể gom vào 12 chữ: nhìn không thấu, nghĩ không thông, buông không đành, quên không được. Tất cả những điều này nói lên người sống không thực tế, sống buông thả các căn, đắm chìm trong ái dục và si mê. Trái lại người biết đủ, sống trong hiện tại sẽ bớt phiền não, lòng tham dần dần vơi.

Tóm lại, càng chú tâm một đề mục, càng sống trong hiện tại là thể hiện pháp tu trong bài kinh Đại niệm xứ. Kinh Pháp cú có câu: "Thắng hàng ngàn quân giặc ở chiến trường không bằng thắng được chính mình".

Người nào từ bỏ được 12 tật xấu, thói hư này sẽ trưởng thành, thăng hoa trong cuộc sống. Họ luôn có đời sống an vui, hạnh phúc, là chuyển dần từ bờ mê sang bến giác. Đạo phật là đạo thực hành. Mỗi ngày chúng ta tu là loại bỏ thói hư, tật xấu từ thân, khẩu và ý. Chúng ta cứ tu từ tháng này qua năm nọ, kiếp này đến kiếp kia. Một ngày nào đó chúng ta sẽ ly phiền não, ly ái dục, thành tựu và chứng đắc đạo quả giải thoát./.

PHẦN II

1. Lòng Biết Ơn
2. Biết Ơn Và Đền Ơn
3. Nhớ Ơn Mẹ Cha
4. Sống Phải Biết Tri Ơn
5. Nhớ Ơn Hòa Thượng Thiện Luật
6. Tứ Trọng Ân
7. Vu Lan Trong Lòng Người Con Phật

1. LÒNG BIẾT ƠN[1]

Hôm nay, theo thông lệ hàng năm vào dịp Vu lan - Mùa Hiếu Hạnh, Thiền viện Bồ Đề – 78/14 Bình Giã, p. 8, tp. Vũng Tàu lại tổ chức Đại lễ Vu Lan Báo Hiếu, lễ Mừng thọ, lễ Đặt bát và lễ Phát quà Từ thiện. Mục đích của ngày lễ này là để các hàng Phật tử tri ơn đến tất cả những ai mình đã thọ ơn. Theo thuyết Duyên khởi của Phật giáo, vạn vật hiện hữu trong thế giới luôn vận động và biến đổi. Vạn vật khi hội đủ duyên thì mới được sinh ra và hết duyên thì phải hoại diệt. Không gì có thể hiện hữu tự thân, một vật chỉ có thể tồn tại và ghi nhận trong tổng hoà các quan hệ với các đối tượng khác trong thế giới thực tại. Đó là một mối tương quan "trùng trùng duyên khởi" của vạn loài. Do đó, sống ở trên đời chúng ta phải biết tri ơn. Tri ơn những bậc đã sinh thành dưỡng dục, tri ơn những người thầy người cô đã dạy dỗ ta nên người có tri thức, tri ơn những người đã sát cánh bên ta lúc hoạn nạn khó khăn, thậm chí Đức Phật còn dạy chúng ta phải biết tri ơn đến cả "người dưng", đến cả những ai vẫn cố tình hủy hoại chúng ta, là tri ơn đến vạn loài, đến tất thảy chúng sanh.

Thưa quí vị, tri ơn đến người nâng đỡ bảo bọc chúng ta là đúng nhưng tri ơn đến cả kẻ hãm hại ta nghe ra có vẻ khó thuận ý phải không? Tại sao? Tại vì không có xấu làm sao có tốt, không có đen thì khái niệm trắng cũng không còn. Cái xấu chính là khẳng định chắc chắn nhất cho sự tồn tại của cái

1. Giảng đường: Thiền viện Bồ Đề – 78/14 Bình Giã, p. 8, tp. Vũng Tàu. Đại lễ Vu Lan Báo Hiếu ngày 18/8/2016 (16 tháng 7 năm Bính Thân). Ghi giảng: Phật tử Quang Đức.

tốt. Và giá trị đích thực nhất của một "biện luận" chỉ được đo đếm bằng chính những "phản diện" của nó mà thôi. Vậy nên, thay vì chăm bẵm lòng oán hận tương tương báo báo thì Đức Phật dạy chúng ta hãy nhổ bỏ nó để nuôi dưỡng lòng vị tha và biết ơn. Thay vì oán thán cuộc sống không như ý thì phải tích cực nhìn vào những Thiện tại dang hiện hữu quanh ta. Mở lòng ra mà chào đón và cảm nhận sự bằng an đích thực trong tâm mình.

Trong vạn vạn công ơn chúng ta đã thọ nhận, Đức Phật dạy có 4 Đại ơn chính mà chúng ta cần phải tích cực tri ơn. Đó là ơn cha mẹ, ơn thầy tổ, ơn Tam bảo, và ơn quốc gia.

1. Ơn cha mẹ như "trời cao khó với, đất rộng khó đo". Quí vị có làm cha làm mẹ rồi mới hiểu được ơn nghĩa sanh thành dưỡng dục của mẹ cha đối với mình.

"Ân nghĩa nặng thịt xương huyết nhũ
Công sâu dày chín tháng cưu mang
Dưỡng bào nhi ăn uống kiêng khem
Lúc đi đứng nằm ngồi giữ ý
Nỗi thống khổ làm sao kể xiết
Tự chống chèo vượt cạn qua sông
Trào lệ vui tiếng khóc bên lòng
Yêu con trẻ nâng như trứng mỏng"

Thưa quí vị, con cái sinh thành là từ tinh cha huyết mẹ. Chín tháng mười ngày ấp ủ rồi banh da xẻ thịt mới có được con. Có được con, người cha người mẹ phải đánh đổi rất nhiều, thậm chí có cả những vị còn phải đánh đổi chính sanh mạng của mình cho sự sống của con thơ. Nếu quí vị có theo dõi tin

tức thì đã biết gần đây trên truyền thông vẫn đang đưa tin tức về một nữ chiến sĩ công an còn rất trẻ, chấp nhận không điều trị bệnh ung thư để dành dật sự sống cho con.

Sanh con đã khó mà dưỡng dục con thành người, theo sát con suốt cuộc đời mới thật không bút nào tả xiết công ơn tày biển của cha mẹ.

"Nuốt mặn đắng chua cay tủi hận
Ôi suốt đời vất vả lo toan
Mới cảm đau ương yếu se mình
Đã hớt hải cầu Trời khấn Phật
Tình mẹ cha thấm dòng sữa mật
Nuôi đời con đến lúc nên người
Buổi khó khăn khô nhạt cầm hơi
Miếng ngon ngọt dành phần con trẻ
Năm canh đêm thức chừng con ngủ
Sáu khắc ngày tần tảo ngược xuôi
Đủ áo cơm nở mặt với đời
Cho ăn học đua đòi sĩ diện"

Ơn nghĩa sanh thành dưỡng dục là vậy nhưng người con lại vốn quen nhận mà ít nhớ đáp đền. Đối xử với ơn nghĩa mẹ cha hững hờ, vô cảm. Đa số những người con khi nói chuyện với người yêu, với người ngoài thì rất nhã nhặn hoa mỹ nhưng lại dùng lời lẽ cộc lốc với cha mẹ mình. Có những người con bỏ bạc triệu để đến Đền này Phủ nọ, Chùa đó Thiền viện kia nhưng lại keo kiệt với chính hai bậc sinh thành ra mình. Lại có những người con nay thành ông to bà lớn lại xấu hổ vì gốc gác quê mùa của mẹ cha mà không đối xử công bằng với cha mẹ, xem thường cha mẹ mình.

Đức Phật dạy rằng: "Này các Tỳ-kheo, danh từ Phạm thiên, tiên sư, bậc đáng được cúng dường là đồng nghĩa với cha mẹ. Vì cha mẹ đã đầu tư hầu hết cuộc đời của mình vào công trình nuôi dưỡng, giáo dục và dẫn dắt con cái vào đời". Cuộc sống vốn có qui luật của nó. Hễ chúng ta gieo gì ắt gặt nấy. Cho nên, những người con nào biết hiếu kính với cha mẹ đều rất thành đạt trong cuộc sống và được người đời vị nể, kính trọng. Sư biết có nhiều vị nguyên thủ quốc gia, những chính khách nổi tiếng họ đều là những người con hiếu nghĩa. Gần đây, sư có biết thêm một vị lãnh đạo ở tỉnh Bình Dương, người này dẫu có bận rộn đến đâu thì cứ đều đặn sắp xếp về thăm và hiếu kính với mẹ già 85 tuổi của mình 2 tuần một lần. Việc này đã là thông lệ rất lâu và sư để ý thấy người này rất thành đạt trong cuộc sống. Ông không chỉ được mọi người kính trọng mà còn là tấm gương đạo đức cho một gia đình có nền tảng hạnh phúc vững chắc. Con cháu của ông cũng noi gương mà rất hiếu thuận đối với ông.

Cho nên, tất cả chúng ta dẫu có đang trong bất kỳ hoàn cảnh nào cũng phải biết hiếu kính với cha mẹ. Cha mẹ còn sống thì phụng dưỡng chăm sóc từ miếng ăn giấc ngủ đến viên thuốc cân đường. Từ lời nói nhẹ nhàng hòa ái đến sự lo lăng quan tâm kịp thời. Phụng dưỡng mẹ cha cả về tinh thần lẫn vật chất. Những ai mà cha mẹ đã không còn thì phải biết kiến tạo phước đức để hồi hướng đến cho vong linh của mẹ cha. Nhớ rằng, Tâm hiếu là Tâm Phật, Hạnh hiếu là Hạnh Phật. Trong trăm hiếu của người con thì Hạnh hiếu đứng đầu (Hiếu Vi Bách Hạnh Chi Tiên).

2. Ơn Thầy tổ là phải nhớ tri ơn đến bậc thầy người đã truyền dạy chúng ta một công việc chân chánh để nuôi sống bản thân và gia đình.

“Ghi nhớ mãi công ơn thầy tổ
Xót thương hằng dạy dỗ lắm phen
Như đem ánh sáng ngọn đèn
Rọi vào tâm trí tối đen mịt mờ”

Dẫu vậy, trong cuộc sống không chỉ học hỏi được từ một vị tổ sư duy nhất mà thật ra tri kiến học hỏi được xuất phát từ rất nhiều thầy khác nhau. Trong đạo thì có thầy hướng dẫn chúng ta hành thiền, có thầy truyền giới, lại có thầy không qui y truyền giới nhưng phạm hạnh của họ lại có nhiều tác động làm chuyển hóa thân tâm của chúng ta. Chúng ta cảm thấy nhân duyên rất tốt khi gặp vị thầy này, gặp gỡ họ khiến tâm tánh ta thay đổi – từ ích kỷ tị hiềm chuyển qua bao dung quảng đại, từ cục mịnh nóng nảy chuyển sâu lắng khoan thai. Dẫu là trực tiếp hay gián tiếp thì những người thầy giúp chúng ta chuyển mê khai ngộ có đời sống đạo đức chân chánh thì đều phải nhớ báo đáp đại ân.

“Ân thầy tổ vô biên khó tả
Hơn biển non hơn cả hư không
Lấy chi sánh ví cho đồng
Biết chi đền đáp xứng công vô lường”

Ơn thầy tổ vô lượng vô biên đúng là không có chi đền đáp cho vừa. Cũng như ân cha nghĩa mẹ có cái đền ơn nào cho xuể những tháng năm cha mẹ hi sinh tất cả vì con. Nhưng thầy tổ cũng như mẹ cha, dưỡng dục chúng ta thành người không phải vì chờ những gì ta đền đáp mà dưỡng dục bằng tất cả tình thương. Vậy thì chỉ có tình thương mới đáp trả nổi tình thương. Đáp đền ân cao nghĩa trọng không chỉ phấn đấu thành người có ích cho xã hội mà còn phải luôn biết quan tâm, yêu thương và kính trọng thầy.

Nhân đây sư xin chia sẻ câu chuyện của sư như sau: có một lần sư cùng ngồi Hội Đồng Bảo Vệ Luận Văn Thạc Sỹ với một cô giáo. Đây là cô giáo từng dạy sư hồi sư học cử nhân tại trường Đại học Sư Phạm TPHCM. Gặp cô giáo trong trường hợp này sư cảm thấy rất vui và tự hào. Vui vì được gặp lại cô sau rất nhiều năm và tự hào vì được gặp cô trong hoàn cảnh mình đã phần nào có nhiều đóng góp giá trị cho xã hội. Sư đã chào cô và giới thiệu "em là học trò cũ của cô ngày xưa".

Một câu giới thiệu giản dị, bình thường nhưng kết quả khiến sư thật bất ngờ. Cô giáo đã rất cảm động và nói rằng: "trong gần 40 năm giảng dạy của mình, có nhiều học trò cũ nay đã là ông này bà nọ, quyền lớn chức cao nhưng ít ai khi gặp lại lại dám nhận xưa kia từng là học trò cũ…". Quí vị thấy đấy, chỉ một hành động nhỏ thôi nhưng người thầy của chúng ta cũng đã cảm thấy được đền đáp trọn vẹn. Và sự kính trọng, sự đền đáp công ơn thầy dạy của quí vị cũng lại là những nhân lành cho các thuận duyên kế tiếp. Hạt giống gieo xuống thì quả ắt hẳn phải tiếp tục trổ trái thôi. Sau buổi gặp gỡ hôm đó, cô giáo cũ dẫu chưa từng quan tâm nhiều đến tôn giáo, chưa hiểu sâu về Đạo Phật nhưng vì yêu quí người học trò mà tìm về Chùa thăm sư. Cũng từ đây, từ những thắc mắc, tò mò mà tìm hiểu … nay cô đã trở thành một Phật tử thuần thành. Vậy cũng chính là nhân duyên để sư báo đáp được công ơn giáo dưỡng cho cô giáo cũ, cũng là nhân duyên lớn để báo đáp đến Đại tổ sư – Đức Bổn Sư Gotama khi vận dụng lời dạy của Ngài để tri ơn và cũng từ duyên khởi này mà phát triển đạo pháp.

3. Ơn Tam Bảo là tri ơn đến Phật, Pháp và Tăng. Đức Phật Gotama là bậc Á-Rá-Hăn cao thượng, được chứng quả Chánh

Biến Tri và Minh Hạnh đủ đầy. Những lời dạy của Ngài chính là pháp bảo truyền lại cho chúng sanh nhằm thực hành để vén bức màn vô minh, từ đó thoát đi mọi tham ái khổ đau triền miên bất tận.

Cuộc hành trình tu tập của Đức Phật Gotama cho đến khi hoàn toàn giác ngộ đã đã trải qua hàng ngàn đại kiếp, từ các kiếp trâu bò dê ngựa rồi đến các kiếp người. Phật không phải là một dấng thần linh do trí tưởng tượng tạo nên mà Phật chính là người đã giác ngộ. Các lời dạy của Ngài bao hàm cả những pháp thế gian và xuất thế gian. Cho đến trước khi Phật nhập niết bàn, những lời giáo huấn của Ngài đã trở thành hệ thống tư tưởng đầy đủ. Hệ thống giáo pháp này có thể áp dụng cho mọi tầng lớp trong xã hội. Đặc biệt, ngài còn tùy thuộc vào căn cơ, địa điểm, trình độ mà diễn giảng cho hợp thời.

"Pháp Vi Diệu Cha Lành khéo dạy
Lìa danh ngôn hý luận nghĩ bàn
Vượt thời gian, vượt không gian
Thiết thực hiện tại, hoát nhiên tỏ tường
Pháp hướng thượng, đến rồi thấy rõ
Lìa si mê, xả bỏ vọng trần"

Nhờ có Pháp học do Ngài để lại để chúng ta tu tâm dưỡng tánh. Hành tập tâm lành, xả bỏ dục mê, "Chẳng có chi đáng cho con phải nương theo, chỉ có pháp bảo là quí báu", quay về nương tựa vào pháp bảo chính là tìm về với bến bờ giác ngộ.

Sở dĩ những lời dạy của Đức Phật – "Pháp bảo" còn lưu giữ được thì cũng cần phải kể đến ân đức của chư Tăng. Tăng chính là những "pho sách sống" cho sự lưu truyền Pháp bảo

không bị mai một hay đứt đoạn. Tăng đoàn đã mang trên mình trọng trách vĩ đại trong việc chuyển tải chân lý giáo pháp từ cách nay hơn hai lăm thế kỷ bằng chính sự hành tập và chiêm nghiệm của mình. Điều đó chứng minh giáo Pháp của Đức Phật không chỉ là giáo điều mà thuộc về chân lý, là tín ngưỡng chứ không phải cuồng tín dị đoan. Là khoa học cũng như vượt qua cả khoa học.

"Bậc Diệu Hạnh, Thanh văn đệ tử
Bậc Chánh Chơn, Pháp lữ Tăng già
Bậc Mô Phạm cõi ta bà
Thân tâm trực hạnh, lìa xa luân hồi"

Chính các chư tăng là người bảo tồn lời dạy của Đức Phật bằng chính sự hành tập và chiêm nghiệm của bản thân.

Sau 45 năm hoằng pháp, sợ rằng các đệ tử sẽ chấp lời dạy của mình là chân lý chứ không phải là phương tiện để giác ngộ. Lời dạy cuối cùng của Ngài là "Tất cả các Pháp Hữu Vi đều vô thường, chịu biến hoại, hãy tinh tiến tu học (để giải thoát)".

"Trí nhân ngộ tánh chân nhân
Tự mình chứng nghiệm Pháp thân diệu thường"

Giáo pháp Phật giáo là đến để mà thấy chứ không phải đến để mà tin. Phải tự mình chứng nghiệm mới thấy được sự vi diệu và màu nhiệm của Pháp. Ngay như bản thân sư càng tu càng ngộ, càng chiêm nghiệm càng chứng lại càng thấy rõ ngày trước bản thân dày đặc vô minh và ái dục. Bây giờ tâm đã trưởng thành hơn, bao la hơn, rộng lớn hơn thì biết rằng bản thân nặng ơn Tam Bảo nhiều hơn. Do đó, sư nguyện ra sức tu tập, nỗ lực tinh tiến cũng như cống hiến, phụng hành để đền đáp công ơn Tam bảo.

4. Ơn Tổ Quốc là tri ơn đến những bậc tiền nhân, các chiến sĩ, các vị anh hùng đã góp công trong việc khai sơn lập địa cũng như việc giữ gìn giang sơn gấm vóc để chúng ta có được một cuộc sống bình yên, tươi đẹp như ngày hôm nay. Để tri ơn quốc gia thì chúng ta phải nỗ lực bảo vệ sông núi lãnh thổ tròn vẹn; bảo vệ môi trường sống trong sạch, xanh tươi; sống hòa nhã đạo đức thân thiện với mọi người, với cảnh quan môi trường và với toàn thảy chúng sanh.

Riêng đối với những hoạt động của Phật giáo thì GHPGVN đã có những đóng góp thiết thực góp phần vào sự phát triển bền vững của quốc gia như: đẩy mạnh các hoạt động từ thiện; các chương trình đền ơn đáp nghĩa – xây dựng nhà tình thương, lập dàn cầu siêu đến các anh hùng chiến sĩ tử trận vì bảo vệ tổ quốc; phát động các phong trào vì môi trường; hướng dẫn các hàng đệ tử tu tập để trở thành những công dân tích cực trong xã hội.

"Ăn một bát cơm
Nhớ người cày ruộng
Ăn đĩa rau muống
Nhớ người đào ao
Ăn một quả đào
Nhớ người vun gốc
Ăn một con ốc
Nhớ người đi mò
Sang đò
Nhớ người chèo chống
Nằm võng
Nhớ người mắc dây
Đứng mát gốc cây
Nhớ người trồng trọt"

Tinh thần "uống nước nhớ nguồn" trên thực tế đã là truyền thống bao đời của người dân Việt. Các hàng Phật tử nay càng tu tập thì càng phải biết trưởng dưỡng thêm tình yêu thương và biết thực hiện các hành động thiết thực hơn nữa để báo đáp công ơn cho tổ quốc mình.

Trước khi kết thúc bài Pháp này, sư hoan hỷ chia sẻ đến quí vị một vài câu chuyện vui nhằm khích lệ đến tinh thần tu học từ sáng sớm đến hơn 9:00 giờ tối hôm nay của quí vị.

Chuyện thứ 1:
A. Có người thắc mắc "bà đi chùa chi đi hoài vậy?
B. Trả lời "Tui đi chùa lạy Phật, thính pháp, tu thân"
A. "Ông Phật ổng chỉ là cái tượng xi măng, tượng đồng, tượng gỗ … lạy chi mà lạy hoài?"…

Chuyện thứ 2:
Có thằng nhỏ sống với bà ngoại, mỗi ngày nó chứng kiến bà ngoại sáng thắp nhang lạy Phật, trưa thắp nhang lạy Phật, tối cũng thắp nhang lạy Phật thậm chí nửa đêm thức giấc cũng thấy ngoại lầm rầm niệm Phật. Một hôm, nó đi học về đứng từ bên kia sông nó cứ hét toáng lên "Ngoại ơi con đi học về", xuống đò nó cũng hét "Ngoại ơi con đi học về", lên bờ nó cũng tiếp tục "Ngoại ơi con đi học về", về gần cổng cũng vậy, vào cổng cũng vậy, vào nhà cũng vậy rồi ra đến vườn sau cũng vậy …

Bà ngoại bực mình quá mới bảo rằng: "mày la gì mà la hoài vậy con, bộ ngoại điếc hả, mày có lặng đi không ngoại…"

Thằng nhỏ nhân thể liền đáp: "vậy sao con thấy ngoại cũng kêu tên ông Phật suốt ngày, bộ ổng có ở không đâu mà ngoại kêu hoài vậy, bộ ổng không bực mình hay sao?"…

Hai câu chuyện vui trên đây trong thực tế không phải là hiếm. Vậy quí vị phải hiểu rằng chúng ta niệm Hồng danh Đức Phật hay cung kính đảnh lễ Hình tướng của Ngài là để tưởng nhớ đến công ơn Ngài. Ngoài ra hành động này cũng là phương tiện để giúp ta ghi nhớ đến chánh niệm trong từng khoảng khắc. Nhớ rằng tất cả đều là vô thường và mọi phương cách đều chỉ là phương tiện. Tất cả mọi đề mục đều chú tâm vào một mục đích duy nhất là giúp thân tâm giữ vững chánh niệm, vén màn vô minh để đi vào con đường chánh đạo.

Xin tặng thêm cho quí vị một đoạn thơ sau đây:
"Nhẹ nhàng lạy Phật
Chắp tay lên đầu
Buông bỏ buồn rầu
Hạ mình cúi xuống
Nhất tâm khiêm hạ
Đầu này chạm đất
Buông bỏ dục vọng
Thân này cát bụi
Theo chân Đức phật"

Hy vọng quí vị hoan hỷ hành tập theo đoạn thơ này và xin chúc tất cả quí vị được trọn lành 4 pháp chúc mừng: Sống lâu, sắc đẹp, an vui, sức mạnh và tu hành ngày càng thêm tinh tiến./.

2. BIẾT ƠN VÀ ĐỀN ƠN[2]

Hôm nay, theo lịch là buổi giảng của Thượng toạ Tiến sĩ Bửu Chánh nhưng vì Phật sự nên Thượng toạ đề nghị chúng tôi giảng thế, xin toàn thể đạo tràng hoan hỷ. Chúng tôi cũng khá lâu, khoảng 2 năm, không có trở lại hội trường này. Chúng tôi nhớ là ngay những buổi đầu của khóa tu, chúng tôi đã có mặt ở đây phụ thuyết giảng, và đã có rất đông Phật tử tham dự, thậm chí ngồi kín những hàng ghế dưới và trên, bây giờ chắc là nhiều đạo tràng quá nên Phật tử đi nghe thuyết giảng gần trú xứ của mình nên thấy vắng. Hôm nay, nhân mùa Vu lan Báo hiếu, chúng tôi rất hoan hỷ trở lại hội trường thuyết giảng, chủ đề hôm nay là biết ơn và đền ơn.

Vì có rất nhiều giảng sư đã giảng đề tài biết ơn cha mẹ ngày Vu lan nên chắc quý vị nghe nhiều lắm thậm chí quý vị lên internet đánh đề tài 'Biết ơn và Đền ơn' về Vu lan sẽ thấy có rất nhiều bài pháp. Đức Phật Ngài dạy 'kataññu' là biết ơn. Cho nên, mình mang ơn thì phải biết ơn, mà biết ơn thì phải đền ơn. Trong tứ Trọng ân, có ân của Tam Bảo, ân của Cha mẹ, ân của Thầy tổ và ân của Tổ quốc. Cho nên, mình phải biết ân Tam Bảo, cha mẹ. Vu lan báo hiếu mục đích là để nhớ ơn.

Chúng ta nhớ ơn Tam Bảo là phải quy y Phật, pháp, tăng. Quý vị ngồi đây ai cũng đã quy y. Chúng ta biết ơn Tam Bảo thì xem ai là người gieo duyên cho mình, ai là người dẫn dắt

2. Giảng đường: chùa Phổ Quang, Q. Tân Bình, Tp. Hồ Chí Minh. Khóa tu "Một ngày An lạc lần 325" ngày 16/8/2015.

mình quy y, cũng có thể bạn bè, cha mẹ, người thân, ai là người đặt cho mình pháp danh. Để làm gì? Để quý vị mua 1 giỏ trái cây tặng cho người đó, hay mình quy y chùa nào thì mua bông hoa, trái cây đến cúng Tam Bảo chùa đó mới có ý nghĩa biết ơn và báo ơn. Dù cho chùa hồi xưa mình hết duyên rồi, nghĩ đến chùa đó mình không muốn về nhưng cũng phải về, hay ông thầy quy y hồi xưa khó ưa quá không muốn gặp nhưng cũng phải gặp. Tức là lúc mình quy y thì học được rất nhiều bài pháp, nghe nhiều bài giảng, nhờ quy y mà thay đổi tâm tánh nhiều nên mình phải nhớ ơn.

Ơn thứ hai là ơn cha mẹ. Tại vì cha mẹ là người giới thiệu mình vào đời, người chăm sóc lo miếng ăn tấm áo cho mình. Mình phải biết ơn vì cha mẹ là trời phạm thiên, có bốn đức tánh lành từ bi hỷ xả đối con trong suốt đời của cha mẹ. Cho nên, mình nhớ ơn cha mẹ thì nhớ đáp đền công lao của ông bà. Giờ mình muốn nhớ ơn cha mẹ thì Vu lan này quý vị phải mua quà về tặng cha mẹ, mua giỏ trái cây tặng cha mẹ. Nếu cha mẹ thích ăn bánh xèo thì dẫn cha mẹ ra chợ Sài Gòn đãi bánh xèo, hay cha mẹ thích đồ đẹp thì mua đồ đẹp, nếu cha mẹ qua đời thì tụng kinh, ngồi thiền, niệm Phật để hồi hướng phước cho cha mẹ quá cố. Tức là biết ơn phải thể hiện bằng hành động việc làm, chứ biết ơn mà quá lý thuyết thì chưa đủ. Mùa Vu lan báo hiếu mà quý vị phát tâm tụng kinh 1 tháng, ăn chay 1 tháng, ngồi thiền 1 tháng, thậm chí tịnh khẩu 1 tháng, tức là mình bớt nghiệp khẩu để có phước đức hồi hướng cho cha mẹ.

Tại sao mình phải đền ơn cha mẹ? Đức Phật dạy cha mẹ có 5 bổn phận đối với các con: hướng dẫn con làm điều thiện, dạy con không làm điều ác, dạy nghề nghiệp cho con tức là

cha mẹ phải đầu từ trí tuệ cho con, dựng vợ gả chồng cho con, chia tài sản cho con. Có nhiều cụ già chia tài sản xong thì chết. Mình không chia trước khi mình chết là con cái sẽ giành giựt nhau sau khi mình chết. Cho nên, cảm thấy sức khỏe mình yếu thì chia hết đi. Tài sản cha mẹ chính là tài sản con cái. Nhiêu đó thôi thì mình phải báo đáp. Chưa kể công sanh dưỡng, 9 tháng cưu mang, 3 năm bồng ẵm và thời gian tần tảo nuôi con. Cho nên, người con bất hiếu là lỗi nặng lắm. Quý vị quy y nhiều năm, làm Phật tử nhiều tháng mà bất kính cha mẹ là lỗi đạo. Cho nên, quý vị nào còn cha, còn mẹ thì phải biết trân trọng, phải biết quý mến, chăm sóc tôn thờ. Mà mình muốn thương, đền ơn cha mẹ thì phải có lòng từ lớn lắm, phải dẹp bỏ bản ngã, bỏ cái tôi xuống mới đền ơn báo đáp cha mẹ được.

Đa phần có người vì địa vị quyền lực danh vọng tiền bạc nên lãng quên cha mẹ, đôi khi trong tâm mình nghĩ cha mẹ như gánh nặng của mình. Ông bà di chúc cho con hết rồi thì thường đi ở với con trai thỉnh thoảng ở nhà đứa này đứa kia, đứa nọ. Tâm lý con trai còn con dâu, con gái còn con rể. Cho nên, nhiều khi đang ở nhà mấy đứa con không có chút biết ơn, hiếu hạnh, tôn kính thì nhiều bậc cha mẹ ăn cơm trong sự nghẹn ngào. Chúng tôi nói vậy để cho người nào còn cha mẹ, đang sống chung với mình thì phải biết tôn trọng hình ảnh thiêng liêng của ông bà, tuổi về chiều không cần biết cái gì, chỉ muốn con mình sống tốt với mình, đôi lúc những mong đợi khiêm nhường của các bậc cha mẹ mà người con chưa đáp đền được. Tuổi ông bà càng cao thì trạng thái tâm lý dường như cảm thấy người ta bỏ mình, cảm thấy cô đơn, trống vắng. Càng lớn tuổi thì quên trước quên sau, lặp đi lặp

lại chuyện ngày xưa nhiều quá. Thế hệ trẻ bây giờ nặng nề công việc bận rộn, áp lực công việc xã hội nên các thế hệ không hiểu, không thông cảm thì ít khi nào nói chuyện nhiều.

Cho nên, người cha mẹ sống bên con thì cũng phải có đức tu, từ bi hỷ xả với con để khi con có gì thì nhờ đức mình cho các con chứ đừng trách móc nhiều, nói mà chúng không nghe thì im lặng, đừng nói nhiều mà khổ. Con không nghe thì im lặng tụng kinh niệm Phật vì nói càng nhiều càng dở. Tụng kinh, ngồi im im để con mình ớn chứ muốn con mình phải thế này, thế kia, thế nọ thì con mình không nghe. Nhiều khi chưa đủ duyên hoặc mình cho là đúng nhưng nó thì không đúng. Nó bây giờ không như thời mấy tuổi sống bên mình, giờ lớn rồi, có công việc rồi nên mình chỉ cần đức mà nói nó nghe. Mà muốn có đức thì phải có từ bi hỷ xả, thấy con thành đạt thì hãnh diện, thấy buồn thì khuyên rồi im lặng. Im lặng, ngồi thiền, tụng kinh là trụ cột vững vàng nhất.

Con mình đau khổ, đến thỏ thẻ với mình thì an ủi, mình tu mà, an ủi câu nào đúng câu đó. Mình có ngồi thiền, niệm Phật, tu thì mới thấy được tâm mình để bớt đi vụng về. Tuổi già sức yếu, hay lẩm cẩm nên mình không thấy mình lẩm cẩm. Niệm Phật nhiều, tu nhiều thì mới thấy tâm mình. Thấy tâm mình thì bắt đầu mình cảm thấy thương con mình, quý con mình, mới thông cảm con mình chứ mình đừng cứ trách nó hoài, trách nó không quan tâm mẹ mà lo vợ nhiều hơn. Cho nên, hiếu là để cho tụi nó tự ý thức, tự trách nhiệm, đừng nói là phải lo tao cái này có hiếu cái kia. Bậc lớn tuổi phải tu hành đức độ thì tự động nó theo mình. Mình muốn các con theo rồi suốt ngày nói tụi nó phải tụng kinh thế này, đi chùa thế này, cúng dường ông thầy này thì cũng không được.

Nhiều khi nói vậy nó bực mình nữa thì cũng tội cho cái chùa đó, tội cho ông thầy đó. Mình phải để con mình tự ý thức. Mà muốn vậy phải sống cho tốt, tu tốt, chính đó là bài pháp vô ngôn thay đổi tâm tánh con mình, chuyển hóa con mình. Chứ mình muốn sắp đặt cái này cái kia mà bản thân mình chưa biểu lộ đức tu, còn quá bồng bột, nóng nảy thì không truyền được năng lượng đức độ cho con.

Đồng thời Đức Phật cũng dạy phận làm con có 5 bổn phận: nuôi dưỡng cha mẹ già, làm công việc cho cha mẹ, gìn giữ truyền thống gia đình, bảo vệ tài sản, lo hậu sự cho cha mẹ. Đa số trong nền văn hóa Việt Nam, các con đều có thể hiện hiếu hạnh. Nền văn hóa Việt Nam có sẵn đạo đức chữ hiếu trong đạo Phật. Đạo Phật chỉ tô điểm thêm cho đạo hiếu được lan rộng vì nền văn hóa Việt ảnh hưởng tam giáo đồng nguyên: Lão giáo, Khổng giáo, Phật giáo. Nho giáo dạy chữ hiếu rất khắt khe, chúng ta sống ảnh hưởng Nho nhiều nên đa số các con đều có bổn phận hiếu thảo. Đạo ông bà có sẵn đạo hiếu, dạy phải thờ cha kính mẹ, phụng dưỡng lễ bái. Cha mẹ đau ốm bịnh hoạn thì dù các con có như thế nào mà hay tin là phải về liền. Hay cha mẹ chết mà các con dù có ở xa nước này, nước nọ cũng phải về, nhiều khi mất bên đây mà phải chờ con cái về nên có khi 3 ngày mới đậy nắp quan tài để nhìn mặt lần cuối. Cha mẹ bịnh thì cho dù gả tứ tán cũng có mặt. Đó là nét đẹp của nền văn hóa Việt. Khi cha mẹ mất thì quý vị thấy các con trong những tuần thất, giáp năm, 100 ngày hay đám giỗ cũng đều có mặt hết. Cho nên, đa số trong hậu sự cha mẹ là yếu tố rất cần thiết cho các con tập họp về đông đủ. Đó là điều tốt nhất để tiếp cận Phật giáo. Cho nên, người xuất gia không nên xem thường nghi lễ trong đám tang. Người thân

mất, Phật tử mất thì mạnh dạn đến cúng điếu chia sẻ nỗi niềm mất mát của họ, đó là hình thức giới thiệu đạo Phật cho đời. Đến như vậy, các con chưa quy y thì cho quy y, các con chưa biết giữ giới thì chỉ cho biết.

Trong những bổn phận có nói là gìn giữ theo truyền thống của cha mẹ. Nếu cha mẹ quy y Tam Bảo thì các con phải quy y Tam Bảo. Vì "giữ" đây là có viết di chúc thì cũng nên viết cho chúng quy y, cha mẹ quy y ở chùa đó, pháp danh đó, các con cũng nên quy y theo đạo cha mẹ. Quý vị biết là chỉ 1 câu đó thôi cũng giáo dục cho con rồi. Có lần, gia đình nọ có cha mẹ vừa mất, vào chùa chúng tôi quy y 20 người. Chúng tôi hỏi tại sao thì họ nói do di chúc nên các con phải theo đạo của mẹ. Hay quá, đẹp quá. Vì chúng ta phải biết bổn phận cha mẹ. Việc mình nuôi dưỡng cha mẹ già là mình lo cho cha mẹ còn sống và lo luôn hậu sự cho chu toàn. Mình làm phước bố thí, cúng dường, tụng kinh để chia phước cho ông bà. Đám giỗ hàng năm phải cúng, thỉnh 1 thầy hay 4 thầy đến gia đình trai tăng để hồi hướng phước cho ông bà. Nếu ông bà không nhận được thì mình làm cũng tạo phước duyên. Cho nên:

"Mẹ là dòng suối ngọt ngào
Cho đi tắm mát thửa nào ngây thơ
Mẹ là bài hát vầng thơ
Ru con ngon giấc mộng mơ nồng nàn
Mẹ là câu hát dân gian
Cho con thấu hiểu gian nan cội nguồn
Mẹ là biển rộng mênh mông
Cho con vượt khó thành công trên đời
Mẹ là tất cả hương thơm
Luôn luôn tỏ sáng hương thơm cuộc đời"

Tình mẹ thiêng liêng và lai láng vô bờ bến, nhưng tình cha thì cũng ít nhắc đến trong văn học, trong văn thơ. Ít không có nghĩa là không có nhưng nó không nhiều bằng mẹ. Vì người mẹ gần gũi với chúng ta, vì tuổi thơ ta sống bên mẹ nhiều mà mẹ thì tình cảm gần ta hơn. Nhưng tình cha cũng không ít hơn, vì người cha nghiêm khắc, quan tâm, chăm lo cho ta sâu lắng và trầm hơn. Cho nên, 2 tình này, chúng ta suốt cuộc đời phải báo đáp, Đức Phật dạy nếu mình báo đáp ơn cha mẹ bằng vật chất chưa đủ đâu. Có 3 điều phải là hướng dẫn cho cha mẹ, tạo duyên lành cho cha mẹ ở 3 công việc là có tâm tín, tâm thí, có tâm tuệ. Tâm tín là gì? Là nếu cha mẹ chưa biết đạo, chưa quy y thì mình phải dùng thần công lực sao cho hướng dẫn ông bà có lòng tin đối với Phật pháp, đó là tín. Nếu ông bà chưa quy y thì cố gắng tìm mọi cách cho ông bà quy y, có thể nhờ quý thầy, người gần ông bà khuyên nhủ. Nếu an trú cha mẹ có lòng tin Tam Bảo thì mình đã trả hiếu. Thứ 2 là tâm thí. Ông bà chưa có tâm bố thí thì dịp nào đó có lễ lộc thì mời ông bà đến chùa ăn cơm, chùa có tụng bài sám thì cho ông bà nghe làm duyên. Thứ 3 là tuệ. Con cái hướng dẫn cho ông bà để biết công đức niệm Phật, ngồi thiền là tuệ phát sanh. Đức Phật dạy trong Tăng chi là người nào có 3 nhiệm vụ này đối với cha mẹ thì xem như trả hiếu cho cha mẹ, trả hiếu cách khác cũng chưa đủ. Cuối cùng, cuộc sống chỉ là:

"Tiền tài địa vị cũng sẽ tan
Cao sang danh vọng cũng sẽ tàn
Phấn son nhan sắc đâu còn mãi
Chỉ còn hiếu hạnh với thời gian"

Người con bất hiếu thì xem như vô nghĩa. Người con bất hiếu thì lỗi đạo làm con. Cho nên, đừng bao giờ để địa vị, tiền bạc, danh vọng làm quên đi hiếu hạnh của mình, phải nghĩ tiền bạc, danh vọng sẽ tan, tất cả rồi sẽ chết mà bất hiếu cha mẹ thì khi thân hoại mạng chung sa đọa khổ cảnh, có hiếu thì thân hoại mạng chung tái sanh cảnh chư thiên. Người con bất hiếu chỉ có đi vào 4 đường ác đạo: Súc sanh, Ngạ quỷ, A-tu-la, Địa ngục. Đời người chúng ta là chuỗi dài của kiếp sống, lang thang vô định từ hình thái này sang hình thái khác. Hệ tư tưởng cũng biến dịch theo dòng chảy của thời gian, Đúng với câu thơ:

"3 tuổi: Con yêu mẹ, mẹ ơi
10 tuổi: Vâng, gì cũng được
16 tuổi: Mẹ mình thật lắm chuyện
18 tuổi: Tôi muốn rời khỏi căn nhà này
25 tuổi: Mẹ ơi mẹ nói đúng
30 tuổi: Con muốn về nhà với mẹ
50 tuổi: Mẹ ơi đừng bỏ con
70 tuổi: Giờ đây tôi sẽ bỏ tất cả
để có mẹ bên cạnh"

Khi 16 tuổi thì nhiều khi bồng bột quá, muốn chạy theo tiếng gọi tình yêu, nghĩ mình ở bên cha mẹ thì bị kềm kẹp quản lý, muốn rời khỏi nhà. 25 tuổi thì mẹ ơi mẹ nói đúng" nghĩa là lúc đó con chững chạc rồi. 30 tuổi con muốn về bên mẹ là lúc này bắt đầu mệt, đuối, ngán rồi nên muốn về. Khi 50 tuổi mẹ ơi đừng bỏ con. Đây là câu nói của người trưởng thành thấu hiểu sự đời. Khi con 70 tuổi lúc này mẹ không còn nữa. Khi mình muốn hiểu, muốn thương thì cha mẹ không còn nữa trên dương thế. Cho nên:

"Mẹ còn con còn tất cả.
Mẹ đi rồi tất cả cũng đi
Mẹ ơi con chẳng còn gì
Bơ vơ đến cả khi đi lúc về"

Người nào có mất mẹ, mất cha mới cảm thấy trống vắng trong lòng, cô quạnh, cảm thấy không thể tìm lại hình ảnh người mẹ, người cha:

"Tình cha như Phật Thích Ca
Tình mẹ chính đó - Phật bà Quan Âm"

Trong Phật giáo có Phật Thích Ca và Phật Bà nên người ta so sánh như vậy. Chúng ta thấy so sánh được 2 thứ tình rất cao quí và trân trọng. Tình mẹ thiêng liêng, cao thượng vô bờ bến, đẹp như ánh trăng rằm, chiếu ánh sáng ngọc ngà trên bãi bể. Quả thật là vậy:

"Con chào đời thì mẹ rơi lệ,
Con biết đi thì mẹ vui mừng,
Con vấp ngã thì mẹ nâng niu,
Con gọi mẹ thì mẹ mỉm cười,
Con hôn mẹ, mẹ hạnh phúc,
Con đau yếu mẹ chăm chút,
Con đau buồn mẹ vỗ về,
Con thất bại mẹ động viên,
Con thành công mẹ lại hãnh diện,
Con nên người mẹ lại an lòng."

Tình mẹ đẹp như thế đó, thiêng liêng như thế kia. Điều này chứng minh cho thấy tình mẹ luôn có 4 đức tính: từ bi hỷ xả đối với con mà đã thể hiện qua vần thơ "Đi khắp thế gian không ai tốt bằng mẹ". Hôm nay, chúng ta ôn lại những đức

hi sinh của cha mẹ để người Phật tử có thời gian suy ngẫm, tưởng niệm lại công cha nghĩa mẹ. Nhân dịp Vu lan này, những người con Phật hãy thể hiện lòng tri ân đối với cha mẹ qua hành động chứ không qua lời nói: cha mẹ còn tại tiền thì biết mua quà báo đáp; cha mẹ đã khuất thì phải biết làm phước bố thí, cầu an, cầu siêu cho cha mẹ. Thể hiện được như vậy mới xứng đáng là những đứa con hiếu hạnh.

Thời pháp đến đây vừa phải lẽ với thời gian, trước khi dứt lời, nguyện cầu hồng ân Tam Bảo gia hộ cho quý vị được an lạc trong chánh pháp./.

3. ƠN MẸ CHA[3]

Cha và mẹ là hình tượng luôn được nói đến nhiều trong văn học, âm nhạc, hội họa. Kinh Phật có nhiều câu chuyện nói về cha và mẹ. Văn học dân gian, văn học hiện đại có rất nhiều bài thơ, ca dao, tục ngữ nói về mẹ cha.

Trong kinh Phật, Đức Phật đề cập rất nhiều về công ơn cha mẹ. Hai tiếng Vu lan có nhiều nghĩa, nghĩa chính là biết ơn. Trong cuộc đời ai cũng từng chịu ơn. Thế gian có hai hạng người khó tìm đó là người biết ơn và người đền ơn. Ai không nhớ ơn người đã ban ơn cho mình và ai bất hiếu với mẹ cha thì sẽ lỗi đạo làm người. Con đường sanh thú của ta sẽ đi xuống. Vì vậy ngày Vu lan ta nhớ ơn cha mẹ thì phải biết tìm cách đền ơn.

Đức Phật dạy người phật tử có bốn cái ơn suốt đời phải báo đáp: ơn cha mẹ, ơn thầy tổ, ơn Tam Bảo, ơn tổ quốc. Đức Phật dạy trong kinh có 7 lý do mà chúng ta sanh về nhàn cảnh, có 7 lý do ta sanh làm đức Ngọc Hoàng (Trời Đế Thích) trong đó có lý do biết ơn cha mẹ.

Ơn cha mẹ - người con tu theo đạo Phật mà không có hiếu, không biết ơn cha mẹ thì người con không sanh vào nhàn cảnh được. Phật dạy: tâm hiếu là tâm phật, hạnh hiếu là hạnh phật. Người hiếu thảo với cha mẹ thì đó là tâm phật; phụng dưỡng, chăm sóc cha mẹ đó là hạnh phật. Cho nên quý vị chăm sóc, thương yêu cha mẹ thì quý vị là Phật trong tương

3. Giảng đường: Thiền viện Thiện Minh tỉnh Vĩnh Long. Khóa tu niệm Phật lần thứ 44 ngày 20 tháng 7 năm Giáp Ngọ, 2014.

lai. Công ơn cha mẹ như trời cao khó với, đất rộng không đo. Người mẹ, người cha nào cũng suốt đời lo toan, thương yêu, che chở, nuôi nấng con mình. Có một nhà thơ đã phản ánh hình tượng người mẹ qua những vần thơ hay như:

"Ta còn có mẹ
Mẹ hát ru ta
Tiếng hát xa xưa
Buồn quá đỗi
Nhà ai giã gạo trưa hè
Mẹ hát à ơi
Võng rời kẽo kẹt
Da trời xanh ngắt cửa đông
Người đâu có biết
Mẹ bồng ta cả buổi ban đầu
Câu hát ngày xưa
Chín vàng chính đỏ
Ba mươi tuổi đời
Lăn lóc đong đưa
Ba mươi tuổi rồi
Mẹ còn coi nhỏ
Đưa từng trái bắp củ khoai
Ngày đó ta về
Mẹ từng vuốt tóc
Người biết không
Ta khóc trong lòng"

Bài thơ mộc mạc, câu thơ đơn giản nhưng ý thơ thâm sâu. Ta nhớ ngày xưa ta sống với mẹ hiền. Giờ đây tất cả chúng ta đã lớn khôn, càng lớn khôn bao nhiêu thì nhìn lại mẹ của

chúng ta lụi tàn bấy nhiêu. Suốt cuộc đời mẹ không mong gì nơi ta, chỉ cần ta biết quan tâm sống cho tốt là được. Mong muốn của cha mẹ khi về nhà là nhìn thấy các con sống an vui, hạnh phúc. Nhưng mong ước đó có khi không trọn vẹn. Khi ba mẹ đã già thường di chúc để lại cho con tiền bạc, của cải. Tài sản của cha mẹ là tài sản của con. Nhưng khi về già, cha mẹ muốn sống với con trai thì cũng ngại đứa con dâu, muốn ở với con gái thì cũng phải dè chừng thằng con rể. Nhiều khi cha mẹ buồn lắm, bưng chén cơm ăn nhưng nuốt ngược nước mắt vào trong. Rồi vì sợ con nói nặng nói nhẹ, cha mẹ lại kiếm việc gì đó trong nhà làm cho khỏi rảnh tay, rảnh chân. Nếu con cái biết quan tâm thì cha mẹ đỡ tủi thân. Nhưng trong thực tế có vô số đứa con bất hiếu không làm tròn bổn phận của mình. Nói với bạn bè, với người yêu thì văn chương hoa mỹ. Nói với cha mẹ thì lời lẽ cộc cằn, thô lỗ. Cho nên ơn cha mẹ là một trong tứ trọng ân ta phải báo đáp. Làm con đừng bao giờ khiến cha mẹ phải khóc.

Hằng ngày ta thương yêu chăm sóc cha mẹ là phải lẽ rồi, ngày Vu lan cũng là dịp nhắc chúng ta nhớ ơn cha mẹ nhiều hơn nữa. Dĩ nhiên báo hiếu cha mẹ không chỉ có một ngày Vu lan nhưng nhiều người hay quên nên ta mượn ngày Vu lan để nhắc nhau làm tròn chữ hiếu với cha mẹ vậy thôi. Quý vị hãy gọi điện thoại thăm cha mẹ nếu ở xa. Nhiều khi chỉ cần một cuộc nói chuyện của đứa con mà người mẹ vui mấy ngày không ăn cơm vẫn thấy no. Nhiều khi chỉ là một chiếc khăn len quàng cổ của đứa con xa nhà gởi về tặng mà người cha cảm thấy ấm áp suốt mùa đông lạnh giá. Những người cha, người mẹ một khi đã trở về già ví như chuối chín cây, có thể rụng bất kỳ lúc nào trước một cơn gió nhẹ. Do vậy, một

lời nói yêu thương, một cử chỉ chăm sóc xin quý vị hãy hào phóng dành tặng cho cha mẹ mình. Đó thực sự là món quà vô giá không gì sánh bằng đối với cha mẹ. Xin hãy luôn nhớ đến cha mẹ mình. Mỗi ngày quý vị hãy làm bất cứ cái gì có thể làm cho cha mẹ vui. Khi quý vị yêu thương cha mẹ, quý vị sẽ biết làm gì để thấy được nụ cười rạng rỡ trên khuôn mặt của hai đấng sinh thành. Mong quý vị phật tử đừng để cha mẹ sống tàn lụi, chìm lặng theo ngày tháng. Hãy dành thời gian cho cha mẹ nhiều hơn để sau này chúng ta không phải hối tiếc.

Ơn thầy tổ - ai trong đời cũng có một hai vị thầy: thầy dạy chữ, dạy nghề, dạy võ, dạy tu v.v. Cha mẹ sanh ra ta, nuôi ta lớn khôn, cho ta ăn ngon mặc đẹp, tập đi, tập nói cho ta nhưng thầy là người dạy dỗ ta nên người, giúp cho ta có trí tuệ, đạo đức, khả năng ứng xử, kỹ năng sống. Mỗi người chúng ta lớn lên đều mang theo nhiều hình ảnh người thầy trong tâm. Do vậy, biết ơn thầy, ta phải sống tốt, tu tốt, mang lợi ích đến cho mọi người là cách đền ơn thầy tổ.

Ơn **Tam Bảo** - Đức Phật là bậc giác ngộ, giáo pháp của Ngài có khả năng chuyển mê khai ngộ, tăng là bậc hoằng truyền chánh pháp. Ta biết ơn Tam Bảo đã cho ta một con đường đi đến nơi an vui, thanh tịnh, giác ngộ, giải thoát. Vậy ta đền ơn Tam Bảo bằng cách nào? Cúng dường đèn hoa, tụng kinh, hành thiền, học giáo pháp. Nhưng có lẽ sự đền ơn có ý nghĩa nhất là hãy tu cho tốt và đem chánh pháp đến với mọi người, mọi chúng sanh. Tiền bạc, danh vọng chỉ là hư vô. Theo đuổi cái gọi là hư vô ấy chỉ khiến ta thêm đau khổ. Nếu ta áp dụng được giáo pháp trong cuộc sống hằng ngày sẽ giúp cho ta và chúng sanh quanh ta được an vui, hạnh phúc. Đa phần

ta đau khổ vì ta suy nghĩ. Nhờ Phật pháp giúp ta hiểu được bản thể con người, tin nhân quả nghiệp báo. Cảm nhận Phật pháp, sống trong Phật pháp ta sẽ tự tại ung dung. Vì tâm ta chưa phải là tâm phật nên ta hay trách móc người khác. Hiểu mọi sự đều là nhân duyên ta sẽ sống nhu thuận và không còn phiền não nữa.

Ơn tổ quốc - dù ta đi đâu thì Việt Nam vẫn là tổ quốc thiêng liêng. Chúng ta sống không tách rời những mối quan hệ với xã hội, đất nước. Cho nên, gần đây những sự kiện như phong trào gây quỹ vì người nghèo, vì Trường sa thân yêu - tuyến đầu tổ quốc, ai cũng ít nhiều có tham gia. Sở dĩ ta có mái chùa, có ngôi nhà, con đường, trường lớp là nhờ ơn biết bao thế hệ chiến sĩ đã hi sinh xương máu bảo vệ tổ quốc. Công ơn gìn giữ hòa bình độc lập và tự do cho Tổ quốc của các chiến sĩ vô cùng to lớn. Họ hi sinh tính mạng để cho chúng ta sống bình yên. Cho nên, ta phải biết ơn tổ quốc, ơn chiến sĩ. Quý vị nhìn bình hoa ta thấy bình hoa đẹp nhờ nhiều yếu tố lắm: hoa đẹp, người cắm hoa có tay nghề giỏi, bình hoa để đúng vị trí. Nhưng ngoài ra ta còn biết để có bình hoa đẹp như thế này còn có ánh nắng mặt trời chói chang hay là những hạt mưa rơi xuống, còn có người trồng hoa làm cỏ, còn có sương đêm trên mỗi cánh hoa, có thời gian trên mỗi nụ hoa mới nhú. Mỗi chúng ta ngồi đây đều có sự liên quan với nhau mà nhà Phật gọi là nhân duyên, trùng trùng duyên khởi. Nếu sư thuyết pháp mà không có quý vị đến đây ngồi nghe thì thật là vô nghĩa. Nếu không có điện sáng thì buổi thuyết pháp cũng không thành. Như vậy, chúng ta thấy sống trong cuộc đời ta chịu ơn nhiều người, nhiều thứ lắm. Tứ ân này gắn liền cuộc đời ta. Cho nên hãy cố gắng báo đáp tứ ân này cho tốt.

Trong Kinh Pháp Cú có câu: "Cha mẹ phụng dưỡng vui thay, sa môn phụng dưỡng được rày vui hơn, vui thay phụng dưỡng thánh nhơn, thế gian tắm gội nguồn ơn suối lành". Câu kệ ngôn này nhắc nhở ta: người nào có đại duyên, đại phước thì mới phụng dưỡng được cha mẹ của mình. Đại duyên thứ hai là ta có phước mới phụng dưỡng được sa môn là các bậc tu hành chơn chánh, phước này là phước cao cả không thua gì phước phụng dưỡng cha mẹ. Đại duyên thứ ba là ta có cơ hội phụng dưỡng các bậc thánh nhân là những bậc tu hành đã chứng đắc đạo quả tu đà hườn, a na hàm, thinh văn giác, độc giác, toàn giác. Phụng dưỡng những vị như vậy là đại phước, đại duyên, đại hạnh.

Đức Phật nói cha mẹ là vị tiên sư ban đầu, là vị trời phạm thiên, đó là bậc đáng cho ta cúng dường. Chúng ta gần gũi với cha mẹ từ tiếng thưa dạ đầu tiên gắn liền ta với cha mẹ suốt tuổi ấu thơ. Người ta nói phong cách của đứa con 85% là ảnh hưởng của cha mẹ. Cha mẹ có học cao là diễm phúc cho con vì có thể định hướng con theo con đường trí thức. Cha mẹ có trình độ uyên thâm giúp con có vốn liếng bước vào cuộc đời vững vàng. Cha mẹ có phong thái nho nhã giúp con hình thành lên những hành vi chuẩn mực. Nói cha mẹ là trời phạm thiên vì cha mẹ có tâm từ, bi, hỷ, xả. Tâm từ là lúc nào cũng thương con. Tâm bi lúc nào cũng xót xa khi con bị nạn. Tâm hỷ là vui mừng, thích thú khi con trưởng thành. Tâm xả là tha thứ lỗi lầm của con, sẵn sàng che chở, nuôi nấng con.

Những câu nói hay, đáng để chúng ta suy nghĩ:
"Một ngày đi tu chưa chắc thành chánh quả, nhưng một ngày ngu thì nhận biết bao nhiêu hậu quả". Ngày mà ta nông nổi, bất hiếu, cãi lời cha mẹ, làm cha mẹ đau buồn thì hậu quả

không lường hết được. Cho nên đi chùa lạy phật, nghe pháp là để bớt tham sân si, để thấy biết mà sống cho tốt.

"Đi khắp thế gian không ai thương cha bằng mẹ, uống rượu bia vào không ai chửi mẹ bằng cha". Câu này có chút hài hước, châm biếm nhưng thật sự nó cũng nói lên nổi khổ của người phụ nữ trong gia đình. Bởi vì quan niệm phong kiến quá nặng nề, trong gia đình chồng chúa vợ tôi, người phụ nữ Việt Nam bị bạo hành thân xác, bị đánh đập, bị bạo hành tinh thần rất nhiều.

Cha và mẹ là hình ảnh thiêng liêng. Trong văn chương thường ví mẹ là biển rộng sông dài, cha là núi cao rừng thẳm. Các con thường thương mẹ nhiều hơn bởi vì cái gì cũng nói với mẹ được hết. Còn cha thì nghiêm khắc, ít nói hơn. Mặc dù hằng ngày chúng ta thấy nhiều người chết, nhưng ta ít khi nói đến cái chết. "Đừng hẹn tuổi già rồi học đạo, mồ hoang lắm kẻ tuổi thanh xuân."

Cha mẹ ta sẽ ra đi bất cứ lúc nào, cho nên hãy biết quý thời gian còn bên cha mẹ. Mấy câu này mẹ thường nói với ta:
Cơm không đủ ăn, mẹ nói mẹ không đói.
Không có quần áo đẹp, mẹ nói mẹ không thiếu.
Không đủ chăn đắp, mẹ nói mẹ không lạnh.
Không đủ thức ăn, mẹ nói mẹ không thích ăn.
Thức khuya dậy sớm kiếm tiền, mẹ nói mẹ không mệt.
Đi ngoài đường không có tiền uống nước, mẹ nói mẹ không khát.
Khi mẹ ngã xuống nằm trên giường bệnh, mẹ nói mẹ không sao!

Mẹ làm tất cả vì con nhưng con không hiểu nên không biết thương mẹ. Có người con 28 tuổi xin mẹ 5 chỉ vàng để trả

nợ chơi game, mẹ không có để cho đã nổi giận, tự tử để lại nổi đau cho cha mẹ già. Nổi khổ của cha mẹ nhiều khi con cái không thấu hiểu nên hành động thật là ngu ngốc. Khi hiểu và thương cha mẹ thì cha mẹ chỉ còn là nắm tro tàn mà thôi. "Mẹ ơi con hiểu một điều/ Khi con mất mẹ như diều đứt dây/ Cuộc đời như ớt chín cây/ Trái ngọt thì ít, trái cay thì nhiều/ Mẹ ơi con chịu bao điều/ nhưng không chịu nổi con diều đứt dây." Đó là ngày mẹ vĩnh viễn bỏ ta mà đi. Nỗi trống vắng khi mất mẹ, nỗi cô đơn khi thiếu mẹ không bao giờ nguôi.

Ngày xưa, Đức Phật đã đi bộ từ thành Vesali trở về thành Ca Tỳ La Vệ để báo đáp ơn vua cha Tịnh Phạn. Bây giờ chúng ta đi Ấn Độ thì từ Vesali đi Ca Tỳ La Vệ bằng xe lửa mất 8 tiếng đồng hồ. Nhưng ngày xưa Phật đi bộ thì lâu xa biết chừng nào. Về thành Ca Tỳ La Vệ, Đức Phật thuyết pháp cho vua cha nghe. Trước khi mất, vua cha đã đắc quả A na hàm. Lúc bấy giờ, Đức Phật cùng các vị quan trong triều đình khiêng quan tài vua cha. Đó là Phật thể hiện bổn phận của một người con đối với cha mình. Phật mẫu sanh Ngài ra, 7 ngày sau thì mất. Bà sanh lên cõi trời Đâu Suất. Đức Phật vào mùa hạ thứ 7 đã dùng thần thông bay lên cung trời thuyết pháp độ cho phật mẫu và chư thiên. Đối với dì mẫu Gotami, người đã nuôi Ngài từ lúc nhỏ cho đến năm 29 tuổi, Đức Phật cũng dành rất nhiều tình cảm cho dì mẫu. Sau bà xuất gia trở thành vị thánh ni đầu tiên của Phật giáo. Trong kinh nói, Đức Phật dành nhiều thời gian đến trò chuyện với Kiều Đàm Di mẫu. Đối với Da Du Đà La, Ngài cũng làm tròn bổn phận. Sau khi Da Du Đà La xuất gia, Ngài dùng Tứ Thánh Đế tiếp độ nàng. Đối với La Hầu La, Ngài có nhiều pháp thoại (Kinh giáo giới La Hầu La trong Trung Bộ kinh) thể hiện tình cha đối với

con, tình Phật tổ đối với chúng sanh, dùng nhiều ẩn dụ để giáo dục một đứa trẻ thơ hiểu giáo lý nhà Phật. Đối với Đề-bà-đạt-đa, người muốn chiếm đoạt tăng đoàn, lúc bị đất rút thì Phật cũng có lòng từ bi hỷ xả đến chứng kiến và rải tâm từ, quyết sau này Đề-bà-đạt-đa sẽ thành Phật trong tương lai.

Sư có quen một phụ nữ người gốc Hoa, dạy con rất hay. Bà dạy con phải luôn thương cha dù cha có lỗi với mẹ là đã phản bội bà, sống lăng nhăng tình cảm. Có nhiều người phụ nữ khi rơi vào hoàn cảnh như vậy thường dạy con căm ghét cha của nó, không nhìn nhận, không thương cha nữa. Bà mẹ này rất đặc biệt. Trước khi mất, bà gọi các con lại dặn dò phải thương cha. Đó là lời dạy con rất nhân văn của một người mẹ có nhân cách. Những người con sau này lớn lên rất có hiếu. Mặc dù họ ở Mỹ, cuộc sống bận rộn nhưng tháng 7 Vu lan năm nào họ cũng cùng nhau về Việt Nam đốt nhang thăm mộ cha mẹ, thăm chùa Bửu Quang. Họ là những người con hiếu thảo. Nhờ có hiếu nên công việc làm ăn của họ tự nhiên luôn thuận lợi và họ rất khá giả, thành công trong cuộc sống. Qua đó, chúng ta thấy, khi con cái biết quan tâm tới cha mẹ thì sự thành đạt của những đứa con là do phần phước hiếu thảo này mà thành.

Đa phần con cái hiếu thảo, cha mẹ tốt. Nhưng không phải cha mẹ nào cũng tốt vậy. Trong thực tế cũng có những người cha mẹ rất nhẫn tâm bán con của mình, đánh con mình đến chết, hoặc tạt axit vào người con. Tình cha mẹ và con cái rất ngăn cách khó hàn gắn được. Trong trường hợp như vậy thì con phải biết rằng ai cũng có những nỗi khổ, oan gia nghiệp báo nhiều đời nhiều kiếp. Nhưng ta hiểu Phật pháp, ta phải thực hiện phương châm: một chút thông cảm, một chút tha thứ thì

tình cha mẹ với con cái sẽ gần kề nhau. Dù sao thì con phải thương và báo hiếu cho cha mẹ trong bất cứ hoàn cảnh nào. Cha mẹ là người sanh ra ta, giới thiệu ta đến với cuộc đời này. Chỉ bấy nhiêu thôi ta phải nhớ ơn rồi.

Mùa Vu lan là dịp ta ôn lại tứ trọng ân. Ai còn cha mẹ hãy lo báo đáp ơn cha mẹ. Đừng bao giờ lặp đi lặp lại câu nói: tôi không có thời gian. Vì mình không có tâm hiếu, tâm phật nên mới nói như vậy. Nếu mình thương cha mẹ thì tất nhiên mình sẽ dành thời gian cho cha mẹ. Biết nhớ ơn và đền ơn là đạo đức của người con Phật. Lòng biết ơn giúp ta sống ý nghĩa hơn./.

4. SỐNG PHẢI BIẾT TRI ƠN[4]

Lễ Vu lan là dịp chúng ta nhớ ơn cha mẹ mình. Vu lan bồn nghĩa là dùng lễ vật, vật thực đựng trong cái bồn (bình bát) dâng cúng lên các bậc tu hành thanh tịnh, nhờ sự chú nguyện của họ cứu vớt những người đang bị tội chướng hành hạ thọ khổ. Những người này giống như loài quỷ đói bị treo ngược, thân thể có hình dáng thô, xấu, khác lạ với loài người, cổ thì bằng cây kim, bụng thì to như trống, ăn uống vô cùng khó khăn thống khổ, muốn ăn cũng không cách nào nuốt được thức ăn, muốn uống thì cũng không sao uống được nước, lúc nào cũng bị lửa đói khát thiêu đốt, khi ăn thức ăn biến thành lửa, vì vậy họ vô cùng khổ sở. Vu lan theo truyền thống Phật giáo Bắc tông là ngày Tự tứ của Chư tăng, mãn một mùa hạ. Dịp này cúng dường đến Tăng chúng để hồi hướng đến thân bằng quyến thuộc của mình thì sẽ hữu hiệu, phước báu như ý nguyện, nên Vu lan còn gọi là ngày xá tội vong nhân.

Truyền thống của người Khmer có lễ Donta là ngày lễ ông bà cũng giống như lễ Vu lan. Khi Phật giáo truyền sang Trung Hoa, lễ Vu lan đã được phổ biến thành lễ hội lớn. Ở Việt Nam khoảng thập niên 1960 đã có lễ Bông hồng cài áo. Lễ này là do Ngài Hòa thượng Thiên Ân đi Nhật Bổn thấy người Nhật cài bông hồng màu trắng tưởng nhớ đến cha mẹ đã qua đời nên đem về áp dụng vào Việt Nam. Người cài bông hồng màu đỏ là ngụ ý hãnh diện cha mẹ mình còn sống trên đời. Phật giáo Bắc tông lấy ngày rằm tháng Bảy làm ngày lễ Vu lan, ngày Phật tử đến chùa cầu an hoặc cầu siêu cho cha mẹ, ông

4. Giảng đường: chùa Bửu Quang. Lễ Vu lan 2013.

bà. Ngày này còn được gọi là ngày báo hiếu, ngày của cha và mẹ. Truyền thống Phật giáo Nam tông thì không có lễ hội Vu lan. Ngày nào, tháng nào chúng ta nghĩ tới cha mẹ thì đều là ngày cha mẹ. Làm con phải có hiếu và có bổn phận đối với cha mẹ. Lễ Vu lan nhanh chóng hòa nhập trong đời sống của dân tộc, nhưng đối với Phật giáo Nam tông, ngày lễ Vu lan quý sư đi khất thực trì bình cho Phật tử có dịp cúng dường để cầu cho cha mẹ an vui hoặc siêu thoát, cũng là hình thức báo ơn cha mẹ.

Trong dịp Vu lan này, chị Sương Mai, một Phật tử thuần thành đã phát tâm xuất gia gieo duyên để báo hiếu mẹ cha. Xuất gia là từ bỏ đời sống thế tục. Việc từ bỏ rất khó làm, trong đó từ bỏ mái tóc là một trong những việc khó làm đối với phụ nữ vì bản chất phụ nữ là thích làm đẹp. Tóc là một trong những cái đẹp của phụ nữ. Nhưng khi đã chọn lựa nếp sống từ bỏ, dám cắt đi mái tóc của mình là một điều lớn lao, thật không dễ dàng gì, không phải ai cũng làm được. Khi ta dám cắt tóc, dám mặc chiếc áo cà sa là chuyện lớn trong cuộc đời mà chỉ người có đại tâm, đại lực, đại hùng, đại chí mới làm được. Cho nên khi ta xuất gia phải có tác ý, như tác ý gieo duyên là khó lắm nhưng ta đã làm được. Ông bà xưa thường nói: "Nhứt nhơn thành đạo cửu huyền thăng" ý là: trong nhà có một người đi tu thì chín đời dòng họ được thăng hoa. Hôm nay chị Sương Mai xuất gia đã làm rúng động cả dòng họ, người thân, những người đã qua đời rất lâu xa. Nếu mình tu tốt sẽ giúp chuyển hóa được người thân của gia đình rất nhiều. Phước đức của mình tu tập sẽ truyền lại cho bao đời dòng họ trong gia đình thọ hưởng. Vì ta tu thiền, tụng kinh phước đức đương nhiên rất nhiều. Chẳng hạn trong cõi

người hữu hình chúng ta, người đói mình cho cơm ăn. Còn chúng sinh vô hình thì cần phước, không cần ăn. Con người chúng ta có tiền bạc nhiều nhưng rồi tiền bạc đó cũng có khi vô nghĩa. Chúng ta tu làm sao để hiểu được, ngộ được tâm tánh của mình.

Khi tu chúng ta thường nói đến chữ "Ngộ". Đây là một từ Hán Việt, nó có nghĩa là hiểu, hiểu ra, tỉnh thức. Chữ Ngộ gồm có một chữ Khẩu, nằm dưới chữ Ngũ, bên trái là bộ Tâm. Chữ Khẩu ngoài biểu thị cho cái miệng, nghĩa là ăn, là nói, không ăn vào sao có gì mà sống, không thu nạp kiến thức, sao có gì mà hiểu. Không nói cho người khác nghe, sao người khác hiểu được. Chữ Khẩu còn biểu thị cho cái bên ngoài, không chỉ là bên ngoài cơ thể, mà còn biểu thị cái bên ngoài của nhận thức. Cái sự hiểu nó như một quá trình tiêu hóa, không chỉ là cứ đọc đơn thuần và ghi nhớ, nhắc lại như một con vẹt. Khi đã tiêu hóa được những kiến thức về vạn vật, về con người và quan hệ của con người với vũ trụ, thì phải nhận thức bằng cái Tâm, nên chữ Tâm mới được đứng bên cạnh hoàn tất chữ Ngộ. Chữ Tâm được đứng bên cạnh như là một sự bao trùm cho cái quá trình nhận thức – tiêu hóa. Như vậy, người phải có đại tâm, đại lực, đại hùng, đại chí mới ngộ ra được những phiền não do ngũ căn mà ra để rồi quyết tâm buông bỏ, sống đời xuất gia theo Phật giáo.

Ý thức được cuộc sống có ý nghĩa ta sẽ làm những việc có ý nghĩa cho gia đình, cho người thân của mình. Vừa rồi, chúng tôi gặp người quen đi sớt bát trong lễ Vu lan thấy lúc nào cũng mang kính. Hỏi ra mới biết là bà vừa cắt mắt làm đẹp. Năm nay bà đã 60 tuổi. Mỗi người có quan niệm về cái đẹp khác nhau. Nhưng nếu nhìn dưới lăng kính của Phật giáo thì

cái đẹp bên ngoài là cái đẹp không thật có. Người tu phải ngộ được điều này, phải nhìn ra được sự thật của cuộc sống để thăng hoa tâm hồn. Đức Phật dạy con người phải chịu sự già nua, đau bệnh và chết. Dù sống nghèo khó hay giàu sang, có địa vị hay dưới đáy xã hội, là người nổi tiếng hay vô danh tánh thì cuối cùng cũng phải già, bệnh, chết. Cho nên người tu muốn đẹp phải có trau dồi cái tâm hỷ xả, từ bi, bác ái. Nếu ta cố chấp nhiều quá thì ta một mình đau khổ. Ngày Vu lan là ngày ta xả bỏ. Nếu bố mẹ và ta có một sự ngăn cách nào đó trong suy nghĩ, trong sinh hoạt đời sống hằng ngày thì hãy xả bỏ cho an vui, nhẹ nhàng với nhau. Cuộc sống chúng ta chung thì phải đụng, cho dù đụng độ lắm lúc quyết liệt với nhau thì cũng nên buông bỏ. Chuyện qua rồi đừng nhớ. Ta không cố chấp, không "để bụng" thì tự nhiên ta vui vẻ, thoải mái, tâm ta an vui, thanh thản. Cha mẹ cũng nên hỷ xả, tha thứ, từ bi. Như vậy, ngày nào ta cũng đối với nhau bằng tâm từ bi hỷ xả thì ngày nào cũng là ngày Vu lan báo hiếu, cúng dường đến mẹ cha không chỉ một đời mà nhiều đời. Con người chúng ta đa phần là cố chấp. Những lỗi lầm xảy ra đã lâu nhưng 3 năm, 5 năm, 20 năm vẫn nhớ không sót một lời nói, một hành động nào. Rồi thỉnh thoảng nhắc lại với tất cả giận hờn, đau khổ. Tại sao chúng ta ôm cục lửa trong tâm làm chi vậy, để nó đốt cháy ta từng giây phút, từng ngày, từng tháng trong phiền não, oán hận?

Đức Phật dạy cha mẹ có những đức tánh:
- Là vị tiên sư ban đầu dạy cho con tập nói câu thưa dạ đầu tiên trong cuộc đời.
- Cha mẹ là vị trời phạm thiên bốn mặt tượng trưng cho từ bi hỷ xã. Từ là thương yêu; bi là tâm trắc ẩn; hỷ là sự vui mừng; xả là buông bỏ, tha thứ.

Đó là những đức tính của vị đáng cúng dường. Giống như người xuất gia đáng cho con cái cúng dường y phục, thức ăn, tỏ lòng biết ơn công sanh thành giáo dục của cha mẹ. Cho nên chúng ta cúng dường cha mẹ cũng được phước báu vô lượng vô biên. Quý vị nào có gia đình, có con thì mới thấy thương cha mẹ của mình nhiều hơn. Vì khi có con ta mới trải qua tất cả những sự khó nhọc, vất vả, lo lắng, thương yêu cho con như thế nào lúc đó ta mới hiểu được lòng cha mẹ cũng từng vất vả nuôi ta khôn lớn ra sao. Có hiểu mới thương là vậy. Cũng như người từng đói lạnh mới hiểu được nỗi đau của sự đói lạnh nơi người khác như thế nào. Sinh mệnh của con là sinh mệnh của cha mẹ. Chúng ta có ngộ ra được điều này không? Các con trưởng thành, khôn lớn bao nhiêu thì cha mẹ lụi tàn bấy nhiêu. Đa số cha mẹ thương con đều ủy quyền di chúc cho con tài sản của cha mẹ. Có người cho hết tài sản rồi, trắng tay rồi mới thấm thía sự đời không lường hết được. Chia của cải rồi, có người tính ở nhà con, nay ở với đứa này, mai ở với đứa khác. Nhưng thiệt không đơn giản như ta nghĩ. Ở với con gái thì cũng ngại thằng rể. Ở với con trai thì cũng ngại đứa con dâu. Ai có phước thì được dâu thảo rể hiền. Như vậy là hạnh phúc. Ai không có phước thì ngậm đắng nuốt cay mà sống. Cho nên làm con phải hiểu lòng mẹ cha. Muốn hiểu phải có cái tâm. Cái tâm đó là tâm từ bi hỷ xả. Có tâm từ bi hỷ xả, ta làm gì cũng thành công. Khi cha mẹ đã luống tuổi, chỉ mong con cái biết yêu thương và nâng đỡ cho cha mẹ. Lúc nhỏ cha mẹ tập cho ta đi những bước đi đầu tiên trong cuộc đời. Rồi ta lớn lên, ta rong ruổi khắp chợ đời, sau những nếm trải thành bại, được mất mới biết cha mẹ là tình thương cho ta nương tựa. Vậy mà nhiều khi, nói với mẹ ta nói lời cộc lốc: "Má cơm", thay vì "Mời má ăn cơm". Những khi cha mẹ đau

ốm, không ai chăm sóc, phải tự lần mò, vịn giường mà đi, nghĩ đến đứa con đang mãi lo công danh sự nghiệp ở nơi xa, lòng cha mẹ chắc có lẽ cũng buồn tủi lắm. Mong sao Phật tử chúng ta đừng làm cho cha mẹ buồn khổ, đừng làm cho cha mẹ phải khóc trong lúc tuổi về chiều. Chúng ta sống có hiếu với cha mẹ thì con cái chúng ta mới có hiếu với chúng ta sau này. Đó là luật nhân quả. Cuộc đời này có vay, có trả.

"Ơn cha, nghĩa mẹ nặng chiều
Ra công báo đáp ít nhiều phận con
Thừa quan cậy miếng ngọt ngon
Dưỡng nuôi cha mẹ thuở còn dương gian
Đến sau thác xuống suối vàng
Trâu dê tế cúng bảy bàn ích chi
Khóc măng gương hiếu còn ghi
Ăn rau, nhịn gạo trọn nghì mới nên." Mạnh Tử.

Những người xuất gia thời Đức Phật đa phần là những người có hiếu với cha mẹ. Ngài Xá Lợi Phất biết mình sắp tịch, Ngài nghĩ, mình là đại đệ tử của Phật mà cũng chưa độ cho mẹ được. Mẹ Ngài Xá Lợi Phất theo đạo Ba La Môn. Ngài Xá Lợi Phất bèn từ giã huynh đệ về quê (quê hương của Ngài Xá Lợi Phất về sau có trường Đại học Phật giáo Quốc tế Nalanda - nơi đào tạo rất nhiều trí thức Phật giáo, trong đó có Ngài Huyền Trang – một vị tăng nổi tiếng đời nhà Đường,Trung Hoa. Đó là làng Bragoan thuộc bang Bihar, Ấn Độ. Nalanda có nghĩa là trí tuệ. Trường đại học Nalanda rộng lớn có sức chứa mười ngàn sinh viên. Ngài Huyền Trang đã theo học ở đây 17 năm. Vào thế kỷ 13, trường Đại học Nalanda rơi vào tay quân Thổ Hồi giáo và bị đốt cháy. Những Tăng sĩ lạy van quân xâm lược đừng có đốt trường Nalanda,

đều bị quăng vào lửa, bị thiêu sống cùng với sách vở. Lịch sử ghi lại, trường Nalanda cháy âm ỉ đến hơn 6 tháng mới tàn lụi hẳn. Hiện nay trường Đại học Nanlanda đang đươc Trung quốc khôi phục lại).

Ngài Xá Lợi Phất về nhà với ý nguyện độ cho mẹ. Khi Ngài ở trong nhà, các phái đoàn chư thiên ở các cõi đã liên tục xuống đảnh lễ trước khi Ngài nhập vô dư niết bàn. Đầu hôm thì phái đoàn của Tứ Đại Thiên Vương xuống đảnh lễ, rồi đến phái đoàn của vua trời Đế Thích, các vị phạm thiên tỏa hào quang sáng chói. Cho nên sau khi các phái đoàn chư thiên ra về thì bà mẹ quỳ xuống đảnh lễ Ngài Xá Lợi Phất và hỏi: "Đó là phái đoàn nào, tại sao họ đến đây? Ngài nói: "Các phái đoàn phạm thiên xuống đảnh lễ con vì ngày mai con nhập niết bàn". Bà mẹ chợt nghĩ: "Tại sao con mình vĩ đại quá mà mình không hay biết". Rồi bà hỏi tiếp: "Con tu với ai, đại sư của con dạy con những gì?" Ngài nói: "Con tu với Phật Tổ Thích Ca, và Ngài dạy con các pháp là vô ngã, tiếng Pali là Sabbe sankhara Anattati bậc đạo sư của con dạy: "các pháp là vô ngã".

Chúng ta biết không có cái gì là của mình, khi đầy đủ nhân duyên tất cả sẽ hủy diệt. Sóng thần, động đất xảy ra đã chứng minh điều đó. Thế giới là vô chủ, không ai làm chủ mình, mình không làm chủ được ai. Đau bệnh chịu một mình, không ai bệnh dùm ta. Thế giới là vô sở hữu. Ngay khi ta còn sống ta đã cho tài sản con cái hết rồi. Ta bỏ tất cả để chuẩn bị ra đi. Ta buông tay, nhẹ nhàng, thanh thản. Cách đây hai hôm, tôi chứng kiến cảnh ký giấy trao chùa cho một vị sư trẻ. Ký xong, vị sư già chắp tay xá chúng tôi, xem như đã xong việc. Cho nên thế giới này là vô sở hữu, nhưng thế giới này cũng

là nô lệ cho lòng tham ái, tham tiền, tham tình, tham danh lợi. Chừng nào mà nắp quan tài đóng lại thì dòng tâm thức của ta mới dừng lại. Biết đủ là đủ, nếu không bao nhiêu cũng thiếu. Hiểu cuộc đời là vô thường, vô ngã, là khổ thì ta hãy luôn tha thứ cho nhau, hãy hoan hỷ buông xả để tâm mình an vui, thanh tịnh. Vu lan là ngày ta nhớ đến cha mẹ và làm gì cho có ý nghĩa. Nhiều khi ta chỉ cần làm những gì cha mẹ thích là có ý nghĩa. Ví dụ, tặng hoa cho cha me, nấu một bữa cơm thật ngon mời cha mẹ, tặng quà mà cha mẹ thích, hoặc nói với cha mẹ những lời yêu thương. Có người đầu hai thứ tóc rồi mới thấm thía công ơn nuôi dưỡng của cha mẹ thì cha mẹ không còn nữa. Vậy hãy nên sống hiếu thảo khi cha mẹ còn sống. Nếu để sau này cha mẹ qua đời thì mình có làm hậu sự lớn cỡ nào cũng vô nghĩa. Lễ chúc thọ, mừng sinh nhật, kỷ niệm ngày cưới của cha mẹ v.v. hãy lấy những dịp này để làm cha mẹ vui. Phật dạy, người nào biết ơn và tri ơn tự nhiên có phước báu, có quyền lực. Hãy chú ý điều này. Người nào không có hiếu với cha mẹ không làm lớn được, không phát sanh phước phú quý giàu sang. Trong 7 nguyên nhân sanh lên làm Trời Đế Thích có một nguyên nhân là có hiếu với cha mẹ. Quý vị phải biết kính trọng, tôn thờ cha mẹ của mình.

Có 2 hạng người khó tìm: người biết ơn và người đền ơn. Người biết ơn: ơn cha mẹ, thầy tổ, quyến thuộc, ơn người nào mình thọ ơn. Ngoài cha mẹ mình, còn có người thầy tôn giáo, thầy dạy học, người thầy dạy nghề ta phải biết ơn những người đó. Ngài Xá Lợi Phất được Ngài Ajasi tiếp độ. Sau này, Ngài Xá Lợi Phất ngủ thường hướng đầu về nơi mà Ngài Ajasi ở.

Bên Giáo hội Anh quốc có Ngài Sumetho là một vị sư rất đáng kính, là người đã xuất gia dưới sự dạy dỗ của Ngài Ajahn Chah - một bậc minh triết người Thái Lan. Hằng ngày lên

chánh điện công phu, Ngài Sumetho đều quỳ lạy trước tượng Ngài Ajahn Chah. Theo truyền thống Phật giáo Nguyên thủy, người đệ tử sẽ không lạy thầy tổ khi họ đã qua đời vì lúc ấy họ đã đứt tam quy. Nhưng Ngài Sumetho vẫn lạy Ngài Ajahn Chah. Hỏi thì Ngài trả lời: "Tôi biết Phật Thích Ca nhưng biết tu thiền là nhờ Ngài Ajahn Chah". Điều đó cho ta thấy Ngài Sumetho luôn kính trọng người thầy tâm linh của mình. Mỗi người có một vị thầy hoặc nhiều vị thầy.

Năm 1984, lúc đó cả nước còn nhiều khó khăn. Chùa cũng khó khăn. Lúc đó, ngày nào đi học cũng có một bà cụ thí chủ cúng dường cho sư. Lúc đó số tiền dù nhỏ nhưng đã giúp sư mua được sách vở. Nhờ vậy mà sư có niềm tin, có nghị lực, vừa học vừa tu. Hơn 20 năm trôi qua, sư vẫn luôn nhớ ơn bà cụ. Những lúc công phu ngồi thiền, tụng kinh lúc nào sư cũng nhớ ơn bà. Phong cách nhẹ nhàng của bà cụ cũng đã ảnh hưởng sư khá nhiều. Ngày Vu lan, nhắc lại chuyện cũ để nói với quý vị một điều là thọ ơn phải biết tri ơn, ơn ông bà, cha mẹ, ơn thầy tổ, ơn Tổ quốc, ơn bạn bè, ơn Tam Bảo.

Sáng nay tại chùa có buổi sinh hoạt an cư kiết hạ, có lãnh đạo đến tham dự. Nhà chùa cũng đã ủng hộ quỹ "Vì Trường Sa thân yêu, vì tuyến đầu Tổ Quốc" số tiền 20 triệu đồng. Thường thì người ta cúng chùa, nhưng nay nhân lễ Vu lan, nhà chùa bày tỏ lòng biết ơn đối với Đất Nước. Người tu chúng ta phải có hạnh bố thí và lòng biết ơn. Hôm nay cũng có nhân duyên cô Sương Mai phát tâm trong sạch xuất gia gieo duyên tác ý báo hiếu cha mẹ, cầu nguyện gia đình bình an. Do vậy, sư nói về lòng biết ơn cũng mong đây là món quà Vu lan dành cho mọi người./.

5. NHỚ ƠN HÒA THƯỢNG THIỆN LUẬT

Kính thưa toàn thể đại chúng, hôm nay là ngày sám hối lệ, quý cô tu nữ và toàn thể phật tử sau khi sám hối thì tụng kinh, nghe thuyết pháp theo thông lệ hàng tháng. Thông thường trong những dịp sám hối chúng tôi thuyết một bài pháp nhưng hôm nay sẽ giới thiệu với quý vị tấm gương đạo đức của một nhà sư mà oai đức và đạo lực của Ngài khiến cho chúng ta vô cùng kính ngưỡng, đó là Hòa thượng Thiện Luật.

Hòa thượng Thiện Luật, vị cao tăng, vị sư đầu tiên của Phật giáo Nguyên thủy. Ngài tịch năm 1969 nên các thế hệ tăng ni sau này ít người biết Hòa thượng. Chúng tôi cũng không biết nhiều về Ngài. Chỉ muốn kể về Ngài để ôn lại tấm gương sáng của một vị cao tăng xuất gia có công lớn là đem Phật giáo Nguyên thủy về Việt Nam. Về tiểu sử của Hòa thượng Thiện Luật, có rất nhiều tài liệu ghi chép lại. So sánh giữa những văn thư, lưu trữ chính thống trong Giáo hội Phật giáo Việt Nam và các trang web, các tài liệu do sự kể lại của đạo hữu trong và ngoài nước cũng có đôi chút khác biệt, sai lệch. Với mục đích đóng góp cho các thế hệ sau biết rõ hơn về Phật giáo Nguyên thủy, chúng tôi chia sẻ những gì mình biết được về Hòa thượng Thiện Luật.

Thực tế cho thấy chúng ta không biết sâu sắc về Phật giáo Nguyên thủy vì ta đến với Phật giáo Nguyên thủy muộn màng quá, cũng có khi có duyên với Phật giáo nhưng lại đi vào hệ phái Bắc Tông nên cũng không thể biết nhiều về Ngài hoặc những ai sanh sau năm 1969 cũng sẽ không biết về Ngài. Sư muốn kể về Hòa thượng Thiện Luật, ôn lại cuộc đời của một

vị cao tăng đặc biệt của Phật giáo Nguyên thủy, là người làm nhiều hơn nói, không muốn ai biết đến Ngài, không muốn ai nhắc lại. Do đức khiêm nhường đó nên ít ai biết về Ngài. Hòa thượng Thiện Luật là vị cao tăng xuất gia đầu tiên của Phật giáo Nguyên thủy Việt Nam, là vị sư Phật giáo Nam tông kinh đầu tiên có mặt tại Tổ đình Bửu Quang - cũng là ngôi chùa đầu tiên của Phật giáo Nguyên thủy Việt Nam.

Quê hương của Hòa thượng Thiện Luật ở Sa Đéc, nay là tỉnh Đồng Tháp. Ngài sinh năm 1898. Vùng đất Đồng Tháp là vùng địa linh nhân kiệt, có nhiều vị sư ra đời xuất gia từ đây rất nổi tiếng. Đồng Tháp cũng là vùng đất đặc biệt, ngay cả cha của Bác Hồ sanh ở Nghệ An, vào Nam mất, an táng tại Cao Lãnh và hiện nay đền thờ, mộ chôn ông ở Sa Đéc. Hòa thượng Bửu Chơn là vị cao tăng thứ hai của Phật giáo Nguyên thủy cũng quê ở Sa Đéc.

Vùng đất Sa Đéc có dòng sông Cửu long, nước chảy hiền hòa, phù sa phong phú, phong cảnh đẹp, vì có 9 cửa nên gọi là sông Cửu Long, thượng nguồn của nó bắt đầu từ Tây Tạng, Thái Lạn, Lào, Campuchia v.v. Dòng sông này, nhà báo Phạm Khắc trong Ký sự Mê Kông đặt cho cái tên là dòng sông Phật giáo. Các quốc gia có dòng sông này đều có Phật giáo thịnh hành. Chính vì lý do đó, Miền tây có các vị cao tăng nổi tiếng như Hòa thượng Hộ Tông, Hòa thượng Bửu Chơn, Hòa thượng Thanh Từ, Hòa thượng Trí Tịnh v.v.

Hòa thượng Thiện Luật sanh ra trong gia đình đạo đức, nề nếp. Cha tên Ngô Văn Nghi, mẹ không thấy ghi trong tài liệu lịch sử. Trong thư viện Phật giáo Nguyên thủy, quyển "Hội viên của Giáo hội Tăng già Nguyên thủy Việt Nam" không

thấy ghi tên mẹ của Ngài. Ông Ngô Văn Nghi là người gốc Hoa, đa nghề, làu thông nho học, tinh tường địa lý, phong thủy, tử vi, là thầy thuốc đông y giỏi, ngay cả các món cầm, kỳ, thi, họa ông cũng rất xuất sắc. Hòa thượng Thiện Luật có chịu ảnh hưởng bởi sự đa tài của cha. Ngô Bảo Hộ là tên do cha đặt cho Ngài.

Năm 1918, Bảo Hộ mới 20 tuổi, vì hoàn cảnh cuộc sống nên theo cha bỏ quê hương Sa Đéc sang Campuchia làm ăn. Cho tới năm 26 tuổi, Bảo Hộ lập gia đình với bà Lưu Kim Phùng sanh được 4 người con gồm 3 gái, 1 trai. Người con trai duy nhất của Bảo Hộ chính là Hòa thượng Hộ Giác sau này. Ngài Hộ Giác cũng mới mất cách đây 100 ngày. Ngô Bảo Hộ sống cùng vợ được 8 năm thì bà mất, để lại 4 con nhỏ bơ vơ. Lúc đó Bảo Hộ sụp đổ tinh thần trước cái chết của vợ, lo lắng với trách nhiệm nặng nề đối với con cái. Cuộc sống của ông lúc bấy giờ rất cực khổ. Nỗi đau mất vợ lúc con còn quá nhỏ đã làm cho ông dường như không gượng nổi. Ông than! Tại sao thượng đế làm nên điều này cho ta đau khổ? Một năm sau người con gái thứ nhì mất. Nỗi đau vợ chết chưa nguôi thì lại đến mất con. Đó là nghịch duyên làm cho Ngô Bảo Hộ quay về tìm đến đời sống tâm linh. Trước cái chết của vợ và con gái, ông ngán ngẩm cuộc đời thế tục. Từ đó Ngô Bảo Hộ đi tìm đời sống tâm linh.

Quý vị biết rằng người xuất gia, phật tử tìm đến chùa thường là người có biến cố lớn trong cuộc đời. Đối với Ngô Bảo Hộ, cuộc sống triền miên trong đau khổ bèn đi tìm chân lý thoát khổ. Ngô Bảo Hộ đọc sách tôn giáo, tạp chí Phật giáo để tìm tòi, nghiên cứu về đời sống tâm linh, về bản thể con người, về bản chất thế gian. Từ đó Ngô Bảo Hộ nghiên cứu các tôn

giáo qua sách vở, tài liệu của đạo Tin Lành, Thiên chúa giáo, đạo Bà Hai, Hòa Hảo, đạo Hồi v.v. Tình cờ Ngô Bảo Hộ đọc tạp chí "Ánh sáng Phật pháp" là tiền thân của tạp chí Phật giáo Nguyên thủy, qua đó hiểu Phật giáo Nguyên thủy, thấy nhiều nhà sư Campuchia đi khất thực ngoài đường (trước kia dù sinh sống ở Campuchia là một đất nước Phật giáo nhưng Bảo Hộ không quan tâm đến điều này), hiểu được Phật giáo Nguyên thủy hơn. Bài học đầu tiên về Phật giáo Nguyên thủy đối với Bảo Hộ là bài học đặt bát cúng dường cho các vị sư. Nhưng người sách tấn cho Ngô Bảo Hộ đi xuất gia theo Phật giáo Nguyên thủy chính là bác sĩ Lê Văn Giảng (là Ngài Hộ Tông sau này). Lúc bấy giờ, bác sĩ Lê Văn Giảng hiểu biết sâu sắc về giáo lý Phật giáo trước nhưng chưa có duyên xuất gia, ông cũng chính là người sáng lập ra tạp chí Ánh sáng Phật pháp, là trưởng ban dịch thuật Phật giáo Nguyên thủy đầu tiên. Bảo Hộ tìm đến bác sĩ Lê Văn Giảng để tìm hiểu Phật pháp. Mỗi lần gặp nhau, bác sĩ thuyết pháp giảng đạo, tìm hiểu hoàn cảnh rồi khuyên Bảo Hộ đi tu và hứa sẽ hộ pháp cho Bảo Hộ. Nhưng Bảo Hộ vẫn còn do dự lắm. Sau đó có cụ Nguyễn Văn Hiếu là một người giàu có ở Sài Gòn, có villa ở đường Bà Huyện Thanh Quan cũng là người quen biết với bác sĩ Giảng và Ngô Bảo Hộ. Ngô Bảo Hộ một lần tình cờ nghe cụ Nguyễn Văn Hiếu kể lại quyển sách viết bằng tiếng Pháp của một tác giả người Đức, sách này so sánh Phật giáo Nguyên thủy giống như núi Tu Di, dùng kinh điển Pali, lấy núi Tu Di so với những tôn giáo kia như cành lá chơi vơi mà Phật giáo Nguyên thủy là gốc rễ sâu dày. Lúc bấy giờ Bảo Hộ bừng ngộ bèn bỏ hết những tôn giáo khác, tìm đến bác sĩ Giảng để hỏi rõ về Phật giáo Nguyên thủy. Ba người hẹn nhau rằng một người tìm đất xây chùa, còn bác sĩ sẽ

xuất gia và 3 người cùng góp công sức phát triển Phật giáo Nguyên thủy ở Việt Nam. Cụ Hiểu động viên Bảo Hộ, thúc đẩy Bảo Hộ đi tu. Cuối cùng, Bảo Hộ quyết tâm xuất gia, dẫn theo người con trai út duy nhất đến thiền đường Thiền Lâm ở Campuchia tu tập. Trước đó cũng có một tháng thử thách, tính toán, sắp đặt chuyện gia dình. Như một từ bỏ lớn lao, tu để quên nỗi khổ. Bác sĩ Lê Văn Giảng và ông Nguyễn Văn Hiểu từng nói với Ngô Bảo Hộ rằng: "Ông mà đi tu thì vai trò của ông rất quan trọng, vì ông là người Việt Nam đầu tiên tu theo Phật giáo Nguyên thủy".

Đầu tiên vào năm 1934, Ngài Thiện Luật tu tại chùa Sarisako. Vị trụ trì chùa này đã nhận người con út của Ngài Thiện Luật làm nghĩa tử (Ngài Hộ Giác). Sau này, ông Nguyễn Văn Hiểu bán villa được một số tiền lớn, ông lấy một nửa tiền đó xây dựng Tổ đình Bửu Quang. Hòa thượng Thiện Luật - trở về Việt Nam là người đầu tiên tiếp nhận Tổ đình này.

Hòa thuợng Thiện Luật là người Việt Nam đầu tiên mặc chiếc y xuất gia Phật giáo Nguyên thủy năm 1934. Ba năm sau, năm 1937, Ngài chính thức thọ giới tỳ kheo với Hòa thượng Trưởng lão Uttamamuni Um-Su, Thầy Yết ma là Trưởng lão Som Dach Choun Nath (sau là vua Sãi Cao Miên) và Thầy Giáo thọ hướng dẫn Phật học là Ngài Hout-That (về sau là Phó Tăng thống, cuối cùng là vua Sãi, bị Pôn-Pốt sát hại năm 1975). Những vị thầy này ban cho Ngài pháp danh tỳ khưu Thiện Luật. Pháp danh của Ngài gắn liền với cuộc đời tu hành của Ngài. Ngài là đệ nhứt cao tăng, luôn luôn giữ giới hạnh. Ngài ở nơi nào, nơi đó đông tăng chúng. Ở Campuchia, thời Ngài tu tại niêm phật đường Thiền Lâm cũng có rất đông người Việt theo tu tại đây.

Cụ Nguyễn Văn Hiểu đã xây dựng chùa Bửu Quang vào năm 1938 nhưng có điều không may là năm 1945, thời Pháp, chùa Bửu Quang sụp đổ hoàn toàn. Sau này mới xây lại vào năm 1949. Thời Hòa thượng Thiện Nghiêm trùng tu, chánh điện lợp tôn vào năm 2001. Sau đó chúng tôi xây lại mái ngói, bỏ giảng đường nối lại nên chánh điện rộng gấp đôi chánh điện chùa cũ, hiện nay có diện tích 12m x 22m.

Ngô Bảo Hộ xuất gia là một cú sốc đối với Bác sỉ Giảng vì bác sĩ muốn đi tu mà luôn bị gia đình ngăn cản. Năm 1940 bác sĩ Giảng quyết định xuất gia liền bị bà vợ làm khó. Nhưng bác sĩ Giảng nhất định muốn thoát tục nên kiên quyết xuất gia, sau này trở thành Hòa thượng Hộ Tông. Có thể nói, Phật giáo Nguyên thủy phát triển như ngày hôm nay, khởi đầu công lao của Ngài Hộ Tông rất lớn. Hồi đó, khi Ngô Bảo Hộ xuất gia trở thành vị sư pháp danh là Thiện Luật, có tăng rồi, bác sĩ Giảng và ông Hiểu nhanh chóng thỉnh tỳ khưu Thiện Luật về Việt Nam trụ tại Tổ đình Bửu Quang năm 1939. Như vậy, Ngài Thiện Luật cũng là vị tăng đầu tiên ở tại Tổ đình Bửu Quang lịch sử này. Năm 1940 cụ Nguyễn Văn Hiểu thỉnh 30 vị tỳ kheo từ Nam Vang về Việt Nam tổ chức lễ Kiết giới Sima cho Tổ đình Bửu Quang, trong đó có Ngài Chuonnat – Phó Vua Sãi và duy nhất có 2 vị sư Việt Nam là Ngài Thiện Luật và Ngài Huệ Nghiêm. Hồi đó, 30 vị tỳ kheo đi từ Nam vang qua Việt Nam tới Tổ đình Bửu Quang phải đi bằng xe qua ngõ Châu Đốc - An Giang. Năm 1940 là năm đánh dấu Phật giáo Nguyên thủy du nhập vào Việt Nam. Năm 1938 xây Tổ đình Bửu Quang. Năm 1939 Tỳ kheo Thiện Luật nhập hạ tại Tổ đình Bửu Quang. Năm 1940 Lễ Kiết giới Sima đánh dấu Phật giáo Nguyên thủy có mặt ở Việt Nam.

Do ảnh hưởng Phật giáo Nguyên thủy Campuchia nên chùa Bửu Quang hồi đó xây theo truyền thống Nguyên thủy - hướng Đông, ý nói Phật thành đạo hướng mặt ở hướng Đông. Ba mươi nhà sư tụng kinh từ 3g sáng cho đến khi bình minh lên, giống như Phật ngồi thiền cho đến khi sao Mai ló dạng đắc thành đạo quả. Lúc bấy giờ, các nhà sư kéo tấm vải che tượng phật, mở cổng chùa về hướng Đông và tiến hành nghi thức Kiết giới Sima.

Ngài Thiện Luật ở chùa Bửu Quang đưa Ngài Hộ Giác qua Campuchia chữa bệnh. Năm 1957 Ngài Thiện Luật về chùa Kỳ Viên cùng với các Hòa thượng Hộ Tông, Bửu Chơn v.v. chính thức đệ đơn thành lập Giáo hội Tăng già Nguyên thủy Việt Nam tồn tại đến năm 1981.

Năm 1957, thành lập Giáo hội tăng già Nguyên thủy Việt Nam, Ngài Thiện Luật được bầu làm Tăng thống lý do Ngài là vị cao tăng đầu tiên của Phật giáo Nguyên thủy Việt Nam nhưng do Ngài khiêm tốn, Ngài nói: "Tôi tu trước nhưng Ngài Hộ Tông là thầy chỉ pháp cho tôi, tuy tôi lớn hạ nhưng thỉnh cầu Hòa thượng Hộ Tông làm Tăng thống". Hòa thượng Thiện Luật giữ chức Phó Tăng thống cho đến ngày viên tịch. Như vậy, Hòa thượng Hộ Tông là Tăng thống đầu tiên của Giáo hội Tăng già Nguyên thủy Việt Nam.

Kế từ khi thành lập Giáo hội Tăng già Nguyên thủy Việt Nam đặt trụ sở tại chùa Kỳ Viên số 610 Phan Đình Phùng - Sài Gòn. Năm 1963 là thời kỳ pháp nạn, Ngô Đình Diệm ngược đãi Phật giáo. Mặc dù vậy, trước ngày khánh thành Thích Ca Phật Đài, Giáo hội đã thành lập Ủy ban Liên phái để tham dự Lễ khánh thành Thích Ca Phật Đài. Chính Ủy

ban này là tiền đề cho việc bảo vệ Phật giáo vào năm 1963 tại Sài Gòn.

Năm 1964, Giáo hội Tăng già Nguyên thủy sát nhập với Giáo hội Phật giáo Việt Nam Thống nhất, Hòa thượng Thiện Luật được suy cử làm Phó tăng thống cho đến năm 1969.

Sự đóng góp của Hòa thượng Thiện Luật cho Giáo hội Phật giáo Việt Nam Thống nhất rất lớn. Ngài vừa làm Phó Tăng thống của GHPGVNTN và Phó tăng thống Giáo hội Tăng già Nguyên thủy Việt Nam. Phật giáo ngày nay hưng thịnh nhờ công đức của Ngài rất nhiều.

Năm 1959, thành lập chùa Pháp Quang là nơi nuôi tăng chúng đông nhất Sài Gòn. Chùa Pháp Quang do Hòa thượng Thiện Luật trụ trì, thành lập Phật học viện, là nơi đào tạo các vị tăng tài kế thừa Giáo hội. Đối với công việc hoằng pháp ở Việt Nam, các vị cao tăng rất vất vả vì Việt Nam xứ tàu hủ ăn chay, Nguyên thủy ăn theo tam tịnh nhục, tụng kinh tiếng Phạn nên các Ngài rất vất vả trong việc truyền bá Phật pháp, từ việc giải thích kinh tụng, giải thích ăn chay ăn mặn thiệt vô cùng khó. Khi về Việt Nam lập chùa, Hòa thượng Thiện Luật là người đến chùa Kỳ Viên đầu tiên, tiếp nhận chùa Phổ Minh do hệ phái Bắc tông giao lại. Chùa Phổ Minh thờ nhiều tượng phật, Ngài cho sửa sang lại, chỉ thờ một Phật Thích Ca. Bà năm chủ chùa, thấy các tượng phật mất hết, bà nói chắc ổng ăn hết rồi! hiểu lầm, làm khó, duyên không đủ. Nên Hòa thượng Thiện Luật bàn giao lại cho Ngài Hòa thượng Bửu Chơn quản lý chùa này và tồn tại cho đến hôm nay là Hòa thượng Thiện Tâm trụ trì.

Cũng năm 1959, Hòa thượng Thiện Luật lập chùa Pháp Quang thuyết pháp, giảng đạo cho phật tử địa phương. Sau cùng Hòa thượng Giới Nghiêm thành lập chùa Tam Bảo ở Đà Nẵng. Còn nhiều hình ảnh lưu lại cho thấy một vị sư già đi miền Trung giảng đạo, thuyết pháp, lập chùa ở vùng đất xa xôi này. Ngài gắn bó với tổ quốc, với cách mạng, có công nuôi cán bộ cách mạng, có nhiều thư chúc tết của Bác Hồ gởi mỗi năm cho Ngài Thiện Luật. Đệ tử của Ngài cũng có công đóng góp cho cách mạng nhưng họ chẳng hề kể công, chỉ âm thầm tu hành mà thôi.

Hòa thượng Hiển Pháp chùa Hưng Phước và Hòa thượng Thiện Nhơn là những chứng nhân về những bước ngoặt trong cuộc đời của Hòa thượng Thiện Luật. Hai vị Hòa thượng này biết khá rõ về Ngài cũng như rất cảm kích và rúng động khi thấy Hòa thượng Thiện Luật chống gậy ra Dinh Độc Lập phản đối họ Ngô ngược đãi Phật giáo.

Có 5 bài pháp của Hòa thượng: Pháp bố thí, hướng dẫn bố thí, cách làm phước. Bài thứ hai giảng về pháp vô thường, khổ, vô ngã. Đây là bài pháp mà Ngài nhắc đi nhắc lại rất nhiều về sự vô thường, khổ não, vô ngã để chúng ta nhàm chán mà ly tham, tu tập cho tốt. Bài thứ ba thuyết về lục hòa: thân hòa, khẩu hòa, ý hòa, giới hòa, lợi hòa, kiến hòa. Do Hòa thượng nuôi chúng tăng nhiều nên thường thuyết về lục hòa. Đây là pháp đoàn kết, thông cảm cho nhau trong tăng chúng. Lợi hòa đồng quân. Giới hòa đồng tu v.v. Hiện nay vẫn còn lại bình bát, chiếc y, hủ cốt của Hòa thượng Thiện Luật. Khi Ngài bịnh, những ngày cuối bịnh nặng rất đau nhức, nhờ Ngài tu nên thân bệnh, tâm không bệnh. Hòa thượng mất ngày 21/8/1969 nhằm ngày 9 tháng 7 năm Kỷ Dậu tại chùa Pháp Quang.

Lễ tang của một vị cao tăng của Phật giáo Nguyên thủy, là Phó Tăng thống Giáo hội Tăng già Nguyên thủy Việt Nam, Phó Tăng thống Giáo hội Phật Giáo Việt Nam Thống nhất kéo dài 7 ngày 7 đêm, tăng ni toàn quốc về viếng rất đông, vô cùng trọng thể, tang lễ tổ chức tại chùa Ấn Quang. Dù đệ tử Ngài rất đông nhưng do cuộc sống tu hành của Ngài luôn giữ hạnh khiêm tốn nên sau này không nhiều người biết đến Ngài.

Kể về một cao tăng với oai đức và đạo lực vô cùng cao sâu, hơn 30 năm từ khi tu cho đến khi viên tịch Hòa thượng Thiện Luật không ngừng lo cho GHTGNTVN và GHPGVNTN. Đối với Phật giáo Việt Nam, Nam tông là hệ phái chính, hệ phái nôi. Phật giáo Nguyên thủy tuy số lượng ít nhưng là tinh hoa của Phật giáo Việt Nam. Đối với các quốc gia khu vực Châu Á như Miến Điện, Thái Lan, Campuchia, Lào, Tích Lan thì Phật giáo Nguyên thủy là Quốc giáo.

Hòa thượng Thiện Luật mãi mãi là tấm gương sáng cho tăng chúng noi theo. Chúng con luôn ghi lòng tạc dạ ân đức của Ngài, mong muốn đền đáp ơn Ngài, trả nợ hạnh nguyện của Ngài, con định viết năm ngoái, nay nửa mùa hạ cũng chưa xong. Hôm nay kể đôi nét về Ngài, nếu thiếu sót mong Ngài thứ lỗi cho con. Trước khi dứt lời, con xin đọc lại bài thơ do Hòa thượng Hộ Giác đã làm và đọc tại buổi lễ mừng thọ trước khi Hòa thượng Thiện Luật viên tịch (1969). Cầu nguyên Tam Bảo gia hộ cho Ngài Thiện Luật an vui nơi Phật quốc.

"Bạch Sư Phụ con cuối đầu phủ phục.
Xin cha già tha tội đứa con côi
Mẹ mất đi thân con sớm nổi trôi
Sống vất vả nơi chùa Miên hẻo lánh

Phận côi cút con sống nhờ bá tánh
Chén cơm thừa mắm muối nước ven sông
Con cam tâm để Sư phụ được yên lòng
Lo tu niệm để vẹn tình cùng quá cố
Tuổi bé thơ con đã gây nhiều "sóng gió"
Làm cho cha già phải bận tâm lo
Thầy an tâm đừng lo nghĩ cho thân nầy
Vì nó đã quen với đọa đày khổ cực
Phần chị hai con quyết tâm bảo trợ
Cho đến ngày nhắm mắt xuôi tay
Chị hai và con xin dập đầu cúi lạy
Kính dâng thầy những lá áo Cà Sa
Trai đường thư viện chút ít gọi là
Trẻ thơ báo hiếu cha già mừng vui
Gương thầy sáng để lại cho con soi
Dù cho sống chết con nguyện noi gương thầy"./.

6. TỨ TRỌNG ÂN[5]

Lễ Vu lan Báo hiếu không có trong truyền thống Phật giáo Nguyên thủy, Phật giáo Nguyên thủy Việt Nam xuất phát từ Phật giáo Nguyên thủy Cambodia, người Cambodia lại có lễ Donta. Lễ Donta bắt đầu vào tháng 8, sau lễ Vu lan Việt Nam. Để hòa nhập với phong tục tập quán, thói quen sinh hoạt của người dân bản địa; Phật giáo Nam tông Kinh cũng chọn lễ Vu lan làm hội lễ cho hàng Phật tử tri ơn công sinh thành và dưỡng dục của cha mẹ.

Lễ Vu lan theo truyền thống Phật giáo Nguyên thủy là lễ Tri ân Báo hiếu – lễ Đặt Bát Hội. Đây là dịp cho hàng Phật tử tại gia đặt bát cúng dường để cầu siêu cho cha mẹ quá vãng và cầu an cho cha mẹ tại tiền.

Theo truyền thống Phật giáo Bắc tông, lễ Vu lan có tên tiếng Phạn Unlumpana nghĩa là "Giải đảo huyền", nghĩa là các chúng sinh ở ác đạo được thả về để hưởng phước thân quyến hồi hướng. Vu lan còn có nghĩa là ngày biết ơn. Trong Phật giáo, từ kataññu là lòng biết ơn. Làm người phải biết nhớ ơn và tri ơn. Trong Phật giáo có 4 đại ơn: ơn Cha mẹ, ơn Tam Bảo, ơn Thầy tổ và ơn Tổ quốc. 4 đại ơn này Đức Phật dạy làm người phải nhớ. Cho nên, Vu lan báo hiếu là người con Phật chúng ta phải nhắc nhở nhau 4 đại ơn này.

---

5. Giảng đường chùa Quảng Nghiêm – Đồng Nai. Vu lan Báo hiếu ngày 6/9/2015, Phật lịch 2559. Ghi giảng Tu nữ Quang Kiến.

Ơn cha mẹ**:** Trong Tăng chi Bộ kinh dạy trên đời này có 2 hạng người khó thấy là người biết ơn và người trả ơn. Ơn thứ nhất là ơn cha mẹ vì cha mẹ là những người sinh ta ra, giáo dục ta vào đời. Cha mẹ có lòng từ bi hỷ xả, cha mẹ là bậc đáng cúng dường, là vị tiên sư ban đầu nên phận làm con ta phải lo phụng dưỡng, đáp đền công ơn cha mẹ. Đức Phật dạy công sanh thành dưỡng dục của cha mẹ khó đáp đền lắm. Tăng chi dạy thêm nếu ta cõng cha mẹ đi hết quả đất này thì vẫn chưa đủ đầy để trả hết công ơn cha mẹ. Đức Phật dạy nếu cha mẹ chưa có tam quy, ngũ giới, chưa có tâm cung kính Phật pháp mà người con tạo điều kiện, tạo duyên cho cha mẹ tiếp cận Phật pháp thì đó là phần nào ta đáp đền công ơn cha mẹ. Vì ta trợ duyên cho cha mẹ biết được Phật pháp là thu ngắn dòng sanh tử luân hồi lại. Quý vị biết là nuôi dưỡng cha mẹ già là điều rất khó. Cuộc sống ta khi lớn mỗi người mỗi ngả, sau này ta lớn lên cũng không có dịp ở gần cha mẹ, thỉnh thoảng về thăm, tâm hướng về cha mẹ là khó. Lại có người sống bên cha mẹ, khi ông bà lớn tuổi hay cau có, khó khăn, gắt gao thì nhiều khi cũng làm thiếu bổn phận. Cho nên, báo hiếu nuôi dưỡng cha mẹ là điều khó. Nếu ta báo hiếu được, cung phụng được thì phước báu lớn lắm.

Trong 7 nhân sanh làm trời Đế Thích có nhân báo hiếu cha mẹ. Cho nên, người nào báo hiếu cha mẹ, nhớ ơn cha mẹ là người có phước, là người đại hiếu. Nếu mình làm được là món quà vô cùng quý giá, và là bài học vô giá cho những người con cái chúng ta thấy, cho con cái chúng ta noi theo. Báo hiếu là bài học đầu đời và người nào hiếu nghĩa với cha mẹ thì mới làm lớn được. Nếu để ý chúng ta cũng thấy người nào có quyền lực trong xã hội, trong công ty thì những người đều đó đều có tâm báo hiếu cha mẹ.

Theo dòng chảy cuộc đời, ta thường nói khi 3 tuổi: mẹ ơi con yêu mẹ, khi 8 tuổi, vâng gì cũng được mẹ ơi, khi 16: mẹ mình lắm chuyện, khi 18 tuổi: tôi sẽ rời khỏi căn nhà này, khi 25 tuổi: mẹ nói đúng, khi 30 tuổi: con sẽ trở về lại căn nhà này, khi 50 tuổi: mẹ ơi đừng bỏ con, khi 70 tuổi: con sẽ bỏ tất cả để được còn có mẹ. Nhưng mà quý vị biết khi đứa con 70 tuổi rồi thì mẹ không còn nữa. Chúng tôi nói vậy để thấy tâm ta thay đổi theo ngày tháng. Giống như hồi nãy quý vị nghe bài tác bạch của Phật tử Thiện Nam: "mẹ còn con còn tất cả, mẹ đi rồi tất cả cùng đi, mẹ ơi con chẳng còn chi, bơ vơ đến cả khi đi lúc về". Người nào mất mẹ, mất cha thì mới thấm thía được bài thơ đó. Dù ta có địa vị bao nhiêu, giàu sang bao nhiêu thì khi không còn mẹ, không còn cha là coi như mất tất cả, là đứa con lạc lõng bơ vơ trong chợ đời.

Ơn thầy tổ**:** Mỗi người Phật tử chúng ta đều có người thầy. Ngoài đời ta học ngành này ngành kia thì có thầy, trong đạo cũng có thầy. Nhiều khi trong đạo có Phật tử dẫn ta đi đến chùa, có Phật tử dạy ta quy y thọ giới thì người Phật tử đó cũng là thầy, thì vào dịp này, ta cũng phải báo ơn cho vị đó. Bản thân tôi ngày xưa đi tu cũng có người dẫn đi. Người dẫn đi là người cư sĩ tại gia nên khi về quê tôi luôn nhớ ghé nhà thăm hỏi. Quý vị cũng vậy, người nào hướng dẫn quý vị làm phước, đi chùa, biết tu thiền mình cũng phải biết ơn người đó, quý vị cũng có bông hoa, giỏ quà hay điện thoại cám ơn. Từ lúc xuất gia đến giờ, tôi có khoảng 200 người học trò vừa tăng vừa ni, còn Phật tử thì chưa thống kê hết. Hồi tối này, chúng tôi có dịp dạo một vòng trên mạng Internet thì có thấy bài thơ. Bây giờ hiện đại lắm, đệ tử làm thơ không gửi trực tiếp cho thầy mà đăng trên facebook để tỏ lòng cám ơn Ân sư. Đọc lòng cảm thấy vui vui, Bài thơ đó thế này:

"Sinh ra với phận làm con,
Chữ hiếu luôn phải vẹn tròn trước sau.
Tình Cha, nghĩa Mẹ non cao,
Sinh thành dưỡng dục, phải mau đáp đền.
Bố thí, trì giới chớ quên,
Mẹ Cha đâu mãi sống bên mình hoài.
Chữ hiếu trọn vẹn mới tài,
Nhớ lo phụng dưỡng trong ngoài trước sau.
Bậc Thầy tiên khởi thanh cao,
Dạy con từng bước, đi vào lớn khôn.
Cúi đầu - lạy đấng Từ Tôn,
Mong cho Cha Mẹ trường tồn thế gian.
Đường tu - rộng lớn thênh thang,
Người cho con học, muôn ngàn yêu thương.
Dù hai vai cõng song đường,
Cũng không tả hết đoạn trường gian lao.
Ta sống phải biết trước sau,
Nhẫn vui, nhịn nhục, mới mau an lành.
Chuyên tâm, ta sống tu hành,
Nương nhờ Sư Phụ, học thành pháp duyên.
Thiện Minh Thượng Tọa cần chuyên,
Tế độ ta đó trung kiên vững bền.
Sinh thành, dưỡng dục, tạo nên
Mẹ Cha công nặng, không quên ơn Thầy.
Vu lan báo hiếu vui thay,
Đáp đền Cha Mẹ, ơn thầy khắc ghi.
Thỉnh Tăng tạo phước, cũng vì,
Phước hồi Cha Mẹ, mãi nghi ngàn đời." (Tỳ khưu Siêu Đại)

Bài thơ này bút pháp diễn đạt khá tốt, văn chương khá lôi cuốn, cách gieo vần và cấu trúc bài thơ chặt chẽ. Có tính lôi cuốn người đọc. Đặc biệt của bài thơ này ở chỗ là nêu cao ơn cha mẹ và ghi nhớ ơn thầy. Cho nên, dịp lễ Vu lan là nhớ ơn cha mẹ, thầy tổ.

Ơn **Tam Bảo:** Tam Bảo là Phật, Pháp, Tăng. Đây là 3 cái ơn lớn ta cần phải nhớ. Chúng ta quy y Phật là đấng Thiên nhân điều ngự, bi trí vẹn toàn. Ta nhớ ơn Đức Phật là có bi trí vẹn toàn. Người con Phật nhớ ơn Phật trong đời sống là mình thể hiện từ bi hỷ xả. Người nào quy y Phật mà không thể hiện được thì ta xem như quy y không có ý nghĩa. Quy y Phật là mình phải tập hành theo hạnh bi đức, trí đức, tịnh đức của Đức Phật. Ba đức này phải tu tập mới đạt được, nhằm chuyển hóa niềm đau nỗi khổ.

Thứ hai quy y pháp là đạo chuyển mê khai ngộ, ly khổ đắc lạc. Chúng ta phải nhớ ơn Pháp bảo, vì pháp bảo có công năng khi hành theo chuyển hóa thay đổi trong cuộc sống tu hành. Quy y mà không thay đổi tâm tánh, phong cách oai nghi chánh hạnh thì như muỗng trong tô canh. Ở trong đạo mà còn nhỏ mọn, tỵ hiềm, tật đố, kiêu căng, tham, sân, si nhiều thì mình chưa đền ơn Pháp bảo. Quy y pháp là nương vào giáo pháp lời dạy để thay đổi cho tâm tánh hiều dịu. Tu là phải chuyển hóa thay đổi, chứ không chuyển hóa, thay đổi thì ý nghĩa quy y Pháp bảo không có giá trị. Cho nên, nhớ ơn Phật bảo, Pháp bảo là phải thực hành lời dạy của Ngài lúc viên tịch tại Kusinara.

Chúng tôi có dịp đi Ấn Độ nhiều lần, đến nơi Phật níp-bàn có tượng Phật dài 8m, nhưng khi tới đó vẫn nghẹn ngào rơi

lệ, xúc động vì mình thấy bậc Đạo sư của mình phi thường cao cả quá. Ngài bỏ cung vàng điện ngọc, đi đây đi đó, sống với cỏ cây trăng thanh gió mát, hoằng pháp suốt 45 năm, rồi tại nơi đây là nơi ngàn thu vĩnh biệt và để lại cho thế gian bài học cao thượng. Ngài không giảng chi nhiều, chỉ nói rằng cúng dường Như Lai cao thượng là thực hành giáo pháp của Như Lai, chớ nên dễ duôi. Trong toàn bộ di chúc của Phật tổ Gotama, Ngài không nói là cúng giỗ như thế nào, tạc tượng thế nào, xây chùa tháp thế nào mà chỉ nói hãy thực hành theo lời dạy của Như Lai.

Quy y tăng là bậc hoằng truyền chánh pháp, vô lượng phước điền. Hình ảnh Tăng bảo là hình ảnh giới thiệu ta thấy Phật pháp là gì. Cho nên, thấy ông sư mặc áo cà sa tu theo giới, định, tuệ thì chính vị này là hình ảnh cho ta biết người tu là vậy đó, tăng là vậy đó, Phật giáo là vậy đó. Cúng dường Tăng là ruộng phước không gì bằng. Cho nên, nhớ ơn ân đức Tăng, khi chùa có lễ bát hội thì quý vị sắm lễ phẩm cúng dường. Làm như vậy giúp ta bỏ đi tâm bỏn xẻn, ích kỷ, mà rộng mở tâm bố thí, và giúp ta thoát cảnh khổ. Đức Phật dạy do tâm bỏn xẻn, ích kỷ mà làm đời sống nghèo khổ. Rộng mở tâm bố thí vì đường tu bố thí đứng đầu, muốn thành Phật, thành thánh thì phải bố thí.

Ơ**n tổ quốc**: Mỗi người chúng ta có tổ quốc, có trú xứ an toàn, có ngôi chùa tổ chức lễ trong sự an bình, có nhà ở trong cảnh bình yên là nhờ ơn tổ quốc, chiến sĩ bảo vệ nơi biên cương vì nhờ những vị này mà ta có độc lập bình yên. Cho nên, đa số dịp này, ở các chùa có phát quà từ thiện, hình thức này cũng là hình thức nhớ ơn tổ quốc vì cũng góp phần với Chánh quyền địa phương giúp đỡ người khó khăn, đồng thời cũng là thể hiện lòng từ bi, bố thí của mình.

Hôm nay chúng tôi được trụ trì Thượng toạ Tuệ Quyền, cũng là vị huynh đệ cách đây 15 năm, bạn đồng tu và đồng học tại Học viện Phật giáo Việt Nam Tp. Hồ Chí Minh mời đến. Chúng tôi quyết định giảng một bài pháp ngắn về 4 đại ân: Tam Bảo, Cha mẹ, Thầy tổ, Tổ quốc nhằm đáp lại đức tin trong sạch của người Phật tử đối với ngôi Tam Bảo Chùa Quảng Nghiêm, đồng thời cũng là để chúng tôi đáp lại công đức các vị Phật tử đã dành thời gian quý báu đến đây cúng dường, trai tăng, đặt bát hội cho tăng già dịp Vu lan Báo hiếu, Phật lịch 2559. Cuối cùng xin tán dương công đức của quý vị và cầu nguyện hồng ân Tam Bảo gia hộ cho quý vị luôn được an vui trong Phật pháp, mọi việc hanh thông trong cuộc sống./.

7. VU LAN TRONG LÒNG NGƯỜI CON PHẬT[6]

Kính bạch TT Thích Huệ Thông (Uỷ viên Thư ký Hội đồng Trị sự GHPGVN, Trưởng ban Trị sự GHPGVN tỉnh Bình Dương), Chư tôn Thiền đức tăng (An cư Kiết hạ tại chùa Hội Khánh). Kính thưa chư Thiện nam Tín nữ Phật tử. Hôm nay, chúng tôi vô cùng hoan hỷ được ban tổ chức mời thuyết pháp trong không khí trang nghiêm, ấm áp của mùa Vu lan báo hiếu, chúng tôi sẽ giảng thời pháp về chủ đề 'Vu lan trong lòng người con Phật'. Trong đề tài này, chúng tôi đề cập đến 4 vấn đề: Chữ hiếu trong kinh tạng Pāli, chữ hiếu trong văn học Việt Nam, những tấm gương hiếu hạnh, và giải đáp những thắc mắc của quý vị Phật tử xoay quanh vấn đề giữ hiếu.

CHỮ HIẾU TRONG KINH TẠNG

Kính thưa toàn thể quý vị, cha và mẹ là hai đấng thiêng liêng mà trong cuộc đời chúng ta ai cũng có. "Tượng đài" cha mẹ đã đi vào tâm khảm chúng ta từ thuở còn thơ nên tiếng mẹ tiếng cha dường như nó ăn sâu vào trong tiềm thức. Sự gắn kết trong đời sống tình cảm từ thuở bé tới lúc trưởng thành bên cha mẹ nên cuộc đời của chúng ta là ảnh hưởng phần lớn từ cha mẹ về đạo đức, nhân cách, thói quen sinh hoạt trong đời sống thường ngày. Có điều nghiệt ngã là thân ta càng khôn lớn bao nhiêu thì cha mẹ càng lụi tàn theo ngày tháng bấy nhiêu, nó vận hành theo dòng sanh diệt. Đời người nằm

6. Giảng đường: chùa Hội Khánh Trụ sở GHPGVN Phật giáo tỉnh Bình Dương, ngày 9/8/2015.

trong quy luật sanh già bịnh chết. Cho nên chúng ta đều có những ngày tháng buồn, khổ, khóc, than thở cho sự ra đi của cha mẹ chúng ta. Đó là những ngày tháng đau buồn nhất, khổ luỵ nhất khi cha mẹ chúng ta không còn nữa. Trong kinh điển Pali, đức Phật dành nhiều gian để mô tả, tán dương công đức cha mẹ ở nhiều gốc độ khác nhau

Ân đức cha mẹ trong Tăng chi bộ kinh: Đức Phật có đề cập cha mẹ là vị **Trời Phạm Thiên**, là vị **Tiên Sư ban đầu**, là **Bậc đáng cúng dường**.

Tại sao Đức Phật nói cha mẹ là **Trời Phạm Thiên**? Vì trời Phạm thiên có 4 đức tính: từ, bi, hỷ, xả. **Tâm từ** là sự thương yêu, tâm bi là sự trắc ẩn trong lòng, tâm hỷ là vui thích, tâm xả là thông cảm và tha thứ khi con lầm lỗi. Cha mẹ có 4 đức tính này nên Phật ban cho cha mẹ là vị trời Phạm thiên. Cha mẹ luôn luôn thương yêu con. Người mẹ thương yêu từ lúc con còn nằm trong bụng rồi đến khi sanh ra, chăm sóc, ẵm bồng, nuôi nấng, rồi lớn lên phải tần tảo bán buôn, thức khuya dậy sớm. Cha phải vất vả quanh năm nuôi con. Cho nên sự trưởng thành của người con, cha mẹ có công vô cùng vô tận. Cha mẹ muốn con mình trưởng thành, học giỏi và có công việc ổn định, lập gia đình. Vì thương con nên cha mẹ không quản ngại vất vả, gian truân. **Tâm bi** là cha mẹ biết con mình có mệnh hệ gì dù chỉ là đứt tay, vấp té là trong lòng đau cả tâm can. Nhưng có thể thấy con người ta đau khổ nhiều hơn con mình nhưng con mình là số 1 nên con mình té là nhanh chóng chạy lại đỡ lên rồi đánh cục đá 1 cái. Để chi? Để con khỏi khóc. Nghĩa cử nhỏ nhưng thể hiện tình thương, sự quan tâm đặc biệt. Con mình đỗ đạt làm chức cao thì cha mẹ vui thích. Chúng tôi đi tu hơn 30 năm mà có những lần về

bên cha mẹ, bà cụ hơn 80 tuổi, thỉnh thoảng thấy bà khóc khi nhìn chúng tôi. Chúng tôi nhìn những giọt nước mắt bà khóc cũng rung động vì tình mẹ vĩ đại thiêng liêng quá. Còn tình cha thì sâu kín, ít nói nhưng có chiều sâu. Tình thương của người me bộc phát, hiển lộ bên ngoài, có thể thấy, có thể cảm nhận. Nhưng sự quan tâm chăm sóc của cha ẩn sâu bên trong, không thua không kém tình người mẹ. Cha mẹ mà biết con mình thành đạt giỏi thì mừng lắm, đó là biểu lộ **tâm hỷ**. Nếu biết con mình có lỗi lầm thì cha mẹ cũng tha thứ, **tâm xả**. Tóm lại cha mẹ luôn có lòng từ bi hỷ xả đối với con nên được đức Phật phong tặng cha mẹ là bậc Trời Phạm Thiên là vậy.

Cha mẹ là bậc **Tiên Sư ban đầu** vì tuổi thơ chúng ta gắn liền với cha mẹ từ tiếng thưa, tiếng dạ và tiếng nói bập bẹ đầu tiên. Là vị giáo sư ban đầu, cha mẹ dạy ta cách đi đứng nằm ngồi, dạy ăn mặc, lễ nghĩa và cách sống đạo đức. Những ngày chúng tôi còn nhỏ, lẫm chẫm đi theo mẹ vào chùa lạy Phật, dạy lấy tiền để vào trong thùng phước điền. 11 tuổi chúng tôi đã vào chùa, mặc dù thời gian ở bên cha mẹ không nhiều nhưng nhớ mãi có lần chúng tôi hỏi mẹ rằng để tiền vào thùng phước điền để làm chi, mẹ cho con tiền ăn cà lem ít quá nhưng sao để trong thùng phước điền nhiều vậy? Câu hỏi ngây ngô nhưng cũng được đáp lại rất tử tế. Mẹ chúng tôi nói rằng thùng phước điền để nuôi tăng, lo cho Tam Bảo, mà bố thí cho đại chúng tăng có phước nhiều, đức nhiều. Những câu dạy của người mẹ hơn 30 năm rồi nhưng kỷ niệm này không bao giờ quên. Phong cách sống của người con ảnh hưởng bởi người mẹ, người cha rất nhiều. Cho nên đối với con mình, quý vị phải thật thận trọng, từ lời ăn tiếng nói, nụ cười, ánh mắt ảnh hưởng đến con cái nhiều. Cách đây 5 tháng, chúng

tôi có dịch quyển sách "Hãy thương yêu con đúng cách" của nhà sư người Thái viết dày khoảng 500 trang có từng tiêu đề nhỏ được phát thanh trên đài tiếng nói Thái vào mỗi buổi sáng. Sau này, 1 vị tướng cảnh sát Thái hiện đang sống ở Mỹ đã tình nguyện dịch sang tiếng Anh để phổ biến. Chúng tôi có duyên lành có tác phẩm đó và dịch sang tiếng Việt và có nhờ các vị trong đài truyền hình Thành phố Hồ Chí Minh đọc để phổ biến dưới dạng sách nói cho những ai không có điều kiện đọc sách có thể nghe. Nội dung nói về bổn phận của cha mẹ đối với con và con đối với cha mẹ. Điều hay là đã chứng minh sự di truyền học dưới dạng tâm lý học Phật giáo, trong thời gian mang thai mà cờ bạc thì con sanh ra thích cờ bạc. Nếu ghen chồng, nóng nảy quá, giận hờn, khó ưa quá thì dòng máu đó nuôi đứa con và khi bé sanh ra sẽ hiếu động hung dữ, bộc trực, phá phách. Người mẹ trong lúc mang thai biết tu, giữ giới, nghe pháp, đi chùa, sống yên lặng trong Phật pháp thì khi sanh con ra khôi ngô, tuấn tú, hiền lành, đức độ. Đứa con chúng ta nuôi bởi dòng máu, tâm tánh nên ảnh hưởng tánh tình, nhân cách sống của ta rất nhiều. Khi tuổi nhỏ, nó sẽ bắt chước những điều cha mẹ làm. Cho nên, nói chơi, nói điều không hay, hay là những chuyện của người lớn thì không nên nói cho các con nhiều. Mình phải giao tiếp, nói chuyện với các con những tấm gương tốt, tấm gương nhân tài phấn đấu thành người tài trí cho xã hội và đạo pháp. Hạn chế nói những tiêu cực xã hội. Chắc chắn rằng khi lớn lên theo ngày tháng, chính nhờ xã hội nó sẽ trưởng thành lớn mạnh. Người cha mẹ có tâm hỷ xả đối với con rất cao. Con cái mà không theo ý cha mẹ thì ông bà bực bội, khó chịu nhưng khả năng tha thứ cao.

Quý vị đi chùa cúng dường Chư tăng, Tam Bảo nhưng thế nào thì cha mẹ ở nhà phải được cúng dường như thế đó bởi cha mẹ là **Bậc đáng cúng dường**. Do đó, mùa Vu lan báo hiếu này, nếu quý vị còn cha mẹ thì nhớ mua quà cáp về cúng dường. Nếu ông bà thích mặc đẹp thì mua bộ đồ đẹp cúng dường cho ông bà như cúng pháp y chư tăng. Nếu cha mẹ thích ăn ngon thì kiếm nhà hàng nào ngon mời cha mẹ đi ăn. Nếu cha mẹ thích du lịch thì mua vé du lịch cho ông bà đi chơi cho vui. Có nghĩa là mùa Vu lan mình làm cái gì đó cho cha mẹ vui, cha mẹ thích, một món quà, nghĩa cử, lời chào hỏi, lễ phép khiêm cung cũng đủ cúng dường cha mẹ. Cuộc đời cha mẹ thường cho đi mà ít bao giờ nhận lại. Tuổi cha mẹ càng về chiều thì thường về ở với con trai, con trai còn con dâu, nếu ở con gái thì con rể. Có những lúc con mình quên bổn phận, thiếu trách nhiệm cũng làm cha mẹ buồn lòng khổ lắm, nhiều khi nuốt miếng ăn của tụi nó trong sự nghẹn ngào. Nhiều khi tụi nó đối với người yêu thì nói văn chương chữ nghĩa rất hay, còn đối với cha mẹ thì cộc lốc. Đến bữa ăn: "ba cơm, má cơm" hết. Cho nên người con phải biết cha mẹ cũng chính là tài sản của con cái. Mình phải biết thừa hưởng xứng đáng vì cuộc đời có vay có trả. Mình xưng hô kém lễ phép, kém lịch sự, kém hiếu lễ là lỗi đạo. Người tu phải có tâm hiếu đối với cha mẹ dù cho hoàn cảnh sống có bị tha hương gian khổ, vất vả cũng phải có lòng hướng về cha mẹ.

Ân đức của cha mẹ t**rong kinh tạng:** ân đức cha mẹ như **trời cao** khó với, như đất rộng khó đo, có cõng cha mẹ trên vai đi cả cuộc đời thì cũng chưa báo đáp được thâm ân cha mẹ đối với mình. Đức Phật nói là sữa mẹ mà chúng ta uống trong suốt tiến trình sanh tử luân hồi nhiều hơn nước 4 biển đại

dương. Câu này có ý ám chỉ đường sanh tử luân hồi chúng ta dài vô cùng vô tận mà đường dài như vậy thì người mẹ, người cha gắn liền với ta. Sữa mẹ mình uống để nuôi sự sống của mình nếu có chỗ chứa nhiều hơn 4 biển: Thái Bình Dương, Đại Tây Dương, Bắc Băng Dương, Ấn Độ Dương. Quý vị mà có nhìn biển cả thì mới thấy sự mênh mông của biển cả. Biển Vũng Tàu chỉ là eo biển nhỏ thôi, muốn nhìn biển bao la rộng lớn phải qua Tiểu bang California. Trong 4 biển trên thế gian này thì biển Thái bình dương là lớn nhất dài nhất rộng nhất. Chúng ta đứng nhìn biển từ trên bờ biển mới thấy sự hùng vĩ mênh mông bao la, nước biển mênh mông. Vậy mà Đức Phật nói sữa mà mình uống có chỗ chứa thì nhiều hơn nước 4 biển đại dương ám chỉ dòng ái, luân hồi, vô minh trong suốt quá trình sanh tử luân hồi quá dài.

Nhưng đức Phật nói là chúng ta trả ơn cha mẹ chúng ta không chỉ về vật chất: phải lo tắm giặt, ăn uống, tiện nghi cho cha mẹ; mà còn phải về tinh thần: là đừng làm cho cha mẹ ta buồn lòng. Sau khi cha mẹ qua đời, ta làm phước, bố thí, ngồi thiền, niệm Phật để hồi hướng phước cho cha mẹ. Điều quan trọng nữa là nếu cha mẹ chưa có lòng tin Tam Bảo thì ta an trú cha mẹ vào Tam Bảo, nếu chưa biết giữ giới thì hướng lòng tin vào việc giữ giới, nếu có ác tà kiến thì hướng dẫn thấy chánh kiến, nếu không có tuệ giác thì hướng vào tuệ giác để tu đến giải thoát. Nếu người con an trú cha mẹ vào lòng tin giới, thiền thì chúng ta trả hiếu cho cha mẹ ta rất cao cả. Cha mẹ chưa biết đạo mà mình biết đạo thì độ khó lắm, không đơn giản đâu. Nhiều khi người ngoài độ dễ nhưng người thân trong gia đình khó độ lắm, nếu độ được thì phước đức mình cao chứ không đơn giản vì khó mà làm được mới hay.

Chúng tôi đi tu 30 năm, sau đó có về quê, bà ngoại cho 1 miếng đất, chúng tôi xây 1 ngôi chùa cho chư tăng ở, mỗi tháng có tổ chức khóa tu thiền niệm Phật một lần. Mỗi lần tổ chức khóa tu có nhiều người đến tu làm cho làng đó sầm uất lên, người ta hiền lại, chôm chôm trúng mùa, trúng giá. Người dân ở đó thật hoan hỷ. Xây chùa xong thì ông bí thư xã trúng số độc đắc nên làng xóm đồn chùa linh. Người ta đi chùa nhiều nên có điều lạ, có người trúng số, người gặp hên thì lại liên quan chùa mình nhiều. Họ đến tu làm công quả, tạo sự phát triển cho chùa, có nhiều công đức nên trồng nhãn trúng nhãn, trồng chôm chôm trúng chôm chôm, người mua vé số thì trúng vé số. Nhờ phép lạ tâm linh, phước đức là điều kiện tốt nhất nhiếp phục quyến thuộc. Như vậy, quyến thuộc mình quý trọng mình nhiều hơn rồi từ chỗ đó hướng dẫn quy y, thọ giới, biết làm phước bố thí. Cho nên trong mùa Vu lan, chúng tôi muốn quý vị mua quà cúng dường cho ông bà. Quý vị nào cha mẹ chưa biết đạo thì cố gắng dùng công lực của mình tiếp độ ông bà. Có nhiều ông cụ chưa biết đạo thì cố gắng tiếp độ bằng cách gần gũi ông bà. Thật ra, chúng ta biết lễ phép, nói những gì hợp lẽ phải và thật tế nhị mới hướng dẫn ông bà được vì ông bà sanh mình ra, hay mình nhờ thầy nào đó uy tính, đức độ, nhờ bô lão trong làng, người thân biết đạo thành đạt uy tín trong đạo trợ duyên tiếp độ. Nếu mình tiếp độ không được thì mình cứ sống tốt với ông bà, ông bà không đồng ý quy y bây giờ thì thôi. Chứ về mà lên mặt hướng dẫn ông bà đi chùa tu, làm thiện thế này thế nọ mà tâm tánh mình chưa thuần, còn bộc trực quá, còn sân quá, còn ích kỷ quá thì không thuyết phục được cha mẹ đâu. Mình đi chùa sao cho tâm tánh mình thuần, nhẹ nhàng, mát mẻ, bao dung chính là đức hạnh mình nhiếp phục gia đình. Cha mẹ

chỉ cần nhìn mình thoải mái, nhẹ nhàng thì đó là cách độ cha mẹ. Còn cha mẹ đã biết đạo rồi thì mình đi chùa có những cái hay, bài giảng hay, sách hay, hình có ý nghĩa thì mình đem về tặng ông bà. Trong kinh pháp cú có dạy:
"Vui thay phụng dưỡng mẹ cha
Sa môn phụng dưỡng được rày vui hơn
Vui thay phụng dưỡng thánh nhân
Thế gian tắm gội nguồn ân suối lành".

Niềm vui của người con là biết phụng dưỡng cha mẹ. Cho nên quý vị nào còn cha mẹ thì nên phụng dưỡng, nên lễ phép, nên cung kính và đừng làm cha mẹ buồn lòng. Cha mẹ của mình nhờ gì thì sẵn sàng ưu tiên số 1. Làm vậy mới là vui thay phụng dưỡng mẹ cha. Có thể chúng ta không sống bên cha mẹ, phải đi làm mưu sinh ở xa nhưng phải có sự quan tâm. Sa-môn là người xuất gia, mình phụng dưỡng thì phước vô lượng vô biên. Người xuất gia là bỏ gia đình, sống không gia đình, đem lại lợi ích cho nhiều người nên mình giúp đỡ, phụng dưỡng, cúng dường thì phước vô lượng vô biên. Thánh nhân đây là người tu đắc thiền, đắc thần thông và người mà có đắc tu đà hườn đến A la hán. Chúng ta cúng dường cho bậc thánh này cũng có phước vô lượng vô biên. Vậy là phụng dưỡng mẹ cha, sa-môn, thánh nhân là nguồn phước báu vô cùng vô tận.

Có hiếu sanh Thiên: Trong ngày 14 hàng tháng, các hoàng tử của Tứ thiên vương đi thống kê có bao nhiêu người bất hiếu, có bao nhiêu người có hiếu. Khi về cung trời Đạo Lợi, các vị này trình báo cho đại hội ở hội trường Sudhamma của chư thiên Đạo Lợi. Nếu báo cáo có ít người con hiếu thảo thì chư thiên buồn bả và A tu la vui mừng reo hò. Ngược lại,

nếu thống kê báo cáo người hiếu nhiều hơn những người bất hiếu thì chư thiên vui mừng reo hò và A tu la buồn bả. Tại sao vậy? Vì người có hiếu sẽ sanh làm chư thiên nên chư thiên vui mừng dân số chư thiên tăng thêm; Người bất hiếu sẽ sanh làm A tu la, nên A tu la mừng vì dân số hội chúng tăng thêm. Ở đây ám chí là vì vô minh và ái trong cõi nên sanh tử luân hồi triền miên.

Hiếu tử: Bà-la-môn Matapotaka thưa Thế Tôn tôi tìm thức ăn khất thực theo thường pháp để nuôi dưỡng cha mẹ. Đức Phật tán thán và Ngài dạy điều đó có nhiều công đức bằng bài kệ như sau:
"Người nào theo thường pháp
Nuôi dưỡng mẹ và cha
Chính do công hạnh này
Đối với cha và mẹ
Nhờ vậy bậc hiền thánh
Trong đời này tán thán
Sau khi chết được sanh
Hưởng an lạc chư thiên
Bậc hiền trí tuyên bố."

Bậc hiền trí là những người thông thái có đức hạnh. Đức hạnh của họ dựa trên ba pháp thiện bố thí, xuất gia và hầu hạ cha mẹ già. Chúng ta cần phải lưu ý, bậc Hiền trí còn phải phụng dưỡng cha mẹ già. Thế nên chúng ta không thể nào xao lãng pháp cung kính, nuôi dưỡng, chăm sóc, hầu hạ, vâng lời cha mẹ còn tại tiền. Cha mẹ còn tại tiền đó là điều phước đức cho chúng ta thể hiện hạnh báo hiếu.

Vì sao cha mẹ muốn sanh con trai: Trong tăng chi bộ kinh, đức Phật dạy có năm lý do cha mẹ muốn sanh con trai: được

giúp đỡ, sẽ giúp đỡ; sẽ làm công việc; duy trì lâu dài truyền thống gia đình; tiếp tục di sản thừa hưởng; sẽ cúng dường, hiến vật cho các hương linh mệnh chung. Trong kinh tạng Pāli, đức Phật dạy **có ba hạng con trai**: Ưu sanh (cha mẹ không quy y, không có ngũ giới, con lại quy y có ngữ giới), Tùy sanh (cha mẹ có quy y, có ngũ giới, con quy y, có ngũ giới), **Liệt sanh** (cha mẹ có quy y, có có ngũ giới, con không quy y không có ngũ giới).

Dù gái hay trai, con nào cũng là con: Hôm nọ, vua Ba-Tư-Nặc đến thăm đức Phật ở Đông Phương tự. Trong khi đàm đạo với đức Phật có một người thân tín trong hoàng gia đến báo tin cho nhà vua rằng hoàng hậu Mallika hạ sanh một người con gái. Khi nghe tin này, nhà vua không vui. Nhân dịp này, đức Phật thuyết một bài pháp cho vua Ba-Tư-Nặc có đoạn kệ như sau:

"Nay nhân chủ ở đời
Có một số thiếu nữ
Có thể tốt đẹp hơn
So sánh với con trai
Có trí tuệ giới đức
Khiến nhạc mẫu thán phục.

Rồi sinh được con trai
Anh hùng quốc sĩ
Người con trai như vậy
Của người vợ hiền đức
Thực chứng là đạo sư
Giáo giới cho toàn quốc".

Qua đoạn kệ trên, chúng ta thấy đức Phật quá bình đẳng, không nặng nề nòi giống và giai cấp. Đối với Ngài dù nữ hay

nam nếu có đạo đức tốt, lòng tin cao quý, trí tuệ thông thái đáng người kính trọng, noi theo.

Mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái: Trong Trường Bộ Kinh, đức Phật có dạy cha mẹ có 5 bổn phận đối với con: ngăn con làm điều ác, hướng dẫn con làm điều thiện, dạy con nghề nghiệp, cưới vợ cho con, đúng thời trao của cải. Đồng thời người con cũng có 5 bổn phận: nuôi dưỡng cha mẹ già, làm công việc cho cha mẹ, gìn giữ truyền thống, bảo vệ tài sản, lo hậu sự cho cha mẹ.

Trả hiếu cho cha mẹ mãi mãi là chưa đủ: Đức Phật dạy có 2 hạng người khó tìm là người biết ơn và người biết đền ơn. Cha mẹ của ta nếu cõng trên vai cả trăm năm cũng chưa trả hết hiếu. Khi xoa bóp tắm rửa, dầu cha mẹ có tiểu tiện trên người chúng ta cũng chưa trả hết hiếu. Ngay cả khi tôn vinh cha mẹ vào quốc độ tối thượng uy lực, dâng lên cha mẹ 7 báu vật cũng chưa trả hiếu. Vì sao? Vì không có cha mẹ thì không có chúng ta.

Báo hiếu công ơn cha mẹ trọn vẹn nhất chính là hướng cho cha mẹ có lòng tin vào Tam Bảo, quy y Tam Bảo nếu cha mẹ chưa qui y. Nếu cha mẹ chưa biết bố thí, hướng cha mẹ biết bố thí. Nếu cha mẹ theo ác tuệ, hướng cha mẹ có trí tuệ. Làm đủ những điều trên đó là người con có hiếu với cha mẹ thật sự.

CHỮ HIẾU TRONG VĂN HỌC VIỆT NAM

Trong ca dao tục ngữ Việt Nam có nhiều câu cao dao ca ngợi tình cha, nghĩa mẹ. Thường chúng ta có nghe:
"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.”

Hồi nhỏ ai đi học cũng thuộc lòng câu này, nhưng có điều là núi Thái Sơn thì ở Trung Quốc, Việt Nam ta có núi cao hơn núi Thái Sơn đó là Phanxipang ở các tỉnh phía bắc. Cho nên câu này phải đổi lại là “Công cha như núi Phanxipang. Người Việt Nam phải dùng núi Việt Nam chứ. Câu này nói lên là dòng văn học dân gian cũng tô đậm tình cha tình mẹ. Tình cha được ví như núi. Tình mẹ ví như nước trong nguồn chảy ra. Nên tình mẹ thấy ngọt ngào, đầm ấm, nhẹ nhàng, thiêng liêng giống như dòng nước. Tình cha như núi cao bóng cả.

Có câu:
“Nước biển mênh mông không đong đầy tình mẹ
Mây trời lồng lộng không phủ kín công cha”
Ở câu này ví giống như người cha là mây giữa trời đất lồng lộng, ví tình mẹ thiêng liêng như nước biển.

Lại có câu:
“Tu đâu cho bằng tu nhà
Thờ cha kính mẹ mới là chân tu”.
Nếu chúng ta đi tu mà chúng ta không có hiếu với cha mẹ thì lỗi đạo. Quý vị là người Phật tử quy y lâu năm mà bất kính cha mẹ, không làm tròn bổn phận với cha mẹ thì cũng lỗi đạo. Người xuất gia mà không hiếu với cha mẹ, bất kính với cha mẹ, làm thiếu trách nhiệm với cha mẹ thì sự xuất gia mình thiếu ý nghĩa vì tâm hiếu là tâm Phật, hạnh hiếu là hạnh Phật. Ở câu này ám chỉ nếu mình không xuất gia chúng ta ở nhà thì người ở nhà nếu biết thờ cha kính mẹ thì cũng là bậc chân tu. Chúng ta không đủ duyên xuất gia thì cũng phải lo cho ông

bà, phụng dưỡng chăm sóc.

"Đói lòng ăn hột chà là
Để cơm nuôi mẹ, mẹ già yếu răng"

Quý vị có biết hột chà là không? Chà là bên Ấn nhiều lắm nhưng có điều hột chà là bên Ấn khác với bên Châu Phi, Châu Mỹ, Pháp. Hột chà là ăn bùi bùi, ngọt ngọt nhưng cũng không ăn hoài như ăn cơm được. Đối với người Việt, cơm là món ăn chính hằng ngày. Người giàu hay nghèo gì cũng phải ăn cơm để sống. Câu này ám chỉ là trong đời sống khó khăn, mình nhường phần cơm của mình cho mẹ ăn, còn mình ăn hột chà là cho qua cơn đói.

"Công cha nghĩa mẹ cao vời
Nhọc nhằn chẳng quản suốt đời vì ta
Nên người con phải xót xa
Đáp đền nghĩa nặng như là trời cao."

Công cha nghĩa mẹ quá tuyệt vời. Suốt cuộc đời mình, ngoài thời gian cho cuộc sống, cho mưu sinh thì mình phải dành trọn thời gian của mình cho cha mẹ. Nuôi cha mẹ không phải đơn giản. Có nhiều ông cụ khó tánh. Ở chùa chúng tôi có ông cụ con chủ đất chùa hơn 80 tuổi có đứa con rất dễ thương ở bên cạnh nuôi ông. Ông bịnh, con ông đưa vô bịnh viện ở khoảng 1 tuần thì cụ về. Ông muốn uống thuốc thì uống, không thì thôi, mặc kệ lời dặn của bác sĩ, ông cụ bảo rằng tao không uống thuốc mà bắt tao uống là bất hiếu. Nhiều khi con cái chăm sóc nhưng ông bà không cho. Người lớn tuổi như vậy tự nhiên đâm ra khó chịu, cho nên người con nuôi cha mẹ già phải hiểu tâm lý, không tự ái, tự ái thì lo không được.

"Có con mới rõ sự tình

Xưa kia thầy mẹ thương mình thế nao."
Quý vị nào có con rồi mới hiểu được tình thương cha mẹ. Chúng tôi không hiểu gì hết, phải có con mới hiểu. Chúng tôi không có con nhưng có đệ tử. Đệ tử ở góc độ nào đó cũng như con, cũng phải dạy đạo hướng dẫn học, cho tiền đi học hết phổ thông rồi đại học, cao học, có chùa cũng cử đi làm Phật sự chỗ này trụ trì, chỗ kia quản lý. Từ ngày xuất gia tới giờ, chúng tôi có khoảng hơn 150 tăng ni xuất gia cũng như có 150 đứa con, nhiều hơn quý vị phải không? Có ai ở đây hơn 150 đứa con không? Con càng nhiều mà mình biết đầu tư lo hướng thiện, chăm sóc, dạy dỗ để trưởng thành trong đường đạo là cực kỳ khó. Con quý vị sinh con ra nên quý vị thương con là chuyện bình thường. Con chúng tôi không sinh ra nhưng lại phải thương vì những người này là người xuất gia mà mình lo cho thành tài, tu tốt sẽ làm lợi ích cho nhiều người thì phước nhiều, đức nhiều. Mỗi vị tăng ni xuất gia tốt, tu tốt, học giỏi, làm Phật sự hay thì làm lợi ích cho đa số. Nhiều khi đông đệ tử thì phiền não nhưng tâm phải làm sao cho yên, phải vững tâm, phiền não đến thì để phiền não đi. Mình lo cho đệ tử nhưng đừng để tâm mình ái quá, đừng để bản ngã mình vào trong đó thì đâm ra mình đau khổ. Mình thương thì mình lo, mình thương đây là thương cho đạo Phật. Mình nuôi tăng chúng, hướng dẫn tăng đúng chánh pháp là lợi ích cho Phật giáo ta, là lợi ích cho số đông, chứ không cho bản thân mình, cho ông thầy trụ trì hay cho vị sư này sư nọ. Đạo muốn trường tồn phải có các tăng có tâm cao, có trí tuệ.

"Lên non mới biết non cao
Nuôi con mới biết công lao mẹ hiền."
Mình có nuôi con mới biết tình người mẹ thiêng liêng, tình mẹ

chất chứa trong cuộc sống này, tình mẹ là trời cao khó với.

"Khi con biết đòi ăn
Mẹ là người mớm cho con muỗng cháo
Khi con biết đòi ngủ bằng tiết tấu
Mẹ là người thức hát ru con
Bầu trời trong mắt con ngày một xanh hơn
Là khi tóc mẹ ngày thêm sợi bạc
Mẹ đã trở thành hiển nhiên trong trời đất
Như cuộc đời không thể thiếu trong con
Nếu có đi vòng quả đất tròn
Người mong con mỏi mòn
Chắc không ai ngoài mẹ
Cái vòng tay mở ra từ tấm bé
Cứ rộng dần theo con trẻ lớn lên
Mẹ là người đặt cho con cái tên riêng
Trước cả khi con biết bật nên tiếng mẹ."

Lòng mẹ thiêng liêng, sống động và gần gũi với chúng ta trong suốt quãng đời. Thuở còn thơ người đã cho chúng ta ăn, tắm, mặc, ru ngủ. Theo tháng rộng năm dài, chúng ta lớn lên, tình thương, kiến thức, lẽ sống, địa vị của chúng ta đều do cha mẹ tác tạo. Càng trưởng thành khôn lớn bao nhiêu chúng ta mới thấy tình của cha mẹ đối với chúng ta quả thật cao vời vợi như đỉnh núi tuyết sơn, sang và đẹp như trăng rằm trên bãi bể. Càng đi xa và giao thiệp nhiều, chúng ta mới cảm nhận không ai tốt bằng mẹ cha. Hạnh phúc thay khi chúng ta còn cha và mẹ.

"Còn cha gót đỏ như son,
Mai sao cha mất gót con đen xì".
Ám chỉ những đứa con cha còn sinh tiền thì sung sướng, hạnh

phúc. Nhưng buồn thay, cha đã vắng bóng, người con trở nên cực khổ, gian truân, lam lũ.

"Còn cha còn mẹ thì hơn
Mất cha mất mẹ như đờn đứt dây."
Đờn đứt dây là đơn câm. Câm thì không có âm thanh, trở thành vô nghĩa. Dù mình khôn lớn bao nhiêu nhưng khi cha mẹ mất thì chúng ta trở nên cô đơn và buồn chán.

"Mẹ còn con còn tất cả
Mẹ đi rồi tất cả cùng đi
Mẹ ơi con chẳng còn gì
Bơ vơ đến cả khi đi lúc về".
Sự cô quạnh khi mình thiếu mẹ. Nhiều khi mẹ hiện hữu trong nhà, tuổi già sức yếu không làm gì nhưng sự hiện hữu là bóng mát đại thụ. Khi ông bà mất thì là sự trống vắng rất lớn không gì bù đắp được. Nếu có gì xảy ra thì một mình một bóng mình tự xử, còn cha mẹ thì có lời khuyên động viên khích lệ làm sức mạnh để tiến bộ.

"Lên chùa thấy Phật muốn tu
Về nhà thấy mẹ công phu không đành".
Quý vị có thấy vậy không? Chứ không phải lên chùa thấy Phật muốn tu về xin tu luôn.

"Nếu mình hiếu kính mẹ cha
Thì con cũng hiếu với ta khác gì.
Nếu mình ăn ở vô nghì
Đừng mong con hiếu làm gì hoài công"
Câu này tuyệt vời ở chỗ là nói lên tính nhân quả nghiệp báo. Nếu mình bất hiếu với cha mẹ thì sau này con mình bất hiếu

với mình y vậy. Cho nên đạo Phật là đạo nhân quả, nói lên sự thật. Mình có hiếu, kính trọng cha mẹ thế nào thì con cái mình kính mình thế đó.

NHỮNG TẤM GƯƠNG HIẾU HẠNH

Có những tấm gương mà chúng tôi nhắc lại để quý vị ôn lại, nhất là gương Đức Phật Thích Ca. Lúc Đức Phật thành đạo khoảng 7 năm thì vua Tịnh Phạn bịnh. Đức Phật trở về hoàng cung chăm sóc vua cha. Vào dịp này, Ngài thuyết pháp giảng đạo cho cha và đã độ cho cha đắc đạo A la hán. Khi vua cha băng hà, Ngài khiêng quan tài đi thiêu. Trong lịch sử, vào hạ thứ 7 Ngài nhập hạ trên cung trời Đạo Lợi thuyết tạng Diệu Pháp độ Phật mẫu vì sau khi sanh Ngài ra thi mẹ Ngài mất và sanh lên cõi trời. Ngài lên đó giảng pháp độ mẹ, với tác ý là trả hiếu cho mẹ.

Ngài Xá Lợi Phất là vị đại trí tuệ, tướng quân chánh pháp, khi gần tịch diệt thì xin Phật cho về nhập níp-bàn (nibbanā) tại nhà với tác ý độ mẹ vì mẹ Ngài tu theo Bà-la-môn không tin Phật giáo. Trong đêm trước khi níp-bàn các vị thiên trong thế giới biết ngày mai Ngài tịch diệt nên đến thăm từ biệt. Ngài dùng thần thông cho mẹ thấy cảnh các phái đoàn xuống đảnh lễ, đầu hôm là Tứ Thiên Vương rồi đến vua trời Đế Thích rồi các Phạm thiên, v.v. Khi vị phạm thiên xuống từ giã thì hào quang sáng hơn, 4 mặt, nên mẹ Ngài ở trong nhà nhìn thấy là ông này hồi xưa mình thờ ổng, lạy ổng mỗi ngày, ổng là giáo chủ mà lạy con mình là sao. Bà ngồi trong phòng thấy cảnh đó. Cho nên đến gần sáng thì bà hỏi Ngài Xá-Lợi-Phất: có thể tường thuật cho mẹ biết hôm nay là ngày gì mà nhà mình ngoài con và đệ tử con về đây lại có nhiều phái đoàn chư

thiên đến tiễn biệt hầu hạ con? Ngài Xá-Lợi-Phất nói sáng hôm nay con xả thân nhập níp-bàn nên các vị Thiên Vương ở Đạo Lợi, Đế Thích, Đại Phạm Thiên xuống tiễn biệt. Bà nghe như vậy thì vô cùng sung sướng vì giáo chủ mình còn kính nể con mình như vậy thì mình có mắt như mù, có tai như điếc, có kim cương thật quý trong nhà mà từ trước đến nay không biết. Lúc đó, Ngài thấy mẹ tín tâm như vậy liền thuyết bài pháp nói về sự mong manh tạm bợ của tam giới, chỉ có níp-bàn thoát tam gới. Sau khi nghe, bà chứng đắc đạo quả và chấp tay xin quy y Phật tổ. Chúng tôi nhắc để thấy những người xuất gia đắc đạo rất quan tâm chữ hiếu và cũng trả hiếu cho cha mẹ.

Ở Việt Nam, có vua Tự Đức cũng là người con có hiếu. Mỗi ngày chẵn, ông đến thăm mẹ, ngày lẻ làm việc triều chính. Ông có quyển sổ để mỗi khi đến thăm mẹ, nghe mẹ nói gì thì chép vào. Đó là tâm gương quý giá, rất hay, đáng cho chúng ta học theo. Nhà thơ Nguyễn Đình Chiểu là người chí hiếu. Khi hay tin mẹ mất, ông bỏ thi về chịu tang mẹ, thương quý mẹ đến nỗi khóc mù cả mắt. Còn rất nhiều tấm gương, nhiều hình ảnh nói lên chữ hiếu trong cuộc sống. Mỗi người có sự báo đáp khác nhau và trả hiểu khác nhau. Cách nào cũng được nhưng phải có lòng. Đó là sự báo đáp.

Trong 7 pháp sanh làm trời Đế Thích có pháp báo hiếu. Người không có hiếu thì không bao giờ sanh thiên. Như vậy, muốn sanh làm người, làm thiên thì phải có hiếu. Người không có hiếu thì sanh 4 ác đạo. Người có hiếu sanh thiên, làm người chứng đạo quả.

Nhắc lại như vậy để thấy được tầm quan trọng và sự công

phước của cha mẹ là vô cùng vô tận, phận làm con phải đáp đền báo ơn. Có những người hỏi chúng tôi là ở trong đạo Nho nói là sống xa cha mẹ thì bất hiếu, chúng con đi làm xa, bộ đội sống ở biên cương biên giới có bất hiếu hay không? Đạo Nho nói mình sống xa cha mẹ không chăm sóc, cha mẹ chết không về chịu tang thì bất hiếu. Nói theo lăng kính đạo Nho thì người xuất gia cũng bất hiếu luôn. Vì đạo Nho đưa lên tiêu chí khắt khe như vậy để mỗi người con phải có trách nhiệm, nghiêm khắc như vậy thì con người có dễ duôi thì vẫn còn có tâm. Cho nên không bác Nho. Nhưng ở góc cạnh nào đó, Đức Phật nâng chữ hiếu cao hơn là mình đi tu làm tốt đời đẹp đạo vẫn hiếu, bộ đội biên phòng, biên giới có trách nhiệm đối với quốc gia dân tộc, họ hi sinh như vậy cũng là trả hiếu. Dù sống nơi xa xôi cũng hỏi thăm, vẫn có trách nhiệm chứ sống bên cha mẹ không có tâm cung kính, không hiếu thảo, làm ông bà bực mình khó chịu thì còn bất hiếu hơn. Gần gũi cha mẹ cũng là đại hiếu, mà không khéo thì trở thành bất hiếu, quý vị lưu ý điều đó.

HỎI ĐÁP

Câu hỏi 1: Cha con đã mất, con muốn đền đáp công ơn, con phải làm gì? Có phải cúng đám giỗ cho lớn là có hiếu không?

Trả lời: Nếu cha mất thì theo chúng tôi cái chính của cách trả hiếu là quý vị phải tụng kinh cho nhiều, có quyển kinh cầu siêu tụng cho ông, ngồi thiền nhiều để hồi hước phước, ăn chay niệm Phật nhiều hồi hướng phước. Người chết cần phước, chúng ta muốn có phước thì phải tu. Cúng đám giỗ lớn, đãi xóm làng hàng xóm nhiều thì giết mổ nhiều. Thường ở dưới quê, mỗi lần cúng đám giỗ thì hay giết mổ. Người ta

cúng chay thì hạn chế giết mổ nhưng cúng chay thì mấy ông đàn ông không chịu vì ổng nhậu không à, nhìn chay thấy hết cảm xúc. Nhưng kệ đi, người ta cúng đám giỗ lớn mà giết mổ như vậy thì làm tội chính mình và cộng nghiệp người chết. Cúng lớn thì nên mời thầy đến trai tăng cầu siêu, cúng thức ăn để hồi hướng phước cho cha mẹ. Cha mẹ sanh cảnh giới khác thì có thức ăn của họ. Người có thức ăn của người, thú có thức ăn của thú, ngạ quỷ có thức ăn của Ngạ quỷ, A tu la có thức ăn của A tu la, chư thiên có thức ăn của chư thiên. Người chết đã tái sanh cảnh giới khác rồi. Nếu làm tốt, hành thiện thì sanh làm người; Làm xấu, hành ác thì sanh là thú, quỷ, A tu la; Người tham sân si, chết sẽ sanh vào cõi địa ngục, bốn đường ác đạo. Cúng đây là mình hướng lòng mình về cha mẹ. Nếu muốn cha mẹ có phước thì tụng kinh, ngồi thiền, niệm Phật rồi hồi hướng phước đó cho ông bà. Nếu ông bà không hưởng được thì cũng thuộc về mình hưởng. Người tu làm gì cũng phải hiểu ý nghĩa và hành cho đúng.

Câu hỏi 2: Nếu cha mẹ mất, tuần thất đầu đến 49 ngày cầu siêu, ngoài ra thì tụng kinh gì là quan trọng cho người chết vãng sanh?

Trả lời: Có 2 nguồn kinh điển, nguồn kinh điển Nguyên thủy của Pāli tạng thì người chết vừa tắt thở thì tái sanh liền; nguồn kinh điển Hán tạng thì chết xong từ tuần 1 đến 7 thì chúng sinh còn lẩn quẩn chờ đến 49 ngày mới đi nên mới có cúng thất. Chúng ta tìm hiểu kỹ thì thấy là khả năng đúng sai ở đây mình không quan tâm vì có 2 nguồn tư liệu nhưng theo chúng tôi nghĩ nguồn tư liệu nói vừa chết đi tái sanh liền hợp lý hơn. Lý do vừa tắt thở thì nghiệp tái sanh dẫn đi liền. Cuộc đời này là nhân quả, Chúng ta tái sanh theo nhân quả nghiệp báo. Nếu

nói chết rồi mà thần thức còn ở đó mà chờ làm phước, bố thí, cúng dường để sanh lên thì không hợp lý. Nếu như vậy thì mình làm ác cho đã đi, rồi di chúc cho người thân thỉnh 1000 ông thầy tụng kinh, hoặc cúng thất cho nhiều. Nhưng mà quý vị lưu ý một điều, trong 24 loài ngạ quỷ, người tham quá độ, tham tài tình danh lợi, tham sắc thinh hương vị xúc thì chết sanh làm ngạ quỷ. Trong 24 loài ngạ quỷ, chỉ duy nhất 1 loài thọ được phước người thế gian hồi hướng cho, còn 23 hạng do vô minh dày đặc không thể chuyển hóa.

Giống như ta, nhiều người vô minh dày đặc nên chánh cho là tà, tà cho chánh, vì vô minh dày đặc nên sai của họ cho là đúng, cái đúng của mình họ cho là sai. Tất cả đều do tâm tạo. Cho nên, việc cúng đó thì quý vị vẫn cúng vì trong 24 loại thì có 1 loại nhận được thôi, 23 loại thì không hiểu, đảm bảo với quý vị là nhiều khi tụng cúng mà nó ngồi nó biểu mình làm ồn ào, có nhiều con quỷ dữ lắm. Có nhiều người còn sống mà dị ứng với tiếng tụng kinh huống chi là quỷ. Sáng đang ngủ ngon mà tụng làm ồn ào, người ta ngủ không được người ta chửi mình tưng bừng. Mà người âm cũng chửi nữa, người âm mà họ không có tu nha, cái đầu mà vô minh, ái dục dày đặc nó cũng chửi mình nữa. Những chúng sanh có phước có đức, sắp được chuyển hóa thì khi nghe mới hiểu, mới ngộ, mới có thay đổi. Mình làm phước để tích lũy, làm lành để tích lũy để đến chết tự động sanh cõi an vui. Còn mình không tu, không làm lành thì khi bịnh sắp chết là tê liệt não, không còn nghĩ gì được đâu.

Câu hỏi 3: Ngày 18/7 là đủ 100 ngày của cha con, con phải làm gì để giúp cha con được siêu thăng, trong ngày Vu lan 15/7 con dâng y thì có hồi hướng được cho cha không?

Trả lời: Theo văn hóa Việt Nam, người mất ta cúng 7 cái thất rồi cúng 49 ngày, 100 ngày, cúng tiểu tường (giáp năm), đại tường, (hai năm) đến năm thứ ba mới gọi là cúng đám giỗ đầu tiên. Chúng tôi cũng tìm hiểu tại sao người chết cúng nhiều quá mà trong khi đó văn hóa Ấn Độ không cúng nhiều. Nguồn gốc giải thích việc cúng thất có rất nhiều tư liệu nói khác nhau, nguồn gốc rất mù mờ. Có điều là cúng như vậy cũng là điều kiện tốt vì cha mẹ mình mất là cơ hội tốt nhất để quay đầu hướng thiện. Phật giáo mình trong dịp để tang là dịp dễ nhất để con cháu hướng về Phật giáo, ngày thường khó lắm vì khi đụng chuyện mới sợ. Những ngày đó thì quay về quy y Tam Bảo. Theo chúng tôi thì cúng thất là sau này các vị tổ vẽ ra làm phương tiện giúp cho con cháu người quá vãng hướng về điều thiện. Trong câu hỏi này nói là 100 ngày thì cứ cúng, dịp Vu lan thì ở nhà cúng gì cứ cúng. Mình là Phật tử thì nên cúng trai tăng hay trong dịp dâng y thì sắm bộ y cúng giống như cúng y phục cho sắc đẹp. Nếu ông bà không nhận được thì mình có phước thôi, mình đi chùa để cầu siêu cho cha, bản thân mình ở nhà có thể phát tâm tự tụng kinh cầu siêu 1 tháng luôn để hồi hướng phước cũng được.

Câu hỏi 4: Mẹ mất được 3 năm nhưng trong vòng 49 hay 100 ngày không còn thấy mẹ, vậy thì mẹ về đâu?

Trả lời: Thường thường, chúng ta thấy người mất là có 2 hình thức. 1 là do mơ, mơ này là hình ảnh của mẹ lưu vào kỷ niệm nhiều quá, mẹ mất thì ngày đêm nhớ, mẹ mất nhớ thì mơ thấy mẹ là thường, vì thường cận y duyên mà. 2 là thấy do linh, báo mộng đàng hoàng. Thấy đây không nghĩa là chưa tái sanh. Chết rồi tái sanh liền nhưng làm ác thì sanh khổ cảnh, thiện là sanh thiên. Bà về báo mộng có nghĩa là

bà sanh làm thiên rồi. Chư thiên là hóa sanh nên thần lực có. Thậm chí mình đi Mỹ thì họ cũng theo, đi máy bay mà không trả tiền, lạ lùng lắm. Có dạng thứ 2 nữa là chết sanh cảnh khổ là ngạ quỷ hay A tu la. Nga quỷ, A tu la là sống gần mình, xung quanh nhà, nơi tối tăm, nhà kho, nhà bếp, ngã 3, ngã 4 đường. Những người đó ái luyến mình quá nên theo mình. Tóm lại, người chết mà dù cho 49 ngày, 100 ngày, đám giỗ mà mình không thấy thì nhiều khi họ ở cảnh giới nào xa không về, hay họ không ái luyến gia đình nữa thì không về. Họ có về thì mình đừng nghĩ là họ chưa tái sanh, mà họ tái sanh rồi nhưng do phước mỏng nên họ về họ báo cho thấy để cần mình trợ lực để giúp họ.

Buổi giảng đến đây cũng vừa phải lẽ, hợp với thời gian ban tổ chức quy định. Trước khi dứt lời cầu nguyện Tam Bảo, chư thiên gia hộ cho quý vị thân tâm an lạc tu hành tinh tiến gặp nhiều thuận duyên trong cuộc sống./.

PHẦN III

Tâm Tánh Con Người

Chữ Tâm Kia Mới Bằng Ba Chữ Tài

Tâm Lý Xuất Gia

Pháp Bố Thí

Trải Nghiệm Trong Tuần

Thập Quán Sa Môn Hạnh

Pháp Lục Hòa

1. TÂM TÁNH CON NGƯỜI[1]

Mỗi người sanh ra đời có tâm, có tánh. Người xưa nói cha mẹ sanh con trời sanh tánh. Đức Phật nói con người cấu tạo nên do năm yếu tố là sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Cho nên phải có đủ năm yếu tố đó mới cấu tạo nên con người. Theo các nhà khoa học thì con người được cấu tạo do bởi tinh cha, huyết mẹ. Nhưng Đức Phật nói ngoài tinh cha huyết mẹ còn thêm một yếu tố nữa là thức tái sinh. Có hội đủ những điều kiện đó thì mới thành con người. Mỗi người sanh ra đời có hoàn cảnh khác nhau. Ngay trong bụng mẹ lúc chỉ là bào thai đã khác nhau rồi. Người thì nằm trong bụng mẹ 9 tháng 10 ngày. Người thì 4 hoặc 5 tháng hoặc tới 6 hay 7 tháng nằm trong bụng mẹ dù chưa đầy đủ hình hài đã phải "chào đời" một cách tức tưởi vì nhiều lý do.

Nhưng lịch sử Phật giáo ghi lại rằng Ngài Sivali ở trong bụng mẹ 7 năm 7 tháng 7 ngày. Có lẽ quý vị chưa nghe nói có đứa bé nào ở lâu trong bụng mẹ như vậy. Thường thì người ta thấy mới tin, chỉ nghe thì không tin. Nhưng cái gì cũng có thể xảy ra. Ví dụ như vô chùa nhìn tượng Phật có hình con rắn 7 đầu che ở trên quý vị tự hỏi làm gì có con rắn 7 đầu phải vậy không? Nhưng mà ở Bombay (India) đã từng có con rắn 5 đầu xuất hiện. Như vậy con rắn 7 đầu cũng có thể có thật chứ không phải không. Ngài Sivali ở trong bụng mẹ 7 năm 7 tháng 7 ngày một dịp khác sư sẽ nói thêm vì sao có chuyện như vậy.

---

1. Giảng đường chùa Thanh Long – Tỉnh Bình Dương ngày 14/04/2014.

Trong thực tế có những đứa trẻ sanh ra nằm trong cái bọc. Người ta gọi những đứa bé đẻ bọc điều là quý lắm. Tích truyện Trung Quốc "Tam Quốc Chí" có nhân vật Bao Công nổi tiếng, cũng là được sanh trong bọc điều. Có thể nói mỗi người có mỗi hoàn cảnh, nhân duyên riêng khi sanh ra đời. Hầu hết các đứa trẻ đều chào đời tại bệnh viện. Nhưng cũng có đứa trẻ sanh ở trên máy bay, ở trong nhà, ở ngoài đường, ở trên chiến hào, sanh rớt trên tàu biển. Hoàng Hậu Maya đi về quê để chuẩn bị cho việc sanh nở của mình nhưng không ngờ khi đến biên giới Nepal thì bà hạ sanh thái tử tại vườn Lâm Tỳ Ni. Như vậy, Thái tử Sĩ Đạt Đa là đứa trẻ được đẻ rớt tại biên giới Ấn Độ và Nepal.

Có thể nói, con người sanh ra không ai giống ai về nhiều mặt. Tâm tánh con người cũng không ai giống ai. Tâm là gì? Tâm (cittá) là biết cảnh, Tánh (cetasika) là những yếu tố hỗ trợ cho tâm. Theo vi diệu pháp thì có 121 tâm, có 52 tâm sở hữu. Tâm tánh hòa quyện lẫn nhau cùng thực hiện một chức năng tạo nghiệp. Tâm thiện kết hợp với sở hữu thiện thì tạo nghiệp thiện. Tâm bất thiện kết hợp với sở hữu bất thiện thì tạo nghiệp bất thiện. Tâm siêu thế kết hợp với sở hữu tịnh hảo thì tạo ra nghiệp vô ký. Nếu tâm không có sở hữu thì nó không hoạt động. Giống như tai của ta nghe được nó phải có thần kinh nhĩ, không có là ta bị điếc, nghe không được. Nhưng nếu tai có thần kinh nhĩ mà không có âm thanh thì ta cũng không nghe được. Và nếu có thần kinh nhĩ, có âm thanh nhưng không có sự chú ý thì ta cũng không nghe được. Nếu chúng tôi nói mà quý vị ngồi dưới kia không chú ý thì không nghe chúng tôi nói gì. Tâm ta cũng vậy, nó phải có sở hữu nó mới hoàn thành. Trong vi diệu pháp định nghĩa tâm là biết

cảnh. Khi người thanh niên này mặc áo đỏ, quý vị chú tâm biết cậu thanh niên mặc áo đỏ, đó là tâm biết cảnh. Con người theo nhà Phật định nghĩa là Manussa. Người có những đặc tính là trong sáng, sáng sủa, dũng cảm. Ở đây ai cũng trong sáng, đặc tính của con người là dũng cảm. Ví dụ như dũng cảm bố thí, trì giới. Nói đến người là nói đến sự lương thiện. Tai sao? Vì đời sống của mình phải lương thiện thì mình mới được làm người. Do mình làm thiện thì mình mới sanh được làm người. Nếu mình làm ác thì mình sanh làm súc sanh, ngạ qủy, atula. Người có nghĩa là hỷ xả, từ bi. Vì chúng ta làm người mà không có tâm từ bi, hỷ xả thì không thể làm người được. Đức Phật dạy, người có tâm lương thiện mới sanh được làm người. Nhưng do hòan cảnh sống, tâm tánh ta dần dần trở nên tham sân si, ta đánh mất đi lòng từ bi, hỷ xả thì con người ta tự động mất đi những tinh hoa cao quý của mình. Có những người làm người nhưng thật ra họ đang sống như thể loài ngạ quỷ, súc sanh, atula. Quý vị hãy quan sát chung quanh sẽ dễ nhận ra điều đó. Chẳng hạn có người gây ra tội ác như bác sĩ của cơ sở giải phẩu thẩm mỹ Cát Tường (Hà Nội). Chỉ vì làm hỏng ca giải phẫu dẫn đến khách hàng tử vong, bác sĩ này liền đem xác khách hàng quăng xuống sông. Như vậy, hôm qua còn là bác sĩ, ngủ một đêm thức dậy bị công an tới còng tay dẫn vào trại giam, bác sĩ biến thành tội phạm trong tù, mất quyền của con người chỉ trong tích tắc. Đó là một ví dụ điển hình để chúng ta suy gẫm.

Có người sống như ngạ quỷ với hình dáng xấu xí, gớm ghiếc. Có người trên khuôn mặt hoặc cả người họ đầy những khối u rất đáng thương. Có người sống đói khát, lay lắt, hằng ngày phải bới thùng rác tìm chút thức ăn dư thừa sót lại để sống qua

ngày. Có người khùng khùng điên điên sống như ngạ quỷ. Có người sống như súc sanh. Sư kể quý vị nghe một câu chuyện về người điên. Ở xã Mỹ Lung, huyện Yên Lập, tỉnh Phú Thọ có bà Phùng Thị Nở nhốt con trai tên là Năm như nhốt loài thú dữ nguy hiểm. Đầu tiên gia đình xích chân Năm bằng sợi dây xích chó nhưng anh ta đã từng phá tan mấy chục sợi dây xích như vậy. Sau đó gia đình đã lồng mấy sợi dây xích vào nhau nhưng Năm vẫn phá được và bỏ đi lang thang 6 tháng mới bị bắt đưa trở về nhà. Bà mẹ nhờ người ta làm cũi nhốt Năm. Cái chuồng cũi vừa cao, vừa rộng, anh Năm bị nhốt và được cho ăn như người ta cho con chó, con mèo ăn. Anh Năm vệ sinh, ăn uống tại chỗ nên lâu ngày những cây gỗ bị mục, anh ta lại trốn ra và vác dao đi khắp làng. Bà mẹ lần này cố gắng gom tiền xây cho con cái chuồng kiên cố bằng xi măng. Chuồng xây rộng khoảng gần chục mét vuông, cửa làm bằng tấm ván nên lâu ngày bị mục, Năm lại thoát ra được ra ngoài. Lần này, bà mẹ lại nhờ người ta đóng cửa bằng gỗ chắc chắn, lại thêm đóng hằng hà sa số đinh từ ngoài vô trong. Cánh cửa biến thành bàn chông khổng lồ khiến cho người điên không cách chi thoát ra được. Tuy chưa lần nào lao thẳng đầu vào cái "bẫy" đinh chết người ấy nhưng trong cái chuồng xi măng tối đen như nhà ngục đó, rất nhiều lần anh Năm va quẹt người vào những đầu đinh dài nhọn hoắt, nên trên người anh đầy vết trầy xước, lở loét. Kể từ khi bắt đầu bị giam nhốt, anh Năm không một mảnh vải che thân. Như vậy quý vị biết là đã mấy nghìn ngày qua anh Năm bị coi như một loài thú dữ tàn độc. Con người sống trong sự giam nhốt như vậy có khác gì loài súc sanh tội nghiệp. Chúng tôi xem tư liệu thời Nhật Bản sang Việt Nam, dân ta chạy xích lô, kéo chiếc xe như kéo cày với người ngồi trên xe. Hình ảnh đó y chang như trâu bò

kéo xe vậy, Dân ta bị bóc lột đô hộ nên vô cùng cực khổ. Con người vất vả kiếm sống như trâu bò súc sinh vậy.

Người như atula, tâm tánh như hung thần, dạ xoa, ác quỷ, luôn đánh đập, chửi rủa, mắng nhiếc, không từ ái. Những nhà khoa học nói do tinh cha, huyết mẹ tái tạo nên con người. Phật thì nói do thức tái sanh. Theo kinh tạng Pali, con người vừa tắt thở là đi tái sanh liền. Vừa tắt thở, cảnh nào hiện ra trong tâm người đó là họ tái sanh theo cảnh đó. Ngay lúc mình hấp hối, cảnh nghe pháp tái sanh, hoặc cắt cổ gà tái sanh. Vậy do lộ trình tâm ta quyết định thức tái sanh. Cho nên hành động phải lặp đi lặp lại nhiều, ví dụ như niệm Phật, ta niệm Phật mỗi ngày, lặp đi lặp lại việc niệm Phật, việc lặp đi lặp lại hành động niệm Phật đó hằng ngày để giờ phút cận tử mình vẫn hay biết để có thức tái sanh quyết định vào cảnh lành. Nếu không thì giờ phút cuối mình không nhớ được, bị đọa đày, bị đau khổ sẽ không còn nhớ. Con người có nam và có nữ. Chưa biết nam phước nhiều hay nữ phước nhiều hơn. Nhưng trong kinh nói bậc Chánh đẳng chánh giác thì không có người nữ, chỉ có người nam. Như vậy nam phước nhiều hơn. Nữ có thể thành Phật Thinh Văn Giác. Ai phát nguyện thành Phật Độc Giác thì phải nguyện sanh thành người nam. Vì do đặc tính của người nữ nhiều tham ái. Người nữ nặng về đức tin. Dân gian nói: người nữ mít ướt là bẩm sinh, ương bướng là sở trường, thất thường là thói quen, hay ghen là chuyên môn, giận hờn là năng khiếu. Người nam chơi là chính, học là phụ, yêu là nghĩa vụ, tán gái là bản năng, lăng nhăng là bản chất.

Đức Phật phân ra 6 tâm tánh: tham, sân, si, tầm, giác, tín. Đức Phật dạy cho chúng ta pháp tu để đối trị các tánh này. Có

người nặng tâm tham. Tham tình, tiền, tham vặt. Có người tới nhà người ta thấy cái gì ngộ ngộ là ăn cắp vặt nhưng ở nhà thì không thiếu món gì. Tham thì cuộc đời chìm trong đau khổ. Ái nhiều cũng khổ. Người nào ái nhiều thì mê gái đẹp, mê trai đẹp, sự mê này lộ ra ngoài. Những người này Phật dạy pháp tu quán tử thi để đối trị tâm tham, để thấy bản chất cái đẹp cũng không thật, chỉ là thây ma hôi thối. Đó là đề mục quán tử thi. Chúng tôi chưa bao giờ quán tử thi, nhưng khi đưa đám tang, phật tử lấy cái y treo lên cái hàng, tụng kinh quán tưởng, xong rồi đem cái y đó về mặc hằng ngày để nhắc mình nhớ đây là y tử thi. Mặc y tử thi để nhắc nhở mình sự chết, sự vô thường của cuộc đời. Chúng tôi có thời gian sống ở Luân Đôn tu tập. Tại đây có nhiều dịp chứng kiến tử thi. Khi có người chết, các sư trong chùa muốn quán tử thi nên xin xác người chết để trong chùa một tuần lễ để chiều chiều tăng, ni tụng kinh và nhìn tử thi để quán sự chết. Có những vị sư cô muốn quán cái chết bèn bắt ghế ngồi thiền cạnh tử thi. Sáng hoặc chiều công phu quý vị tăng ni đều đi diễu quanh tử thi (đã chích phọc môn). Có một hôm sư phải trực chánh điện. Sáng mai người ta sẽ đem quan tài ra khỏi chùa. Hôm đó sư một phen khiếp đảm, sợ hãi. Trời Luân Đôn 5 giờ sáng lạnh thấu xương. Trực chánh điện là phải đốt nhang, đánh chuông. Sư rón rén bước vô chánh điện mở đèn. Nhưng do không tìm thấy remode nên đá trúng cái ghế tưởng là thây ma nên sợ thất kinh hồn vía. Người có tánh tham phải quán tử thi, quán thân mình bất tịnh, chỉ là đất nước gió lửa mà thôi. Thân này dù bên ngoài đẹp đẽ cách mấy mà ba ngày không tắm là hôi rình. Cái mũi con người là để ngửi. Thúi cũng ngửi, thơm cũng ngửi. Người 3 ngày không tắm mũi ngửi biết khí dơ.

Hoặc có những người sân dữ lắm. Tướng học cho thấy người sân có bàn chân to, bước chân nặng, cử chỉ nặng ví dụ như rót nước để xuống bàn nặng nề. Người sân thường la hét, chửi rủa. Người có tánh sân si nếu không biết chuyển hóa tâm tánh, sau này chết sanh làm atula. Do sân si nhiều quá ta sẽ sa đọa khổ cảnh. Đức Phật dạy người sân nhiều nên tu thiền luyện các đề mục xanh, vàng, đỏ, trắng, từ bi hỷ xả để chuyển tâm, có tình thương, thấy người khác khổ mình xót xa, Hãy tập thấy người bạn mình xây được căn nhà đẹp mình hoan hỷ chúc mừng họ. Đó là bỏ tánh ghen tỵ. Có người không chúc mừng còn nói xấu chủ nhà làm mất đi tâm hỷ. Tu là phải có tâm xả, phải biết buông bỏ, Người tâm sân phải tu từ, bi, hỷ, xả.

Tánh si, tánh tầm là gì? Si là u mê, đần độn, tỷ lệ thông minh quá thấp. Tánh tầm là hay tìm kiếm, tìm hiểu, tới nhà ai như là điều tra, hỏi có mấy vợ, có mấy công đất, có mấy con muốn biết cái này, cái kia. Tánh tầm là vậy. Kinh dạy người có tánh si, tánh tầm phải tu đề mục sổ tức quan. Đó là do tánh người còn si nên sự hiểu biết thông minh của họ ít nên họ tập đếm hơi thở. Hít thở vào, thở ra một, hít thở vào thở ra hai hoặc ngồi đếm 123456789 rồi 987654321. Ngồi thiền đếm số để tập trí nhớ, linh hoạt, tỉnh thức của mình, để chuyển hóa tâm si mê của mình. Người có tánh tầm là không sống trong hiện tại. Sổ tức quan là phương pháp để kéo họ về trong hiện tại.

Đức Phật dạy người có tánh giác là người quá thông minh, sâu sắc. Thường những người có tâm tánh giác nhiều thì tỷ lệ thành công không cao. Có câu nước trong không có cá. Nước đục thì cá chết. Chẳng hạn mình sống trong gia đình nếu chi li, tính toán quá khiến người thân phiền não. Chồng quá quan

tâm thương yêu khiến cho bà vợ ngộp thở. Cho dù tánh giác quá sâu sắc nhưng có những việc hãy tập làm lơ. Người ta nói đôi khi nhớ chỉ là quên một ít, còn lãng quên là nhớ đến tận cùng. Đôi khi khóc chỉ là buồn chút, còn nụ cười là tê tái cả lòng đau. Có những người ngày xưa học rất thông minh nhưng cuối cùng lại không thành đạt cao. Họ đi làm nhiều khi trái nghề. Có những người thời đi học không ai để ý nhưng bây giờ lại nên danh nên phận. Tâm lý học nói thiên tài là một chuỗi dài của kiên nhẫn, còn thông minh chỉ có 5%. Người có tánh giác phải quán về sự chết, dạy quán niết bàn. Niệm niết bàn là niệm đặc tánh của niết bàn, tịnh tịnh, vắng lặng, chân như, vô niệm, vô tham, vô sân, vô si. Hoặc ngồi niệm tôi chết, bà chết, ông chết, niệm về sự chết. Đức Phật dạy hằng ngày nên niệm sự chết để bớt đi tánh lăng xăng của mình. Văn hóa Việt Nam rất kỵ nói về sự chết. Nhất là ngày tết mà nói về sự chết. Nhưng ở Ấn Độ người ta chúc tết thì lại chúc chết sao cho đúng với già trẻ trong già đình. Ví dụ họ chúc ông bà chết trước, rồi mới đến con cháu chết sau. Con người thường quay vòng trong sanh lão bệnh tử. Con mà chết trước cha mẹ là tre già khóc măng non, là bất hạnh của gia đình. Niệm niết bàn, niệm tử hoặc niệm tứ đại, bốn đặc tính của tứ đại để đối trị lại tánh của mình, hoặc niệm vật thực, quán tưởng trước khi ăn, đang ăn, sau khi ăn, quán vật thực trong ngày để thấy sự biến đổi của vật thực. Ngoài ra còn niệm 4 đề mục vô sắc là niệm bốn tâm: không vô biên xứ, thức vô biên xứ, vô sở hữu xứ, phi tưởng phi phi tưởng xứ.

Tánh tín: người này gặp cái gì cũng tin, vô chùa tin Phật, vô Lăng Ông Bà Chiểu tin ông, xuống Châu Đốc tin bà chúa Xứ, lên núi tin tiên, mê tín di đoan, tu ít, cầu nguyện nhiều.

Những người này cúng một nải chuối xanh nhưng nguyện xin đủ thứ thì Phật nào dám ăn. Con người do có phước mới làm được việc này việc kia. Đi chùa lạy Phật là tưởng nhớ công đức của Phật, tánh trí tuệ của Phật, học nơi nhân cách của Phật, không phải để cầu nguyện xin xỏ cái này cái kia. Phật là một biểu tượng để mình lạy và noi gương để sống tốt cho mình, là biểu tượng để khi nhìn ta bớt đi tham sân, ta siêng năng làm việc thiện, tu tập, bố thí, trì giới, tham thiền. Ta làm những công đức đó ta mới có phước chứ không phải van xin Phật mà có được phước vì Phật không phải là vị toàn năng ban ơn. Quý vị hãy nương vào tự thân của mình, hạnh phúc hay đau khổ là do chúng ta. Đến với đạo Phật là để học cách nhìn vào tâm tánh trong sáng, từ bi hỷ xả của ta. Nếu đi chùa tâm tánh còn nhiều ô uế, nhỏ mọn, ích kỷ, tỵ hiềm, tật đố, tham sân si thì coi như chưa đi đúng con đường Phật dạy. Cho nên người tín nhiều dễ đi vào mê tín dị đoan. Phật dạy chúng ta nhiều cách tu, người này tu đề mục niệm phật, niệm pháp, niệm tăng, người khác tu niệm A Di Đà Phật hoặc Árá Hăn Sâm Ma Sâm Bút Thô. Có người niệm 10 hồng danh đức Phật: Nam mô Ứng cúng, Chánh biến tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn. Niệm đến nhất tâm, đi kinh hành niệm ra tiếng. Ngồi thiền niệm trong tâm. Niệm phật niệm pháp niệm tăng, niệm giới, niệm thí, dành cho người có tánh tín, tật bệnh tiêu trừ, tà ma không quấy phá, ít bệnh hoạn, có tiền nhiều. Niệm Phật có phước nên tiền phát sanh. Con người tu niệm Phật sống giản dị, biết đủ nên tiền nhiều. Người không biết tu, tham gia tiệc nhậu 10 triệu đồng, 5 triệu đồng là chuyện thường. Có người bỏ ra 50 triệu đồng để làm đẹp, nhưng hùn phước xây tháp 1 triệu đồng thì

về kể lể cho người này người kia. Tu là biết tri túc, biết dùng đồng tiền đúng chỗ, đúng nơi.

Chúng ta biết tâm tánh con người đa dạng, mỗi người mỗi tánh. Điều quan trọng là ta thấy những đề mục Phật dạy tương phản với tâm tánh của con người. Tham ái quán tử thi. Sân quán từ bi hỷ xả. Qua những tánh này dạy cho ta bài học phàm phu tục tử còn đầy phiền não, tham sân si. Tu là để chuyển hóa tâm tánh. Nếu không chuyển hóa, thanh lọc thân tâm của mình thì bản tánh của mình không thay đổi. Giang sơn dễ đổi bản tánh khó dời. Người tu phải tin Phật Thích Ca nhờ tu, nhờ hành thiền mà chuyển hóa từ thân phàm tục thành bậc vĩ nhân, từ tham sân si thành trí tuệ từ bi. Ngài làm được thì ta làm được. Ta phải thanh lọc thân tâm, chuyển hóa thân tâm. Bài học con người bị sự biến hoại của thời gian và không gian, thân người là một chuỗi của sanh già bệnh chết, làm người ai cũng trải qua chuỗi mắc xích này. Ta quán chiếu con người ta như vậy để tu nhiều hơn, chuyển hóa nhiều hơn. Quán chiếu thân này già, bệnh chết để siêng năng trong thiện pháp, làm nhiều hạnh lành để chuyển hóa thân tâm. Ham tu nhiều cho bớt tham, ta tham tiền, tham danh lợi, tu là bớt đi lòng tham, thể hiện hạnh bố thí. Ai có phước sống chung với người hay bố thí thì mừng lắm, vì người có tâm bố thí thì tham ít, ta không sợ vì họ dám bố thí thì họ không tham.

Bài pháp đến đây cũng vừa phải lẽ với thời gian. Chúc quý vị thân tâm an lạc, tinh tấn trong giáo pháp, gặp nhiều thuận duyên trong cuộc sống./.

2. CHỮ TÂM KIA MỚI BẰNG BA CHỮ TÀI[2]

Hôm nay, chúng tôi được ban tổ chức trường hạ Hưng Phước mời đến thuyết giảng một thời pháp đến cho Chư tôn đức trong khóa An cư Kiết hạ tại chùa. Nếu chúng tôi nhớ không lầm thì đến cho năm nay, chúng tôi đã có khoảng hơn 10 năm được mời thuyết giảng từ một đến hai lần trong mỗi mùa hạ. Lần trước thì chúng tôi đi Mỹ, nên tưởng năm nay không có duyên thuyết giảng với quý chư tôn đức trong trường hạ Phật giáo quận 3.

Hôm nay cũng là ngày rằm tháng 6 năm Ất Mùi (2015). Theo truyền thống Nam Tông, ngày rằm là ngày lễ khởi sự cho mùa dâng y tắm mưa nhập hạ, nên Nam Tông nhập hạ sau quý thầy Bắc Tông hai tháng, ngày nhập hạ chính thức là 16 tháng 6 đến 15 tháng 9. Và ngày rằm tháng 6 theo truyền thống Nam Tông là ngày đức Bồ tát giáng trần. Đêm đó, hoàng hậu Maya nằm mộng thấy có con voi 6 ngà, húc vào trong bụng bà thì bà mang thai thái tử Sĩ Đạt Đa. Rằm tháng 6 cũng là ngày Bồ tát bỏ cung vàng điện ngọc đi tu. Ngày rằm cũng là ngày theo truyền thống Pāli, Ngài thuyết bài kinh Tứ diệu đế để khai ngộ cho năm anh em Kiều Trần Như. Ngài chọn vùng đất Ba-La-Nại là vùng đất thiêng. Vùng đất Ba-La-Nại thì thiên nhiên rất đẹp, vùng sinh khí vượng, có sơn thủy hữu tình, có dòng sông Hằng linh thiêng. Theo truyền thống, Đó là cái nôi khởi thuỷ giáo pháp của nhiều đời Chư Phật.

---

2. Giảng đường: Chùa Hưng Phước, Trường hạ Phật giáo quận 3 ngày 30/7/2015 (15/6 Ất Mùi). Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

Trong bốn thánh địa: nơi Phật chuyển pháp luân, nơi Phật thành đạo, nơi Phật níp-bàn và nơi Đản sanh (tứ động tâm), đều có chùa Việt Nam. Ở tại nơi Đức Phật đản sanh là Nepal có hai ngôi chùa Việt là Linh Sơn và Việt Nam Phật Quốc của HT Huyền Diệu. Nơi Phật thành đạo có khoảng bốn ngồi chùa: chùa của Việt Nam Phật quốc, chùa Viên Giác, ngôi thứ ba là ngôi chùa của một vị sư (Khất sĩ) đang xây dựng, ngôi thứ tư của sư bà Khiết Minh đang xây. Nơi đức Phật níp-bàn có một ngôi chùa Việt tên là Linh Sơn hiện nay Ni trưởng Trí Thuận trụ trì. Địa danh chuyển pháp luân, năm 2014 đánh dấu một ngôi chùa Đại Lộc do chúng tôi làm viện chủ, thượng toạ Tiến sĩ Tường Quang trụ trì, thành lập khoảng năm năm qua, có tượng Phật bằng đá với thế chuyển pháp luân lớn nhất thế giới. Vì tượng ngồi cao 24m bằng đá, tay Phật trong tư thế giơ lên ám chỉ diễn giảng khi Ngài thuyết pháp, rất khó tạo. Nếu làm bằng đá thì sự kết cấu rất khó, tượng có trọng tải 700 khối đá cánh tay phải có khoảng 6 tấn đá. Cho nên sự tải lực kết cấu để dính hài hòa là điều cực kỳ khó.

Mùa an cư đầu tiên, đức Phật khởi điểm bài kinh chuyển pháp luân thuyết đúng ngày trăng tròn tháng sáu. Ngài thuyết độ năm vị Kiều Trần Như, sáng ngày 16 hôm sau đánh dấu mùa an cư thứ nhất. Sau một tuần thì Ngài thuyết vô ngã tướng kinh, dẫn nhập cho năm vị Kiều Trần Như vào dòng thánh tứ quả. Và ngày rằm tháng 6 còn có ý nghĩa là Đức Phật nhiếp phục ngoại đạo. Trong cuộc đời vị Chánh đẳng Chánh giác có lần phải sử dụng song thông nhiếp phục ngoại đạo. Ngài có hồng danh Thiên Nhân Chi Đạo Sư, làm thầy loài người và trời. Thời đó có 92 tôn giáo nên ai cũng tự xưng có Tam Bảo giáo chủ, bậc thánh. Lúc đó, Phật Ngài nhiếp phục ngoại

đạo vào hạ thứ 7. Tức là thành Phật khoảng 7 năm sau có cuộc gặp gỡ các vị giáo chủ ngoại đạo. Trong 92 tôn giáo có 6 tôn giáo nổi cộm nhất, có đồ chúng đông đảo nhất, có thế lực lớn mạnh nhất. Ngài gặp gỡ để nhiếp phục bằng song thông cùng lúc phun lửa và nước từ thân thể. Ngài đã dùng thần lực trí tuệ để nhiếp phục. Sau khi nhiếp phục ngoại đạo xong thì theo truyền thông Nam Tông ghi lại rằng Ngài nhập hạ thứ bảy trên cung trời Đạo Lợi. Chúng tôi nhắc lại một ít dữ liệu bên truyền thống Pāli để thấy rằm tháng 6 có ý nghĩa như vậy.

Hôm nay, chúng tôi chia sẻ trong mùa An cư nói về toàn bộ đời tu chúng ta đều xoay quanh hai tâm thiện và bất thiện. Từ 'tâm' ở trong Phật giáo theo tiếng Pāli gọi là citta. Định nghĩa tâm khác nhau: tâm là biết, là thấy, hay tâm là một sự cảm nhận. Citta có nhiều nghĩa nhưng nghĩa chính là biết. Tâm là biết cảnh. Nếu mà tâm mình biết cảnh chung quanh, mình nhìn một cảnh nếu mình thích cảnh đó, quá thích là tâm mình đang tham đắm trong cảnh đó, hay không thích là sân. Tâm bắt cảnh chẳng hạn như nhìn. Cho nên mình phải thu thúc là vậy. Thấy người ta đi, ngồi, nói mình nhìn thì mình thấy chứ đừng nên tham hay sân. Chẳng hạn ngồi nói chuyện với quý thầy, thấy nhiều người ngủ quá, thì bắt đầu tâm mình đâm ra bực bội, khó chịu vì mình nghĩ đã bỏ thời gian đến nói chuyện mà người ta ngồi ngủ gục. Nhìn cảnh đâm ra bực, rồi khó chịu gọi là tâm bắt cảnh xấu sanh ra tâm sân.

Chúng ta nhìn cảnh tốt, cảnh hoan hỷ thì thành thân thiện. Sở dĩ Phật dạy mình thu thúc, thấy biết thấy, nghe biết nghe, thấy mang tâm chánh niệm không có sân, không tham. Giống như trong kinh pháp cú có mẩu chuyện rất thú vị. Một hôm, Đức

Phật đi thuyết pháp cho một hội chúng chỉ có năm người. Đại đức Ānanda đứng bên hầu quạt, Phật đang thuyết thì Ngài thấy năm người hành giả có những biểu hiện khác nhau: ông thì ngủ, ông thì ngồi nhìn trên trời, ông thì ngồi mà tay chân móc móc, ông thì ngồi giống như bẻ cây, tay không yên, như khỉ, chỉ duy nhất một ông chăm chú nghe.

Đại đức Ānanda hầu Phật thấy vậy, nên khó chịu. Đại đức Ānanda nghĩ Phật là bậc thầy của trời người mà mấy ông này không tôn trọng Phật gì hết. Nhưng Phật lại xem như không có chuyện gì xảy ra. Ngài vẫn nhiệt tình hăng say thuyết pháp đầy đủ ý nghĩa gọi là hội đủ cụ túc pháp để độ năm hành giả. Kết thúc thời thuyết, đại đức bạch Thế Tôn rằng tại sao Ngài là thiên nhân sư, có mười hồng danh cao quý: Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn mà Ngài thuyết đối tượng nghe có năm người, dường như họ xem thường Ngài, không thật tâm nghe. Nhưng tại sao Đức Thế Tôn lại bình tĩnh, khoan thai, nhẹ nhàng thuyết pháp độ họ được. Phật nói: này Ānanda, nhiệm vụ chúng ta là giảng giải giáo pháp để họ hiểu, họ ngộ, còn tâm tánh mỗi người mỗi khác vì năm người này có hoàn cảnh, môi trường khác nhau, trước khi họ tái sanh làm người là năm chủng loại khác nhau. Người ngồi nghe pháp mà ngủ vì 500 kiếp về trước làm rắn, vừa được tái sanh làm người cho nên rắn ngồi đâu ngủ đó. Như Lai thấy họ ngủ cũng mừng vì họ từ rắn sanh làm người mà có lòng tin Tam Bảo, ngủ nhưng vẫn nghe. Cho nên mình có đi dạy học, thuyết pháp mà thấy ai ngủ thì coi như rắn tái sinh lại để mình thông cảm. Còn người ngồi mà ngó trên trời vì 50 kiếp trước

làm ông thầy địa lý xem thiên văn nên kiếp nàyngồi nhìn trời nhìn sao là bình thường, chủng loại của họ, nghiệp duyên của họ. Phật biết kiếp tánh ông ta như vậy nên ổng nhìn trời nhìn sao thì kệ họ. Ông mà ngồi nghe pháp mà tay chân không yên, nhướn lên ngồi xuống được Phật nói là 500 kiếp trước làm con khỉ. Khỉ vừa tái sanh làm người nên tay chân không yên. Cho nên quý vị thấy có nhiều người, kể cả người xuất gia cũng vậy, tánh hay lăng xăng, đứng ngồi không yên. Mà thôi kệ, tu rồi cũng từ từ điềm tĩnh. Nhiều khi do thói quen, thường cận y duyên. Ông ngồi nghe mà tay chân móc đất vò vò có 500 kiếp làm kiếp con giun. Giờ ông sanh làm người nhưng thói quen vẫn còn.

Con người chúng ta cũng vậy, Đức Phật dạy tâm con người chi phối tất cả. Nếu mà chúng ta hành động thiện thì sanh làm người hoặc trời. Nếu làm bất thiện thì tái sanh bốn đường ác đạo: địa ngục, súc sanh, ngã quỷ, atula. Trong kinh tạng gọi là noãn sanh, thai sanh, thấp sanh và hóa sanh. Noãn sanh, thai sanh, thấp sanh thì mắt thường thấy được. Giống như con gà, vịt tái sanh vô quả trứng trước rồi nở ra gà con, vịt con. Thấp sanh là mấy con vi sinh, giun sán. Thai sanh là con người, con chó, con mèo. Hóa sanh thì mắt thường không thấy được. Hóa sanh là khi mình vừa tắt thở, nhưng ác quá nên hóa sanh hỏa ngục chẳng hạn. Mình sống thất nhân thất đức quá, nóng nảy, chửi cha mắng mẹ, chuyên đi đánh nhau, giết người thì chết hóa sanh là atula. Do hành động với tâm sân hận nên chết sanh làm atula. Địa bàn atula ở gốc cây to, miếu đền, hang đá, ngã 3, ngã 4 đường. Nhiều khi mình đốn cây mà không xin phép là các thần atula phản ứng với mình liền. Trong chùa chúng tôi, mỗi khi có cây to nào bị mối,

mục, gãy đổ gây nguy hiểm mà chúng tôi muốn đốn bỏ đều tụng kinh chỗ cây đó cho mấy vị hoan hỷ mà dời đi chỗ khác ở. Nếu con người sống mà lòng tham nhiều quá, tham vô độ, tham ăn, tham tài, tham tình, tham sắc, không biết bố thí cúng dường, không biết cho đi thì vừa chết thì hóa sanh làm ngạ quỷ. Ngạ quỷ có đầu nhỏ, bụng to, ăn bao nhiêu cũng không thể no hay không thể ăn uống gì được. Con người mà tham nhiều quá, si nhiều quá, thì vừa chết là sanh trở lại làm thú. Mà sanh làm thú cũng có dạng hóa sanh, noãn sanh, thai sanh vì có những chủng loại thú mà mắt thường không thấy được. Chủng loại gọi là dạ xoa cũng là hóa sanh. Nói tóm lại con người chúng ta có các cảnh giới này do tâm chúng ta.

Nếu người có bố thí, trì giới, tham thiền thì sanh làm người trời. Người có tâm thiền, có tu thiền thì chết sanh vào 16 cõi phạm thiên. Người có tu thiền vô sắc không vô biên, thức vô biên, vô sở hữu, phi tưởng phi phi tưởng xứ thì chết sẽ hóa sanh trở thành chư thiên Vô sắc giới. Người tu thiền định đạt sơ thiền đến tứ thiền thì sau khi hết tuổi thọ hóa sanh vào 16 cõi phạm thiên. Theo truyền thống Pāli tạng thì ta sanh tử luân hồi trong 31 cõi. Dục giới có 11, Sắc giới có 16, Vô sắc giới có 4. Nhưng mục đích đức Phật là muốn chúng ta đạt được níp-bàn chứ đừng đi lang thang trong 31 cõi ấy. Còn sanh trong 31 cõi là còn sanh tử luân hồi, còn phiền não. Quả vị níp-bàn không nằm trong 31 cõi này. Níp-bàn là từ được Tàu âm từ tiếng Pāli gọi là ‘nibbana’, tiếng Sankrit là ‘nivana’. Tàu âm lại đọc là níp-bàn. Từ gốc trong tiếng Phạn thì chữ nivana. Ni là không. Vana là ái. Tức là không ái là níp-bàn. Không ái là không còn dính mắc trong 31 cõi đó là níp-bàn.

Bên Thái, bậc thầy gọi là acha. Người Miến gọi là sayadaw. Người Việt gọi là thầy. Bên Nam Tông kêu bằng sư. Còn ngoài miền Bắc gom hết lại gọi là sư thầy. Mình tu trên 20 năm lên Thượng tọa, hơn 40 năm lên Hòa thượng gọi là sư thầy. Từ achan, sayadaw, thầy hay sư xuất phát từ tiếng Pāli là 'garu'. Ga là bóng đêm, ru là xóa. Như vậy, sư thầy xuất gia chúng ta có nhiệm vụ duy nhất là xóa bóng đêm cho đệ tử, tín đồ, người thân của chúng ta. Nhiệm vụ như vậy nên người ta mới kính, mới gọi bạch sư, bạch thầy. Bóng đêm là gì? Là vô minh và ái dục. Bậc thầy chúng ta phải chỉ cho đệ tử mình thấy đâu là bóng đêm, đâu là vô minh, ái dục và mình phải tu pháp thiền tứ niệm xứ, bát chánh đạo để xóa bóng đêm. Nhiệm vụ chính của bậc xuất gia chỉ có như vậy, không làm được là thiếu bổn phận sư thầy. Người xuất gia tham gia thời khóa trong mùa an cư kiết hạ nhằm gia tăng việc học, việc tu để có đủ lực, phước, đức để mình chỉ cho người ta con đường giải thoát giác ngộ. Chủ yếu người tu là huân tập cho mình có nhiều tâm thiện, có được phước đức. Cho nên tâm thiện để tu.

Người xuất gia mình có ba cái quý. Quý thứ nhất là làm sao để có tâm sáng suốt. Tu để tâm sáng. Tâm sáng thì mình mới thấy được, phân biệt được chánh tà. Tu để tâm mình có nhiều đức, nhiều phước thì tâm mình rộng lớn. Tâm mình lớn thì mới chiêu hiền đãi sĩ được. Tâm không lớn thì mình mà thấy xung quanh có ông nào giỏi thì diệt hết, không cho ở cùng. Tâm lớn chiêu hiền đãi sĩ, thỉnh các vị Hòa thượng, cao tăng làm bóng mát đại tùng lâm phước đức. Mình tu muốn có đức nhiều thì tâm phải rộng. Tâm rộng lớn để có khả năng thông cảm và tha thứ. Mình sống trong cộng đồng, tổ chức trong trường hạ, trong chùa mà tâm nhỏ thì không có khả năng

thông cảm và tha thứ. Sống phải có thông cảm và tha thứ thì mới quy tụ được. Mục đích tu để có phước có đức lớn để có tâm định, để kiên định lập trường. Mình sống không có lập trường. Mình lãnh đạo mà không có kiên định thì dễ bị lung lay. Mình tu mà nghe người này nói thế này, chọt thế nọ mà không có lập trường kiên định thì dễ lung lay. Mình làm lớn mà không có lập trường kiên định thì hỏng việc hết. Tu có phước đức để huân tập tâm sáng. Tâm sáng để phân biệt chánh tà. Ngó biết người này người kia thế nào. Để có được đức tính ấy thì phải thiền định. Người mà thiền định nhiều, công phu, công quả nhiều thì phước đức vô lượng vô biên và khi đó tâm mình sẽ lớn, rộng, có định và sáng.

Tướng mạo quý nhất là chánh đại. Chư Phật quá khứ, hiện tại, tương lai có 32 tục lệ giống nhau. Tục lệ chư Phật thì hay. Chúng tôi gợi ý cho các chư tôn đức tìm hiểu 32 tục lệ chư Phật. Chư Phật quá khứ, hiện tại, tương lai đều giống nhau. Trong đó có tục lệ là trước khi thành Chánh đẳng giác phải có vợ con rồi đi tu hay có tục lệ vị chánh đẳng giác phải có 32 tướng tốt. Vị nào không có thì không phải chánh đẳng chánh giác. Chúng ta phải nghiên cứu 32 tục lệ này giống như đề tài tiến sĩ và thạc sĩ vì quý ở chỗ là các vị Phật đều giống nhau như vậy. Như vậy, tướng mạo chúng ta phải là chánh đại. Tức là tướng mình phải phương phi, đoan chính, tướng chánh giác, hay con người mình là sa-môn phải quang minh chánh đại, không rụt rè, không nhát, mình phải anh dũng, đại hùng đại lực, đại từ bi. Tướng người xuất gia mình đi phải thẳng, không đi gù lưng. Ngồi học thẳng lưng, công phu cũng phải thẳng lưng, ngồi thiền phải thẳng lưng chứ ngồi gù gù thì đến 60 tuổi là khòm hết. Phải có tướng như sư tử. Tướng đi sư tử

rất oai. Trong 32 tướng có tướng trượng phu để nói lên rằng người tu mình là chánh nghĩa, thân, khẩu, ý trong sạch nên mạnh dạn, hùng dũng trước đám đông. Mình không ăn trộm ăn cắp gì hết nên phải hiên ngang. Thể hiện tướng đệ tử Phật. Mình đi mà có tướng gù gù thì người ta nói mình chết nhát, đi mà rụt rè là tướng chết nhát. Quý thứ 3 là ngôn ngữ phải giản dị và chân thật. Chúng ta phải giản dị nhưng uyên thâm, có nét chân thật. Nếu người tu mà đánh mất đi sự chân thật, tâm mình giả dối thì thành vô nghĩa. Mình sanh ra và lớn lên ở miền tây thì mở miệng ra có giọng miền tây ngọng ngọng lớ lớ. Mở miệng ra là biết ở miệt dưới lên. Mỗi một vùng miền có ngữ điệu riêng. Nếu để ý nghe quen thì đoán được. Ra Hà Nội học, sợ bị chọc quê nên cố sửa cho nó giống dân thủ đô. Nhiều khi mình cố sửa nhưng không được, thành ra cái giọng mình đớt đớt luôn, nghe lãng xẹt không biết thành dân miền nào. Tốt nhất, thói quen không xấu thì không sửa. Đời tu phải giản dị, có gì xài nấy chứ không phải sửa tướng, sửa chân, sửa tay gì hết. Quý thầy thấy mỗi vùng miền có nét riêng. Những người ở miền Trung nước Việt mình có thổ âm của họ lai Chăm pa. Tại vì vùng đó là vùng Chăm pa, người Việt sống với họ thì phần nào cũng chịu ảnh hưởng. Người miền Nam lại có một số từ hằng ngày ảnh hưởng Campuchia. Chẳng hạn người ta nói tui đi chùa một mình ên à. Chữ 'ên' là tiếng Miên. Bên Phật giáo Nam tông hay dùng chữ 'liêu cốc' để chỉ cho cái phòng mình ở. Nếu quý vị tra từ điển thì chữ 'cốc' không có trong từ điển. Chúng tôi tìm hiểu được theo tiếng Pāli thì cái cốc ông sư ở gọi là 'Kuti'. Cho nên qua bên Ấn Độ thấy chỗ ở của đức Phật để là GhandhaKuti. Người Khrmer gọi từ kuti là 'cót'. Tăng xá gọi là Samanacót. Qua Việt Nam từ cót thành 'cốc'. Cho nên, liêu là tiếng Việt, cốc

là tiếng Miên. Trong thời buổi này, ngôn ngữ ta ảnh hưởng Mỹ quá nhiều. Điện thoại reng, bắt lên nói: alo, anh khỏe không? 'Alo' là Mỹ rồi. Dòng chảy ngôn ngữ của Việt Nam chịu ảnh hưởng bởi Trung Quốc, Pháp, Mỹ vì theo lịch sử ghi lại là mình bị những nước này đô hộ trong thời gian rất dài. Có ông nọ sống thời Pháp thuộc. Ổng nói một câu là hết nửa câu pha tiếng Pháp vào rồi. Cho nên người nào biết tiếng Pháp thì hiểu hết ý ổng. Ai mà rặc Việt thì hiểu không hết. Mình chịu ảnh hưởng tiếng Mỹ vì công nghệ hiện đại bây giờ toàn là tiếng Mỹ, tiếng Anh. Họ là người đã phát minh, chế tạo ra các phần mềm, máy móc cho toàn nhân loại sử dụng. Chẳng hạn trong vi tính, hệ điều hành toàn là tiếng Mỹ, mình quen sử dụng rồi nên vào cấu hình rất dễ nhận dạng, dễ làm hơn nhiều khi dịch ra tiếng Việt. Trong vi tính từ 'file' được dịch Việt là 'tệp'. Nhiều khi có người nói mở cái file ra thì mình hiểu liền chứ nói mở cái tệp ra là đơ đơ cái mặt liền. Mình phải có công đoạn làm quen, phải học thì mới hiểu. Chúng tôi nói một chút về khía cạnh ngôn ngữ để cho thấy có lúc mình cũng cần phải giữ nguyên bản sắc dân tộc vùng miền nhưng cũng có lúc phải có sự giao thoa. Nhiều khi mình bảo thủ quá cũng không được vì lúc đó nói không ai hiểu ý mình.

Cho nên cái quý của con người là tập luyện tu cho tâm sáng, cho tâm thiện. Khi tâm thiện có, tâm sáng có, tướng chánh đại có, ngôn ngữ giản dị và chân thật, đó là những tinh hoa, cái quý trong cuộc sống. Nếu mình không tu tập để có tâm thiện thì bất thiện sẽ xen kẽ. Hằng ngày ta làm thiện ác trùng trùng điệp điệp. Quý vị xem tác phẩm Tây du ký của Ngô Thừa Ân thấy chỉ có một Đường Tăng đời Đường du học nhưng tại sao lại có Trư Bát Giới tham ăn mê gái, rồi ông Sa

Tăng lại cần cù, ít nói, còn con khỉ Tôn Ngộ Không có cái tâm thiện và thần thông biến hóa giỏi. Các nhân vật này ám chỉ cho con người Đường Tăng khi du học Ấn Độ cũng có những lúc tâm bất thiện của ông khát vọng vẻ đẹp, có lúc tà niệm, có lúc nghĩ xấu. Lúc nào ông nghĩ xấu, tà niệm, thất niệm là hình ảnh Trư Bát Giới; lúc nào siêng năng lọc, siêng năng đào luyện, siêng trau dồi thì là tâm Sa Tăng. Đường Tăng có một cái tâm chánh niệm. Tâm ấy ám chỉ Tôn Ngộ Không. Cho nên mình xem tác phẩm đó thấy yêu quái xuất hiện thì lúc đó không có Tôn Ngộ Không. Điều đó ám chỉ con người chúng ta nếu có tu, có chánh niệm, có tỉnh thức thì ác pháp không xâm nhập được, yêu quái không bao giờ xuất hiện được. Nếu mình siêng năng trong thiền, siêng công phu, siêng năng trong chánh pháp thì yêu quái không xâm nhập. Vì tâm thiền, tâm chánh niệm giống như ánh sáng, tà niệm giống như bóng tối.

Cho nên 3 cái kiêng của người tu là **cái khí kiêng hung hăng** nói bậy. Trong bát chánh đạo, người tu phải có chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng. Người tu mà nói bậy, độc ác, thô lỗ thì gọi là tu bậy. Nên mình luyện cái khí, ngôn ngữ không bậy, không nói điều không chánh ngữ. Thà người tu không nói được chánh pháp thì im lặng. Chúng ta phải biết im lặng như bậc thánh. Người tu sống gần người thế nhiều quá hay nói chơi với người thế nhiều quá thì mất đi cái uy của ông tăng. Ông tăng mình hòa hợp nhưng không hòa tan. Tại sao trong giới luật không cho người xuất gia ngồi ăn cơm chung cư sĩ? Vì mình xuất gia phải có oai nghi chánh hạnh. Mình ngồi chung nhiều khi họ xem thường mình. Mình ngồi chung thì họ tưởng bác mình. Ban đầu kêu thầy, sau kêu anh, rồi

hồi lâu kêu thằng hồi nào không hay. Người xuất gia phải có khoảng cách với cư sĩ vì mình dạy đạo cho họ, hướng dẫn họ tu thì họ phải kính, trọng nể mình. Có sự kính nể thì dạy đạo mới có hiệu quả. Và ngôn ngữ mình đối với họ tuyệt đối phải có chánh ngữ, dù nói chơi cũng không được. Ông sư thầy mà nói chơi nhiều sẽ mất đi cái phong thái người xuất gia thì dạy đạo không có kết quả cao. Chẳng hạn khi bực bội lên rủa, mắng, xách mé người ta nói con này, bà kia, thằng đó là không được. Người xuất gia thì ngôn ngữ phải thận trọng. Ngôn ngữ phải có từ bi hỷ xả, văn chương tục tĩu tuyệt đối không được sử dụng. Bậc thầy phải tuyệt đối dùng văn phong, ngôn ngữ mang tính đạo vị nhằm chuyển hướng giáo dục. Mình có thể nói vui chứ không thể nói tục. Nếu có đệm từ thêm tiếng thì mô Phật, lành thay chứ đừng có dùng những từ ngữ không có trong từ điển. Tiếng Việt mình rất phong phú, bóng bẩy. Nên người tu phải có khí là bớt đi sự hung hăng, dùng ngôn ngữ đạo vị, của thiền môn để mang vẻ từ bi bác ái phù hợp với người xuất gia, và lối đó cũng là cách giáo dục người đi sau.

Kiêng của người xuất gia là **kiêng tâm hẹp hòi**. Đức Phật dạy tâm phải từ bi hỷ xả, tâm biết buông bỏ, tâm thể hiện hạnh xả ly. Vì mình buông bỏ, xả ly thì đó là bài học để người khác cảm thấy thiện mà học. Tâm phàm phu là ích kỷ, nhỏ mọn, tỵ hiềm, kiêu căng. Người tu phải xả ly, buông bỏ. Tinh túy của người tu là quan tâm, hương vị là giúp đỡ, vẻ đẹp là cho đi.

Kiêng thứ ba là **kiêng tài bộc lộ**. Mình có tài có đức để người ta tôn vinh mình nhưng mình phải biết khiêm tốn. Người tu thể hiện có tài, có đức, có uy, đó là chướng ngại pháp. Cho

nên trong 4 pháp Bất cộng trụ - Ba la di của tỳ kheo có một pháp là cấm khoe pháp cao nhân, được ghép vô trọng tội. Truyền thống Nguyên thủy là người rơi vào trường hợp khoe pháp cao nhân thì thiếu tư cách tỳ kheo, không còn tỳ kheo nữa. Bên truyền thống Pāli xếp vào giới cấm thứ tư. Cấm khoe pháp cao nhân là chưa đắc thiền mà nói ướm, nói ngang nói dọc để người ta cho mình là đã đắc thiền, chưa đắc thần thông mà nói là mình có thần thông, chưa đạt đạo quả mà nói xa nói gần giống như là mình đắc đạo hôm qua rồi vậy. Người khoe pháp cao nhân không tiến bộ trong con đường xuất gia. Cho nên mình không nên bộc lộ bất cứ điều gì cho dù có tài hay không có tài. Bản chất người xuất gia là biết khiêm tốn. Người xuất gia không khiêm tốn, tự mãn khoe tài thành ra mình là người khoe pháp cao nhân.

Tóm lại, hôm nay, chúng tôi có duyên lành được ban tổ chức trường hạ Phật giáo quận 3 mời đến chùa thuyết giảng chia sẻ lý đạo. Quý vị đây là chư tôn đức đã xuất gia nhiều năm và cũng là những giảng sư nên phần chia sẻ của chúng tôi để đóng góp cho trường hạ chùa Hưng Pháp nhằm động viên khích kệ tinh thần và chia sẻ tinh thần học pháp. Trước khi dứt lời, chúng tôi xin chúc quý vị thân tâm an lạc, có sức khỏe để tu học tốt vào mùa an cư kiết hạ năm 2559. Sau khi an cư, mong rằng quý thầy tiếp tục trở về trú xứ của mình hoằng dương chánh pháp được thuận lợi kiết tường./.

3. TÂM LÝ XUẤT GIA[3]

Hôm nay, chúng tôi chọn đề tài Tâm Lý Xuất Gia vì trong mùa an cư, tăng, ni và Phật tử thường thường nỗ lực tu tập sống đời sống phạm hạnh. Người xuất gia dành thời gian 3 tháng an cư để tu Giới, Định, Tuệ. Người tại gia dành thời gian này đến các chùa cúng dường trường hạ, thọ trì bát quan trai giới. Người xuất gia lẫn cư sĩ tại gia đều cố gắng phát triển đời sống thanh tịnh, đạo nghiệp của mình trong 3 tháng hạ này. Tinh túy của người xuất gia ta là quan tâm, mục đích người xuất gia là giải thoát giác ngộ, hương vị người xuất gia là giúp đỡ, vẻ đẹp người xuất gia là cho đi. Người xuất gia là phải có những đức tính cần thiết của một con người có hạnh cao thượng, xả ly. Nhờ hạnh xả ly mình mới nhiếp phục được chúng sanh, tự tại giữa cuộc đời và là bóng mát cho hàng đại chúng. Đề tài tâm lý xuất gia là để nói lên người xuất gia có những người lại là đầu tròn áo vuông nhưng tâm lý không xuất gia. Có người cư sĩ tại gia không đầu tròn áo vuông nhưng lại có tâm lý xuất gia. Cho nên đề tài này liên quan đến 4 vấn đề: 1 là thân viễn ly mà tâm không viễn ly; 2 là thân không viễn ly mà tâm viễn ly; 3 là thân không viễn ly và tâm không viễn ly; 4 là thân viễn ly và tâm viễn ly. Trong phần này, về định nghĩa có những từ chúng tôi sẽ định nghĩa cho quý vị dễ nghe và dễ hiểu: 1 là từ tâm lý, 2 là từ xuất gia, 3 từ thân tâm, 4 là từ viễn ly, 5 là từ không viễn ly.

---

3. Giảng đường: Thiền viện Thiện Minh, xã Bình Hòa, huyện Long Hồ, tỉnh Vĩnh Long. Khóa tu thiền niệm Phật lần 56, mùa an cư, 20 tháng 6 năm Ất Mùi (4/8/2015), Phật lịch 2559.

Tâm lý là gì? Tâm lý ám chỉ cho những điều suy nghĩ của mình, hay ám chỉ tư tưởng. Chẳng hạn như quý vị ngồi đây tu là hình thức ngồi tại chỗ chùa này để tham dự khóa tu nhưng tâm lý thì lại không tu vì mình không thích tu, không thích ngồi đây niệm Phật nhưng cha mẹ bắt ngồi đây. Hay là mình không thích nhưng nể bà hàng xóm quá, rủ hoài nên đi, ngồi đây cho bà hàng xóm vui.

Xuất gia là gì? "Xuất" là đi ra, "gia" là nhà, xuất gia là đi ra khỏi nhà. Từ 'xuất gia' có 3 nghĩa. Nghĩa thứ nhất là xuất thế tục gia là cạo đầu mặc áo cà sa vào chùa. Nghĩa thứ hai là xuất phiền não gia. Phiền não đây là thâm, sân, si. Mình xuất gia mục đích là tu giới, định, tuệ để bớt tham, sân, si. Như vậy nghĩa 2 của xuất gia là mình không còn tham, sân, si. Mình còn phàm phu tục tử, mình chưa thể xuất hết, nhưng mình phải giảm tham, giảm sân, giảm si. Tu phải hiền chứ dữ quá, tham quá, si nhiều quá thì người ta nói là thầy chùa lửa. Tại vì người ta quan niệm người tu phải hiền lành, từ bi hỷ xả, còn bây giờ ổng dữ quá, làm những chuyện mà ngoài đời không làm, tui vô chùa mà ổng đóng của không cho vô, vô chùa không cho ăn. Tại sao người ta chửi mình, nói xấu mình? Vì mình không xuất phiền não gia, chứ người hiền lành, từ bi hỷ xả, dành trọn cuộc đời cống hiến thì người ta tán dương không hết, lạy không hết chứ đâu ai nguyền rủa mình. Cái thứ 3 là thân và tâm. Thân là cơ thể mình đây, hình dáng mình đây. Tâm là suy nghĩ, cảm nhận, hay biết. Chẳng hạn như quý vị ngồi đây là thân ngồi trong chùa, nhưng tâm thì chúng tôi đâu biết quý vị nghĩ gì. Cho nên thân tu nhưng tâm quý vị không tu thì ai biết được. Hay quý vị ngồi nhìn ông Thiện Minh nhưng mỗi người suy nghĩ một cách. Người

suy nghĩ nhìn cái thân ông Thiện Minh ngồi trên nghế đó, ông Thiện Minh mập, ổng ốm, ổng tốt, ổng xấu. Khi quý vị nghĩ mập, ốm, tốt, xấu, đẹp như vậy là cái tâm.

Viễn ly là gì? "Viễn" là xa, "ly" là lìa, cách, rời. Quý vị vô bịnh viện mắt, quý vị thấy họ để: mắt cận thị, mắt viễn thị. Viễn là xa, thấy xa mà không thấy gần, có người thấy gần mà không thấy xa. Viễn ly có nghĩa là mình phải ly cách, lìa xa, mình bỏ nhà vô núi rừng ở, vô hang động tu. Ví dụ lên núi Khất Sơn ở An Giang, động Vùa Hông mà ở tu. Không viễn ly là không lìa xa.

Tại sao gọi là thân viễn ly mà tâm không viễn ly. Đây ám chỉ người xuất gia bỏ nhà đi tu, từ giã người thân đi tu, chọn sống ở chùa, trong núi, trong rừng, tại hang động. Người xuất gia bỏ nhà đi tu như vậy gọi là thân viễn ly. Nhưng mà có người xuất gia ở chùa, ở núi, ở rừng nhưng tâm không viễn ly vì người xuất gia bị ba phiền não chi phối là dục tầm, sân tầm và hại tầm. Dục tầm là suy nghĩ về dục. Dục là lòng ham muốn trong tình, tiền, danh lợi; lòng tham đắm chìm trong sắc, thinh, hương, vị, xúc; dính mắc trong dục giới, sắc giới, vô sắc giới. Sân tầm là hay nóng nảy, hay bộc trực, hay cau có, hay ngã mạn, hay tự cao. Hại tầm là tuy thân ở núi rừng, chùa, hang động nhưng mỗi khi có sự sân hận, bộc trực cao, hay tìm cách hãm hại người ta. Hại tầm là hãm hại, tiêu diệt, cản trở sự tiến bộ người ta giống như mình không ưa không thích người nào thì mình tìm cách nói xấu người đó, chửi rủa, xuyên tạc, cản trở sự tiến bộ của người đó. Mình làm như vậy là hại tầm. Người xuất gia mà thân viễn ly mà tâm không viễn ly thì uổng phí đời xuất gia. Đức Phật nói xuất gia kiểu này giống như cái muỗng trong tô canh. Thân thì xa nhà, viễn ly

theo đời sống phạm hạnh nhưng tâm chi phối, không thoát ra khỏi được dục tầm, sân tầm và hại tầm.

Cái thứ hai là thân không viễn ly mà tâm viễn ly. Đây ám chỉ người tu nhưng nhiều khi mình thấy họ giống như là thân không viễn ly, mình thấy họ sống đời sống thường nhật bình thường giản dị. Nhìn quý vị là người cư sĩ tại gia không cạo đầu, sống ở nhà với vợ với con, lâu lâu mặc áo choàng vô chùa để cho người ta biết mình tu. Hình thức đó gọi là thân không viễn ly, nhưng lại có tâm viễn ly. Cho nên đức Phật dạy tâm lý xuất gia quan trọng hơn. Quý vị là người cư sĩ tại gia, không xuất gia, không cạo đầu, không vào rừng núi tu, nhưng mình nhờ niệm Phật, ngồi thiền tiến bộ trong con đường tu, có tín, tấn, niệm, định, tuệ nên dục tầm bớt đi, sân tầm bớt đi, hại tầm ít đi. Khi diệt được sân tầm, dục tầm, hại tầm gọi là tâm viễn ly. Quý vị sống ngoài đời mà bớt tham muốn về tài, tình, danh lợi, bớt đi đau khổ về sắc, thinh, hương, vị, xúc; mình mà điều khiển được, làm chủ được, huân tập được những cử chỉ đó là có tâm viễn ly.

Thứ ba thân không viễn ly và tâm không viễn ly. Đức Phật chê hạng người này. Thân không viễn ly mà tâm cũng không viễn ly, người nay hoàn toàn là con số 0. Hình tướng người này không thấy tu, chỉ thấy lợi dưỡng, không có oai nghi chánh hạnh, họ lè phè. Tư cách đạo đức người này ngó bên ngoài không có lại tâm ở trong cũng không viễn ly. Tâm người này vẫn bị dục tầm, sân tâm, hại tầm chi phối. Ham muốn đua đòi, cờ bạc, rượu chè, hút chích, rơi vào trụy lạc, người này sống bất cần dư luận, thích ai thì tôn vinh người đó, không thích thì lên án chửi rủa, chà đạp, chụp mũ. Vì người này sống trong bất thiện nên bị dục tầm, sân tầm, hại tầm chi phối.

Điều thứ tư, đức Phật dạy thân viễn ly và tâm viễn ly. Người mà có thân viễn ly và tâm viễn ly được khích lệ tán thán. Vì người này có túc duyên bỏ nhà cạo đầu đắp y cà-sa xuất gia, tìm nơi thanh vắng tập đời sống viễn ly. Quý vị thấy người mà từ bỏ tất cả, bỏ của cải, bỏ cha mẹ, anh em, bạn bè, từ bỏ mái nhà thân yêu, cạo đầu mặc áo cà-sa là sự từ bỏ rất lớn. Không có túc duyên thì không bao giờ từ bỏ được. Vì con người mình ái luyến lắm, ái luyến mái tóc, cha mẹ anh em, mái nhà nhiều kỷ niệm, phong cảnh làng quê thơ mộng của mình. Ái luyến nhiều sẽ chấp cứng nên không bỏ được. Kiếp này mình không bỏ được thì kiếp vừa qua mình vụng đường tu. Kiếp này bỏ được thì kiếp trước mình tu nhiều nên kiếp này có tâm ý phát huy con đường đạo. Thân viễn ly sống ở chùa nếu gặp hoàn cảnh đắng cay, khó khăn cũng cam chịu được. Quý vị biết đời sống này không có gì bằng phẳng, phiền não đầy như bầu trời. Nhưng người chấp nhận thân viễn ly, tâm viễn ly thì có thể vượt qua để tiến bộ, hòa nhập với phiền não đó để tu tập, thay đổi dần hoàn thiện con người mình. Còn nếu cuộc đời này phẳng lặng như mặt nước hồ thu thì không có gì để nói. Ta càng thất bại, tủi phận nhiều mà chấp nhận vượt qua, tiến lên thì cuộc đời mới có ý nghĩa. Sự quý báu của kiếp người không phải là tiền bạc, địa vị, ngoại hình hay tài ba mà là sự chân thật, sự tiến bộ và lòng từ bi hỷ xả. Cuộc sống này không đơn giản như mình nghĩ và mình cũng không nên thần tượng cái gì quá, không nên quan trọng cái gì cũng phải hoàn hảo. Vì bản chất cuộc đời này luôn luôn thay đổi nên trong hoàn cảnh sống của mình mà quý vị có ông chồng khó ưa, có người con khó dạy, có người vợ không đàng hoàng thì cũng không nên thất vọng, buồn chán ngã lòng. Vì thất vọng, buồn chán, thì mình thất bại, mình vướng

vào lưới Ma vương. Người tu chúng ta phải suy nghĩ đó là mình đang mang nghiệp đang trả nghiệp, nghiệp này có thể trả 1 năm, trả 1 tháng hay cả đời. Cho nên những gì nó đến với mình mà nghịch duyên chướng ngại thì hãy hoan hỷ chấp nhận. Sự vui vẻ chấp nhận trả nghiệp là ta có hành động cử chỉ cao cả. Mình muốn chuyển hóa người ta là tự mình phải sống tốt, làm tốt chứ mình muốn người ta thay đổi, muốn người ta chuyển hóa nhưng mình thì không là không được. Những lầm lỗi của người ta, người tu mình có thể thông cảm và tha thứ. Giống như:

"Tha thứ rồi sẽ nhẹ lòng
Hơn thua rồi sẽ mênh mông hận thù
Đời người đâu khác phù du
Một ngày rồi sẽ như thu úa tàn."

Cuộc sống chúng ta muốn hơn thua thì sẽ mênh mông hận thù. Người tu phải để cho nghiệp duyên trôi lãng, đừng muốn quá, vì muốn quá đâm ra đau khổ. Muốn quá nhiều trở thành hơn thua. Cho nên vị tha, tha thứ rồi sẽ nhẹ lòng. Mình nhìn thấy được điều đó là mình quán chiếu thế gian này vô thường thay đổi. Nếu mình muốn thay đổi ông chồng khó ưa, bà vợ không đàng hoàn, đứa con hư hỏng đấy thì trước nhất mình phải xem như đó là cái lỗi của mình đối với chồng, với vợ, với con. Nhiều khi mình bận quá, thiếu trách nhiệm, thiếu quan tâm. Giống như mình trồng hoa mà không tưới thì hoa héo. Những người sống xung quanh ta mà ta không quan tâm, không chăm sóc, không trìu mến thì cũng héo như hoa. Mình nghĩ như vậy để thông cảm. Mình quán chiếu để thấy đây là nghiệp phải trả nên phải hoan hỷ trả.

Một vấn đề trong thời pháp này là nói đến tác hại của dục tầm, sân tầm và hại tầm. Người tham đắm quá nhiều thì chuốc lấy đau khổ. Trong nhà Phật, người tham nhiều quá thì sống trên thế gian này ít có bạn bè vì đâu có ai ưa người tham đâu. Tính của người tham là cái gì cũng muốn hơn người, thấy có người hơn mình là ghét. Đặc tính của tham là thể hiện ngấm ngầm bên trong. Người mà tham sắc là họ phải lựa cái chùa đẹp mới đi, lựa người đẹp mới nói chuyện. Anh em bà con mình mà xấu quá thì ra đường cũng làm ngơ, không dám nhận, sợ quê. Người này sống sĩ diện, tham sắc. Có người tham mùi hương. Chẳng hạn mình thích ngửi mùi thơm nên lựa người nào có xức dầu thơm thì đứng kế bên chơi. Có một ông cụ thích dầu thơm lắm nên con rể, dâu, hay con ruột thường mua dầu thơm cho ổng nhiều lắm. Chúng tôi hỏi sao ông già mà ông điệu quá vậy. Ông cụ nói không phải điệu mà mỗi khi mình buồn, mình muốn tâm sảng khoái thì lấy miếng dầu thơm thoa lên thì tự nhiên làm cho mình tỉnh lên. Vì ông thích mùi dầu nên nó làm ổng tỉnh. Có người thích vị. Ăn cái gì ngon mới ăn, tham trong cái ăn nên đến chỗ nào ăn không ngon là họ ra mặt. Người tu mình mà vì ăn không ngon mà nổi tham, sân, si lên thì xấu lắm. Quý vị biết đức Phật bỏ cung vàng điện ngọc, vinh hoa phú quý, vợ đẹp con xinh, cao lương mỹ vị mà ôm bình bát đi xin ăn, sống cuộc đời khất sĩ. Khi Ngài đi xin thì người ta cho món này món nọ, thức ăn lạnh có, nóng có, cứng hay mềm có, hợp khẩu vị có, không hợp khẩu vị cũng có. Vì lòng từ bi tế độ chúng sanh nên Ngài không than vãn, không khó chịu. Cuộc sống trì bình khất thực của người tu nếu không có lý tưởng cao thì họ không bao giờ dám đi khất thực, không bao giờ dám ăn đồ ăn của bá gia bá tánh. Vì nhân cách của đức Phật đi khất thực, vì nhân cách Ngài ăn bát

cơm ngàn nhà đó nên xứng đáng để ta tôn thờ, xứng đáng để ta quy y, xứng đáng để ta ngưỡng mộ vì tỏa ra đạo giác ngộ. Ngày xưa, Ngài sống trong cung vàng điện ngọc, có người hầu kẻ hạ, bây giờ sống nơi cội cây, ngôi nhà trống, không có nơi nào cố định. Đời sống Ngài giản dị, đặc sắc là tấm gương vĩ đại để chúng ta noi theo. Đúng là:

"Tôi yêu cuộc sống trong lành
Yêu cành hoa nhỏ mong manh bên đường
Tôi yêu cuộc sống đời thường
Yêu cái giản dị khiêm nhường bao dung
Đạm bạc sẽ được thong dong
An nhàn khỏi phải chạy rong lắm phiền
Mặc cho thế sự đảo điên
A-Rá-Hăn Phật niệm riêng âm thầm
Lắng lòng soi rõ tự tâm
Xã bỏ phiền não mê lầm oán than
Không trụ không chấp nhẹ nhàng
Từ bi hỷ xả an nhàn thảnh thơi."

Cái hay của bài thơ là yêu giản dị bao dung. Cuộc đời đức Phật là giản dị, khiêm cung. Mặc dù Ngài đi khất thực ngoài đường có bị dèm pha, nặng nhẹ nhưng Ngài vẫn từ bi hỷ xả để độ người ta. Ngài đi khất thực mỗi ngày là Ngài nêu cao và giới thiệu ngọn cờ giải thoát và giác ngộ. Ngài đi khất thực ngoài đường thể hiện cho mọi người thấy hạnh vô ngã. Đồng thời để cho người ta thấy được đạo của Ngài là đạo giải thoát. Khi chưa xuất gia, thái tử Sĩ Đạt Đa có lòng tham sợ bị cướp ngôi, các nước lân bang đánh phá nên trong cung có binh lính canh gác. Sau khi xuất gia thì làm bạn với cỏ cây, trăng

thanh gió mát. Tâm tư trước mặt cũng như sau lưng Ngài không làm điều tội lỗi, ngày và đêm không bao giờ có hại tầm, không bao giờ nghĩ làm hại người này nhục mạ người nọ. Cho nên sống giữa rừng, giữa núi, đi giữa làng mạc mà không bao giờ biết sợ, không biết lo vì Ngài không làm khổ người khác. Cho nên, con Phật phải diệt bỏ dục tầm, sân tầm, hại tầm. Cái sân tầm cũng là mãnh lực làm ta đau khổ. Sân cũng là sự bực bội, khó chịu, tức tối. Mình càng bực, càng tức thì sẽ có lời nói, cử chỉ làm người ta đau khổ. Cho nên phải tu cái khẩu.

"Trăm năm vật đổi người dời,
Một câu quí giá muôn đời còn ghi,
Mở lời trước phải xét suy,
Rằng ta cất tiếng ích chi chăng là?
Bằng như lời ấy thốt ra,
Làm buồn kẻ khác, thì ta xin đừng.
Nói chi mắng nhiết tưng-bừng,
Miệng xây núi nghiệp biết chừng nào tan,
Nói chi chửi rủa kêu vang,
Lưỡi đào hố nghiệp biết đàng nào lên,
Họa tai vì miệng mà nên,
Bệnh căn vì miệng, mà rên phù trầm.
Ai ơi nghĩ lại kẻo lầm,
Đóng bưng cửa miệng, chớ tầm quỉ ma.
Cũng thời tiếng nói thốt ra,
Của chư Phật Thánh dịu hòa biết bao,
Là câu nói Pháp thanh-tao,
Đưa người giữa biển, sóng xao lên bờ,
Ôi! lời nói quí không ngờ,

Đương phàm hóa thánh một giờ đổi thay!
Ta nay học đạo Như-Lai,
Hãy dùng lời nói, mở bày pháp môn!
Ta nên cất tiếng ôn-tồn,
Phá tan những giấc mộng hồn tối đen!
Miệng ta là cánh hoa sen,
Một khi hé nở, một phen thơm lừng!
Tiếng ta là gió mùa xuân,
Một cơn thổi nhẹ, muôn dân mát lòng!"

Khẩu mình mà có sân tầm nổi lên thì nói bậy, chửi rủa, mắng nhiếc người khác. Quý vị thấy người nào sân hận nổi lên, chửi mắng, la lối um sùm là thì cái mặt họ nhìn xấu lắm. Người mắng chửi nhiều thì thời gian sau họ bịnh à, ốm nhom ốm nhách, cổ nổi gân dữ lắm. Vì họ nói nhiều quá, đâm thọc nhiều quá, chửi nhiều quá, mắng nhiếc nhiều quá thì thế nào cũng bị bịnh răng miệng, miệng hôi rình. Người tu phải hiền từ. Mình buồn cũng là dạng gọi là sân tầm. Người thân chết thì mình càng phải kỵ khóc vì khóc cũng là sân, buồn cũng là sân, uất ức cũng là sân. Mình mất tiền mình buồn vài ngày, mất bạn buồn vài tháng, mất "gấu" (người thương) buồn vài năm, mất mẹ buồn cả đời. Cho nên mình đừng để sân tầm hành hạ chúng ta. Tu phải hiền từ. Khi một người bớt đi cái dục tầm, sân tầm, hại tầm là người đó hạnh phúc giữa thế gian vì họ không còn lòng tham chi phối, không còn sân chi phối, không còn si chi phối. Quý vị biết là khi tham sân si bớt một chút thôi thì mình thấy hạnh phúc, an lạc lắm. Đa phần khổ là do tham sân si nhiều quá, giảm bớt chút thì tự nhiên thâm tâm nhẹ nhàng thoải mái. Vì mình đau khổ, tâm mình đầy ấp phiền não do mình nhìn không thấu, nghĩ không thông, buông không đành, quên không được nên mình chìm

đắm trong buồn lo, trong đau khổ. Con người bớt tham sân si thì có được từ bi hỷ xả, có được thông cảm tha thứ cao, bớt đi sự ích kỷ, tâm mình rộng mở bao dung chứ không hẹp hòi. Tâm mình hẹp hòi thì đau khổ. Tu để tâm rộng. Tâm càng rộng, càng lớn, càng bao dung là mình đang tiến bộ. Hạnh phúc là do tâm mình tạo, thiên đàng do tâm mình tạo. Mình làm tốt, suy nghĩ, hành động tốt thì có hạnh phúc trong đời sống bình nhật và tương lai. Trong kinh nhật tụng hằng ngày của PGNT có bài thơ về thập quán sa môn để quý vị thấy người xuất gia nếu mà mình sống theo lời Phật dạy thì hạnh rất cao quý. Nội dung bài thơ:

"Xuất gia nghi mạo khác đời
Sống nương đàn việt thảnh thơi cửa thiền
Tư cách, bổn phận cần chuyên
Oai nghi tế hạnh không phiền đến ai
Nếu đồng Phạm hạnh chê bai
Sớm lo cảnh tỉnh miệt mài tu thân
Nhân, vật yêu mến xa gần
Vô thường tan hợp, xoay vần hợp tan
Nghiệp là tài sản đa mang
Nghiệp là quyến thuộc lại càng chớ khinh
Nghiệp là sở ỷ, sở sinh
Nhân quả thiện ác phân minh nhiệm mầu
Ngày đêm thấm thoát bóng câu
Làm gì xứng hạnh tầm cầu vô sinh
Trong không-tịnh-xứ tinh cần
Độc cư thiền tịnh phá dần tham, sân
Tu hành Pháp bậc cao nhân
Ngộ Chánh Tri Kiến giả, chân tỏ tường
Đến khi sanh mạng vô thường
Các đồng Phạm hạnh tư lường hỏi han

Xét mình tâm đã bình an
Ra đi chẳng thẹn cùng hàng Sa-môn.”

Đây là bài thơ nói lên hạnh của người xuất gia và bổn phận người xuất gia. Cái hay trong bài là nếu bị đồng phạm hạnh chê bai thì phải biết sớm lo cảnh tỉnh miệt mài tu thân. Nếu mình tu chung mà bạn đồng tu không ưa, không thích có nghĩa là mình không sống tốt trong đạo. Người xuất gia có 6 thứ đồng: thân, khẩu ý phải đồng, giới, lợi, kiến phải đồng gọi là lục hòa. Mình sống mà huynh đệ không ưa thì phải ngó 6 cái này mình chưa làm tốt. Nhiều khi giới không hòa, không thể hiện đạo đức nghiêm túc thì bị chê. Lợi hòa đồng quân là phải chia sẻ đồng đều những thứ phát sanh, bổng lộc. Kiến phải hòa giống như mình đến chỗ nào người ta niệm “Nam Mô A Di Đà Phật” thì mình cũng niệm “Nam Mô A Di Đà Phật” chứ niệm “Arahan sammāsambuddho” thì người ta nhìn mình như từ cõi trên xuống rồi. Hay khi người ta niệm: “Arahan sammāsambuddho” mà mình niệm “Nam Mô A Di Đà Phật” là người ta nghĩ mình như cõi dưới lên. Vấn đề đúng hay sai mình không nói mà mình nói lên kiến mình hòa với thời gian bối cảnh ở đó. Ông bà nói nhập gia tùy tục. Mình sống hòa thuận thì có tình thân, có thông cảm, có bao dung.

Nói tóm lại, tâm lý người xuất gia có 4 vấn đề chính: thân viễn ly mà tâm không viễn ly, thân không viễn ly mà tâm viễn ly, thân không viễn ly và tâm không viễn ly, thân viễn ly và tâm viễn ly. Tác hại của dục tầm, sân tầm và hại tầm cũng như quả báo của người xuất gia đạt mục đích phạm hạnh thành tựu chánh trí chứng ngộ níp-bàn. Thời pháp cũng vừa phải lẽ với thời gian. Trước khi dứt lời cầu nguyện chư thiên Tam Bảo gia hộ cho quý vị an lành, hạnh phúc và viễn ly./.

4. PHÁP BỐ THÍ[4]

Trong kinh điển nhà Phật, pháp bố thí theo truyền thống Hán tạng đứng đầu trong lục độ; truyền thống Pali cũng đứng đầu trong thập độ. Đây là hai phương pháp, hai cách thức giúp ta áp dụng trong đời sống tu hành để đi thẳng đến sự giác ngộ và giải thoát. Muốn thành Phật chúng ta phải bố thí. Không bố thí chúng ta không thành Phật. Trong đời sống của người cư sĩ tại gia thì có 3 pháp tu học và thực hành: bố thí, trì giới, tham thiền. Ở ba pháp này bố thí cũng được xếp hàng đầu. Bố thí là pháp mà Phật quan tâm, Ngài luôn đưa lên hàng đầu để người xuất gia cũng như Phật tử tại gia tu hành, nhờ đó mà giác ngộ.

Tiếng Phạn, bố thí là Dàna, có nhiều nghĩa: thứ nhất là cho, thứ hai là cho để cầu sự giác ngộ. Nếu cho mà cầu sự giác ngộ thì không mong có lại. Thí dụ trong đời, anh giúp tôi, tôi giúp anh, giống như vay trả qua lại vậy. Nhà mình có đám giỗ, đám cưới, hồi trước bạn bè mời mình tham dự, nay mình mời lại. Trong chùa cũng vậy, khi có lễ trụ trì này mời trụ trì kia. Trong Phật giáo, pháp bố thí là cho mà không cầu, giống như mình cho mà mình không vụ lợi, cho không mong trả ơn, không mong người ta đáp lại. Nếu mình thực hiện bố thí với cái tâm như vậy thì gọi là Dàna parami. Tức là bố thí đến bờ giác ngộ.

---

4. Giảng đường: chùa Long Vân, Đồng Nai. Khóa tu Phật thất (Mùa an cư) dành cho các Phật tử lần thứ 47.

Trong lục độ và thập độ có chia pháp bố thí ra làm ba loại: bố thí đến bờ kia, bố thí đến bờ trên, bố thí đến bờ cao thượng. Trong kinh văn Pali là: Itipiso bhagava dana Parami, Itipiso bhagava Dana upaparami, Itipiso bhagava Dana Paramattha Parami sampanno. Nghĩa là Bố thí đến bờ kia, Bố thí đến bờ trên và Bố thí đến bờ cao thượng. Bố thí đến bờ kia là bố thí tiền bạc, của cải, vợ và con. Bố thí đến bờ trên là bố thí một phần trong cơ thể. Bố thí đến bờ cao thượng là bố thí sinh mạng. Trong chú giải có giải thích thêm, bố thí đến bờ trên nghĩa là bố thí tiền bạc, của cải, ngọc ngà châu báu, vợ và con để mong cầu quả vị Thinh Văn giác. Bố thí một phần trong cơ thể là bố thí đến bờ trên để mong cầu quả vị Phật Độc Giác hay Bích Chi Phật. Bố thí cả sinh mạng là bố thí đến bờ cao thượng để cầu quả vị Phật Toàn Giác. Trong chú giải Phật nói có 3 hạng Phật: Phật Thinh Văn, Phật Duyên Giác, Phật Toàn Giác. Sở dĩ có 3 hạng Phật khác nhau do thực hành lục độ và thập độ khác nhau, hạnh bố thí khác nhau. Ta thấy có điều rất khó là muốn thành Phật Thinh Văn Giác phải trải qua ngưỡng cửa là bố thí mà phải bố thí tiền bạc, của cải, sự nghiệp, vợ và con mới được. Nếu không trải qua ngưỡng đó thì không thành Phật. Cuộc sống của ta vẫn mãi là phàm phu tục tử. Trong lịch sử tiền thân Phật Thích Ca, cách với kiếp thành Phật khoảng 7 kiếp, Đức Phật đã tu hạnh bố thí vợ và con. Thái Lan có bộ phim nội dung nói về thái tử Tu Đại Noa bố thí vợ và con. Khi xem chúng ta không thể ngừng rơi nước mắt vì cảm động trước hạnh thí thiêng liêng, cao thượng của một bậc đại nhân là thái tử Tu Đại Noa. Nếu không phải là Phật tử, chưa hiểu nhiều về triết lý Phật giáo, khi xem phim có thể có người không làm sao hiểu nổi lý do gì lại đem vợ và con đi cho người khác. Từ đó dễ có những suy nghĩ tiêu

cực về Phật giáo. Ngày nay, ai đem vợ và con bố thí cho kẻ khác không chừng bị thưa ra Hội Phụ nữ. Cho nên trước khi Tu Đại Noa bố thí hai đứa con, Ngài đã là thái tử trong hoàng cung, lúc ấy có gì quý giá, ai xin Ngài cũng cho. Trước khi thái tử Tu Đại Noa bị vua cha đày vô rừng sâu thì Ngài sống ở hoàng cung rất tự do, muốn làm gì cũng theo ý mình. Vương quốc của thái tử Vessantara (đất nước của thái tử Tu Đại Noa) xưa nay được phồn thịnh cũng một phần nhờ có cặp tượng bách chiến bách thắng. Cho nên những lão Bà la môn biết như vậy, và biết thái tử thực hành hạnh bố thí nên họ lợi dụng điều này đến xin cặp tượng. Thái tử gật đầu đồng ý cho cặp tượng bách chiến bách thắng này liền. Khi Thái Tử vừa hứa cho cặp tượng, Ngài vừa gật đầu đồng ý thì Ngài lấy một ly nước đổ xuống đất. Điều này biểu hiện tâm ý dứt khoát, như nước đổ xuống đất, không thay đổi, phản ánh tâm lực mạnh mẽ, kiên quyết của bậc cao nhân. Qua đó, chúng ta thấy một người muốn thành Phật phải có tâm quyết định cao. Vấn đề nhân bản ở đây là vợ và con, hoặc tài sản là những gì quý nhất trong cuộc đời mà ta chưa xả bỏ thì tâm đó chưa phải là tâm Phật, không thể thành Phật được. Mà tài sản, vợ con một khi ta đã quyết định xả bỏ thì tâm đó là tâm của Phật. Dính mắc là phàm phu. Phật khác phàm phu ở chỗ này. Khi thái tử Tu Đại Noa đem cho hai đứa con thì lão già nhận hai đứa con của Ngài rồi bèn nghĩ rằng: hai đứa trẻ này là lá ngọc cành vàng, con nhà hoàng tộc nên phải răn đe chúng một bài học để sau này dễ sai bảo hơn. Ông ta liền đánh hai đứa trẻ ngay trước mặt thái Tử để dằn mặt. Ông ta lấy gậy đánh đứa em thì đứa anh đưa lưng ra đỡ. Ông ta đánh đứa anh thì đứa em đưa lưng ra hứng lấy trận đòn. Ngay lúc đó Bồ tát Tu Đại Noa nghĩ mình vừa thực hành hạnh bố thí cao thượng, nhưng

thấy con bị đánh Ngài quá đau xót. Vì con là núm ruột, là dòng máu huyết thống của Ngài. Chịu không nổi khi chứng kiến cảnh con bị hành hạ, thái Tử rút gươm ra. Ngay khi đó Ngài quán tưởng tất cả chúng sanh ở dưới địa ngục, ngạ quỷ, atula đang bị khổ sở, bị tù đày, đói khát, tất cả chúng sanh ở bốn đường ác đạo đó đang cần bàn tay cứu vớt của Ngài, cần chiếc thuyền bát nhã của Ngài để giúp họ vượt qua bờ mê. Mà muốn thành tựu con thuyền bát nhã, Ngài phải thành tựu hạnh bố thí. Nghĩ đến đây, gươm của Ngài chui vào vỏ lại. Chúng ta hiểu đó là pháp chướng duyên Ngài phải vượt qua.

Phật dạy người bố thí muốn phước nhiều phải có tâm thí, vật thí và đối tượng thí:

Tâm thí: khi làm phước thiện, bố thí ta phải vui vẻ, hoan hỷ, phải cười. Người bố thí phải vui cười. Nếu đem của đi cho mà mặt chụ ụ, tiếc của là không được. Cho mà mặt hằm hằm thì phước giảm. Trong việc làm phước cần có 3 nụ cười biểu hiện cho 3 sự hoan hỷ. Thứ nhất, trước khi làm phải cười, phải hoan hỷ. Giống như thí chủ ngày hôm nay cúng dường cho khóa tu này thì mấy ngày trước đó đã phải vui vẻ, tươi cười chuẩn bị hoa, quả, tiền bạc để cúng dường đến đại chúng tăng. Đó là cái cười trước khi làm. Thứ hai là cười đang khi làm bố thí cúng dường. Ví dụ, tất cả quà đã sẵn sàng, khi tác bạch thì thí chủ phải cười một cái. Cười đúng lúc, đúng nơi như vậy, kiếp sau có nụ cười đẹp. Nụ cười thứ ba rất quan trọng, là nụ cười sau khi làm. Nụ cười này có được lâu chừng nào tốt chừng đó. Có thể một tuần, một tháng, một năm sau khi chúng ta nhớ lại việc làm phước hôm nay mà ta vẫn cười tươi thì coi như tâm thí viên mãn, việc làm ta thành tựu. Nhưng nếu mình về mà nghe mấy bà tám bàn ra bàn vô,

đại ý như sao không làm từ thiện mà cúng cho tăng ni, sao không cúng chùa này mà cúng chùa kia, chùa này phật lớn, chùa kia phật nhỏ. Nếu bị mấy câu đó nó làm cho lùng bùng lỗ tai thì nụ cười thứ ba trong tâm mình không trọn vẹn. Do vậy, chúng ta biết ai có bệnh "bà tám" thì né ngay cho khỏe. Có nói chuyện với ai thì hãy nói những chuyện trong pháp và luật, tránh những chuyện dèm pha, nói xấu. Thời gian chúng ta không có nhiều, do vậy, chúng ta dành thời gian cho tu tập, ai làm ta phiền lụy thì ta né là an toàn nhất. Quý vị thử nghĩ xem, tự nhiên trong mùa hạ, tâm tư đang trong sáng, bình yên, gặp bà tám nói một câu trên trời dưới đất, tự dưng tâm mình bị ô nhiễm. Cho nên người tu phải tìm nơi bình yên, né tránh những người nói nhiều, những "bà tám", "ông nổ", vì nếu ta không tiếp độ được họ thì tốt nhất ta "kính nhi viễn chi" nghĩa là né cho xong.

Vật thí: bố thí là có phước. Chẳng hạn cúng bông hoa, y phục cho phước đẹp đẽ. Bố thí đèn đuốc cho mặt sáng. Bố thí xe thuyền cho sự an vui. Bố thí vật thực cho sức lực. Làm cái gì thì nhận quả phước tương ứng cái đó. Vật thí cao thượng quả báu cao thượng. Vật thí nhiều phước nhiều. Trong chú giải, Phật dạy muốn có phước nhiều thì phải có vật thí cộng với tâm thí. Vật thí nhiều mà tâm thí ít thì phước cũng sẽ bị giảm. Ví dụ, khi một ngôi chùa bắt đầu xây dựng thì luôn có những phật tử cúng dường. Người thì muốn cúng dường tượng phật. Họ nói cúng tượng phật cho có phước vì ai vô chùa cũng lạy Phật. Có người thích cúng dường xây chánh điện. Ai đã hùn phước xây giảng đường này xem như người đó đại phước. Vì chánh điện này có sức chứa rất lớn, đông đảo tăng ni hành giả về đây tu tập, chuyển hóa đến bờ giác ngộ. Ai cúng dường

xây dựng giảng đường này phước báu nhiều quá. Vật thí có 4 loại: chỗ ở, y phục, thực phẩm, thuốc men. Trú xứ trong chùa là những nơi như chánh điện, liêu cốc, tăng xá, nhà bếp. Cúng trú xứ, chỗ ở cho phước nhiều. Vật thí thứ hai là cúng vật thực. Cúng một bữa ăn cho chúng tăng phước cũng rất lớn. Mùa an cư ở đây hơn 200 tăng ni và phật tử, ai cúng dường bữa ăn phước báu vô lượng vô biên. Bởi vì các chư tăng ni, hành giả giữ đời sống phạm hạnh, họ sẽ tiến hóa trên con đường Phật pháp thì người cúng dường phước báu vô lượng. Nếu chúng ta có điều kiện thì nên cúng dường một bữa ăn cho tăng chúng, còn không có thì nên rủ người khác cùng làm. Vật thí thứ ba, đó là cúng dường y phục tức cúng vật dụng cho tăng ni. Tháng 7 là mùa cúng pháp y cho tăng ni Phật giáo Bắc tông. Do đó chúng ta nên hùn phước cúng dường y. Trong luật tạng Pali, người nào cúng dường y có hai quả phước thù thắng: phước hữu lậu là sanh ra kiếp nào cũng đẹp, nếu cúng dường nhiều thì tái sanh có khi thành hoa hậu, không thì cũng màu da tươi sáng, giọng nói đẹp lòng người. Giống như ni sư trụ trì ở đây chắc xưa kia cúng dường nhiều lắm, nhìn xa thấy hảo tướng rồi. Cho nên ta hãy nên cúng dường pháp phục. Có người cho rằng người tu cần gì đẹp. Nên nhớ Đức Phật Thích Ca có 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp. Cho nên tu đừng có hủy hoại sắc của mình nghe. Từ chỗ đó ta thấy những người đến với Phật Thích Ca là đa diện chớ không phải là nhất diện. Có người quý mến vẻ đẹp của Phật mà đến tu với Ngài như ông Mác Cá Lí. Ông này thấy 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp của Phật, tỏ lòng ái mộ nên quyết định bỏ tôn giáo Bà la môn để xuất gia, muốn được mỗi ngày nhìn dung nhan của Phật. Có một câu chuyện lãng mạn như vậy đó. Cho nên ông Mác Cá Lí xuất gia tu hành nhưng trải

qua một thời gian dài không có tiến triển. Một hôm đức Phật Thích Ca kêu ông Mác Cá Lí và nói: "nhà ngươi vào đây tu là để chuyển hóa, để bớt phiền não, chấm dứt sanh tử luân hồi. Cho nên vào tu chớ không phải để ái luyến dung nhan Như Lai. Nếu còn ái luyến như vậy ta sẽ đổi đi chỗ khác không cho ở chung một ngôi chùa nữa". Ông Mác Cá Lí nghe Phật nói vậy buồn lắm, giống như kẻ thất tình, ông ta bèn bỏ đi và có ý muốn tự tử. Ông đi lên núi cao, đứng trên đỉnh cao nhất rồi ông nói: "Kính bạch Đức Thế Tôn, đệ tử vào đây xuất gia để được nhìn dung nhan Đức Thế Tôn, mà Đức Thế Tôn nay không hoan hỷ còn muốn đuổi đệ tử đi nơi khác, nên Mác Cá Lí này chỉ còn cách nhảy xuống núi, xin Đức Thế Tôn chứng giám cho lòng Mác Cá Lí". Nói xong ông ta phi thân nhảy xuống núi. Phật dùng thần thông hiểu được tâm tư của Mác Cá Lí, Ngài bèn bay đến đưa tay đỡ Mác Cá Lý đang rơi giữa không gian và nói bài kệ rằng: "vạn pháp vô thường, tất cả các pháp đều hoại diệt và Mác Ca Lí chớ nên dính mắc, say đắm". Ngay đó, Mác Ca Lí chứng đắc đạo quả giữa không gian trên bàn tay Phật. Câu chuyện với những tình tiết thật lãng mạn. Đó là vị thánh đệ tử duy nhất của Đức Phật đắc đạo giữa hư không. Ngoài ra, chúng ta thấy cũng có những người theo Phật Thích Ca vì sùng kính Ngài. Trước khi đi tu, Phật là một Thái tử, là bậc đế vương nhưng đã bỏ tất cả nhung lụa, quyền uy mà chọn cuộc sống rày đây mai đó, làm bạn với trăng thanh gió mát, trở thành kẻ hành khất. Ngài ý thức con đường giác ngộ nên buông bỏ tất cả. Chính vì vậy người ta quý kính đức hạnh của Phật mà đi học Phật. Có người đi tu theo Ngài vì thấy Ngài có trí tuệ thần thông quảng đại. Phật có thể dùng thần thông lên trời, xuống biển dễ như lật bàn tay. Nên có người vì ngưỡng mộ thần thông của Phật

mà tu theo Ngài. Do vậy, có rất nhiều lý do để người ta xuất gia theo Phật. Có người nói tu không nên đẹp, vì thế nhiều khi cả tháng trời không dám soi gương. Hãy nhớ, chúng ta là con Phật nên phải giống Phật. Đức Phật có 32 tướng tốt thì ta cũng phải có ít nhất một tướng tốt. Trong luật tỳ kheo, Phật cấm không cho xuất gia những người một mắt, cụt tay, cụt chân, người dị tướng. Điều đó cho thấy tăng đoàn của Ngài rất thanh tịnh. Tăng đoàn của Phật dành cho những người thực tu thực học. Vì nếu cụt tay, cụt chân vô tu trong Giáo hội, đàn na tín thí người ta hiểu lầm nói những điều không hay thì gây nên khẩu nghiệp. Cho nên đúng theo luật Phật người cụt tay, cụt chân, thiếu tứ chi thì không được phép xuất gia. Như vậy những người xuất gia đa phần là những người đẹp tướng. Vật thí thứ ba mà người cư sĩ tại gia cúng dường cho tăng ni là thuốc chữa bệnh. Quý vị cúng dường thuốc liên quan tới y học. Tứ vật dụng gồm có chỗ ở, thực phẩm, y phục và thuốc chữa bệnh. Đó là 4 loại vật thí người cư sĩ tại gia nên cúng dường cho chúng tăng xem như phước thù thắng.

Đối tượng thí: khi mình bố thí là có phước. Có người hỏi: con thấy sư thầy đó đi bát, con bố thí nhưng sau biết sư thầy giả, vậy có phước hay không? Vẫn có phước. Tại sao? Đức Phật dạy mình bố thí cho loài thú bằng tâm từ, tâm bác ái thì 500 kiếp không nghèo. Bố thí 10 lần cho loài thú như vậy thì không bằng 1 lần cho con người không có giữ giới (sáng ăn xin, chiều đánh bài hoặc sáng ăn xin, chiều đi nhậu). Mà bố thí 10 lần cho người không giới không bằng 1 lần cho người có giới. Người có giới là những hành giả, phật tử tu bát quan trai, thọ ngũ giới, tu thiền, niệm phật, tu phật thất. Ai bố thí cúng dường cho những người này, phước thù thắng. Nhưng

bố thí cho những người phàm phu nhiều như vậy không bằng cho những người có tuệ giác, có đạo lực, có phạm hạnh, có thần thông chứng được đạo quả. Cho nên Phật dạy bố thí là có phước nhưng phước nhiều hay phước ít còn do đối tượng thí. Chẳng hạn quý vị đi từ thiện ở ngoài 10 lần không bằng cúng dường 1 lần cho chúng tăng, những người thực tu thực học, cúng dường cho cha mẹ, cho người có 5 giới, 8 giới, giới bồ tát. Cúng vậy mới được lợi lạc, được thanh tịnh, phước mới nhiều. Cho nên tán dương thí chủ đã chọn chùa Long Vân hằng năm để bố thí cúng cho chúng tăng trong mùa an cư. Đây là sự chọn lựa rất hợp lẽ đạo.

Như vậy, cúng dường có ý nghĩa, phước vô cùng cao thượng. Phật dạy, bố thí cúng dường đến cho chúng tăng hay bố thí cúng dường mà hội đủ ba yếu tố, ba điều kiện là tâm thí, vật thí, đối tượng thí thì phước báu vô lượng, vô biên. Phật dạy: "người bố thí cúng dường hợp pháp, hợp đạo nhiều cho phước nhiều giống như nước mà chảy trên cao xuống dưới thấp, giống như ta trồng một cây, khi hội đủ nhân duyên mùa màng thì cây đó không phải trái một mùa mà nhiều mùa, không chỉ có trái một năm mà nhiều năm. Khi một vị tu thiền định nếu đắc đạo quả, ai đến cúng dường sẽ có phước báu nhiều. Chuyện ngày xưa kể rằng khi Ngài Xá Lợi Phất xả thiền duyệt, có hai vợ chồng Bà La Môn nghèo nhưng đã phát tâm hoan hỷ cúng dường Ngài một bữa cơm trưa. Người chồng dù không thấy vợ đem cơm cho mình vì cơm này đã cúng dường Ngài Xá Lợi Phất vẫn sanh tâm hoan hỷ đem tăm xỉa răng cúng dường Ngài. Có thể nói cúng dường cho một vị thánh tăng đã nhập thiền duyệt thì phước báu vô lượng vô biên, muốn cái gì có cái đó. Chiều hôm đó, hai vợ chồng Bà

La Môn làm ruộng, cuốc đất tới đâu thì thấy vàng tới đó. Hết khối vàng này đến khối vàng khác, toàn là vàng ròng Vua Ba Tư Nặc hay tin bèn cho lính của hoàng gia tới phong tỏa thửa ruộng, cho đây là tài sản quốc gia, không cho hai vợ chồng đem vàng về nhà. Vua sai lính chuyển vàng về hoàng cung nhưng khi mang đi thì vàng biến thành đất. Chỉ có hai vợ chồng người Bà la môn này mới đem được vàng đi về thôi. Câu chuyện này giống như truyện thần thoại có ý nói phước ai nấy hưởng.

Trong thực tế, ở thành phố có người cách đây khoảng 20, 30 năm, họ mua nhà ở quận 1 chừng 20 cây vàng. Nhưng tới năm 2008 họ bán được 4000 cây vàng. Cho nên chúng ta hiểu câu chuyện hai vợ chồng Bà la môn ngày xưa cày tới đâu thấy vàng tới đó là ý nói người có đầy đủ phước duyên, khi phước trổ thì hưởng phước lộc thôi. Quý vị thấy nhà to lớn thì người có đức độ, uy quyền ở đó. Cây cao lớn thì thần lớn ngự trị. Chùa lớn thì trụ trì đại duyên, đại phước ở giống như chùa Long Vân đây. Nhìn ngôi chùa thì chúng ta biết bề dày của người lãnh đạo, bề dày tu học của đại chúng ở đây. Phải đủ phước duyên mới làm được như vậy. Chúng tôi nhìn cảnh chùa này chúng tôi quý mến ni sư trụ trì và chúng tăng ở đây nhiều hơn. Cuộc đời một người xuất gia có khi đến chết cũng không lập được một kiểng chùa nào hoặc không đủ phước duyên xây được chùa lớn hoặc xây được thì cũng nhứt tăng nhứt tự mà thôi. Còn chùa Long Vân thì chùa to phật lớn mà chúng tăng hành giả đến đây tu tập nhiều, đó là phước đức vô lượng, vô biên. Chùa Kỳ Viên thời đức Phật do Trưởng giả Cấp Cô Độc cúng dường có thể chứa 10 ngàn nhà sư thời đó. Quý vị đi Ấn Độ bây giờ vẫn còn thấy đất đai của khu vực

chùa Kỳ Viên hãy còn mênh mông rộng lớn. Cổng chùa Kỳ Viên xưa lịch sử ghi lại to lớn hùng vĩ đến độ những ngoại đạo muốn chất vấn Phật Thích Ca khi đi ngang qua cái cổng chùa đồ sộ, tự nhiên sợ hãi, lông tóc dựng ngược trước sự hùng vĩ, uy nghiêm của chùa nên phải bỏ xuống tà ý.

Nói tóm lại, bố thí có 3 yếu tố: tâm thí, vật thí và đối tượng thí. Khi quý vị bố thí tứ vật dụng là quý vị đã làm cho đời sống được an vui, đầy đủ, giảm bớt sự khổ, tạo ra nhân duyên giữa mình với Phật pháp, giữa chúng sanh với Phật pháp để họ sẽ được tiếp độ khi nhân duyên đã được hội tụ đầy đủ. Chúng ta thực hành pháp bố thí, mỗi thờ điểm đều là tùy thuận nhân duyên. Cho nên người bố thí phải hoan hỷ vui cười khi bố thí, hãy khởi tâm thí vô lượng. Tức là cũng tự biết rằng con đường vô thượng không thối chuyển, nửa ngón chân cũng không lui lại, dù có phải xả bỏ thân mạng, thọ mạng, đời này, đời sau. Con đường này trùng trùng thiên ma, ngoại ma, trùng trùng chướng duyên (như Thái tử Tu Đại Noa đã từng vung gươm lên) nhưng ta vẫn dùng một tâm bi vô lượng, một tâm vô ngã thanh tịnh để đi qua ngưỡng cửa của Pháp bố thí này vậy. Nếu chẳng thể khởi tâm vô thượng bồ đề, cũng chẳng thành tựu PHẬT ĐẠO./

5. TRẢI NGHIỆM TRONG TUẦN[5]

Trong thời pháp 30 phút hôm nay, chúng tôi sẽ kể lại tâm trạng và kinh nghiệm của tôi trong một tuần trôi qua. Ngày đầu tiên, thứ hai, sư có tiếp 2 người Phật tử đến gặp và trình bày hiện nay có hai người con làm biếng học, lo đi chơi nhiều nên ông bà lo sợ. Ngày thứ ba, chúng tôi cũng tiếp khách nữa, người khách này lại có lý do khác. Họ nói: nhà chúng con giờ loạn cào cào, anh em không hòa thuận, con cái cha mẹ không kính trọng nhau mà sống trong sự đề phòng. Con dâu pha nước cho mẹ chồng nhưng bà không dám uống. Mẹ nấu cơm thì con dâu không dám ăn. Ngày thứ tư, có một cô sau khi đã li dị chồng thì bị điên và phải vô bịnh viện Chợ Quán ở. Bây giờ thì tỉnh nên đi chùa nhưng tâm vẫn còn rất đau khổ. Ngày thứ năm, có một gia đình nọ, có đứa con gái quyết định lên chùa tại Đồng Nai để tu nhưng người mẹ nhất quyết không cho. Thứ sáu, có một người thất tình, tự tử lần thứ nhất thì được cứu rồi bị phạt mấy trăm ngàn. Người này tính tự tử lần thứ hai. Thứ bảy, có ông gia trưởng, nói gì cũng tật đố, sân si nên con cái sợ phiền phức khi nói chuyện với người nóng nảy nên né. Ông ấy bị con cái né tránh nên cảm thấy bị cô lập và buồn chán. Rồi sáng nay, chủ nhật, tưởng đến đây là hết chuyện, chúng tôi ngồi một góc bên kia, đang tìm sự thanh thản để chút thuyết Pháp thì TT. Bửu Chánh khều xin lỗi vì hồi nãy, trong tiết mục giới thiệu quên mất xướng danh chúng tôi.

---

5. Giảng đường: Thiền viện Phước Sơn, thời pháp ngắn 30 phút nhân dịp đầu Xuân và dịp chào đón Thượng tọa Thích Chân Tính, khóa tu Một ngày nghe pháp 10/3/2013.

Ngày thứ hai: có đứa con học dở quá, thường hay đi chơi, ông bà đó lại là giáo viên cấp tỉnh nên có nỗi lo lớn. Họ hỏi chúng tôi có cách nào không? Chúng tôi mới trả lời: ông bà là giáo viên cấp tỉnh, chắc cũng đã thử hết các phương pháp giáo dục con cái hay cũng đã có nhiều kinh nghiệm trong việc dạy dỗ con cái hơn chúng tôi. Tuy nhiên, vì ông bà đã hỏi thì chúng tôi cũng lấy kinh nghiệm từ việc quản lý trong chùa mà chia sẻ với ông bà rằng: muốn uốn nắn người khác trước hết phải xem xét lại cái tâm ý của con cái và cái tâm ý của chính mình. Suy nghĩ và tìm cách quan tâm, thân mật với con để hiểu xem tâm tư nguyện vọng của con như thế nào vì mình có tôn trọng các mong muốn chính đáng của con trước thì con cái mới tiếp nhận được những định hướng mình mong cho con hướng tới được. Cha mẹ nhiều lúc bận rộn công việc nhiều quá mà quên thời gian chia sẻ cuộc sống với con, vui chơi với con, tìm hiểu mong muốn với con nên con cái cảm giác buồn tủi, bị lãng quên, bị bỏ rơi dẫn đến tình trạng phản kháng ngầm, làm trái mong muốn của cha mẹ. Đây thực ra chưa hẳn chúng mong muốn như vậy, nhiều lúc cũng chỉ là muốn cha mẹ quan tâm hơn, lo lắng hơn mà thôi. Tâm tánh con trẻ cũng như mầm non mới lớn, vui buồn dễ bị tác động bởi ngoại cảnh, vì vậy cha mẹ phải dung tình yêu thương tôn trọng như dòng nước mát nuôi dưỡng cho những tâm hồn trong trẻo đó. Ngoài ra, khả năng nắm bắt và vận dụng kiến thức của mỗi cá nhân là khác nhau, không đứa trẻ nào giống đứa trẻ nào hết dù là cùng cha mẹ sinh ra. Do đó, cha mẹ hãy nắm rõ khả năng của con trẻ và tôn trọng các thành quả học tập của chúng. Đặc biệt, mỗi lần tâm tham vọng và đòi hỏi về kết quả học tập của con trẻ sanh khởi lên, ông bà hãy nhớ đến đức hạnh của đức Phật và chư tăng, nhớ đến

giáo pháp của đức Bổn sư mà giữ tâm chánh niệm, bỏ đi cái tâm khó chịu của mình mà từ ái, bao dung hơn với con trẻ. Chúng tôi tặng thêm cho ông bà một câu niệm về hồng danh đức Phật: "Arahan sammasambuddho", mỗi khi thấy lửa sân (tánh nóng) nổi lên thì hãy niệm hồng danh của Ngài để giữ cho tâm được định tĩnh, từ bi. Ông bà thay đổi được tâm tánh của bản thân trước thì sẽ thay đổi được tâm tánh con trẻ. Con trẻ sẽ nhìn vào đức hạnh của cha mẹ mà noi theo.

Ngày thứ ba: Sự xào xáo trong gia đình như vậy hiện nay không phải là hiếm gặp. Có nhiều gia đình khi bị xào xáo thì cho rằng nhà bị ma ám, bùa ngãi. Họ tìm gặp thầy bói, thầy cúng để xin bùa về giải, xin cúng trừ tà từ đền này miếu nọ v.v. Nếu không khéo, tất cả những nỗ lực của quí vị đều là mê tín, dị đoan. Chuyện không giải quyết được dứt điểm mà còn thêm mất tiền, mất mạng. Đức Phật dạy: tâm tà niệm sẽ đưa tới những suy nghĩ, tưởng tượng và hành vi tà niệm. Tà niệm khiến chúng ta có những ảo tưởng bất thiện, âu lo, hồi hộp, sợ hãi; cả ngày không tìm thấy nổi một phút giây an lạc. Do đó, chớ tin vào bùa chú, ngày xấu tốt mà hãy tin vào hành động thiện ác của mình. Giữ tâm chánh niệm để phân biệt được đâu là thiện, đâu là ác. Biết ác để mà tránh, mà dứt bỏ; biết thiện để mà thực hành nhiều hơn. Từ đó tâm tà mới bị dứt bỏ, tâm chánh mới khởi sanh, tất sẽ đạt được sự an lạc. Mẹ nấu cơm, con dâu hãy cùng phụ mẹ cơm nước, cùng chia sẻ công việc và sự vui buồn với nhau thì không còn nỗi lo cơm có độc. Tâm lương thiện và bữa ăn gia đình cũng từ đó mà ấm cúng hạnh phúc. Khi tâm chánh niệm – từ bi hỷ xả khởi lên, ta sẽ chỉ nhìn thấy cái tâm tính cao thượng của những người xung quanh mình, cũng như lấy sự thiện lương của mình để đối đáp và cảm hóa cho người khác.

Ngày thứ tư: Mọi sự trên đời đều là vô thường, các pháp cũng vô thường. Gặp gỡ hay li tán cũng là nhân duyên, thuận thì tụ, nghịch thì tán. Chồng đã li dị thì cô cũng phải biết chấp nhận mà buông bỏ. Phải nhớ: không có gì là của mình, ngay cả cái thân ngũ đại này cũng không phải của mình. Nay đã đi chùa, đã tập tu thì phải biết buông bỏ, không luyến tiếc nữa. Cho dù trước đây có sống trong nhung lụa thì hoàn cảnh thất thế bây giờ cũng không được lấy đó mà chán nản bi quan. Cuộc đời này ai cũng có những dính mắc nghiệp lực của riêng mình. Chính vì cái khổ mà Phật thuyết bài pháp đầu tiên là tứ diệu đế để trình bày cái khổ trước. Sanh là khổ, già là khổ, bịnh là khổ, chết là khổ, còn tham là còn khổ, hết tham là hết khổ.

Ngày thứ năm: Trước hết người mẹ cứ hãy bình tĩnh vì muốn xuất gia đi tu phải tuân theo qui định ban hành ở các chùa. Người muốn đi tu phải có sự chấp thuận của cha mẹ. Riêng chùa Bửu Quang thì phải có 6 loại giấy tờ: đơn xin xuất gia có chữ ký của cha mẹ hoặc chữ ký của vợ hay chồng (nếu đã có gia đình); đơn có chữ ký đóng dấu chấp thuận của chùa, đơn chứng nhận tạm trú tạm vắng của công an sở tại, quyết định đồng thuận của ban đại diện quận, ban tôn giáo. Nếu đủ sáu cái mộc đó thì chúng tôi chấp nhận cho tu tại chùa. Nếu anh chị mà không đồng ý thì không chùa nào cho ở đâu. Nên anh chị hãy bình tĩnh. Thứ hai, cha mẹ hãy tìm hiểu kỹ nguyện vọng đi tu của con gái. Lý do và mục đích của con là gì? Nếu con gái đưa ra được những mục đích chính đáng và chứng tỏ được đó là mong muốn tha thiết của con (không phải nhất thời, nông nổi) thì anh chị cũng nên tôn trọng và chấp thuận cho con. Ngoài ra, anh chị cũng có thể cho cháu

xuất gia gieo duyên một thời gian ngắn trước để con gái và cha mẹ cùng theo dõi và trải nghiệm cuộc sống tu tập của người xuất gia. Sau thời gian đó, cha mẹ và con gái cùng thống nhất đến kết quả cuối cùng.

Ngày thứ sáu: Người ta thường tìm đến cái chết, hay có những suy nghĩ tự tử khi gặp phải những chướng duyên trong cuộc sống như: buồn chuyện gia đình, thất tình, phá sản, áp lực công việc. Có nhiều người tử tử không thành nên phải làm đi làm lại nhiều lần. Như có ông kia, ở phía sau Thiền viện Thiện Minh, tự tử đến bảy lần, đến lần thứ tám thì thành công nên chết thiệt. Con người thì nên để cái chết thuận theo tự nhiên, theo nghiệp lực của mình. Anh làm trái tự nhiên thì phải tự tử đi tự tử lại, mỗi lần như vậy không chỉ tổn hao tiền bạc chữa trị, tổn hao sức khỏe của bản thân mà còn gây ra bao đau thương, điều tiếng cho người thân của mình, gia đình, dòng họ mình. Người chết trái với qui luật ở trần gian tiến xấu muôn đời, chết rồi lại sa đọa bốn đường ác đạo vì chết trong sự giận hờn, sân si. Người tu chúng ta nếu hiểu đạo thì không bao giờ nghĩ đến tự tử, nên phải hết sức bình tĩnh để giải quyết vấn đề. Mình phải nhớ: tự tử là một cái tội nên không để nó khởi lên trong tâm thức, nếu có khởi lên thì phải hướng tâm về chánh niệm mà cắt ngay.

Ngày thứ bảy: Lý do đơn giản là người này hay tật đố, sân si, tỵ hiềm, xem chửi là cách thị uy sức mạnh của bản thân. Đây là cái tâm hẹp hòi sân si nên bị mọi người trong nhà cô lập, không xem trọng. Càng thế ông lại càng bộc phát những cơn giận dữ lên. Mà con người lúc giận dữ, tướng mạo sẽ giống như một con quỷ. Tốt nhất là khi giận khởi lên, ông phải tập chánh niệm để loại bỏ con quỉ sân si trong tâm mình.

Ông có thể tập bằng cách niệm rằng: mình sắp chết rồi, người đó sắp chết rồi để hết giận, hoặc niệm Phật, hoặc niệm im lặng. Ngoài ra, ông cũng phải thường xuyên lên chùa đọc kinh, sám hối, tu tập đạo hạnh từ bi hỷ xả để biết cảm thông cho con cháu. Từ đó, con cháu gia đình mới thuận hòa và ngày càng kính trọng, gắn bó, yêu thương ông hơn được.

Ngày Chủ nhật:
Hôm nay, Ngài Cả xin lỗi vì quên không giới thiệu tên chúng tôi. Chúng tôi nhớ lại hồi nhỏ, khi mới xuất gia, ông thầy nói pháp vô ngã. Câu nói này làm tôi nhớ đến ngày hôm nay: máy bay bay càng cao thì nhìn càng nhỏ, người tu càng cao thì các ngã phải nhỏ lại. Người tu lâu phải bỏ bản ngã lại, nặng bản ngã thì không tiến trên con đường giác ngộ được. Đạo Phật là đạo vô ngã. Dẹp bản ngã, ta tập sống im lặng. Quý vị muốn chiêm nghiệm điều này thì phải tập thiền. Người tu thì phải biết dẹp bỏ bản ngã. Dẹp bản ngã thì đi đến đâu cũng thật hạnh phúc và bớt đau khổ.

Bài pháp hôm nay tuy ngắn nhưng hi vọng giúp quý vị chuyển hóa niềm đau nỗi khổ để có được sự an lạc trong cuộc sống hiện tại./.

6. THẬP QUÁN SA MÔN HẠNH[6]

Hạnh của người xuất gia là đề tài giảng cho tăng ni nhưng phật tử vẫn nghe được. Quý vị vào chùa tu muốn trở thành phật tử cũng là có tâm lý xuất gia. Tiếng phạn phật tử là Buddhasatta. Phật là sáng suốt, tử là con. Con Phật là người đi theo Phật .Và phật tử nghĩa là mình quyết định quy y Phật Pháp Tăng, đi theo con đường giác ngộ của Phật. Cô Diệu Huấn biết chúng tôi trong chuyến đi Ấn Độ, nay cô ấy tổ chức xe đưa đón mọi người đến chùa Bửu Quang để quý vị biết thêm một ngôi tổ đình có truyền thống từ lâu đời của Phật giáo Nguyên thủy Theraveda Việt Nam.

Xuất gia trong Phật giáo có 3 nghĩa: xuất thế tục gia, xuất phiền não gia và xuất tam giới gia. Xuất thế tục gia hiểu nôm na là cạo đầu, mặc áo cà sa, sống ở chùa. Xuất phiền não gia nghĩa là mình phải thanh lọc tâm. Khi chưa tu thì tánh nóng nảy nay xuất gia tập bớt nóng. Xưa tham thì nay bớt tham, xưa tướng xấu thì nay sửa tướng đẹp một chút. Xuất tam giới gia: mục đích người tu là xuất dục giới, sắc giới và vô sắc giới để nhập Niết bàn chứng đạo quả. Chúng ta còn trong tam giới là còn đau khổ, còn vô thường. Chúng ta đang ở cõi dục. Nếu người tu thiền đắc sơ thiền đến Tứ thiền gọi là nhập 16 cõi Phạm thiên sắc giới. Tu bốn đề mục Vô sắc: Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tưởng phi phi tưởng

6. Giảng đường: Tổ đình chùa Bửu Quang – Thủ Đức. Khóa tu một ngày ngồi thiền, học pháp và vấn đáp pháp cho chư tăng và tu nữ, tổ chức định kỳ mỗi tháng. Sau này khóa tu có thêm sự tham gia của các phật tử Sài Gòn do gia đình cô Diệu Huấn trợ duyên.

xứ, đương nhiên những vị này đã nhập 4 tầng thiền vô sắc. Trong tam giới, theo tạng Pali ta có 31 cõi. 11 cõi dục giới, 16 cõi sắc giới và 4 cõi vô sắc giới. Cho nên chúng ta tu để đạt mục đích cao hơn là thoát ra tam giới, đạt trạng thái vô tham, vô sân, vô si. Đối với người phật tử, khi đi chùa lạy Phật nghe kinh, mặc áo lam cũng có nghĩa là mình xuất thế tục gia ngay lúc đó. Bữa nay bỏ nhà vô chùa tu một ngày, có khó chịu ai cũng âm thầm mỉm cười, có gì không vui thì cố tập vui. Thời Đức Phật, khi thành đạo thì những người đệ tử của Phật xuất gia theo dạng thiện lai tỳ khưu tức là bằng hình thức, Phật gọi: Hãy vào đây là tỳ kheo, tiếng Phạn Ehibhikkhu, người hữu duyên tự nhiên tóc rụng, là người tu theo mệnh lệnh, là đủ phước duyên. Sau này có nghi thức xuất gia. Có người ban đầu xin Phật xuất gia, Phật cho đi tu liền, có người đi tu về bị cha mẹ phản đối. Cho nên về sau Phật mới ra điều lệ ai đi tu thì phải có sự đồng ý của cha mẹ. Từ đó đến nay trong Giáo hội vẫn thực hiện điều này. Bây giờ người đi tu phải tự điền vào mẫu đơn, cha mẹ ký vào, có trụ trì chùa xác nhận, đại diện Phật giáo quận, thành phố ký vào. Bên cạnh đó cũng có giấy khám sức khỏe mới nhất. Như vậy người xuất gia phải ở trong chùa tập làm giới tử, học kinh kệ, học đi đứng, học làm công quả. Ở chùa, cái bếp là nơi lắm chuyện nhất. Giới tử ở đó tập làm công quả mà không thấy ai phản ứng chứng tỏ là không lắm chuyện thì cho tu là an toàn. Nhưng vấn đề ở đây quan trọng là cần có một tổ chức hoàn hảo, trong môi trường đó, họ tự động chuyển hóa rất đẹp. Chính tổ chức đó là môi trường giúp cho người tu chuyển hóa.

Bổn phận của người xuất gia, trong kinh nhật tụng Phật dạy có 10 hạnh của người xuất gia, tăng ni đọc mỗi ngày để quán

tưởng. Ta nghe để phản chiếu lại chính mình, phật tử nghe để hoan hỷ với hạnh của người tu:

"Xuất gia nghi mạo khác đời,
Sống nương đàn Việt thảnh thơi cửa thiền."
Người xuất gia tướng mạo khác thường. Đầu cạo trọc, mặc áo cà sa. Chúng tôi khi còn nhỏ gặp các sư ở chùa Siêu Lý (Vĩnh Long) về thăm nhà thấy mặc áo ngộ ngộ. Sau gia đình bên nội cũng có mời mấy sư cô về nhà. Thấy người đi tu mặc y áo lạ quá. Vì mình mặc y áo theo Phật, nghi mạo khác thường nên khi làm gì mình nhớ mình đại diện cho Phật Pháp Tăng nên cũng phải thu thúc lục căn. Đón xe buýt, trước kia nếu bị trễ xe là chạy theo la chới với, nhưng giờ tu rồi thì ta không chạy nữa. Nghi mạo khác thường cho thấy tư cách của người tu. Người tu phải ở chùa, sống nương cửa thiền, tu tâm dồi mài kinh sử, làm phước thiện để sửa đổi tâm tánh của mình.

"Tư cách bổn phận cần chuyên,
Oai nghi giới hạnh không phiền đến ai."
Tư cách bổn phận luôn phải trau dồi. Người xuất gia phải có tư cách, người phật tử phải có tư cách. Tu phật phải có tư cách, thanh thoát nhẹ nhàng giống như là tư cách thoát tục.

Những người tham gia khóa thiền ở Miến Điện về có sự thay đổi từ cách đi, cách ăn, cách nói. Bổn phận Phật tử tư cách phải luôn luôn trau dồi, mang tính chất hướng thiện, làm những chuyện tốt cho bá tánh, cho đạo pháp. Nếu những điều mình làm mang tiếng cho đạo, cho chùa thì không làm. Hãy làm những điều tốt đời tốt đạo. Bổn phận tư cách phải trau dồi liên tục, sửa đổi oai nghi tế hạnh, sống ở chùa không làm phiền tới ai. Nếu có làm phiền phải sửa đổi. Người tu giống

như cánh nhạn bay vào không gian mà không làm phiền tới ai. Nếu oai nghi tế hạnh làm phiền hội chúng, phật tử thì phải sửa đổi. Phật Hoàng Trần Nhân Tông có câu nói: "Bình thường là đạo". Bình thường là người đi tu sống ở chùa, mà không làm ai phiền mình hết là bình thường, là đạo. Ở nhà đi đến đâu người ta cũng hoan hỷ, đó là bình thường.

"Nếu đồng phạm hạnh chê bai,
Sớm lo cảnh tỉnh miệt mài tu thân."

Nếu tu sống chung với mọi người mà người ta chê bai đánh giá mình liên quan tới pháp và luật thì người tu mau mau "cảnh tỉnh miệt mài tu thân". Không cần đính chính bào chữa mà phải lo tu, hoặc nhìn lại tâm của mình. Người ta phê bình mình thì mình phải nhìn lại mình. Người đời thường đính chính, bào chữa. Người tu bị đánh giá thì không cần bào chữa, hãy nhìn cái tâm bất thiện, khó chịu, tư cách đạo hạnh của mình. Nếu người ta đánh giá mình đúng theo pháp và luật thì mình phải sửa đổi. Tu là bắt chước, là sửa đổi. Nếu thấy đồng phạm hạnh của mình có những tấm gương hay thì mình phải bắt chước, tự nhiên mình sẽ tốt, trong sáng, lành mạnh.

"Nhân vật yêu mến xa gần,
Vô thường tan hợp, xoay vần hợp tan."

Người tu nhìn con người của chúng ta. Những người chung quanh ta đều chịu chung số phận vô thường. Người chê, người khen ta đều quán tưởng đều là vô thường, thay đổi, không tồn tại. Người khen chết, người chê chết, mình cũng chết. Ai cũng chịu chung vô thường, khổ, vô ngã. Như vậy ta không buồn phiền tức giận. Thông thường con người ta được khen thì thích, bị chê thì ghét, khó chịu. Giữa người thích và người không thích, người tu phải nhìn bằng lăng kính vô thường. Quán như thế để tha thứ, để bình tâm tu tốt.

"Nghiệp là tài sản đa mang,
Nghiệp là quyến thuộc lại càng chớ khinh."
Nghiệp là hành động thiện và ác. Hôm nay quý vị đi chùa là gieo được hạt giống thiện. Tu thiền, nghe pháp là phước thanh cao, là nghiệp đại thiện. Nghiệp là tài sản đa mang, thiện cũng mang, ác cũng mang. Cho nên người tu có trí thì họ siêng năng làm thiện vì họ biết mỗi hành động thiện cho quả thiện. Bồ tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả. Bồ tát có trí sợ nhân bất thiện, còn phàm phu tục tử chúng ta sợ quả bất thiện. Nếu có quả bất thiện trổ thì học cách vui nhận. Nghiệp là quyến thuộc, không bao giờ ta bỏ được. Giống như con, cha mẹ, anh em, chồng vợ chúng ta là quyến thuộc chúng ta. Con dù xấu thì vẫn là con của mình. Cho nên nó gắn liền với chúng ta. Hành động thiện ác cũng là quyến thuộc gắn bó với ta như hình với bóng. Những người bạn đưa chúng ta tới nấm mồ, tới nơi hỏa táng mà thôi. Người thân thương lắm thì quyến luyến trong tâm một tuần, hai tuần, một tháng, hai tháng lâu dần sẽ quên trong dĩ vãng. Nhưng đức Phật dạy, có hai người bạn luôn theo sát ta suốt quá trình sanh tử luân hồi, đó là người bạn thiện và người bạn ác. Người tu tin nhân quả nghiệp báo. Tạo nhân tốt thì có quả tốt. Ngược lại tạo nhân xấu thì có quả xấu. Tất cả những môn nghệ thuật như phim ảnh, văn học đều nói lên tính nhân quả, nghiệp báo trong đời sống.

"Nghiệp là sở ỷ, sở sinh,
Nhân quả thiện ác phân minh nhiệm mầu."
Trong Trung bộ kinh có bài kinh về phân biệt nghiệp. Trong Tương Ưng bộ kinh có nhiều phẩm Phật nói về nghiệp. Kinh Pháp cú có 423 câu kinh, bài đầu tiên nói về lập trường học thuyết Phật giáo nói lên nhân quả. Người tu không tin nhân

quả là lỗi đạo, không sợ nhân quả là nguy hại to. Người tin nhân quả sẽ siêng năng trong điều thiện, hăng hái trong việc hành đạo. Người tu sáng công phu, chiều công phu. Có những bài kinh đọc đi, đọc lại. Nhiều khi tâm mình giải đãi, dễ duôi, công phu không đầy đủ. Phật dạy: "dễ duôi là con đường tử, không dễ duôi là con đường bất diệt". Một người hành đạo, ngày nào cũng công phu, hành thiền nhìn gương học là ta phục rồi. Tu là hành chớ không nói nhiều. Tu là tự thiết lập cho mình pháp thiện. Tu là làm những việc lặp đi lặp lại, nói lên hạnh tu siêng năng trong chánh pháp, chớ xem thường sự lặp đi lặp lại. Chúng ta có thể không cúi đầu trước những người thao thao bất tuyệt nhưng có thể rung động trước những người không bỏ công phu, có tâm tu hành niệm phật mỗi ngày. Lời nói không đẹp bằng hành động.

"Ngày đêm thấm thoắt bóng câu,
Làm gì xứng hạnh tầm cầu vô sanh."
Thời gian qua mau, sự sống ta giảm bớt. Vậy ta làm gì cho đạo. Vô sanh: vô tham, vô sân, vô si. Hướng về quả đạo Niết bàn là công phu hành thiền giữ giới. Làm như vậy ngày này qua ngày nọ ta sẽ đến gần quả vị Phật. Hãy làm những gì có ích lợi cho cộng đồng, bá tánh, làm những gì giúp lợi lạc cho người chung quanh ta vui vẻ, nếu làm cho họ phiền não đêm ta ăn năn với lương tâm. Ta quán chiếu tâm ta mỗi ngày, làm gì tốt cho chung quanh, đồng hành với bá tánh.

"Trong không tịnh xứ tinh cần,
Độc cư thiền tịnh phá dần tham sân.
Biết đạo là một điều khó. Xuất gia là một điều khó. Không biết hành thiền là một điều khó hơn. Pháp cú Phật dạy dù sống trăm năm mà không có thiền định không bằng một ngày

có thiền định. Người sống trăm năm mà trong dễ duôi, sân si không bằng người có hành thiền, bớt tham sân si. Người tu hãy dành thời gian công phu niệm phật, hành thiền cho nhiều.

"Tu hành pháp bậc cao nhân,
Ngộ thánh tri kiến giả chân tỏ tường."
Người tu phải đạt thánh sản trong Phật giáo. Trong thế gian có nhiều của quý nhưng không gì quý bằng ân đức Phật Pháp Tăng. Tài sản sẽ vô thường, cho nên người tu phải tìm thánh sản, đó là niềm tin, giới hạnh, trí tuệ, bố thí, hổ thẹn tội lỗi, ghê sợ tội lỗi, chánh niệm. Những người xuất gia có tin nhân quả nghiệp báu. Quý vị tới đây tu thiền là có hạt giống thánh sản trong tâm. Niềm tin này hình thành trên nhân quả nghiệp báo. Nhờ có thánh sản này mà ta "ngộ tánh tri kiến liễu chân tỏ tường". Cuộc đời ai cũng phải chết, già, bệnh. Nếu mình làm tốt sẽ để lại tiếng thơm, làm xấu sẽ để tiếng xấu.

"Đến khi sanh mạng vô thường,
Các đồng phạm hạnh tư lường hỏi han.
Xét mình tâm đã bình an
Ra đi chẳng thẹn cùng hàng sa môn."
Người tu ra đi, nếu tu tốt ra đi thanh thản. Người không tu tốt lúc nào cũng biểu hiện tham sân si. Làm trụ trì mặt hằm hằm, không thấy cười, cuối cùng sẽ sống một mình, giống như lửa nóng. Người tu đạt đến chừng mực nào đó thì tâm thông cảm lớn, tâm tha thứ cao nên có thể mình cười, thoải mái, tha thứ, thông cảm được. Người tu là những bậc lãnh đạo tinh thần nên phải có tư cách, đạo hạnh, tâm vị tha .Có buồn cũng phải cười khi gặp mọi người. Nếu họ đến gặp mình để muốn mình chia sẻ nhưng mình than trước rồi thì người ta cũng chẳng dám xin mình một lời khuyên. Những bậc cha mẹ cũng

vậy, mình lãnh đạo tinh thần cho con cái thì phải có tư cách đạo hạnh con cái mới nghe lời. Trong kinh Trưởng lão tăng kệ giới thiệu những tấm gương các vị thánh thời đức Phật, những thánh ni, mỗi người là một tấm gương tuyệt vời, một bài học về cuộc đời của họ. Khi họ thành đạo họ có phương pháp tu rất hay. Hãy tìm đọc "Chú giải trưởng lão ni kệ" hoặc "Những người con gái của Đức Phật".

Trong Trung Bộ Kinh có bài kinh nói về công tử Ratthapala[7]. Ngài tu thành bậc A La Hán. Một hôm Ngài ôm bình bát đến trước nhà mình[8] để khất thực. Ông cha không nhận ra con trai của mình mà chỉ thấy một ông thầy chùa nên sanh tâm ghét, người nhà không ai đặt bát nên Ngài bỏ đi. Một lát sau gặp cô gái người làm trong nhà đem cháo thiu đi bỏ. Ngài nói hãy đổ vô bát của bần đạo. Người tớ gái đem cháo tới đổ vào bát chợt nhìn mụt ruồi trên mặt người tu thấy quen quen, nhìn dưới chân thấy quen quen, nhìn lên mặt thấy quen quen. Người tớ gái bèn chạy về nhà báo tiểu chủ đã về. Ngài đại đức nhận bình bát xong bèn tìm gốc cây ngồi ăn. Nếu người phàm phu thì sẽ tủi lắm vì vốn là dòng dõi giàu sang, về thăm nhà không nhìn mà còn nguyền rủa, nên phải ngồi ăn cháo thiu, mà cháo đó là của nhà mình. Nhưng đại đức là bậc thánh, Ngài nghĩ đến chuyện tế độ nên xem như không có

---

7. Ngài đại đức Ratthapala là một vị thánh. Quê hương của Ngài ở thủ đô New Dehli. Tại quê hương này, Phật thuyết bài kinh Tứ Niệm Xứ.

8. Chúng tôi có một lần ghé nơi Phật thuyết kinh Đại niệm xứ (quê hương của Ngài đại đức Ratthapala), xứ Kú Rú, thủ đô New Dedhi bây giờ, đây vẫn đang là những đồi đất hoang vắng.

gì xảy ra. Ngài ăn vừa xong thì gia đình kéo nhau đến. Ông cha giựt bỏ cháo thiu rồi nói sao đi về thăm nhà mà không vô nhà? Ngài đại đức ôn tồn nhã nhặn nói: Bần đạo bây giờ là vô gia cư, không nhà, sống nhờ bá tánh, đi khất thực là hạnh của sa môn, sống nương mọi người để phá bản ngã. Ông cha nói thôi mời con đi về nhà. Đại đức nói để ngày mai. Ông cha hiểu ý nói để ngày mai gia đình mời con về thọ trai. Hôm đó đại đức về vườn thượng uyển ở.

Trong lúc đó ông cha kêu những người vợ trước kia chuẩn bị, trang điểm khéo; kêu gia nhân chuẩn bị trước châu báu lụa là. Sáng đó ăn cơm xong, ông cha kéo tấm màn ra nói, đây là châu báu lụa là, đây là các vợ con, hãy kế tục sự nghiệp của ta. Những người vợ nắm níu đại đức. Ngài nói: Này các hiền tỷ đừng phiền nhiễu bần đạo mà mang tội. Rồi Ngài nói một bài kệ: sắc sẽ tàn úa theo thời gian, những người phàm phu thì còn dính mắc còn những bậc thánh thì xem đó như là một ổ đầy khổ lụy. Sau đó Ngài xoay qua nói với cha: tài sản này nó là một sự lo âu, là chướng duyên phiền não. Có người hiểu Ngài thì tỏ ngộ chân lý, người không hiểu thì oán trách.

Đức vua Korreyya biết công tử Ratthapala đã xuất gia, không bị danh lợi, không bị sắc dục và tài sản chi phối. Hay tin một gương thoát tục trong vương quốc của mình nên vua đến gặp Ngài đại đức.

Nhà vua: Ta được nghe công tử đã đi tu, là đệ tử của đức Gotama, trở về không bị cám dỗ bởi sắc dục, bởi tài sản. Nhưng nguyên do nào đại đức có được?

Ngài đại đức: Tâu đại vương, bần đạo đi tu vì được biết thế giới là vô thường đi đến hủy diệt; thế giới là vô hộ vô chủ;

thế giới là vô sở hữu, phải từ bỏ tất cả để rồi ra đi; thế giới là thiếu thốn, khao khát, nô lệ cho tham ái, bần đạo được nghe, được hiểu và liễu tri những điều đó từ lời dạy của đức Phật, đó là sự thật của cuộc đời này, cho nên bần đạo đi tu.

Nhà vua: Thế giới vô thường đi đến hủy diệt là sao?

Ngài đại đức: Ngày xưa Đại vương khỏe mạnh, nay già yếu, tóc bạc, da nhăn, lưng mỏi. Tâu đại vương, đó là thế giới vô thường đi đến chỗ hủy diệt là vậy.

Nhà vua: Thế giới vô hộ vô chủ là sao?

Ngài đại đức: Không ai làm chủ được mình, mà mình cũng không làm chủ được ai. Đau một mình, mình tự chịu lấy, đâu có ai muốn bịnh nhưng phải bịnh. Tâu đại vương, đó là thế giới vô hộ, vô chủ là vậy.

Nhà vua: Thế giới là vô sở hữu phải từ bỏ tất cả để rồi ra đi là sao?

Ngài đại đức: Đại vương có bao giờ nghĩ tài sản, sự nghiệp của đại vương sẽ theo và tồn tại với đại vương mãi mãi không? Hay đến lúc nào đó, đến với thế gian hai bàn tay trắng, ra đi cũng hai bàn tay trắng. Tâu đại vương, đó là thế giới vô sở hữu đều phải từ bỏ tất cả rồi ra đi là vậy.

Nhà vua: Thế giới là thiếu thốn, là tham ái cho nô lệ là sao?

Ngài đại đức: Lòng tham ái con người vô tận. Nếu đại vương nghe nói đâu có vương quốc nào, binh mã yếu, đất nước tài nguyên phong phú, có khả năng là đại vương cử tướng lãnh đến đánh phá chiếm đoạt về cho lãnh thổ của mình. Tâu đại vương, đó là thế giới tham ái cho nô lệ và vậy.

Quán thấy thế giới này vô thường, quán thấy không ai làm chủ được mình, quán thấy già bịnh chết, quán thấy lòng ham con người vô bờ bến nên bần đạo mới đi tu.

Hôm nay quý vị đến hành thiền, nghe pháp. Chúng tôi có duyên lành thuyết pháp về thập quán sa môn hạnh, giúp cho quý vị quán chiếu đời sống tu của mình để làm cho tốt, cho đúng theo giới luật của Phật, đồng thời nhắc nhở chúng ta đúng pháp, đúng luật, tiếp nối truyền thừa của Phật, làm tấm gương cho đại chúng noi theo. Kết quả tu tập của một người tu được biểu hiện nơi cách sống, nơi sự đối xử với mọi người, với chúng sanh ngày. Chúng ta thấy người xuất gia ngày càng tinh tế trong phạm hạnh, ngày càng sâu sắc trong oai nghi, ngày càng vị tha trong đối nhân xử thế, chúng ta biết người xuất gia đó là người tu đúng pháp và luật, là người có tiến bộ. Ngược lại, nếu chúng ta thấy người xuất gia còn nhiều hời hợt trong ứng xử với mọi người, còn nhiều dèm pha, lắm chuyện, điên đảo thị phi, còn nhiều ích kỷ, tham sân si, còn nhiều tính toán lợi ích cá nhân, chúng ta biết người tu ấy chưa có thiền định vững vàng, có thể đổ vỡ thập sa môn hạnh, có thể không đi trọn con đường tu hành đã chọn. Cho nên, Thập sa môn hạnh là bài học đạo đức mà người xuất gia cũng như Phật tử phải nên hàn tập, biến thành nếp sống hằng ngày của chúng ta. Đây là bài học phạm hạnh Phật dạy cho chúng ta không chỉ đời này mà cho cả đời sau, sau nữa./.

7. PHÁP LỤC HÒA[9]

Pháp lục hòa là một trong những đề tài Phật giảng trong Trung Bộ kinh. Đây là 6 pháp giúp cho hội chúng tỳ khưu, tỳ khưu ni, và Phật tử sống hòa hợp với nhau. Nếu một ngôi chùa không có pháp lục hòa, ngôi chùa đó sẽ không phát triển, hội chúng suy đồi vì không đoàn kết với nhau. Một tổ chức, công ty, xí nghiệp, đoàn thể cũng vậy, nếu không có lục hòa sẽ khó tồn tại lâu dài bởi những mâu thuẫn nội bộ sẽ xâu xé con người làm suy yếu nội lực của tổ chức đó. Trong gia đình không có lục hòa sẽ không hạnh phúc, nhiều sự ngăn cách giữa chồng vợ, con cái. Lục hòa giúp con người ở mọi nơi sống an lạc, các thành viên tôn trọng nhau, cư xử với nhau hài hòa đem lại sự phát triển thịnh vượng cho nơi ta đang sống.

Chúng ta thường nghe hai từ "đại chúng". Theo nhà Phật, đại chúng bao gồm: Tỳ kheo, tỳ kheo ni, thiện nam, tín nữ. Nếu bốn thành phần này hòa hợp, phát triển tốt sẽ giúp cho Giáo hội, giúp cho xã hội tốt. Trong Giáo hội, tông phái nào cũng phải hội đủ bốn thành phần này. Giống như cái ghế có bốn chân, ba chân thì ghế yếu, hai chân thì ngồi té bất cứ lúc nào.

Giáo hội Phật ngày xưa cũng quy tụ bốn thành phần này. Nhờ đệ tử của Phật biết vâng lời Ngài dạy: tôn trọng đạo sư, tôn trọng giáo điều. Một điều ta lưu ý là Phật thành lập Giáo hội đầu tiên có 60 người, mỗi người nhận trách nhiệm hoằng pháp một nơi, không bao giờ hai vị đi chung với nhau đến

9. Giảng đường: chùa Bửu Quang, ngày 24/8/2014.

cùng một điểm. Cho nên, mỗi buổi sáng, 60 vị sư đi trì bình khất thực giảng pháp ở 60 địa điểm cách xa nhau. Nhờ đó mà giáo pháp lan rộng. Ngẫm nghĩ thấy đây là cách giới thiệu giáo lý Phật giáo rất hiệu quả thời bấy giờ. Nội dung pháp Lục hòa gồm có:

Thân hòa (tiếng Pali Kāya Sāmaggī): Thân hòa là sống trong một đoàn thể thì cùng nhau mà làm, mỗi người mỗi việc. Ngôi chùa cũng giống như một cơ sở, công ty, xí nghiệp. Giám đốc chỉ đạo, vạch ra kế hoạch, quản lý điều hành, còn nhân viên thực hiện. Người ta hay nói: một người tính, chín người làm. Trong gia đình cũng vậy, chồng và vợ chia sẻ nhau công việc nhà. Chồng giặt giũ, vợ đi chợ. Chồng đón con, vợ nấu cơm. Chồng lau nhà, vợ rửa chén. Vậy là công bằng, là thân hòa, nghĩa là không có cảnh người thì làm quá nhiều việc, người khác thì ngồi đọc báo, xem ti vi. Tuy vậy, ở xã hội Việt Nam, tư tưởng gia trưởng vẫn còn nặng nề. Có bà vợ đi đâu, làm gì dù có bận cách mấy thì cũng phải về nhà nấu cơm cho dù ông chồng ở nhà không bận việc gì cả. Nấu cơm xong rồi phải dọn lên mâm, chén đũa đàng hoàng. Mà vậy cũng chưa xong, phải lên nhà trên nói: "Mời anh xuống ăn cơm!" Lúc đó người chồng mới ngồi vô mâm và ăn. Thực tế có chuyện thật như vậy. Người vợ nhiều năm sống như thế, tâm tư rất ấm ức, tức tối, nhiều khi muốn ly dị cũng chỉ vì không có sự chia sẻ trong công việc từ phía người chồng, nghĩa là không có thân hòa. Nhưng ở xã hội phương tây thì khác. Sư có dịp đi các nước Anh, Áo, Phần Lan, Đức, Pháp, Mỹ từ những năm 2001, có dịp ghé thăm nhiều gia đình phật tử, thấy cuộc sống của họ chia sẻ việc nhà với nhau rất hợp lẽ. Người chồng ở xã hội Âu Mỹ làm việc nhà là chuyện bình

thường. Ông chồng đi chợ, bà vợ nấu cơm. Ông chồng cắt cỏ ngoài sân, bà vợ cho con ăn. Ông chồng rửa chén, bà vợ dùng máy hút bụi trên thảm. Tất cả những việc nhà họ làm đồng đều như nhau. Người chồng rất nhẹ nhàng, lịch sự, chẳng hề to tiếng với vợ bao giờ. Ở châu Á, nhiều người chồng đánh vợ tàn nhẫn, thậm chí còn hành hung hại vợ. Có ông còn cột tóc vợ vô cây, cột để đánh.

Hòa là phải biết tôn trọng lẫn nhau. Trong chùa, thân hòa còn thể hiện qua việc giờ công phu thì mọi người cùng công phu, giờ ăn trưa thì mọi người cùng ăn trưa. Không có việc giờ công phu người có người không. Người quản lý phải nhắc nhở mọi người giờ giấc chấp tác, làm việc trong chùa. Ở đây, nếu người quản lý không có tâm tu, khi có những trường hợp không tôn trọng thanh quy ở chùa, thì họ sẽ có những lời nói hung hăng, hoặc tâm lý họ không ổn. Điều đó sẽ không tốt cho hai phía. Cho nên Phật dạy, phải có thân hòa. Nếu ta sống chung với một người biết thông cảm với người khác thì rất dễ sống với nhau. Người biết thông cảm là người có ý thức sống trách nhiệm, đồng cảm với người chung quanh.

Khẩu hòa (tiếng Pali Vacī Sāmaggī): Lời nói phải có chánh ngữ. Lời nói phải có lợi cho mình và cho người. Nếu lợi mình, hại người thì không nói. Người tu phải ý thức hằng ngày tiếp xúc mà nói không khéo sẽ gây khẩu nghiệp rất lớn. Phật dạy chánh ngữ là nói đúng sự thật, nói có lợi cho ta và cho người. Người có chánh ngữ là người ít nói. Nói nhiều chỉ gây khẩu nghiệp. Nếu trong một tổ chức, một gia đình ai cũng giữ giới và có chánh ngữ thì thật là hạnh phúc. Đa phần chúng ta ghét người nói dóc, nói xạo. Người nói dóc nhiều khi gạt ta mà ta không biết. Nhưng ở một góc cạnh nào đó, nhiều khi thiên

hạ thích nghe lời nói dối hơn là sự thật. Ví dụ, người già thì mắt mờ, tai điếc, da nhăn. Nhưng gặp người quen khen một câu: bà lớn tuổi mà cười còn có duyên lắm nghen! Tự nhiên thấy phấn khởi, yêu đời hơn. Còn nếu như nói: bà sao dạo này xuống sắc nhiều nghen, cười như mếu vậy hả! Nghe vậy tự nhiên thấy ỉu xìu, thấy mình già hơn tuổi nhiều lắm. Khẩu hòa là phải biết nói trung thực. Tu cả đời chứ không phải tu một ngày. Nhiều người có những hành động, cử chỉ âm thầm mà khiến mình không quên. Còn lời nói văn chương hoa mỹ để chinh phục mà không thật tâm thì chẳng đáng nhớ làm gì. Chánh ngữ là lời nói đúng sự thật, lợi mình lợi người. Lời nói mang lại lợi ích cho người khác, giúp người ta chuyển hóa nội tâm thì lời nói đó rất đáng nói. Ta có quyền nói nhiều nếu đó là những lời chân thật làm người khác thay đổi tốt hơn. Hãy biết xem mình là người bình thường, đó là nghệ thuật đắc nhân tâm thu phục người khác. Tấm gương đạo đức của mình sẽ giúp chuyển hóa người khác. Nói ít nhưng làm tốt để cho người khác noi theo mà thay đổi giúp họ tiến bộ, thăng hoa trên con đường giác ngộ giải thoát. Khẩu không hòa là sự thất bại trong một tổ chức. Khẩu không hòa là ở đó có người không tôn trọng sự thật. Thật hạnh phúc và bình yên khi ta sống chung với người chân thật. Trong gia đình, khi người chồng không chung thủy họ thường nói dối. Khi phát hiện người chồng sống dối láo với mình, người vợ sẽ không còn niềm tin nữa. Chân thật, trung thực ví như viên ngọc quý trong tình bạn. Ai nói dối nhiều sẽ thành thói quen khó bỏ, người ta gọi là nổ. Có người nổ rôm rả, thích dựng chuyện, không nói có. Phật dạy, người nói nhiều dễ bị rơi vào nói ba hoa, nói huyên thuyên. Cho nên người tu phải ráng giữ sự chân thật của mình. Nếu mọi người biết tôn trọng giới thứ 4

thì sẽ có khẩu hòa. Nếu không, ta luôn sống không có chánh ngữ. Trong một đoàn thể, tổ chức, công ty ai cũng muốn phát ngôn, ai cũng nói không đúng sự thật thì coi như không có khẩu hòa. Phật dạy muốn xây dựng khẩu hòa phải luôn có chánh, ngồi thiền nhiều, tĩnh lặng, nhờ vậy mới kiểm soát được tâm mình. Kiểm soát tâm rất quan trọng. Có kiểm soát tâm ta mới thấy được những lúc mình nói với người khác bằng lời lẽ ác ý mà người xưa gọi là ác khẩu. Ta nguyền rủa người này, đâm thọc, chia rẻ, nói xấu người kia. Đó là ta đã làm mất khẩu hòa rồi. Vậy, chúng ta phải cố gắng tu làm sao đừng tạo khẩu nghiệp là được.

Ý hòa (tiếng Pali Citta Sāmaggī): Ta thường nghe thân khẩu ý. Trong đó ý là quan trọng nhất. Kinh Pháp Cú viết: "Ý dẫn đầu các pháp". Ý phát sanh thì khẩu mới nói, tay chân mới hành động. Cho nên, tu là tu làm sao cho ý bớt tham sân si. Tất cả tội lỗi do con người gây ra đều từ lòng tham. Trong tứ diệu đế, Đức Phật Ngài nói: sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, xa người yêu là khổ. Tóm lại thân này là khổ. Tất cả khổ do nguyên nhân sâu xa là lòng tham. Nếu chúng ta bớt đi ý tham, ý sân, ý si ta sẽ sống nhẹ nhàng, tự tại an lạc. Khi ý khởi lên tâm tham sân si thì mình tía tai đỏ mặt. Hãy biết tu là bỏ xuống bớt tham sân si chứ chưa diệt tiệt tham sân si. Biết dừng lại những cái bất thiện giúp ta sống khỏe. Lòng tham lớn, ái dục lớn khiến ta không hạnh phúc, ta đầy giận hờn, ham muốn nên ta đau khổ. Nếu trong chùa ai cũng giữ giới là thể hiện ý hòa, vì ý họ bớt ham muốn, tâm họ bớt ngu si. Một ngày tu chưa thành chánh quả nhưng một ngày ngu hậu quả khôn lường. Tu là phải thấy được tâm ý của mình. Ta thường cho mình đúng người khác sai. Tu là phải phân biệt

được đúng sai. Có khi phải đặt mình vào vị trí người khác để hiểu người ta hơn và thấy rõ bản thể của mình.

Lợi hòa (tiếng Pali Lābha Sāmaggī): Chia sẻ các quyền lợi đồng đều cho nhau. Trong nhà có quà bánh thì chia sớt cho con cháu, hàng xóm. Trong chùa có tứ sự như thực phẩm, thuốc men, chỗ ở, y áo phân chia đồng đều cho đại chúng gọi là lợi hòa. Thời Đức Phật, Ngài có nhiều đệ tử, Phật luôn sống gần gũi, thuyết pháp, dạy đạo, thì giờ rảnh thường gặp các đệ tử thăm hỏi động viên. Một ngày của Đức Phật thường là 5 giờ sáng Ngài nhập từ bi quán để xem chúng sanh nào có duyên tế độ ngày hôm nay rồi sau đó vào lúc 7 giờ Ngài đi khất thực, lúc 12 giờ trưa Ngài thọ thực. Buổi chiều Phật thuyết pháp độ cho tăng ni. Đến đầu giờ khuya Phật thuyết pháp độ chư thiên. Mỗi ngày, Đức Phật ngủ chưa đầy 2 tiếng đồng hồ. Ngài sống gần gũi các vị tỳ kheo.

Trong kinh điển Phật nói đến bốn loại thức ăn: đoàn thực, xúc thực, tư niệm thực, thức thực. Bốn loại thức ăn này cung cấp dưỡng chất nuôi sống và làm phát triển thân tâm của con người. Nói chung cách ăn uống thông thường, gồm có thức ăn và thức uống gọi là đoàn thực. Trên thực tế, chỉ có đoàn thực thôi thì chưa đủ để nuôi dưỡng thể xác và tâm hồn con người. Sáu căn của con người (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) luôn tiếp xúc với sáu trần: sắc, thinh, hương, vị, xúc, pháp (màu sắc, hình dáng, âm thanh, mùi vị, cảm giác khi xúc chạm, các đối tượng suy tư của tâm ý), sự tiếp xúc ấy được gọi là xúc thực. Căn và trần tiếp xúc với nhau sinh ra nhận thức, phân biệt, hiểu biết gọi là thức. Nhãn thức, nhĩ thức, tỉ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức; những nhận thức ấy được gọi là thức thực. Những hồi ức, suy tư, nghĩ tưởng, mơ ước và mong

muốn của con người được gọi là tư niệm thực. Đức Phật nói về bốn loại thức ăn dùng để nuôi dưỡng thân tâm với mục đích giúp con người nhận thức về tầm quan trọng của nó để chọn lựa những loại thức ăn có lợi cho cơ thể và tâm hồn. Về nuôi dưỡng cơ thể, Đức Phật dạy chúng ta xem ăn để duy trì sự sống chứ không phải sống để ăn uống hưởng thụ, đừng vì tham đắm ăn uống mà tạo nghiệp ác, đừng vì tham đắm ăn uống mà bất chấp nguy hại. Về thức ăn nuôi dưỡng tâm hồn, Đức Phật dạy ngồi thiền là loại thức ăn để nuôi dưỡng tâm linh của chúng ta. Nhiều người thi đậu, thực hiện thành công một dự án, những lúc đó hưng phấn, họ không thấy đói, đó là tư niệm thực của họ cao. Đoàn thực, xúc thực, tư niệm thực, thức thực là bốn loại thức ăn nuôi dưỡng danh và sắc.

Nói lợi hòa là liên quan tới 4 loại thức ăn đó. Có những trường hợp "Lời chào cao hơn mâm cỗ" ý nói là người ta không cần phải ngồi vào bàn ăn nhưng một tiếng mời chào hợp lý, hợp lẽ làm thỏa danh dự người ta, làm mát ruột mát gan người ta dù họ không "cầm đũa" cũng thấy no. Vì vậy, trong một đoàn thể, mọi người phải hòa hợp về quyền lợi. Người lãnh đạo phải biết quan tâm đến quyền lợi cấp dưới, tất nhiên cấp dưới có thái độ tốt với cấp trên, tự nguyện trung thành. Yếu tố lợi hòa là rất quan trọng.

Kiến hòa (Diṭṭhi Sāmaggī): Là sự hòa hợp với nhau trong hiểu biết. Thông thường, người ta hiểu biết khác biệt nhau, không đồng đều nhau. Người này tụng kinh, người kia ngồi thiền. Nhưng khi đến đây ai cũng niệm Phật, không phân biệt cái này đúng, cái kia sai. Nếu như chúng ta không làm được vậy thì coi như không có kiến hòa. Chia sẻ kinh nghiệm trong tu tập giáo pháp đức Phật, giảng giải những điều hay

mà mình biết được cho người khác biết cũng là thể hiện kiến hòa. Niết bàn là không còn chấp. Nếu còn chấp là chưa giác ngộ giải thoát. Cho nên mình muốn cho người khác tiến bộ trong sự tu hành, giúp họ khám phá những điều lợi ích trong giáo pháp giống như mình là kiến hòa, là không ích kỷ, chấp ngã. Khi mình chia sẻ sự hiểu biết cho bạn đồng tu mình sẽ có sự an vui.

Giới hòa (Sīla Sāmaggī): Trong chùa tăng ni cùng nhau giữ giới, tăng trưởng đạo đức, cùng tu hòa thuận với nhau thì gọi là giới hòa. Phật ban cho người cư sĩ có 5 giới, sa di có 10 giới cộng thêm một trăm ba mươi mấy giới, tỳ kheo 227 giới để tu theo Phật, hành theo Phật. Người xuất gia phải tôn trọng lời dạy của Đức Phật. Trong các giới, có giới không được ăn sái giờ. Trong chùa, không ai ăn vào buổi chiều. Nhưng khi bệnh cần ăn để uống thuốc thì phải kín đáo, không để người khác thấy, họ xầm xì vì giới mình không hòa, đồng phạm hạnh chê trách. Đó là giới thì phải tôn trọng. Trong gia đình, vợ chồng, không giữ giới thì la ó om sòm, chồng nhậu, vợ đánh bài. Hai bên không giữ giới, giới không hòa dễ dẫn đến mâu thuẫn, tan vỡ. Trong gia đình, mọi người giữ 5 giới thì có hạnh phúc. Nếu người chồng không giữ giới thứ 5 là không uống rượu, cứ "say sưa ngã gió đi xiêng, nằm bờ ngũ bụi như điên khác nào" thì gia đình lục đục, vợ con đau khổ. Đó là hậu quả của việc không có giới hòa. Cho nên giới phải hòa.

Pháp lục hòa đức Phật đã dạy từ 25 thế kỷ về trước. Ngày nay ta đọc vẫn thấy hay. Nếu mỗi cá nhân, tổ chức áp dụng pháp lục hòa ta sẽ thấy cuộc sống như ở thiên đàng, không có tranh giành, đua chen nhau mà chỉ có sự hòa hợp, nhường nhịn, thương yêu mà thôi. Kẻ thù phá vỡ pháp lục hòa có 4

điều sau đây: Tây vị vì thương, Tây vị vì ghét, Tây vị vì sợ, Tây vị vì ngu.

Tây vị vì thương là mình dành tình cảm đặc biệt cho người thân ở cùng trong chùa, trong công ty, xí nghiệp. Nhiều khi mình bênh vực họ khi họ phạm lỗi lầm bất chấp nội quy quy định của tập thể. Giống như giám đốc đưa nhiều người nhà vào làm trong cơ quan thì sẽ phá vỡ lục hòa của tổ chức. Ông bà xưa nói: "Một giọt máu đào hơn ao nước lã", "Một người làm quan cả họ được nhờ"; thói thường ai cũng lo cho người thân nhiều hơn, chia quà cho người thân nhiều hơn. Sự thiên vị đó sẽ làm mất lục hòa trong tập thể, tổ chức. **Tây vị vì ghét** là lãnh đạo mà ghét nhân viên thì dẫn đến không công bằng. Lãnh đạo tốt phải biết dung hòa mọi người, thấy yếu thì nâng đỡ, tạo điều kiện cho người ta phát triển chuyên môn nghề nghiệp. Nếu tây vị vì ghét rồi vùi dập là tâm địa thấp hèn sẽ phá vỡ lục hòa. **Tây vị vì sợ** là sợ đụng chạm, sợ bứt dây động rừng, sợ mất lòng. **Tây vị vì ngu** là kiến thức điều hành yếu và thiếu, nông cạn, xây dựng pháp lục hòa không khoa học, người ta thấy mình ngu dốt, bồng bột. Như vậy cũng phá vỡ pháp lục hòa.

Ông bà xưa nói: "Một cây làm chẳng nên non, ba cây chụm lại nên hòn núi cao". Sự thành công không thể một mình ta làm được, cho nên ta phải biết thu phục những người chung quanh mình. Sự đoàn kết, hòa hợp là sức mạnh. Giám đốc quy tụ được những trưởng phòng giỏi thì công ty mới phát triển. Giám đốc Viện Lúa Đồng Bằng Sông Cửu Long vào những năm 1975-1985 đã quy tụ nhiều kỹ sư nông nghiệp giỏi. Giám đốc là người quản lý, điều hành những kỹ sư này, quan tâm đời sống vật chất lẫn tinh thần của họ cho nên Viện Lúa đã có

nhiều thành tựu, nhiều phát minh sáng tạo góp phần cho sự phát triển nông nghiệp ở vùng Đồng bằng sông Cửu Long lúc bấy giờ. Đó chính là nhờ có lục hòa trong cuộc sống.

Chúng ta thường nghe nói câu: ngàn mắt ngàn tay (thiên thủ thiên nhãn) ý nói việc gì mà có nhiều người cùng chung lo thì sẽ thành tựu. Người muốn làm việc lớn phải quy tụ được nhiều người góp sức thì tự nhiên có ngàn mắt, ngàn tay. Muốn vậy, người đó phải có trái tim nhân ái, từ bi hỷ xả, biết chiêu hiền đãi sĩ, biết bỏ xuống cái bản ngã, bỏ xuống lòng kiêu ngạo, sự tự hào về cái tôi của mình.

Kinh Pháp Cú viết: "Vui thay Đức Phật ra đời/ Vui thay giáo pháp giảng lời sâu xa/ Vui thay hòa hợp tăng già/ Lành thay tứ chúng vui mà đồng tu". Giáo pháp Đức Phật có thịnh hành và phát triển cũng là do nơi tứ chúng, tăng già hòa hợp, đồng tu với nhau. Niềm vui đó vô cùng thiêng liêng quý báu không gì sánh bằng bởi vì mọi người gắn bó nhau, san sẻ cho nhau trong sự thương yêu nhau, tôn trọng nhau. Đó là những đức tính tốt đẹp của người tu. Thực hành pháp lục hòa giúp chúng ta có đạo đức, có trí tuệ, chúng ta trưởng thành trong pháp và luật, đem niềm tin đến cho mọi người tìm đến với giáo pháp của Đức Phật Gotama./.

PHẦN IV

1. Sống Và Tu
2. Sống Trong Sợ Hãi
3. Sống Phải Thật
4. Sống Trong Chánh Niệm Và Tỉnh Giác
5. Sống Theo Phật
6. Im Lặng Và Mỉm Cười
7. Năm Bính Thân Nói Chuyện Khỉ

1. SỐNG VÀ TU[1]

SỐNG - Trong kinh Phật dạy người tu chúng ta phải tập sống trong hiện tại, vì giây phút hiện tại là giây phút màu nhiệm và thiêng liêng. Nếu ta đánh mất giây phút hiện tại, chỉ biết truy tìm luyến tiếc quá khứ hay mong cầu hi vọng tương lai thì sự an lạc hiện tại của chúng ta sẽ không tồn tại. Tập sống trong hiện tại là ta ghi nhận hay biết những gì đang xảy ra trong hiện tại. Ví dụ, các vị đang nghe pháp thì phải tỉnh táo nghe, ghi nhận Thiện Minh đang nói cái gì. Nói cái gì hay thì mình học. Nếu sống trong hiện tại, quý vị đang nghe pháp mà ngồi cho có ngồi, suy nghĩ đâu đâu, nghĩ hết cái này đến cái kia như vậy là mình không có sống trong hiện tại.

Giống như quý vị tiếp một người khách đến thăm nhà mà quý vị không sống trong hiện tại thì họ sẽ chán mình. Quý vị tiếp xúc với họ, nói chuyện với họ nhưng mắt nhìn đâu đâu, thái độ thờ ơ, lạnh nhạt thì chẳng ai muốn gặp quý vị nữa. Ngược lại nếu giây phút đó quý vị thiệt tình niềm nở, vui vẻ, nói chuyện chân thành thì họ sẽ trân trọng cách đối xử của quý vị, mối quan hệ với nhau sẽ bền chặt hơn. Vì vậy, người tu phải biết giữ chánh niệm, hay biết những gì đang diễn ra ngay trong phút giây hiện tại. Được như vậy ta sẽ có cảm nhận sâu sắc mỗi giây phút của cuộc đời ta, những giây phút mà khi nó đã trôi qua thì không bao giờ còn lặp lại. Đức Đạt Lai Lạt Ma đã có những lời dạy về cách sống rất hay:

---

1. Giảng đường: Thiền Viện Phước Sơn, khóa tu gieo duyên và khóa tu một ngày tháng 6/2014.

Khỏe không phải là nhấc lên mạnh mà là để xuống nhẹ: Con người khỏe mạnh, năng lực dồi dào nhưng nếu họ có tu, có học, biết sống trong hiện tại thì làm việc gì cũng dễ dàng, nhẹ nhàng. Chẳng hạn mình mời người ta uống nước mà để cái ly chỉ cần hơi mạnh một chút là người ta suy nghĩ rồi, làm sao người ta uống ngon được? Khỏe ở đây không phải nhấc lên mạnh mà là để xuống nhẹ cũng có nghĩa là làm cái gì cũng dễ dàng. Cái mạnh, cái khỏe trong Phật giáo không phải ở thể chất mà là ở tâm lực. Đức Phật chúc cho ta có sức mạnh không phải là chúc ta có thể lực tốt. Quý vị xem phim Tây Du Ký, có nhớ nhân vật Trư Bát Giới khỏe mạnh, to con nhưng tâm địa xấu xa, lòng tham dục nặng trĩu không? Nhân vật này ta thấy đầy ngoài xã hội, đó là chuyện bình thường. Còn nhân vật Tề Thiên thân hình nhỏ nhắn mà lại vô cùng nhanh nhẹn, thông minh trí tuệ, thần thông biến hóa. Nhân vật này có tuệ giác, có tình cảm, có đạo đức. Nếu nói về cân ký thì Tề thiên nhẹ cân hơn Trư Bát giới nhiều, nhưng đã để lại ấn tượng vô cùng sâu sắc đối với biết bao nhiêu thế hệ người xem. Cho nên cái khỏe không phải ở chỗ nhấc lên mạnh mà là để xuống như thế nào, phải có thế, có ý mới đặt xuống nhẹ nhàng và đúng chỗ. Cho thấy tâm lực rất quan trọng.

Kính không phải là cư xử với ở trên mà là đối xử với người ở dưới: Người Việt có câu nói chê bai những người sống theo thói đời: "thượng đội hạ đạp". Những người sống theo cách nịnh bợ những ai hơn mình, có quyền chức, giàu có hơn mình và ngược lại chà đạp, khinh khi, hiếp đáp những ai yếu thế, nghèo khó, hèn kém, địa vị xã hội không có, người sống như vậy ông bà xưa hay nói là kẻ tiểu nhân, là người chưa biết tu, chưa học được chữ kính. Phật dạy, người xuất

gia phải lấy giới luật làm đầu. Người tu phải biết kính trọng thầy trụ trì, sư anh, sư chị, những vị đã xuất gia trước mình. Pháp cung kính phải biết là khi lên chánh điện lễ Tam Bảo phải lạy Phật 3 lạy tỏ phép cung kính. Đối với những vị tu lâu có tuổi hạ cao hơn mình, ta phải biết chào họ.

"Mình là con Phật thanh cao
Chắp tay thưa thỉnh vái chào lễ nghi
Nói năng dáng đứng cách đi,
Sao cho điềm đạm oai nghi chỉnh tề".

Tác phong bên ngoài biểu lộ tâm tu hành của quý vị. Nhìn tác phong của một người, ta có thể thấy biết được tâm của người đó. Tâm là cái không có hình tướng. Vì vậy, ta phải mượn ngôn ngữ, cử chỉ, hành vi, thái độ để biểu lộ tâm. Nhìn một dáng đứng, cách đi, kiểu ngồi, tay rót nước pha trà, nghe âm thanh tiếng nói ta có thể hiểu được phần nào một con người. Ông bà xưa nói: "Chim khôn kêu tiếng rảnh rang, người khôn ăn nói dịu dàng dễ nghe". Tiếng nói, cách nói hay còn gọi là ngữ điệu bộc lộ rất rõ cái gốc gác văn hóa, cũng như trình độ tu tập của một con người. Người khôn là người nói lời hòa ái, dịu dàng, dùng từ đúng mực, đúng lẽ không nói to, cười to giữa nơi đông người, không ồn ào, lời lẽ ba hoa. Người khôn ăn nói dịu dàng là người nói những lời không làm người khác đau khổ, phiền não, chia rẽ, đâm thọc. Muốn biết tâm của một người nào ta hãy nhìn cách sống của họ, tác phong của họ. Tâm cung kính thể hiện qua hành động cung kính, từ lời ăn tiếng nói cho đến những sinh hoạt hằng ngày. Trong hội chúng muốn tồn tại phát triển lâu dài thì mỗi người phải có sự tôn trọng lẫn nhau.

Đẹp không phải là hút người vào mà giữ người ở lại **lâu:** Cái đẹp trong Phật giáo là cái đẹp của từ bi, hỷ xả, cái đẹp của bố thí cúng dường, cái đẹp của yêu thương, chia sẻ. Chúng ta cúng dường y phục đến những vị tu hành đạo đức, bố thí áo quần cho những người đói rách, cúng dường bông hoa đến bàn thờ Tam Bảo, bàn thờ tổ tiên, cha mẹ, thầy tổ. Nhờ phước cúng dường, bố thí vậy mà chúng ta có dung sắc xinh đẹp.

"Người màu da tươi sáng
Giọng nói đẹp lòng người
Dung mạo nhìn dễ mến
Có phong cách đoan trang
Người quyền quí cao sang
Bậc vương triều tôn chủ
Bậc chuyển luân thánh chúa
Bậc thiên vương cõi trời
Tất cả quả lành nầy
Do công đức đã tạo".

Đó là vì chúng ta thường cúng dường bố thí thì tâm ta luôn hoan hỷ. Tâm luôn hoan hỷ thì mặt mày rạng rỡ, xinh tươi. Người ta hay nói hai chữ "thần sắc" là muốn nói cái tâm lực của một người toát lên qua vẻ bên ngoài là vậy. Tâm vui thì mặt vui. Tâm buồn thì mặt mày ủ dột, héo hon. Người có thân hình thô kệch, miệng hô, răng thưa, hãy đừng buồn, hãy tự mình chiêm nghiệm, có lẽ mình thiếu phước cúng dường bố thí nhang đèn, bông hoa đến Tam Bảo, thiếu phước cúng dường y phục đến cho các vị sa môn và bố thí áo quần, cơm nước cho những người nghèo khó chăng? Quý vị nên nhớ phước bố thí cúng dường cho ta có được dung mạo bên ngoài

dễ mến. Nhưng còn một dung mạo đẹp hơn, cao thượng hơn, đó là tư cách, đạo đức, giới hạnh. Đó chính là khuôn mặt (dung mạo) thứ hai của người tu. Khuôn mặt này do ta tạo ra cho chính ta. Không ai làm giùm ta được. Chỉ có tư cách, đạo đức, giới hạnh mới giữ người ở lại với ta lâu hơn. Người có đạo đức sẽ thu hút người khác đến với mình. Quen bạn thì dễ, nhưng để giữ bạn lâu dài thì rất khó. Tình bạn, tình thân muốn lâu dài, bền vững phải có lòng tin nhau. Muốn tin nhau thì phải có tấm lòng với nhau. Xấu không phải ở khuôn mặt mà là ở cách sống. Có người mà cách sống của họ làm mình nhớ mãi. Nghĩa cử của họ mình không bao giờ quên. Đọc báo, xem ti vi ta biết có nhiều tấm gương trên thế giới cho ta học hỏi. Có rất nhiều người đã sống hi sinh trọn vẹn cuộc đời của họ cho những người bị bệnh phong, chăm sóc bệnh nhân với lòng yêu thương vô bờ bến. Có người thương cha kính mẹ, có thể cõng mẹ đi hết núi này qua núi nọ, hoặc như anh chàng người Ấn Độ đã đóng chiếc xe ngày nào cũng chở mẹ tới tắm bên bờ sông Hằng dù đường từ nhà anh đến sông Hằng dài rất dài. Ngày xưa, có một đứa bé nghèo rất thương mẹ. Nó đến tiệm hủ tiếu muốn mua một tô hủ tiếu mì về cho mẹ nó ăn. Nhưng nó không có đủ tiền vì một tô hủ tiếu mì giá tới 5 đồng bạc. Thấy nó đứng tần ngần lâu lắm bên cửa tiệm, hít lấy hít để cái mùi thơm của nước lèo, của thịt và rau, ông chủ tiệm hủ tiếu thấy thương bèn nói với cô con gái nhỏ của mình làm một tô hủ tiếu mì bỏ vô bọc cho nó mang về, còn tặng thêm một chai sữa. Đứa bé rất bất ngờ, ngạc nhiên và sung sướng không thể tưởng, nó cầm ngay bọc hủ tiếu và chai sữa chạy ù về nhà cho mẹ. Hai mươi năm sau, tại một bệnh viện, có một ông già sức khỏe đang nguy kịch cần phải mổ gấp may ra mới cứu sống được ông ta. Cô gái cầm tờ giấy

ghi rõ số tiền viện phí cần phải đóng trước khi ca mổ được tiến hành mà nước mắt lăn dài. Cô thật sự không có tiền. Nhiều năm qua, cô đã bán hết tài sản để chữa bệnh cho cha. Khi cô đang đứng khóc bên ngoài hành lang bệnh viện thì có một bác sĩ trẻ đi ngang qua. Anh ta nhìn cô, nhìn cô đăm đăm. Vài ngày sau, sức khỏe ông già sau ca mổ đã hồi phục. Cô gái cầm trên tay tờ giấy ghi dòng chữ: "Tất cả chi phí ca mổ này đã được thanh toán bằng giá một tô hủ tiếu mì và một chai sữa cách đây hai mươi năm". Câu chuyện rất cảm động về tình người bắt đầu từ một nghĩa cử hào hiệp của ông già bán hủ tiếu. Hai mươi năm sau, nghĩa cử cao thượng của chàng trai lại tiếp nối. Chúng ta hãy tập sống sao cho cái đẹp, cái cao thượng luôn lan tỏa trong tâm hồn mỗi người.

Khéo không phải là tạo điều to mà làm điều nhỏ: Khéo là làm từ những cái nhỏ. Có người quan tâm việc lớn mà không quan tâm việc nhỏ. Ví dụ mình mới tập tu phải bắt đầu từ cái nhỏ, những gì thầy giao cho mình phải làm cho thật giỏi. Nhiều khi thấy việc nhỏ quá không làm, chỉ muốn làm chuyện lớn. Cho nên hãy bắt đầu từ cái nhỏ tốt mới làm được những cái lớn tốt. Buồn không phải ở bên ngoài mà là ở bên trong chúng ta. Buồn nào rồi cũng trôi qua, chỉ có buồn ngủ không tha ta ngày nào. Buồn và khổ ai cũng có. Nhưng quan trọng là khi ta buồn khổ ta khắc phục như thế nào. Cái buồn, cái khổ mà ta không tìm cách vượt qua thì chính cái buồn khổ đó sẽ tiêu diệt ta, áp đảo ta từng ngày, từng giờ, dẫn ta đến chỗ 4 cao một thấp là: cao máu, cao mỡ, cao đường, cao tuổi và một thấp là thấp khớp. Ai là nhà sư thì có thêm cái "cao tăng". Nói vui như vậy để quý vị thấy là bệnh do tâm tạo nên. Tâm ta tham muốn nhiều ví dụ như tham ăn, ăn

nhiều thì bệnh nhiều, ăn không chọn lựa cẩn thận thì bệnh nhiều, bệnh do thức ăn tạo nên, do nghiệp tạo nên. Hiện nay, thực phẩm quá phong phú nhưng nếu chúng ta không biết đủ, không biết dừng lại thì mỗi bữa ăn chính là ta tự đầu độc mình bằng cách đưa những thức ăn chứa nhiều độc tố, hóa chất tẩm ướp vào cơ thể. Nhắm mắt mở mắt hết ngày. Nhắm mắt mà không mở mắt thì hết đời. Vừa qua, Sư có dịp đi Mỹ. Một tháng sau trở về, trái táo để trên bàn làm việc vẫn còn rất đẹp, cuống táo chỉ hơi héo xíu thôi. Cho thấy rằng trái cây bây giờ cũng ướp thuốc dữ lắm. Sư cũng vừa nghe câu chuyện của một người đàn ông khoảng chừng 40 tuổi. Ngày nào anh ta cũng chơi Tenis. Ngày nào anh ta cũng sống vui vẻ, yêu đời, khỏe mạnh. Một hôm anh ta thấy cái chân hơi bị đau đau. Anh ta đi bác sĩ Bệnh viện 115 khám. Bác sĩ yêu cầu làm xét nghiệm. Sau đó bác sĩ nói với anh ta rằng: bệnh anh có thể kéo dài mạng sống khoảng chừng ba tháng nữa. Anh ta không tin, bèn đi bệnh viện Chợ Rẫy điều trị. Tại đây bác sĩ cho biết anh ta bị ung thư gan giai đoạn cuối. Và chỉ còn kéo dài được 1 tháng nữa thôi. Anh ta cảm thấy choáng váng và sau đó bắt đầu tin lời bác sĩ nói. Anh ta tự mình sắp đặt mọi chuyện chuẩn bị cho sự đi xa của mình. Anh ta nói với người vợ: "Anh thiệt không ngờ nó nhanh như thế này". Và 22 ngày sau, anh ta mất.

Bệnh, già, chết đến với ta bất cứ lúc nào đó quý vị! Cho nên, khi có ai đó hỏi: anh khỏe không? Quý vị thường hay nói: Tôi khỏe! Thiệt sự ta nên nói như vầy: Tôi ổn, tôi tạm ổn! Ta đâu biết trong thân ta nó tiềm ẩn những bệnh gì? Cho nên tốt nhất hãy nói: Tôi tạm ổn!

Thời gian, lời nói, cơ hội ba điều này qua rồi không bao giờ trở lại:

Thời gian vô cùng vô tận, không gian biến dịch vô cùng, một khi thời gian đã trôi qua thì không bao giờ quay trở lại. Một ngày qua đi sự sống của ta giảm bớt. Nhắm mắt mở mắt hết một ngày, nhắm mắt mà không mở mắt nữa là hết đời. Thở ra mà không thở vô là thấy đời ta xong rồi. Cho nên thấy thời gian qua nhanh như vậy, thấy già, bệnh, chết kề bên nên người tu phải tập sống sao cho an lạc, hạnh phúc. Quý vị có phước được sanh làm người có đầy đủ tứ chi, tin hiểu Phật pháp, tin lý nhân quả, nghiệp báu, tội phước nên hãy dành thời gian sống trong Phật pháp, tu tập cho chính mình. Thời gian trôi qua, 40 rồi 50, 70, 80 năm, cuộc đời như một cái chớp mắt mà thôi. Quý vị hãy biết dùng thời gian quý báu của đời mình mà lo tu, lo học.

Lời nói một khi nói ra rồi không bao giờ lấy lại được. Cho nên đừng có nói những lời làm đau lòng người khác. Nên biết mình sắp già chết rồi. Có ghét ai thì làm ơn tịnh khẩu. Nói những lời cộc cằn không lợi ích gì, chỉ mang khẩu nghiệp mà thôi. Trong thân khẩu ý, ta tạo khẩu nghiệp rất nhiều. Người tu phải thận trọng trong nói chuyện hằng ngày. Phải biết những gì mình nói có lợi cho mình, cho người thì nói, lợi mình mà hại người thì không nói. Nói chơi mà phá hòa hợp tăng chúng thì không được nói, làm cho người Phật tử mất tín tâm, mất tôn kính với Tam Bảo thì sẽ tạo khẩu nghiệp lớn. Người nào càng nói xấu người khác là tự mình tạo khẩu nghiệp cho mình. Mới đây, trên internet có cảnh báo mọi người đừng bao giờ nghe điện thoại trong khi đang xạc pin. Có thanh niên 35 tuổi bị giựt điện khi đang nói chuyện điện

thoại mà máy vẫn xạc pin. Anh ta mất đi một phần má và lưỡi thòng xuống. Qua đó, ta thấy nghiệp báo không lường trước được. Một người bị khuyết cái hàm do điện giựt, nếu nói về nhân quả nghiệp báo là do ta đã gây ác nghiệp nhiều quá nên quả báo nhãn tiền. Một người có quyền chức mà không tu thì cũng tạo khẩu nghiệp rất nhiều. Những ông tòa án mà không có tâm tu, không có đạo đức thì giải quyết vấn đề gây ác nghiệp rất lớn vì họ có thể: nói có thành không, nói không thành có, không tội nói cho có tội, có tội nói thành không tội. Cho nên người tu phải tin lý nhân quả nghiệp báo, lời nói ta phải trung thực, lời nói phải từ bi hỷ xả, lời nói phải có tính thông cảm và tha thứ, yêu thương.

Cơ hội giống như là duyên, nó đến một lần, ít khi đến hai lần. Bỏ mất cơ hội, sau này không có nữa. Cơ hội đã không có nữa thì đừng mong nó tới. Những vị xuất gia gieo duyên là cơ hội bỏ gia đình, bỏ mái tóc dài đẹp, mặc áo cà sa sống theo hạnh Phật. Khi mình đã làm được điều này thì phải hết sức trân trọng, cố gắng tu cho tốt. Dù quý vị tu gieo duyên ở thiền viện một tháng hay ba tháng cũng phải dành hết thời gian cho tu tập, trước hết là sống đúng với thời khóa tu tập mà Thiền viện đã đề ra cho quý vị. Vì cơ hội qua rồi không trở lại. Có thể nói xuất gia gieo duyên là cơ hội quý hiếm trong cuộc đời.

2. TU

Tu trong tiếng Pali gọi là "Abhyasa", nghĩa là sửa. Chúng ta sửa từ cái thấp thành cái cao, xấu thành tốt, thấp hèn thành cao thượng. Khi chưa tu, tâm ích kỷ, nhỏ mọn, tị hiềm, tật đố, tham sân si. Giờ biết tu, chúng ta biến tâm mình thành tâm từ bi, hỷ xả, bao dung, thông cảm, tha thứ. Có người nói sao đi chùa lâu năm không thấy đắc gì hết. Thiệt ra có đắc chớ, có thấy chớ! Chẳng hạn như bây giờ mình tu thấy đời vô thường, kiếp người sanh, lão, bệnh, tử. Đó là tiến trình của dòng luân hồi mà không một ai tránh khỏi. Chúng ta tin lý nhân quả, nghiệp báo như vậy là ta thấy đạo. Người tu mà không tin nhân quả là không thấy đạo. Làm tốt thì được tốt, làm xấu thì gặp xấu. Có tu thì có đắc, không tu thì không đắc.

Người tu sĩ có **3 pháp tu**: bố thí, trì giới, tham thiền.

Bố thí: tâm thí, vật thí, đối tượng thí. Tâm thí là tâm hoan hỷ thích thú trước, trong và sau khi làm phước. Vật thí như là thực phẩm, thuốc men, kinh sách, y phục. Đối tượng thí như là chư tăng, người nghèo, các tổ chức hay cá nhân thiện nguyện. Nếu chúng ta thực hiện được hạnh bố thí cúng dường thì sẽ có quả phước thiện lành. Người tu hạnh bố thí cho quả báu là tiện nghi vật chất đầy đủ: nhà cửa, xe cộ, quần áo, tiền bạc. Càng bố thí phước càng trổ, gặp nhiều vận may, gặp đối tác tốt làm cho mình phát triển công việc.

Trì giới là giữ giới, có thể 5 giới hoặc 8 giới. Người giữ giới trong sạch thì phước vô lượng, phước là đạo đức sống, là nhân cách, đức độ của ta. Ông bà xưa nói: "Ở có đức, mặc sức mà

ăn", "Đức năng thắng số", "Đức trọng quỷ thần kinh". Ngoài việc giữ giới mình phải cung kính những bậc trưởng lão, hiếu thảo với cha mẹ, thầy tổ, cung kính với các vị sa môn. Nhiều gia đình đầm ấm nhưng nghèo khó. Cũng có những gia đình giàu có nhưng vợ hư, chồng hư, con nghiện ngập. Từ đó ta thấy phước bố thí có nhưng đức không có.

Thiền: Người tu thiền thì phát sanh trí huệ, có tuệ giác, trí tuệ sáng suốt, thông minh, thấy được phiền não, nhân quả, nghiệp báo, thấy con đường đi đến sự giác ngộ.

Tu còn mang nghĩa xuất gia, như các vị tăng, tu nữ hoặc xuất gia gieo duyên, có nghĩa là xuất thế tục gia, xuất phiền não gia, xuất tam giới gia. Chẳng hạn người thân mình đi xuất gia gieo duyên gọi là xuất thế tục gia. Thế tục gia là nhà của người thế gian, nhà của người ngoài đời. Nếu mình khác với người thế gian mà mình không lo tu, không lo học thì rất uổng phí. Mình cạo đầu tu, người ta gặp kêu mình là thầy, là thầy chùa, là sư thầy. Từ ngữ thay đổi theo thời gian. Danh từ thầy chùa khá phổ thông từ đời nhà Đinh, Lý, Trần. Ai được kêu thầy chùa là người đáng tôn kính. Thầy ở chùa khác với thầy không ở chùa. Đời này thầy chùa đôi khi mang hàm ý không tốt. Xuất thế tục gia, nhiều người mặc y áo của bậc tu hành vào là có tăng tướng, có quả báu sa môn.

Xuất phiền não gia là ra khỏi cái nhà phiền não, là cốt lõi của sự tu. Trước khi tu tâm có rất nhiều phiền não, tham sân si, ích kỷ nhỏ mọn, độc ác. Bây giờ tu là phải chuyển hóa các phiền não này. Xưa kia tham sân si bây giờ tu là từ bi hỷ xả. Ai nói xấu, nhục mạ, hàm oan cho ta thì ta nhịn, càng nhịn thì tu càng mau, càng nhịn thì mới gần bờ giác ngộ, mới gần với

đạo. Với người xuất gia, đức Phật đã ban cho mình một bình bát để thể hiện pháp vô ngã. Bình bát đó cho mình sống hạnh đi ăn xin, hạnh khiêm tốn, hạnh bác ái, vị tha. Một người khất sĩ phải có tâm từ bi hỷ xả, phong cách hòa ái, nhỏ nhẹ, hoan hỷ. Đi xin mà cực đoan, ích kỷ, tật đố, mặt vênh vênh váo váo thì ai cho? Tu khất sĩ là phải vô ngã, là tập sự khiêm tốn trong đời sống, biết nhịn trong mọi hoàn cảnh. Còn tôi, còn ta, còn thế này, thế nọ thì ta chưa vô ngã. Người tu đúng thì càng tu các phiền não lắng dịu đi đến loại trừ. Tu sai là càng tu bản ngã càng to, hình thức càng nhiều, phiền não càng lớn. Như vậy con người tu mới gia tăng lòng hỷ xả, tính thông cảm, tha thứ càng lớn. Nếu ta đạt được chút vô ngã trong đời sống thì ta mới thu hút người chung quanh. Còn nếu như ngã lớn là ta đi sai với Pháp Phật. Người xuất gia giữ bình bát để biết ta đang tập tu pháp vô ngã, đang hành pháp khất thực của Phật ngày xưa.

Xuất tam giới gia là xuất Dục giới, Sắc giới và Vô sắc giới.

Có tổng cộng 31 cõi. Chúng ta sanh tử luân hồi triền miên trong 31 cõi này. Đó là quy luật. Không ai thoát khỏi quy luật này. Đỉnh điểm là níp-bàn (không ái). Ái nghĩa là dính mắc. Dính mắc trong dục giới và vô sắc giới. Người tu là bỏ bớt: bớt tóc, bớt áo, bớt xe cộ, là buông bỏ những tiện nghi vật chất xưa nay trói buộc mình. Níp là không còn dính mắc trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới, là không còn tham sân si, là có tâm vô ngã, vị tha. Tinh hoa giúp cho ta đạt đến níp-bàn là thiền quán. Chìa khóa mở cửa níp-bàn là thiền vipassana, là chánh niệm và tỉnh giác. Mục đích của thiền quán là đạt pháp vô ngã. Vì thiền quán lấy đối tượng chơn đế tức là ta nhìn thân, thọ, tâm, pháp. Nhìn càng nhiều thì bớt đi phiền não

cấu uế trong tâm ta. Vi là nhiều, Passana là thấy. Thấy nhiều, nhìn mỗi ngày mỗi đêm mới thấy được thân tâm ta. Khi thấy được thì đó là điều mầu nhiệm thiêng liêng, giúp ta bớt đi bản ngã, thấy được sự vận hành của thân và tâm, thấy được phiền não, giảm được đau khổ. Càng thấy phiền não nhiều thì bản ngã càng nhỏ. Khi bản ngã nhỏ, phiền não ít ta sẽ thấy cuộc đời này cực kỳ quý báu, pháp môn thiền quán cực kỳ quý báu cho người ứng dụng trong cuộc sống. Ta thấy vipassana cực kỳ quý báu cho người tu hành. Còn không, ta luôn phiền não hằng ngày. Một vị thiền sư nói: Đừng để thái độ, cử chỉ của người khác làm cho tâm ta ô nhiễm. Đa phần chúng ta để cho thái độ của người khác làm mình đau khổ. Thực ra, là do tâm ta đau khổ. Có người gọi điện cho ta và họ nói về phiền não của họ. Hôm đó tâm ta ô nhiễm. Đi chùa thấy thái độ của người khác tự nhiên lương tâm ta đau khổ. Mỗi người là một loài hoa khác nhau. Hoa sen, hoa cúc, hoa lan, hoa lục bình, hoa thược dược, hoa mướp; mỗi hoa mỗi vẻ, con người mỗi người mỗi tánh, phong cách khác nhau. Nếu ta chấp nhận sự khác biệt của người khác thì sẽ hòa bình, an lạc. Nếu ta muốn thế này, thế kia theo ý ta thì sẽ đau khổ. Ta không thể muốn hoa cúc cũng mọc dưới bùn như hoa sen được. Cũng như hoa quỳnh chỉ nở về đêm, ta không thể "bắt" nó nở dưới ánh nắng mặt trời chói chang như hoa mười giờ được. Khi ta muốn người khác phải thế này thế kia theo ý ta là ta đã phiền não rồi, tâm ta cấu uế rồi. Đạo Phật là tùy duyên. Ta hiểu bản chất, hoàn cảnh của người khác thì tự nhiên ta thông cảm. Ta sống tùy duyên nên ta khỏe, ta an lạc, hạnh phúc. Nếu không tự động ta đau khổ, bị thiêu đốt bởi phiền não. Tu là để cho tâm thoải mái, hoan hỷ, thanh thản trong thiện pháp. Đa phần con người muốn thay đổi người khác. Họ không

biết rằng muốn thay đổi người khác khó hơn thay đổi chính mình. Hãy tự thay đổi chính mình. Trước nhất là tu cho tốt. Từ đó mình làm tấm gương cho người ta bắt chước. Lời nói không đẹp bằng hành động. Sống chung với người tốt cho ta hạnh phúc. Đừng hứa khi vui, đừng trả lời khi đang tức giận. Quý vị biết rằng chúng ta mất 3 năm học nói nhưng mất cả đời để học hạnh lắng nghe. Ta muốn chuyển hóa ai hãy dùng tấm gương chính mình để thay đổi họ. Thân giáo là cách tốt nhất. Tư cách, đạo đức tốt, tâm chân thành, trung thực sẽ dễ dàng tạo niềm tin đối với người khác. Nếu chúng ta khóc lóc, kể lể, than trách nhiều chuyện, tư cách đạo đức không có, dối người này, gạt người kia thì nói ai nghe, rủ đi chùa ai tin, làm sao chuyển hóa được người khác trong khi ta sống thê lương, bệ rạc? Ta sống an lạc, tự tại, nghiêm túc thì mới nói người khác nghe theo được. Rủ họ đi chùa, làm phước, tu thiền thì họ mới làm theo ta. Vì họ cũng muốn được sống an lạc, hạnh phúc như ta vậy.

Sống và tu là món quà tặng quý vị xuất gia gieo duyên khóa 6 và các hành giả đến Thiền viện Phước Sơn tu học ngày 29 hằng tháng. Mong sao đây là món ăn tinh thần cho quý sư mới xuất gia, giúp quý sư trân trọng nhân duyên xuất gia quý báu của đời mình trong hiện tại./.

3. SỐNG TRONG SỢ HÃI[2]

Trong đời sống chúng ta, ai cũng có nỗi sợ và niềm lo. Chữ "sợ" dường như theo chúng ta suốt cuộc đời. Quý vị đang ngồi đây, có vị nào hồi đó tới giờ không sợ không? Không có đúng không nào. Hồi nhỏ đi học thì sợ cô giáo, lớn lên đi làm thì sợ sếp, rồi đi chùa sợ thầy chùa, rồi mình có gia đình lại sợ bà già chồng, hay bà già vợ, mình đi học thì sợ thi rớt hay làm bài không được. Nói chung là nỗi sợ của mình rất lớn. Đề tài "sống trong sợ hãi" hôm nay có bốn ý chính. Một là nỗi sợ trong suộc sống, hai là sợ chết, ba là tác hại của cái sợ, bốn là phương pháp để khắc phục nỗi sợ đó.

Nỗi sợ trong suộc sống: Trẻ thơ rất hay khóc, tiếng khóc của trẻ nít chính là sức mạnh để được người lớn đáp ứng mong muốn của chúng, cho nên khi nghe con nít khóc thì người mẹ phải tìm ra nguyên nhân con khóc để đáp ứng nhu cầu cho con. Con nít khi thức dậy không thấy mẹ, không thấy người thân xung quanh mình là khóc vì sợ. Đến khi lớn lên, lần đầu tiên đi học cũng sợ lắm nên ngày đầu mẹ phải dắt đến trường rồi dỗ dành ở lại lớp học cho ngoan, không nên sợ gì hết. Có bà mẹ dắt con đến trường, dỗ dành xong rồi thì đi về nhà. Đi hết đoạn đường về nhà, quay lưng lại thì bắt gặp con mình đang lẽo đẽo theo sau. Đứa bé đó sợ đi học nên khi mẹ vừa quay lưng thì nó cũng âm thầm nối gót theo mẹ. Rồi mình đi học thì mình sợ cô giáo. Nhiều khi nỗi sợ lớn quá thì khi gặp cô giáo cũng né luôn. Hay mình có tên xấu quá thì lại sợ bị

2. Giảng đường: chùa Thanh Long, khóa tu niệm Phật lần 4 ngày 28/4 (13/7/2015).

cô kêu tên trong lớp. Có nhiều gia đình đặt tên con xấu nên khi bị kêu tên lên bảng làm bài thì sợ lắm. Có người tên là Nguyễn Văn Bé Sáu, nặng 60 ký nên khi bị kêu lên bảng là cả lớp ồ lên, chọc ghẹo. Do sợ như vậy nên nhiều khi mình không tập trung học được. Nó trở thành nỗi ám ảnh lớn. Tuổi thơ sợ đã đành nhưng lớn lên cũng vẫn sợ. Khi có gia đình riêng là sợ liền. Nam có kiểu sợ của nam, nữ có kiểu sợ của nữ. Người nữ khi nghĩ đến chuyện lấy chồng thì sợ bà già chồng. Có người sợ bà già chồng quá nên ngủ cũng ác mộng. Hay có người sợ ông chồng quá nên ngủ cũng ác mộng thấy ông chồng. Khi chưa có việc thì sợ không kiếm được việc làm. Khi mình có việc làm lại cũng sợ công việc không phù hợp với mình hay sợ ông sếp của mình hắc ám quá nên ngày đầu đi làm cũng sợ lắm. Cho nên, có người sợ quá, hồi hộp quá nên bị bịnh tim luôn.

Cuộc sống có nhiều nỗi sợ. Đó chính là chủ đề thứ nhất chúng tôi muốn nói đến: nỗi sợ trong cuộc sống. Quý vị điểm sơ qua sẽ thấy. Nhiều khi nỗi sợ của mình không dừng ở một chỗ mà nó cứ miên man ngày này qua ngày nọ, tháng này qua tháng kia, năm này qua năm nọ. Nó cứ phát sinh theo từng suy nghĩ của mình. Chẳng hạn khi chưa có nhà ở thì sợ thành người vô gia cư. Khi có tiền mua nhà rồi thì lại sợ theo kiểu có nhà như không biết chỗ này có an ninh không, hàng xóm có tốt không, trời mưa có bị ngập đường không, khu vực này có hay bị mất điện không v.v. Chúng tôi quen một cặp vợ chồng không có nhà, phải ở nhà thuê rất tội. Chúng tôi giới thiệu nhà cho mua ở gần chùa Bửu Quang. Mà không biết trời xui đất khiến sao đó mà lúc đặt cọc mua thì không có cái mả, mua rồi thì phát hiện có hai cái mả hai bên. Ở được một thời gian thì họ sợ

quá hỏi tôi giờ phải làm sao? Thật sự tôi cũng không biết làm sao. Ngẫm ra quả đúng là ghét của nào trời trao của đó. Nỗi sợ mình là sợ ma, mà nhà lại gần mả thì phải làm sao? Không lẽ bỏ nhà đi. Mà bỏ nhà đi thì đi đâu? Nên rồi cũng phải tập thích nghi. Có người sợ ma, đi đêm là sợ ma. Có người lại sợ thú. Có người sợ con gián. Mình cũng không hiểu tại sao cứ gặp gián là họ sợ như nhà cháy. Có người không sợ gián mà lại sợ thằn lằn. Đang ngồi mà có con thằn lằn rớt xuống thì la ủm tỏi như có ai chết. Có người lại sợ con gà. Họ sợ đến nỗi mà phát điên.

Chúng tôi có nói chuyện với một số người làm việc tại nhà thương điên Biên Hòa tìm hiểu về thế giới trong đó. Họ kể cho nghe có cô đó bị điên. Lý do điên là sợ gà. Cô đó cứ gặp gà là sợ rồi bỏ chạy. Người ta đưa cô vào nhà thương điên. Ông bác sĩ biết cô này bị ảo giác và hỏi tại sao lại sợ con gà. Cô đó nói: em là hột bắp, em gặp con gà mà không chạy thì nó mổ em chết tiêu rồi sao, nên phải chạy. Ông bác sĩ nói cô đó lấy cây viết ghi: tôi là con người, không phải hột bắp, vì vậy tôi không sợ con gà. Ông bác sĩ dặn đừng sợ con gà. Cô là con người mà. Cô có thể bắt con gà làm thịt nấu cháo ăn. Cô ta nghe lời bác sĩ, về nhà cầm tờ giấy đọc nhẩm nhẩm suốt ngày: tôi là con người, không phải hột bắp, vì vậy tôi không sợ con gà. Sau một thời gian tái khám, cô nói với ông bác sĩ: bác sĩ ơi, em hết bịnh rồi, bây giờ em đâu có sợ con gà nữa đâu bác sĩ. Ông bác sĩ nói vậy tốt rồi mời cô ta đi dạo vòng vòng trong sân. Vừa đi vừa hỏi chuyện hết bịnh rồi thì làm gì. Cô ta nói sẽ làm cái này, cái nọ. Đang nói huyên thuyên thì có con gà đi ngang qua. Cô giựt mình tháo chạy. Ông bác sĩ chạy theo nắm tay áo níu lại và nói cô không phải hột

bắp sao lại chạy. Cô ta nói: em biết em là con người nhưng khổ nỗi con gà có biết em là con người không, nó biết em là hột bắp thì nó mổ em chết sao bác sĩ. Chứng tỏ rằng cái sợ của cô này là cái sợ không đúng, cái ảo giác sai lầm của cô đó quá lớn. Cho nên, chúng ta thấy cái sợ của mình mà quá thì sẽ bị suy nhược thần kinh, nỗi lo quá nhiều thì bị khủng hoảng, nỗi sợ của mình quá lớn thì sẽ bị ức chế. Tâm lý sợ thì ai cũng biết sợ, hồi hộp thì ai cũng hồi hộp nhưng phải biết dừng lại. Những người bị thần kinh do tư tưởng của họ nghĩ phi thường quá, lạ lùng quá, nghĩ khác thường với con người mình do đó không ngủ được. Mà không ngủ được thì bị suy nhược dẫn đến bịnh hoạn.

Sợ chết: Nỗi sợ thứ hai mà chúng tôi muốn đề cập trong đề tài hôm nay là 'sợ chết'. Đứng trước cái chết, ai cũng sợ. Có nhiều người sợ chết nên cũng không muốn ai nhắc đến cái chết, đi ngoài đường thấy đám tang cũng không dám nhìn. Trong cuộc sống hằng ngày, họ kỵ nói đến chữ chết, nói đến bịnh. Có nhiều người sợ sau này mình chết có ai chôn mình không, mình bịnh thì có ai nuôi mình không, nhất là người cô đơn, không có gia đình, không chồng, không vợ. Có nhiều người sợ rất ngộ là sau này chết có thầy chùa nào đến tụng kinh cho mình không nữa, hay sợ bị thiêu nên viết di chúc dặn dò con cháu khi nào má chết thì chôn má, má sợ thiêu lắm. Họ dặn con sợ không bảo đảm thì lại dặn thêm hàng xóm, dặn thêm bà con quyến thuộc. Nhưng thời cuộc này thì đất đai sắp hết rồi, nghĩa địa cũng sắp hết chỗ chôn rồi nên việc chôn cất xây mộ rất tốn kém. Một miếng đất nhỏ xíu đủ để đặt cái quan tài cũng tốn mấy chục triệu trong khi thiêu xong để hủ cốt trong chùa thì không tốn đồng nào. Chỗ gần

chùa Bửu Quang có cái nghĩa địa Gò Dưa, được biết khoảng 10 năm nữa là bốc hết mộ để lấy đất xây nhà chung cư. Cho nên mình mà chôn ở đó thì sau này cũng bị bốc mộ hết.

Trước đây, gần 30 năm ở Xa Cảng Miền Tây, chúng tôi nhớ ở khu vực đó toàn là cánh đồng mênh mông. Ở đó có An Dưỡng Địa to thật to, sau chùa Nam Tông có cái lò thiêu cho nên chúng tôi mà nghe tiếng chiêng tiếng trống là biết chuẩn bị có đám tang vô. Chúng tôi cũng tò mò, mỗi lần có người thiêu thì tôi đến xem đám ma coi đám ma này giàu hay nghèo. Đám ma nhà giàu thì bông hoa nhiều, người đông, khóc dữ lắm còn đám ma nghèo thì người đưa đi ít, bông hoa ít, khóc cũng ít. Tuổi thơ mà, cảm nhận khi mà chứng kiến đám ma ngộ lắm. Sau khi làm lễ xong thì họ đưa quan tài vào thiêu. Khi thiêu, bung cái quan tài ra thì thấy khủng khiếp lắm. Chúng tôi ấn tượng trong nghĩa địa đó có hai cái mộ của ông bà nhà nọ to thiệt to. Mộ ông thì xây to lắm, còn bà thì chưa chết nên chỉ để cái kim tĩnh một bên. Buổi tối, mộ ông đốt đèn chớp chớp. Khoảng thập niên 80 mà đốt đèn chớp chớp như vậy chứng tỏ nhà giàu lắm. Lâu lâu, chúng tôi thấy bà cụ ra thăm ông, đi vòng vòng thắp nhang ngó ngó cái huyệt mộ của mình. Thế nhưng trong kinh có ghi bốn điều bất định: tuổi thọ bất định, mạng sống bất định, nơi chết bất định, nơi tái sanh bất định. Có nghĩa là mình không có định đoạt được. Bà đó làm kim tĩnh cho mình rồi. Nhưng bà chưa chết thì khu đó bị giải tỏa. Nên bây giờ quý vị có vào khu đó ở miền Tây thì thấy có cái chùa Huệ Nghiêm, chùa Nam Tông. Khu đó giờ toàn là nhà to không à, bây giờ họ bốc mộ hết rồi. Sau này chúng tôi cũng có hỏi bà đó chết chưa? Người ta cho biết là khi chết thì người ta cũng chôn nhưng đưa về tận Long An.

Nhưng đâu phải tại thị xã đâu, tới Long An rồi phải đưa quan tài xuống tàu, vô tận vùng sâu vùng xa đến 6 tiếng đồng hộ, cực quá chừng cực.

Cho nên có câu thơ: tuổi thơ sợ lạc hẻm nhà/ Lớn lên sợ lạc sân ga phi trường/ Trầm luân giữa một đại dương/ Ít nghe ai sợ lạc đường tử sinh. Tức là tuổi thơ mình khi đi đâu thì có mẹ dắt đi, khi không có mẹ thì sợ lạc đường. Lớn lên đi du lịch thì sợ lạc phi trường. Phi trường quốc tế lớn lắm, đi không quen là bị lạc liền, lạc ở đó mà nói tiếng Việt thì không ai hiểu mình nên để an toàn nhất thì leo lên xe lăn có dịch vụ đẩy đi đến nơi. Ở Thái thì còn phải đi bộ nhưng phi trường châu Âu thì có xe điện chở mình đi. Xe điện tự động, không người lái nên mình phải chú ý cổng mình xuống. Bài thơ nó hay ở chỗ là trầm luân giữa một đại dương/ Ít nghe ai sợ lạc đường tử sinh. Vấn đề ở đây là người tu mình phải sợ lạc đường tử sinh chứ đừng sợ những cái thông thường khác. Đường tử sinh của mình dài vô cùng vô tận, cứ tái sinh đi tái sanh lại hết kiếp này đến kiếp khác trong 31 cõi. Tái sinh đi tái sanh lại như thế là luân hồi. Mà luân hồi này do bởi vô minh và ái dục. Vì vô minh, ái dục nhiều quá nên trầm luân trong 31 cõi gọi là tam giới. Nên người tu phải có nỗi sợ lớn nhất là lạc đường tử sinh, sợ luân hồi. Vì vậy mình phải tu để chấm dứt luân hồi, để thoát đường tử sinh

Tác hại của cái sợ: Vấn đề thứ ba chúng tôi muốn nói là tác hại của cái sợ. Ở đây, chúng tôi muốn nói là sự sợ hãi quá đáng. Có những nỗi sợ bình thường ai cũng có nhưng có những cái sợ quá đáng dẫn đến tác hại nghiêm trọng. Như mình sợ ma, sợ cô giáo, sợ lạc, cái sợ đó là bình thường. Nhưng sợ mà bị khủng hoảng là do quá sợ. Từ quá sợ đâm ra

khủng hoảng, quá sợ đâm ra hồi hộp rồi hỏng việc hết. Chúng tôi được biết có ông sư bạn bịnh tim do không kềm chế được nỗi sợ của mình. Vị sư ấy đi học Lớp giảng sư do ban Hoằng Pháp Trung ương tổ chức. Sau đó muốn tốt nghiệp thì phải bốc thăm đề tài để thi, có ban giám khảo chấm điểm. Giám khảo chấm về tác phong diễn giảng, chất giọng diễn giảng, chấm về mặt văn chương, và trình độ Phật học trong đề tài. Nếu mình đạt bốn tiêu chuẩn đó thì mình đậu. Nhưng vì sợ quá, lên run quá run nên lên nói không được. Có người không quy tụ kiến thức mà học thuộc lòng nhiều quá nên khi diễn giảng thì run sợ rồi dễ quên, mà quên là đứng như trời trồng. Được biết có một vị sư nọ, khá thông minh, tốt nghiệp Tú tài trước năm 1975. Kiến thức của ông rất rộng, lãnh vực nào cũng nói được. Lúc đó, tôi còn làm giới tử tại chùa Giác Quang. Hôm ấy, sư đó được Ngài cả chỉ định thuyết pháp. Tôi nhớ vị sư đó chọn đề tài là "năm định luật thiên nhiên của vũ trụ", đề tài ấy dựa theo quyển sách Ngài Bửu Chơn biên dịch. Ông đang giảng đến định luật thứ hai thì im ru luôn. Tại sao vậy. Tại vì tâm lý bị đè nặng quá. Mình sợ quá, lo quá. Trước khi giảng mà càng sợ càng lo thì lại chuẩn bị bài theo dạng chuyên môn nên khi có những tình huống không như ban đầu dự định rồi linh động không được thì mình không giải quyết được ngay lúc đó. Sở dĩ chúng tôi nêu ra những vấn đề này vì hôm nay chúng tôi thấy có nhiều bạn sinh viên đến tham dự khóa tu. Và sau này, khi các bạn có trở thành những giảng sư, những nhà thuyết trình thì nên lưu ý khắc phục nỗi sợ của mình trước đám đông để tránh những tình trạng "đứng như trời trồng" như thế. Mặt khác, mình mà sợ quá thì ảnh hưởng đến phổi, đến tim, gan, đến thần kinh luôn. Một khi nỗi sợ mà ảnh hưởng đến thần kinh thì tai hại vô cùng. Thần kinh

không làm chủ được là bắt đầu suy nghĩ lung tung làm mất tinh thần dẫn đến những hành động không chuẩn xác, những hành động vô thức. Trong thời gian này chắc quý vị cũng có theo dõi tin tức trên báo đài về vụ thảm sát sáu người vì tình đúng không. Anh chàng sát thủ này cũng vì nỗi sợ mà không làm chủ được bản chất thiện trong con người mình. Chúng tôi có đọc tin tức trên báo thì thấy họ nói là anh ta sợ bị mất hết tất cả, mất người yêu, mất tài sản do bên nhà người yêu cung cấp cho nên sinh ra hận rồi giết người ta. Chính vì sự tham lam và sợ hãi quá mức như thế làm cho tinh thần suy nhược, không thể suy nghĩ đúng đắn nên dẫn đến những hành động mất nhân tính.

Phương pháp khắc phục nỗi sợ: Vấn đề thứ tư chúng tôi muốn nói đến là phương pháp để chúng ta khắc phục nỗi sợ. Phương pháp thứ nhất tôi xin hiến cho quý vị là mình phải thay đổi tư duy của mình. Chẳng hạn quý vị đang nằm mà tự nhiên cảm thấy sợ thì quý vị ngồi dậy, đi tới đi lui. Mình thay đổi tư thế của mình là hình thức giúp mình bớt sợ. Hay mình thay đổi tư duy như khi mình quá sợ một vấn đề nào đó thì quý vị nên mở một cái băng nào đó lên nghe. Quý vị thích nghe nhạc thì mở băng nhạc, thích nghe kinh thì mở băng kinh nghe. Hình thức chuyển hóa sợ của mình là mình gặp người quen của mình, người mình thân nhất, mình kính trọng nhất để nói chuyện với họ. Hay mình kiếm người nào nói chuyện giỏi, nói hay thì nhờ họ tư vấn để mình bớt sợ. Hình thức để chuyển hóa cái sợ là chúng ta phải tập cho tâm mình luôn kiên định, luôn bình thản và bình tĩnh. Để tập được như vậy thì chúng ta phải tập cho tâm mình có chánh niệm. Để tập cho tâm có chánh niệm thì ta phải ngồi thiền. Mà

ngồi thiền thì phải chọn cho mình có đề mục chứ không là ta chỉ ngồi ngủ gục mà thôi. Đề mục để tránh nỗi sợ hay nhất chính là ngồi thiền niệm Phật. Khi tâm mình phát sanh nỗi sợ thì lúc đó quý vị niệm Phật: "á-rá-hăn sâm-ma-sâm-bút-thô (arahan sammāsambuddho)", hay niệm "nam mô Phật pháp Tăng Tam Bảo", hoặc "nam mô Thế tôn Ứng cúng Chánh biến tri". Mình cứ niệm liên tục để tâm mình khắn khít vào câu niệm đó thì mình sẽ quên đi cái sợ.

Phương pháp tiếp theo nữa là mình sợ cái gì thì mình phải cố làm quen với cái đó. Tại sao Đức Phật lại dạy trong 40 đề mục thiền lại có đề mục niệm cái chết. Tại vì Ngài thấy con người rất sợ chết nên bắt phải niệm sự chết. Bây giờ, sáng sớm thức dậy quý vị niệm: "Tôi sẽ chết", "trong tương lai tôi sẽ chết". Buổi trưa, quý vị cũng niệm: "Tôi sẽ chết", "trong tương lai tôi sẽ chết". Buổi tối, quý vị cũng niệm: "Tôi sẽ chết", "trong tương lai tôi sẽ chết". Ngày nào quý vị cũng niệm như vậy thì quý vị sẽ không còn sợ chết. Sự thật là ai cũng sợ chết. Cái chết là cái mà mình không tránh được. Ai cũng sợ già, ai cũng sợ xấu nhưng già thì cũng xấu à, tóc cũng bạc. Ai cũng sợ da nhăn nhưng lớn tuổi thì da cũng nhiều nếp gấp thôi. Cho nên mình muốn khắc phục nó thì mình phải làm quen, tiếp cận với cái sợ đó thì mình sẽ thích nghi. Ở một ngôi chùa bên Thái có một mô hình rất hay là họ có để mấy chục cái hòm trống. Vị nào muốn tập luyện để khắc phục nỗi sợ chết thì chui vô hòm, đóng nắp lại, nằm trong đó mấy chục phút. Họ tập như thế rồi dần dần cũng hết sợ. Có một vị sư cũng đem mô hình đó về chùa Phước Sơn áp dụng. Quý vị nào muốn khắc phục nỗi sợ chết bằng cảm giác mạnh đó thì lên đó liên hệ thử nằm trong hòm mấy tiếng xem sao. Nhiều khi

mình chưa già, chưa bịnh, chưa chết nhưng nỗi sợ của mình quá nhiều sẽ làm cho mình mau già, mau bịnh, mau chết vì sẽ bịnh về tâm rồi dẫn đến bịnh về thân. Nên nhà Phật dạy cách khắc phục cái sợ, để mình làm chủ được, để mình quân bình thân tâm thì mình sẽ sống được hạnh phúc, sẽ được an lạc.

Thời thuyết Pháp đến đây cũng vừa phải lẽ. Với chủ đề nỗi sợ trong Phật giáo thì mong rằng các Phật tử phải cố gắng tu tập, cố gắng thực hành theo lời Phật dạy để sống được an lạc, sống tự tại, thảnh thơi, đừng để cho cái sợ đó làm cho mình quá nhiều nỗi lo, quá nhiều sầu muộn trong cuộc sống. Nếu sợ thì hãy coi đó chỉ là nỗi sợ bình thường rồi loại bỏ chứ đừng để cho quá sợ sẽ làm cho ta đau buồn, làm cho ta khổ, làm cho ta khủng hoảng. Để ta bớt khổ, để sống an lạc phải tiếp cận thực tế cái sợ, và chuyển hóa bằng cách thay đổi tư duy, hay niệm Phật ngồi thiền để ta khắc phục nỗi sợ trong đời sống hằng ngày. Cầu nguyện Tam Bảo, chư Phật gia hộ cho quý vị có cuộc sống an lạc, không sợ không sầu./.

3. SỐNG PHẢI THẬT[3]

Hôm nay, chúng tôi rất hoan hỷ được trở về chùa Phật Quang theo lời mời của Đại đức Tiến sĩ Thích Minh Nhẫn để giảng một thời pháp cho các vị hoằng pháp viên của tỉnh Kiên Giang. Chúng tôi nghe rằng sẽ giảng cho các vị hoằng pháp viên là chúng tôi vui rồi. Chúng tôi là thành viên Thường trực của ban hoằng pháp Trung ương, bây giờ được giảng lại cho các vị Phật tử hoằng pháp viên xem như chúng ta là đồng nghiệp.

Đối với Phật giáo, vai trò hoằng pháp viên của quý vị cực kỳ quan trọng. Tăng đoàn của Đức Phật và Giáo hội của chúng ta cũng giống như ghế 4 chân thể hiện cho tỳ khưu tăng, tỳ khưu ni, nam cư sĩ, và nữ cư sĩ. Bốn thành phần này hội đủ gọi là đại chúng. Một Giáo hội, một tổ chức, một Phật giáo tỉnh mà quy tụ được bốn hội chúng này càng đông, càng nhiều thì càng mạnh. Nếu trong Giáo hội mà có tỳ khưu tăng và tỳ khưu ni thôi thì giống như đạo mà không đời. Cho nên nói đạo không đời thì đạo leo teo mà đời không đạo giống như thuyền không lái. Có một nhà thơ nói rằng:

"Đạo không đời đạo leo teo
Đời không đạo thì đời theo luân hồi.
Đạo không đời thì sẽ ôi
Đời không đạo thì ôi thôi nó sình.
Đạo không đời thì chẳng linh
Đời không đạo thì linh tinh rối nùi

3. Giảng đường: chùa Phật Quang – tỉnh Kiên Giang, ngày 26/7/2015. Khóa Hoằng pháp viên.

Đạo không đời chẳng có mùi
Đời không đạo thì đen thùi như than
Cho nên đời đạo chung hàng
Cùng nhau xây dựng thiên đàng vô sanh."

Do đó, Phật giáo tỉnh Kiên Giang quy tụ nhiều hoằng pháp viên là xem như có sức mạnh lớn. Các vị học ở đây, về tuyên truyền lại cho các bạn đạo, bạn bè, xui gia và người thân của chúng ta. Quý vị duy trì nhiều, tiếp độ nhiều xem như thắng lợi lớn. Sau khóa tập huấn này thì quý vị có cái giấy chứng nhận giống như hồi trước chúng tôi đi học ban hoằng pháp phải có cái giấy chứng nhận để nói cho người ta nghe. Mình không có giấy chứng nhận nói người ta không nghe. Học thi lấy cái giấy chứng nhận thì không quá khó, quan trọng dùng cái giấy chứng nhận ấy hiệu quả, nghĩa là mỗi một tháng quý vị phải tiếp độ, dẫn dắt bao nhiêu người trở thành Phật tử. Nếu mà ta lấy giấy chứng nhận xong mà không dẫn dắt được người nào quy y Tam Bảo, không đến chùa, không độ được quyến thuộc của mình thì mình phải tự xem xét lại. Theo chúng tôi thì phải thu lại, vì mình đạt được giấy chứng nhận rồi thì mỗi một năm phải dẫn dắt tối thiểu 50 người quy y Tam Bảo. Người nào trẻ thì dẫn dắt 100 người, người nào lớn tuổi thì tối thiểu 50 người. Cho nên, thời giảng của chúng tôi hôm nay có đề tài là "Sống Phải Thật".

Thế nào gọi là 'sống phải thật'? Vì mình là hoằng pháp viên thì cái gì cũng phải thật. Thật ở trong đạo là phải Chân thật. Người tu mình mà không có pháp chân thật thì xem như hỏng. Pháp chân thật là một trong những bồ tát hạnh để chúng ta thực tập. Cho nên trước nhất là các vị hoằng pháp viên phải sống thật, phải có pháp chân thật. Có pháp chân thật này là

quý vị có cái bùa nói người ta nghe. Cái bùa này mới thu hút được người ta. Hoằng pháp viên phải thể hiện cái hạnh tu hú. Cái chữ tu hú đây có 2 nghĩa: 1 nghĩa châm biếm, 1 tích cực. Nghĩa châm biếm là mình tu mà cái gì không đàng hoàng thì hàng xóm nói: "Bà nội đó tu cái gì, tu hú á. Bả tu mà về chửi chồng như dao xắt bầu". Đó là nghĩa xấu. Còn tu hú mà nói theo nghĩa tích cực là mình vừa tu vừa hú. Chẳng hạn như lớp hoằng pháp viên này là mình phải hú bạn bè, tuyên truyền cho mọi người biết giá trị học để người ta biết mà tham gia học. Hay là mình nghe ở chùa nào có giảng sư nổi tiếng một chút xíu thì hoằng pháp viên phải có nhiệm vụ là mua một cái sim điện thoại nào mà nó khuyến mãi điện rủ bạn bè đi nghe. Hoằng pháp viên mà sợ tốn tiền thì hoằng pháp sao được. Vị nào không có tiền thì alo TT Minh Nhẫn xin tiền. TT hỏi làm gì thì nói nạp sim điện thoại để hoằng pháp.

Ngoài ra, hoằng pháp viên chúng ta còn phải phải học 4 chữ: "Phải - Thật - Nhẫn - Tâm". **'Phải'** ở đây tức là mình phải biết được lẽ phải, **'Thật'** là mình không gian dối, **'Nhẫn'** là mình phải nhịn, nhẫn nại, liều và lỳ, **'Tâm'** là phải có tâm thương yêu, thông cảm người khác. Bây giờ quý vị học lớp hoằng pháp viên mà muốn độ xui gia thì độ sao? Xui gia mình chưa quy y. Chúng ta về độ xui gia. Tức là mình phải lên kế hoạch giống như Phật Tổ thành đạo xong thì bài pháp đầu tiên là Ngài nhắm đến 2 vị đạo sư là thầy của Ngài. Khi chư thiên nói hai vị thầy chết rồi thì Đức Phật nhắm đến độ 5 vị Kiều Trần Như, là 5 người đồng tu với Ngài. Quý vị học xong thì đủ trình độ, phương pháp để đi hoằng pháp. Chỗ nào mở cửa thì mình vô hoằng pháp. Hoằng pháp người thân mình trước: xui gia, bạn bè, cha mẹ người thân, anh em

quyến thuộc, những người khó độ thì người ta mới ớn mình. Người khó độ mà độ được mới quý. Quý vị muốn độ thì hãy nhớ là: "Phải - Thật - Nhẫn - Tâm".

Phải biết lẽ phải cuộc sống. Mình học lớp này là đủ lẽ phải để đi hoằng pháp, đủ để trao truyền chánh pháp. Cho nên, ngoài những thời khóa học ở đây, quý vị phải tự nghiên cứu, tìm hiểu giáo pháp đức Phật để đủ kiến thức đi hoằng pháp. Rồi người hoằng pháp viên phải phân biệt được chánh tà, hướng dẫn người ta đi vào đạo, đến với chùa. Hoằng pháp viên là mình độ người ta tại chỗ, rủ người ta đến chùa. Mình rủ được người ta đi đến chùa là thành công rồi. Đến nhà hỏi thăm cuộc sống người ta biết hoàn cảnh, sinh hoạt người ta. Quý vị hỏi là bà có quy y chưa để hoằng pháp chứ. Người nào chưa quy y thì mình chỉ điểm cho người ta quy y, lựa cái chùa nào gần cho người ta quy y. Người ta ngại thì quý vị dành thời gian đến rủ người ta đi, hẹn ngày sám hối, ngày lễ nào đó đi. Lẽ phải là người nào chưa quy y, chưa biết bố thí thì quý vị phải hướng dẫn cho người ta, chưa biết niệm phật, lạy phật thì quý vị phải hướng dẫn cho người ta.

Chữ thứ 2 là 'thật'. Chữ 'thật' là phản nghĩa lại chữ gian dối. Người tu mình mà thể hiện tâm gian dối thì mình không còn giá trị. Cho nên là hoằng pháp viên thì quý vị học chữ thật. Khi thành hoằng pháp viên thì lời nói chơi thật nhỏ cũng phải biết giữ. Hồi xưa nổ quá thì bây giờ phải giảm bớt. Hoằng pháp viên phải nổ đúng chỗ, nổ pháp chứ nổ mâu thuẫn nội bộ thì không được, hoằng pháp viên phải có chánh ngữ và chánh nghiệp. Chánh ngữ là những văn tục, những văn ngoài xã hội mà không chấp nhận thì ta không nên dùng. Nếu mình dùng văn tục nhiều quá thì không được. Có kỳ, chúng tôi đi

thuyết pháp ở chùa đó, người ta thọ bát quan trai. Chúng tôi giảng xong đi vòng vòng, đi sao trúng ngay ổ bà tám. Chúng tôi nghe cái từ mà họ sử dụng mà chúng tôi suy nghĩ hoài mà tôi không hiểu: "Trời ơi, con nhỏ đó tu cái gì mà miệng mồm độc ác quá, nó tu cái quần què gì?" Nghe cái chữ quần què rồi thì không hiểu gì hết. Chúng tôi về tìm trong từ điển xem cái từ đó có không mà từ điển cũng không có. Nếu mà mình sử dụng văn tục như vậy thì bị giới hạn phong cách đạo đức của ta. Cho nên mình phải thể hiện sự chân thật, chánh ngữ và chánh niệm. Hoằng pháp viên mà làm nghề đánh cá, tú bà, bán rượu, bán bia, bán ốc, bán cá thì hoằng pháp ai nghe. Mỗi người chúng ta có cái nghề, đó là cuộc sống không ai cấm cản nhưng nếu trở thành hoằng pháp viên thì phải chọn cái nghề cho phù hợp. Cái nghề đó mang tính chánh ngữ và chánh nghiệp. Trong thân tâm ta phải cố gắng làm sao chọn nghề phải phù hợp với Phật tử thuần thành biết đạo.

Chữ thứ ba là 'nhẫn'. Là phải nhịn, phải chịu đựng, phải lỳ và có trách nhiệm. Muốn độ người ta không đơn giản, độ người ta khó lắm. Mình muốn độ người ta mà mình sĩ diện thì không được. Mình độ người ta mà người ta lại xóc óc mình mà mình sân thì không được. Hồi chúng tôi đi tu được 1 năm, về nhà thăm quê, gặp ông hàng xóm không ưa mình, nói: "Mày tu cái gì, mày còn con nít, không ở nhà lo ba mẹ mà đi tu sao thành chánh quả, bỏ ba mẹ thì tu sao; mày tu rồi, ăn mặc không giống ai thì tao kêu mày bằng gì?" Chúng tôi nói: "Bác muốn xưng hô cái gì cũng được, bác là cha chú thì xưng hô cái gì cũng được nhưng đừng kêu bằng thằng thôi". Có nghĩa là mình đi lăn xả vào cuộc sống, đi truyền bá chánh pháp gặp nhiều sự cản trở, khó khăn, thăng trầm, nhất

là lời qua tiếng lại mà không dùng pháp nhẫn nhịn thì mình sẽ thất bại. Đức Phật dạy: nhẫn nại là một vật để trang điểm cho chúng ta. Người nào càng nhịn nhiều, nhục nhiều là món đồ trang điểm. Nếu mình không nhịn được thì xem như mình không có cái gì trang điểm. Người ta đẹp nhờ trang điểm, người đẹp nhờ lụa. Đức Phật nói sức mạnh của trẻ con là tiếng khóc, của phụ nữ là nhan sắc, của người tu là nhẫn nhịn. Cho nên quý vị phải nhịn nhiều, nhịn để độ người ta. Nếu mình là hoằng pháp viên mà sĩ diện quá thì độ không được. Người nào càng nói xóc óc mình thì mình càng độ người đó.

Quý vị biết Đức Phật ta không phải đi đến đâu thì tiền hô hậu ủng đến đó, đâu phải lúc nào cũng được đón rước long trọng, có những người không thích Ngài thì cho voi đến cản đường hay lăn đá đè, hoặc vu cáo hạ uy tín nhưng Ngài vẫn nhẫn nhịn. Cuộc đời này đâu đơn giản là ai cũng thương mình hết, nhiều khi người ta không ưa mình ở điểm nào đó hay mình có xúc phạm người ta thì mình bị nói xấu. Càng bị nói xấu chừng nào càng nhịn thì mới có giá trị. Chẳng hạn học xong về, nếu quý vị gặp bà vợ của mình không cùng tu mà lải nhải hoài, bả nói "công việc ruộng nương không lo, suốt ngày lo hoằng pháp, hoằng pháp, con cái ông không lo mà lo hoằng pháp cái gì?" Vợ chồng mà cùng tu với nhau thì quý lắm, giống như tiên nam sống chung tiên nữ, còn không chung thì giống tiên nam sống chung quỷ cái. Còn vợ tu mà chồng không tu thì tiên nữ sống chung quỷ đực. Con người mà không biết tu thì nóng nảy. Quý vị nhìn 2 vợ chồng mà chửi nhau thì cái mặt giống con quỷ. Cho nên những ông nào gặp bà vợ hiền lành, dễ thương là điều diễm phúc, còn gặp bà vợ không chân thật thì khổ. Có người than thân trách phận rằng:

"Vợ tui nó dữ như chằng
Hèn gì hồi đó không thằng nào thương
Mới quen thấy cũng bình thường
Bây giờ lỡ cưới hết đường rút lui".

Cho nên hai người đồng lòng tu với nhau thì quý lắm. Nên quý vị là hoằng pháp viên thì phải hoằng pháp vợ mình trước nếu vợ chưa quy y. Quý Phật tử nữ mà chồng mình chưa biết đạo, chưa quy y thì phải hoằng pháp cho ổng trước. Ông nào nhậu mình hoằng pháp cho ổng bỏ nhậu. Một ngày ông uống 5 lon bia thì giờ hoằng pháp cho ổng uống 1 lon thôi. Nhưng phải khôn khéo nha, chứ có gì lục đục đừng đổ thừa sư xúi nhe. Có nghĩa là phải tùy cơ ứng biến. Quý vị phải lưu ý cho là đừng nói với kẻ say, đừng bắt tay kẻ xấu, đừng chiến đấu với kẻ liều, đừng nói nhiều với kẻ ngu. Có những người ngu quá mình nói nhiều quá mình cũng ngu. Hay đối với mấy ông say xỉn mình cũng đừng cãi lý với mấy ổng, cãi cũng vô ích. Đối với những đối tượng phạm pháp thì mình đứng xa xa ra chứ đừng có bắt lay. Mình phải biết nói với đúng đối tượng để hoằng pháp có hiệu quả.

Bổn phận chính của chúng ta phải nhịn nhục trong mọi trường hợp. Có vị Hòa thượng mỗi năm đều vận động mọi người cúng dường cho du học tăng Ấn Độ. Hôm đó, các vị tăng ni tập hợp lại để Hòa thượng tặng học bổng, Sau khi Hòa thượng tặng xong thì vị tăng sinh đại diện phát biểu: "Bạch Hòa thượng, con biết Hòa thượng là vị lãnh đạo cao cấp của Phật giáo, Hòa thượng có rất nhiều đệ tử và từng đi chu du hoằng pháp. Xin Hòa thượng hoan hỷ ban cho chúng con lời pháp nhũ đạo từ để chúng con làm hành trang trong tiến trình tu học". Chúng tôi nhớ khi được hỏi câu đó, Hòa

thượng nói: "Các vị ở đây toàn là trình độ cao hết nên chúng tôi không biết nói gì, chỉ mong quý vị luôn ghi nhớ: muốn hoằng pháp thành công, có hiệu quả thì chúng ta phải "Lỳ và Liều"". Nghe vậy có vẻ giống kiếm hiệp, nhưng từ Lỳ và Liều ở đây ám chỉ sự vô cùng nhẫn nại. Quý vị hoằng pháp mà sĩ diện quá thì độ được không? Mình phải mạnh mẽ, phải anh dũng và độ cho họ tu chứ không phải giành chia tài sản, hướng dẫn tu để họ là người tốt, giúp gia đình của họ để họ tu theo Phật. Cho nên phải mạnh dạn lên chứ nhát thì không được. Các vị hoằng pháp bên Tin Lành, họ bán café mà cũng hoằng pháp được nữa. Quý vị biết cách bán bảo hiểm không. Quý vị ở đây cũng là dạng công ty bán bảo hiểm cho Phật giáo. Người ta bán bảo hiểm vụ lợi còn hoằng pháp viên là bán bảo hiểm trọn đời trọn kiếp. Mình bán đây là giới thiệu từ bi hỷ xả, giới thiệu Phật giáo, triết lý Phật giáo trong đời sống. Cho nên quý vị mạnh dạn, dù cho trái ý nghịch lòng đi nữa cũng phải nhịn tối đa.

Chữ cuối cùng mà hoằng pháp viên phải có là phải có chữ 'tâm'. Tất cả nguồn giáo pháp của Đức Phật là 84 ngàn pháp môn, chúng ta đọc suốt cuộc đời không hết nhưng pháp Phật là gói gọn trong chữ tâm. Cho nên hoằng pháp viên phải có tâm tốt, phải có tâm thương yêu. Mà quý vị có tâm này rồi thì đó là phép lạ. Mình có tâm là phải hướng đến thiện, làm thiện. Hoằng pháp viên có phước nhiều, có đức nhiều thì nói người ta nghe. Còn không có tâm thì nói người ta không nghe. Cho nên quý vị phải công phu. Có bằng này về thì phải niệm Phật, ngồi thiền, giữ giới nhiều. Mỗi ngày mà quý vị dành thời gian sáng tối công phu trước bàn thờ Phật, sáng đốt nhang, công phu đọc kinh, chiều cũng đốt nhang cúng Phật, cúng gia tiên.

Quý vị làm nhiều như vậy mới độ được những người trong gia đình chớ để ngay trong nhà mà mất uy tín chẳng hạn như vô chùa ăn chay mà về nhà không ăn, niệm Phật mà ganh tỵ nhiều. Mình phải độ những người trong gia đình nhất là con cháu. Mình độ người ở chung thì không nói nhiều mà phải làm nhiều, chừng nào ra ngoài thì nói nhiều. Hình ảnh mà quý vị lập đi lập lại mỗi ngày là bài pháp vô ngôn để truyền đạt cho những người thân chúng ta. Vì sao? Mình ra ngoài thì người ta tìm hiểu người thân, gia đình mình. Khi họ tìm hiểu thì mấy thành viên trong gia đình xem mình như Phật sống, nhắc đến tên thì nể, nói: "Bà ngoại tôi tu dữ lắm, ngày nào cũng đốt nhang niệm Phật". Hoặc khi họ hỏi tới con mình thì nó nói: "Má con hồi xưa dữ lắm nhưng giờ tu dữ lắm, hồi xưa chửi con như pháo bông còn bây giờ thì tu dữ lắm". Khi nghe nói vậy thì thấy giá trị mình tăng lên liền. Chứ người ta hỏi mà bị khai là: "Không biết bả tu cái gì mà hành hạ con thấy ớn" thì mất uy tín quá. Cho nên quý vị phải có cái tâm. Khi có tâm thì có khả năng đồng cảm với những người xung quanh, thông cảm những người lầm lỗi, hiểu rõ con cháu. Khi có tâm thì cặp mắt mình mới có hồn, mới nhìn người ta có ánh mắt từ bi hỷ xả chứ không thì nhìn giống như khinh khi. Tu có đức thì nhìn đâu dính đó, nhìn đâu người ta có cảm tình đó, nể mình, quý mến mình. Mình có phước có đức thì lỗ tai mình có khả năng biết lắng nghe. Không có tâm thì tai mình không chịu nghe mà khoái nói. Đôi lúc hoằng pháp viên phải lại lắng nghe nỗi khổ, niềm đau của người thân gia đình người đó thì đó là phương pháp trị liệu để đối tượng trút đi khổ tâm. Hạnh lắng nghe là hạnh người tu. Người nói 1 tiếng đồng hồ không hay bằng người nghe 1 tiếng. Mình càng lắng nghe chừng nào thì mình có khả năng thông cảm tha thứ,

hiểu được hoàn cảnh tâm tư nguyện vọng đối phương. Mình muốn chuyển hóa thì phải hiểu họ. Cho nên, quý vị tập cái tâm biết ngồi lắng nghe.

Hoằng pháp viên phải tập cho ta có tâm, miệng phải biết nói pháp, biết nói những lời nói tốt đời đẹp đạo, không nói mâu thuẫn, xúc phạm danh dự người khác. Người hoằng pháp phải thận trọng cái mồm vì quý vị là bộ mặt, là đài phát thanh Phật giáo. Quý vị nghe tin tức chùa nào, ông thầy nào có scandal, có tiếng không hay không tốt thì hạn chế gây phát tán, dù cho người ta đáng ghét nhưng khi họ bị nạn, bị cái gì thì mình cũng tôn trọng người đó. Không phải mình tôn trọng cá nhân đó mà mình tôn trọng bộ mặt Phật giáo. Mình hạn chế nói xấu, xúc phạm các tăng sĩ vì họ là tập thể thiêng liêng trong đạo.

Hoằng pháp viên phải hiểu mỗi người đều có nghiệp, cho nên nghiệp nặng quá thì họ bị như thế này thế nọ thì mình chỉ chắp tay "mô Phật", nhân quả nghiệp báo trùng trùng duyên khởi, mình không nên nói nhiều, cái miệng mình chỉ để động viên nhau tu. Ai hỏi thì mình nói: mỗi người có nghiệp riêng chị ơi, mình lo tu đi, cuộc đời này phù du ngắn ngủi lắm. Giống như xã hội nhỏ, nhiều khi nghe vậy chứ không phải vậy. Mình bao che, bảo vệ không phải là mình dấu sự thật mà không nên nhiều chuyện. Giống như cuộc đời này phải sử dụng điện và ga. Nó rất hữu dụng. Cả hội trường nghe được âm thanh chúng tôi nói là nhờ có điện. Phục vụ nấu nướng cho cả ngàn người như thế này bằng củi thì biết chừng nào có ăn. Nhưng mà không biết sử dụng thì chết liền, không biết làm mà chọt vô là điện giựt, không biết sử dụng bếp ga thì nổ chết luôn. Con người cũng vậy, cũng có xấu và có tốt. Người

tu hoằng pháp thì nên nhắm vào tốt, còn mặt kia thì "no idea" – miễn bàn. Không ai bầu mình làm giám khảo thì mình chấm điểm họ làm chi. Cho nên mình phải biết nhiệm vụ của mình bớt đi khẩu nghiệp. Có câu: im lặng là vàng, nói đàng hoàng là kim cương, nói cương cương là phù mỏ. Cho nên mở miệng ra phải nói năng đàng hoàng, không nên nói lời nói chia rẽ, không nói lời nói xúc phạm tới biểu tượng tâm linh của chúng ta. Mình nói xấu người nào trong đạo thì hư cả toàn thể mà tội cho ai, tội cho những người mới chập chững bước vào vì niềm tin của họ còn nhỏ bé quá, năng lượng của họ còn ít quá mà mình lại thiếu đi ý thức, mở miệng ra phê phán người này, lên án người nọ, chụp mũ người kia thì không nên. Người hoằng pháp viên chúng ta phải thận trọng điều đó. Mình nói như vậy có nghĩa là mình xúc phạm lòng tin của người mới vào đạo, họ nghe như vậy họ sẽ bỏ đạo, họ khắc khoải lo âu, họ hồi hộp sợ hãi vì nội bộ chưa đàng hoàng, còn tị hiềm, còn sân hận quá. Hoằng pháp viên phải truyền tải năng lượng từ bi hỷ xả. Gia đình người ta đang lục đục thì mình phải khuyên giải cho họ hoà thuận. Nếu mình không khuyên giải thì im lặng, mình chỉ niệm Phật, chỉ tu tập thôi.

Và người hoằng pháp viên phải có Tâm đức đến 2 bàn tay của chúng ta. Nếu có tâm thì giúp đời, giúp đạo, nếu có 2 bàn tay mà không tâm thì làm bậy. Tay này nóng nảy lên thì đánh chồng, đánh con, không đánh vô đít mà tát vô mặt. Con người sân si lên thì cái tay chúng ta có thể làm bất cứ cái gì. Người tu phải nhớ bàn tay để giúp đỡ, nhớ bằng bất cứ giá nào cũng sẵn sàng giơ tay ra giúp đỡ. Thấy cụ già ở quê lên thành phố Rạch Giá mà không dám qua đường, đứng quay tới quay lui thì quý vị phải lăn xả vào cầm tay dắt qua. Một

nghĩa cử nhỏ nhưng cao thượng. Mình ở đây thấy có gì cần thì giúp. Muốn giúp cũng phải có tâm. Nếu không có tâm thì lạnh nhạt, vô tư.

Hoằng pháp viên phải tu để có Tâm - Đức, đó là 2 cái chân không biết mệt mỏi. Hoằng pháp viên mà sợ mệt mỏi thì sao làm hoằng pháp viên được. Người thân mình ở đâu đó chết, trong lúc tang gia bối rối thì cần lắm nên dù xa thì cố gắng đi, có lời chia buồn, có giỏ trái cây, có bó nhang, lẵng hoa cho người quá cố. Đó là chất liệu đối với hoằng pháp viên vì hình ảnh áo tràng của quý vị ở đây cho họ nhớ đến đức Phật. Họ ở vùng quê hẻo lánh xa xôi, ít có thầy đến. Mình đến tụng kinh, thắp hương chia buồn, uống trà, có vài lời đạo, chia sẻ tâm tình, đó là cách hoằng pháp. Mình lúc bấy giờ cũng phải hỏi thăm chết thế nào, chết có di chúc không, có mấy con mấy cháu, có mấy đứa quy y trong lúc bà mất các con muốn có phước, có hiếu trả cho bà thì các con đến chùa quy y nương nhờ Tam Bảo. Mà mình nói lên điều đó phải xuất phát từ tâm. Điều quan trọng nhất không phải là tiền bạc, ngoại hình hay làm ăn mà là chân thật, có nhiệt tâm và có nghĩa tình. Dẫu rằng tiền bạc, ngoại hình hay làm ăn rất cần thiết cho con người chúng ta vì hoằng pháp viên cũng rất cần tiền bạc. Người nào có tiền nhiều bảo đảm hoằng pháp nhiều tín đồ. Vì có tiền nhiều mới ấn tống kinh sách, phát băng đĩa được nhiều. Lúc nào trong túi mình cũng phải có Phật, có sách để người nào có tín tâm gặp thì tặng liền. Người tu bố thí đứng đầu. Nhưng nhớ là sách phải có nhà xuất bản cấp phép nha, nếu không họ nghi ta truyền bá thông tin gì không đàng hoàng. Hoằng pháp viên phải có ngoại hình chút xíu đúng không. Răng cười phải đẹp, tươi, quý vị nào không có thì

đề nghị trồng răng cho đẹp hết. Một nụ cười bằng 10 thang thuốc bổ nên hoằng pháp viên phải trang bị ngoại hình chứ thấy người ta mà mặt hầm hầm thì ai chịu ngồi nghe mình nói. Mình phải luôn cười tươi hoan hỷ, tâm bác ái. Và hoằng pháp viên cũng phải có tài năng. Tài năng ở đây là mỗi người phải có chuyên môn. Quý vị nhớ một điều là khi hướng dẫn người ta khó lắm. Chúng tôi có quen một ông sư bạn, mới học xong tiến sĩ, nhưng có phước là mới đi tu 5 năm thôi nhưng hướng dẫn cho hơn 25 người đi xuất gia. Hoằng pháp viên phải có khả năng ăn nói, phải có trình độ học cơ bản để đi truyền bá cho họ. Pháp Phật cực kỳ hay nhưng thuốc hay phải biết chữa trị đúng người đúng chỗ nên phải có tài năng, công tâm để dẫn dắt, tức là hoằng pháp viên phải có bản lãnh dụ người ta đi tu.

Ngày xưa, một người cư sĩ dẫn dắt chúng tôi biết đạo. Người đó giới thiệu chúng tôi đi tu ở chùa. Cho nên, mỗi lần về quê chúng tôi ghé thăm như người thầy của mình. Chúng tôi nhắc lại như vậy cho thấy vai trò hoằng pháp viên cư sĩ cực kỳ quan trọng. Giới thiệu cho người ta biết pháp, quý vị làm động tác là giới thiệu cho người ta có lòng tin với Tam Bảo. Có những người có tâm nhưng không có điều kiện, có lòng bố thí, muốn đi tu nhưng không có người nào dẫn dắt cho đi tu. Người xuất gia không có điều kiện đến vùng sâu vùng xa đáp ứng tâm tư nguyện vọng thì 1 ngàn hoằng pháp viên ở đây là phương pháp tốt nhất để ta lan rộng vào hang cùng ngõ hẻm mọi tầng lớp để rao giảng chánh pháp. 1 ngàn gia đình đó cộng thêm xui gia, con cái, bạn bè, những người thân của họ biết nhân rộng phát huy thì từ 1 ngàn sẽ nâng lên thành thành 10 ngàn, trăm ngàn.

Quý vị nhớ lại công việc mà Đức Phật lúc thành đạo Ngài tiếp độ 5 vị Kiều Trần Như, sau đó Ngài tiếp nhận Công tử Yassa và 54 người bạn của Công tử. Như vậy, tổng cộng là có 60 vị A La Hán trong Phật giáo, thế là Ngài thành lập tăng đoàn đầu tiên. Ngài tập hợp các vị này và dạy: "Này các vị tỳ khưu, các thầy hãy lên đường đi hoằng dương chánh pháp, mỗi người đi mỗi ngã, không được 2 người đi 1 ngã". Điều này ám chỉ rằng có 60 vị A la hán có nhiệm vụ đi được 60 khu phố, làng mạc, thành phố, quốc gia để đi truyền bá chánh pháp.

Cũng vậy, một ngàn người ngồi đây sẽ lan rộng dữ lắm. 1 ngàn thành 10 ngàn, rồi 5 năm sau cực kỳ lớn mạnh. Trách nhiệm của quý vị rất lớn. Chúng tôi ngó thấy đa số đều lớn tuổi mà quý vị biết đấy "gừng càng già càng cay", người lớn tuổi chừng nào thì kinh nghiệm càng nhiều chừng đó. Quý vị cũng nên lưu ý một điều là tuổi mình càng cao thì sức khỏe càng yếu theo ngày tháng, rồi bịnh, chết cũng sẽ đến. Cho nên, quý vị lúc này còn khỏe thì mạnh dạn lên đường để tiếp độ cho người ta. Bây giờ, quý vị đã danh chánh ngôn thuận để đi hoằng pháp.

Người hoằng pháp viên cũng cần lưu ý: cái nhà đang cháy mà người khôn ngoan chạy vô lựa những gì quý nhất lấy ra, còn người ngu thì gom hết, cái gì cũng muốn lấy thì lấy chưa hết đã chết cháy trong nhà. Người tu ta phải biết rằng thân này phải già, bịnh, chết thì nhiệm vụ ta phải biết làm những gì đáng làm, những gì trọng tâm nhất, chứ không là không kịp nữa. Bây giờ, chúng ta chỉ làm một nhiệm vụ chính yếu là tu cho tốt và truyền trao đến cho mọi người để họ hiểu Phật pháp để họ đến chùa quy y, họ đến chùa thực hiện hạnh trì giới, bố thí, tham thiền.

Thời giảng đến đây cũng vừa phải lẽ với thời gian. Trước khi dứt lời, cầu nguyện hồng ân Tam Bảo, Đức Phật, Giáo pháp và Tăng già luôn gia hộ cho quý vị thân tâm an lạc, tu hành tinh tấn và thuận duyên trong môi trường hoằng pháp của người cư sĩ tại gia./.

4. SỐNG TRONG CHÁNH NIỆM VÀ TỈNH GIÁC[4]

Hôm nay là ngày thiền dành cho toàn thể tăng ni và hội chúng, tổ chức vào ngày mùng 8 âm lịch hàng tháng tại tổ đình Bửu Quang, ngôi chùa đầu tiên của Phật giáo Nguyên thủy Nam Tông Kinh. Từ lúc lập chùa năm 1938 đến nay năm 2015, chúng tôi thống kê được hiện tại ở Việt Nam, trên 3 miền đất nước có tổng cộng 105 ngôi chùa, còn truyền sang Âu châu và Mỹ thì chưa thống kê. Như vậy, sau 1975, Phật giáo Nam tông kinh có lập thêm khoảng hơn 50 ngôi chùa, trong đó số lượng nhất tăng nhất tự còn khá nhiều. Do đó, cần phát huy thêm chùa, tăng sĩ để kiện toàn cho Phật giáo Nam tông kinh.

Đối với ngày thiền dành cho toàn thể tăng ni và hội chúng tổ chức ở Bửu Quang thì chúng tôi không nhớ chính xác bắt đầu từ năm nào (khoảng năm 2008-2009), mỗi tháng một kỳ. Đây là dịp để tất cả Tăng, Ni, Phật tử có cơ hội trải nghiệm, thực tập tâm linh một ngày tại ngôi chùa tổ mà các vị Hòa thượng trong phái đoàn Hộ Tông đã thiết lập năm 1938. Việc tu thiền một ngày vào mùng 8 hàng tháng cũng là ngày đền ơn các vị tổ như HT Hộ Tông, HT Bửu Chơn, HT Thiện Luật - những người có công sáng lập chùa Phật giáo Nguyên thủy và tưởng nhớ đến cư sĩ Nguyễn Văn Hiếu - vị cư sĩ hộ pháp ngay từ buổi đầu của Phật giáo Nguyên thủy, người dành một phần tiền lớn của gia đình và vận động bạn bè, Phật tử xây ngôi chùa đầu tiên ở Thủ Đức, chùa Kỳ Viên tại Sài Gòn, và

4. Giảng đường: chùa Bửu Quang, khóa tu Thiền Tứ niệm xứ lần 66 ngày 20/10/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

Thích Ca Phật Đài năm 1963 - di tích đầu tiên lớn nhất trong miền Nam Việt Nam thời bấy giờ. Ngồi thiền ngày mùng 8 cũng là để tưởng nhớ ông Bùi Ngươn Hứa, thường gọi là ông cai Hứa, người khai khẩn vùng đất Gò Dưa, phát tâm cúng dường cánh rừng sao dầu nhỏ làm cơ sở đầu tiên cho Phật giáo Nam tông kinh năm 1938, chuyển qua giấy tờ chính thức năm 60 và thuộc về tài sản vĩnh viễn của Giáo hội. Hình ông được chúng tôi tôn trí phía trái trong chánh điện, con cháu ông cũng tiếp tục truyền thống gia đình, hộ pháp cho Phật giáo.

Hôm nay, chúng tôi giảng về chủ đề "Sống trong chánh niệm và tỉnh giác". **Chánh niệm - "sati"**, là ghi nhớ thân và tâm; là ghi nhận trên 4 đối tượng: thân, thọ, tâm, pháp; là biết rõ những gì đang xảy ra ngay trong từng phút hiện tại. **Tỉnh giác – "sampacanna"**, là luôn luôn tỉnh thức trên thân, thọ, tâm, pháp. Muốn đạt được tỉnh giác phải có: chánh tinh tấn, chánh niệm và chánh định. Pháp thiền tứ niệm xứ là pháp thiền độc đáo, là con đường giác ngộ - "ekamagga" được Đức Phật thuyết tại xứ Kuru, hiện nay là Thủ đô Ấn Độ New Delhi, Kuru là quê hương của trưởng lão Ratthapala, là thánh tăng xuất hạnh.

Đời sống hằng ngày quá bận rộn, đầy ắp gánh nặng của gia đình, áp lực công việc. Tâm tư phiền não làm tâm bị ô nhiễm, cho nên, thực tập tứ niệm xứ để có chánh niệm tỉnh giác để quân bình thân tâm. Sở dĩ khóa thiền tứ niệm xứ, chánh niệm, tỉnh giác quý báu vô lượng vì nó giúp cho cuộc sống ta hằng ngày quân bình thân tâm. Con người ta quý nhất là thông minh và trí tuệ. Ta đánh mất thì sẽ thành người vô dụng. Ta đi thăm những trung tâm bịnh viện tâm thần, gặp người trí

nhớ kém, thần kinh thì ta mới thấy quý trí thông minh của ta, nhận định được chánh tà, tội phước, phân biệt lẽ phải và sai lầm. Con người ta mất đi sự thông minh, trí tuệ thì trở nên vô dụng. Cho nên, tu thiền tứ niệm xứ để giúp ta phát huy trí tuệ, có chánh kiến, nhận thức đúng sai, có phân biệt chánh tà. Chánh niệm tỉnh giác trong bài kinh tứ niệm xứ là con đường độc đạo, là pháp môn cao thượng đi đến giải thoát, trí tuệ. Giải thoát là không chấp bản ngã, thoát ly khỏi Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới. Tâm mình không còn dính vào 3 giới. Giải thoát là tâm an trụ trong cảnh níp-bàn, là không còn ái trong Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới, tâm mình viễn ly bởi 10 kiết sử phiền não trói buộc ta trong sanh tử luân hồi. Nội dung chánh niệm và tỉnh giác trong đề tài hôm nay, chúng tôi muốn trình bày theo 3 động từ: "Nhớ, Quên và Làm". Toàn bộ đời sống chúng ta nằm trọn vẹn trong 3 động từ sau đây.

Nhớ: Bản chất của nhớ chính là chánh niệm. Nếu ta không nhớ thì không có niệm được. Người thông minh phải nhớ nhiều, như vậy, nhớ giúp ta khai thông tuệ giác, chúng ta nhớ để quân bình thân tâm của chúng ta. Vậy hằng ngày chúng ta nhớ cái gì? Nhớ chúng ta là người Phật tử. Phật là giác, tử là con. Như vậy ta nhớ là Phật tử là người tỉnh thức, người khôn ngoan, người không làm điều xấu, người không nói điều ác, và người không làm điều bất thiện. Người Phật tử là người chân chánh, có chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, phải sống thánh thiện cao thượng, đạo đức. Đối với đạo đức, là từ bây giờ, chúng ta không nên nói nhiều mà phải làm nhiều, trải nghiệm nhiều, chứng minh nhiều vì người ta thấy những trải nghiệm của chúng ta, chứng minh của chúng ta nói lên nghĩa cử đạo đức và từ bi. Như vậy, chúng ta nhớ mình là

Phật tử thì mọi cử chỉ, hành động để sống tốt và phải làm gương, ngoài việc sống tốt làm tốt. Trước nhất, làm gương cho con cháu mình, người thân mình và người xung quanh. Là Phật tử thì chúng ta phải có ngôn từ - từ, bi, hỷ, xả, có bao dung rồi mới có những lời nói, những hành động làm gương cho con cháu. Nếu mình thể hiện triết lý Phật giáo làm gương thì mình đang nêu cao ngọn cờ chánh pháp. Quý vị làm như vậy thì đang bố thí pháp, Đức Phật dạy bố thí pháp là cao thượng trong các sự bố thí.

Nhà sư thuyết pháp, giảng đạo là bố thí pháp, người cư sĩ hướng dẫn cho người ta quy y, hành thiền, niệm Phật, biết bố thí, biết quay đầu hướng thiện, mà làm được điều đó cũng có nghĩa mình bố thí pháp. Làm như vậy là đang nên cao tinh thần Phật tử của mình, đang hoằng dương Chánh pháp. Cho nên, ban Hoằng pháp Trung Ương cứ 2 năm hội thảo một lần, vào cuối năm nay, tại tỉnh Bà rịa-Vũng Tàu đăng cai tổ chức hội thảo. Trong hội thảo có khoảng hơn 2000 Phật tử các tỉnh thành đăng ký tham gia khóa tập huấn hoằng pháp viên dành cho cư sĩ tại gia. Chúng tôi có giới thiệu khoảng 50 Phật tử tham dự, cách đây 2 năm có giới thiệu 30 phật tử tham dự học tại Bình Dương. Chúng ta năng động hướng thiện mà muốn hướng dẫn cho họ đi chùa, làm phước, tụng kinh, làm Phật sự, tham gia khóa tu học thì ta cần có những chứng chỉ này để hợp pháp, hợp lệ để dễ bề hoằng pháp với vai trò cư sĩ. Thêm nữa, nhớ rằng chúng ta là người xuất gia. Có 3 lý do mới gọi là người xuất gia: bỏ nhà, cạo đầu, mặc áo cà-sa. Tất cả chúng ta, bên tăng cạo đầu, mặc áo cà-sa, bên ni cũng cạo đầu, mặc áo cà-sa, có người mặc trắng, có người nâu, có người hồng, đây là xuất gia đầu tròn áo vuông.

Danh từ chuyên môn gọi "xuất thế tục gia" là bỏ nhà, bỏ tài sản, gia đình, vào chùa để thế phát, xuất gia, cạo đầu, mặc áo cà-sa. Cho nên, người ta thấy mình, người ta biết sư thầy. Còn nếu mình không cạo đầu, không mặc áo cà-sa, thì không kêu mình là sư thầy, cũng không chắp tay xá mình đâu. Quý cụ lớn tuổi đi ra đường gặp thì người ta lạy. Chúng tôi có cho xuất gia mấy cụ lớn, ra đường, người ta lạy quý cụ, kêu sư phụ không à; còn chúng tôi nhỏ, người ta tưởng là thị giả. Danh từ 'sư thầy', miền Nam gọi là 'sư', bên Nam Tông kêu là 'sư', Bắc tông kêu là 'thầy', còn người miền Bắc gom lại kêu 'sư thầy': 'bẩm sư thầy'. Ở bên Miến thì những vị đạo cao đức trọng gọi là "Sayadaw", giọng Mỹ đọc "Sa-ya-do", giọng Anh kêu "Sa-ya-đao". Nhưng tất cả những từ này đều xuất phát từ chữ 'Garu'. Ga là xóa, ru là bóng đêm, "Garu" là sư thầy. Cho nên, sư thầy là xóa bóng đêm cho tín đồ, cho dệ tử. Người xuất gia đi tu nhớ một điều trong tâm là người ta kêu là sư thầy thì nhiệm vụ mình phải hướng dẫn cho tín đồ, đàn na tín thí và người tại gia xóa bóng đêm là xóa vô minh và ái dục. Người xuất gia ta không làm được chuyện này là ta thiếu trách nhiệm với đàn na tín thí, thiếu trách nhiệm bổn phận. Ý nghĩa người xuất gia là làm giảm bớt đi phiền não tức là xuất phiền não gia. Tu để xóa bỏ phiền não tham, sân, si. Ngoài ra, ta phải có lòng từ bi hỷ xả lớn thì mới hướng dẫn đàn na tín thí xóa bóng đêm. Ngoài khổ đau vì gia đình, vì chồng vì con, còn nhiều khổ đau từ những đắng cay trong cuộc đời nên người ta đi vào chùa để nhờ sư thầy có lời khuyên cho người ta vơi đi nỗi buồn, vơi đi phiền não. Cho nên, vị sư thầy phải có đức độ, phải có lòng từ bi hỷ xả, phải có công năng tu tập để người ta gặp mình, nhờ phước đức ấy thì bớt đi phiền não, có đủ nghị lực để tiếp tục sống có hạnh

phúc trong gia đình, tiến bộ trong đời sống công sở. Người tu không có từ bi hỷ xả, không buông bỏ phiền não, bỏ đời thường, khi người ta vào viếng chùa chưa than thở thì mình lại than trước họ rồi. Người ta đến để xin mình lời khuyên nhằm chuyển hóa họ, cho nên, người tu phải có một chút sự bình an thanh thản, một chút tâm từ bi hỷ xả, chút này hỗ trợ năng lượng cho người cư sĩ tại gia, nhằm chuyển hóa thân tâm của họ.

Và lý do thứ 3 của người xuất gia là phải hướng đến đạo vô ngã tức là chúng ta không còn dính trong tam giới, đạo lý vô ngã là mình không nặng về bản thân cái tôi của mình quá, mà mình muốn thăng hoa tâm tư mình lên, muốn hòa nhập trong đại đồng thì bớt đi cái tôi của mình, cái bản ngã mình. Cái tôi mình lớn quá, bản ngã lớn quá thì sẽ bị đóng khung cuộc sống. Lý do là xuất tam giới gia. Chúng ta bớt đi cái tôi, cái bản ngã của mình một ít thì tâm tư mình rộng thênh thang, bản ngã mình dính nhiều, lớn quá thì tâm động đau khổ. Chúng ta nhớ ta là một hành giả. Hành là làm, giả là người, hành giả đây tiếng Pāli là 'Yogi', tiếng anh Meditator. Giống bên yoga gọi là yogi, người tập yoga tập luyện mỗi ngày để có sức khỏe tốt thân hình tốt. Người tu tại gia hay xuất gia thì nhớ ta là hành giả thì phải tập thiền, niệm Phật. Ta không tập thiền, không niệm Phật thì ta không là hành giả. Người tu phải thiền phải niệm Phật, phải công phu vì sẽ giúp ta có nhiều năng lượng, giúp tâm linh ta thăng hoa, cuộc sống ta cao thượng hơn. Hành thiền, niệm phật, công phu là hình thức ta luyện tâm. Giống như nhà không quét sẽ dơ bẩn, bước vô mà thấy người chủ có quét dọn mỗi ngày, có lau chùi, chăm sóc mỗi ngày thì gọn gàng, sạch sẽ. Tâm ta cũng vậy,

nếu không công phu, không ngồi thiền, không niệm Phật thì cũng bị dơ. Như vậy, ta nhớ ta là hành giả.

Và một điều nữa ta nhớ là chúng ta sẽ chết, làm gì cũng nhớ là sẽ chết, dù có chức to, chức lớn trong xã hội, nổi tiếng này, nổi tiếng nọ thì cũng sẽ chết. Trên đời này có ai sống không chết. Tất cả chúng ta đều phải chết. hình ảnh Đại đức Giác Tuệ trước mặt quý vị đây, chết rồi, mới chết cách nay không bao nhiêu ngày. Đại đức này với chúng tôi có nhiều kỷ niệm, từng xuất gia với Hoà thượng Tịnh Sự, học Vi diệu pháp rất giỏi, sau 9 năm sau xuất gia thì hồi tục trở về đời thường làm giáo viên 3 năm, rồi thành lập công ty tư nhân, rồi có gia đình, có 2 người con. Sau đó xa chùa một thời gian khá lâu thì tình cờ hôm đó chúng tôi đi dự đám tang nhà Phật tử kế bên, trong ngày đó chúng tôi gặp Đại đức, nghe tiếng ngày xưa rất giỏi Vi diệu pháp, nên chúng tôi mời về giảng dưới danh nghĩa cư sĩ dạy. Dạy được 4 năm sau thì xin xuất gia, Ngài Giác Sơn làm thầy bổn sư, Thượng toạ Giác Giới và tôi làm thầy hướng dẫn. Từ lúc giảng dạy đến khi chết mở được 8 khóa, đào tạo hơn 200 tăng ni Phật tử học, khai giảng và bế giảng được 2 khóa Vi diệu pháp trung cấp; 2 khóa cao học, biên soạn được 5 quyển tự học Vi diệu pháp, 3 tác phẩm kinh sách và cố vấn chỉ đạo cho các học viên đánh máy, trình bày, hiệu đính và vận động để in 7 bộ luận Vi diệu pháp của HT Tịnh Sự. Đại đức làm gần xong thì bắt đầu bịnh gan, khoảng 4 năm sau thì viên tịch. Trước khi viên tịch, gia đình cha mẹ mời đi định cư ở Mỹ, lúc từ giã thì Đại đức đã rất yếu, qua Mỹ khoảng mấy tuần thì chết bên đó.

Khi nhìn trên facebook, chúng tôi thấy rất thảm, xác Đại đức được quàng trong cái thùng giống cái thùng các-tông. Chúng

tôi không hiểu, tại sao, vì ở Mỹ họ thực dụng, không quan trọng quan tài đẹp xấu nhưng người Việt Nam thì sĩ diện, phải làm đám cho lớn, quan tài cho bự. Chúng tôi nhớ ông chủ ở nghĩa địa Gò Dưa có nói là có người giàu chết, khi thiêu quan tài trị giá 120 triệu. Chúng tôi thấy đại đức này tịch, quàng trong thùng các-tông. Điều đó cũng đáng cho tất cả chúng ta quán tưởng, suy gẫm sự vô thường trong cuộc sống. Được biết, xã hội Hoa Kỳ cũng cho thuê quan tài, có nghĩa là sao? Người chết, có gia đình thuê cái quan tài rồi đến lúc thiêu thì họ lấy cái quan tài trả lại, gọi là cho thuê quan tài. Tương tự như ở Việt Nam cho thuê xe, giàn giáo, rạp, bàn, ghế, chén, tô v.v. Còn người Ấn Độ gần Nguyên thủy hơn. Sau khi chết có 2 cây tre, chết xong để người lên rồi lấy vải để lên, lấy bông vạn thọ để lên rồi khiêng đi giống khiêng đất, rồi ra sông Hằng thiêu giống như thiêu chó mèo vậy. Điểm qua để thấy thân phận con người là như vậy, chúng tôi thấy Đại đức nằm trong thùng các-tông rồi nhớ lại thời vàng son đứng trên lớp thao thao bất tuyệt, giờ chết nằm trong thùng như thế. Chúng tôi nhắc lại để nhắc ta phải nhớ trong lòng mình sẽ chết, nhà giàu hay nghèo đều có chết giống nhau.

Trên facebook, có bức ảnh đáng để chúng ta suy gẫm, họ vẽ bức tranh có 2 cái nhà, nhà tranh vách đất họ để chữ 'nhà nghèo'; một ngôi nhà villa, họ để chữ 'nhà giàu', rồi vẽ 2 cái huyệt giống nhau, một bên ghi nhà nghèo, một bên ghi nhà giàu; ý họ muốn nói giàu hay nghèo cũng chết như nhau. Người tu chúng ta nhớ ta sẽ chết mà Phật dạy mình phải quán tưởng thường vì mình nhớ mình chết để không dễ duôi trong thiện pháp, nhớ để không hung hăng với người ta. Bữa nào mình hung hăng, phẫn nộ sắp chửi ai thì mình nhớ mình sắp

chết rồi hay nghĩ họ sắp chết rồi, mình biết để không làm họ khổ. Mình nhớ là mỗi người chúng ta có nghiệp thiện và bất thiện, mình nhớ như vậy để tạo nhiều phước. Giống như quý vị hôm nay đến đây hành thiền thì một ngày có phước báu, trải nghiệm đời sống tâm linh, công phu tạo phước báu nhiều. Người tu chúng ta phải biết làm gì để lợi ích cho nhiều, phước đức cho nhiều. Nếu mình làm phước đức nhiều thì quả báu mới có ý nghĩa vì cuộc sống ta quỹ thời gian không còn nhiều nên phải tạo công đức nhiều, hành động ta lặp đi lặp lại ở thiện nghiệp, phước đức là chủng tử quý giá nhất để khi chết ta nhớ. Mỗi ngày thiền nhiều, công phu nhiều thì hành động đó giúp giờ phút lâm chung, cận tử ta sẽ nhớ, còn hằng ngày nuôi 5 con chó, 10 con chó thì sáng cho chó ăn, chiều cho chó ăn, chó nhiều quá thì suốt ngày cứ "Tô Tô xuống ăn", "Mi Mi ở nhà", hay hôm sau "Tô Tô ở nhà, Mi Mi đi". Mình tiếp xúc với chó hoài thì khi chết không nhớ Phật mà nhớ chó. Như vậy, mình chết mình nhớ Phật quý hơn hay nhớ chó mình quý hơn thì tự mình suy nghĩ, mình định hướng.

Quên: Trong đề tài sống trong chánh niệm và tỉnh giác, chúng tôi muốn đề cập đến động từ 'quên'. Con người ta nhớ rồi có lúc sẽ quên. Con người ta hay ở chỗ là sáng ra thức dậy hoạt động đến chiều tối rồi ta sẽ ngủ. Giờ ngủ ta sẽ quên những cái ta làm. Sở dĩ, người thần kinh là do ngủ không được, lâu dần sẽ khùng, ba lơn, điên. Tiếng Việt ta có 3 danh từ: khùng, ba lơn, điên. Khùng có nhiều nhưng điên phải có giấy chứng nhận của nhà thương. Mình đừng nói người ta điên. Có ông bác sĩ nói người điên không nhờm gớm tiểu tiện của họ mới gọi điên. Người ba lơn, khùng nhiều lắm như mình đang nóng giận ai, mình chửi bới người ta là mình đang

ba lơn, đang khùng đó. Nhưng mà điên phải có giấy của nhà thương điên. Thì con người ta đôi lúc phải quên giống như cái USB chỉ có 8G thì chứa chỉ đến 8G, hơn là không được. Cho nên, chúng ta phải biết quên, không nhớ, chứ tập cố nhớ hết thì sẽ khùng. Cho nên, mình phải học quên chứ cái gì cũng nhớ hết thì sống sao nổi.

Đức Phật dạy phải bỏ đi phiền não của mình, nên quý vị sân hận, si mê ai, nổi khùng nổi điên ai thì tham sân si chút ít vậy thôi nhưng đến chiều tối ngủ thì quên đi chứ nhớ hoài khó chịu, khổ lắm. Phiền não phải quên, tham sân si phát sanh lên rồi phải quên. Phật nói quá khứ đã qua, tương lai chưa đến, chỉ có hiện tại, tuệ quán chính là đây. Biết vậy nên tu tập. Người hành giả phải tu hiện tại, quên quá khứ, dừng vọng ngóng tương lai. Quá khứ ví cơm thiu, tương lai như cơm sống, hiện tại như cơm chín. Người ta khoái ăn cơm thiu, cơm sống, ngồi lại thì nói chuyện ngày xưa tôi thế này, thế kia, hay trong tương lai sẽ tu thế này, sẽ… sẽ… nhưng hiện tại không có gì hết. Chánh niệm là quên đi quá khứ, tương lai, sống hiện tại. Những hiềm khích, hận thù, tham sân si, ích kỷ sẽ phải quên. Nó sanh khởi thì sẽ tự diệt - quên, đừng nuôi dưỡng, đừng kéo níu, đừng huân tập nó, quên càng nhiều càng tốt. Người tu phải quên phiền não mà chỉ biết ghi nhận, hay biết, không phân tích, không so sánh, không đánh giá, tự đến sẽ cho chúng tự đi. Chúng ta có khả năng quên như vậy thì tâm thanh thản, gương mặt hồn nhiên, cử chỉ khoan dung. Ta không quên mà ghi nhớ hoài thì không có khả năng thanh thản, gương mặt lúc nào cũng đăm chiêu, cau có và khổ vì chúng ta còn nhiều phiền não mà không quên được. Ta chất chứa nó thì giống như cái kho phiền não thì gương mặt đầy

ắp bi thương, cử chỉ không thanh thản được, lời nói chúng ta không từ bi hỷ xả được. Cho nên: Ta Phải Quên Phiền Não.

Thứ 2 là phải quên đi bản ngã của mình. Vì nhiều khi mình càng muốn cho người ta biết về mình nhưng thật ra chính mình làm mình khổ. Mình quên đi cái tôi, cái bản ngã của mình thì tự nhiên người ta biết mình cao thượng. Con người càng nặng về bản ngã, càng chấp bản ngã thì khổ mà mình sẽ không sống hòa nhập với người xung quanh. Giống như có tượng thiên thủ thiên nhãn, ngàn mắt ngàn tay. Bộ quỷ ma sao mà ngàn mắt ngàn tay dữ vậy, mình có 2 con mắt 2 cái tay, buổi tối thấy 4 mắt 4 tay đảm bảo xỉu luôn. Ẩn dụ như vậy là người đó phải có tâm đại đồng, vị tha cao thượng thì họ có khả năng ngàn mắt ngàn tay. Chẳng hạn hôm nay chúng tôi giảng pháp mà quý vị ngồi nghe tới bây giờ, ví dụ khoảng 80 người, thì 180 con mắt, 180 cái tay. Nếu chúng ta làm Phật sự lớn, tạo công đức nhiều thì có tâm đại đồng, tâm bao dung, tâm tha thứ thì chính đó là chất liệu kết lại người có duyên lành với mình. Ví dụ mình quen thân người này thì có thêm 2 con mắt, quen 120 người thì có thên 120 cặp mắt, lúc đó tai mắt mình nhiều lắm chứ nếu sống độc tài, tham sân si, mở miệng ra trách móc, chê bai, chửi thề thì người ta gặp người ta né nên chỉ có 2 mắt 2 tay thôi, cô đơn này thôi. Còn gặp mà khen tặng, quý mến, cái xấu người ta thì hạn chế góp ý tôn trọng tuyệt đối sự hiện hữu của người khác thì như vậy mình hạ đi cái tôi, hạ đi cái bản ngã thì người ta gần mình, còn đưa cao cái bản ngã, đưa cao cái tôi thì bị xa lánh. Quên đi cái bản ngã là thể hiện đức bồ tát trên đời này. Chúng tôi thấy TT Bửu Chánh, mỗi lần lễ, Ngài kéo ghế, kéo bàn, thường quan sát xem thiếu đủ trong việc ăn uống của Phật tử. Chúng

tôi thấy cụ làm nhiều chuyện, thấy cụ giản dị quá. Nhiều khi cử chỉ đó thường quá thì nhiều vị đạo cao đức trọng, trụ trì người ta không làm chuyện nhỏ đó được mà Thượng toạ làm được thì TT vô ngại, đơn giản bản ngã rồi. Thậm chí không ai quét sân thì mình quét, lau bàn thì có chết gì đâu, tại vì mình quan trọng chức danh trụ trì quá, coi cái tôi lớn quá nên mình cố chấp. Nhiều khi thấy đông người quá rồi đi khép nép, thở không dám thở mạnh, chi vậy? Kết quả của sự tu hành thì mình tu theo năm tháng, thời gian sẽ trả lời, chứ tu mà không dám nói lớn, sợ không dám cười. Bình thường là đạo. Mình làm giảm đi cái tôi, cái bản ngã của mình đó là đạo.

Cái quên thứ 3 là quên tài sản. Ở chừng mực tuổi tác nào đó mình sẽ quên tài sản, đến lúc nào đó nó là trói buộc làm mình đắm chìm trong sanh tử luân hồi. Quý vị nhớ đến cái tuổi nào đó phải di chúc cho các con. Đến tuổi mà không di chúc là không quên, mình nhớ tài sản hoài, quên để dọn đường đi, quên để đi thanh thản, để cuộc sống nhẹ nhàng. Mình còn một tháng, một năm chết mà mình không quên tài sản thì không được, dính mắc rồi chưa chia đồng đều, công việc chưa bàn giao xong thì chết có thanh thản hay không, chết mà chưa làm bổn phận, còn dính mắc thì thanh thản hay không. Giống như ngoài Vũng Tàu, năm 2008, ông cụ Minh Trí giao 1000 m2 đất chuyển sổ đỏ cho chúng tôi đứng thì coi xong nhiệm vụ. Khi chúng tôi đứng tên rồi, ông Minh Trí pha bình trà hai người uống và ông nói: Tôi đã làm xong nhiệm vụ rồi, việc còn lại là của sư. Năm 2014, chúng tôi phấn đấu cho xong thủ tục để được cấp giấy Quyết định thiền viện Bồ Đề, công an cấp dấu tròn, Làm xong thì ông cụ chết. Sang năm nay, giấy sổ đỏ sẽ chuyển chính thức thành thiền viện

Bồ Đề vì sau này không có tên trụ trì nào đứng chủ quyền, mà tất cả đất thuộc cơ sở tự viện đều tôn giáo đứng tên. Làm vậy sẽ nhẹ, khi làm được thì coi như mình đã hoàn thành một đại sự Pháp độ trong nhà phật. Tài sản thực sự của Giáo hội, không chuyển thì sau này dễ bị mất, tranh chấp, thưa kiện. Có nhiều người nghĩ mình đứng sổ đỏ hay hơn chuyển qua đất tôn giáo, nghĩ như vậy không phải. Khi làm chùa thì tài sản đất phải chuyển qua Giáo hội, tài sản của chùa, mình đứng ra vận động xây, mình là tu sĩ chứ không có tiền bạc gì đâu, tài sản đàn na tín thí hùn lại là tài sản chung. Làm vậy thì công đức mới lớn.

Làm: Vấn đề thứ ba trong đề tài này là làm. Người tu chúng ta phải làm thiện, làm công quả, tu pháp thập độ, thực hành thập thiện, làm thiện là phải bố thí, trì giới, hành thiền. Ngày hôm nay quý vị đến đây là quý vị thể hiện tâm bố thí. Hồi nãy, quý vị nghe sư Phước Thiện truyền giới, rồi giữ giới từ đây đến chiều, ngồi thiền thì quý vị đã làm được nhiều phước thiện bố thí, trì giới, tham thiền. Thường bố thí phải có vật thí nhưng nhiều khi ở góc cạnh nào đó là thất thí: nhan thí, ngôn thí, thân thí, toạ thí, nhãn thí v.v. Nhan thí là bố thí nụ cười của mình. Có nhiều người muốn tự tử, những khi nhìn thấy nụ cười của mình, người ta không muốn chết nữa. Ngôn thí là nói nhẹ nhàng, lời nói có từ bi. Tọa thí là thấy người ta không có chỗ ngồi thì mình nhường, chứ không phải là sáng mình ngồi chỗ này, chiều người khác vô ngồi thì mình thấy bực mình. Quý vị thấy người xuất gia ngồi chổm hổm, sám hối ngày rằm, 30, các vị tỳ khưu ngồi chổm hổm không à. Ngồi chồm hổm có ý hay, là thế ngồi chư thiên vì họ ngán cái mùi trần lắm, giống như mình ở quê, đi đại, đi tiểu mà nhìn

thấy cá vồ là mình ớn, trong thế ngồi ấy để có gì bay đi cho lẹ chứ ngồi bẹp thì sao bay. Có một giả thuyết rằng: khi xưa chư tăng sống trong rừng, đa số trong rừng ngồi chồm hổm là tiện nghi nhứt. Sâu xa hơn vấn đề là mình không dính mắc, ghế đẹp ghế xấu cũng ngồi, đừng nghĩ mình bự phải ngồi ghế bự, ai mà ngồi vô là mệt. Ai mà ngồi ghế của ông vua thì bị tru di liền. Cho nên Phật ngồi đất, ăn trong bình bát. Tại sao? Vì để nhìn vô cho khác biệt với người thế. Chứ giờ mình ngồi trên ghế thì người ta cúng ghế đẹp, ăn bát chén đẹp rồi người ta vô bàn cãi, tính toán, phê bình, mình thành chủ đề cho người ta phê bình. Còn ngày xưa Đức Phật muốn giảm bớt đi cái tôi, cái bản ngã.

Mình làm đây tức là làm công quả. Người tu có 2 bổn phận làm: học thiền, học pháp. Học thiền làm thiền sư dạy; học pháp thông kinh điển để giảng đạo cho Phật tử. Ngoài 2 bổn phận này còn có bổn phận phụ là làm công quả, quét dọn lau chùa cho sạch. Chúng tôi có vị đệ tử ở bên chùa Ngài Tam tạng, học pháp thì học không được, thiền cũng không được. Ngày xưa ông từng làm thợ hồ, giờ ổng vô chùa ổng làm công quả, xây hồ nước cho mọi người xài. Nhờ vậy mà vị Tam tạng thương, cho nên sau này có khả năng xây dựng được chùa Đại Phước bên Miến nữa. Bổn phận người tu ngoài việc hành pháp, học pháp thì cũng phải quét dọn chỗ ở, liêu cốc xung quanh cho sạch đẹp để bá tánh thập phương hoan hỷ, thấy gián nhện cũng phải quét. Tu phải sạch sẽ, chùa sạch, tăng ni trang nghiêm để người ta nhìn vào người ta phát khởi lòng tịnh tín.

Hôm nay, chúng tôi giảng đề tài sống trong chánh niệm và tỉnh giác. Đây là pháp tu, Phật dạy trong bài đại niệm xứ để

ta ý thức huân tập chánh niệm và tỉnh giác trong đời sống. Chánh niệm và tỉnh giác là chìa khóa mở cửa tứ niệm xứ để đạt giải thoát níp-bàn, chấm dứt sanh tử luân hồi. Ai giữ chánh niệm sẽ có đời sống an lạc ngay trong hiện tại. Người có chánh niệm và tỉnh giác thì thăng hoa thân tâm, người không có chánh niệm và tỉnh giác giống như chết rồi chưa chôn. Cho nên, chánh niệm và tỉnh giác là món quà vô cùng quý để Phật tử tu tập, áp dụng hằng ngày. Chánh niệm tỉnh giác chúng tôi trình bày qua 3 hành động: nhớ, quên, làm. Nhớ mình là người Phật tử, người xuất gia, hành giả, mình sẽ chết và điều phước thiện. Quên đi phiền não, bản ngã, tài sản trong lúc hợp thời. Làm phước thiện, công quả, thập độ (bố thí, trì giới, xuất gia, trí tuệ, tinh tấn, nhẫn nhục, chân thật, quyết định, bác ái, hành xả), hành thập thiện (thân không sát sanh, trộm cắp, tà dâm; khẩu không nói láo, nói đâm thọc, nói hai lưỡi, nói phù phiếm; ý không tham, không sân, không si). Chánh niệm và tỉnh giác là nghệ thuật quân bình thân tâm. Tất cả đều biểu lộ qua Nhớ Quên và Làm; Đi Đứng Nằm Ngồi đều hay biết. đó là con đường giác ngộ, tỉnh thức. Thời pháp đến đây vừa phải lẽ với thời gian, chúc quý vị an lạc, tinh tấn trong đời sống hằng ngày./.

5. SỐNG THEO PHẬT[5]

Chùa Bửu Châu, thành phố Trà Vinh do Đại đức Thiện Giới làm trụ trì, hôm nay có tổ chức khóa tu thiền niệm Phật lần 3. Đây là niềm vui cho ban tổ chức nhất là Đại đức Trụ trì cùng các tín đồ Phật tử ở địa phương. Làm trụ trì mà nếu chùa im lìm, ít sinh hoạt không tổ chức khóa tu thì gọi là chùa ế, chùa ế là ít người đến. Ngoài đời quan niệm buôn bán ít người mua thì ế. Trong đạo từ ế ám chỉ phước. Chùa mà đông Tăng Ni Phật tử đến thì chùa giàu. Không phải giàu tiền giàu bạc mà giàu phước, giàu đức. Vì chúng ta đến đây tụng kinh, niệm Phật thì phước đức vô lượng vô biên. Trước nhất là chúng ta chuyển hoá thân tâm, an vui, hạnh phúc. Lại nữa, chúng ta Tụng kinh, niệm Phật thì những chúng sinh vô hình, chư thiên ở đây vô cùng hoan hỷ. Cho nên, hôm nay chùa Bửu Châu là chùa giàu, giàu phước, giàu đức và giàu tuệ. Thời pháp hôm nay, chúng tôi chọn chủ đề "Sống theo Phật".

Thế nào là sống theo Phật? Thông thường hằng ngày chúng ta sống như thế nào? Đi, đứng, nằm, ngồi, sinh hoạt của mình phải ráng giống như Phật. Đi giống Phật, ngồi giống Phật, nằm giống Phật, phải luôn luôn giống Phật. Chữ Phật phải hiểu theo ý nghĩa là sự tỉnh thức, giác ngộ không có mê mà trong thiền gọi là chánh niệm và tỉnh giác. Phải sống chánh niệm và tỉnh giác trong tứ oai nghi đi đứng nằm ngồi, đó là sống theo Phật. Chúng tôi đi Ấn Độ, Thượng toạ Tiến sĩ

5. Giảng đường: chùa Bửu Châu, Tp. Trà Vinh, tỉnh Trà Vinh. Khóa tu Thiền niệm Phật lần 3tổ chức vào ngày 21/6 năm Ất Mùi (5/8/2015). Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

Tường Quang trụ trì chùa Đại Lộc, Ấn Độ, đầu năm nay có buổi tọa đàm về ứng dụng thiền trong đời sống, có 12 đại biểu lên phát biểu tham luận. Người nào nói cũng dài. Nhưng TT Tường Quang lên đóng góp cho buổi tọa đàm Phật pháp qua bài thơ duy nhất:

"Đêm đêm ôm Phật ngủ
Ngày ngày cõng Phật đi
Cùng Phật ngồi một chỗ
Cùng Phật ăn một bàn".

Bài thơ này mới nghe qua cũng thấy kỳ kỳ nhưng nghe kỹ thì rất là cao siêu. Kỳ là ở chỗ mình khó nghe vì ông Phật linh thiêng mà mình ôm ông ngủ là sao? Có nhiều người kính Phật nên không dám treo tượng Phật trong phòng ngủ, tại sao trong bài thơ lại ôm Phật ngủ? Phật ở đây ý nói là sự giác ngộ là sự tỉnh thức, là sáng suốt. Cho nên không phải ôm Phật thiệt ngủ mà chúng ta ngủ chúng ta nhớ Phật, niệm Phật. Phật luôn ở trong tâm. Hôm nào mà không niệm Phật thì ma đè. Đi đâu thì cũng có Phật đi theo. Không có Phật đi theo thì đi lạc đường. Người sáng suốt, tỉnh thức đi đâu cũng có Phật. Đi mà không có Phật thì đi lạc đường, không có Phật trong tâm thì nói nói bậy. Câu thứ ba là "cùng Phật ngồi một chỗ". Quý vị ngồi đây nghe pháp, lắng tâm nghe pháp, chánh niệm hoan hỷ trong pháp dù cho ông giảng sư có gây mê làm buồn ngủ thì cũng ngồi đàng hoàng, gật nhẹ nhẹ thôi chứ gật mạnh quá ổng nhìn ổng quên rồi sao. Có nghĩa là vừa kính Phật, vừa tu cho mình. Giống như ngồi giảng mà có tăng ni Phật tử ngồi nghe thì giảng thấy hạnh phúc, có tâm an vui. Câu cuối: "Cùng Phật ăn một nồi". Quý vị biết là miếng ăn là miếng tồi tàn, không ăn một miếng thì lộn gan lên đầu.

Chúng ta đến nhà người khác mà người ta mời mình ăn, mặc dù mình không ăn nhưng cũng cảm thấy vui vui. Chứ đến nhà người khác đến bữa ăn không mời chúng ta ăn thì tự nhiên mình cảm thấy bà chủ nhà có vẻ keo keo. Phong cách người ngoài Bắc có cái hay là trước khi ăn cơm thì mời bố, mời mẹ, mời cả nhà xơi cơm. Đó là câu xã giao. Mặc dù mình không ăn nhưng có khách đến thì cũng mời một tiếng thể hiện sự quan tâm. Khi chúng ta ngồi ăn cơm, trong đó có tham, có sân, có si mê. Nếu ăn hợp khẩu vị, ngon thì ăn quá chừng đến nỗi đứng lên không nổi luôn. Mình ăn nhiều quá dễ bịnh cho nên Phật dạy khi ăn còn 3 muỗng mà no thì ngưng, để uống nước vô chứ không thì no quá. Chúng ta không thích ăn mì mà ngày nào cũng cho tô mì thì ớn hơn chè đậu. Ăn không thích thì ra mặt là sân. Cùng Phật ăn một nồi là trong bàn ăn có Phật trong tâm, có chánh niệm trong tâm, nên không sân bớt tham.

Vấn đề chính trong bài thuyết hôm nay, chúng tôi muốn đề cập đến 4 câu trong lời ban đạo từ của TT Minh Đạt hôm qua ở tại Thiền viện Thiện Minh. Ngài ban đạo từ, có đọc 4 câu thơ, chúng tôi rất tâm đắc. Theo Thượng toạ Minh Đạt thì 4 câu này nằm trong Minh tâm bửu giám, không phải trong kinh Phật truyền thống nhưng ý thơ và văn nghĩa quá cụ túc trong triết lý nhà Phật:

"Lễ Phật giả kỉnh Phật chi đức.
Niệm Phật giả cảm Phật tri ân
Khán kinh giả minh Phật chi lý
Tọa thiền giả đăng Phật tri cảnh".

Theo chúng tôi, toàn bộ đời sống tu tập chúng ta nằm trọn trong 4 câu đó. Trước nhất chúng tôi định nghĩa từng câu một. Câu

"lễ phật giả kỉnh phật chi đức" Giả là người, tri biết, Người lễ Phật là kỉnh Phật qua đức của Ngài. Chính là kính cái đức của Phật, thực hành theo uy đức của Phật. Cho nên lạy Phật là để kính đức của Phật chứ không phải lạy để cầu nguyện van xin để hộ mình được thế này thế kia. Hay chúng ta có ông chồng có "mèo" bỏ nhà đi, rồi mình vô chùa cầu để ông đi về. Hay mình có đứa con hư thì mình vô chùa lạy Phật để nó tốt hơn. Hay chúng ta mở quán ăn rồi vô chùa lạy cầu đông khách. Nếu mình quan niệm Đức Phật là người ban phước tha tội cho ta thì không đúng với câu này. Như vậy, "Lễ Phật giả kỉnh Phật chi đức" là: lạy Phật là để kính đức của Ngài. Đức Phật có 3 đức: Bi đức, Tịnh đức, Trí đức. Câu 2 là "Niệm Phật giả cảm Phật tri ân". Tức là người niệm Phật là để mình nhớ đến cái ân đức của Ngài. Đức Phật Thích Ca có 10 ân đức mà bên truyền thống Nguyên thủy, chư tăng công phu chiều sáng đều đọc 10 ân đức này. Nguyên văn là "Itipi so bhagavā arahaṃ sammāsambuddho, vijjācaraṇsampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasāratthi satthādevamanussānaṃ buddho bhagavā'ti" dịch Việt là "Nam mô Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn. Niệm Phật là nhớ đến 10 cái ân đức này. Khi nhớ đến 10 ân đức này có nghĩa là chúng ta sống với Phật, thực hành theo ân đức Phật để sống theo Ngài. Câu 3, "Khán kinh giả minh Phật chi lý". Khán kinh giả là người xem kinh thì phải hiểu Phật bằng những lời dạy của Ngài, xem kinh để hiểu lý trong kinh để học, để tu chứ không phải đọc kinh để cho linh. Kinh không phải là thần chú, là bùa. Đọc kinh để mình xem coi trong lời kinh tiếng kệ Phật dạy gì để tu theo, hành theo. Tụng kinh không để mong cầu được cái này, cái kia,

cái nọ hay ghét bà nào thì tụng kinh để bà đó què chơi. Mục đích đọc kinh để tâm bình an mát mẻ, miệng không nói bậy. Chúng ta hiểu lý kinh để mình tu, học. Câu 4 là "Tọa thiền giả đăng Phật tri cảnh". Người hành thiền để biết được cảnh của Phật. Người không ngồi thiền sẽ không biết được cảnh Phật. Vì người không ngồi thiền tương tự như biết Phật pháp qua lý thuyết, giống như chúng ta đến chùa làm thiện sự, làm công đức nhiều, v.v cũng là làm tốt đấy nhưng chưa hiểu Phật. Muốn biết được cảnh Phật thì quý vị phải ngồi thiền niệm Phật. Khi đó tâm vắng lặng rồi thì mới cảm nhận được cảnh Phật. Chúng ta không ngồi thiền giống như cái muỗng trong tô canh quanh năm suốt tháng chỉ là cái muỗng thôi, không biết canh ngọt hay mặn gì. Chúng ta không ngồi thiền thì mình không thấy cảnh Phật mà chỉ thấy được cõi mình đang ở là cõi dục, cõi người. Cho nên, người nào ngồi thiền tốt thì họ say mê lắm, hoan hỷ trong pháp.

Vấn đề tiếp theo chúng tôi muốn giải thích tại sao mình lạy Phật, chúng ta phải kỉnh 3 cái đức của Phật. Kính 3 cái đức đó để sống tốt, tu tốt. Phật tổ Thích Ca có Bi đức là lòng từ bi sáng suốt. Lòng từ bi này phàm phu chúng ta không có. Lòng từ bi của Phật bao trùm cả tam giới, không phân biệt người thương hay kẻ ghét. Thông thường, phàm phu chỉ thương thân tộc, người gần gũi chúng ta, còn người mình ghét thì thương không nổi. Người mà quý vị ghét thì nhìn cũng nhìn không nổi, đi gặp mặt là né liền để sợ 4 mắt nhìn nhau trào máu họng. Người mà mình ghét khi gặp mặt thì cười không nổi. Nếu có nhìn nhau mình chỉ cười thì bảo đảm nụ cười cũng méo. Vì phàm phu mình không có khả năng như Phật. Phàm phu là bạn thù phân minh. Mình hơn Phật chỗ đó nên

mình ở dưới này hoài. Còn Phật thì đối xử với ai cũng như nhau. Như Đề-bà-đạt đa và La-hầu-la, một người là phản đồ, một người là con đẻ mà Ngài đối xử không hơn không thua. Nhưng vấn đề là tại sao Ngài có khả năng đó mà mình không có được. Vì bi đức của Đức Phật quá lớn và Ngài nhìn căn tánh chúng sinh, thấy nghiệp lực chúng sinh nên Ngài thông cảm. Ví dụ như chúng ta có một đứa con mà mình đầu tư cho nó ăn học, nhưng đến cuối cùng kết quả nó thi rớt. Nó về nó báo: mẹ ơi, con thi rớt rồi. Lúc đó mình không làm chủ được vì nhiều năm đầu tư, bỏ tiền bỏ bạc buôn bán tần tảo, không cho nó làm gì hết, mục đích là thành tài, thi đỗ đạt. Lúc đó thì chịu không nổi buông ra lời nói: mày chết cho rồi đi. Cho nên báo đăng có những người nhảy sông, treo cổ chết chỉ vì thi rớt. Vì con mình còn thơ dại, nương vào bố mẹ, thi rớt đã xấu hổ mà về cha mẹ buông ra lời nói như vậy nên không đủ nghị lực, bình tĩnh nên nông nổi. Người mẹ không phải không thương nhưng nhiều năm dành dụm, lo lắng, chắt chiu, càng mong đợi nhiều càng thất vọng nên không chịu nổi, buông những lời nói nặng nề như gáo nước lạnh tạt vào mặt. Người mẹ có cái đúng của người mẹ, người con cũng có cái đúng của người con. Nhưng nếu người mẹ nhìn ra hướng khác, khuyên nhủ cố gắng ôn bài sang năm thi tiếp thì đâu xảy ra chuyện đáng tiếc. Trên đời này chúng ta cũng phải hiểu thêm là nhiều người giàu nổi tiếng nhưng đâu có bằng cấp học. Nếu người mẹ có suy nghĩ đó rồi hướng con vào thì nó đâu bế tắc. Lòng từ ta ở chỗ đó. Nếu chúng ta có ý rộng đường để nó đi. Mình làm trụ trì trong chùa, mình ăn cơm xong đi ngủ cho rồi, không ngủ mà ngồi tiếp khách chi. Nhiều khi người ta ở xa, lâu lâu mới đến được, không lẽ ăn xong vô ngủ. Mình phải trò chuyện, giảng đạo. Nhiều khi nhiều năm họ không

đến chùa, mình ở lại nói chuyện để từ từ tiếp độ. Những người đệ tử trong chùa có nỗi khổ riêng, chán tu thì bổn phận trụ trì phải thường có lời nói an ủi để họ có thêm nghị lực tiếp tục đời sống phạm hạnh.

Thường thường người đang tu mà có ý hoàn tục là có nỗi niềm: một là trong chùa hắt hủi, hai là hết duyên, ba là có hoàn cảnh này nọ trong chùa. Người trụ trì phải hiểu tâm tư, nguyện vọng, biết ý hoàn tục là ý gì để có lời khuyên, cho hướng người ta đi. Làm vậy để học theo từ bi chứ người ta xin thì cho về liền, rồi nói người ta ở chùa tốn cơm, tốn nước, mình nói vậy thì còn gì là đạo từ bi hỷ xả nữa. Trụ trì giống như làm dâu trăm họ vậy. Nhiều người vào chùa thấy chậu kiểng cũng có ý kiến rằng chậu kiểng để đây không được sư ơi, sư dời chỗ khác đi. Người ta nói có ý người ta, mình thấy đúng thì dời. Nghĩa là tùy duyên thuận duyên. Mình thuận duyên thì nhẹ. Đời này cái đúng sai do quan niệm của mình. Cho nên thuận duyên thì được. Có kỳ chúng tôi đi tụng kinh cho một khách sạn. Trước giờ mình đâu có biết treo mã đáo thành công thì ngựa chạy vô, thuận buồn xuôi gió thì ngó ra đường. Quan niệm dân gian thì ngựa hướng vô nhà, buồm ngó ra ngoài đường, treo ngược thì sai, không hên. Thật ra đúng sai do mình. Đúng sai cãi nhau chi, quan trọng tùy duyên. Giống như chiếc xe ô tô hay gắn tượng Phật ngó ra trước chi? Để đỡ đạn, hứng cái xui cho mình. Nghe xong phũ phàng, ích kỷ quá, chỉ biết nghĩ tới mình. Vì ích kỷ quá nên mới là chúng sanh chứ không thành Phật. Có người thì để ông Phật ngó vô để làm sự sáng suốt cho mình, tài xế nhìn thấy ông Phật thì tỉnh táo không buồn ngủ, chạy xe không phóng nhanh vượt ẩu. Nghe cũng

thấy có lý. Cho nên chúng ta tùy duyên, sao cũng được, tùy quan niệm mỗi người thôi. Nhiều khi chúng ta không thuận duyên là nghịch lý. Thể hiện lòng từ là làm sao cho người đó vui, hoan hỷ, sáng khoái là được. Mình muốn có lòng từ bi thì tác ý tốt, tùy duyên, nhìn vấn đề ở nhiều góc cạnh chứ đừng nghĩ ai để ngược, quay vô là sai. Chúng ta lạy Phật là học cái bi đức của Phật. Cho nên làm đệ tử quy y Phật - đấng Thiên nhân điều ngự, bi trí vẹn toàn - là học cái bi đức của Ngài.

Lạy Phật là học trí tuệ của Ngài. Đức Phật là bậc đại trí tuệ. Trí có được nhờ Ngài hành thiền, tu 30 pháp độ trong 20 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại kiếp nên có trí hiểu rõ cặn kẽ nhân quả nghiệp báo, thấy lý tứ thánh đế, thấy con đường sanh lên thiên giới, con đường đến quả vị níp-bàn. Quý vị thấy Đức Phật của chúng ta và các học thuyết của Phật vượt thời gian, có những lời dạy xưa thiệt là xưa mà đến nay không lỗi thời. Chẳng hạn như trong luật tạng có ghi là vị tỳ khưu phải có 8 dụng cụ để dùng, trong đó đồ lọc nước. Phật thấy trong nước có nhiều vi trùng, những sinh vật rất nhỏ mà mình không nhìn thấy được bằng mắt thường nên nói các vị tỳ khưu nhớ phải lọc nước trước khi uống. Đến thế kỷ XVIII, nhà bác học người Hà Lan sáng chế ra kính hiển vi và dùng kính ấy nhìn thấy trong nước có nhiều vi trùng, những sinh vật rất nhỏ. Như vậy, ta thấy trí của Phật đi trước khoa học. Trong kinh điển nói có nhiều mặt trời, mặt trăng hay những chúng sanh ở thế giới khác. Bây giờ khoa học không gian đã tìm thấy có nhiều dãy ngân hà. Mỗi dãy ngân hà có mặt trời, mặt trăng riêng. Có dịp nọ, Nga bắt được người hành tinh khác nhưng họ nói tiếng gì mà các

nhà ngôn ngữ thế giới không ai biết. Đức Phật nói 1 ngày 1 đêm ở cõi Tứ Đại Thiên Vương bằng 50 năm trần gian, rồi Đạo Lợi, Dạ Ma, hay các cõi khác có thời gian khác nhau. Nhưng có ai hiểu. Đến năm 1969, ba phi hành gia Mỹ bay lên cung trăng rồi về lại trái đất. Họ công bố hàng loạt sự kiện khoa học trong đó có nói 1 ngày trên mặt trăng bằng 28 ngày trái đất. Khoa học chứng minh như vậy thì ta mới thấy lời Phật dạy là đúng. Những chúng sanh muốn sống ở các cõi vui Dục giới, thiền Sắc giới, Vô sắc giới không thể lên bằng khoa học mà chỉ có thể lên bằng tâm giới, tâm thí, tâm thiền.

Chúng tôi nhắc lại để quý vị thấy là Đức Phật là một bực đại trí tuệ. Cho nên, ta lạy Phật là nhớ Ngài - một bậc đại trí. Chúng ta lạy Phật, giúp tâm sáng suốt để thực hành Tứ niệm xứ, tu thiền, niệm phật để mong cầu mình có trí tuệ. Có trí tuệ đó không phải để chế thuốc độc, vũ khí mà để thấy nhân quả nghiệp báo, tội phước, con đường đi đến giải thoát. Muốn có trí đó thì tu thiền niệm Phật nhiều mới có tâm lắng đọng phát sanh trí. Thiền nhiều sẽ có lúc phát sáng. Hồi xưa, chưa biết đạo hay ghen bóng ghen gió, nói bậy, khen mình chê người, nhưng bây giờ hiểu đạo thì thấy tâm mình nhẹ, không bon chen, nhu hòa. Con mình hồi xưa sợ mình như cọp, nhưng bây giờ tu thiền nên nhiều khi phải xin lỗi nó nữa. Tu rồi thì ngộ, chuyển hóa tâm.

Chúng ta lạy Phật là mình mong có được tịnh đức của Phật. Tịnh đức là sự thanh tịnh. Có nghĩa là dù trước mặt hay sau lưng người, chúng ta đều không làm điều tội lỗi. Muốn có tịnh đức phải ngồi thiền. Quý vị đến đây để mong cầu thân tâm an tịnh. Nhà mình rộn ràng quá, ồn áo quá, muốn ngồi

thiền mà người ta không cho, karaoke ầm ầm, mới niệm Phật chút mà hàng xóm nói khó nghe nên mình vô đây cầu sự an tịnh cho mình. Sự an tịnh cực kỳ quý lắm.

Tại sao chúng ta phải niệm Phật? Chúng ta niệm để mình nhớ đến ân của Ngài. Đức Phật có 10 hồng danh, Ân đức Phật nên mới có câu: "Đức Thế Tôn hiệu Ứng cúng - Arahan - bởi Ngài đã xa lìa các tội lỗi nên tiền khiên tật thân và khẩu của Ngài đều được trọn lành". Chúng ta niệm Phật là nhớ đến sự ứng cúng vì thân khẩu Phật là trọn lành. Phàm nhơn của ta, thường làm những bất thiện pháp như cắt cổ gà, cổ bò, chôm chỉa, dụ dỗ bỡn cợt con gái nhà lành, nói láo, đâm bị thóc, thọc bị gạo, say xỉn bù khú, bài bạc hút chích, ý tham sân si. Nếu quanh năm suốt tháng, chúng chìm đắm trong bất thiện pháp ấy thì niệm Phật vô nghĩa. Vậy chúng ta niệm danh hiệu Phật Ứng cúng là để tập theo hạnh Phật xa điều ác làm việc lành.

Hồng danh thứ 2 là: "Đức Thế Tôn hiệu Chánh biến tri - Sammāsambuddho - bởi Ngài là bậc Chánh đẳng chánh giác tự Ngài ngộ lấy không thầy chỉ dạy". Đức Thế Tôn nhờ tu thiền mà thành Phật. Trước đó, Ngài cũng học ở hai vị thầy nhưng chỉ dạy thiền Sắc và Vô Sắc. Hai loại thiền này chỉ sanh thiên chứ không đưa đến Níp-bàn. Nhưng Ngài ngộ bằng thiền Quán do tự tu. Quý vị có thầy nhưng muốn thành quả thì phải tự tu. Quý vị có thầy quy y, thầy dạy thiền nhưng ông thầy chỉ cho mấy quyển kinh đó, dạy đề mục hành thiền, hít vào thở ra như vậy đó, nhìn như vậy đó, quán như vậy đó, quý vị tự làm đi chứ ông thầy đâu có tu dùm mình. Chúng ta phải tự nỗ lực siêng năng trong mọi điều thiện, vì thiên đàng, địa ngục, tội phước v.v đều do tâm ta sanh mà thôi.

Hồng danh thứ ba là "Đức Thế Tôn hiệu Minh Hạnh Túc - Vijjācarasampanno - bởi Ngài đắc 3 cái giác, 8 cái giác và 15 cái hạnh". **3 cái giác** là cái gì? Là Ngài đạt được túc mạng minh, thiên nhãn minh, lậu tân minh. Đắc túc mạng minh là nhớ được nhiều kiếp trong quá khứ mình làm gì, sanh ra ở đâu, thân tộc là ai. Thiên nhãn minh là thấy chúng sinh, người vô hình, thế giới xung quanh. Lậu tận minh là thấy những pháp phiền não, mà diệt được các phiền nào thì đắc đạo chứng quả. **8 cái giác** là 3 cái minh vừa kể cộng thêm minh sát minh. Minh sát minh là tâm Ngài thấy được danh sắc. Hóa tâm minh là biến một thân thành nhiều thân. Có thể một thân ngồi thuyết pháp một thân đi bát ở Bắc Cưu Lưu châu. Thần thông minh là các phép lạ, muốn biến như thế nào thì như thế ấy. Trong kinh có nêu câu chuyện bà hoàng hậu Khema có nhan sắc quá đẹp. Bà nghe rằng Đức Phật chê thân người là uế trược, phải quán bất tịnh nên bà không thích đến chùa. Bữa đó, bà đi ngang qua chùa, thấy dân chúng tụ tập đông người đang nghe pháp, tò mò nên vào xem thử. Phật thấy bà đang đứng trong đám đông thì muốn độ cho bà nên biến ra một cô gái đẹp thiệt đẹp đứng quạt bên cạnh Ngài. Cô gái đẹp này chỉ có bà Khema mới nhìn thấy được chứ người khác không thấy được. Bà nghĩ Phật hay bôi bác vẻ đẹp sao mà hôm nay lại có cô đẹp như vậy đứng hầu. Bà nhìn cô này thấy đẹp hơn mình nữa nên nhìn miết. Sau đó, Phật dùng thần thông biến cô gái ấy từ trẻ đẹp đến già từ từ rồi té gục chết. Bà Hoàng hậu nhìn thấy giựt mình liền nghĩ cô đó đang đẹp vậy mà cũng già chết, vậy mình cũng già chết như vậy, rồi bà quán vô thường vậy mà ngộ. Cái giác tiếp theo là thiên nhĩ thông tức là nghe được tiếng chư thiên, nghe tiếng thế giới xung quanh, tiếng các loài. Tha tâm thông là biết được tâm

người khác. Có một số vị tỳ kheo ngày xưa đến nhập hạ tại một làng của cô tín nữ đã đắc tha tâm thông. Buổi tối, mấy vị tỳ kheo nghĩ ngày mai thích ăn món gì thì hôm sau có món đó liền. Cô này có thể bắt sóng để biết được tâm người ta nghĩ gì giống như mobilphone phủ sóng toàn cầu kết nối người này với người kia vậy đó. Cúng thức ăn liên tục mấy ngày theo ý muốn như vậy làm cho mấy vị tỳ kheo đó sợ và muốn rời khỏi làng liền. Đúng không quý vị, ở chung với người có tha tâm thông nhiều khi thầm kín của mình, tư duy của mình là người ta biết liền. Cho nên quý vị này rút lẹ về cầu cứu với Phật. Đức Phật biết nên khuyên nhủ giữ giới, chánh niệm tỉnh giác và cho đề mục tu thiền. Sau khi mấy vị cố gắng tu đến cuối hạ đắc thánh quả. Đó là 8 cái giác. **15 cái hạnh** là gì? 1. Có giới đức hoàn toàn trong sạch và thanh tịnh (Sila Samvara)/ 2. Thu thúc lục căn thanh tịnh (Indriyasamvara dvarata)/ 3. Biết tri túc trong vật thực (Bhojane mattannuta)/ 4. Tinh tấn tỉnh giác (Jagariya muyoga)/ 5. Đức tin chân chính và không lay chuyển ở Tam bảo, tin nghiệp và tin quả, tin ở sự giác ngộ của Đức Phật và ở 37 phần pháp Bồ Đề (Saddha)/ 6. F. Luôn luôn chánh niệm, có sự ghi nhớ chân chính và biết mình, ghi nhớ theo Tứ niệm xứ (niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp) và biết rõ những hành vi của mình về thân khẩu ý (Sati sampajanna)/ 7. Biết hổ thẹn khi làm điều tội lỗi, không làm điều tội lỗi (Hiri, Tàm)/ 8. Biết ghê sợ khi làm điều ác, không làm mọi tội ác (Ottapa, Quý)/ 9. Luôn luôn có sự tinh tấn theo Tứ chánh cần (samappadhana)/ 10. Đa văn túc trí, học nhiều hiểu rộng tất cả các Pháp và giáo lý Phật, nhất là Kinh, Luật, Luận và các pháp giải thoát (Bahusacca)/ 11. Có trí tuệ hiểu thấy chân chánh, hiểu thấy theo ba thật tướng của vũ trụ (vô thường, khổ não, vô ngã) theo lý Tứ Diệu Đế (Panna)/ 12.

Đệ nhất thiền hữu sắc và vô sắc (Pathamajjhana)/ 13. Đệ nhị thiền hữu sắc và vô sắc (Dutiyajjhana)/ 14. Đệ tam thiền hữu sắc và vô sắc (Tatiyajjhana)/ 15. Đệ tứ thiền hữu sắc và vô sắc (Catutthajjhana).

Hồng danh thứ tư là: "Đức Thế Tôn hiệu Thiện Thệ - Sugato - bởi Ngài đã ngự đến nơi an lạc, bất sanh bất diệt đại níp-bàn".

Hồng danh thứ bảy là: "Đức Thế Tôn hiệu Điều ngự trượng phu - Purisadammasārathi - bởi Ngài là đấng tế độ những người hữu duyên nên tế độ". Quý vị thấy hồng danh này là Ngài độ những người hữu duyên nên tế độ chứ không độ hết. Thái tử Vidurabha sát hại dòng họ Thích nhưng Ngài cũng không cản. Đề-Bà-Đạt-Đa đi tu dù là tỳ khưu nhưng phạm điều phá hòa hợp tăng, hại Phật nên bị đất rút. Ông ta là anh vợ của Ngài khi còn ngoài đời nhưng Ngài biết nói không chịu nghe, không thể cứu thì cũng không độ được. Không phải cứ là Phật tổ rồi độ hết chúng sanh đâu. Nhiều khi người ta không cho độ thì sao mình độ, người ta không giơ tay cho mình kéo thì làm sao mình cứu được. Giống như mình rủ người ta đi chùa thì phải có duyên chứ không có duyên thì rủ người ta đâu có đi. Vua Thiện Giác là cha Da du đà la, cản Phật đi bát. Ngài biết ông ta sẽ bị đất rút trong 7 ngày tới nhưng Ngài cũng không thể dùng thần thông hay tụng kinh cứu được. Ngài không làm trái quy luật tự nhiên của nhân quả nghiệp báo được.

Hồng danh thứ chín: "Đức Thế Tôn hiệu Phật - Buddho - bởi Ngài giác ngộ lý tứ diệu đế và đem ra giáo hóa chúng sanh cùng biết với". Phật là người ngộ được lý tứ diệu đế và đem ra giảng giải cho chúng sinh hiểu chứ không giấu để làm bí

kíp, hoặc là chỉ truyền cho đệ tử ruột. Toàn bộ giáo pháp Đức Phật xoay quanh Tứ diệu đế. Trong Tứ đế thì đạo đế là chiếm hết những pháp giải thoát rồi. Đạo đế có thất giác chi, bát chánh đạo, ngũ lực, ngũ quyền v.v. Sau khi độ 5 anh em Kiều Trần Như, từ đó về sau trong suốt 45 năm hoằng pháp, Ngài thuyết pháp triển khai nhiều góc độ khác nhau để hướng dẫn chúng sanh tùy theo căn tánh.

Hồng danh thứ mười: "Đức Thế Tôn hiệu Bhagavā bởi Ngài siêu xuất tam giới tức là không còn luân hồi lại nữa". Thế tôn là siêu xuất khỏi tam giới, không tái sanh cõi nào trong 33 cõi nữa. Khi Ngài thành Chánh đẳng chánh giác, nhưng chưa đi thuyết pháp liền mà chờ người thỉnh. Có người hỏi tại sao? Vì chưa có Phật thì ông Phạm thiên là chủ quản ta bà, cho nên có vị Phật là Thiên nhân chi đạo sư thì vị thiên đó có bổn phận đến thỉnh. Giống như pháp sư mà đến chùa của Thượng tọa Minh Đạt muốn thuyết pháp thì phải chờ thỉnh vì ổng là chủ chùa, chứ đâu phải ỷ mình là pháp sư trung ương rồi muốn thuyết chỗ nào thì thuyết đâu. Cho nên vị Phạm thiên từ trên trời bay xuống thỉnh Phật thuyết pháp vì lợi ích cho chúng sanh, căn tánh chúng sinh còn thấp, Ngài đem pháp mà ban bố cho chúng sanh được giác ngộ. Lúc đó, Phật mới đi thuyết pháp độ đời.

Đức Phật có 10 hồng danh nhưng do thời gian không cho phép nên chúng tôi chỉ giảng giải một số thôi. Phần nào thiếu thì quý vị tự nghiên cứu thêm hoặc nếu có dịp thì chúng tôi sẽ giảng.

Câu "Khán kinh giả minh Phật chi lý" có nghĩa là người xem kinh, đọc kinh thì phải hiểu được lý của kinh. Lý kinh nhà Phật xoáy trong pháp vô thường, nhân quả nghiệp báo, tứ

thánh đế. Chúng ta xem kinh, đọc kinh để hiểu lời Phật dạy, để hành, để ứng dụng tu. Giống như Phật có tâm từ bi hỷ xả, chúng ta đọc kinh là để liễu thông và hành theo lời phật dạy. Đọc trong kinh thấy tam giới này khổ, vô thường, vô ngã thì mình nhìn thế gian này tạm bợ, thân tâm tạm bợ để phát sanh lòng tu. Đọc kinh mới thấy lý tứ thánh đế quan trọng. Đức Phật trình bày khổ đế là các cái khổ trên thế gian này, sanh già bịnh chết là khổ, yêu phải xa, ghét phải gần là khổ, có thân ngũ uẩn này là khổ. Nhưng Phật nói thêm tập đế là nguyên nhân của đau khổ là do lòng tham, ái dục nên chúng sinh mới đau khổ. Đức Phật nói diệt đế chính là diệt đi tâm ái dục nên hết khổ. Muốn diệt tâm ái dục thì mình thực hiện đạo đế là tu tập 37 phẩm trợ đạo, tu bát chánh đạo là tu giới, định, tuệ vì chánh kiến, chánh tư duy thuộc về phần tuệ, chánh ngữ, nghiệp mạng thuộc phần giới, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định thuộc về phần định, Như vậy toàn bộ tam tạng xoay quanh chủ đề gọi là tam vô lậu học là tu giới, tu định, tu tuệ.

Người có giới thì có định, người có định mới có tuệ. Giới ví như căn nhà xây nhiều tầng lầu phải có cái móng cho vững. Định là đổ bao nhiêu tấm. Tuệ là hoa văn kiến trúc. Tòa nhà xây 10 tầng mà móng 5 tầng là sập. Muốn có định, có tuệ thì có giới. Người mà nói chuyện nhiều, chửi rủa, nguyền rủa, sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu nhiều quá thì tâm mình có tịnh không? Mượn tiền người ta không trả thì ngồi niệm Phật được không. Tâm không giới thì đi đến đám đông mình sợ, sợ chủ nợ, tối mình nghe chó sủa mình giật mình. Mình tu, giữ giới thì mình không gây thù chuốc oán với ai, không chửi, không làm khổ ai. Mình ngồi đây tu, về nhà sống

tốt với gia đình, với hàng xóm thì nhiều khi mình ra đường mà người ta kêu 'ê' một cái, mình muốn nhìn thì nhìn, muốn đi thì đi, chẳng sợ ai. Mình mà thiếu nợ ai, gây thù chuốc oán ai mà đi ra đường người ta 'ê' là giựt mình liền. Ý nói người có giới thì tâm tốt. Đằng sau giới tốt là tịnh. Tịnh đây là định. Ngồi đây niệm Phật mà tâm ngổn ngang, đối với chồng đang gườm mình, đối với con đang hăm cúp kinh tế mình, đối với thầy thì đang né ổng, đối với bạn bè nó nói mình nhiều chuyện gặp mình nó né. Như vậy mình không có giới thì ngồi đây có tịnh được không. Tâm như vậy thì tâm động, lao đao nên không tiến bộ. Cho nên phải có giới, có định.

Câu cuối: "Tọa thiền giả đăng Phật chi cảnh". Tọa thiền là người hành thiền. Đăng Phật chi cảnh là mình ngồi thiền mới thấy cảnh Phật. Cảnh Phật là sự an tịnh vắng lặng trong tâm hồn. Tu, ngồi thiền, tụng kinh niệm Phật thì mới giúp quý vị ngồi được một tiếng đồng hồ. Nhiều khi ngồi nói 1 tiếng dễ hơn ngồi nghe 1 tiếng. Người mà nói 1 tiếng không hay bằng người ngồi nghe 1 tiếng đồng hồ tại vì mình có hạnh lắng nghe. Người khôn là phải học hạnh lắng nghe. Lắng nghe để phát sanh trí, phát sanh tuệ. Cho nên quý vị phải tọa thiền. Trong nhà Phật có 2 loại thiền định và thiền tuệ. Thiền định có 40 đề mục trong đó có niệm Phật. Mục đích của thiền định là đạt sơ thiền đến tứ thiền, đạt không vô biên xứ, thức vô biên, vô sở hữu, phi tưởng phi phi tưởng. Thiền thứ hai mới là thiền nhà Phật. Loại thiền thứ nhất thì các phái khác cũng có. Thiền thứ hai là thiền tứ niệm xứ, thiền chánh niệm, thiền tuệ, thiền quán. Đề mục là: niệm thân, thọ, tâm, pháp. Mục đích là sát trừ phiền não, chấm dứt sanh tử luân hồi. Thiền quán là thiền để tu giác ngộ. Chìa khóa thiền quán

chính là chánh niệm và tỉnh giác. Người tu thiền quán ở tứ oai nghi đều thiền được. Tức là thiền quán có khả năng nhìn được tâm của mình. Tâm tham biết tâm tham, sân biết tâm sân, si biết tâm si, ích kỷ biết tâm ích kỷ. Tu để nhìn tâm. Nhìn tâm nhiều thì mình chuyển hóa, thay đổi. Tâm là trừu tượng, hằng ngày không thấy, chỉ ngồi thiền mới thấy được. Thấy được tâm là cảnh pháp. Thấy tâm là thấy cảnh níp-bàn. Vì níp-bàn là không ái. Do tham, sân, si, ái dục nên sanh tử luân hồi. Ngồi thiền để sát trừ tham, sân, si. Chứ không phải mình tu mà quanh năm suốt tháng không thay đổi tánh mình thì không được. Tu để thay đổi tâm tánh. Ngoài đời ví giang sơn dễ đổi bản tánh khó dời nhưng ngồi thiền mới có thể đổi được tâm tánh. Người ăn chay mà không bỏ được tham, sân, si thì không phải mục đích người tu. Ăn chay niệm Phật thì phải hiền lành, tâm tánh bớt tham, sân, si. Ăn chay mà hung dữ như quỷ, mắng cha chửi mẹ, chồng đụng cái là chửi tắt bếp, vợ đụng cái là thượng cẳng tay hạ cẳng chân. Mình tu mà không hiền là không được, là uổng phí đời tu.

Hôm nay, thời thuyết pháp với chủ đề "Sống Theo Phật" dựa theo câu "Lễ Phật giả kính Phật chi đức" nghĩa là khi lễ Phật thì kính bi đức, trí đức và tuệ đức của Phật. Chúng ta "Niệm Phật giả cảm Phật tri ân" là mỗi khi mình ngồi thiền niệm Phật thì tưởng nhớ 10 hồng danh của Phật là Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn. Chúng ta tìm ý nghĩa của 10 hồng danh này để tu theo, học theo, nhằm chuyển hoá tâm tánh "Khán kinh giả minh Phật chi lý" là mỗi khi tụng hay đọc kinh để tìm hiểu lý pháp Phật dạy cái gì để hành theo, tu tập theo để mong

cầu sự an lạc yên tịnh. "Tọa thiền giả đăng Phật tri cảnh" là mỗi khi ngồi thiền để thấy cảnh Phật, để sát trừ tâm phiền não tham, sân, si, tà kiến, ngã mạn, cống cao, tật đố, để biến thành tâm đại bi, đại trí, đại tịnh, có từ bi hỷ xả, bao dung và thông cảm./.

6. IM LẶNG VÀ MỈM CƯỜI[6]

Hôm nay là ngày sám hối lệ, tất cả các Phật tử ở quanh đây về để sám hối, xin giới, thọ trì ngũ giới và nghe thuyết pháp. Chúng ta chỉ còn 3 kỳ sám hối nữa là sẽ chấm dứt năm Ất Mùi, năm sau sẽ tới năm Khỉ. Năm Khỉ chắc có lẽ ta nhảy nhót nhiều lắm. Một năm lặng lẽ qua, thời gian trôi nhanh, không gian biến dịch không ngừng; một năm đối với một người không để tâm đến thì thời gian trôi đi thật nhanh, còn nếu chúng ta mong đợi thì quả thật một năm lại dài đằng đẵng. Giống như một người biết mình mang một căn bịnh, biết tuổi thọ không còn nhiều nữa thì sẽ sợ sệt, lo âu, buồn bã, thì chúng ta cảm thấy thời gian lại trôi nhanh chóng. Thật ra thời gian vẫn là thời gian, nhanh và chậm chỉ là ý niệm, tâm thức của chúng ta mà thôi. Triết lý nhà Phật dạy chúng ta phải có 2 pháp trang bị, đó là pháp im lặng và mỉm cười. Ở đây ám chỉ im lặng là nhịn nhục, nhẫn nại; mỉm cười nghĩa là sự hoan hỷ trong vạn pháp. Dù cho cuộc sống có đắng cay phũ phàng thì chúng ta cứ im lặng và mỉm cười thì mọi việc sẽ qua, còn nếu chúng ta cứ lo sợ bấp bênh, khắc khoải băn khoăn suy tư thì ta lại chuốc lấy sự đau khổ tâm tư của mình. Cho nên, Đức Phật dạy ta phải trang bị pháp nhẫn nại và hoan hỷ.

Nhẫn nại là quà cho mọi người: Nhẫn nại là chịu đựng những nghịch cảnh, nhẫn nại là mình phải vượt qua những khó khăn. Người có pháp nhẫn nại thì dễ thành công, còn

---

6. Giảng đường: Chùa Bửu Quang, Q. Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh, sám hối lệ ngày 24/12/2015 (14 tháng 11 năm Ất Mùi). Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

người không có pháp nhẫn nại sẽ dễ thất bại. Đức Phật cũng dạy thêm là người nào có pháp nhẫn nại đó là món quà trang sức cho chúng ta. Nhẫn nại cũng là một nữ trang để tô điểm nhung nhan. Thường thường quý vị thấy người muốn làm đẹp thì họ phải đeo vòng vàng, hột xoàn, kim cương, hay lựa đôi dép đẹp mang vô, cân thị, viễn thị thì kiếm cái kính hợp tông mình, trước khi vô chùa ngó vô kiếng coi có lịch sự chưa rồi đi, mặc cái áo cũng vậy, cũng xanh đỏ hợp tông của mình. Đức Phật dạy đó là trang sức bề ngoài, ông bà xưa nói người đẹp nhờ lụa, gỗ đẹp nhờ sơn. Một người đã đẹp mà còn nhờ thêm lụa, thêm nhẫn nại nữa thì quý vị thấy họ mặc đồ cũng đẹp, đeo kính cũng đẹp, đi lại khoan thai, giọng nói nụ cười duyên dáng, tao nhã. Nhưng một người đẹp mà không có pháp nhẫn nại, tánh tình bộc trực, nóng nảy, sân si, lời nói lục cục lòng thòng, đại khái ngôn từ không nhã nhặn thì không còn đẹp nữa. Đức Phật dạy pháp nhẫn nại là một nữ trang để trang sức cho chúng ta, cho nên, sống trong nhà nếu có người nào cau có với mình, hằn học với mình, chửi rủa mình thì biện pháp của người tu ta là né tránh, nhịn nhục thì một ngày nào đó mình sẽ thay tâm đổi tánh người đó. Nếu pháp nhịn nhục của mình mà không khai tâm thì không sức bảo hộ, cái duyên sẽ đứt. Cho nên, Phật dạy phải có món trang sức là nhẫn nại, im lặng. "Im lặng là vàng, nói đàng hoàng là hột xoàn kim cương" nên người tu của mình phải im lặng. Chúng ta nói mà người khác không chuyển hóa thì tốt nhất nên im lặng. Im lặng là sự hùng biện. Giáo đa thành oán, khuyên nhiều quá, dạy nhiều quá, răn đe nhiều quá thành vô hiệu hóa. Cho nên, giáo dục duy nhất là mình sống tốt, làm tốt để con, cháu, chắt bắt chước việc mình làm. Chính việc làm tốt, sống tốt của mình là bài học tốt nhất để chuyển hóa thay đổi người khác.

Nhẫn nại ngoài chức năng trang sức cho mình đẹp, pháp nhẫn nại còn là pháp bảo hộ và làm cho người khác thương mến mình. Bảo hộ là sao? Có nghĩa là mình thực hành pháp im lặng và nhẫn nại thì có công năng bảo hộ giống như có vị chư thiên hộ pháp, cửu huyền che chở. Giống như khu nhà của chúng ta muốn an toàn thì có tường rào. Nhà không có tường rào thì ai cũng vào được, nên tường rào bao bọc xung quanh có cửa, tối khóa lại, ai xuất hiện xâm nhập vào bên trong thì đồng nghĩa là tội phạm. Nhà không có tường rào thì không an toàn. Như vậy, bảo hộ đây là kẻ thù thấy mình tự động sợ. Nhiều khi quý vị thấy mình ngủ, mình nằm chiêm bao thấy sắp tới ngày kia có gì xảy ra thì như giấc mơ báo động trước hay có điềm báo trước. Tất cả điềm mà báo hiệu là giống như có vị chư thiên, cửu huyền, có người vô hình bảo hộ mình giống như báo động. Mình muốn có nhiều người hộ thì mình phải tu pháp nhẫn nại. Và pháp nhẫn nại có khả năng làm những người khác thương mến mình, giống như trong dân gian nói có bùa yêu. Quý vị tin có bùa yêu không? Có nhiều người nói qua Miên xin bùa yêu, không biết có hay không nhưng trong dân gian truyền miệng vậy đó. Chúng tôi có quen một vị sư người Thái, tôi hỏi rằng người Miên và Thái truyền miệng với nhau rồi người ta nói với nhau có bùa yêu là có không? Vị sư đó nói có. Chúng tôi có đi theo hỏi vậy bùa yêu đó phải làm sao để có. Chúng tôi hỏi hoài, bữa đó vị đó cho tôi cái bùa đó. Thì lá bùa đó như thế này, sư kêu đọc 7 lần: "Mê-ta". Chữ Mê-ta xuất phát từ chữ Pali: Metta: nghĩa Tâm từ. Đơn giản vậy thôi. Ổng nói ngày nào mình cũng đọc hết thì giống như có bùa yêu vậy đó, nói điều gì phải có lòng từ ái thì người ta cũng nghe, ai thiếu tiền mình, giựt tiền mình thì mình đọc 3 hay 7 lần thì người ta nghe. Trước khi điện cho họ đòi tiền thì đọc Metta, Metta thì lúc kêu là họ trả tiền.

Metta là tâm từ, mình mà có tâm từ thì gặp ai cũng mến. Tâm từ là hoan hỷ, vui vẻ, thích thú. Vui vẻ thì vị tha, không làm hại ai đâu mà người ta ghét mình, đâu có khích bác ai đâu mà người ta ghét mình. Cho nên, khỏi cần đọc chữ Metta mà cứ ứng dụng sự thông cảm tha thứ trong đời sống thì coi như có cái bùa thương. Thì như vậy người có pháp nhẫn nại chính là đang tu tâm từ. Pháp tâm từ là một đề mục để tu hành trong đời sống. Người không có tâm từ thì nhỏ mọn, ích kỷ, tị hiềm, lúc nào cũng sống căng thẳng. Cuộc sống chúng ta thì có gặp biết bao nhiêu ngang trái nghịch lòng, càng gặp nghịch cảnh thì càng ứng dụng pháp nhẫn nhục, nhẫn nại để vượt qua. Càng gặp nhiều chừng nào mà vượt qua được thì con người ta mới có bản lãnh, mới có ý nghĩa. Cuộc đời không bao giờ phẳng lặng như mặt nước hồ thu, lúc nào cũng sóng gió, càng sóng gió chừng nào càng bơi giỏi chừng đó. Khi mình gặp sóng gió, một là mình chìm xuống chết luôn, một là sự sóng gió làm ta biết cách bơi, biết cách lèo lái. Người sóng gió nhiều chừng nào thì bơi giỏi chừng đó. Cho nên, mình càng sóng gió, càng nghịch cảnh nhiều thì giúp mình có pháp nhẫn nại vượt qua. "Bớt đi lời nói thị phi, bớt đi tội lỗi sân si đau buồn. Thêm câu niệm phật nhiều hơn, phước điền thêm lớn, tâm hồn thêm vui." Thị phi trong cuộc đời này nhiều vô tận. Thường trong tổ chức đoàn thể, như sắp đại hội bầu cử, đưa người nay lên chức người kia lên chức thì biết bao nhiêu thị phi sóng gió phũ phàng. Mình phải nhìn điều đó, quán tưởng suy gẫm thì thấy được lòng người không đơn giản. Thị phi của con người thì quý vị thấy đầy như bầu trời, nhiều khi mình làm tốt người ta cũng nói xấu, có người xấu trở thành tốt, có người mình thấy họ thành công thắng lợi đó nhưng chính họ lại là người gọi là không đúng với sự

chiến thắng, có nhiều người lại là tốt nhưng lại gặp vô vàn sóng gió, vô vàn khó khăn, vô vàn thị phi, dường như thị phi của họ tràn ngập.

Gần đây, quý vị thấy có một số loại nước ngọt, thức uống lan rộng trên internet giống nước bia, trà xanh Dr Thanh, trà xanh không độ, trà ô long v.v. mình không biết những sản phẩm này tốt hay không nhưng thật ra mình vẫn uống bấy lâu nay, giờ lại có một số thông tin cho là không tốt, nhiều khi cạnh tranh thương trường với nhau nên họ phao tin giật gân. Ví dụ họ viết thơ để thị phi thức uống như: Uống Dr Thanh tanh bành nội tạng, uống nước tăng lực bất lực kinh niên, uống trà xanh không độ hội ngộ diêm vương, uống trà ô long đừng mong được sống v.v. Dẫu điều này có không đúng, chủ công ty cũng dễ bị phá sản, hàng loạt nhân viên Việt Nam sẽ thất nghiệp trong dịp xuân 2016 này, gánh nặng nhiều gia đình sẽ đau khổ và sẽ ảnh hưởng đến nền kinh tế xã hội.

Đôi khi dừng bước để tu cho bớt sóng gió nhưng gió vẫn thổi nhiều, nước vẫn trào dâng. Khi con người rũ bỏ tất cả thì vượt qua tất cả. Quý vị thấy Phật bỏ ngai vàng đi tu, người ta cũng đâu để Ngài đi thanh thản, hoàng cung cũng xầm xì là người chồng không chung thủy, bỏ cha già, thiên hạ kết tội Ngài là người con bất hiếu, bỏ con vừa chào đời là người cha không làm tròn bổn phận, biết bao nhiêu lời nói thị phi xuyên tạc về Ngài. Nếu là người không bản lãnh, không nhìn thẳng vào sự thật, người không chấp nhận thị phi đó mà tìm lẽ sống để đi thì không bao giờ đi nổi. Giống như quý vị thấy ông Phật Hoàng Trần Nhân Tông cách đây 707 năm, ông là hoàng đế nhà Trần, 15 năm làm vua, 15 năm làm thái thượng hoàng, sau khi chiến thắng quân Nguyên Mông thì bỏ ngai

vàng đi tu, nhường ngôi lại cho Trần Anh Tông. Khi Ngài đi tu thì biết bao nhiêu cung phi mỹ nữ làm áp lực kêu Ngài về, nếu Ngài không về thì họ gieo mình xuống suối chết. Nhưng Ngài quyết không về nên họ nhào xuống suối chết. Cho nên, có suối oan. Gần núi Yên Tử có làng toàn người đẹp, tương truyền là các cung nữ nhảy xuống suối mà không chết, được cứu, sau đó ở lại làng tiếp tục đời sống còn lại, sanh con đẻ cháu toàn người đẹp. Nếu nói về tính nhân văn của con người thì người ta nghĩ sao về việc Phật hoàng Trần Nhân Tông nhẫn tâm để nhiều người chết vì việc xuất gia của mình, vấn đề này mang tính triết học rất cao. Nếu một tâm hồn không thoát ly thật sự, tâm không vững chãi thật sự thì Ngài không thể mạnh dạn trước nghịch cảnh mà quyết chí xuất gia. Bây giờ, sau 707 năm, cả nước ngưỡng mộ, tôn sùng, kính trọng và mở nhiều hội thảo về Phật hoàng Trần Nhân Tông gọi là 'Hội tụ và lan tỏa'. Hội tụ là hội tụ cái đẹp của ông, cả Đảng và Nhà nước hội tụ học tập và lan tỏa đến cho các tầng lớp nhân dân Việt Nam. Ban tổ chức Yên Tử có đúc 108 bức tượng Phật Hoàng cao 1,2m để các tỉnh thành tôn thờ, có ngày giỗ chính thức hàng năm, nhằm tôn vinh công đức của Phật hoàng.

Giống như quan điểm chánh kiến, như thấy hàng xóm ai cũng thờ ông địa, thờ táo, thần tài, mình cũng bắt chước thờ. Nhiều khi thờ mà không hiểu thờ để làm gì. Đa phần là bắt chước người đi trước. Nhiều người thấy hàng xóm ai cũng thờ vậy, mình không thờ chỉ thờ Phật Thích Ca, thì kéo hàng xóm qua dèm pha, nói người ta không thờ ông địa thì làm sao làm ăn lên được, dèm pha đủ thứ chuyện, người ta mới khai trương mà nói tùm lum, nguyền rủa, trù dập, tại không thờ nên xui

xẻo. Cho nên, chuyện đúng, sai, chánh kiến và hướng đi của chúng ta phải có quyết định đúng đắn, có định hướng cho chánh kiến của chúng ta. Một khi quyết định thì ta phải tin vào nhân quả, nghiệp báo, tin tội phước.

Không nên thiếu nụ cười: Điều nữa là trong cuộc sống ta không thể thiếu nụ cười. Đức Phật dạy đề mục tu từ bi hỷ xả, tâm hỷ là chủ chốt. Tâm hỷ là mình vui thích những gì mình đang có, người xung quanh đang có. Mình càng biểu lộ niềm vui hoan hỷ thì đó là hình thức tốt nhất đánh tan đi tâm ích kỷ nhỏ mọn, tị hiềm. Con người ai cũng có tốt, có xấu nhưng đối với người tu thì tập hoan hỷ là nhìn cái tốt của người ta để mình học chứ đừng nhìn cái xấu của người ta mà chê. Giống như điện và ga có 2 mặt. Điện mà biết mở đúng chỗ thì tốt cho đời sống. Mình ngồi đây mà không có điện, có bóng đèn thì giải tán liền, không có điện, không cho microphone hoạt động thì nói ai nghe. Nên nói điện cung cấp tiện nghi cho cuộc sống. Nhưng mở đúng chỗ thì tiện nghi, chứ mà ta mở táp lô điện ra rồi thọt tay vô là bị giựt chết luôn. Con người ta cũng vậy, cũng có thiện và bất thiện, có tốt và xấu, cho nên, mình nhìn vào cái tốt của người ta để học, để bắt chước, còn cái xấu, cái không đẹp thì có mắt như mù thôi, thấy như không thấy, nghe như không nghe, miệng cũng mở miệng nói về cái tốt còn cái xấu thì im lặng. Như vậy mình biểu lộ tâm hoan hỷ của mình là hãy sống bằng cái tâm, đừng sống bằng cái miệng, hãy nhìn vào bản thân, đừng nhìn vào người khác, hãy làm nhiều việc lành đừng làm nhiều việc ác, hãy tặng người niềm vui đừng cho người nỗi buồn. Đây là những triết lý để ta tập sống có hạnh phúc. Có những người cái miệng nói rất hay, xã giao khá tốt và khá lôi cuốn người khác nhưng

lại không có tâm. Người không tâm thì không giữ người khác ở lại. Cho nên, có câu "đẹp không phải là hút người vào mà đẹp là giữ người ở lại". Sống phải có cái tâm và hãy nhìn vào bản thân mình, đừng nhìn vào người khác. Càng nhìn người khác thì sẽ thấy rác rưởi người khác. Phật dạy nhìn tâm mình để thấy mình ở đâu, làm gì làm tốt chưa và xem mình là người bình thường. Đa số con người ta hay ngó người khác, phê phán người ta, đánh giá người ta. Mà không ai bầu mình làm giám khảo nhưng gặp người ta lại lên mặt chấm điểm liền. Hãy làm những điều lành, đừng làm điều ác. Đây là triết lý nhà Phật. Tốt hay xấu do hành động của ta. Nếu làm tốt thì tự nhiên quả lành nhiều, nếu mình làm ác nhiều thì tự nhiên tổn phước, làm gì cũng khó khăn.

Sáng nay, chúng tôi ăn điểm tâm với sư Tịnh Trí - Trụ trì chùa Hộ Tông, Tp. Nha Trang. Sư là người hồi xưa ở Sài Gòn, một mình đi ra Nha Trang nhận miếng đất giấy tay, chưa có sổ đỏ, tay trắng, mình không, chưa có hộ khẩu. Bây giờ có sổ đỏ, có hộ khẩu giờ trở thành một ngôi chùa, tuy chưa hợp pháp hoàn toàn, nhưng sự thành công ở đây từ 2 bàn tay trắng, từ không có đồng xu cắc bạc. Người xuất gia làm gì có tiền chỉ có tâm. Chúng tôi có đồng ý cho sư Tịnh Trí ra phụ sư Đức Hiền ở chùa Như Ý, rồi có người cúng miếng đất, nên mới được như ngày hôm nay. Người xả thân vì Phật pháp, gặp những nghịch cảnh nhưng vì lòng vị tha, vì đạo, vì việc lớn mà làm. Có điều lạ, sư chia sẻ là càng làm việc đạo, càng mua đất phát triển thêm thì gặp người xa lạ chưa bao giờ gặp mặt thì người ta ủng hộ lo việc Phật pháp, nhiều nhà ở Nha Trang sư Tịnh Trí đến tụng kinh, họ muốn gì được đó, gia đình lục đục muốn xé hôn thú, sư đến tụng kinh thì dán hôn thú lại, đất

đai bán không được thì bán được. Việc lạ đó là do sư xả thân nên động thiên động địa, động đến các vị hộ pháp. Chúng ta sống gặp thị phi, chướng duyên thì hỷ xả. Ta sống hỷ xả thì an vui, tự khỏe.

Có bà cụ thọ 135 tuổi người nhật, ký giả phỏng vấn thì bà nói bí quyết sống lâu: một là xin lỗi và hai là cám ơn, thường xuyên nói chuyện dí dỏm. Văn hóa phương Tây, xin lỗi và cám ơn là thường xuyên, còn ta thì còn tiết kiệm. Cho nên, chúng ta mỗi khi có việc phước thì 'sadhu lành thay' biểu lộ sự hoan hỷ. Xin lỗi và cám ơn, chẳng hạn ngày mai là ngày rằm là ngày chư tăng làm lễ bố tát sám hối, ở đây là 2h chiều, là lễ sám hối, xin lỗi.

Con người ta có tâm hỷ thì ta thấy cuộc đời sẽ đẹp, cuộc sống đáng quý giống như biển chỉ đẹp khi hoàng hôn buông xuống, hoa chỉ đẹp khi có ánh nắng mặt trời, người chỉ đẹp khi lòng người chân thật, tình chỉ đẹp khi 2 người còn biết quan tâm. Người có tâm hỷ xả là người nhìn cái gì cũng hoan hỷ. Họ hoan hỷ với thiện pháp của mình và của người xung quanh. Mà người có tâm hoan hỷ thì gương mặt thường có nụ cười, tươi, thoải mái, an lạc. Mà mình có gương mặt vui, hoan hỷ là món quà quý tặng người thân chứ sống chung người xung quanh mà ủ dột, nói chuyện đầy ác cảm, đầy nghịch cảnh thì sống chung đảm bảo tăng xông chết sớm. Cái gì mình không ưa, không thích thì dừng trao tặng người khác. Bài pháp hôm nay về chủ đề "im lặng và mỉm cười" chúng tôi gửi cho quý vị nhằm giới thiệu pháp nhẫn nại và tâm hỷ xả mà Đức Phật dạy trong kinh điển. Mong rằng thời pháp thoại hôm nay sẽ đem lại nhiều lợi lạc cho quý vị. Mong Phật pháp gia hộ cho quý vị an lạc và nhiều tin tấn trong cuộc sống./.

7. NĂM BÍNH THÂN NÓI CHUYỆN KHỈ[7]

Đây là lần thứ 4, chúng tôi về chùa Hoằng Pháp. Hai lần trước thuyết pháp cho các bạn thanh niên trẻ trong dịp khóa tu mùa hè, lần này là kỳ hai thuyết pháp cho khóa tu phật thất gồm những bậc cha mẹ, ông bà, những người đã có nhiều trải nghiệm trong cuộc sống. Năm nay, năm Bính Thân, năm con khỉ, nên chúng tôi xin giảng đề tài: "Năm Bính Thân nói chuyện khỉ". Trong đề tài này, chúng tôi thuyết giảng cho Quý vị những vấn đề như sau:

Khỉ trong dân gian: Trong văn hóa Việt Nam có hình tượng 12 con giáp. Con khỉ đứng ở cột số 9. Hình ảnh con khỉ tượng trưng cho sự thông minh nhưng tánh tình lanh lẹ quá nên đôi lúc lại thành lanh chanh. Ở nhà, đứa trẻ nào lanh chanh thì ông bà mắng yêu là lanh như "con khỉ". Vô chùa tu đàng hoàng thì được, mà không tu đàng hoàng thì bị nói là: "Tu gì mà tu, tu…con khỉ khô!" Trong Ca dao: "Má ơi! Đừng gả con xa, Chim kêu vượn hú biết nhà má đâu". "Trời sinh con khỉ ở lùm, Chuyền qua chuyền lại rớt ùm xuống song." "Khỉ bồng con lên non kiếm trái, Cảm thương nàng phận gái mồ côi."

Khỉ trong Tây Du Ký: Trong Văn học Trung Quốc có truyện "Tây Du Ký". Nhân vật Tề Thiên vóc dáng nhỏ nhưng lanh lợi, còn nhân vật Trư Bát giới thì "đẹp trai" nhưng mập và con mắt thích nhìn phụ nữ đẹp. Không ai yêu thích nhân vật

7. Giảng đường: chùa Hoằng Pháp, khoá tu Phật thất (2000 Tăng Ni và Phật tử) vào ngày 25 tháng 12 năm 2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Duyên.

lão Trư vì tính tình lão tham sắc quá! Còn Tề thiên là nhân vật được nhiều người yêu mến vì lòng trung thành với Đường Tăng, luôn bảo vệ thầy của mình trong mọi hoàn cảnh hiểm nghèo trên con đường đi thỉnh kinh. Trong truyện Tây Du Ký, tác giả đã dụng ý xây dựng nhiều tình huống oái ăm, nếu Tề thiên "đi vắng" thì yêu quái liền xuất hiện uy hiếp Đường tăng. Đọc truyện Tây Du ký, ai cũng thích thú với câu chuyện đi thỉnh kinh của ba thầy trò Tam Tạng, không chỉ người lớn, trẻ con yêu thích mà người tu càng thích hơn. Có một tình tiết rất thú vị là khi Tề thiên bị Đường Tăng la mắng rồi đuổi đi, Tề thiên buồn lắm bèn trở về Hoa Quả Sơn. Đây là quê hương của Tề thiên, có dòng họ bà con của khỉ. Trở về Hoa Quả Sơn, Tề Thiên vui lắm, có bầy đàn, con cháu ra đón mừng sự trở về của Khỉ Hầu Vương. Quý vị tu ở chùa, sau khóa tu, trở về nhà cũng như Tề Thiên trở về Hoa Quả Sơn vậy. Vì sao? Quý vị vô đây tu tập một tuần, mọi sự ăn ngủ đều phải theo thời khóa của nhà chùa, đi đứng cũng giữ oai nghi, nói năng cũng nghiêm chỉnh chứ không được tự do như ở nhà. Quý vị ở nhà "xưng hùng xưng bá", đi đứng có người nhìn, người nhà sợ mình như sợ cọp. Cho nên sau khóa tu về nhà, như người "đắc pháp", quý vị thấy mình bay bổng, tâm hồn hoan hỷ. Con cháu hỏi thăm, chồng vợ hỏi thăm, dâu rể hỏi thăm. Mẹ ơi! ba ơi! ông ơi! bà ơi! Sao đi tu về gương mặt đẹp vậy? Đẹp như tiên! Thật ra, tâm lý ai cũng vậy. Có người quan tâm, chăm sóc là thấy vui, thấy tươi lên thôi! Đi đâu về mệt mà con cháu rót ly nước mời uống thì thấy mát lòng, mát dạ ngay, giống như Khỉ Hầu Vương về Hoa Quả Sơn được chiêu đãi hằng hà trái cây thơm ngon. Cho nên chúng ta thấy khi nào có Khỉ Hầu Vương ở bên cạnh Đường Tăng thì yêu quái không xuất hiện, Đường Tăng bình yên, an ổn. Đây là ẩn

dụ sâu xa bởi Đường tăng là người tu hành, giữ giới, đi thỉnh kinh về để làm phong phú cuộc sống, tu hành tốt hơn. Nhưng Đường Tăng cũng chỉ là một con người, cũng có những khát vọng rất đời thường (ẩn dụ qua hình tượng Trư bát giới); cũng giỏi giang, siêng năng (qua hình tượng Sa Tăng); nhưng con người đó cũng có lúc tham dục, ngả nghiêng, mất chánh niệm (hình ảnh yêu quái); rồi có lúc chiến thắng tự ngã, trí tuệ sáng suốt, tu hành tinh tấn (hình ảnh Tề thiên). Có thể nói, hình tượng Tề thiên là thể hiện cái tâm của Đường tăng.

Quý vị ngồi đây nhưng phóng tâm đi chỗ này chỗ nọ, suy nghĩ này kia. Tâm phóng liên tục, biến dịch không ngừng nên chúng ta tham dự khóa tu là để có dịp huân tập chánh niệm và tỉnh giác. Đây là lúc mình quan sát thấy tâm mình ích kỷ, tâm mình nhỏ mọn, tật đố, tham sân si rõ ràng hơn. Khi ở nhà, mình bị cuốn theo công việc, ít khi bình thản nhìn thấy cái tâm của mình. Vô đây, học tu, ngồi im quan sát, bị đau nhức cái lưng, cái chân, trải nghiệm những cảm giác khó chịu để nhìn thấy rõ cái tâm mình. Tất cả do tâm tạo. Cho nên hình ảnh con khỉ là ám chỉ cái tâm lăng xăng, phóng túng, suy nghĩ liên miên của chúng ta. Như con cá lội trong nước không lúc nào ngừng bơi. Cứ xao động mãi. Cho nên người ta nói: "Tâm bình thế giới bình". Tâm không bình thế giới động. Tu là để làm chủ tâm mình. Thấy được tâm của mình. Làm chủ tâm mình. Nếu không làm chủ tâm mình, những người không biết tu rất khổ đau, rất phiền não.

Ở nước Anh có một bà già khi về hưu vẫn không muốn nhìn nhận thực tại về hưu của mình. Lúc còn đi làm việc, bà có chức quyền. Cho nên, về hưu rồi mà mỗi buổi sáng bà vẫn sửa soạn áo quần chỉnh tề để chờ xe tới rước đi làm. Bà ngồi

ở phòng khách rồi cằn nhằn sao không ai tới đón đi làm, sao không ai đưa giấy tờ đến ký tên, đóng dấu gì cả. Để bà vui, con cháu phải vờ đưa giấy này giấy kia cho bà ký chơi. Hôm nào quên không đưa giấy cho bà ký là bà la lối om sòm. Như vậy, phiền não đến là do tâm không vui, tâm không buông.

Khỉ trong triết lý buông xả: Quý vị ngồi ở đây tu là thể hiện sự buông rồi, buông được mới ngồi đây được. Thời gian 7 ngày học tu nếu không buông được mọi sự trong tâm thì mỗi giây phút ngồi đây sẽ trôi qua rất chậm, rất nặng nề, "Mỗi ngày con học chữ buông/ Buông thương, buông ghét, buông buồn, buông vui/ Buông cho nó khỏe người ơi Buông cho lòng dạ thảnh thơi nhẹ nhàng." Bản chất của đạo Phật là vui. Nên khi Tề thiên hầu Đường Tăng thì vui lắm, nhưng khi không cho hầu nữa thì Tề thiên về ở Hoa Quả Sơn cũng rất vui vẻ. Có gì đâu! Tề thiên đã hành cái sự buông rất dễ dàng. Buông thì nhẹ, không buông thì nặng, phiền não, khổ đau lắm. Chúng ta luôn tâm niệm rằng một ngày nào đó ta sẽ già, bệnh, chết. Quỹ thời gian của ta không còn nhiều nữa. Như một người đi xa phải chuẩn bị hành lý. Hành lý của chúng ta đó chính là sự tu tập, phước báu niệm phật, công phu hành thiền mỗi ngày.

Khỉ trong Trung Bộ Kinh: Hình ảnh con khỉ xuất hiện trong Trung Bộ Kinh, bài số 48. Bài này được hình thành trong bối cảnh các vị tỷ kheo bất hòa với nhau nên Đức Phật bỏ vô rừng tu một mình. Đó là khu rừng tên Parivayaka. Chúng tôi đã đi Ấn Độ khoảng hơn 10 lần và đã tới cánh rừng Parivayaka, nơi Đức Phật đã từng có một mùa an cư ở đây khi mà các phàm tăng bất hòa với nhau, Phật khuyên dạy không nghe. Khi Đức Phật an cư ở khu rừng này thì có con voi chúa và

con khỉ chúa cũng do bất đồng với đồng loại của mình nên chúng đã tìm rừng vắng ở. Con voi chúa thấy Phật ở một mình bèn động lòng thương nên tình nguyện phục vụ Phật. Nó thấy Đức Phật công phu ngồi thiền, nó đem hòn đá có lỗ tích chứa nước, để khi hành thiền xong Đức Phật Ngài có nước mà dùng. Khi Phật đi bát khất thực, con voi làm thị giả thỉnh y bát để Đức Phật sẵn sàng đi khất thực. Mỗi lần Phật đi khất thực, voi tiếp y bát và tiễn Phật đi ra tận bìa rừng, làm bổn phận của một thị giả. Khi Phật đi về, voi tiếp y bát đặt để tại những nơi phù hợp và dùng vòi lau chân cho Phật. Con voi này làm đều đặn như vậy mà không hề nhàm chán. Con khỉ chúa thấy ngày nào cũng có con voi đưa Đức Phật ra bìa rừng đi khất thực nên nó cũng phát tín tâm phục vụ Đức Phật. Con khỉ tìm mật ong và dâng lên Đức Phật nhưng vì trong mật ong có nhiều ấu trùng quá nên Đức Phật không dùng. Sau con khỉ biết nên nó bỏ bớt ấu trùng trong mật ong, do vậy Phật đã hoan hỷ dùng. Con khỉ còn tìm cách cúng dường chuối, nhiều loại trái cây khác dâng lên Đức Phật. Được cúng dường Đức Phật làm cho con khỉ vui sướng, nó nhảy múa, vui vẻ chuyền từ cành cây này qua cành cây khác với tâm hoan hỷ của kẻ làm nhiều phước thiện. Nhưng không may, nó nắm phải một cành cây mục ruỗng, nó té xuống đất và chết sanh làm chư thiên.

Nội dung của bài kinh này, đức Phật cũng thuyết giảng về **pháp lục hòa**, nhằm mục đích giáo dục Chư tăng và Phật tử: **Thân hòa** đồng trú: sống hòa thuận với nhau trong một môi trường, hoàn cảnh, không phân biệt, đối đãi với nhau như anh em một nhà. **Khẩu hòa** vô tránh: tức là không lý sự, tranh cải với nhau, không hơn thua trong lời ăn tiếng nói, nhường

nhịn nhau, nói lời từ ái với nhau. Ý hòa đồng duyệt: ý hòa hợp cùng với nhau. Không khởi tâm tham sân si, bất đồng nhau để trú xứ luôn bình yên. **Kiến hòa** đồng giải: kiến là sự hiểu biết, nhận định. Cùng chia sẻ với nhau những kinh nghiệm riêng về sự tu tập, kiến thức về Phật pháp. Suy nghĩ đồng thuận với nhau thì mới có sự đoàn kết. **Giới hòa** đồng tu: Cùng giúp nhau giữ gìn giới luật, căn bản là 5 giới. Trong một khóa tu, nội quy đã quy định phải được tôn trọng thực hành thì người tu hoan hỷ, Ban tổ chức cũng hoan hỷ. **Lợi hòa** đồng quân: Quan tâm, chia sẻ lợi lạc cho nhau, công bằng và thương yêu.

Đức Phật dạy pháp Lục hòa trong bài kinh số 48 - Trung Bộ Kinh. Đây là pháp mà hễ ai áp dụng được trong thực tế cuộc sống, trong đoàn thể, trong gia đình và ngoài xã hội sẽ có rất nhiều lợi ích. Pháp lục hòa rất quan trọng. Có Nhà nghiên cứu nói, muốn làm việc đại sự thành công phải có **5T**: Tâm, Tầm, Tẩm, Tổ, Tiền. **Tâm**: Phải có tâm, có sự tập trung; **Tầm**: có cái nhìn sâu sắc, vì có lợi ích cho cộng đồng; **Tẩm**: tẩm bổ, ăn ngon mới có sức khỏe; **Tổ**: tổ chức, khâu này cực kỳ quan trọng quyết định hiệu quả công việc; **Tiền**: điều kiện cần thiết để thực hiện các việc phước thiện.

Ví dụ như tổ chức, quản lý một gia đình có 2 đứa con, 3 đứa cháu là thấy mệt rồi. Chùa ở đây có 100 vị tăng, khóa tu có hơn 2000 người, mỗi khi lễ hội lên tới 50.000 người. Như vậy, phải biết thầy trụ trì ở đây "to" như thế nào, tâm vị ấy quá lớn. Phải có Tâm từ bi vô lượng, vô biên mới tổ chức những khóa tu, những lễ hội như thế được. Nếu trụ trì không từ bi bác ái thì chúng tăng đi hết, "bệnh" hết. Một tổ chức mà người lãnh đạo quy tụ đông đảo Phật tử như thế này thì vị trụ

trì đang ứng dụng pháp vô ngã trong đời sống, là bỏ đi cái tôi của mình, chỉ nghĩ đến cái đa số, đại chúng mà thôi. Con người thường nghĩ tới cái tôi, cái ta của mình nên khi người ta gặp mình xong là họ không dám gặp lần nữa, họ "bệnh" rồi .Giống như mình quản lý Từ đường của gia tộc mà hễ có dịp là con cháu về đông đủ, xong lễ vẫn còn quyến luyến không muốn rời xa, ngược lại con cháu thấy mình cứ "né" liên tục là mình phải coi lại mình đó. Cho nên tu khóa tu Phật thất là dịp để mình nhìn lại tâm mình. Bỏ bản ngã nhỏ xuống, tâm sẽ lớn lên. Tu phải thể hiện tâm bồ tát chứ đừng thể hiện tâm "bồ nhí"(ở đây nhí có nghĩa là nhỏ). Mình thể hiện tâm "bồ nhí" là người ta "bệnh" luôn đó.

Nhân vật có tuổi khỉ nổi tiếng: Người tuổi thân, có nhiều vị rất nổi tiếng. Trong trường phái Trúc lâm có vị tổ thứ 2 là sư Pháp Loa - người tuổi Thân, tuổi con khỉ, người rất có tài thơ phú đã đưa văn chương của thiền phái Trúc Lâm lên hàng đầu trong nền văn học của nước ta thời bấy giờ. Chúng tôi vừa tham dự hội thảo: "Phật hoàng Trần Nhân Tông: Hội tụ và lan tỏa". Sự vĩ đại của Phật hoàng Trần Nhân tông là làm Thái Thượng Hoàng 15 năm, bỏ ngôi vua, xuất gia 15 năm. Ngài đã để lại tấm gương sáng trong lịch sử nước nhà và lịch sử Phật giáo Việt Nam. Trải qua 707 năm, tất cả những người dân Việt Nam, từ người bình dân cho đến hạng sĩ phu trí thức, người phàm phu hay bậc xuất gia đều yêu quý, tôn kính vị vua anh minh, vị sư xuất gia vĩ đại nên đã tôn vinh cho Ngài là Xuất Trần Thượng Sĩ. Một ông vua bỏ ngai vàng đi tu là cực kỳ khó khăn. Khi vua xuất gia đi tu, nhiều cung phi mỹ nữ đã đi theo cầu xin vua trở về. Vua không về, họ gieo mình xuống suối tự tử. Nếu vua không có tâm cầu đạo

giải thoát cách quyết liệt thì khó lòng trụ nổi trước cảnh níu kéo thương yêu này. Nhưng do tâm xuất gia của Ngài mạnh mẽ quá nên Ngài không bị áp lực trước tình cảm thê thiếp. Phật Hoàng là đại từ bỏ, còn quý vị ngồi ở đây là tiểu từ bỏ. Có gia đình giống như cột tay, có con như cột chân, có cháu như cột cổ. Quý vị bị cột nhiều nhưng dám bỏ thì quý vị là Bồ tát. Không phải ai cũng bỏ được. Khó lắm! Nhiều người tâm sự đi tu Phật thất, ông chồng nói bà đi luôn đi nghen, đừng có dzìa nữa! Nghe câu đó, có người đi tu không nổi nếu không có nghị lực. Đó là nghịch cảnh, là chướng duyên. Có nghịch cảnh, có chướng duyên, người tu mới trưởng thành. Sự thành công phải có chướng duyên mới có ý nghĩa. Cho nên khi nghịch cảnh, chướng duyên đến thử thách ta, phải biết cảm ơn nó, vì nhờ vậy ta tu giỏi hơn, ta trưởng thành và bơi giỏi hơn, vững vàng hơn.

Có những người tuổi thân như vị quan yêu nước Nguyễn Trãi, như Lương Thế Vinh đỗ Trạng nguyên làm quan triều Nguyễn, như Nguyễn Tri Phương đại thần triều Nguyễn, Phan Chu Trinh chí sĩ yêu nước chủ trương đường lối Duy Tân, quê ở Quảng Nam - Đà Nẵng. Sau này, có Khái Hưng là nhà văn nổi tiếng trong Tự Lực Văn Đoàn cũng tuổi thân. Ngoài ra, trong hàng cao tăng Việt Nam có rất nhiều vị tuổi thân.

Khỉ trong ẩn dụ câm điếc đui: Nhưng có khi ta thấy con khỉ trong những hình ảnh: câm, điếc, đui. Ba con khỉ này là hình ảnh tượng trưng, ẩn dụ và người tu cũng phải giả câm, giả ngu, giả điếc. Giả thôi chứ đừng làm thiệt. "Muốn được yên tu thì phải giả ngu/ Dù cho có mắt cũng như mù/ Có tai như điếc thường câm lặng/ Chỉ nhớ trong đầu một chữ TU". Đức Phật dạy người tu phải thu thúc lục căn, là pháp bảo hộ,

là cách giữ giới hạnh chúng ta tốt hơn. Phiền não phát sanh do ta thấy nhiều quá, nói nhiều quá, nghe nhiều quá. Hãy tập bớt thấy, bớt nghe, bớt nói. Con người thường thích nói nhiều lắm, "nổ đều". Hãy tập sống sao mà khi thấy ta không động, khi nghe ta không động. Càng ít biết chuyện càng bớt phiền não. Càng giao thiệp rộng càng nhiều thị phi. Phải biết thu thúc lục căn. Đa số phiền não sanh khởi do nhìn không thấu, nghĩ không thông, buông không đành, quên không được. Tu là tập buông, tập quên. Có những người làm mình trái ý nghịch lòng, mình đừng để tâm. Tu để tập thông cảm nhiều hơn, sống an vui hơn.

Ở Nhật Bản có bà cụ thọ 125 tuổi. Hỏi bà bí quyết nào để sống thọ, bà nói có hai bí quyết: Một là cảm ơn và xin lỗi, hai là hài hước và dí dỏm. Ở phương Tây, cảm ơn và xin lỗi là văn hóa. Ở mình, người ta tiết kiệm hai chữ cảm ơn và xin lỗi! Quý vị hãy nhớ tập cười, hãy luôn sống hoan hỷ. Những ai làm bà nội, bà ngoại mỗi ngày phải cười ít nhất 5 lần cho con cái ngày đó được an tâm vui vẻ. Sau khóa tu, quý vị về nhà, thấy con cháu từ xa nhớ phải cười cho con cháu mừng nghen!

"Người khôn nói ít nghe nhiều
Lựa lời đối đáp lựa điều hỏi han
Trước người hiểu rõ khôn ngoan.
Nhường trên một bước rộng đường dễ đi.
Việc người chớ nói làm chi.
Chuyện mình mình biết, vậy thì mới khôn."

Không nên nói nhiều về chuyện của người ta. Tu là giữ cái miệng của mình cho tốt. Nếu không giữ miệng sẽ gây rất nhiều khẩu nghiệp. Hình ảnh con khỉ lấy tay bịt miệng là nó

giả câm. Biết mà không nói người ta mới sợ. Nói nhiều làm người khác "bệnh" luôn. Phải tập im lặng. Phiền não sanh ra từ cái miệng. Nói nhiều họa nhiều, nói ít họa ít. Không nói không họa. Tập bịt hai tai lại. Nghe nhiều tâm loạn. Sáng sớm thức dậy tâm hồn trong trẻo, an vui, gặp bà tám gọi điện "tám" đủ thứ chuyện là ngày hôm đó tẩu hỏa nhập ma luôn.

Ông bà xưa nói lãng tai sống dai. Ở chùa Bửu Quang, có bà cụ xuất gia năm 1952. Tới năm nay cũng hơn 100 tuổi. Hỏi ăn cơm chưa? Bà nói: Hôm nay trời lạnh quá! Hỏi: Bà có khỏe không? Trả lời: Không có ai tới thăm tui hết! Cho nên suy nghĩ nhiều sẽ chết sớm. Nghe pháp nhiều sống thọ. Muốn nghe pháp hãy nên bịt tai lại rồi đóng cửa phòng nghe pháp. Con người thường thích "tám" chuyện này chuyện kia. Nếu mình nghe chuyện bất thiện nhiều quá, bảo đảm quý vị sống không lâu vì tăng xông, tiểu đường sẽ xuất hiện.

Kết lại, năm thân 2016 là năm hội nhập và phát triển nhiều lãnh vực: kinh tế, chánh trị, xã hội và tôn giáo. Trong năm mới, người phật tử phải trang bị pháp im lặng và mỉm cười là hai vũ khí lợi hại. Mỉm cười là cách giải quyết nhiều vấn đề, im lặng là cách để tránh những vấn đề rắc rối xảy ra. Chúng ta đau khổ là do bởi tâm phiền não tham sân si, đối trị, đoạn trừ, giảm thiểu chúng là chúng ta có an lạc và hạnh phúc trong cuộc hiện tại.

"Làm điều thiện hưởng phúc dầy,
Bất nhân thất đức có ngày tiêu vong.
Mềm dẻo tốt hơn cương cường,
Lưỡi mềm còn mãi, răng thường gẫy đi.
Chớ cậy ta dài mà chê người ngắn,

Đừng dối lòng đừng oán đất trời.
Lặng im mà ngẫm sự đời,
Tình người thoang thoảng, vơi vơi thì bền.
Đừng quên bạn nghèo hèn xưa cũ,
Vợ cháo rau xin chớ phụ tình.
Vật ngon, ăn quá bệnh sinh,
Vui chơi quá mức, ắt thành tai ương.
Giàu sang lắm nhiều đường bổng lộc,
Cây tái trồng hẳn gốc bị thương.
Buổi sáng còn quốc ruộng nương
Biết đâu chiều đã công đường có khi.
Làm tướng đâu phải vì dòng dõi,
Thân nam nhi trí phải tự cường.” Trích Đạo Làm Người (Nguyễn Bỉnh Khiêm)

Thời pháp đến đây cũng vừa phải lẽ với thời gian. Trước khi dứt lời, cầu nguyện Tam Bảo, Chư thiên hộ pháp gia hộ cho quý vị tu hành tinh tấn, mọi việc hanh thông, gia đình hạnh phúc./.

PHẦN V

1. Đừng Hoang Tưởng
2. Chánh Nghiệp Trong Phật Giáo
3. Hỏi Đáp Phật Pháp
4. Đàm Luận Về Pháp Cú Kinh
5. Bóng Mát Già Lam
6. Tu Giữa Đời Thường
7. Ý Nghĩa Của Chiếc Y Tắm Mưa

1. ĐỪNG HOANG TƯỞNG[1]

Thưa quí vị, hôm nay chúng tôi chia sẻ với quí vị một thời Pháp ngắn – Đừng Hoang Tưởng vì nhận thấy rằng cuộc sống càng hiện đại, càng vật chất đủ đầy thì tâm quí vị càng mê đắm hoang tưởng. Tâm quí vị đi xa khỏi bản chất thật của các giá trị cốt lõi để rồi vọng tưởng xa ngoa. Có một câu nói mà chúng tôi cảm thấy rất sâu sắc rằng: "The most dangerous liars are those who think they are telling the truth", chúng tôi tạm dịch là: "Những người nói dối nguy hiểm nhất là những người đang nghĩ rằng họ đang nói lên sự thật".

Đúng vậy đó thưa quí vị, khi tâm của quí vị hoang tưởng quá nhiều thì tâm hoang tưởng này chi phối toàn bộ ý thức và hành vi của quí vị. Quí vị có sự tin tưởng cố định, vững chắc như một chân lý không thể bác bỏ được dẫu rằng thực chất những cơ sở logic trong lập luận của quí vị đã bị rối loạn.

Điều đáng sợ nhất ở đây chính là tâm hoang tưởng, tâm vô minh mà quí vị cứ tưởng là quí vị đang nghĩ đúng, đang làm đúng và đang tu đúng. Cái sự tưởng của quí vị sẽ gây ra rất nhiều các quyết định, hành động sai lầm cho chính bản thân và cả những gì liên quan đến cuộc sống xung quanh quí vị. Đó chính là lý do tại sao ngày hôm nay quí vị có buổi tu học nhằm khống chế tâm hoang tưởng và giữ cho thân tâm được trong sạch.

---

1. Giảng đường: chùa Bửu Quang (hẻm 353 Trần Xuân Soạn, phường Tân Kiểng, quận 7, Tp HCM). Khóa Tu 1 Ngày – Bát Quan Trai Giới lần thứ 57 (29 tháng 8 năm Ất Mùi, dương lịch 11/10/2015. Ghi chép: Phật tử Quang Đức.

"Như tảng đá kiên cố
Gió thổi không lay động
Người trí tâm an định
Bất động trước khen chê

Như hồ nước rất sâu
Trong lặng sáng một màu
Người trí liễu tri pháp
Tâm thanh tịnh hết sầu".

Thưa quí vị, để loại bỏ tâm vô minh, hoang tưởng thì quí vị phải biết tu – biết học và hành theo đúng chánh pháp của Đức Phật. Giáo pháp của Đức Thế Tôn là "Thiết Thực Hiện Tại" nghĩa là giáo pháp của Ngài có khả năng sống trong thực tại, có khả năng chuyển hóa vào cuộc sống – chuyển hóa vào chính mỗi phút giây ngay thời điểm hiện tại này. Đây chính là đặc tính khác biệt hoàn toàn giữa giáo pháp của Ngài và các học thuyết khác. Điều đó cũng đồng nghĩa với việc quí vị cảm nhận được sự vận hành của thân tâm ở phút giây hiện tại, không để tâm mong cầu hoang tưởng.

Tất cả các học thuyết hay tôn giáo khác đều dạy con người phải biết sống tốt nhưng để chuyển hóa thân tâm cho đạt được sự an lạc ngay phút giây hiện tại thì chỉ có giáo pháp của Đức Phật chỉ dạy rõ. Đức Phật dạy rằng con người chúng ta, từ bậc thánh đến người phàm đều cần phải trải qua quá trình học pháp và hành pháp để đạt được sự thanh lọc tâm. Thanh lọc là để tâm quí vị sáng, tâm quí vị thấu triệt được vấn đề, tâm quí vị không còn hoang tưởng. Không hoang tưởng là quí vị không còn dính mắc vào quá khứ, không mong cầu, chờ đợi các chuyển hóa trong tương lai, đó chính là quí vị đang thực

hành chánh niệm cho thân tâm qúi vị được trong sạch ngay phút giây hiện tại, là biết đích xác những gì đang diễn ra ở thân và tâm.

Nếu quí vị không có chánh niệm, không cảm nhận được những gì đang xảy ra ngay giây phút hiện tại, là quí vị đang để tâm mải miết quay cuồng, mải miết chạy đua với thời gian. Quí vị miệt mài lao về phía trước mà không có chút thời gian chậm lại để nhìn, chậm lại để nghe, chậm lại để thưởng thức, chậm lại để yêu thương, và chậm lại để cảm nhận sâu sắc hơn bằng thân tâm trong sạch ngay giây phút hiện tại của chính mình. Sự thật là quí vị có tỏ ra bồn chồn, lo lắng, vội vã, và gấp rút đến đâu thì quí vị cũng chỉ có hai bàn tay, hai bàn chân, hai con mắt, hai lỗ tai… và hai mươi bốn giờ mỗi ngày như vậy thôi. Gấp gáp đến bao nhiêu thì mọi sự cũng chỉ vừa đủ khi duyên thời của nó đến. Vậy nên bản chất của sự quay cuồng đó chính đều từ tâm mê đắm, tâm hoang tưởng của quí vị mà ra.

Tâm hoang tưởng là tâm có những ý tưởng, phán đoán sai lầm không phù hợp với thực tế khách quan nhưng người hoang tưởng lại cho là hoàn toàn chính xác. Tâm hoang tưởng hay còn gọi là "Tri giác sai lầm" đã gây ra bao cảnh trớ trêu từ cổ chí kim và đang càng ngày càng xuất hiện với tần suất dày đặc hơn trong xã hội hiện đại.

Trên thế giới, tại các quốc gia tiên tiến nhất, hay ở Việt Nam cũng đã và đang xảy ra các vụ án mạng trớ trêu, đau xót vì chứng hoang tưởng mà ra. Ví như: có người tự mổ bụng mình vì hoang tưởng rằng có một con gì đó trong bụng đang lăm le chọc thủng bụng mình, nên mổ bụng để lấy ra; có bà mẹ

thì hoang tưởng về đứa con sanh ra làm chồng có bồ nhí, gia đình làm ăn lụn bại nên cũng ra tay tàn độc với chính con ruột của mình; có đứa con thì vác dao chém chết cả gia đình bố mẹ anh chị em và cháu; có kẻ thì nã súng giết hại các trẻ em, học sinh trong trường học ở Mỹ; có người lại ở trên tòa nhà lao xuống vì tưởng mình có cánh biết bay; có ông chồng thì đốt cháy cả nhà, gia đình và bản thân vì cho rằng vợ có bồ; có em sinh viên tạt axit vào thầy cô giáo của mình vì tưởng rằng thầy cô cố tình gây khó, chèn ép mình; có viên phi công lái máy bay đâm thẳng vào vách núi cướp đi chính sanh mạng của bản thân và hàng trăm người khách khác vì hoang tưởng về một sự nổi tiếng nào đó; có những công dân rất trẻ của Nhật Bản tự tử vì hoang tưởng bản thân không đáp ứng lại nhu cầu xã hội, là vết nhơ uế, không xứng với một cường quốc hiện đại như Nhật Bản; lại có đứa trẻ thì bế đứa em mẹ mới sanh ném qua cửa sổ vì tin rằng em bé đã cướp đi tình yêu mẹ dành cho mình…

Nhẹ hơn của chứng hoang tưởng là là tâm trí tưởng tượng, nghi ngờ, sợ hãi đủ điều. Nhìn sự vật mà không nhìn thấy bản thể thật của sự vật lại để tâm trí tưởng tượng, ám ảnh và tin vào những mù mờ, mê tín lệch xa. Như có nhiều người đi lại vào ban đêm, nhìn vào cành cây tưởng con rắn, nhìn vào bóng nhà lại tưởng bóng ma, nghe tiếng gió rít lại ngỡ tiếng quỉ thần; có những người lại tưởng ra mình là hạt bắp nên đi sợ con gà; có người khỏe mạnh lại luôn nghĩ rằng mình bệnh sắp chết; có người lại luôn sống trong tưởng tưởng mình là tiên đang xuống trần giúp người; ngay cả giáo pháp của Đức Thế Tôn vẫn đang còn xảy ra nhiều tranh cãi vì nhiều vị liễu tri Pháp rồi cho rằng phần hiểu biết (còn nhiều phần hạn hẹp)

của bản thân là tối thượng mà áp đặt và bác bỏ đi những ý kiến của các bậc minh sư khác…

Ngoài ra, các nhà khoa học trên thế giới vẫn đang còn nhiều tranh luận và nghiên cứu về một hội chứng của hoang tưởng: thuyết Rối Loạn Đa Nhân Cách (Multi Personality Disorder-MPD) là bệnh hay sự tưởng tượng thái quá? Tiêu biểu cho chứng MPD này là câu chuyện về cô gái Ashey Patterson với ba con người khác nhau ở những thời điểm khác nhau. Tuổi thơ của nàng thật bi thảm. Nàng bị cha đẻ xâm phạm thân thể từ năm lên sáu tuổi, bị mẹ ghét bỏ, luôn phải chứng kiến bố mẹ cãi vã bởi những lý do mà suốt đời nàng không hiểu. Vậy mà lớn lên nàng vẫn thông minh, xinh đẹp, hấp dẫn và đặc biệt là tấm lòng vị tha, tính nết dịu dàng. Thế nhưng một ngày, nàng phải ra đứng trước vành móng ngựa và bị kết tội hạ sát tới năm người đàn ông. Song, cuối cùng nàng vẫn được toà tuyên trắng án vì bác sĩ tâm lý đã dùng thuật thôi miên chứng minh được nàng bị bệnh đa nhân cách. Không phải nàng giết họ mà là những nhân cách khác của nàng đã làm việc đó, nàng không hề biết gì…

Các nhà khoa học cho rằng, con người ngay từ khi sinh ra đã mang trong mình nhiều "mầm nhân cách" khác nhau, giống như mang nhiều hạt giống. Hạt giống nào phù hợp với cơ thể, điều kiện sống và giáo dục thì sẽ phát triển trở thành nhân cách của con người. Khi ấy, họ "bỏ quên" các nhân cách khác kém hoặc không phát triển. Tuy có quá trình "chọn lọc tự nhiên" tính cách như vậy nhưng những mầm nhân cách kia không bị mất đi hoàn toàn mà nấp ở đâu đó trong tiềm thức. Gặp được hoàn cảnh thích hợp, các nhân cách còn lại kia trỗi dậy.

Thế mới thấy được tầm quan trọng của việc nuôi dưỡng và rèn luyện nhân cách tâm tánh. Tâm trong sạch, an định thì không bị những hoàn cảnh xã hội đưa đẩy. Còn vẫn tiếp tục giữ cái tôi quá lớn thì tâm sẽ phải cột chặt vào cuộc sống, không buông xả được. Tâm càng dính mắc thì càng hoang tưởng nhiều. Quí vị phải nhớ rằng tâm dính mắc là tâm bị gò bó, hẹp lượng, không lối thoát. Quí vị cứ tưởng tượng rằng một cái garage chứa xe mà chỉ có xe chạy vào không có chạy trở ra thì cái garage đó chỉ chứa được chừng đó chiếc xe mà không có thêm chiếc xe nào vào được cả. Nó sẽ hoang tưởng rằng đó đã là cả thế giới nhưng thực chất nó chỉ là cái garage khiêm tốn trong ngàn vạn cái khiêm tốn giống vậy thôi. Vậy thì tâm con người cũng thế, nếu quí vị từ trước nay vẫn tin tưởng điều gì đó là đúng, hành động nào đó là hoàn toàn đúng mà quí vị không chịu mở lòng mình ra, đặt mình ở các hoàn cảnh ngược lại để nhìn nhận vấn đề một cách đa chiều hơn thì tâm của quí vị là tâm bảo thủ, tâm hạn hẹp và tâm không thể tiến bộ, không thể tiếp nhận thêm cái mới vì tâm quí vị quá hoang tưởng cho mình đã là "biết tuốt", đã là quan trọng nhất, đã là thông minh nhất, đã là giỏi giang nhất nên không cần phải học thêm gì từ ai.

Sự hoang tưởng đó vô cùng nguy hại thưa quí vị. Trong dân gian vì thế mà cũng đã có rất nhiều những thoại ngữ khuyên răn sự lầm tưởng của tâm:
"Đừng tưởng cứ vội thì nhanh
Cứ tranh là được, cứ giành thì hơn
Đừng tưởng giàu hết cô đơn
Cao sang hết ốm, tham gian hết nghèo"
…

"Dưa vàng đừng tưởng đã chua
Sấm rền đừng tưởng sắp mưa ngập trời
Khi vui đừng tưởng chỉ cười
Lúc buồn đừng tưởng chỉ ngồi khóc than"
…
"Đừng tưởng chẳng có thì không
Chẳng trai thì gái, chẳng ông thì bà
Đừng tưởng chẳng gần thì xa
Chẳng ta thì địch, chẳng ma thì người"
…

Trong đời sống hàng ngày, nếu quí vị không có tu, không có chánh niệm thì quí vị khó mà không sinh tâm phiền não do các ham muốn lầm tưởng. Bởi bản chất thật của sự vật thường bị năm sự ham muốn – năm thứ dục lạc của trần cảnh che mờ. Chính năm cái ham muốn:
Sắc dục: ham muốn sắc đẹp, ưa thích tướng tốt;
Thinh dục: ham muốn tiếng hay, dịu ngọt;
Hương dục: ham muốn mùi thơm ngạt ngào;
Vị dục: ham muốn đồ ăn thức uống ngon ngọt;
Xúc dục: ham muốn sự đụng chạm mềm dịu.
Khiến quí vị khởi sanh ngay phiền não ngay khi vừa thức dậy mỗi sáng. Năm cái dục lạc này dính chấp, trói chặt thân tâm quí vị. Như: Mắt thấy cảnh sắc mà "đẹp" tâm tham, "xấu" tâm sân; tai nghe thấy lời nói "thích", tâm tham, "không thích" tâm sân; mũi ngửi mùi "thơm" tâm tham, "hôi" tâm sân… Thực tế thì khi tâm quí vị còn đề mục vào "đẹp, xấu", "thích, không thích", "thơm, hôi"… là quí vị đang dính chấp vào tham vào sân và chính là để tâm quí vị si mê hoang tưởng. Nên quí vị phải có tu, có chánh niệm là để quí vị bớt đi cái tâm nghi kị, bỏn sẻn, tà kiến, hoang tưởng, để Đừng:

"Đừng phản cảm những lời vô ý thức
Đừng để lòng những bực tức vu vơ
Đừng bận tâm những thái độ hững hờ
Đừng sân giận những người hay gây sự

Đừng chua chát khi gặp điều thất bại
Đừng đắng cay khi duyên đã không còn
Đừng ngậm ngùi vì lời hứa sắt son
Đừng oán trách tình đời sao bạc trắng

Đừng đau khổ khi gặp điều nghiệt ngã
Đừng lạnh lùng như sương gió mùa đông
Đừng thở than khi họ đã thay lòng
Đừng luyến tiếc những gì không còn nữa

Đừng thù hận những người làm mình khổ
Đừng phân bua với những chuyện thị phi
Đừng bức xúc những việc chẳng ra chi
Đừng bất mãn khi gặp nhiều chướng ngại

Đừng lầm tưởng mọi điều không nhân quả
Đừng quên rằng tất cả cũng duyên sinh
Đừng để tâm nổi sóng gió bất bình
Đừng chấp thủ để tâm hồn thanh thản." (Xin Đừng, Tường Vân)

Quí vị không chỉ tu để cho tâm được trong sáng, thanh tịnh, không hoang tưởng mà xa hơn nữa là để quí vị hoàn toàn tận diệt tham, tận diệt sân, tận diệt si nhằm đạt được sự giải thoát ngay ở giây phút hiện tại. Tại sao? Vì nếu quí vị không tận diệt được tham, sân, si thì tâm của quí vị không hoàn toàn loại bỏ được sự hoang tưởng mê đắm. Cũng như quí vị nhìn

thấu được qui luật của cái khổ mà không biết cách tận diệt nó thì đó chính là bi kịch lớn nhất. Như câu chuyện về nhà tâm lí học nổi tiếng nhất (the best psychiatrist) ở London, bác sĩ Rober Greenbaum. Ông là bác sĩ tâm lý danh tiếng và chữa bệnh cho biết bao nhiêu là người nhưng lại bất lực đối với chính tâm lý của bản thân. Chuyện kể rằng nhân một tối chủ nhật tại một quán rược (bar) ở London, bác sĩ có tán ngẫu với một người đàn ông lạ. Ông bác sĩ bảo rằng: "Life is terrible, everything in the world is really boring!" (Cuộc sống thật không còn ý nghĩa gì nữa, mọi thứ trên đời đều vô vị). Người bạn kia nghe vậy mới đưa ra thật nhiều lời khuyên nhưng chẳng có lời khuyên nào có thể giảm bớt phiền não cho vị bác sĩ này. Lời khuyên nào đi nữa thì vị bác sĩ kia đều đã hiểu rõ tường tận và đã chiêm nghiệm qua. Cuối cùng người bạn kia đành bất lực mà thốt lên: "I think that you're very ill. Only the best psychiatrist in London can help you. Go to see Dr GreenBaum in Harly Street" (Tôi nghĩ rằng ông thật sự có vấn đề về tâm lí rồi và chỉ còn duy nhất một người có thể giúp đỡ cho ông. Hãy đến và gặp bác sĩ tâm lý học tốt nhất của London, bác sĩ Dr GreenBaum ở đại lộ Harly)…

Bi kịch của bác sĩ Rober Greenbaum là ông có thể thấu hiểu căn nguyên của tâm lý mà ông lại không có biện pháp để đoạn tuyệt với tâm hoang tưởng của bản thân. Vì ông là vị bác sĩ tài ba, bác sĩ tâm lí học giỏi nhất ở London và ông lầm tưởng cái biết của mình đã là đủ, cái biết của mình đã là đúng, cái biết của mình đã là chân lý. Chính cái tôi quá lớn, cái bản ngã quá lớn, cái tâm hoang tưởng quá lớn khiến ông không nhận thấy được rằng: cuộc sống này không còn mục đích gì để sống, không còn niềm vui gì để níu kéo, không còn khát vọng nào nữa để vươn lên – chính là tâm lí tham, sân, si.

Tham & sân: vì ông có nhiều hơn những gì người bình thường có nhưng ông không cảm thấy thỏa mãn. Vẫn trông chờ, mong đợi một thứ gì kỳ diệu, một thứ gì làm thỏa mãn trí tưởng tưởng, một thứ gì cao siêu… Tâm lí tham, sân này khiến ông bác sĩ cảm giác không còn tha thiết gì với cuộc sống này. Đây là tâm lí sống trong hi vọng, hi vọng về một mong cầu đặc biệt nào đó theo trí tưởng tượng của tâm và khi hết hi vọng thì ngay lập tức muốn chấm dứt sự sống.

Si: vì ông bác sĩ đã đạt được những thành tựu nhất định trong cuộc sống. Ông cảm thấy như vậy đã là đủ, tự mãn với bản thân và cảm thấy không còn điều gì cao siêu hơn những gì mình đã biết nữa. Tâm hoang tưởng này đã ngăn chặn ông mở mang tầm hiểu biết, mở mang tâm mình để nhận thấy rất nhiều các giá trị tốt đẹp hơn của cuộc sống mà ông ta chưa từng cảm nhận được từ cái tâm bó hẹp.

Như trong Trung Bộ Kinh, Phẩm 30 - Lõi Cây, Đức Phật có dạy: Nhiều người đi tìm lõi cây: có người tìm giác cây, có người tìm vỏ trong, có người tìm vỏ ngoài, có người tìm cành lá…mà cứ tưởng mình đã tìm được lõi cây; từ đó sanh ra kiêu mạn, khen mình chê người…Cũng như những người tu: có người chỉ mới nhận được sự tôn kính khi xuất gia, có người thành tựu giới đức, có người thành tựu thiền định, có người thành tựu tri kiến. Do những thành tựu đạt được, họ tỏ ra kiêu mạn, biến nhác, khen mình chê người…Tất cả những sự tự kiêu tự đại ở đây đều từ tâm hoang tưởng mà ra. Người tìm được lõi cây cũng ví như người tu mà:

“ly dục, ly pháp bất thiện, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỉ lạc, do ly dục sanh, có tầm có tứ”;

“diệt tầm và tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỉ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh, nhất tâm”;

“ly hỉ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba”;

“xả lạc, xả khổ, diệt hỉ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh”;

“vượt lên mọi sắc tưởng, diệt trừ mọi chướng ngại tưởng, nghĩ rằng: “Hư không là vô biên”, chứng và trú Không vô biên xứ”;

“vượt lên mọi Không vô biên xứ, nghĩ rằng: “Thức là vô biên”, chứng và trú Thức là vô biên”;

“vượt lên mọi Thức vô biên xứ, nghĩ rằng: “Không có vật gì”, chứng và trú Vô sở hữu xứ”;

“vượt lên mọi Vô sở hữu xứ, chứng và trú Phi tưởng Phi phi tưởng xứ”;

“vượt lên mọi Phi tưởng Phi phi tưởng xứ, chứng và trú Diệt thọ tưởng (định), sau khi thấy với trí tuệ, các lậu được đoạn trừ”.

Kết lại: Tiếp nhận trí kiến của mỗi người là khác nhau, tâm hoang tưởng cũng ở nhiều mức độ khác nhau. Để hạn chế tâm hoang tưởng quí vị cần chuyên cần học pháp, hành thiền, thực tập tâm từ bi, vô tư, đơn giản. Thực hiện nếp sống lành mạnh, đạo đức, lương thiện để tâm luôn được điềm đạm, an vui. Hạnh phúc sẽ luôn bên quí vị khi tâm quí vị thanh tịnh, an lạc.

“Không làm các điều ác
Thành tựu các hạnh lành
Giữ tâm ý trong sạch”

Chính là ba phương pháp giúp quí vị dứt trừ Hoang Tưởng. Cảm ơn quí vị đã góp phần làm nên thành tựu bằng việc nghe pháp và kính pháp trong ngày tu học hôm nay. Chúc cho thân tâm quí vị luôn an vui, hỉ lạc nhờ phước đức tu tập này./.

2. CHÁNH NGHIỆP TRONG PHẬT GIÁO[2]

Hôm nay là khóa tu niệm Phật lần 61 tại thiền viện Thiện Minh, còn 1 tháng nữa là tết năm 2016 - Bính Thân. Thế là chúng ta đã trải qua được 61 ngày tu, tức là 61 tháng. Đó là thành quả của Tăng Ni và Phật tử gặt hái được tại thiền viện Thiện Minh. Đây quả thật là nơi vùng đất nhà quê, xa xôi hẻo lánh mà có được 1 đạo tràng tu niệm Phật, một tổ chức tín ngưỡng tôn giáo hợp pháp để bà con Phật tử đến đây tu thiền niệm Phật là một điều vô cùng quý giá. Hình thức này là chúng ta áp dụng hoằng pháp vùng sâu vùng xa theo chủ trương của Giáo hội Phật giáo Việt Nam và Ban Hoằng pháp Trung Ương. Thiền niệm Phật giúp tâm ta được tập trung, an trú trong sự an lạc và bớt đi thị phi trong cuộc đời. Nếu ta không niệm Phật thì nhàn cư vi bất thiện, tâm ta thị phi nhiều hơn, nghĩ việc bất thiện nhiều hơn. Thiền niệm Phật là để tâm hồn chúng ta thanh thản, giúp nội tâm được vững chãi và an lạc. Muốn Tâm được vững chãi thì công phu thiền tập nhiều. Nên có câu thơ:

"Bớt đi lời nói thị phi,
Bớt đi tội lỗi sân si đau buồn.
Thêm câu niệm Phật nhiều hơn,
Phước điền thêm lớn, tâm hồn thêm vui".

---

2. Giảng đường: Thiền viện Thiện Minh, tỉnh Vĩnh Long, khóa tu thiền niệm Phật lần 61, ngày 30/12/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

Lời thơ đơn giản nhưng nhắc nhở ta phải bớt đi thị phi, tăng thêm câu niệm Phật. Nếu ta bớt đi chuyện thị phi thì ta sẽ bớt đi những sân si đau buồn, vì ta càng thị phi nhiều thì cũng không lợi ích bao nhiêu. Mặt khác, càng thị phi nhiều càng phiền não, càng đau khổ nhiều. Và người con Phật chúng ta phải biết quý trọng điều đó, phải nghĩ điều lợi ích nên ta phải thêm lời niệm Phật trong tâm thật nhiều. Tâm chúng ta phải luôn luôn có sự tỉnh giác, có được chánh niệm. Sự tỉnh giác và chánh niệm là món quà giúp chúng ta niệm Phật tốt hơn. Thêm câu niệm Phật có nghĩa là thêm nhiều phước đức hơn, thêm câu niệm Phật là tâm hồn thêm vui. Niệm Phật là 1 phương pháp để chúng ta huân tập thiện pháp, niệm Phật gia tăng phước điền, niệm Phật tâm hồn thêm an vui, tự tại giữa đời thường. Vì vậy, quý vị niệm Phật nhiều thì tâm vui, tâm mát, tâm nhẹ nhàng; còn tâm mình thị phi thì thêm đau khổ. Hôm nay, chúng tôi giảng đề tài chánh nghiệp trong tu tập. Đề tài này nhằm mục đích là giới thiệu những nghề nghiệp đúng theo kinh điển đức Phật đã dạy hơn 25 thế kỷ. Giúp người Phật tử chọn cho mình nghề nghiệp sống đúng theo chánh pháp. Nếu chúng ta tu thiền niệm phật mà nghề nghiệp không đúng pháp, ảnh hưởng không nhỏ trong việc tiến bộ đường tu.

Thường thường, khi chúng ta khai lý lịch thì có mục nghề nghiệp. Tất cả chúng ta, mỗi người đều có nghề, ngay cả người tu cũng có nghề, thầy Minh Đạt và chúng tôi khai nghề nghiệp là tu sĩ. Còn có người đề là kỹ sư, nội trợ, có người đề làm ruộng, làm vườn. Đề tài về chánh nghiệp: Đức Phật dạy mình làm những nghề đúng chánh pháp, nghề đó huân tập cho mình có lòng từ bi nhiều hơn và bớt gây những ác nghiệp.

Tinh hoa Phật giáo và lời dạy của Đức Phật trong suốt 45 năm nằm trọn vẹn trong bát chánh đạo. Thời xưa, vào giờ phút Ngài tịch diệt, có vị đệ tử vào vấn đạo với Đức Phật. Vị đó hỏi: "Bạch Đức Thế Tôn, trên thế gian này có rất nhiều đạo, có nhiều tôn giáo, có nhiều giáo chủ, mà mỗi tôn giáo, mỗi vị giáo chủ đều ca ngợi bổn sư của mình, ca ngợi pháp môn của mình học, cho rằng bổn sư của họ, pháp môn của họ là tốt, là hay, là đáng quý trọng. Như vậy làm sao mình biết là tôn giáo đó tu đúng, học thuyết đó là đúng?" Đức Phật trả lời: "Này đệ tử, ở nơi nào mà Thiện nam, Tín nữ có thực hành tu tập giáo pháp bát chánh thì ở nơi đó có đệ nhất, đệ nhị, đệ tam, đệ tứ sa môn. Đệ nhất sa môn là bậc Tu-đà-hườn, đệ nhị là Tư-đà-hàm, đệ tam là A-na-hàm, đệ tứ là A-la-hán". Qua câu trả lời của Đức Phật thì ta thấy tầm quan trọng của bát chánh đạo. Đồng thời, qua lời dạy của Đức Phật, ta thấy Đức Phật trả lời rất tế nhị, Ngài cũng không đụng chạm tôn giáo nào, tín ngưỡng nào và pháp môn nào, Ngài chỉ nói ở nơi nào có hành tu tập pháp môn bát chánh đạo thì có bậc thánh, có chánh pháp, nơi nào không thực hành bát chánh đạo thì không có bậc thánh, không có chánh pháp. Như vậy, **bát chánh đạo** là gì? Là chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Trong bát chánh đạo có chia ra làm **3 phần** là giới, định, tuệ. **Giới** là chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng. Định là chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. **Tuệ** là chánh kiến và chánh tư duy. Như vậy, chánh nghiệp trong bát chánh đạo nằm ở phần giới. **Chánh nghiệp** có nghĩa là nghề nghiệp chân chánh mà trong tăng chi bộ kinh Đức Phật dạy có 5 nghề mà người cư sĩ tại gia không nên hành, nếu mình hành 5 nghề này thì xem như không hợp pháp, không có chánh mạng, hành 5 nghề này

thì không có từ bi hỷ xả, tạo nhiều ác nghiệp. Một là, buôn bán khí giới, hai là, buôn bán chúng sinh, ba là, buôn bán thịt sống, bốn là, buôn bán chất say, năm là, buôn bán thuốc độc. Đó là 5 nghề mà Đức Phật dạy trong Tăng chi là bộ kinh cổ nhất trong truyền thống Phật giáo. 5 nghề này, nếu người Phật tử nào đang kinh doanh, đang làm ăn, nhận thấy không phù hợp thì ta nên thay đổi những nghề này, Đức Phật dạy, nếu ta làm thì không có tâm từ bi hỷ xả, và ta lại tạo nghiệp rất lớn và sẽ gây ác nghiệp rất nhiều. Dù cho nghề này có nhiều tiền đi nữa, lợi nhuận cao thì người Phật tử chúng ta tự cho rằng đây là nghề không chân chánh nên chúng ta phải tìm cách thay đổi.

Đức Phật dạy **không buôn bán khí giới**: Quý vị thấy nghề này, hiện nay, những nước cường quốc trên thế giới đang làm giàu bằng nghề này. Xã hội Hoa Kỳ là quốc gia giàu có, phú cường là nhờ thu thuế, du lịch và buôn bán vũ khí. Thì như vậy, buôn bán khí giới cũng là 1 nghề của những nước cường quốc. Ở những quốc gia trên thế giới này có những cửa hàng bán vũ khí. Cho nên, họ buôn bán kinh doanh nghề này dù cho có lợi nhuận cao, có tiền nhiều nhưng xem như là nghề nghiệp không chân chánh, vì nghề này đe dọa tánh mạng của người khác, làm cho tâm con người không hiền thiện và mình tiếp xúc với vũ khí nhiều quá làm tâm của mình cũng ô nhiễm. Đây là loại hung khi gây ảnh hưởng đến sự sống của chúng sanh khác nên Đức Phật dạy mình phải xa lánh, nghề này mình không nên tiếp xúc, không nên phát triển. Mình bán khí giới cũng là hình thức tiếp tay cho những người làm đổ máu nhân loại. Mình làm nghề bán vũ khí cũng là nghề giết người. Ở đất nước ta thì người dân không được sử dụng súng

đạn, còn 1 số quốc gia như Âu Mỹ lại bán vũ khí tự do, ai có tiền được phép mua để bảo vệ mình. Nhưng thống kê hàng năm, những quốc gia buôn bán vũ khí tự do để người dân sử dụng thì đa phần có người chết bằng sung đạn lại quá nhiều. Vợ chồng mua vũ khí súng đạn về để tự vệ cho mình khi có tội phạm nhưng không thấy tội phạm đến mà khi họ giận hờn, ghen tuông, bực dọc nhau thì lấy súng bắn nhau. Cái này xảy ra ở xã hội tây phương rất nhiều. Tại sao? Vì con người mình có bản chất là tham, sân, si, mà giận hờn nổi lên, tức tối nổi lên thì có gì phang cái đó, có ly phang ly, có chén phang chén, có dao múa dao; chỉ là mình không có súng, còn tây có súng thì bắn nhau luôn. Cho nên, tự vệ thấy hiệu quả cao như thế nào không biết nhưng có nhiều vợ chồng chết vì súng đạn khi giận dữ nhau. Họ có quyền mua súng săn bắn để tiêu khiển vui thú nhưng lại bắn lẫn nhau khi ghen tuông. Vì chúng ta khi giận dữ, ghen tức, bực dọc thì không đủ bình tĩnh, sáng suốt nên dẫn đến hệ quả to tát, hậu quả khôn lường.

Lại nữa, đa số người sống ở tây phương cướp giựt cũng bằng súng. Mỗi năm như vậy, những người da đen, tội phạm cướp bóc, giựt dọc, khống chế bằng súng nên chết không biết bao nhiêu mạng người. Dường như xã hội phương Tây, hằng năm số người chết vì vũ khí, tự sát, vì tham sân si bắn lẫn nhau, bắn người khác để cướp của tăng lên nhiều hơn những quốc gia đang bị chiến tranh. Chưa kể đến người có quyền lực mà sử dụng vũ khí này làm nghề buôn bán để làm giàu, để tạo nên thứ gọi là thế lực trong xã hội. Đức Phật là 1 người trí tuệ, 1 vị có lòng từ bi, nhìn xa trông rộng, thấy đây là nghề nguy hại cho nhân loại và là nghề phi nhân bản. Hơn nữa, trong Phật giáo, Đức Phật nói là có 2 loại trí tuệ: 1 là trí tuệ thông

thường, đó là nghĩ ra cách chế vũ khí. Người nghĩ ra như vậy cũng là trí tuệ nhưng trí đó không được tán thán, ca ngợi. 2 là người tu tập phát huy trí tuệ. Ngài ca ngợi những người có loại trí tuệ thứ 2, những người trí tin nhân quả nghiệp báo, biết tìm hướng giải thoát, chấm dứt sanh tử luân hồi mới là trí tuệ đáng giá.

Quý vị thấy có những người có trí rất phi thường. Trong chiến tranh, Mỹ có loại mìn tên "Claymore", mìn đó nổ vang ghê gớm lắm nên sau này ai nói nhiều, tám nhiều thì người ta nói là "Mìn Claymore". Thời thập niên 90, Mỹ chế loại tên lửa gọi là tô-ma-hóc (Tomahawk), loại tên lửa này, thành phẩm do tổ trưởng là người Việt Nam sống tại Hoa Kỳ. Loại tên lửa này khi thả xuống, lún 5m đi luồn luồn và khi bắt hơi người thì mới nổ, nên người nào ở dưới lòng đất, nơi có hầm thì đều bị công phá hết. Từ đó, ta thấy con người chúng ta dữ dội quá. Thêm nữa, quân đội Việt Nam chúng ta sang Cam-pu-chia vào năm 1979 giúp nước bạn thì Việt Nam có nhiều thương phế binh thời đó. Sở dĩ có nhiều vì ta bị mìn K58/ hay gọi là mìn cóc, do Trung Quốc sản xuất gây sát thương. Mình thấy về đạo lý nhân văn thì mìn này độc hại quá, khi nổ thì không chết mà chỉ cụt tay, cụt chân. Người mà nghiên cứu ra cái loại mìn này tính độc ác cao. Trong chiến tranh, chết thì lấy xác, còn đây không chết mà cụt tay, cụt chân thì đồng đội khiêng về cực khổ, về sau là gánh nặng cho người thân và xã hội. Người có trí mà nghiên cứu chế tạo ra vũ khí cũng là trí tuệ nhưng là ác tuệ đe dọa mạng sống cho con người. Nghề buôn bán vũ khí này là nghề không có chánh mạng. Cho nên, Đức Phật dạy người Phật tử không nên hành nghề buôn bán vũ khí và chế tạo vũ khí. Nếu chúng ta không hành theo thì quả báo vô cùng khốc liệt cho kiếp này và kiếp sau.

Đức Phật dạy **không được buôn bán chúng sanh**: Buôn bán chúng sanh có nghĩa là mình nuôi và buôn bán sự sống chúng sanh, chẳng hạn mình nuôi gà, vịt, heo, tôm, nên những nghề đó cũng không lành mạnh. Cố nhiên mỗi người chúng ta phải có nghề, có những người có nghề giết mổ, và có những người mỗi đêm phải giết mổ 50 con heo hay 100 con gà, và cái nghề giết mổ chúng sanh này cũng là 1 hình thức bất thiện pháp, nghề nghiệp không chánh mạng. Chúng ta sống ở nông thôn thì việc nuôi heo, gà, vịt, tôm, trâu là chuyện bình thường mà đời sống nông dân nhờ nuôi những thứ đó để sống, nuôi để gia đình ổn định. Nhưng mà chúng tôi nhắc lại nghề này không hợp pháp để mỗi người chúng ta cảnh tỉnh. Nếu ta có nghề này thì mình vẫn tiếp tục làm nhưng phải hiểu là không chân chánh để cố gắng thay đổi, chứ tôi hỏi quý vị ở miền quê thế này mà mình không nuôi thì dưới này lấy gì làm ăn, vì đời sống ở đây từ khi cha sanh mẹ đẻ đã vậy rồi, nếu giờ mình về kêu họ phóng sanh thì phóng sanh ở đâu, phóng sanh con chó mèo, hay đang nuôi đầm tôm thì phóng sanh cái gì. Nghề nào cứ giữ nghề đó nhưng mỗi người chúng ta biết rằng nếu chúng ta làm nghề nuôi tôm, gà, vịt, heo, trâu, bò thì đó là do bất đắc dĩ và do nghiệp lực mình gây ra, do mình tạo, biết là bất thiện nên tìm cách thay đổi. Giờ mình khá giả rồi, trước nuôi 50 con, giờ giảm 8 con, rồi sau này bỏ luôn đổi qua nghề khác. Chúng tôi có quen 1 ông sư thầy, ổng có quen người đệ tử dưới Long An, người ta xin quy y, ổng nói quy y thì trong nhà không được nuôi heo gà. Người ta nói giờ lỡ nuôi thì sao? Ổng nói thì đi phóng sanh. Thầy trò thuê xe chở heo, gà đi phóng sanh. Chúng tôi hỏi phóng ở đâu, ổng nói lên láng le Bàu Cò phóng sanh. Câu chuyện này có thiệt. Chúng tôi nghĩ ở đó là nơi trồng bạch đàn, mía, thơm,

mà con heo trong gia đình nuôi mà thả vô đó thì phóng sanh hay sát sanh. Con heo mà thả vô vùng đó chắc chắn không có gì ăn thì chết, hai nữa là nếu gặp người ở đồn điền thì chắc chắn thành heo quay. Cho nên, 2 người này tâm thì tốt đó nhưng việc làm không trí tuệ. Phóng sanh là tốt nhưng phải phóng ở đâu để bảo đảm cho nó tiếp tục sống được. Điều thứ 2 này, quý vị thấy Phật dạy những người Phật tử không được buôn bán chúng sanh. Ở đây là không được bán gà, vịt, heo và chúng sanh đây cũng có nghĩa là không được bán người. Có người bán người đi qua quốc gia khác cũng là buôn bán chúng sanh đó.

Đức Phật dạy **không được bán thịt sống**: Thịt sống là thịt mới giết mổ để cung ứng cho người tiêu dùng. Vì mình buôn bán thịt sống thì mình sẽ tiếp cận với máu nhiều hơn thì tâm mình sẽ trở nên độc ác, hung dữ hơn và vì vậy mà Đức Phật dạy là cấm buôn bán thịt sống. Bán thịt sống cũng là hình thức liên hệ sự giết mổ. Thân khẩu ý bất tịnh. Thông thường, người bán thịt sống, người vợ bán thì chồng giết mổ, hoặc mua lại bán nên gọi là thân bất tịnh. Người bán thịt sống tâm tánh bất thường, lời nói hung dữ, không có vẻ từ bi hỷ xả. Ý ô nhiễm bởi mỗi ngày tiếp xúc với máu, chúng sanh bị giết mổ. Trong nhà Phật, kinh điển có đề cập đến danh từ "Thường cận y duyên" tức là hành động lặp đi lặp lại, thói quen thường biểu lộ qua oai nghi. Ví dụ, kiếp trước ta là khỉ tái sanh lại, thì kiếp này oai nghi chúng ta có phần hơi giống khỉ. Buôn bán thịt sống là một nghề, chúng ta tiếp cận mỗi ngày, dần dần sẽ huân tập bất thiện, tam nghiệp ô nhiễm, nghiệp quả mỗi ngày thêm chồng chất. Quả báo của người buôn bán thịt sống, dù có lợi nhuận cao nhưng không giàu sang quý phái, thường bịnh hoạn và tuổi thọ ngắn.

Đức Phật dạy **không được buôn bán chất say tức là rượu bia, ma túy**: Bây giờ mình bán rượu bia cũng là nghề không lành mạnh, không chánh mạng. Mình bán rồi ông chồng nhậu say, vợ chồng đánh lộn, mắng vốn mình rồi sao. Quý vị biết rượu bia là loại vũ khí giết người từng giờ từng phút từng giây. Mình uống nhiều rượu bia thì sẽ bị hư tế bào mình, cụ thể là hư bộ não của chúng ta. Mà con người quý nhờ bộ não, nếu bộ não hư, bộ não bịnh thì trở thành người có xác mà không có hồn, có thân mà không có tâm. Quý vị thấy những người khùng điên ở trong bịnh viện tâm thần ở Việt Nam nhiều lắm. Sở dĩ khùng điên là có nhiều lý do: thất tình, phá sản, uống rượu bịnh nhiều, nghiệp lực. Chúng tôi có vô những trung tâm thăm và tặng quà cho những người bịnh tâm thần. Ở gần chùa Bửu Quang có bịnh viện tâm thần Thủ Đức có 1200 người, nam nữ có đủ và thành phần điên khùng đủ thể loại, già có, trẻ có, rồi có những người điên khùng gặp chúng tôi họ mới nói là: thầy ơi thầy, thầy xem cho con ngày tốt hay xấu để con xuất viện. Mình biết bà này hay đi thầy bà chuộc bùa ngãi thư ếm, sống trong hoang tưởng nên giờ khùng cũng nhớ vụ đó. Có những cô gái nói thầy ơi thầy về nói chồng con bảo lãnh con ra, con hết bịnh rồi. Có người nói, nhờ thầy nhắn dùm bạn trai con đến chở con về, con sắp xuất viện rồi. Có người gặp mình hỏi thầy ơi, con ngồi thiền con bay lên con đắc thiền rồi. Nghe câu này thấy là dân mình đó, đậu hủ đó. Tất cả trạng thái tâm lý con người bị khủng hoảng, từ khủng hoảng mà mình không khắc phục chuyển hóa được thì dẫn đến tình trạng mất trí, ba lơn, mát dây, khùng, rồi dẫn qua điên. Điên thì quá cao rồi. Khùng, ba lơn, ba trợn, mát dây thì ai cũng có, nhưng điên thì phải có giấy của bịnh viện, cho nên, mình đừng nói ai điên vì nó nặng

lắm. Mình giận mình chửi thì nói mày mát dây hả, vậy đủ rồi. Nhưng tất cả những trạng thái tâm lý con người bất thường như vậy là do 2 lý do. Lý do gần nhất do rượu bia tàn phá hệ tuần hoàn, bộ não chúng ta dẫn đến mất trí, tâm mình không sáng như những người khác. Và thứ 2, Đức Phật nói là do nghiệp lực. Nghiệp lực có nghĩa là mình từng làm nghề buôn bán chất say, do nghề mình sống không lành mạnh, cung ứng cho những người mua những chất say này uống làm cho gia đình mất hạnh phúc, làm trí nhớ lụi dần theo ngày tháng nên tạo nghiệp hoặc là người này lại làm những nhân bất thiện chửi mắng bậc xuất gia, cha mẹ, hãm hại sa môn, bà la môn, những người có đạo đức lương thiện và họ tạo ác nghiệp do cuồng phong bão tố trận giặc lòng nào mà họ đốt kinh sách, chùa chiền, xúc phạm hệ thống giáo dục, hệ thống xã hội có trí thức. Cho nên, do những nghiệp xấu họ tạo ra, khi sanh làm người thì trí óc không lành mạnh, không trong sạch. Vì vậy, Đức Phật dạy không bán chất say.

Đức Phật dạy **không** được buôn **bán thuốc độc**: Thuốc độc hại như là thuốc trừ sâu, trừ rầy, phá thai, những loại chất độc dẫn đến chúng sanh chết. Chẳng hạn miền quê chúng ta sống bằng nghề nông, làm vườn mà nếu không sử dụng chất độc này thì ruộng vườn không tồn tại, ngay cả người trồng bông kiểng mà không sử dụng thì cũng không tốt cho cây. Trong giới luật, Đức Phật cấm vị tỳ kheo trực tiếp trồng bông kiểng, cắt cây, nhổ cỏ, khạc nhổ trong nước. Từ những lời dạy của Đức Phật cho chúng ta thấy tính nhân bản đạo đức mà Ngài muốn bản thân Ngài, giáo đoàn Ngài phát huy trí tuệ, lòng từ bi cao. Nếu Ngài cho tỳ kheo trồng bông kiểng thì đương nhiên sẽ xịt chất này cho cây tốt. Quý vị biết trên cây biết

bao nhiêu loài chúng sanh sống trên đó, mình vì bảo vệ cái cây mà xịt thì bên cạnh đó có nhiều sinh linh chết. Cho nên, Đức Phật cấm bán chất độc. Cố nhiên là cái gì cũng có 2 mặt, nhưng mỗi nghề chúng ta làm thì phải có 1 cái phước đức, những nghề gì mình làm mà có lợi ích cho cộng đồng đa số, tiến bộ trên Phật pháp, còn những nghề chánh mạng thì càng phát huy.

Như vậy, người cư sĩ tại gia có 5 nghề này thì nên xa lánh vì không có tính nhân bản, không có đạo đức và gây nhiều ác nghiệp cho chính mình.

Việc chọn nghề để làm ăn: Người Phật tử chúng ta phải hướng đến dòng chảy tâm linh giả thoát. Trong nhà Phật, Đức Phật dạy từ Sanh y (upathi). Trong sanh y có tham sanh y, sân sanh y, si sanh y, thiền sanh y… có nghĩa là tâm mình như thế nào thì mình sanh y thế đó. Nếu hằng ngày trong đời sống tâm từ nhiều thì sau khi thân hoại mạng chung, mình sẽ tái sanh cõi đó. Đức Phật dạy người nào có tâm tham nhiều thì sanh y thành ngạ quỷ, sân nhiều nữa chết thành atula, si nhiều thì sanh vào địa ngục, súc sinh, người có tâm thí, giới, thiền thì sanh làm người hoặc trời. Đó là sanh y. Cho nên, tâm chúng ta như thế nào thì sanh y thế đó. Một người mà suốt đời quanh năm suốt tháng vì tâm tham, chỉ biết cuộc sống của họ, gia đình của họ, suốt ngày chỉ quần quật trong nghề nghiệp cho đến chết, họ cũng không đi chùa, không niệm Phật không làm lành lánh dữ thì người mang tâm trạng như vậy chắc chắn chết sẽ sa đọa vì tâm nhận thức của họ không có, họ nghĩ là con người sống tại vì họ nghĩ rằng suy nghĩ của họ là đúng nên họ nghĩ họ phải làm cho cuộc sống của họ, họ nghĩ cho gia đình của họ mà không nghĩ tâm linh

của họ, không nghĩ có đời sau, nghiệp quả. Họ không tin nghiệp quả, họ nghĩ chết là hết, nên chỉ biết hiện tại, không làm lành lãnh dữ, không tạo phước điền. Chúng ta là người Phật tử có tin nhân quả nghiệp báo, quý vị ngồi đây là quý vị có tin, mà mình đi chùa quanh năm, suốt tháng mà tin nhân quả nghiệp báo thì cực quý, hiểu được pháp mầu, tin rồi sợ những nhân bất thiện mình tạo, mình nghĩ rằng mỗi người chúng ta có phước mà phước đó không ở nơi cầu nguyện van xin mà phước do làm, không làm không có. Chính phước đó theo mình như bóng với hình, chứ bây giờ mà mình lỡ làm ai dám bỏ, bỏ thì gia đình thế nào, nhưng nếu người biết tin nhân quả nghiệp báo thì dù cho mình sống nghề này giàu tới đâu đi nữa thì mình chết có mang theo được không, mình có giàu cách mấy mà khi bịnh thì cũng không đủ tiền trả tiền bác sĩ nữa, nếu sống bằng nghề không lương thiện, bất chánh thì nhiều họa đến với mình lắm.

Quý vị thấy người buôn bán chúng sinh, làm nghề nhà hàng, 1 ngày tiêu thụ giết mổ nhiều thì đến lúc nào đó họ chết rất đau khổ, sự chết của họ sẽ lụn tàn theo ngày tháng, hành hạ thân xác và những người xung quanh. Hành động đó rồi chết thì sa đọa, tay chân tứ chi tê liệt. Người Phật tử chúng ta phải hiểu được điều đó, tin nhân quả nghiệp báo thì mạnh dạn bỏ, mạnh dạn bỏ hay nếu không thay đổi được thì bớt đi. Mà nghĩ mình làm cho số đông, cho gia đình, cho tất cả nhưng nghiệp quả đó mình tạo nên. "Ta đi theo nghiệp của ta, dù cho tốt xấu tạo ra tại mình". Nếu nghiệp xấu mình tạo thì theo mình như hình với bóng, cuối cùng không thoát được, ác nghiệp đó, người Phật tử tin tội phước, nghiệp báo thì mạnh dạn ngồi thiền niệm Phật, làm phước. Tất cả là mình đang tạo công đức.

Hãy nhớ câu thơ của Loan Huỳnh: "Hãy sống bằng cái tâm, đừng sống bằng cái miệng/ hãy nhìn vào bản thân, đừng nhìn vào người khác/ hãy làm những việc lành, đừng làm những điều ác/ hãy tặng người niềm vui, đừng cho mình nỗi buồn". Người Phật tử chân chánh là phải thể hiện những hạnh đó và làm thiện sự đó để gieo trồng công đức, còn cả cuộc đời ta là phù du giả tạm, mình sẽ già, sẽ bịnh, sẽ chết. Già, bịnh, chết theo ta như bóng với hình. Người thân, bạn hữu nhiều nhưng khi ta chết thì tay trắng mà thôi, ta chỉ mang theo nghiệp xấu hay thiện đã tạo. Cho nên, mình phải huân tập nhiều việc tốt, điều thiện để có phước thiện, làm đẹp cho tâm linh của chúng ta, chứ hằng ngày tiếp xúc chúng sanh, tiếp xúc với chất độc, chất say nhiều quá rồi giờ phút cận tử không nhớ Phật mà nhớ những điều bất thiện đó. Chẳng hạn mình tin nhân quả nghiệp báo thì dành nhiều thời gian tu tập công phu bái sám ngồi thiền chứ bây giờ mình bỏ nhà đi tu mà nuôi chó nhiều quá, suốt thời gian dành cho chó nhiều hơn thời gian công phu, không phải nuôi chó là xấu mà mình phải hiểu lợi ích của nó, chứ hằng ngày chăm chó nhiều quá thì lúc chết không nhớ Phật mà nhớ chó thì sanh thú ở đâu. Cho nên, người Phật tử tin nhân quả nghiệp báo thì phải làm thiện nhiều. Tất cả chúng ta là vì tiền, kiếm nghề nghiệp để có lợi nhuận nhiều, tiền nhiều nhưng đừng vì tiền mà đánh mất hạnh phúc của mình. Đồng tiền là phương tiện, nhu cầu cần thiết để ta sống nhưng không vì đồng tiền mà đánh mất danh dự của mình thành ra đảo điên.

Hôm nay, khóa tu niệm thiền phật lần 61, thời gian bị cúp điện làm mất thời gian quá nhiều, nên chúng tôi thuyết bài pháp tới đây cũng vừa phải lẽ. Trong đề tài này, chúng tôi trình bày cho quý vị thấy rằng Đức Phật dạy người cư sĩ tại

gia phải xa lánh 5 nghề nghiệp: buôn bán khí giới, buôn bán chúng sinh, buôn bán thịt sống, buôn bán chất say, buôn bán thuốc độc; đó là 5 nghề không có đời sống chánh mạng, phi nhân bản, phi đạo đức, gây bất hạnh cho đa số. Người hành 5 nghề này thì thân tâm không an lạc, cuộc sống không ổn định. Mong rằng thời pháp này đem lại cho quý vị nhiều lợi lạc và quý vị suy nghĩ chọn cái nghề để huân tập tâm từ bi hỷ xả nhiều và thiện nghiệp vững chãi trong sanh tử luân hồi. Cuối cùng cầu nguyện Tam Bảo, chư thiên hộ pháp gia hộ cho quý vị thân tâm thường an lạc, luôn thuận duyên trong cuộc sống./.

3. HỎI ĐÁP PHẬT PHÁP[3]

Thật ra người tu chúng ta có hai nhiệm vụ phải làm: một là học pháp, hai là hành pháp. **Học pháp** có nghĩa là mình đăng ký những khóa tu để học, giống như Học viện Phật giáo Việt Nam có khoảng 6, 7 khoa, trong đó có khoa đào tạo từ xa. Khoa này có bằng lớp 12 là có thể đăng ký vô học, không phân biệt tuổi tác, không phân biệt người xuất gia, tại gia nên có nhiều cư sĩ đăng ký vô học, học tập trung hay qua mạng, học xong có bằng. Hoặc là mình đăng ký tham gia học ở các khóa tu ở chùa, các lớp giáo lý để hiểu kinh điển giáo lý Đức Phật. Hoặc là mình đi chùa và nghe các thầy giảng dạy pháp. Đó là hình thức học trực tiếp, còn nếu không có điều kiện đi chùa thì mua băng về nghe, nghe hết băng này đến băng kia, nghe chừng nào mệt thì nghỉ. Còn vị nào biết vi tính thì lên google tìm tên thầy nào mình thích để mở nghe pháp. Ví dụ, tìm thầy Thích Phước Tiến, thầy Thích Thiện Thuận thì có ra hàng loạt bài pháp của các thầy, mình nghe nhiều bài pháp nghe nhiều vị gảng sư thì học được nhiều. Đó cũng là một cách để học pháp. Hoặc có học được qua quá trình nghiên cứu, ví dụ, những người cần viết bài cho một hội thảo nào đó mà cần tư liệu liên quan nên phải tìm đọc, hay những nhà xuất bản cần biên tập lại trước khi in cũng phải đọc. Đây cũng là một cách học pháp gián tiếp. Cho nên, đọc nhiều kinh sách thì học được nhiều lời dạy. Mình học và tự nghiên cứu để mình thấy được Phật ngày xưa thuyết pháp 45 năm

3. Giảng đường: chùa Bửu Châu, Tp. Trà Vinh, tỉnh Trà Vinh, khóa tu niệm Phật lần 7, tổ chức ngày 31/12/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

để lại những gì trong kinh điển. Những lời dạy đó giờ mình áp dụng tu để học hiểu. Càng học pháp thì thấy trí tuệ Phật vô cùng vô tận, thấy được Phật bỏ cung vàng đi tầm đạo, ngộ ra chân lý để lại vô cùng quý giá. Nếu không học thì không hiểu được. Có câu: "học không tu như đãi sách, tu mà không học là tu mù".

Hành pháp: học xong phải hành. Học không hành giống như cái muỗng quanh năm suốt tháng muỗng vẫn là muỗng, canh vẫn là canh. Mình đi chùa niệm Phật là mình đang hành pháp. Mình ngồi thiền là đang tu. Trong pháp học và hành thì pháp hành là quý nhất vì chỉ có hành mới là thực hành lời dạy của Đức Phật. Hành ngũ giới tức là đang hành pháp. Phật dạy từ bi hỷ xả thì mình phải hành để có từ bi hỷ xả và thấy Phật pháp mầu nhiệm thế nào.

Nếu quí vị nào đã có học và hành thì chắc chắn sẽ gặp một số vấn đề thắc mắc trong quá trình tu tập. Cho nên hôm nay chúng tôi muốn dành thời gian trả lời những thắc mắc của quí vị nhằm giúp quí vị hiểu rõ hơn về con đường tầm đạo mà quí vị đang hướng đến.

1. Chưa quy y có phải là Phật tử không?

Có những người chưa quy y, theo tinh thần nhà Phật không phải là Phật tử. Chưa quy y mà xưng là Phật tử là chưa đúng. Nhưng mà người ta chưa quy y nhưng vẫn đi chùa, đốt nhang, lạy Phật, vẫn từ thiện, bố thí, cúng dường thì có phải Phật tử không? Phải. Tức là người đó chỉ là hành theo pháp của người Phật tử, hành theo bổn phận người Phật tử nhưng chưa phải là Phật tử. Ở Việt Nam có rất nhiều trường hợp, có nhiều

người đi chùa từ nhỏ đến lớn nhưng không quy y, người ta làm phước cả đời, giữ giới nhưng người ta không quy y. Hỏi tại sao? Nói còn uống rượu. Đơn giản vậy thôi. Có người nói còn buôn bán nên còn nói láo nhiều nên không quy y. Hay còn thấy sự giữ không đúng lễ nghi, sợ tội nên không quy y. Nhưng theo nhà Phật thì làm Phật tử phải quy y, tức là phải quỳ trước Tam Bảo, có sự chứng minh của chư tăng hay phật tử đã quy y từ trước xác chứng là con quy y Phật Pháp Tăng lần 1, 2, 3. Người này trước Tam Bảo xin nương tựa nơi Phật Pháp Tăng thì mới là Phật tử. Trở thành Phật tử thì mới có pháp danh, rồi giữ ngũ giới. Tóm lại, chưa quy y thì chưa là Phật tử. Cho nên, người nào chưa quy y thì nên quy y vì phước quy y rất nhiều. Rồi mình quy y để khẳng định niềm tin của mình nơi Phật Pháp Tăng vì mình quy y Phật Pháp Tăng là mình đã bất sanh đọa xứ, quy y Phật Pháp Tăng là thiên giới đang chờ chúng ta. Mình mà không quy y thì có hộ chiếu sanh 4 ác đạo, có quy y là có hộ chiếu sanh thiên nhân. Người có quy y rồi thì không thể bỏ tôn giáo mình theo tôn giáo khác, nhưng chúng ta đi chùa không quy y đến lúc nào đó tôn giáo khác biết mình chưa có tôn giáo nên họ hay rủ chúng ta tham gia tôn giáo họ.

2. Quy y Tam Bảo mà không giữ ngũ giới có đứt tam quy không?

Hồi nãy chúng tôi nói quý vị là có những người đi chùa lâu năm mà không quy y vì người ta còn uống rượu nên không quy y. Bởi vậy ta thấy rằng quy y là khác, giữ giới là khác. Thời Đức Phật ngày xưa, có vị thánh tăng đệ tử Phật có cho dân biển, chài lưới quy y, cũng có 1 số người chài lưới mà người cho quy y thì khi người ta bắt cá rồi sao? Thì Ngài nói

tôi dạy người ta quy y là cho người ta có tín tâm để người ta kính Phật Pháp Tăng; còn giữ giới thì phần riêng. Người nào còn uống rượu thì quy y vẫn quy y, dù quý vị có quy y hay không thì uống rượu vẫn phạm tội, giữ giới nào thì có phước giới đó. Cho nên, giữ giới là chuyện khác, thành tựu tam quy là chuyện khác. Người buôn bán thì vẫn quy y được, người uống rượu vẫn quy y được. Cho nên, trước nhất mình sanh con ra, lớn lên dắt vô chùa quy y để có pháp danh có phước báo, có công đức.

3. Thế nào gọi là đứt tam quy, bợn nhơ tam quy?

Tức là mình quy y Phật pháp tăng, mình có pháp danh thì thế nào là đứt. Trong kinh có dạy khi mình quy y Tam Bảo, lúc mình chết thì đứt tam quy. Thứ hai là mình quy Tam Bảo mà gặp người nào đó rủ mình bỏ đạo này theo đạo khác, tôn giáo khác ngoài Phật giáo thì coi như mình đứt tam quy. Mình quy y bên này rồi vậy mà theo tôn giáo khác, tu hành theo tôn giáo khác, như vậy, đứt tam quy có 2 trường hợp là như thế.

Thế nào là bợn nhơ tam quy? Bợn nhơ là tam quy là không sạch. Vì người Phật tử mình quy y là tin nhân quả nghiệp báo, tin tội phước nên làm lành lánh dữ, tu tập, nhưng bây giờ quy y xong mình thuộc dạng mê tín, nghe bà thầy nước lạnh nào hay thì đến quỳ lạy, van xin hay nghe bà chúa xứ trên núi Tà Lơn xuất hiện cho uống nước lạnh về lạnh cả người rồi hết bịnh luôn rồi mình lên đó cầu nguyện van xin. Hay đang là Phật tử nghe cha Diệp nào dưới Bạc Liêu thì xuống đốt nhang quỳ lạy ổng thì coi như bợn nhơ. Lý của quy y là mình tin Phật Pháp Tăng, Phật là con người giác ngộ nên mình quy y là trong tâm mình giác ngộ, mình giác ngộ là tin nghiệp và quả của nghiệp.

Thiện căn, thiên đàng hay địa ngục là do tâm mình tạo. Bây giờ, trên cuộc đời ai mà không có bịnh, không có ông thầy nào có thuốc uống không chết vì quy luật là sanh lão bịnh tử, ai cũng phải già phải bịnh, chẳng qua trong lúc bịnh hoạn rồi mình đi cầu nguyện van xin uống thuốc này thuốc kia rồi thành mê tín. Chúng tôi có ông sư bạn đang học bên Thái bị bịnh trĩ, ổng về Việt Nam trị. Ổng quen người ta thì họ chỉ cho 21 bài thuốc trị bịnh trĩ, rồi ổng rối quá rối, cuối cùng vô bịnh viện Chợ Rẫy cắt luôn. Đúng là "lắm thầy nhiều ma, lắm cha con ở giá suốt đời". Như vậy là mình quy y theo Phật thì tâm mình phải giác ngộ, mình phải định hướng đi cho đúng. Bịnh thì đi bịnh viện lấy toa uống thuốc chứ đi nơi này nơi kia chi cho mệt. Con người ta đang bịnh mà uống tầm bậy, thời này y học đang cao, mình bịnh ho thì đi vô bịnh viện khám người ta bán thuốc ho chứ bây giờ bứt cây này nhổ cây kia giã cho dập dập uống chi cho mắc công. Con người mình chết có 1 lần chứ đâu ai chết 2 lần, chết thì cứ chết đi, không sợ gì hết, chứ giờ bắt 10 con rắn lục, cắt máu uống. Trời ơi, cái máu đó mà uống gì. Phật tử mà kiếm 10 con rắn lục đâu ra, rồi cắt máu uống thì chết sớm, nghe máu rắn là oải chè đậu rồi, giờ uống máu chắc vô hòm sớm. Cho nên, không nên tin dị đoan. Mà các bài thuốc toàn chỉ là đồn đại không. Sau này có 1 số công bố loài tắc kè, rắn, bò cạp mà để trong rượu uống được truyền miệng từ tháng này năm nọ là đại bổ nhưng sau này người ta nghiên cứu thấy không bổ mà không khéo ai cơ địa không hợp thì độc tố cao, mà đó là 1 trong nhưng nguyên nhân sanh ung thư. Chẳng hạn giống như người bán hột vịt lộn, nếu mà trứng lộn cũng bán được, trứng ung của bán được, nếu không ai mua thì bỏ, thì trứng ung này mấy ông nhậu lại thích ăn, mà cái này độc tố rất nhiều. Cái con lộn

nó ung, thì người thường không dám ăn mà người trong bàn nhậu lại thích. Vậy nên, có những cái mà mình đồn đại cho là bổ, cho là ngon mà thật ra là mầm mống của bịnh hoạn.

Người quy y Tam Bảo phải nhận được đường hướng, phải tin tội phước nhân quả nghiệp báo chứ không nhẹ dạ, ai kêu gì thì nghe đó, phải có định hướng Phật pháp mình không vượt qua rào nghiệp báo.

4. Lợi ích của tam quy và ngũ giới là gì?

Ai thọ tam quy là gieo được chủng tử giác ngộ trong ngày vị lai. Có nghĩa là kiếp này mình quy y là đang đi trên bờ giác ngộ. Mình tu đạt được bến bờ giác ngộ thì thời gian lâu lắm, Đức Phật tu 20 tăng kỳ, 100 ngàn đại kiếp, bờ giác ngộ là vô tham, vô sân, vô si. Kiếp này mình có tu thì coi như là mình có chủng tử rồi, qua kiếp khác mình cũng có đi chùa dữ lắm. Nếu không quy y thì biết đi mà không biết đi đâu vì luân hồi dữ lắm, còn có quy y thì biết đi là đi đâu giống như sáng ra đi là biết đi chùa Bửu Châu, chớ không biết đi đâu là giống bề trên xuống. Tu là biết tu cái gì, mục đích là gì. Tu là tu tâm, dưỡng tánh để tâm an lạc chứ tu mà tâm tham sân si nhiều quá, ích kỷ nhỏ mọn nhiều quá nên vô chùa để dịu xuống, mát mẻ, nghe lời kinh tiếng kệ ngồi thiền niệm Phật để tâm buông xuống cho phiền não bớt đi, tâm an lạc hơn.

Lợi ích của quy y là người nào quy y thì tà ma sợ, đồng bóng có lên mà mình có quy y thì nó im luôn, chỗ nào có ma quỷ nhiều, mình đến thì nó chạy, còn nó không chạy thì mình chạy. Nhưng pháp Phật nhiệm màu là người nào có quy y thì lực mạnh. Nhiều khi mình thấy bình thường vậy nha, nhưng

nhiều khi họ thấy mình tu vậy chứ họ đang đứng ngoài họ xin đó. Có người ở nông thôn, vùng sâu vùng xa, làm quần quật suốt không có thời gian nghe pháp tụng kinh mà họ thấy mình vậy họ ham lắm. Mình hiểu được pháp, đi chùa thì quý cực kỳ quý. Mình hiểu là cuộc đời này phù du lắm, chạy theo cho dữ nhưng cuối cùng tay không. Có người về hưu rồi mà bỏ không được. Danh lợi làm u mê cái đầu. Cho nên, mình tu, mình hiểu Phật pháp thì biết mình, biết làm cái gì, không làm cái gì, hiểu Phật pháp thì biết mình phải dừng lại chỗ nào. Có người sắp chết rồi mà vẫn chưa chịu chia tài sản cho con, sắp chết mà không hiểu thì chết đi đâu, sanh là chúng sinh thấp. Mình hiểu được rồi thì biết tất cả là phù du, là phương tiện nên biết là đến lúc nào đó thì chia đi cho an vui. Thứ 2 là tà ma nó bị thuyết phục. Cái thứ 3 nữa là phước quy y làm chư thiên hộ trì, ủng hộ mình. Chư thiên đây là gì? Là người có quyền lực trong xã hội, là người có đạo đức, là chúng sanh vô hình hộ người tu hành, hộ người có tam quy ngũ giới. Hộ là bảo hộ. Mình quy y là chế độ đặc biệt nên có hộ pháp để xui thì có người đỡ lên chứ không quy y thì chết luôn. Phước thứ 4 là sanh lên thiên giới.

Lợi ích của ngũ giới: một là người giữ ngũ giới được nhiều tài sản. Tài sản đây là tài sản tri túc. Chẳng hạn mình không giữ ngũ giới thì có thể chiêu đãi bữa ăn tối nhiều khi 5, 10 triệu, hay thẩm mỹ viện tút cái mặt này 20 triệu, hút bụng mỡ ra 50 triệu, ở Việt Nam làm chưa đã qua Singapore làm để có công nghệ tốt, đó là về sắc đẹp. Còn mấy ông ăn nhậu thì tiền nhiều quá thì nhậu, mua rượu ngoại, rượu tây. Có nhiều chai rất mắc, nội rượu không thì cũng 5, 10 triệu rồi. Mình hiểu đạo mình thấy những cái đó phung phí lắm. Chưa kể là mình

mua hải sản, thức ăn cho hợp đẳng cấp. Mà thường thường món ăn đẳng cấp thì liên hệ sự giết mổ làm vừa hao tốn tài sản mà vừa liên hệ đạo đức của mình. Cho nên, giữ giới là biết tiết kiệm, tri túc, biết giữ tài sản. Ngoài ra, người giữ giới thì cũng được chư thiên hộ trì, là sanh trời người, gieo duyên đắc đạo quả. Có câu trong kinh Pali: "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 níp-bàn cũng nhờ giữ giới". Qua câu Phật ngôn ta thấy Đức Phật nói người giữ giới được 3 phước sanh về cõi trời, giàu sang, gieo duyên níp-bàn giải thoát.

5. Niệm Phật và hành thiền có khác nhau không?

Niệm Phật là niệm những hồng danh của Phật, như niệm "Á Rá Hăn Sâm Ma Sâm Bút Thô", "Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật", "Á rá hăn - Phật trọn lành", "Nam Mô Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhơn Sư, Phật, Thế Tôn"; Phật giáo Bắc tông niệm: "A Di Đà Phật"…

Hành thiền, hành tức là làm, thiền là tập trung, hành thiền này có 2 nghĩa: một là thiền định, hai là thiền tuệ. Niệm Phật là đề mục của thiền định. Người đạt được thiền định, đó là nền tảng căn bản để phát huy thiền tuệ sau này. Còn thiền tuệ là không niệm Phật mà chỉ ngồi theo dõi hơi thở, ngồi thiền để thấy tâm. Tâm mình phóng túng biết phóng túng, tâm tham biết tham, sân biết sân, si biết si. Đây mới là thiền của Phật đây. Phật hồi xưa ngồi dưới cội bồ đề để theo dõi hơi thở, nhìn thấy tâm. Vì tu tập thiền tuệ để thấy tâm mình để mình thay đổi con người của mình. Cái này rất quan trọng

nha. Ông bà nói giang sơn dễ đổi bản tánh khó chừa. Nếu mình ăn chay niệm Phật quanh năm mà không thay đổi tâm tánh mình thì không tiến bộ được. Đạo Phật là tu để thay đổi tâm tánh. Chứ niệm Phật, về nhà niệm Phật, vô chùa niệm Phật mà ai đụng vô mình chửi "tắt bếp" là không được. Mình ăn chay mà đối với cha mẹ khắt khe, hàng xóm không đàng hoàng, anh em mà không lan tỏa từ bi hỷ xả thì coi như mình chưa thay đổi. Đức Phật dạy thiền tuệ đây là giúp mình thấy tâm mình, thấy tốt của mình, thấy xấu của mình để thay đổi. Chẳng hạn ngày xưa mình sân si, tật đố thì bây giờ biết đạo rồi, bớt sân si, tật đố; hồi xưa lục cục lòn hòn thì giờ phải giữ chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng. Tu rồi không nên hơn thua bằng lời nói, hành động, suy nghĩ. Mình sống tùy duyên như vậy mà thấy tâm tham sân si và thay đổi thì mới là chánh pháp, mới là thiền tuệ. Con người ta tham sân si, tật đố đều có, cho nên, thay đổi món ăn dễ còn thay đổi tâm tánh khó. Mục tiêu người hành thiền là thay đổi tâm tánh chứ mình càng tu càng thấy xa lánh gia đình, càng tu càng xa lánh xã hội, ai thấy cũng né thì phải coi lại, tu phải thay đổi, thích nghi, cái tôi càng giảm chứ tu mà thấy như ông thánh ông thần gì không thì chết. Hay đi chùa ăn chay mà về thấy người ta ăn mặn thì cho người ta là quỷ ma gì đó thì không được. Cho nên, mục đích mình tu thành Phật tử rồi thì giảm bớt cái tôi của mình, bớt đi lời nói thị phi, gia tăng thêm lời nói từ bi hỷ xả thì những chất liệu đó mình mới gần gũi người ta, là cái vô ngôn để cho người đi chùa.

6. Thời Đức Phật còn sống, Ngài có niệm Phật không?

Xin thưa với quý vị, thời Đức Phật không có niệm Phật. Thời đó Ngài chỉ đi thuyết pháp giảng đạo thôi, niệm Phật là khi

Ngài tịch chứ không lẽ Ngài còn sống Ngài nói niệm tôi đi. Khi Ngài tịch, người ta cảm niệm công đức của Ngài nên niệm. Ngài chủ yếu là thuyết pháp giảng đạo để cho người ta tu tâm dưỡng tánh, làm lành, lánh dữ, giữ gìn tâm ý trong sạch. Toàn bộ 45 năm giảng pháp, Ngài giảng nhiều chủ đề khác nhau, ngày nay các nhà nghiên cứu kiết tập thành 3 tạng kinh điển, đó là Kinh Luật Luận. Lời Phật dạy không có gì vượt ra ngoài các ý như là "không làm các điều ác, hãy làm các điều lành, giữ tâm ý trong sạch", Ngài khuyến khích người ta không làm điều ác, làm lành, trong sạch tâm.

7. Cúng sao giải hạn có trong Phật giáo không?

Không. Rồi tại sao mình cúng? Mình nói không nhưng chùa nào cúng sao hạn thì chùa đó đông. Nhưng bây giờ mình cúng thì cứ cúng nhưng phải hiểu là cúng sao hạn là không có trong Phật giáo. Sao có **9 sao**: La Hầu, Thổ Tú, Thuỷ Diệu, Thái Bạch, Thái Dương, Vân Hớn, Kế Đô, Thái Âm, Mộc Đức; hạn có **8 hạn**: Huỳnh Tuyền, Tam Kheo, Ngũ Mộ, Thiên Tinh, Tán Tận, Thiên La, Địa Võng, Diêm Dương, thì mỗi năm mình có 1 sao. Sao hạn có khả năng là văn hóa Trung Quốc nhưng mà xem đôi lúc cũng trúng. Quý vị nhớ một điều là trong giới luật nhà Phật cấm người xuất gia làm thầy địa lý, làm thấy bói, xem tướng, nói chung là những môn chiêm tinh, địa lý, tử vi, tử bình, bóc dịch trong pháp nhà Phật là không được. Phật quy định người xuất gia hành nghề này để đem lại lợi lộc cho mình thì phạm tội, giới luật cấm, nhưng cũng có một số thầy hành nghề này, lại đông đệ tử.

Tại sao cấm? Vì điều đó đi ngược lại lý nhân quả nghiệp báo, ổng dạy làm lành lánh dữ, các thầy chỉ là phương tiện vậy mà xem xong thì nói nhớ làm từ thiện, nhớ đi cúng chùa này

nhe, tức là ổng huyền biến, nhưng mình làm thì ghi nhớ đây không là Phật pháp. Thầy địa lý kêu mình đi tìm hướng nhà đó thì mới hợp. Nhà đúng hướng 100 triệu còn mình chỉ có 50 triệu, sao mua, rồi mình đi tới đi lui vô cái hẻm, không đúng hướng nhưng hợp tiền thì mua. Có câu 'cây khô tưới nước cũng khô, phận nghèo thì đến xứ mô cũng nghèo', có phước làm gì cũng thông, đi đến đâu cũng thông. Vì vậy mà cố tu, làm lành lãnh dữ còn sao hạn thì sách vở ghi ngày xấu tốt thì ngày xấu nhiều hơn ngày tốt, vậy thì sao, ví dụ mùng 5, 14, 23 đừng đi ra đường, nhưng mình đi ra cũng thấy đông.

8. Hành hương thập tự có đúng hay không?

Hành hương thập tự năm nào cũng đi. Vào ngày tết là mọi người đi dữ lắm, giống thầy Minh Đạt đi 20 xe. Hành hương là đi 5 chùa, 10 chùa. Thật ra mình đi như thế là làm lành, tết là những ngày đầu tiên của 1 năm, mình muốn năm đó hanh thông thì hành hương thập tự, đi 10 chùa lạy được 10 ông Phật sẽ có phước cung kính và đi như vậy phải siêng năng thì có phước tinh tấn, đi bỏ thùng phước điền thì có phước bố thí, đến ông thầy giảng pháp cho nghe thì mình được phước thính pháp. Cho nên, hành hương thập tự không có ghi chép đúng sai trong kinh điển, nhưng việc làm đó phù hợp với việc hành thiện pháp.

9. Đi chùa đốt mấy cây nhang là đúng?

Người nói 1 cây, người nói 10 cây, sao dữ vậy? Bây giờ, nhà của mình có mấy bát nhang thì mấy cây hương là đúng. Nhang đúng hay sai thì không nói được, tùy theo thói quen và tín ngưỡng. Bàn thờ Phật có 3 cách: 1 cây, 3 cây, 5 cây. 1 cây tượng trưng cho tâm nhang của mình, đốt nhiều quá hao, khói

nhiều quá độc. 3 cây tượng trưng Tam Bảo Phật pháp tăng. 5 cây nhang tượng trưng quả địa cầu có 5 vị Phật tổ. Thời Phật không có đốt nhang nha quý vị, thời đó đốt đèn, còn nhang là về sau này. Tức là mình thắp nhang để lòng mình hướng về Tam Bảo, ông bà, hoặc mình đến đó cầu nguyện không cũng được, hoặc có bông hoa, dĩa trái cây tùy ý.

Lạy Phật thì mấy lạy? Người nói 3 lạy, người nói 4 lạy, người nói 108 lạy. Thường theo Phật giáo Nam tông thì mình lạy 3 lạy. Mình lạy Đức Phật như là tụng câu "Nhất tâm đảnh lễ Đức Thế Tôn bậc A la hán, Chánh đẳng Chánh giác, Ngài là thiên nhân từ phụ bi trí vẹn toàn", "Nhất tâm lễ bái giáo pháp do Đức Thế Tôn khéo thuyết giảng đạo chuyển mê khai ngộ thiết thực hiện tiền vượt thời gian" là lạy pháp, "Nhất tâm kính lễ chư thánh hiền tăng, các Ngài là bậc hoằng truyền giáo pháp xứng đáng cho chúng sanh lễ bái cúng dường" là lạy tăng. Đó là căn bản. Còn có nhiều nghĩa khác là mình lạy Tam Bảo Phật Pháp Tăng.

Bây giờ trên xe, quý vị nào có xe ô tô thì tượng Phật để ngó đằng trước hay ngó vô. Có người nói ngó hướng đằng trước để có gì ổng đỡ cho mình, dắt đường mình đi. Có người nói ngó vô ông tài xế vì để ông tài xế thấy Phật thì bình tĩnh mà lái xe. Quý vị lạy Phật thì lạy đằng trước mặt chứ ai lạy đằng sau lưng. Vậy thì hướng 2 là đúng, ông tài xế ngó Phật thì tín tâm chứ bắt ông Phật đỡ đạn cho mình thì mê tín. Phật là biểu tượng, mình thờ Phật thấy được từ bi hỷ xả để mình noi theo gương Phật.

Đó là 9 câu hỏi để giới thiệu cho quý vị biết thêm. Có 1 số câu hỏi không thuần túy kinh điển mà gần gũi chúng ta để ta có đường hướng tu học và Phật tử mình phải phân biệt tà

kiến và chánh kiến. Chánh kiến như trôi dạt, tà kiến là chìm xuống. Người Phật tử phát huy chánh kiến chứ đừng phát huy tà kiến vì nó là mầm móng sanh tử luân hồi. Có chánh kiến để phát huy tuệ giác, để mình làm chiếc phao, chiếc thuyền cùng giúp những người xung quanh tu tập đúng chánh pháp. Thời thuyết pháp đến đây cũng vừa phải lẽ thời gian, trước khi dứt lời cầu nguyện hồng ân Tam Bảo gia hộ cho quý vị được an vui, hạnh phúc./.

4. ĐÀM LUẬN VỀ PHÁP CÚ KINH[4]

Chúng tôi mới đến đây thuyết giảng lần đầu lớp Pháp cú kinh này. Cho nên, bữa đầu, chắc có lẽ để chúng tôi nói một ít về sự hiểu của chúng tôi về Pháp cú kinh. Quý vị học về Pháp cú kinh hay giáo lý mà từ trước tới giờ quý vị học chưa thông thì thắc mắc, đặt câu hỏi và chúng tôi trả lời. Cách đặt câu hỏi là viết giấy hoặc đứng hỏi tại chỗ, tạm dùng danh từ "Hỏi ngay đắp thẳng".

Chúng ta học Phật pháp là để mình hỏi những điều hay để tu. Điều nữa là Pháp cú kinh là bộ kinh hay, Pháp cú kinh nằm trong Tiểu bộ kinh. Kinh tạng Pāli có 15 quyển: Ngạ Quỷ Sự, Thiên Cung Sự, Pháp Cú… Trong pháp cú có 423 câu kệ và có 26 phẩm, hình thành nên bộ Pháp cú kinh. Pháp cú kinh là 1 trong những bộ kinh được dịch ra nhiều tiếng nhất trên thế giới. Nơi nào có Phật giáo thì có Pháp cú kinh, tiếng Đức cũng có, Pháp cũng có, Anh cũng có, rất nhiều ngôn ngữ dịch Pháp cú kinh vì từng câu kệ mà lại có 423 câu lại có khoảng hơn 300 trường hợp mà Đức Phật thuyết ở nhiều góc cạnh khác nhau, nhiều trường hợp khác nhau.

Pháp cú kinh ở Việt nam, thập niên 50 có quyển Pháp cú kinh của HT Naranda, hồi xưa Ngài hay thuyết pháp tại hội trường này, Ngài là người Tích Lan. Quyển pháp cú của Ngài hay ở chỗ là có câu kệ bằng Anh, Pali và có chú thích, có tích truyện. Cho nên, quyển đó được cư sĩ Phạm Kim Khánh dịch,

---

4. Giảng đường: chùa Xá Lợi, quận 3 Tp. HCM ngày 15/8/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

tới giờ vẫn còn hay vì mình đọc câu kệ có những phần chú thích để mình hiểu, có chuyện chứng minh Phật giảng ở đâu, giảng cho ai, nội dung thế nào. Sau đó, HT Minh Châu dịch 423 câu kệ theo dạng thơ 5 chữ. HT Thiện Siêu ngoài Huế cũng dịch. Về thơ Pháp cú thì người đầu tiên là nhà thơ Tâm Cao, quê Bình Định. Nhà thơ Tâm Cao phổ thơ trong 423, chỉ phổ hơn ½ rồi sau bịnh duyên mất, công trình lỡ dở. Bút văn của Tâm Cao hay, dễ nhớ dễ hiểu và gần gũi với chúng ta, ví dụ như:

"Trẻ không sớm biết tu hành
Chẳng lo tài sản
để dành mai sau!
Cò già ủ rủ bên ao
Cá tôm chẳng có
xanh xao chết mòn!
Trẻ không sớm biết tu hành
Chẳng lo tài sản
để dành mai sau
Như cung vô dụng gãy đầu
Nhìn về dĩ vãng
rầu rầu thở than!"

"Vui thay phụng dưỡng mẹ cha,
Sa môn phụng dưỡng được rày vui hơn
Vui thay phụng dưỡng thánh nhân
Thế gian tắm gội nguồn ơn suối lành."

Khoảng 30 năm sau khi ông mất, có nhà thơ Minh Đức Triều Tâm Ảnh là một vị sư Nam tông ngoài Huế có bút pháp tuyệt vời đã phổ lục bát đầy đủ, in phổ biến và lấy tên 'Kinh lời

vàng'. Trong quyển kinh lời vàng này có những câu thơ của nhà thơ Tâm Cao, mà nhà thơ Giới Đức giữ nguyên lại, để là thơ Tâm Cao, có lẽ nhớ lại kỷ niệm người xưa, cũng có thể bút pháp của Tâm Cao vượt thời gian. Minh Đức Triều Tâm Ảnh xuất thân từ nhà giáo nên văn thơ hay, việc phổ thơ lục bát cho Kinh Lời vàng là để lại dấu ấn thời gian. Rồi sau này có HT Giác Toàn phổ nhưng bút pháp theo phong cách miền Nam chân chất, giản dị, dễ hiểu, dễ nhớ. Thường người Huế làm thơ có hồn thơ. Mà thơ hay ở chỗ là có hồn. Nếu mình không khéo thì mình phổ đủ niêm luật thành ra kệ chứ không phải thơ. Hồn thơ phải trừu tượng bóng bẩy, có chất bay bổng, ẩn dụ, so sánh nhiều, đặng ý quên lời. Gần đây, TT Thích Nhật Từ cũng phổ thơ 7 chữ, lục bát. Còn HT Thích Trí Quang có in một tác phẩm "Đọc lại Pháp cú kinh", quý vị nào chưa biết quyển đó thì tìm mà nghiên cứu. HT Thanh Hùng cũng có dịch và phổ thơ Pháp cú kinh.

Thiên tài không bằng tài liệu, tài liệu không bằng tài chánh. Có tài chánh mới mua được. Nhưng còn bộ nữa đó là chú giải Pháp cú kinh, quyển này có khoảng 5 tập của HT Thích Pháp Minh để chúng ta học câu kệ nào thì mình tìm hiểu xuất xứ của nó, giảng ở đâu, giảng cho ai và giảng trong trường hợp nào, rồi Ngài kể lại câu chuyện tiền thân. Quyển của HT Pháp Minh dịch từ bản tiếng Thái Lan, gọi là Pāli-Thái. Còn 1 quyển những tích truyện Pháp cú kinh do Thiền viện Viên Chiếu xuất bản, quyển này dịch từ bản tiếng Anh sau đó được xuất bản phổ biến. Cho nên, quý vị nên có quyển này để tìm hiểu. Nếu quý vị nào có lên mạng thì có hết, lên đó xem khỏi tốn tiền. Một quyển cuối mà chúng tôi muốn giới thiệu là Kinh Pháp Cú Lược Giải, biên dịch Tỳ khưu

Đức Hiền. Quyển này dày khoảng 700 trang, nó hay ở chỗ là có chiết tự Pāli, có giải thích từ vựng Pāli. Theo chúng tôi biết quyển này lấy ý tưởng của tác phẩm giáo sư Ấn Độ Dr. Sarao. Chúng tôi có bản gốc tiếng Anh, thì bản của Tk Đức Hiền biên soạn đa số lấy từ đây ra, là công trình biên khảo để ông dạy ở Đại học New Delhi. Cho nên, tham gia lớp này học là điều kiện thuận lợi để chiêm nghiệm. Có 1 số chùa ở Hải ngoại, lấy Pháp cú kinh đánh từng câu rồi để cho Phật tử đi chùa hái lộc, đọc lên: "quanh năm bố thí cúng dường/ không bằng giây phút kính dường thánh tăng". Hái lộc là phương tiện tốt để hoằng pháp bằng kinh Pháp cú, điềm lành cho năm của mình giống như bói Kiều.

Trên đây, chúng tôi tạm sơ lược cho quí vị rõ về Pháp cú kinh. Bây giờ chúng tôi sẽ dành thời gian để chúng ta cùng đàm luận về các vần thơ câu kệ trong Kinh Pháp Cú.

Hỏi: Con xin thầy giải thích rõ cho con biết về môn tổ sư thiền và câu tham thoại đầu.

Trả lời: Trước hết quí vị nên phân biệt tổ sư thiền khác với Như Lai thiền thế nào? Như Lai thiền có nhiều tên gọi khác nhau. Thiền của Phật có tên Tứ niệm xứ và có nhiều danh xưng như Thiền quán, thiền Chánh niệm. Ai là người đặt tên Như Lai thiền, chính là HT Minh Châu. Tại sao đặt vậy? Như Lai thiền để đối kháng lại với tổ sư thiền. Tại sao truyền thống Nguyên thủy không theo tổ sư thiền vì tu theo Phật thì mình theo Phật, Phật dạy Tứ niệm xứ thì mình hành tứ niệm xứ. Còn bên Đại thừa có nhiều pháp môn thiền vì từ các vị tổ sư thiền này. Mỗi vị tổ có pháp môn khác nhau, học thuyết khác nhau dựa trên kinh điển Phật nhưng vị tổ này lại hướng cho

người ta một pháp môn tu mà vị đó tâm đắc nhất. Vì vậy, tổ sư thiền có nhiều pháp môn khác nhau. Theo chúng tôi, giống như đi học ngoại ngữ, học tiếng Anh thì ngay bản xứ mình học thì phát âm chữ nào thì chính xác chữ đó; nếu không học ở xứ bản ngữ thì không đúng giọng nên nhiều khi gặp người bản ngữ thiệt nói không hiểu. Cho nên mình tìm ngay thiền gốc của Phật mà tu. Trong Phật giáo có 2 loại thiền định và thiền tuệ. Có 40 đề mục thiền định là đạt 4 thiền sắc giới và 4 vô sắc giới gọi là bát thiền. Thiền định này trong Phật giáo có và tôn giáo khác cũng có. Vì khi Phật bỏ cung vàng đi tu thì Bà-la-môn dạy cho Ngài thiền sắc giới và vô sắc giới. Vậy là bà-la-môn có bát thiền. Thiền vô sắc giới là vị đạt được thiền sắc giới: ly dục, ly bất thiện pháp chứng và trú thiền thứ nhất, sau đó tam, tứ, rồi có nền tảng sắc giới rồi tiếp tục tu không vô biên, thức vô biên v.v. Các vị ấy sau này trú vào và đó chính là tột đỉnh níp-bàn của bà-la-môn giáo, không dễ đạt. Thiền này của các tôn giáo nhưng Đức Phật chuẩn y và hướng theo Phật giáo chúng ta. Ngài nói chỉ đạt 8 thiền có thần thông nhưng vẫn luân hồi, vẫn còn ái, còn vô minh. Cho nên, loại thiền thứ 2 là Tứ niệm xứ: niệm thân, niệm thọ, quán các cảm thọ, niệm tâm: để mình biết tâm mình, tham, sân, si, tâm hoan hỷ, v.v. Đề mục 4 là niệm pháp: quán tứ đế, 5 uẩn, 5 triền cái, quán 6 ngoại xứ, quán 7 giác chi. Mục đích thiền tứ niệm xứ là sát trừ phiền não, chấm dứt sanh tử luân hồi. Loại thiền này mới là của đức Phật. Sau này thì thiền tứ niệm xứ mới có thêm từ thiền vipassana. "vi" - sâu sắc, nhiều; "pass" - thấy. Cho nên, thấy sâu sắc, thấy nhiều gọi là thiền tứ niệm xứ. Thế nào là thấy sâu sắc, thấy nhiều. Người hành giả quán thân thọ tâm pháp nhìn cho nhiều cho sâu, nhìn tứ phía. Giống như phiền não muốn thấy thì nhìn tâm. Nhìn

tâm, muốn thấy tâm thì mới im lặng. Cho nên, chúng tôi hoan hỷ là lớp này trước khi học là ngồi thiền vì thời gian ở nhà công việc nhiều quá, ồn ào quá nên không có thể ngồi thiền. Mình ngồi thiền im lặng để thấy tâm của mình. Quý vị mở số nhanh quá thì mình nhìn mình không thấy cánh quạt quay nhưng nếu mở số nhỏ thì thấy cánh quạt. Tâm mình cũng vậy, mình nhìn tâm mình chính yếu để thay đổi tâm mình. Mình mà không chú ý tâm, không thay đổi tâm thì cho dù mình ăn chay niệm Phật cũng không có ý nghĩa. Giống như con bò cũng ăn cỏ nhưng nó đâu có chuyển hóa. Cho nên, muốn tu là thay đổi. Muốn thay đổi thì phải có thiền. Trong ca dao: "Tham lam sân hận không chừa, bo bo gìn giữ tương dưa ích gì". Người thế gian bôi bác người ăn chay. Tại sao? Vì ăn chay mà dữ quá. Phật tu để sửa đổi thân, ý, khẩu. Muốn sửa đổi thì phải tập thiền, bắt buộc. Cho nên Tây phương thích thiền vipassana này vì pháp môn thiền giúp họ tu mọi lúc mọi nơi, từ đi, đứng, nằm, ngồi đều tu, và họ nhìn thấy được tâm của họ. Còn quý vị mà muốn biết sâu về tham thoại đầu thì nên tìm sách của HT Duy Lực để đọc và hiểu.

Hỏi: Kinh Pháp cú Phẩm Ngàn có câu "Ai sống một trăm năm/ Ác tuệ, không thiền đị**nh/ Tốt hơn sống một ngày/ Có tuệ, tu thiền định." Vậy triền cái là gì? Thiền định là như thế nào?**

Trả lời: Triền cái là chướng ngại. 5 chướng ngại trong khi ngồi thiền. Người hành giả mà khi nhận được đề mục ngồi thiền, nếu tu thiền định niệm 'Nam mô A Di Đà Phật' hay niệm 'Arahan Phật trọn lành' hay 'Sammāsambuddho', hay họ để ngọn lửa rồi ngó vô niệm lửa, lửa, hay để cục đất, niệm đất, đất, hay sổ tức quán thì 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 rồi ngược

lại. Mục đích niệm cho tâm trụ lại, hay niệm 32 thể trược đọc ngược đọc xuôi. Đây gọi là thiền định. Còn thiền quán thì người hành giả ngồi kiết già hoặc bán già mà trong kinh thì nói là ngồi kiết già. Muốn ngồi có pháp thì ngồi kiết già, là thế trụ tâm lẹ nhất gọi là thế kim cang tọa, hay thế hoa sen. Cho nên, ít có hôn trầm, hoặc ngồi có phép lạ nhúc nhích bay lên thì còn dính. Cho nên, ngồi kiết già lưng thẳng, chánh niệm.

Tu thiền bước đầu đều dính trong 5 triền cái. Ai vượt qua mới tiến bộ. Ngồi mà không thấy 5 triền cái thì cũng là ngồi sơ sơ.

"Khó nắm giữ, khinh động,
Theo các dục quay cuồng.
Lành thay, điều phục tâm;
Tâm điều, an lạc đến."

Triền cái thứ nhất là tham dục. Khi ngồi tâm vắng lặng thì nhớ người thương, là chồng là vợ là người yêu chưa cưới, thời hẹn hò, bao nhiêu mối tình bắt đầu điểm danh hết. Mà pháp này ức chế chúng ta trong suốt thời gian ngồi thiền nên gọi là tham dục. Đây là pháp chướng ngại đầu tiên. Nếu chưa định tâm, áp chế thì suốt trong thời gian ngồi bị hành hạ tâm, khống chế làm mình không tiến bộ được.

Khi mà hết tham dục thì tới sân hận, nhớ người mình ghét. Đối tượng mình ghét là thằng cha khó ưa phản bội mình, bà giựt hụi mình, người mượn tiền mình mà không trả, là người hứa người thề mà lại quên. Mình ngồi nhớ đến một câu của bà này hay người nào đó mà nhớ lại thì tức tối, khổ, không trụ tâm được. Khi nhớ người mình ghét bắt đầu cơn giật ào ào lên, đang ngồi niệm Phật, niệm hơi thở mà cục giận mạnh

quá áp mình nên suốt thời gian ngồi mình đối diện tâm sân. Giống như buổi sáng tâm hồn mình đang thoải mái mà có bà 8 nào alo kể chuyện ông này bà nọ thì đầu óc mình ô nhiễm luôn. Cho nên, tâm sân mình đau khổ. Thiền mình đối diện nó, thấy ghi nhận và phải buông bỏ.

"Mỗi ngày con học chữ buông,
Buông thương buông ghét buông buồn buông thương
Buông cho nó nhẹ người ơi
Buông cho lòng dạ thảnh thơi nhẹ nhàng"

Vì bản chất của thiền là buông. Người nào có khả năng buông thì nhẹ. Chúng ta ghi lòng câu thơ này:
"Tha thứ rồi sẽ nhẹ lòng
Hơn thua rồi sẽ mênh mông hận thù
Đời người đâu khác phù du
Một ngày rồi sẽ như thu úa tàn".

Triền cái thứ 3 là hôn trầm, buồn ngủ. Quý vị ngồi thiền có buồn ngủ không? Người nào chưa buồn ngủ thì chưa biết ngồi thiền. Bản chất của chúng ta là buồn ngủ. Ai cũng phải trải qua nhớ người thương, nhớ người ghét rồi buồn ngủ. Tức là chuyện tham dục, sân hận, hôn trầm là phải có. Tâm mình phải thấy, phải trải qua nhưng quan trọng là không dính. Buồn ngủ là chướng ngại do mình thiếu ngủ, rồi có người ngủ đủ rồi nhưng ngồi mới 5 phút là "phê", do buồn ngủ chi phối.

Thứ 4 là trạo hối hay trạo cử là mình nhớ lại những lầm lỗi của mình. Chẳng hạn có người phá thai rồi họ ngồi thiền họ nhớ cảnh tưởng đó, có người nhớ những lời nói mà mình đã nói bất hiếu với cha mẹ rồi ăn năn.

"Nghiệp làm không chánh thiện,
Làm rồi sanh ăn năn,
Mặt nhuốm lệ, khóc than,
Lãnh chịu quả dị thục."

Thứ 5 là nghi triền cái. Nghi: nghi có Phật, pháp, tăng, pháp hành hay không, nghi ông thầy có dạy đúng hay không, nghĩ ngồi đây chi vậy, ở nhà muốn nói lúc nào mình nói, vô đây không cho nói. Nghi về Tam Bảo, pháp hành, học giới là nghi tai họa.

"Ai quy y Đức Phật,
Chánh pháp và chư tăng,
Ai dùng chánh tri kiến,
Thấy được bốn Thánh đế."

Như vậy, hành giả ngồi thiền phải trải qua 5 triền cái này, chiêm nghiệm, biết 5 triền cái này. Mình mà không thấy là không được vì triền cái có đây là mục đích người hành thiền để tâm an trụ vắng lặng, tâm bớt phiền não, tham sân si, mình ngồi thì những cái này sẽ đến, giống như quý vị đang lái xe thấy nhà cửa, người đi ngược chiều, mình thấy người bên đường. Thấy thì cứ thấy, nghe biết nghe, nhưng quý vị phải điều khiển chiếc xe chứ thấy mà nhận xét người đó mập quá, đẹp quá là tai nạn. Giống như chúng tôi đang ngồi giảng pháp nhìn qua nhìn lại thì ngó vậy thôi chứ nhìn mà nghĩ người này thế này thế kia là phóng tâm nói bậy. Nhiệm vụ chính là chánh niệm ghi nhận những gì xảy ra trong giờ phút hiện tại, luôn luôn tỉnh giác. Người luôn tỉnh giác phải có chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.

"Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Ý vui tu thiền quán."

Còn làm sao cho hết buồn ngủ? Thì mỗi người có cách khác nhau. Một là thay đổi oai nghi. Chúng tôi có đọc quyển sách của vị sư khác có kể lại giai đoạn ông ngồi thiền bị hôn trầm chiếm 80% nhưng sau đó ông khắc phục bằng cách ông tìm mỏm đá cheo leo lên ngồi, ông lên ngồi nói: phải định tâm, nếu không thì té chết. Do đó hết buồn ngủ, ông giờ là thiền sư. Ông và một số vị nữa kết hợp y học và tâm lý học trong việc dạy thiền nổi tiếng ở Hoa Kỳ. Người ta theo học rất đông. Ông có quyển sách giới thiệu 12 vị thiền sư nổi tiếng của Phật giáo Nguyên Thuỷ. Ông nói: những người ngồi thiền, lúc mình hôn trầm thì có biết mình hôn trầm không? Thật ra quý vị nói mình buồn ngủ mình biết cũng đúng, nhưng thật ra mình đâu biết. Lúc mình buồn ngủ thì mình không biết, lúc mình gật thì mình mới biết. Mình biết mình buồn ngủ là mình phê mấy cái rồi vì tâm mình đi nhanh quá, mình không bắt được cảnh hiện tại. Mình nói mình có chánh niệm, tỉnh giác nhưng chưa đâu, phàm phu mình chưa. Chánh niệm là biết những gì xảy ra trong hiện tại.

Có vị học trò đi hành thiền lâu về thăm thầy, ông thầy hỏi: lúc vô để dép bên phải hay trái. Nghe thầy hỏi thì giựt mình. Ý ông thầy nói tu phải có chánh niệm. Nói là thiền tứ niệm xứ là ăn nhai biết thì biết hàm nào nhai, hàm trên hay dưới? Tức là mình nhai mình phải chánh niệm, chánh niệm thì mình biết để ý.

Một vị hành giả ngồi thiền phải trải qua 5 triền cái đó. Mình đã khống chế, lắng đọng 5 triền cái này thì lúc đó có 5 thiền chi. Thế nào là 5 thiền chi? Tức là tầm, tứ, hỷ, lạc, định. Người nào có 5 chi thiền này là đang tiến bộ đó. 5 chi thiền này có thì 5 triền cái kia lắng xuống. Còn mình ngồi thiền mà 5 triền cái còn nổi thì 5 chi thiền chìm. Giống như thiện nổi lên thì ác chìm, ác nổi thì thiện chìm, mặt trời lên thì bóng tối chìm. Trong kinh ví dụ: có con ong rời khỏi tổ "bay đến bông" ám chỉ "tầm". Tầm là hướng đến. "Tứ" là "đậu lên cái bông". Con ong "hút mật thấy ngon" là "hỷ", rồi "lạc". Rồi khi "say mê trong nhụy hoa" là "định". Chẳng hạn khi nghe câu nào đó mình vui là hỷ. Về nhà mình nghĩ lại, rồi nghiệm cảm thấy thoải mái là lạc. Con người chúng ta như cái USB, nó có dung lượng chứa. Nguyên ngày mình hưởng ngũ dục mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, rồi đêm về phải ngủ cho lắng xuống. Người không bình thường do suy nghĩ của họ hết sức tưởng tượng, đêm không ngủ. Cho nên mình phải ngủ giống như mình phải bỏ, biết thu nhận cái nào cho nhẹ.

"Như đá tảng kiên cố,
Không gió nào lay động,
Cũng vậy, giữa khen chê,
Người trí không giao động."

Câu hỏi: Làm sao quán được thân, thọ, tâm, pháp?

Trả lời: Đức Phật dạy: "Hãy tự mình thắp đuốc lên mà đi, thắp lên với chánh pháp". Thật ra thân, thọ, tâm, pháp là 4 đề mục lấy chánh niệm tỉnh giác làm mục đích. Tức là mục đích của quán là đạt vô tham, vô sân, vô si. Chìa khóa niệm

chính là chánh niệm. Trong 4 đề mục này, nhưng chỉ niệm một đề mục. Thân: oai nghi, đi - đứng - ngồi - nằm. Cảm thọ: vui - buồn, không vui - không buồn. Niệm tâm: ngồi thấy tâm phóng túng, suy nghĩ, nhớ người thương người ghét. 4 đề mục này chỉ niệm thành tựu một thì mấy cái khác đi theo. Chẳng hạn niệm thân: thở vào thở ra biết, chỉ theo dõi hơi thở thôi, mấy cái khác không quan tâm. Đến lúc ngồi hơi lâu thì đau, tê, nhức buốt, lúc bấy giờ mới hay biết đau, hay biết tê, rồi quán chiếu tâm mình khởi lên như thế nào. Rồi lúc bấy giờ chịu không nổi thì đứng lên đi. Lúc đó cảm thấy khỏe, an lạc, thoát nạn. Những cảm thọ pháp sanh thế nào thì ghi nhận thế đó. Mình biết ghi nhận nhưng không dính mắc, không phân tích, không so sánh. Nếu niệm thọ thì trong lúc đó có tâm, rồi có pháp trong đó. Bên Miến có 4 trường thiền. Trường thiền Shee oo Min dạy tâm, trường thiền Mahasi dạy niệm thân, Trường thiền Upakhin, Goenka dạy pháp môn niệm thọ, trường thiền của Ottama thì dạy pháp. Nên lúc thiền, thiền sư thuyết pháp liên tục. Có người hỏi tại sao tứ niệm xứ là vị này dạy thế kia thế nọ nhưng mục đích 4 trường thiền này là ly tham, sân, si; hướng tâm hành giả thấy rõ tam tướng: vô thường, khổ, vô ngã. Phương pháp thì khác nhau. Mục đích thì giống nhau. Vị này lấy thân làm chính, vị kia lấy thọ là chính. Giống như chỉ đường lên Phước Sơn, có người chỉ ra cầu Bình Triệu nhưng có người chỉ đi cầu Sài Gòn, có người chỉ lên cao tốc, cách nào cũng được, nhiều phương cách đi. Mỗi người có cái quen và hay biết của mình để đi. Như vậy thì 4 đề mục mình thấy cái nào tâm đắc nhất thì áp dụng tu. Có cái này thì có cái kia. Giống như giới định tuệ, cái này có thì cái kia có, cái này sanh thì cái kia sanh. Nó là pháp tương quan. Giống như thành tựu pháp bố thí thì trong đó có: tinh

tấn, nhẫn nại, tâm từ, tâm xả, có giữ giới. Quý vị thành tựu một pháp độ thì mấy cái kia đi theo.

Câu hỏi: Có người dạy khi bố thí xong mình nhớ lại để hoan hỷ, có người dạy thì hãy quên đi. Con không biết nên thế nào?

Trả lời: Bố thí – "Dana" là cho ra, không tiếc. Cho ra mong cầu quả này quả kia gọi là pháp hữu lậu, cho mà không mong cầu là vô lậu. Đức Phật khuyến khích pháp này. Bố thí có 3 điều kiện: vật thí, đối tượng thí, tâm thí. Đây là những điều phải có thì mới có phước, mới cao thượng. Làm phước hội đủ 3 điều kiện ấy giống như mình trồng cây có đủ mùa màng, thời tiết, có trái nhiều năm nhiều tháng nhiều ngày. Việc bố thí làm đúng pháp thì phước cũng nhiều như thế đó. Muốn thành Phật thì phải bố thí. Vì bố thí là "đường tu bố thí đứng đầu" để mình bỏ lòng tham của mình. Chẳng hạn mình không giải thoát được do mình tham, bỏ tham để giải thoát. Tại sao bồ tát phải bố thí vợ, con. Trong bố thí độ có câu: "Itipso bhagava dana Parami, Dana upaparami, Dana Paramattha Parami", nghĩa là bố thí bờ kia, bờ trên và bờ cao thượng. Bờ kia là tiền bạc, của cải, vợ con; Bố thí bờ trên: cơ thể, mắt, tay; Bố thí bờ cao thượng: mạng sống. Bố thí bờ kia trở thành A-la-hán thinh văn, bờ trên thành Độc giác, bờ cao thượng thành Chánh đẳng giác. Như vậy phải qua 3 bước. Bước đầu phải bố thí tiền bạc, vợ con vì đó là sự trói buộc. Nếu cho đi không thương tiếc, không dính mắc, không tham đắm mới đắc đạo được, vậy mới cắt ái. Đắc đạo đắc quả là cắt ái, còn ái thì còn trầm luân. Cho nên, mình phải cho hết. Bây giờ mình là Phật tử thì mình cao siêu rồi, hồi xưa muốn cho khó lắm, ăn không ăn mà tối ngày lo cúng, người tin nhân quả rồi thì

bố thí. Ngộ 1 điều là bố thí càng nhiều thì phước càng nhiều. Như TT Bửu Chánh, tại sao đệ tử đông, tại sao mạnh thường quân theo Ngài nhiều quá. Chúng tôi đi Mỹ, thấy TT móc tiền cho mấy người da đen. Chúng tôi hỏi tại sao thì TT nói mình là bậc xuất gia thì phải nêu cao tâm từ bi và hạnh bố thí. Những người đi học, thấy TT đều cho tiền, không ít thì nhiều. Người con Phật thì phải có tâm bố thí.

Mình phải có vật thí để bố thí. Ví dụ người nào hôm nay cúng ly nước cho giảng sư, rồi chúng tôi uống, thì người đó thành tựu pháp bố thí. Ly nước là vật thí. Giỏ hoa này ai mua vô bố thí là vật thí. Bố thí hoa, y phục cho sắc đẹp. Mình bố thí hoa cho hội trường sau này làm hoa hậu thế giới, bố thí hoa cho lớp học thì sau này làm hoa hậu Việt Nam. Bố thí đèn cho mắt sáng, bố thí xe cho an vui, y phục cho sắc đẹp, bố thí vật vừa lòng được vật vừa lòng, bố thí vật quý trọng được vật quý trọng, đi đến nơi quý trọng.

Đối tượng thí là sao? Ví dụ quý vị cúng nước cho quý sư, người xuất gia đại diện cho Tam Bảo. Cho nên, ông sư đi ngoài đường cũng bị ngó dữ lắm. Thời buổi này còn người đi tu, thấy vậy nên tối về lật đật thắp nhang gia tiên. Bố thí cho thú: 500 kiếp không nghèo. Bố thí cho người có phước hơn, bố thí cho người có giới có phước hơn nữa, bố thí cho người xuất gia có phước hơn nữa, bố thí cho tăng đoàn lại có phước nhiều hơn nữa. Người nghèo do phước mỏng và tâm ích kỷ quá cao nên trổ quả nghèo. Như vậy, có người nói mình đi làm từ thiện có phước không? Có. Bố thí cho người sáng đi xin chiều đi nhậu vẫn có phước. Cho nên, có bố thí là có phước.

Tâm thí là trước khi làm hoan hỷ, trong khi làm hoan hỷ, sau khi làm hoan hỷ. Cho nên câu hỏi này nên hoan hỷ. Bố thí xong mà nghe chùa này không đàng hoàng, tiếc của là mất phước. Mình bố thí là mình có phước, còn người kia sao thì kệ họ. Cho nên, tâm mình phải hoan hỷ.

Vậy hôm nay không học pháp cú mà học theo dạng hỏi đáp trong Pháp cú kinh. Tán dương công đức quý vị mặc dù hôm nay mưa nhưng vẫn đến đông đủ. Xin cầu nguyện cho quý vị được thân tâm an lạc, thành tựu các pháp thiện./.

5. BÓNG MÁT GIÀ LAM[5]

Chúng tôi được Thượng toạ Tiến sĩ Thích Minh Nhẫn – thuộc Ban tổ chức khóa Bồi dưỡng trụ trì mời đến chia sẻ một thời thuyết giảng. Đây là cơ hội tốt cho các vị trụ trì tham gia đúc rút kinh nghiệm nhằm quản lý và phát triển ngôi chùa của mình cho tốt hơn. Thật ra các vị ở đây từng là trụ trì nhiều năm nên đủ kinh nghiệm, đủ điều kiện điều hành tốt các hoạt động tại chùa. Trong dịp này, chúng tôi chia sẻ thêm một số kinh nghiệm của chúng tôi.

Chúng tôi xin được tự giới thiệu mình đã sáng lập hơn bảy ngôi chùa ở nhiều tỉnh thành khác nhau. Nói ra thì có vẻ hơi ngạo mạn chút xíu, đây là 'sáng lập' chứ không phải 'kế thừa'. Lập một ngôi chùa mới để Tăng Ni tu học phước đức vô lượng vô biên. Hôm nay, chúng tôi nói lên kinh nghiệm của mình để chúng ta cùng nhau trao đổi. Chúng tôi tâm sự với Thượng toạ Minh Nhẫn, Thượng tọa cũng thành lập hơn cả chục ngôi chùa lớn nhỏ. Sáng nay, chúng tôi có giảng bên Tịnh xá Ngọc Tâm. Ban đầu cũng không hình dung ra tịnh xá ấy tròn méo, cao thấp ra sao nhưng đến khi đến nơi thì mới biết được chùa xây to quá, bằng gỗ, đất rộng mênh mông, phong cảnh nên thơ hữu tình. Được biết ni sư trụ trì cũng có ba ngôi chùa. Một ngôi ở Vĩnh Long, một ngôi ở phường 9 Vũng Tàu. Nếu chúng ta có từng làm trụ trì, làm chùa thì mới thấy nỗi khổ của trụ trì. Thiên hạ nói làm trụ trì sao khổ được, làm trụ trì sướng lắm. Lại có người nói làm trụ trì khổ chết đi

5. Giảng đường: chùa Phật Quang tỉnh Kiên Giang, khóa Bồi dưỡng trụ trì ngày 28/7/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

được. Thế đấy, ai cũng chê làm trụ trì là khổ nhưng tâm mình cứ nghĩ làm trụ trì là sướng đi. Trong buổi lễ thì cái gì ngon nhất là mình được ăn, mâm cơm trụ trì là ngon nhất, cái gì ngon là Phật tử dâng cho trụ trì ăn. Cứ nhìn mâm cơm là biết làm trụ trì sướng như thế nào rồi. Thế nhưng, có nhiều khi nỗi lo của mình lớn quá, nỗi sợ quá nhiều, đến mức đồ ăn ngon đấy nhưng mình cũng ăn không vô.

Chúng tôi có quen Cha xứ, các sơ trong nhà thờ. Nhiều khi chúng tôi có nói chuyện với họ xem bên đó có khổ như bên mình không. Quản lý chùa hay nhà thờ đều giống nhau, chỉ khác ở cái tên gọi chức danh mà thôi. Bên đó gọi là cha xứ, bên mình gọi là trụ trì nên cũng có nỗi khổ giống nhau, nỗi lo giống nhau. Mỗi lần chúng tôi gặp quý cha bên đó thì cũng kể chuyện vui mà ý vị của người kể chuyện vui nhằm nêu cao vai trò của người cha xứ. Có kỳ ông kể cho chúng tôi nghe câu chuyện. Cha nói các thầy gặp nhau thì A di đà phật, ăn chay, còn tôi thì không vậy; mấy thầy nói ăn chay niệm Phật thì cái gì cũng linh; tôi không ăn chay niệm Phật mà không biết trời xui đất khiến thế nào mà cũng linh lắm. Ông cha xứ đâu biết chúng tôi bên Nam Tông đâu. Tôi hỏi tại sao linh vậy. Ổng nói có nhiều khi mình làm cha xứ thì miệng mình linh lắm. Cho nên mình thấy ổng kể chuyện gì đều nêu cao vai trò cha xứ lên. Ông cha nói rằng có lần, thầy biết không, sáng sớm tôi mở cửa nhà thờ ra thấy người địa phương tự nhiên bao vây kín nhà thờ hết. Họ nói cha làm gì thì làm chứ tội phạm bên trong nhà thờ của cha đó. Tụi tui đuổi bắt nó thì nó nhảy lên cái cây ở nhà thờ cha đó. Tụi tui bắc loa kêu xuống mà nó không xuống, vậy bây giờ thì cha kêu nó xuống đi. Ông cha nói tui đâu biết phải làm gì cho hắn xuống đâu

rồi ông cha làm dấu thánh giá trước ngực thì tự nhiên tên tội phạm tuột cái vèo xuống. Họ hỏi tại sao nãy giờ tao kêu mày rát cả cổ họng mà mày không xuống? Nó nói trên cao gió vèo vèo có nghe thấy gì đâu, tự nhiên thấy ông áo đen này ra hiệu nói xuống không, không xuống tao đốn. Chúng tôi cũng không hiểu lúc đó cha cố làm dấu kiểu gì mà tên ăn trộm hiểu ra là đốn cây mà tuột xuống nữa. Có thể là chư thiên hay thần linh ở khu vực đó biến hóa ảo giác sao đó cho tên ăn trộm hiểu lầm cũng nên. Nói đến điều này mình mới nghiệm ra rằng tất cả chúng ta đều làm các công tác tôn giáo, đều quản lý chùa, quản lý nhà thờ, mỗi bên đều có tín ngưỡng riêng, nên làm riết nó linh. Cho nên mình là trụ trì mà người trụ trì thành tâm chút xíu, tu niệm chút xíu thì khi mình muốn làm gì cũng được. Tôi nghĩ ni sư này "thân gái dặm trường" mà sao làm được ngôi chùa cao quá. Tôi ngồi giảng mà ngó kên mỏi cả cổ luôn. Ni sư này tiền đâu mà nhiều quá. Đúng là trụ trì này có tầm. Còn nếu mình làm trụ trì mà xây cái chùa thấp tè thì đời sau bị đập bỏ xây lại. Ni sư Ngọc Tâm xây cái giảng đường, theo tôi nghĩ ba đời trụ trì, năm đời trụ trì sau càng nhìn càng phải kính nể. Cho nên ni sư này đúng là có năm 'T'. Năm 'T' là gì? Đó là: Tâm, tầm, tẩm, tổ, tiền. Tức là phải có tầm. Mình làm đơn giản quá không được. Nhưng mà phải có tiền. Quý vị biết đời tu mình làm gì có tiền. Cho nên có phước, có đức là có tất cả. Mình làm Phật sự thì không sợ không có tiền. Chùa Phật Quang này cách đây tám năm về trước, chúng tôi có được mời đến thuyết giảng những lớp Phật giáo trong đời thường. Tôi nhớ lúc ấy sư ông vẫn còn. Tôi nhớ hồi đó làm lễ trước sân chứ chưa khang trang như bây giờ. Trong kiếm hiệp nói ba ngày không gặp nhau là võ công khác. Bây giờ sau tám năm xuống không biết đường

đi luôn, nhiều phòng quá. Nếu không có tâm, không có tầm thì không làm được. Có những trụ trì có tiền bỏ nhà băng rất nhiều nhưng không dám làm. Nhưng nếu ta dám vận động tất cả, bỏ ra làm tất cả thì mới xứng đáng. Chúng ta làm trụ trì có phước đức nhiều thì long thần, hộ pháp quy tụ. Phước không đầy đủ thì khó thực hiện được.

Nhằm tạo công đức và phát triển Phật giáo Việt Nam, chúng tôi đi Singapore, mỗi lần qua đó tổ chức thuyết pháp quy y, đến nay có gần 100 Phật tử thuần thành. Tại Singapore tới bây giờ chưa có ngôi chùa Việt nào. Nên tôi có ý định thành lập hội Phật tử Việt Nam tại Singapore làm tiền đề sau này phát triển Phật giáo Việt Nam bên đó. Tại sao làm được vì họ đang có lòng tin theo Phật giáo. Chúng tôi có độ những phật tử mà bây giờ họ trong ban điều hành để thành lập Hội phật tử Việt Nam bên đó. Gia đình này có nhờ chúng tôi thỉnh Chư tăng tụng kinh cầu siêu cho thai nhi. Gia đình có các vong thai nhi theo, mục đích cúng cầu siêu, đặt pháp danh và gởi các vong linh ở chùa Bửu Quang. Nhờ sự tế độ thành công ấy mà hội người Việt bên đó tin tưởng đến Phật giáo. Nhiều khi nghĩ không phải là do chúng ta có phép lạ gì, cũng không phải là thầy pháp cao siêu mà chính là chúng ta xây chùa nhiều, tạo điều kiện tu học cho tăng ni nhiều, thường công phu bái sám, hành thiền niệm Phật nên long thần hộ pháp phù hộ.

Có lần, khi đang xây chùa bên Ấn Độ thì bị hết tiền. Có bà cụ đó đi vô chùa gặp chúng tôi nói: sư giúp con tụng kinh bán dùm cái nhà, nhà kêu bán ba năm nhưng chưa có người mua. Tôi nói có bài kinh nào bán nhà đâu mà tụng hả bà. Bà đó không tin, cứ khẳng định rằng nghe nói sư có phép lạ bán nhà. Chúng tôi bảo rằng nếu có thì thầy đâu ngồi đây

mà lo nghĩ nhiều đâu. Mình nói vậy nhưng bà cụ không thối chí, bảo thầy cứ nhận lời con đi, con ghi tên hết rồi, nếu bán được thì con hậu tạ đậm. Chúng tôi nghe nói hậu tạ mà hậu tạ đậm nữa nên cũng bất ngờ với cái cách hậu tạ của bà đó. Tôi thầm nghĩ chắc duyên đến rồi, tôi hoan hỷ nhận lời. Tôi nói: thôi được rồi bà đưa danh sách cho sư, sư chỉ thành tâm cầu nguyện bán nhà, còn việc bán được hay không là hên xui thôi nha. Chúng tôi đâu có chắc những việc này, nên nói thêm câu hên xui vào cho nhẹ tội chứ nếu không thì người ta nghe được, tưởng mình bày trò mê tín dị đoan rồi sao. Ngay lúc đó, chúng tôi nhận tên tuổi của bà cụ đó thì tự nhiên tâm mình nhớ đến ông chồng đã chết của bà. Ông chồng cũng là phật tử của chùa. Tôi dặn bà rằng sư nhận thì sư cầu nguyện chia phước cho nhưng bà nhớ đốt nhang cho chồng bà hằng ngày và nguyện rằng anh ơi anh, anh chết rồi nhưng em muốn bán nhà này để lo cho được công việc, bán được thì em cúng chùa hồi hướng cho anh để anh mau siêu sanh nhàn cảnh. Nhiều khi người chết họ luyến ái tài sản của mình nên không siêu thoát được. Lúc đó, dường như có ổng hay ai đó giục mình căn dặn bà đó như vậy. Chúng tôi nói bà về bà cầu nguyện như vậy, sư ở đây cũng tụng kinh cầu nguyện. Sau đúng bảy ngày, tự nhiên có ông khách đặt cọc mua. Bán nhà xong thì bà cụ dắt con cháu dâu rể lên cúng chùa. Chúng tôi cầm tiền cúng dường mà không hiểu mình có bùa gì mà linh quá, kỳ này thì chùa Đại Lộc - Ấn Độ được tiếp tục thi công tiếp nữa rồi.

Kể cho quý vị nghe chuyện này để thấy rằng có những phước duyên trùng hợp một cách ngẫu nhiên kỳ lạ mà mình cũng không hiểu tại sao. Có lẽ là do cái phước thiện của chùa Đại Lộc trổ, phước của sư Tường Quang trụ trì bên đó đến nên xui

khiến có bà cụ đến hậu tạ đậm như vậy. Chúng tôi thấy mình làm phước, lập chùa, xây tháp, nuôi chúng tăng thì phước nhiều lắm. Cho nên quý vị ở đây là người lãnh đạo tinh thần tiêu biểu của Giáo hội Phật giáo Việt Nam tỉnh Kiên Giang. Phật giáo tỉnh nơi đây mạnh hay yếu, tín đồ đông hay ít là do trách nhiệm của quý vị rất lớn. Như vậy, quý vị phải có tâm để phát triển ngôi chùa của mình. Do đó, quý vị phải xây dựng chùa cho tốt, nuôi chúng tăng nhiều, cho nhiều người quy y để làm chất liệu tốt cho Giáo hội tỉnh Kiên Giáng phát triển. Nếu quý vị không có định hướng rõ ràng, không có lập trường kiên định, không có đào tạo đội ngũ kế thừa thì sau này thành phần trí thức của mình ít, sự ảnh hưởng, phát triển yếu.

Sáng nay, chúng tôi thấy ni sư này có tâm phát triển tốt. Một ngôi chùa Khất Sĩ mà tổ chức khóa hạ của một tỉnh. Chúng tôi thấy bên ni của truyền thống Bắc tông cùng an cư bên đó thì cực kỳ quý, phải tổ chức như vậy thì mới mạnh được. Cho nên, ngay tại ngôi chùa chúng ta phải xây dựng cho khang trang, nuôi nhiều tăng chúng trong chùa và phải cho ăn học tới nơi tới chốn. Mà muốn được như vậy thì mình phải có tâm đại bi, bồ tát. Cho nên mình phải có tâm thật lớn thì mới chiêu hiền đãi sĩ được. Mình phải có tâm bao la thì mình mới đủ khả năng thông cảm và tha thứ cho chúng tăng trong chùa. Mình làm trụ trì thì phải có tâm định để kiên định lập trường chứ mình không có lập trường, thay đổi lung tung, người ta ở với mình người ta cũng nản. Mình làm trụ trì thì phải có tâm sáng để phân biệt chánh tà nếu không thì bị mấy bà tám gạt. Nghe người ta thưa thế này, nói thế kia, nếu mình không có tâm sáng thì dễ xử oan cho học trò mình và những người khác. Cho nên đức trụ trì lớn vô cùng vô tận. Chúng ta phải tu

học, thể hiện vai trò trụ trì ngoài việc giữ chùa mình còn phải nhắm đến phát triển ngôi chùa khác chứ không co cụm hoài một chỗ. Có điều kiện thì lập ngôi chùa khác, sử dụng tiền phật tử cúng dường cung ứng cho ngôi chùa khác. Trong tiểu sử Bồ tát Thích Quảng Đức ông lập 16 ngôi chùa. Lập chùa khó lắm nên quý vị nào có duyên lập thì cứ lập. Lập chùa cho bá gia bá tánh tu học thì phước vô lượng vô biên. Suốt cuộc đời tu của mình mà chưa độ được người đệ tử nào xuất gia, quy y Tam Bảo, chưa in sách ấn tống thì cũng rất uổng. Chúng ta có khả năng trong lãnh vực nào thì chúng ta cứ phát huy tối đa bằng cái tâm kiên định.

Người trụ trì chỉ cần có đức tu thôi. Bên trong phải tu hành, bên ngoài phải có gương mặt tươi cười, vui vẻ. Nếu làm trụ trì mà quanh năm suốt tháng không cười thì mau già lắm. Quanh năm không cười với đệ tử thì họ cũng ngộp thở với mình. Cho nên lâu lâu nhớ phải bỏ vai trò cao siêu của mình đi mà thân thiện với học trò mình. Làm trụ trì mà mặt hằm hằm giống như người ta ăn hết tiền; người ta đến xin xuất gia không cho mà còn ngó chân, ngó cẳng, ngó tay thì đảm bảo trụ trì chừng mười năm sẽ bịnh tăng xông tiểu đường hết. Có bà cụ sống bên Nhật 120 tuổi, ký giả hỏi bà bí quyết sống lâu thì bà chỉ nói có hai điều: một là thường xuyên nói chuyện dí dỏm và hai là thường xuyên cám ơn và xin lỗi. Theo văn hóa Tây phương thì xin lỗi và cám ơn rất phổ thông. Cho nên chúng ta phải học những điều hay lẽ phải đó. Những điều lầm lỗi, vụng về phải được xin lỗi. Xin lỗi không phải là hạ thấp mà là đang hướng lên. Chúng ta phải thường xuyên nói cám ơn và chúc phúc vì ta thường xuyên cám ơn và xin lỗi thì ta sẽ quên đi ích kỷ nhỏ mọn, tật đố. Xin lỗi, cám ơn sẽ giúp

tâm mình nhẹ. Trong nhà Phật, có hai ngày lễ Phát lồ Bố tát, hai ngày này là để sám hối và xin lỗi với những người bạn đồng phạm hạnh về những lỗi phạm nhỏ của mình trong thời gian qua. Nghi thức này, Đức Phật đã chế định trong luật tạng Pali. Hằng ngày, chúng ta va chạm nhiều cho nên chúng ta đừng nên tiết kiệm lời cám ơn và xin lỗi.

Cuộc sống hằng ngày cần nụ cười và sự dí dỏm. Có sự dí dỏm vui vẻ sẽ làm con người ta sảng khoái an lạc. Cho nên các Ni trưởng, Ni sư lâu lâu cũng mỉm cười một cái với các ni cô trong chùa. Nhiều khi sống ngoài đời cực khổ quá nên các ni cô mới bỏ nhà đi tu. Đời khổ, bỏ vào chùa mà không có tiếng cười thì tội cho người ta. Trong cuộc sống, sự thông cảm, quan tâm là chất liệu rất cần thiết cho người học trò sống trong thiền môn. Giống như trong chùa trồng cỏ, trồng bông hoa mà không tưới thì hoa héo cỏ tàn lụi. Những người xung quanh mà không được ta quan tâm, hỏi thăm, chăm sóc thì họ cũng buồn, héo như bông hoa vậy.

Có nhiều vị trụ trì ít đi đâu, suốt ngày chỉ ở trong chùa. Lý do là vì sợ mình đi thì chúng ở chùa quậy, mình đi thì chúng không làm tốt công chuyện, có mình thì tốt. Nhưng điều này nhiều khi sai. Làm trụ trì tốt và quản lý chùa khá chúng sẽ đông, nhiều khi trụ trì không nên làm gì hết mà chỉ cần biết đệ tử mình đang làm gì. Tức là có tổ chức. Một người tính thì chín người làm. Mình bắt tay làm thì ai tính đây. Mình phải tính cho họ làm. Tuy nhiên phải tính như thế nào cho sáng suốt chứ tính bậy mà bắt chúng làm theo thì chùa tiêu ngay. Cho nên mình phải rộng tâm ra.

Thỉnh thoảng mình phải đi đây đó – "phiêu lưu" để học hỏi. Nhiều khi trong ba tháng chúng ta đi trường hạ khác chùa để

học hỏi cũng là phiêu lưu. Hôm nay chúng tôi vô chùa Ngọc Tâm đi tới đi lui cũng học được nhiều thứ. Nhìn chùa của người ta, mình biết mình sẽ làm gì cho chùa của mình. Thậm chí mỗi năm mình đi chu du nước này nước nọ để học. Mình càng đi thì tâm càng mở, càng thông thái chứ ở một chỗ hoài thì dính mắc lắm. Mà càng dính mắc thì càng bực, càng bực càng nói bậy. Mình muốn cái này cái nọ mà không được thì bực hoài. Mà mình bực hoài thì tim co bóp mạnh hoài thì đảm bảo sẽ bịnh tiểu đường, tăng xông, bịnh tim phát sanh thôi. Vì tâm bịnh thì thân bịnh theo.

Bản tính của trụ trì là phải luôn luôn thay đổi chứ không thể bó hẹp hoài một chỗ. Đức Phật dạy tâm thì luôn luôn thay đổi, luôn luôn vô thường, cho nên mình điều hành một ngôi chùa thì cũng phải thay đổi quan điểm, thay đổi suy nghĩ, thay đổi tâm tánh theo chiều hướng tích cực chứ đừng bảo thủ quá. Nhiều khi qua một thời thiền thì tâm thay đổi, qua thời công phu thì tâm thay đổi, nhiều khi mình đi xa về thì tâm thay đổi. Và thách thức của chúng ta là phải luôn luôn vượt qua. Cuộc đời chúng ta có nhiều thách thức, nhiều cạm bẫy, nhiều chông gai, chứ làm trụ trì không giống như mặt nước hồ thu đâu. Đủ biến cố nghịch cảnh nhưng phải vượt qua bằng khả năng tu của mình, bằng khả năng chuyển hóa của mình chứ tu mà khi gặp chướng ngại không vượt qua được thì không tiến bộ. Cho nên những người thành đạt đa số là họ bị hàm oan rất nhiều, đa số nghịch cảnh nhiều nhưng khi họ vượt qua được thì thành trụ cột. Cái gì mình cũng sợ, cái gì mình cũng nhát, cái gì mình cũng không dám làm thì sao thành công. Mình làm mà sợ mích lòng người này người kia thì không làm được gì. Nếu mình làm tốt cho chùa, làm tốt cho chúng

thì mạnh dạn mà làm. Cuộc đời này có ai ủng hộ mình 100% đâu. Giống như tăng chúng trong chùa có 50 người mà có 40 người ủng hộ mình thì mình là trụ trì tốt rồi chứ đừng bao giờ mình nghĩ là ai cũng ủng hộ 100% được. Mình cũng đừng bao giờ phải lấy lòng họ hết. Mình làm trụ trì là hướng dẫn họ đi theo mình chứ mình đừng chạy theo họ. Chùa chúng tôi có 100 tăng ni nhưng tăng chúng tu học tốt, không có xảy ra điều gì đáng tiếc trong Giáo hội và xã hội. Một số chùa khác cơ cấu đệ tử cho tu học tốt, sinh hoạt tốt, đến lễ thì đến dự và mỉm cười hoan hỷ là đủ, không lo nhiều. Thậm chí Họ sắp đặt công việc nhiều khi còn tốt hơn mình nữa. Mình phải có tâm. Một khi mình chọn họ rồi thì dù ai nói gì đi nữa thì mình phải tôn trọng họ, phải đối xử với họ trong tình huynh đệ, tình thầy trò chứ không phải mình giao cho họ rồi mà khi có chuyện lại lấy quyền hạn xử họ, cách chức không cho làm nữa là mình nông nổi, bồng bột. Cho nên, khi có chuyện gì xảy ra trong nội bộ, thì vị trụ trì phải sáng suốt để phân biệt chánh tà. Đó là yếu tố rất cần thiết. Chứ mà cứ cách chức, thu hồi hoài thì đảm bảo mình sẽ sống một mình. Mình phải tốt với người ta, hướng dẫn người ta đúng con đường thì họ sẽ làm đúng. Mà nếu họ có sai thì chỉ họ cái sai để khắc phục cho họ, để kéo họ trở về tiếp tục định hướng.

Tinh túy của trụ trì là sự quan tâm. Chúng ta phải thường xuyên quan tâm đệ tử, các thí chủ, thường xuyên quan tâm các Phật tử đã quy y ta, thường xuyên quan tâm các hệ thống tổ chức của Giáo hội, những vấn đề liên quan đến Giáo hội và nhà nước. Những cơ quan đoàn thể họ đang trực tiếp quản lý chùa mình thì mình phải quan tâm họ vì mình đại diện ngôi chùa để hướng dẫn tăng ni tu tập đúng đường hướng nội quy

Ban tăng sự trung ương. Mình hỏi han để biết mình làm tốt cái gì, chưa tốt cái gì chứ đừng chủ quan. Mình tu thì mình phải quan tâm gia đình, dòng họ mình nhưng không được quá nặng tình mà chỉ là dừng lại ở mức độ "giao lưu truyền thông". Mình quan tâm người ta thì người ta cũng sẽ quan tâm lại. Chùa mình sau này có hữu sự, có xây dựng, có cần gì thì họ giúp đỡ lại, là người tuyên truyền.

Cơ hội của người trụ trì là phụng sự. Làm trụ trì là phụng sự, giống như thực hành hạnh Bồ tát giữa thế gian. Nguyện thực hiện những điều tốt, như phụng sự thầy tổ, giúp đỡ huynh đệ trong thiền môn, tạo mọi điều kiện dễ dàng cho hàng cư sĩ tại gia tu học. Người trụ trì đừng bao giờ có quan niệm là đại diện chùa để được mọi người kính trọng, cầu danh, cầu lợi. Lại nữa, người nào không ưa thì đuổi, thì "đì họ sói trán". Mình làm như vậy thì tổn đức rồi ghế trụ trì sẽ mau sụp. Được Giáo hội trao quyết định trụ trì là cơ hội quý báu để phụng sự chúng sinh, phụng sự Tam Bảo. Nếu phụng sự thì phải biết lo. Khách đến chùa thì phải lo tiếp rước, mùng mền chiếu gối tiện nghi cho khách thoải mái. Mình thấy học trò đang thiếu cái gì thì mình quan tâm. Mình có cái quyền cao nhất là trụ trì thì mình có cơ hội phụng sự chứ không phải là mình làm để người ta phụng sự mình. Chùa là của Giáo hội. Cho nên sau này quý vị sẽ thấy chùa do Giáo hội đứng tên chứ đâu mang tên mình nữa. Việc ăn uống có đàn na tín thí lo nên mình không sợ đói. Việc của mình chỉ là hướng dẫn điều hành cho đúng đường mà thôi. Suốt cuộc đời có tâm, có tấm lòng thì mới điều hành được. Mình mà nghĩ đây là chùa mình, ai muốn ở đây thì phải qua mình, Phật tử đến chùa cà chớn thì đuổi đi thì không có cơ hội phụng sự. Cho nên làm trụ trì thì phước vô lượng vô biên.

Tuy nhiên, chúng ta thấy trong kinh luật Nguyên thủy có nêu bốn hạng người dễ sa đọa khổ cảnh là vua, quan, cô gái đẹp, và vị trụ trì. Tại sao? Vì vua quan là cao nhất trong cơ chế xã hội thời phong kiến. Nếu ông vua này muốn ai chết là người đó phải chết. Cô gái đẹp thì đi đâu là người ta ngó đến đó, cho nên cô này khó tu lắm. Người ta nhìn nhiều quá thì mình sẽ không giữ được mình, dễ duôi và sa đoạ. Trụ trì là người đứng đầu chùa. Chúng tăng trong chùa mà mình biết phụng sự thì có phước, nếu mình hà hiếp, mắng nhiếc thì mình mang khẩu nghiệp lớn. Vì nhiều khi họ có hạt giống giác ngộ lớn mà mình nạt nộ, khinh khi người ta thì có lấy nước rửa miệng ngàn lần cũng không hết tội. Hay nhiều khi kiếp trước họ là ông bà cha mẹ mình, là thầy tổ, là sư huynh, kiếp này họ nhỏ nhưng biết đâu lại là ông lớn. Cho nên mình hiểu như vậy để tôn trọng chú tiểu trong chùa mình, tôn trọng người đệ tử mình. Mình biết quán chiếu như vậy thì mới tôn trọng được những người mới tu. Ta làm được như vậy là có hạt giống quan tâm thương yêu. Ta quan tâm chứ đừng nghĩ là người ta vất vưởng rồi mình đánh, mình chửi, thích thì cho ăn không thích thì không cho. Mình làm thế thì không được, phải xem như họ là có hạt giống giác ngộ. Những người xung quanh chúng ta phải được xem như có liên hệ mật thiết với ta để có cơ hội cho người phụng sự. Nhiều khi những người Phật tử đến chùa họ thiếu gì thì phải cho. Nhiều khi cho họ ở, tâm sự rồi truyền trao đạo pháp của mình.

Bí quyết của trụ trì là dám làm. Làm trụ trì mà không dám làm thì thua. Chúng tôi thấy trụ trì Minh Nhẫn đây là đại diện cho một tiêu biểu của dám nói dám làm. Tám năm trước chúng tôi đến đây thấy mồ mả nhiều, sư ông lúc đó đang

bịnh. Còn bây giờ thì phòng ốc nhiều, hội trường to. Lúc đó có nhà tình thương Phật Quang, thời điểm lúc ấy mà lập hội Từ thiện là không đơn giản, thời điểm đó cơ chế không đơn giản, không được cấp phép. Cho nên bí quyết của trụ trì là dám làm. Mình làm người tu thì làm những gì cho có lợi ích cho cộng đồng, lợi ích cho bá tánh dù cho phải hi sinh vất vả, cơ hàn thì vẫn mạnh dạn làm. Nhiều khi chùa dột hư mục mà sợ tốn tiền không dám làm thì không được. Người ngoài đời xây nhà 100 triệu mà có 90 triệu thì mới dám làm. Người tu mình có của ngầm nên không phải sợ. Dù phải xây 50 triệu mà mình chỉ có 5 triệu thì vẫn làm đại đi, cứ mạnh dạn liều mà động thổ.

Chúng tôi có trong ban xây dựng chùa Đại Lộc ở Ấn Độ. Ngày chúng tôi cầu nguyện xây chùa, chúng tôi hỏi ông sư đệ có bao nhiêu tiền. Ổng nói có năm ngàn. Rồi ổng hỏi mình có bao nhiêu. Tôi nói có bốn ngàn khiêm tốn hơn ông một ít. Chúng tôi có bấy nhiêu đó tiền mà nơi quê lạ xứ người vẫn mua đất xây chùa. Thế nhưng chúng tôi miệt mài xây năm năm trời thì năm ngoái mới khánh thành xong. Ngôi chùa có tượng Phật Chuyển Pháp Luân bằng đá cao 24 m, chất liệu bằng đá cẩm thạch hồng, tư thế Phật Chuyển Pháp Luân khó làm lắm, kết cấu chỉ có cánh tay Ngài giơ lên trong thế chuyển pháp luân có trọng tải nặng 6 tấn. Tượng Phật đó đã xác lập kỷ lục Việt Nam, đang chờ được xác lập kỷ lục châu á và thế giới - là tượng Phật Chuyển Pháp Luân, chất liệu đá cao nhất thế giới. Có những tượng khác lớn hơn nhưng đây là thế chuyển pháp luân với cánh tay đưa ra lơ lửng ngang hông chứ không có điểm tựa. Thế này rất khó làm mà lại được làm bằng đá chứ không phải xây xi măng cốt thép. Chúng tôi nói

điều này để quý vị thấy khi mình có quyết tâm lập chùa thì có phép lạ hỗ trợ.

Hương vị của người trụ trì là giúp đỡ. Mình là trụ trì mà không giúp đỡ được người thân, Phật tử thoát cảnh đau buồn thì mình thiếu trách nhiệm. Chẳng hạn đệ tử mình thiếu tiền đi học thì mình phải biết giúp. Mình càng giúp nhiều thì phước càng tăng. Mà sống không biết giúp đỡ thông cảm, tha thứ thì phước sẽ giảm. Trụ trì là có cơ hội tốt nhất để ta giúp đỡ người khác. Giúp đây không phải là bỏ tiền ra, nhiều khi mình chỉ cần khuyên nhủ, khích kệ, mở miệng an ủi vài câu thật lòng thì có thể họ hi sinh với mình suốt cuộc đời. Nhiều khi mình cay nghiệt với họ, không quan tâm họ thì có thể họ sẽ bỏ chiếc y này về đời rất dễ dàng. Cho nên mình phải là vị chư thiên cho họ. Mình tạo điều kiện thì họ mới giữ được chiếc áo cà-sa, giúp họ thì họ an tâm học, an tâm tu, đó là rường cột nhân tài phụng sự Giáo hội. Chứ người ta đang học mà mình khủng bố người ta hoài, đang học ở học đường mà nếu có bỏ tụng công phu một đêm mà mình hùng hổ, nặng lời, giống như người ta đang phạm đại tội, hăm dọa, đòi méc mẹ, méc cha. Điều này không cần thiết. Mình nghĩ họ dám bỏ cuộc đời son trẻ của họ khép mình trong thiền môn thì trụ trì phải là người thường xuyên giơ hai bàn tay ra dắt họ đi suốt cuộc đời. Muốn giúp được thì phải có tâm tu cao, có cái nhìn đa chiều. Nếu nhìn một chiều thì tâm cục bộ, phải tập nhìn với lăng kính thiền quán. Thiền có hai loại là thiền định và thiền quán. Thiền định là người tu chọn một đề mục rồi ngồi định từ giờ này qua giờ nọ. Thiền quán có thân, thọ, tâm, pháp ngồi quán chiếu bản thể tâm tánh. Tâm gì sanh lên thì phải biết. Thiền quán thì sử dụng chánh niệm

để biết thân tâm. Một cảm thọ tâm sanh thì phải biết nhìn ở nhiều góc độ lăng kính. Cho nên nhiều khi mình nhìn người trong chùa mình hay bỏ cúng, nhìn mặt này không thông cảm nổi. Mình nhìn mặt thứ hai không thông cảm nổi. Mình nhìn mặt thứ ba không thông cảm nổi. Mình nhìn mặt thứ tư cũng không thông cảm nổi thì thôi lên lầu nhìn xuống. Tức là nhìn tứ phía. Ông bà có câu nói là khi thương thì trái ấu cũng tròn, khi ghét thì bồ hòn cũng méo. Một khi mình có ác cảm với người ta rồi thì chỉ nhìn cái xấu của người. Nhiều khi cái tốt của họ mình cũng ém luôn. Chỉ nên muốn thông cảm tha thứ thì nhìn nhiều góc cạnh để có điểm giúp họ vươn lên, có điểm để thông cảm, có điểm để tha thứ. Đó là sự chuyển hóa còn không thì mình sẽ ấm ức đau khổ. Mình cũng bỏ nhà bỏ cửa đi tu giống như họ nhưng cái khác là mình làm trụ trì cho nên mình không quá nặng nề. Mình cũng tự lo tu cho mình. Mình phải tu để có sự thông cảm. Nhiều khi mình không tu mà muốn người ta tu. Khổ vậy đó. Lỗi mình cũng có nhưng mình không dám nói. Lỗi trụ trì cũng có chứ, lỗi nhiều lắm nhưng không ai dám nói. Tối ngày mình địa chúng tăng, ngó đệ tử mà bắt lỗi. Theo tâm lý, càng quan tâm đối tượng thì càng khổ, vì đối tượng ít khi theo ý mình. Đúng với câu, giang sơn dễ đổi bản tánh khó dời, muốn thay đổi người ta thì trước nhất phải thay đổi chính mình. Tuổi trẻ ngày nay thường nói: "Đời cơ bản là buồn, học nhiều thì buồn ngủ, làm nhiều thì buồn chán, nghĩ nhiều thì buồn đời, ức chế nhiều thì buồn bực, thậm chí vui vẻ cũng buồn cười".

Cuối cùng, chúng tôi muốn nói là vẻ đẹp của trụ trì chính là cho đi. Ở trong đạo Phật thì pháp bố thí được xếp lên hàng đầu. Hán tạng có lục độ, Pali tạng có thập độ nhưng bố thí đi

đầu. Nghệ thuật cho đi chính là phước báu. Không cho đi thì phước không trổ. Mình sợ hao tốn thì đảm bảo phước không sanh nổi. Làm trụ trì phải có vị tha, cho đi bất cầu lợi thì phước mới sanh khởi được. Cho đi là nuôi chúng tăng đi học, vận động từ thiện xã hội, lấy quỹ chùa cúng dường cho Giáo hội những lúc cần thiết. Càng cho nhiều thì mạnh thường quân mới đến chùa mình. Chứ khi Giáo hội tuyên truyền vận động mà nói tiền hết rồi, cúng sương sương, ít quan tâm từ thiện xã hội, đệ tử muốn đóng học phí mà thế này thế nọ thì đảm bảo nó bỏ học luôn. Như vậy là tâm mình thiếu sự cho đi. Tâm mà thiếu cho đi thì mạnh thường quân sao đến chùa mình được. Quý vị thấy chùa nào mà mạnh thường quân đến nhiều thì tâm ông trụ trì đó cho đi nhiều, vị tha nhiều lắm. Tại sao? Cho đi nhiều, vị tha nhiều chứng tỏ tâm mình mát mẻ. Mạnh thường quân thì lo đầu tắt mặt tối kiếm tiền nên tâm họ nóng lắm. Và họ cần nơi mát mẻ để giảm stress. Lúc đó đương nhiên là họ nhớ đến mình thôi. Nhớ đến mình thì họ lại đến chùa rồi học theo cái hạnh bố thí như mình. Giống TT Minh Nhẫn làm nhiều việc như vậy vì ông chi quá chừng chi. Vẻ đẹp của chúng ta là cho đi. Càng bố thí nhiều thì phước nhiều. Ở Thủ Đức chúng tôi làm ban trị sự, nhiều khi nghe báo cáo lại từ cấp dưới là đi thu tiền ở các chùa khó quá, trụ trì cho mà không vui. Nhiều khi chúng tôi nghĩ chùa của Giáo hội, mình ở đó điều hành hướng dẫn làm việc thiện mà khi có người đi thu tiền Phật đản mà than quá, nhiều trụ trì không dám mạnh dạn trích quỹ cúng dường Phật đản. Do đó, các vị trụ trì nhớ phải thể hiện cái hạnh cho đi. Tâm mình bó hẹp thì đạo và đời sẽ bị bế tắc.

Hôm nay, chúng tôi rất vui mừng được ban tổ chức mời đến để chia sẻ đến các vị thượng tọa, đại đức tăng ni, quý ni

trưởng, ni sư trong khóa bồi dưỡng trụ trì. Qua những lời chia sẻ, chúng tôi cũng mong rằng ở chừng mực nào đó giúp cho quý vị ở đây có thêm kinh nghiệm lãnh đạo tốt nhằm phát huy tốt chùa mình. Có cái gì không phù hợp thì cũng xin bỏ lại tại chỗ không nên mang về. Cuối cùng, xin chúc quý vị có nhiều sức khỏe để làm bóng mát che chở cho hàng đệ tử chúng sanh./.

6. TU GIỮA ĐỜI THƯỜNG[6]

Hôm nay là ngày sám hối lệ, tất cả quý Phật tử ở xung quanh chùa Bửu Quang đến đây để sám hối, xin giới, nghe kinh và nghe thuyết Pháp nhằm để trau dồi và sửa đổi tâm tánh của mình theo gương của Đức Phật. Đức Phật có chế định cho người cư sĩ tại gia một tháng có hai kỳ sám hối là ngày 14 và 30 hàng tháng. Chùa chúng ta tổ chức ngày 14 và 29. Còn đối với người xuất gia thì Đức Phật cho hai ngày là 15 và ngày 30. Trong hội đồng trưởng lão Giáo hội PGVN tại Tp HCM có quy định ngày lễ Bố tát tổ chức tại chùa Ấn Quang. Hội đồng trưởng lão tức là những vị lãnh đạo của Phật giáo thành phố và của 24 quận huyện trong toàn thành phố đến làm lễ Bố tát rồi nếu có Phật sự gì thì hội họp. Sáng nay, tại chùa Ấn Quang có lễ Bố tát và hội nghị sơ kết 6 tháng đầu năm nên 5 giờ sáng, chúng tôi đã khăn gói lên đường dự lễ. Lễ Bố tát bên Bắc Tông thì tụng giới bổn của người xuất gia theo tiếng Việt. Còn truyền thống Nam Tông thì tụng bằng tiếng Pāli. Sau khi làm lễ xong rồi thì xuống họp sơ kết. Đó là hình thức trong tăng đoàn mà có sự hội họp thường xuyên trong tinh thần giới, luật thì tổ chức đó đang tồn tại, đang phát triển và đang lớn mạnh.

Trong gia đình mà ta sống rời rạc, quanh năm suốt tháng bố mẹ, vợ con, anh chị em mà không ngồi ăn cơm chung mâm, không hội họp bàn thảo việc phát triển gia đình, mạnh ai nấy sống, mạnh ai nấy giữ tiền thì xem như gia đình đó buồn tẻ,

---

6. Giảng đường: chùa Bửu Quang, Thủ Đức. Ngày sám hối lệ 29 tháng 5 năm Ất Mùi (14/7/2015).

chuẩn bị lụi tàn. Còn tổ chức nào còn hội họp trong sự hoan hỷ, còn tụ tập trong sự đoàn kết thì tổ chức đó sẽ lớn mạnh và trường tồn. Chẳng hạn như đối với người cư sĩ hay hẹn nhau đến chùa tham dự sám hối lệ vào ngày 14 và 29. Hay người xuất gia thì vào ngày 15 và 30 phải có sự tập họp giống như ngày mai ở Bửu Quang thì đúng 2 giờ chiều tất cả tăng ni phải dự lễ Bố tát. Trong lễ sám hối mình sẽ giải bày những gì căng thẳng, phản ánh những gì bức xúc cần giải quyết, những quy định cần được thông báo v.v. sau thời tụng giới để được giải tỏa. Sau buổi đó thì không còn gì để phản ánh giống như sau hội nghị thì mọi việc đã được giải quyết, không còn gì gút mắc nữa. Cho nên hội nghị để sám hối là hình thức để mình giải tỏa, để tâm được nhẹ nhàng, an vui. Cho nên, hôm nay chúng tôi giảng về đề tài: Tu Giữa Đời Thường.

Thường thì người ta hay nói tu phải ở trong chùa, phải ở thiền viện, còn đây là tu giữa đời thường. Trong ca dao có câu:

"Tu đâu cho thiếp tu cùng
Mai sau thành Phật ngồi chung một tòa".

Ý nói là tu ở đâu thì cùng nhau tu để sau ngồi chung một chỗ. Việc tu theo Phật giáo Nguyên thủy thì không giới hạn không phải cần ngồi tu trong chùa. Nhất tu thị, nhì tu gia, ba tu chùa. Tức là tu ngoài chợ còn khó hơn tu trong chùa. Ca dao cũng có câu:

"Tu đâu cho bằng tu nhà
Thờ cha kính mẹ mới là chân tu".
Nếu đi tu mà bất kính cha mẹ thì việc tu không hiệu quả. Vì đạo Phật là đạo hiếu. Nếu mình đi tu mà không hiếu với ông bà cha mẹ thì việc tu không cao thượng.

Chữ 'tu' trong Phật giáo là 'bhāvanā', là sửa đổi, thay đổi, làm mới lại, theo kinh điển là sự phát triển tinh thần, chuyên tâm vào việc tham thiền niệm phật. Tu có nghĩa là sửa cái thân, khẩu, ý của mình. Thân mình ngày xưa trộm cắp, tà dâm, sát sanh; khẩu mình nói láo, nói đâm thọc; ý mình tham sân si thì bây giờ mình tu thì sửa đổi, làm mới lại. Tu là sửa lại tâm tánh ích kỷ, nhỏ mọn, tỵ hiềm, tâm thấp hèn sửa lại thành tâm cao thượng. Mình phải sửa từ tâm ích kỷ thành tâm bao dung. Ngày xưa tâm mình sân, si, độc ác thì giờ mình tu mình sửa lại thành tâm hiền lành, bác ái, bao dung. Ngày xưa mở miệng ra thì nói bậy thì bây giờ tu thì phải sửa lại nói từ bi, bác ái, nói nhẹ nhàng, thông cảm, bao dung. Mình tu là sửa những tánh tỵ hiềm, ích kỷ, nhỏ mọn của mình.

Trong thời gian qua trên Bình Phước có người giết nguyên một gia đình sáu mạng chết hết chỉ còn một em bé. Qua báo chí công bố là do anh này giết người vì tình. Anh ta thương cô này nhưng sau đó bị bố mẹ ngăn cản nên anh ta lên kế hoạch giết trả thù. Cho nên Đức Phật dạy ái sinh ra lo sợ, ái sinh ra sầu muộn và ái sinh ra đau khổ. Từ chỗ đó mà việc tu là hình thức diệt ái. Chúng ta càng ái nhiều chừng nào thì càng khổ chừng đó. Quý vị có năm người con, mà quý vị dành ưu ái cho đứa nào nhiều nhất thì mình đau khổ vì đứa đó nhiều nhất. Con người ai cũng có cái tốt và ai cũng có cái xấu. Người tu mình tiến bộ là do phải sửa đổi nếu không thì mãi vẫn là đầu tròn áo vuông. Tánh tính tham, sân, si vẫn không giảm thì mình không thể tiến bộ để giải thoát.

Tu là phải sửa từ tánh tham lam của mình. Ngày xưa tánh mình tham lam thì bây giờ phải sửa lại thành tánh có tâm bố thí, giúp đỡ. Quý vị thấy người tham lam thì ít bao giờ bố thí,

ít giúp đỡ người khác; còn người có tâm bố thí thì ít tham lam. Người tu mình muốn bớt tham lam thì phải thể hiện hạnh bố thí. Bố thí đây là sự giúp đỡ. Có người hiểu bố thí ở cục diện là có tiền mới bố thí được, không tiền không bố thí được. Cái đó là hiểu không đúng. Mình bố thí đây là có nghĩa là tay mình cũng bố thí được. Mình thấy ai làm gì đó thì mình giúp người ta cũng là bố thí. Hay miệng của mình cũng bố thí được như giúp chỉ đường người ta thì mình cũng bố thí được. Người Âu Mỹ rất lịch sự. Họ thường xuyên nói "cám ơn", nói "xin lỗi". Đó là văn hóa của họ. Có một bà cụ người Nhật sống 124 tuổi. Báo chí đến phỏng vấn bí quyết sống lâu thì bà nói có hai bí quyết là thường xuyên nói dí dỏm, bí quyết thứ hai là thường xuyên nói cám ơn. Như vậy, một người mà tâm hay rộng lớn, bao dung thì miệng mới nói lời hay, nói đẹp làm cho hy vọng của người khác cao đẹp thì cũng là bố thí. Giống như đời sống người khác gian truân vất vả cơ hàn mà mình biết động viên họ, quan tâm họ là bố thí. Ánh mắt của mình cũng bố thí được. Ánh mắt mình không thích người ta thì mình khinh khi nhưng bây giờ mình phải nhìn với ánh mắt trìu mến, thông cảm. Đó là chất liệu giúp họ có nghị lực. Tai mình cũng bố thí được. Nếu mình chịu ngồi lắng nghe thông cảm những nỗi niềm của họ thì mình cũng giúp họ vượt qua những khó khăn. Như vậy là tâm bố thí của mình trị được tâm tham lam.

Tánh con người ta thường hay ganh tỵ. Có nghĩa là thấy người ta giàu hơn mình thì ganh tỵ, đẹp hơn mình thì mình ganh tỵ, thấy người ta chức cao hơn thì ganh tỵ. Bây giờ mình tu thì mình muốn chuyển hóa tâm ganh tỵ thì phải hoan hỷ. Tức là vui thích, vui mừng, thông cảm với người khác. Chẳng hạn

người ta thi đỗ đạt thì mình hoan hỷ chúc mừng. Người ta xây nhà mới thì mình gọi điện, gửi quà mừng tân gia chứ không được chọt người này người kia là xây nhà xấu òm, mượn tiền xây nhà cho to để lòe thiên hạ. Đức Phật dạy người mà tâm ganh tỵ nhiều thì không làm lớn được. Tại sao? Tại vì người mà tâm ganh tỵ nhiều thì sẽ có rất nhiều kẻ thù.Vì người ganh tỵ thì hay đụng người này đụng người kia, những người xung quanh đều bị đụng hết. Vì tâm ganh tỵ mà biểu lộ thì người xung quanh không ưa. Mà người ta không ưa không thích thì lúc đó có bỏ phiếu bầu thì mình rớt chắc rồi. Cho nên người tu phải tập tâm hoan hỷ để chế ngự ganh tỵ.

Con người ta thường có tâm ích kỷ. Ích kỷ đối với ganh tỵ ở chừng mực nào đó cũng giống nhưng mà ganh tỵ với ích kỷ thì khác nhau ở chỗ là ích kỷ thường thường hay bó hẹp. Người làm lớn mà có tâm ích kỷ thì tổ chức đó không lớn mạnh. Giống như ngoài đời mà người giữ nhà tổ có tâm ích kỷ thì con cháu không dám đến. Làm trụ trì mà vị trụ trì có tâm ích kỷ thì Phật tử cũng ngại đến, chúng tăng ít trú tại chùa đó. Vì thường thường người ta hay tìm đến tâm vị tha. Tâm vị tha phản nghĩa với ích kỷ nên người tu phải bỏ đi tâm ích kỷ. Nếu mình có tâm ích kỷ thì phải chuyển hóa nó bằng cách phải tập cho mình bao dung, tập cho mình tâm vị tha. Tập liên tục chứ không phải một ngày một bữa. Còn nếu mình sống mà không thay đổi, biết mình ích kỷ mà không chuyển hóa, thay đổi thì xem như mình không tiến bộ trong con đường Phật pháp. Cho nên, mỗi ngày, trước khi ngủ thì chúng ta nên kiểm lại tâm mình xem mình có bao nhiêu điều tốt, bao nhiều điều xấu. Sự kiểm lại đó để giúp mình có tâm vị tha cao cả.

Bản tánh con người thường là vô tâm. Vô tâm có nghĩa là không có tâm, thờ ơ, lạnh nhạt. Mình sống chung với người vô tâm, thờ ơ, lạnh nhạt, không chia sẻ, không hòa hợp thì cũng khổ. Cuộc sống cần sự chia sẻ, cần sự truyền thông. Mình có chia sẻ cao, có sự truyền thông tốt thì giúp chúng ta có sự thư giãn trong cuộc sống. Mình mà có vô tâm, lạnh nhạt, thờ ơ với người khác thì mình phải chuyển thành tâm hòa nhã, tâm gọi là cộng đồng, vui vẻ, hiền lành, tươi trẻ. Chứ giờ mình vô tâm thì nó làm cho con người mình co cứng, không tiến bộ. Cho nên mình phải tập tâm mình hòa nhã. Yếu tố hòa của tâm giúp cho mình trưởng thành trên con đường đạo và những người xung quanh sẽ yêu quý mình. Nếu tâm mình hòa hợp với cộng đồng thì giúp cho gia đình hạnh phúc và an lạc nhiều hơn.

Và tâm tánh của ta đa phần là cố chấp, dính mắc. Bản chất phàm phu mình dính mắc và cố chấp do ý thức từng người, do kiến thức, sự hiểu biết hay do sự tu của ta. Có người học Phật pháp rồi thì nghĩ điều họ học được là đúng còn điều ngoài ra đó là sai. Có người tu pháp môn nào đó thì cho là pháp môn đó đúng còn pháp môn khác là sai. Đó là cố chấp. Đức Phật dạy níp-bàn là không còn dính mắc. Cho nên tâm cố chấp phải được chuyển thành buông xả. Có câu:

"Mỗi ngày con học chữ buông
Buông thương buông ghét buông buồn buông vui
Buông cho nó nhẹ người ơi
Buông cho lòng dạ thảnh thơi nhẹ nhàng".

Mình càng buông nhiều chừng nào thì tâm mình càng nhẹ chừng đó. Còn mình càng cố chấp, dính mác chừng nào thì tâm mình càng đau khổ. Nếu mình dính mắc nhiều, cố chấp

nhiều thì sẽ bịnh. Cho nên mình phải tập buông. Có những người nghe một câu nói xấu của người nào thì họ dính mắc hoài gọi là ghim trong lòng. Khi nhắc đến người đó thì câu đó không bao giờ họ quên. Nhắc đến người đó cứ như là như máu kéo lên não, không có khả năng xả, không có khả năng buông. Thậm chí ngay cả người thân nhất của mình, con của mình lầm lỡ mà nhiều khi mình sắp chết rồi mà cũng không tha thứ nữa. Do đó mình tu rồi thì phải tập buông, tập xả, tập tha thứ. Người mình mà càng buồn, càng xả, càng tha thứ nhiều thì đầu óc càng nhẹ, càng an vui, càng an lạc.

Bản chất con người mình là hẹp hòi. Mình tu thì tâm hẹp hòi này phải được chuyển hóa thành bao dung. Trong cuộc sống mà mình có người bạn, người thân mà có tâm bao dung lớn thì đó là món quà rất quý. Còn ta sống mà gần gũi những người hẹp hòi, ích kỷ, nhỏ mọn thì ta sẽ sống trong sự đau khổ, sống trong sự phòng thủ, đắng cay. Những gì mình không thích ở nơi người ta thì mình đừng trao tặng cho người ta cái đó. Đạo Phật là đạo chuyển hóa, là đạo làm mới, là đạo tỉnh thức. Tỉnh thức có nghĩa là mình thấy những lỗi lầm, những tánh xấu xa của ta để mình chuyển hóa, làm thay đổi, làm mới lại; đó là đạo Phật vì chữ Phật là tỉnh thức.

Tánh con người chúng ta là cao ngạo, tự cao tự đại. Mình hơn người ta một chút là sanh tâm tự cao, giàu hơn người ta một chút là sanh tâm tự cao, biết nhiều hơn một chút là sanh tâm tự cao, cảm thấy mình tu tốt hơn người ta một chút là sanh tâm tự cao. Tất cả cái đó là liều thuốc độc. Trong nhà Phật nói người mà tự cao nhiều quá thì ít bạn bè, người mà còn tự cao thì chưa giải thoát giác ngộ được. Cho nên mình chuyển hóa tính tự cao này bằng đức tính khiêm tốn. Mình thấy người có

tính khiêm tốn thì rất quý. Cho nên trong cuộc đời này quý vị thấy người nghèo mà không tham thì rất quý. Người có quyền chức mà biết lễ phép là rất quý. Người giàu sang mà biết khiêm tốn thì rất là quý. Như vậy, đức tính khiêm tốn là một đức tính xem như mình tiến gần đến vô ngã. Trong đạo Phật, vô ngã là không còn chấp cái tôi. Nếu hằng ngày đối với cha mẹ, thầy tổ, mọi người mà mình thể hiện tính khiêm tốn là mình thực hành pháp vô ngã trong đời sống. Nếu mình có tính cao ngạo, tự cao tự đại thì bây giờ cố gắng tu để sửa đổi thành đức tính khiêm tốn.

Tánh con người thường hay khinh khi. Giàu khinh khi người nghèo, đẹp khinh khi người xấu. Đức tính khinh khi là một đức tính xấu. Mình tu là mình chuyển tính khinh khi thành sự kính mến. Giống như mình gặp người lớn tuổi thì mình kính trọng, mình gặp người tu hành thì kính trọng. Khi nào mình kính trọng người ta thì khi đó mình sẽ bớt tính khinh khi. Cho nên mình không phân biệt, thấy người lớn tuổi mình kính trọng, thấy người chân tu mình kính trọng, thấy người đức hạnh mình kính trọng. Mình phải thể hiện nhiều sự kính trọng trong đời sống. Đức Phật dạy phải biết kính trọng với mọi người. Giống như nhà khoa học thấy hạt bụi thì họ đã kính trọng vì họ học được rất nhiều trong hạt bụi đó. Mình tin có nhân quả nghiệp báo, tin có luân hồi thì khi mình thấy người trẻ tuổi đi tu thì mình phải kính trọng. Mình nghĩ những người có tâm tu, quy y, xuất gia là họ có chủng tử nhiều đời nhiều kiếp nên phải kính trọng, không nên xem thường họ. Nhiều khi họ có thời lầm lỗi của họ nhưng mình cũng phải kính trọng họ. Nhiều khi mình thấy cái lầm lỗi của họ hiện tại nhưng không thấy cái đức tu nhiều kiếp quá khứ. Nhiều khi

họ đã tu nhiều kiếp nhiều đời rồi. Nhiều khi lầm lỗi của họ mình thấy nhưng lầm lỗi của mình thì mình không thấy được nên mình đâm ra cao ngạo. Nếu quý vị quay phim, chụp hình lại những lầm lỗi của chính mình thì chưa chắc gì mình đã thanh cao hơn họ. Cho nên mình phải kính trọng họ.

Con người ta có tánh bi quan. Có nghĩa là chán đời, mình không tích cực, không có tiến bộ. Bi quan là lúc nào cũng sợ, sợ thế này, sợ thế kía, sợ thế nọ. Người có tâm bi quan thì suốt đời họ không tiến bộ được vì suốt ngày cứ lo, thấy gì cũng sợ. Do đó phải chuyển tâm bi quan trở thành tâm tích cực. Mình phải tích cực, phải siêng năng, phải nỗ lực.

Và tánh ta thường lười biếng. Tâm mình lười biếng thì sẽ không tiến bộ trong công việc, không tiến bộ trong đường tu. Nên mình phải tu để chuyển tâm lười biếng thành tâm tinh tấn, siêng năng.

Tánh con người thường là hay hơn thua. Tâm mình hơn thua nhiều thì phải tu để chuyển thành tâm nhẫn nhịn. Vì hơn thua, cố chấp thì sẽ không tiến bộ. Có câu:

"Cõi trên là cõi níp-bàn
Trên ấy các vị có bàn chi đâu
Dưới này chấp chữ chấp câu
Uống thì cứ uống để lâu nhạt trà".

Con người phàm tục chúng ta hay chấp câu chấp chữ; còn người tu đắc đạo thì không còn chấp nữa, họ không có tâm hơn thua, mà nhẫn nhịn.

Tâm tánh con người là tâm si mê. Mình phải tu để chuyển hóa thành tâm trí tuệ. Con người ta có tâm bố thí, hoan hỷ, vị

tha,hòa nhã, buông xả, bao dung, khiêm tốn, kính mến, tích cực, siêng năng, nhẫn nhịn, và trí tuệ thì đó là vị Bồ tát giữa thế gian. Người có đức tánh tốt như vậy là người tu giữa thế gian giống như vị Bồ tát. Người này mà ở đâu là phước cho thiên nhân ở đó. Nếu họ ở trong nhà là bóng mát, ở trong chùa thì đó là thiên đàng cực lạc. Một vị tại sao là Bồ tát, là thánh hiền vì tâm họ bao dung với tất cả; họ đối xử tốt, sự cống hiến của họ là cho mọi người nên họ là Bồ tát, thánh hiền trong cuộc sống này. Nếu mình là Phật tử hay xuất gia mà có tâm vị tha, tâm bao dung,tâm làm nhiều thiện sự đó là mình thể hiện đức tánh tốt ở trong cuộc sống này. Và người có tâm Bồ tát mà tu tập từ kiếp này qua kiếp nọ thì có quả chứng là thánh Thinh văn, bực thánh Độc giác, thánh A-la-hán chánh đẳng chánh giác.

Thời pháp đến đây đã vừa phải lẽ. Trong đề tài này, sư đề cập đến "cái tu giữ đời thường" nhằm giới thiệu những tâm phiền não và bất thiện của con người nhằm để mình tu, sửa đổi tâm tánh của mình để hướng đến giác ngộ, giải thoát. Có bài thơ nói là:

"Đừng đau khổ khi gặp điều nghiệt ngã
Đừng lạnh lùng khi sương gió mùa đông
Đừng thở than khi họ đã thay lòng
Đừng luyến tiếc những gì không còn nữa
Đừng thù hận những người làm mình khổ
Đừng phân bua với những chuyện thị phi
Đừng bức xúc những việc chẳng ra chi
Đừng bất mãn khi gặp nhiều chướng ngại
Đừng lầm tưởng mọi điều không nhân quả

Đừng quên rằng tất cả cũng duyên sinh
Đừng để tâm nổi sóng gió bất bình
Đừng chấp thủ để tâm hồn thanh thản".

Trong những cái 'đừng' này có cái đừng hay nhất là 'đừng chấp thủ để tâm hồn thanh thản'. Nếu mình chấp thủ nhiều thì không bao giờ bình an, thoải mái, thanh thản nên mình phải tập hạnh buông. Thời Pháp đến đây được kết thúc. Trước khi dứt lời thì nguyện cầu Tam Bảo, chư Thiên hộ Pháp gia hộ cho quý vị thân tâm an lạc, tu hành tinh tiến gặp nhiều thuận duyên trong cuộc sống./.

7. Ý NGHĨA CỦA CHIẾC Y TẮM MƯA[7]

Kính thưa toàn thể quý Phật tử, hôm nay là ngày lễ dâng y tắm mưa tại chùa Hội Quang, tỉnh Bình Dương. Chúng tôi được Đại đức Trung Thiện trụ trì chùa Hội Quang mời lên tham dự lễ dâng y tắm mưa và thuyết một thời pháp ngắn nhằm đền đáp lại đức tin và tấm lòng trong sạch của gia đình thí chủ Phật tử cũng như để cho Phật tử biết thêm một phần giáo lý trong nhà Phật. Hôm nay, chúng tôi nói về ý nghĩa của chiếc y tắm mưa.

Quý vị biết là lúc Đức Phật bỏ hoàng cung đi xuất gia thì chư thiên cúng dường y và bình bát cho Ngài. Kể từ đó, y và bình bát gắn liền cuộc đời Đức Phật Thích Ca. Sau khi Ngài thành đạo, Ngài tiếp độ 5 vị Kiều Trần Như, các vị này cùng từng tu với Đức Phật trong 6 năm khổ hạnh. Ngài tiếp độ Yassa và 54 bạn của Yassa, vậy có tổng cộng 60 vị Alahan, rồi Ngài bảo các vị đó lên đường hoằng dương chánh pháp. Từ đó, việc tiếp nhận tăng đoàn có nghi lễ xuất gia. Mà quý vị biết tăng sĩ thời Đức Phật so với bây giờ khác nhiều lắm. Thời đó, mỗi vị sư chỉ có 1 bộ y chính cho nên có một số vị đi xuất gia, nhất là còn sadi, thường đến mùa mưa thì các vị đó cởi bộ y của mình mà đi tắm mưa. Khi tín nữ Visakha vào chùa thăm Phật, vô tình thấy cảnh tắm mưa đó nên nghĩ sao mà giống đạo Lõa Thể quá, mấy vị không y, lăn tăn ngoài mưa. Cho nên bà thấy ngộ, sao chùa Phật mà lại có mấy vị đạo Lõa Thể kỳ quá. Sau đó, bà vào bạch Phật, hiểu được sự tình rồi xin

7. Giảng đường: chùa Hội Quang – tỉnh Bình Dương, ngày 10 tháng 6 âm lịch (25/7/2015).

được dâng y tắm mưa. Cho nên, dâng y tắm mưa có xuất xứ do tín nữa Visakha thấy các vị tắm mưa không có y mặc nên bà phát tâm cúng dường để tắm mưa. Cứ tới mùa hạ thì các vị thí chủ lại cúng dường tăng y cho chư tăng làm lễ nhập hạ, cúng tứ sự và làm lễ dâng y tắm mưa giống quý vị hôm nay về chùa Hội Quang làm lễ dâng y tắm mưa.

Có một số Phật tử nhất là người mới vào đạo thì khi họ nghe danh từ dâng y tắm mưa thì họ không hiểu nên họ hỏi sao lại dâng y tắm mưa. Do đó nảy sinh ra ý kiến dùng từ 'dâng y tắm mưa' có ổn hay không? Từ dâng y tắm mưa là dựa theo sự tích bà Tín nữ Visakha xin phật dâng y tắm mưa, lý do là bà thấy nhiều sư sãi tắm mưa không có mặt y phục, nên bà e ngại ngoại đạo sẽ chê cười. Chứ lễ chính là lễ nhập hạ của Chư tăng. Nhưng dù ổn hay không ổn thì từ này đã được sử dụng lâu rồi vì quen với cộng đồng Nam Tông. Nếu dùng từ cho thẩm mỹ hơn thì gọi là 'lễ dâng y Nhập hạ, Lễ dâng y Tắm mưa Nhập hạ, Lễ dâng y Kiết Vũ, Lễ An cư Kiết hạ/ Kiết vũ. Nhưng chính yếu của chúng ta là lễ An cư kiết hạ hay lễ dâng y an cư kiết hạ để tránh đi từ 'tắm mưa'. Có người cũng hỏi thời nay có nhà tắm hết rồi thì đâu có tắm mưa, vậy dâng y đó có sử dụng được không? Xin thưa với quý vị là mình phải hiểu bối cảnh văn hóa của Ấn Độ thời đó. Chúng tôi đi Ấn Độ nhiều lần, đi sâu vào trong các làng mạc, phố thị Ấn Độ nên hiểu tập tục của họ rất nhiều. Vùng nông thôn ở Ấn Độ giờ dường như toàn tắm ngoài trời, họ quấn khăn rồi tắm bên giếng nước giữa đất trời mênh mông vậy đó. Thường thì mình đi từ thành phố này đến thành phố khác, khi mình hiểu nông thôn Ấn Độ tắm ngoài trời thì mình mường tượng đến thời Đức Phật, mỗi vị sư chỉ có 1 bộ y là

y tăng-già-lê, y vai trái, y nội và trong là hồng sắc. Đức Phật cho chỉ 1 bộ chính, 1 bộ phụ. Chỉ có 2 bộ y nên y tắm rất quan trọng vì ngoài việc tắm mưa thì y tắm mưa dùng trong đời sống rất cần thiết. Chúng tôi có thời gian sống bên Anh, đến nay, những tu sĩ xuất gia vẫn còn giữ mỗi vị sư 1 bộ y. Chúng tôi cũng phải hòa nhập với họ là chỉ có 1 bộ y. Nếu y dơ mà mình giặt phơi thì đến khi có khách là không có y mặc tiếp khách nên phải nghĩ cách xử lý sao cho phù hợp. 5h sáng vừa ăn sáng xong thì tức tốc đi giặt y liền, đến buổi cơm trưa thì y này khô thì có y đi dùng cơm. Bên Anh thì có máy giặt, trời lạnh nên có máy sấy thì khoảng 5 phút là có 1 bộ y khô. Cho nên đa số nhà sư người Anh vẫn giữ luật 1 chiếc y để tập sống giản dị. Khi đó, chúng tôi thấy y tắm mưa rất cần thiết với đời sống tu sĩ. Cho nên, công dụng của chiếc y tắm mưa mà quý vị cúng vẫn còn cần thiết, và việc dâng y tắm mưa là mình giữ nghi lễ tập tục.

Phước báu khi làm lễ dâng y tắm mưa như thế nào. Đức Phật dạy là khi mình cúng dường mình có tâm thí, vật thí, đối tượng thí thì phước vô lượng vô biên. Tâm thí là phải hoan hỷ, vui thích trước khi làm, trong khi làm và sau khi làm. Người tu nói về tâm thí rất quan trọng. Cúng dường rất khó vì vẻ đẹp của cuộc đời này là cho đi. Ai mà có tâm hoa hỷ cúng dường thì đó là vẻ đẹp của cuộc đời. Mình không có bố thí, không bỏ ra thì mình huân tập lòng tham mình rất nhiều. Tâm tham mà càng lớn, càng to thì đường tu còn rất xa diệu vợi. Cho nên Phật dạy: "đường tu bố thí đứng đầu". Việc bố thí sẽ có được phước báu, công đức và giúp mình bớt đi lòng tham. Mình bố thí càng nhiều thì tâm thí càng lớn thì đó là yếu tố dễ cắt đứt phiền não, là cội nguồn của lòng tham. Lòng

tham lớn thì sẽ dính mắc trong tam giới này hoài, sẽ đau khổ. Cho nên, cho đi là nhẹ, cho đi là để bớt đi tâm ích kỷ, tham lam. Như vậy mình phải có tâm thí. Nhưng bố thí vì sĩ diện thì khác nữa. Thấy người ta làm mà mình bắt chước làm theo thì khác. Mình làm phước phải tin nhân quả nghiệp báo, bằng sự hoan hỷ, tự nguyện của mình. Mình tin nên thể hiện hạnh bố thí của mình thì tâm thí mình lớn. Mình không tin mà làm được thì không hoan hỷ. Bữa nay mình làm thí chủ thì hôm qua mình chuẩn bị lễ phẩm, mình vui. Hôm nay, mình tận tay cúng dường nên tâm hoan hỷ, vui thích. Sau khi làm mình cũng phải vui thích. Sau khi làm thì mình đi về nhà mà nghe đồn mấy sư chùa này ngủ nhiều hơn tu, lúc đó mình thối lui, tiếc của thì xem như như tâm thí không đủ. Còn người có tâm tin nhân quả thì làm xong rồi phải hoan hỷ dù ai tác động gì cũng chẳng nghe vì họ làm phước đã có phước rồi, còn ai như thế nào thì không quan trọng.

Thứ hai là vật thí. Vật thí là gì? Đây là bình bông, cái đèn cầy. Ai bỏ tiền mua đèn cúng là vật thí. Như hôm nay cúng thức ăn thì thức ăn này là vật thí. Tứ vật dụng là cái gì? Kem đánh răng, bàn chải, xà bông, khăn, v.vv… những vật để dùng trong an cư kiết hạ. Y tắm mưa để dùng trong đời sống người xuất gia. Ai cúng dường y phục, bông hoa cho dung sắc thù thắng. Người cúng vật thực là cho sức lực, khỏe khoắn. Chẳng hạn ai đang đói mà được ăn là khỏe liền. Ai chưa ăn mà ngồi đây một hồi là mất năng lượng liền. Chúng tôi có đi dạy học mà sáng nào không ăn sáng thì đứng trên lớp cầm cục phấn là run tay. Ăn là quan trọng. Cho nên ai sức khỏe yếu mà cúng dường vật thực, hay từ thiện nấu ăn thì có sức lực. Vật thí cúng đèn thì cho mắt sáng. Còn mình cúng

dường như tượng Phật này cho quyền lực. Ai muốn làm lớn thì cúng tượng Phật. Người nào thường xuyên lạy Phật, niệm Phật thì có phước quyền lực. Người nào muốn thông minh, sáng suốt thì bố thí pháp, ấn tống kinh sách, băng đĩa giảng pháp. Ấn tống sách cho phước may mắn về khoa bảng. Cho nên con cái mình kém thông mình thì quý vị nên ấn tống kinh sách, băng đĩa có tính giáo dục cao nhiều người hưởng ứng. Nhiều khi người ta nghe đĩa đó mở mang trí tuệ, có hiếu với cha mẹ nhiều hơn, phát tâm đi chùa nhiều hơn thì mình làm được điều đó thì phước trí tuệ được gia tăng. Mình niệm ân đức tăng, cúng dường chư tăng thì có phước giàu sang. Ngày nay, Phật tịch diệt lâu rồi, đa số quý vị ở đây, kể cả chúng tôi thì mình biết được Phật giáo, tu theo Phật giáo là nhờ hình ảnh chư tăng. Nhờ tăng xuất gia, lập chùa mà mình hiểu được lời dạy Đức Phật. Cho nên vị tăng là phước điền. Quý vị là người đã quy y Tam Bảo thì luôn nhớ câu: "Đệ tử quy y Phật, đấng Thiên nhơn điều ngự bị trí vẹn toàn. Đệ tử quy y pháp là đạo chuyển mê khai ngộ, ly khổ đắc lại. Đệ tử quy y tăng là bậc hoằng truyền chánh pháp, ruộng phước không gì bằng". Cho nên vật thí là phải có, mình làm phước gì thì tương xứng với hành động đó mà sanh phước.

Thứ ba là đối tượng thí. Bố thí cho chúng tăng thì phước khác, cho người nghèo thì phước khác, bố thí cho người đắc đạo thì phước khác, bố thí cho người có giới thì phước khác, bố thí cho người đắc thần thông thì phước khác, bố thí cho bậc thánh thì phước khác. Cho nên, đối tượng thí của mình rất quan trọng. Hôm nay, quý vị đến bố thí cho tăng an cư kiết hạ ở chùa này. Tôi biết có 3 vị an cư tại đây, 3 vị này là đại diện cho tăng già. Khi làm phước, mình có đầy đủ 3 điều kiện

này thì công đức vô lượng vô biên. Đức Phật ví giống như nước chảy từ trên cao xuống thấp, như cây trồng khi có trái thì được hưởng quả nhiều năm, hưởng được nhiều mùa, thì việc bố thí cúng dường của ta được phước nhiều như thế ấy.

Tại sao lại dâng y và cúng dường lễ phẩm nhập hạ chùa nào cũng tổ chức. Đây là sự liên hệ giữa người cư sĩ tại gia và bậc xuất gia. Trong Giáo hội có 4 hội chúng là tỳ khưu tăng, tỳ khưu ni và thiện nam, tín nữ. Đây là 4 hội chúng Phật giáo. Đời sống tăng sĩ đa phần là nhờ hộ độ của đàn na tín thí. Thời Đức Phật, trong chùa không có bếp. Bây giờ, bên Miến cũng không có bếp nên làm trụ trì khỏe lắm. Ở Việt Nam mà chùa đông chư tăng thì hơi vất vả. Chùa chúng tôi có khoảng 100 tăng ni, mùa hạ có hơn 100 tăng ni nên việc ăn uống làm đầu bếp vất vả lắm nên phải có khâu tổ chức. Một ngày 100 người ăn cũng giống như đám giỗ 5 hay 10 bàn. Cho nên khâu tổ chức nhà bếp và trụ trì thì phải tổ chức chặt chẽ. Còn tại sao lại không có bếp vì bổn phận người xuất gia là phải trì bình khất thực nuôi mạng rồi tìm gốc cây hay chỗ nào vắng mà ngồi ăn. Cho nên quy vị thấy bên Thái, Campuchia thì đa số họ người dưới đất. Tại sao? Vì người xuất gia phải bỏ tất cả đi tu, phải ôm bát khất thực để bớt đi cái tôi, cái bản ngã của mình. Vì Đức Phật tu để bớt bản ngã. Thứ 2 là giới luật người tu là không nằm quá cao và xinh đẹp. Vào chùa, có phòng khách mà người ta cúng bộ ghế đẹp thì không lẽ mình không ngồi. Mà mình ngồi thì thiên hạ vào họ lại đánh giá người tu ngồi ghế còn hơn mấy ông bự ở ngoài nữa. Ở thế gian người ta đánh giá. Cho nên có một số nước Phật giáo Nguyên thủy, khi chư tăng đi khất thực xong, vào tăng xá, ngồi xuống đất để thể hiện sự tu là sự giản dị. Từ sự đơn giản là ngồi dưới đất

để tô điểm hạnh của người tu. Như vậy, lễ vô hạ để nói lên là mỗi một ngôi chùa có đệ tử thân quen, có những người hộ độ chư tăng, có sự liên kết giữa hàng tứ chúng.

Trong 3 tháng hạ thì chư tăng hạn chế đi lại, không được đi ra ngoài ở qua đêm ngoại trừ cha, mẹ, thầy tổ bịnh hay có việc gì đặc biệt thì phải đi ra về trước ngày thứ 7. Cho nên hoàn toàn cấm túc an cư tại một chỗ. Lý do? Vì mùa mưa là mùa của chồi non, mùa của côn trùng sinh sôi nãy nở. Trước đây, khi chưa có lịnh an cư thì các vị tỳ khưu đi hoằng pháp liên tục, quanh năm suốt tháng đi khắp các nơi, mà thời xưa phải đi bộ và dẫm trúng côn trùng, đạp chồi non. Nên ngoại đạo nói đệ tử sa-môn Cồ Đàm không có lòng từ bi, đi dẫm gãy chồi non, đạp lên tổ côn trùng. Cho nên Ngài ban hành cấm chế đệ tử là 3 tháng mùa mưa thì các vị tỳ khưu cấm túc một chỗ nhằm tu nghiệp thân, khẩu, ý cho trong sạch.

Lễ dâng y để các Phật tử sắm sửa lễ phẩm dâng cho các vị an cư ở đây sử dụng. Trong bài kinh Lễ bái sáu phương dạy giữa người cư sĩ tại gia và người xuất gia có bổn phận tương quan với nhau. Người tại gia có 5 bổn phận với người xuất gia: 1 là cử chỉ thân thiện, 2 là lời nói thân thiện, 3 là tư tưởng thân thiện, 4 là luôn mở của đón tiếp, 5 là cúng dường tứ sự. Đồng thời người xuất gia cũng có 5 bổn phận: 1 là hướng dẫn cư sĩ tránh xa điều ác, 2 là hướng dẫn cư sĩ làm điều lành, 3 là luôn luôn cư xử với tâm từ ái, 4 là giảng đạo lý tường tận cho người cư sĩ tại gia, 5 là chỉ con đường an vui đời sau. Đây là những lời dạy của Đức Phật và mối tương quan giữa người tu sĩ và cư sĩ. Quý vị thấy trong đó có bổn phận cúng dường tứ sự. Cho nên dâng y tắm mưa nhập hạ thì một số cư sĩ gần đây xem chư tăng cần gì để mình đáp ứng nhu cầu. Người tại

gia cúng vật chất thì người xuất gia phải đáp ứng nhu cầu tâm linh cho cư sĩ tại gia là phải hướng dẫn cho cư sĩ làm điều tốt, lánh xa điều ác và lúc nào cũng phải nói bằng tâm từ ái chứ không nói bằng tâm sân, si, giận hờn. Cho nên tác phong của người xuất gia thì phải có lòng từ bi hỷ xả. Nếu mất đi thì thiếu trọng trách.

Ngày hôm nay là lễ dâng y tắm mưa và cúng dường tứ sự cho chư tăng an cư tại chùa Hội Quang. Chúng tôi hoan hỷ với gia đình thí chủ và các Phật tử. Hình ảnh của quý vị xem như nguồn vui đạo vị khích lệ tinh thần cho chư tăng, giống như buổi lễ tiễn các sư vào mùa an cư kiết hạ, đi vào đời sống tu tập, là nguồn khích lệ tinh thần làm cho các vị ở đây có thêm sức mạnh lớn để các vị tu tập tốt hơn nữa và làm thiện sự hoằng pháp lợi sinh tốt hơn nữa. Chúng tôi có đề tài giảng về nguồn gốc của y tắm mưa để cho các Phật tử tham dự ngày hôm nay hoan hỷ và cuối cùng cầu nguyện Tam Bảo chư thiên gia hộ cho quý vị thân tâm an lạc, tu hành tinh tiến và nhiều thuận duyên trong cuộc sống./.

PHẦN VI

1. 16 Giai Đoạn Tuệ GiÁc Thiền
   "Minh – Sát – Tuệ" (Vipassanā Ñāṇa)
2. Điều Ngự Trượng Phu
3. Chiếc Là Hoàng Hôn
4. Dâng Hoa
5. Vị Lạ Trong Biển Cả
6. Hãy Tu
7. Mahāpajāpatī Gotamī (Kiều Đàm Di)
   Tỳ Khưu Ni Đầu Tiên Của Phật Giáo

1. 16 GIAI ĐOẠN TUỆ GIÁC THIỀN "MINH – SÁT – TUỆ"[1]

(VIPASSANĀ ÑĀṆA)

Trước khi diễn giải về 16 Tuệ giác trong Thiền Minh – Sát – Tuệ, có một thuật ngữ quen thuộc mà quí vị hành giả ở đây ai cũng đã từng nghe qua. Đó là: THIỀN (Jhàna). Thiền nói chung được chia làm 2: THIỀN ĐỊNH (Samadhi) và THIỀN TUỆ (Vipassana).

Thiền Định (Samadhi) là sự tập trung 1 trong 40 đề mục thiền định. Ví dụ như niệm Phật, niệm pháp, niệm tăng, niệm thí, niệm giới v.v. Mục đích của Thiền định là có 4 cấp độ nhập định như Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, và Tứ Thiền, đó là thiền Sắc giới; Tiếp tục, hành giả tu tập thêm nữa để đạt được 4 thiền Vô sắc, đó là Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tưởng phi phi tưởng xứ. Để có thể thành tựu những tính chất của Định, khi tu tập hành giả phải buông tâm không trú vào đâu cả. Hành giả chỉ việc nhắm mắt lại quan sát niệm đề mục cho đến khi đắc định. Trú xứ phải là ngôi nhà trống, rừng núi là tốt nhất cho việc nhập định.

Thiền Tuệ (Vipassanā) đề mục của thiền tuệ là Thân thọ tâm pháp. Mục đích là sát trừ phiền não, chấm dứt sanh tử luân hồi. Tư thế ngồi phải kiết già lưng thẳng. Trú xứ là ngôi nhà trống, hoặc nơi nào thuận lợi việc tu tập. Thiền tuệ dường như không quan trọng trú xứ, nơi nào thích hợp hành thiền

1. Giảng đường: Tổ Đình Bửu Quang, Thủ Đức. Khóa Tu Thiền ngày 8 tháng 12 năm Ất Mùi (2015). Ghi pháp: phật tử Quang Đức.

thì vẫn tốt. Hành giả tu thiền tuệ nhằm phát huy trí tuệ thấy rõ, biết rõ sự sinh diệt của danh pháp, sắc pháp; thấy rõ, biết rõ 3 trạng thái chung: vô thường, khổ não, vô ngã của các danh pháp, sắc pháp, dẫn đến chứng ngộ chân lý 4 Thánh Đế, chứng đắc 4 Thánh Đạo, chứng đắc 4 Thánh Quả và Niết Bàn, đoạn tuyệt mọi phiền não, mọi tham ái, chấm dứt sanh tử luân hồi.

Thiền Định có thể dễ dàng được bắt gặp ở những phiên bản có nhiều điểm tương đồng hay phiên bản tương đương từ các tông phái khác nhưng Thiền Tuệ là phiên bản duy nhất chỉ có trong Phật giáo, là cốt tủy của Đạo Phật. Trong kinh tạng Pāḷi, Thiền Tuệ được thể hiện rõ ở 2 bài kinh Tứ Niệm Xứ trong Trung Bộ Kinh và Đại Niệm Xứ trong Trường Bộ. Thiền Tuệ có 16 Tuệ, đó là:

1. Tuệ phân tách Danh Sắc (Nāma-rūpapariccheda ñāṇa)
2. Tuệ phân tách Nhân Quả (Paccayapariggaha ñāṇa),
3. Tuệ suy xét thấy Danh Sắc là vô thường, khổ não, vô ngã (Sammāsana ñāṇa),
4. Tuệ thấy sự Sanh – Diệt của Danh Sắc (Udayabbayānupassanā-ñāṇa),
5. Tuệ Diệt (Bhanga ñāṇa),
6. Tuệ Sợ (Bhaya ñāṇa),
7. Tuệ thấy Hiểm Nguy của Ngũ uẩn (Adinava ñāṇa)
8. Tuệ Chán nản (Nibbida ñāṇa)
9. Tuệ muốn Giải thoát (Muncitukamyata ñāṇa)
10. Tuệ Suy Tư (Paṭisaṅkhānupassanā-ñāṇa)
11. Tuệ Xả Hành (Saṅkhārupekkhā-ñāṇa)
12. Tuệ Thuận-Thứ (Anuloma-ñāṇa)
13. Tuệ Chuyển Tánh (Gotrabhū-ñāṇa) / (“Cắt dòng phàm”),

14. Đạo-Tuệ (Maggañāṇa)
15. Quả-Tuệ (Phala-ñāṇa)
16. Tuệ Kiểm-soát Phiền-não và Tuệ Niết-Bàn (Paccavekkhana ñāṇa)

16 Tuệ Thiền Minh Sát được chúng tôi tham khảo từ sách biên dịch trước năm 1975 của Thiền sư, Hòa thượng Hộ Pháp. Hòa thượng dịch lại tác phẩm này từ Tiếng Thái. Sở dĩ chúng tôi chọn nguồn tài liệu tham khảo này vì nhận thấy đây là tác phẩm có giá trị tin cậy về tiến trình trải nghiệm.

Hòa thượng Hộ Pháp, thế danh là Trương Văn Huấn. Khi còn bé Ngài học chữ nho, sau đó học sang chữ Pháp. Ngài từng sang Pháp học ngành sư phạm tại Đại học Toulouse, và đồng thời tốt nghiệp Cử nhân Khoa Học. Rồi Ngài trở về nước và tham gia giảng dạy tại nhiều trường học ở Sài Gòn, đặc biệt Ngài được bổ nhiệm làm giám học kiêm Giáo sư Khoa Học trường trung học Petrus Trương Vĩnh Ký từ năm 1946 đến năm 1956. Năm 1957, Ngài được cử làm Tổng Thanh Tra Trung Học toàn quốc và dạy học tại trường Cao Đẳng và Đại Học Sư Phạm Sài Gòn cho đến năm 1965.

Ngoài việc là một giáo sư có nhiều cống hiến trong lãnh vực giáo dục, Ngài còn dành nhiều thời gian để tìm hiểu các Tôn phái Phật giáo và có nhiều đóng góp tích cực trong các hoạt động Phật sự. Đặc biệt, Ngài là một trong những cư sĩ sáng lập viên của Tổng Hội Phật giáo Nguyên thủy Việt Nam, thành lập năm 1957.

Hòa thượng Hộ Pháp là Thầy của Tu nữ Liên Nhu. Còn chúng tôi, dù không có nhân duyên cận kề tu học với Ngài (thời gian chúng tôi xuất gia, Ngài đã định cư ở Hoa Kỳ), chúng

tôi cũng có một số giao cảm tương tác với Ngài như lần tới thăm gia đình bác sỹ Phước trong thời gian tu học ở London, chúng tôi được gia đình bố trí nghỉ qua đêm trong thư viện mini của gia đình. Ở đây, nhờ thói quen ham học hỏi tìm hiểu mà chúng tôi phát hiện ra một bản photo tài liệu viết tay của Ngài Hộ Pháp. Chúng tôi vô cùng hoan hỷ và có photo lại để đem về Việt Nam. Tương tác thứ hai là thời gian chúng tôi mới về tiếp quản chùa Bửu Quang. Chúng tôi được cơ duyên trong Tịnh thất Mít Nài của Hoà thượng Bửu Hạnh. Đại đức Bửu Nam dọn dẹp lại tịnh thất, có cung cấp cho chúng tôi khoảng15 bài giảng viết tay của Hòa thượng Hộ Pháp. Càng đọc các bài viết của Ngài, chúng tôi càng quí trọng tâm đức và trí tuệ của Ngài – một nhà trí thức Phật giáo.

Với lối hành văn ngắn gọn, súc tích, dễ hiểu, dễ cảm thụ. Lối viết của Ngài thật khác biệt và không giống với các cách hành văn na ná mà chúng tôi vẫn quen đọc thời đó. Đây chính là lý do thúc đẩy chúng tôi biên soạn và ấn hành nên tác phẩm: "Thiền sư Hộ Pháp – Một Thời Để Nhớ".

Dẫu chúng tôi vẫn chưa tìm thấy tài liệu gốc miêu tả về 16 Tuệ trong Thiền Minh Sát Tuệ nhưng diễn biến của tiến trình Tâm này rất phù hợp với trải nghiệm của các thiền sư, hành giả. Do vậy, hôm nay chúng tôi mạnh dạn giảng giải sâu về 16 Tuệ này để quí vị hành giả thực hành và tự mình chiêm nghiệm.

1. **Tuệ phân tách Danh Sắc** (Nāma-rūpapariccheda ñāṇa) - Bước đầu của hành thiền là phân biệt danh – sắc. Danh là Tâm (tinh thần), Sắc là mặt, mũi, tai, mắt … (vật chất). Hành giả bắt đầu thực hành với sự nhận biết: thân ta có 2 phần danh và sắc, ngoài ra không có gì khác, không có cái ta của ta.

2. **Tuệ phân tách Nhân Quả** (Paccayapariggaha ñāṇa) - Nhân là hạt giống, Quả là trái. Gieo nhân nào thì ắt gặt quả ấy. Hành giả hành thiền để tâm vắng lặng, tâm nhận rõ được qui luật có quả chắc chắn phải có nhân. Cái gì sanh ra trước là nhân, sanh ra sau là quả. Tin nhân – quả để biết gieo những hạt giống thiện.

3. **Tuệ suy xét thấy Danh Sắc là vô thường, khổ, vô ngã** (Sammāsana ñāṇa) - Hành thiền để hành giả tự suy xét mà thấy một cách thô sơ về vô thường (aniccā), khổ (dukkha), vô ngã (anattā), 3 pháp ấn xoay chuyển không ngừng trong thế gian. Nhận biết được rằng không có gì trường tồn vĩnh cửu. Mọi thứ đều vô thường, nay còn danh sắc này nhưng mai có thể hoàn toàn thay đổi hay biến mất do thiên tai, hỏa hoạn, bệnh tật, tuổi tác, nghiệp lực v.v. Ví như một công ty sản xuất đũa ở gần chùa ngày hôm qua đã hoàn toàn bị thiêu rụi bởi hỏa hoạn. Tài sản đang sở hữu, tưởng như là vững chắc bỗng chốc hoàn toàn tiêu tán, mọi thứ là vô thường, không gì là mãi mãi, không gì là của ta.

4. **Tuệ thấy sự Sanh – Diệt của Danh Sắc** (Udayabbayānupassanā-ñāṇa) - Trong thời gian hành thiền, ngoài việc niệm hơi thở, hành giả còn bắt gặp nhiều cảnh vật (hỷ lạc khởi sanh). Có người thấy tiên, phật; có người thấy chùa chiền cung điện; có người thấy sông núi cảnh đẹp; có người thấy ánh sáng hào quang v.v. những hỷ lạc này khiến hành giả muốn níu giữ hoài cũng như một người đang nằm mộng đẹp, không muốn thức dậy. Tuy vậy quí hành giả cần nhớ rằng tất cả cảnh sắc đều do tâm sanh, là giả cảnh. Tâm sanh phải để cho tâm diệt. Nếu không để tâm diệt, hành giả được ví như người lạc vào mê cung, mải mê đeo đuổi với những giả cảnh để rồi quên mất mục đích chính của mình.

Hành giả hãy quán chiếu rằng những giả cảnh đó chỉ là vô thường, khổ, vô ngã để không đánh mất chánh niệm mà rơi vào tà niệm.

"Ai sống một trăm năm
Không thấy Pháp Sanh - Diệt
Không bằng sống một ngày
Thấy được Pháp Sanh – Diệt" Kinh Pháp Cú

5. **Tuệ Diệt** (Bhanga ñāṇa) **-** Trải nghiệm được Tuệ 4, hành giả sẽ trải nghiệm đến tiến trình tâm tiếp theo là Tuệ Diệt. Khi những giả cảnh do tâm sanh (chướng ngại) không còn làm vướng bận đến các hành giả, không khiến cho các hành giả cảm nhận yêu ghét hay sợ hãi. Lúc này, bất kỳ cái gì hiện ra cũng mặc, hành giả nhìn chúng rồi để chúng tự ra đi, tái lập sự tập trung, giữ tâm chánh niệm. Tuệ diệt là bước đầu tiên của sự đoạn diệt phiền não.

6. **Tuệ Sợ** (Bhaya ñāṇa) - Vì sự hủy diệt đã được hành giả chiêm nghiệm trong tuệ thứ 5, cảm nghĩ phát sanh cho rằng danh sắc là mong manh luôn luôn sinh và diệt mau chóng khiến hành giả sợ hãi trong lòng. Hành giả không còn nhận thấy được hạnh phúc trong danh sắc, nhờ vậy lòng tham ái bị ngưng lại. Tuệ này là kẻ thù của tham ái, tuy vậy ở cấp độ này hành giả vẫn chưa hoàn toàn đoạn tuyệt được với lòng tham ái.

7. **Tuệ thấy Hiểm Nguy của Ngũ uẩn** (Adinava ñāṇa) - Ngũ uẩn hay danh sắc cũng đều cùng một nghĩa bởi ngũ uẩn là: sắc, thọ, tưởng, hành, thức; trong đó sắc là thân còn thọ, tưởng, hành, thức là danh/tâm. Hành giả nhận ra có danh sắc (ngũ uẩn) là có những hiểm nguy (tai ương, bệnh tật) có thể phát sanh. Nhận thức được mối hiểm nguy của ngũ uẩn,

hành giả đồng thời cũng nhận ra các lợi ích từ đây. Theo ghi chép từ kinh điển, hành giả khi hành đến tuệ này thì có thể diệt được 59 hay 96 thứ bệnh có thể phát sanh. Ví như hành giả biết mình bị bệnh tim, khi hành giả hành thiền nhận thấy được sự hiểm nguy của bệnh đang tới (bệnh tái phát trong ngữ cảnh tổn thương tinh thần cụ thể nào đó), hành giả thực hành quán chiếu hơi thở, để tâm vắng lặng thì những cảm xúc dễ khiến bệnh tăng lên cao trào sẽ nhẹ nhàng mà tiêu tan.

8. **Tuệ Chán nản** (Nibbida ñāṇa) - Dẫu ở Tuệ 7, hành giả có thể cảm nhận được sự hiểm nguy của ngũ uẩn mà diệt các cảm xúc gây mầm họa nhưng cũng chính ở giai đoạn này hành giả nhận thấy được sự tàn úa sinh học tự nhiên của danh sắc. Có danh sắc ắt phải có sự SANH – HOẠI tự nhiên dẫn đến tâm lý chán nản, chán ghét. Sự chán ghét này không xuất phát từ sân mà xuất phát từ trí tuệ. Hành giả hiểu rõ được qui luật của tái sanh danh sắc và không còn ham muốn tái sanh.

"Tất cả mọi vật hiện hữu đều vô thường.
Với trí tuệ, chúng ta nhận thức được điều này
Tinh tấn hành giả thoát khổ
Đây là con đường giải thoát" Kinh Pháp Cú

9. **Tuệ muốn Giải thoát** (Muncitukamyata ñāṇa) - Lúc này tâm tính hành giả trở nên gắt gỏng, khó chịu, khô khan, thậm chí còn có tâm lý bi quan với tất cả. Cảm giác thờ ơ, không còn tha thiết với vật chất, công danh, gia đình, sự nghiệp. Một lòng hướng về giải thoát/niết bàn. Ham muốn được giải thoát dẫn đến sự năng nỗ tu tập hơn để đạt được.

10. **Tuệ Suy Tư** (Paṭisaṅkhānupassanā-ñāṇa) - Khi hành giả phát sanh tuệ muốn giải thoát khỏi danh và sắc; tuệ giác sẽ

suy tư, trăn trở nhiều hơn với 3 pháp ấn vô thường, khổ, vô ngã. Càng suy tư, hành giả lại càng thấy rõ các đặc tính sanh diệt, thấy rằng chúng là trống rỗng, là không thể sở hữu, không thể kiểm soát.

11. **Tuệ Xả Hành** (Saṅkhārupekkhā-ñāṇa) - Qua tầng Tuệ suy tư, hành giả lúc này thấu triệt rõ ràng hơn về 3 pháp ấn. Hành giả sẽ có thêm xả ly với những suy tư đạt được. Thấy, suy xét, xả và tiếp tục hành thiền để chứng ngộ giải thoát.

12. **Tuệ Thuận-Thứ** (Anuloma-ñāṇa) - Từ những kết quả tu tập được từ những tuệ trước đó, tuệ thuận thứ khiến hành giả năng nổ hơn, có nhiều đức tin hơn, chánh niệm hơn, và có trí tuệ hoàn hảo hơn. Tuệ thuận–thứ là tuệ cuối cùng ở trong cõi dục giới/thế tục (có danh sắc làm đối tượng). Từ sau tuệ này thì Niết bàn sẽ thành đối tượng.

13. **Tuệ Chuyển Tánh** (Gotrabhū-ñāṇa) - Trí tuệ của tâm trong tuệ này chuyển đổi hành giả từ kẻ phàm phu (puttujjana) sang bậc thánh cao quí (ariyapuggala). Tâm đầu tiên trong vòng luân hồi có Niết Bàn là đối tượng. Dẫu đã có Niết Bàn là đối tượng, tuệ này vẫn chưa đoạn tuyệt hoàn toàn với phiền não.

14. Đạo-Tuệ (Maggañāṇa) - Trí tuệ xuất hiện trong tâm gọi là tuệ đạo. Đây là tâm đầu tiên của 4 tâm đạo dẫn đến Tu Đà Hườn (Sotāpanna).Tâm đạo hoạt động chỉ trong một sát na (citta-bhanda), nhưng nó giảm bớt sự tái sinh trong tương lai đến 7 kiếp. Khi tâm đạo xuất hiện lần đầu tiên, gọi là tâm đạo Tu đà hườn, xuất hiện thêm 3 lần nữa sẽ chứng đắc những Đạo cao hơn:

Đạo Tu Đà Hườn (Sotapatti-magga)
Đạo Tư Đà Hàm (Sakadagami-magga)

Đạo A Na Hàm (Anagami-magga)
Đạo A La Hán (Arahatta-magga)

Đối với hành giả lần đầu tiên trở thành bậc thánh cao quý. Vị này không còn có thể tái sinh trong 4 đường ác đạo.

15. **Quả-Tuệ** (Phala-ñāṇa) - Trong tuệ này, tâm quả phát sinh, và có một cảm giác an lạc rất sâu lắng. Kết quả này là định luật của chân lý hoặc nhân quả (dhamma niyama) - nghĩa là tâm quả luôn luôn đi theo tâm đạo. Tâm quả là quả siêu thế từ tâm đạo. Trong tuệ quả hành giả trở thành bậc thánh lần thứ 2, vị này bây giờ được gọi là bậc thánh Tu Đà Hườn (Sotapatti-phala-pugala) và chắc chắn sẽ giác ngộ không quá 7 lần tái sinh nữa. Hành tập lại cho đắc 15 tuệ lần 2, hành giả chứng đắc quả Tư Đà Hàm, lần 3 A Na Hàm, và lần 4 A La Hán.

16. **Tuệ Kiểm-soát Phiền-não và Tuệ Niết-Bàn** (Paccavekkhana ñāṇa) - Chứng đắc được tuệ này, hành giả chứng đạt Niết Bàn. Niết bàn là đối tượng ở trong khoảnh khắc hiện tại.

Kết luận: 16 Tuệ trong thiền tuệ là con đường đi đến sự giải thoát, tiến trình tâm này cũng được ví như "con đường dẫn đến thanh tịnh" - Thanh Tịnh Đạo (Visuddhi-magga). Thanh Tịnh Đạo là tác phẩm khá hoàn hảo của Trưởng lão Phật Âm-Buddhaghosa, được xem như Bách Khoa Toàn Thư của Phật giáo với 3 phần Giới – Định – Tuệ. 16 Tuệ Minh Sát hay 7 Thanh Tịnh Đạo là con đường chánh pháp duy nhất đi đến Niết Bàn./.

2. ĐIỀU NGỰ TRƯỢNG PHU[2]

"Thiện thay đức Phật tuyệt vời
Với lòng từ mẫn giảng lời diệu ngôn
Độ người đoạn tuyệt mê hồn
Dứt trừ cuộc sống sanh tồn khổ đau.

Thiện thay chánh Pháp nhiệm mầu
Dẫn đường giải thoát khổ sầu tử sinh
Vẹt trừ u tối quán minh
Chứng tri an trú tuệ minh rạng rời.

Thiện thay tăng chúng lánh đời
Theo chân từ phụ sa rời đọa xa
Tự mình tu vượt phong ba
Mà cùng hướng dẫn người ra khỏi đời."

Đệ tử thành kính tán dương ân đức Tam Bảo, là Phật bảo, Pháp bảo và Tăng bảo, do nhờ uy lực Tam Bảo, xin gia hộ toàn thể Chư tôn đức Tăng Ni; toàn thể chư thiện nam tín nữ được năm điều hạnh phúc: sống lâu, sắc đẹp, an vui, sức mạnh và luôn có trí huệ sáng suốt. Mong cho 5 điều an lành này hằng gia tăng đến toàn thể quý vị.

Kính thưa toàn thể đại chúng, hôm nay là ngày tổ chức khóa tu niệm Hồng danh Đức Phật định kỳ lần thứ 57 tại Thiền viện Thiện Minh – huyện Long Hồ, tỉnh Vĩnh Long, đồng

2. Giảng đường: Thiền Viện Thiện Minh, khoá tu Thiền Niệm phật lần thứ 57 ngày 20 tháng 7 năm Ất Mùi (2/9/2015). Ghi giảng: Phật tử Quang Đức.

thời cũng là ngày mà toàn thể đất nước Việt Nam đang tưng bừng tổ chức Đại lễ 2 tháng 9 – ngày Quốc Khánh nước Cộng Hòa Xã Hội Chủ Nghĩa Việt Nam. Ngày Quốc Khánh là ngày lễ trọng đại trong năm vậy mà quí vị vẫn dành thời gian về đây tham dự một ngày tu niệm Hồng danh Đức Phật "Araham Sammā Sambuddho" thì quả thật vô cùng phước báu và vinh dự cho ban tổ chức khoá tu. Sư đại diện Ban tổ chức xin tán dương công đức Tăng Ni và quý Phật tử gần xa. Cầu nguyện Tam Bảo luôn gia hộ Tăng ni và Phật tử luôn an lạc, mọi việc hanh thông.

Niệm Hồng danh Đức Phật "Araham Sammā Sambuddho" là để giúp chúng ta thanh lọc than tâm của mình. Chúng ta niệm nhiều, niệm liên tục và niệm thường xuyên thì sẽ đạt được phép lạ, huyền diệu trong cuộc sống, đồng thời nó sẽ giúp cho tâm chúng ta được tĩnh lặng. Niệm Phật cũng như là một phương tiện giúp cho chúng ta cảm thấy hanh thông, nhẹ nhàng, và sảng khoái. Chúng ta loại trừ được tham, sân, si; bớt đi cái tâm sanh khởi sự cau có, nóng nảy, cố chấp, và ngã mạn. Phương pháp niệm Phật cũng là phương pháp giúp cho chúng ta tỉnh giác trong đời sống hàng ngày. Chúng ta niệm Hồng danh Đức Phật tương tự như chúng ta đang xem biểu tượng đức Phật như là một tấm gương để soi vào trong cuộc sống thường nhật. Để chúng ta biết dừng lại trước những sanh khởi gây phiền não cho mình và cho người. Do đó, Hôm nay sư sẽ giảng đề tài: ĐIỀU NGỰ TRƯỢNG PHU.

Điều Ngự Trượng Phu là một trong 10 danh hiệu của Phật như là: Như Lai; Ứng Cúng; Chánh Biến Tri; Minh Hạnh Túc; Thiện Thệ; Thế Gian Giải; Vô Thượng Sĩ; Điều Ngự Trượng Phu; Thiên Nhân Sư; Phật, Thế Tôn, thường được

nhắc đến trong các bài kinh. Lại nữa, Chư tăng Ni trong Phật giáo thường tán dương 10 Hồng danh này vào các thời khoá công phu chiều và sáng. Thông thường, chúng ta đọc "Đức Thế tôn hiệu Điều Ngự Trượng Phu (Purisadamasāratthi) bởi Ngài là đấng tế độ những người hữu duyên nên tế độ".

Có một số người họ quan niệm Đức Phật là toàn giác và toàn năng. Toàn giác nghĩa là Ngài tự giác ngộ "4 Thánh Đế". Toàn năng nghĩa là Ngài ban phước, tha tội cho những người xung quanh. Nhưng xin thưa với quí vị, qua Hồng danh Điều Ngự Trượng Phu, chúng ta thấy rằng Đức Phật Ngài chỉ là một bậc toàn giác. Ngài giác ngộ 4 thánh đế và Ngài đem ra giáo hóa chúng sanh để chúng sanh thực hành theo giáo pháp có 4 thánh đế đó. Mục đích của việc thực hành 4 thánh đế là để giúp cho bản thân những chúng sanh thực hành đó được hết khổ, để được chấm dứt sanh tử luân hồi. Còn nghiệp duyên của chúng sanh thì nó vẫn sẽ tự vận hành theo nghiệp duyên từng chúng sanh.

Cho nên, Đức Phật Ngài chỉ tế độ những người hữu duyên nên tế độ, còn những người nào không có duyên với Ngài thì Ngài cũng không tiếp độ. Theo kinh điển ghi chép lại thì vào thời Đức Phật, quí vị thấy có những người thân của Đức Phật bị hại nhưng Ngài cũng không có động thái cản ngăn những chuyển biến đó. Dù Ngài thành Đạo, chứng quả Phật nhưng dòng họ Thích Ca của Ngài bị chu diệt bởi người cháu tên Vidudabha nhưng Ngài cản ngăn 2 lần. Lần thứ ba Ngài quán thấy nghiệp và quả nghiệp của dòng Ngài, nên Ngài không cản ngăn nữa mà để nó tự vận hành.

Bên canh đó, Đề bà đạt đa (Devadatta) và vua Thiện Giác (Suppabuddha) là những người thân ở trong gia quyến nhưng

quá tham đắm, phạm ngũ nghịch đại tội, nghiệp lực nặng nề, kết quả là bị đất rút. Chúng ta thấy đức Phật cũng không tế độ được. Từ những minh chứng trên cho thấy rằng Đức Phật – Ngài chỉ tế độ cho những người hữu duyên nên tế độ. Qua những dẫn chứng trên, người Phật tử phải tuyệt đối tin nhân quả, nghiệp báo. Trong kinh điển Pali, Điều Ngự Trượng Phu ở đây có 4 lớp nghĩa: Ngài chỉ tế độ cho những người có duyên lành với Ngài/ Cách tế độ của Ngài/ Phương pháp tế độ của Ngài/ Những lời giáo huấn của Ngài.

Chỉ tế độ cho những người có duyên lành với ngài: Trước khi giảng giải về ý nghĩa "có duyên lành", sư cũng muốn giải thích sâu thêm một chút về ý nghĩa của Hồng danh Điều Ngự Trượng Phu cho quí vị rõ. Trượng Phu ở đây có nghĩa là một nam nhân. Một vị Chánh đẳng chánh giác thì phải là nam nhân chứ không phải nữ giới. Phải khẳng định một cách chắc chắn rằng: Chánh Đẳng Chánh Giác từ các vị phật quá khứ, hiện tại, hay vị lai thì đều là nam giới. Có 3 phẩm vị Phật là Phật Thinh Văn Giác (Savakabuddha); Phật Độc Giác (Paccekabuddha); và Phật Chánh Đẳng Chánh Giác (Sammasambuddha). Phật Thinh Văn Giác (Savakabuddha) là có cả nam và nữ, nhưng Phật Độc Giác (Paccekabuddha) và Phật Chánh Đẳng Chánh Giác (Sammasambuddha) thì duy nhất chỉ có nam. Cho nên Hồng danh Điều Ngự Trượng Phu ở đây là ám chỉ một đấng nam – đấng trượng phu có đủ 32 tướng tốt và 80 tướng phụ. Trượng phu này còn có ý ám chỉ về sự thông thái, về thần thông của vị này là quảng đại, về hình dáng tướng mạo bên ngoài thì đủ các tướng đẹp của một nam nhân.

Bây giờ là về thuật ngữ Hữu duyên. Hữu có nghĩa là có, duyên ở đây là cần phải giúp đỡ. Chúng ta từng nghe về điển tích cổ có câu thơ là:

"Hữu duyên thiên lý năng tương ngộ
Vô duyên đối diện bất tương phùng" tạm dịch là:
"Có duyên ngàn dặm xa còn gặp
Không duyên trước mặt vẫn cách lòng"

Vô duyên ở đây có thể được ví như là quanh năm suốt tháng mình gặp họ, nhưng mình không có duyên với họ. Ở thời Đức Phật, có rất nhiều người nhà ở gần chùa Kỳ viên nhưng họ không thích Ngài, họ không thích Phật pháp. Họ đối diện với Phật pháp nhưng lại không có duyên để Ngài tế độ. Ngoài đời, vô duyên thậm chí gần như là đối nghịch nhau. Những người mà đối nghịch với nhau thì: "Bốn mắt nhìn nhau tóe hận thù". Đã không ưa, không thích nhau thì gặp nhau là buồn bực, là phiền não, là sân si. Cho nên, người đã không có duyên với mình mà mình vẫn cố gặp, cố tế độ cho người thì cũng vô ích. Trong khi đó, có những người ở cách xa ngàn dặm. Đi lại vướng mắc khó khăn nhưng họ có duyên với Đức Phật, họ nghe những danh tiếng về Ngài nên vẫn cố thu xếp, tạo mọi điều kiện thuận lợi để được tới đảnh lễ Ngài, thỉnh Pháp của Ngài, hay còn được Ngài tế độ.

Duyên ở đây còn có nghĩa như là duyên nợ. Giống như: vợ chồng là duyên nợ; cha mẹ con cái là duyên nợ; sở hữu nhà cửa, đất đai, cũng là duyên nợ… Có những thửa đất hay ngôi nhà có duyên với mình thì mình gặp là ưng ý liền. Mình mua một cách lẹ làng; mình ở cũng thấy ấm êm, hanh thông, suôn sẻ; rồi đến lúc mình bán cũng thấy nhanh chóng, gọn gẽ. Vợ chồng, cha mẹ con cái cũng vậy; cũng có cái duyên thì kiếp này mới gặp, mới sống chung trong một ngôi nhà.

Trong Phật giáo nói hữu duyên cũng như là nói về một ngôi chùa - nơi cư ngụ của Đàn Na Tín Thí. Một vị trụ trì có tâm

như thế nào thì tiếp độ hàng cư sĩ tại gia như thế đó. Cho nên vị trụ trì này với người phật tử phải có duyên với nhau thì vị trụ trì đó mới tiếp độ cho người phật tử đó biết quay về nương tựa vào 3 ngôi Tam bảo được.

Để gọi là hữu duyên thì phải dựa trên nhiều cơ sở. Duyên từ trong xa xưa nhiều tiền kiếp là thân bằng quyến thuộc với nhau; là huynh đệ, thầy trò với nhau; là người trao ơn và trả ơn với nhau… Chính những cái duyên này nên bây giờ gặp lại, dù chưa nói chuyện mà chỉ ngó qua ánh mắt, ngó qua tướng đi, ngó qua giọng cười… là tự động mình thấy mến chân mến tay với người đó, là tự động mình thấy có duyên lành với người đó, thấy quí mến người đó, và cảm thấy là cần phải qui tập lại để cùng tu học với nhau. Đây gọi là hữu duyên từ trong nhiều tiền kiếp.

Đức Phật Ngài còn giảng một điều quan trọng nữa là những người có Duyên trong Phật giáo còn phải dựa trên 10 cơ sở, đó là tâm của những người đó phải biết: bố thí, trì giới, tham thiền, cung kính, phục vụ, hồi hướng, tùy hỉ công đức, giảng pháp, nghe pháp, cải tạo tri kiến. Ai hội đủ 10 cơ sở này thì được xem như là người có duyên lành với Phật pháp. Khi mà tâm của một người từ trong nhiều tiền kiếp xa xưa hội tụ đủ 10 yếu tố này thì nay tái sanh trở lại làm người họ sẽ cảm thấy bình an, hòa hợp với những người cũng có duyên lành trong Phật pháp như họ.

Do đó, những người có duyên lành về Phật pháp trong nhiều tiền kiếp với Đức Phật thì ngài mới tế độ. Còn những ai không hội đủ duyên lành với Ngài thì gặp Ngài cũng như không. Ngoài ra, những người mà hữu duyên để Đức Phật tiếp độ

phải là người có thực hành đủ 10 pháp độ trong một thời gian dài. Khi họ thực hành 10 pháp độ (bố thí, trì giới, xuất gia, trí tuệ, tinh tấn, nhẫn nại, chân thật, quyết định, tâm từ, và tâm xả) một cách đầy đủ, trang nghiêm, và thanh tịnh thì khi họ gặp Đức Phật họ nghe Ngài nói một câu kệ, dạy một bài pháp, hay kể một câu chuyện là có thể họ đã bừng ngộ.

Cách tế độ: Mỗi người tìm đến với Phật pháp theo mỗi cách khác nhau. Ví dụ như có những người tìm về với Phật giáo vì: Họ thích hoạt động từ thiện xã hội/ Họ có lòng tin với người này, với người kia/ Họ theo truyền thống của gia đình/ Họ gặp biến cố trong cuộc sống/ Họ muốn tìm học hỏi, nghiên cứu, tìm hiểu sâu vì triết lý nhà Phật/ Họ ái mộ sự hi sinh của Đức Phật nên muốn noi theo tấm gương của Ngài v.v. Do nhiều duyên khởi khác nhau nên tâm tánh của những người tìm về với Phật pháp cũng khác nhau. Trong kinh Pháp cú có tích chuyện như sau:

Có một lần, khi Đức Phật thuyết pháp cho 5 người nghe, có Ānanda là thị giả, hầu quạt Đức Phật 1 bên. Còn 5 vị kia:
Một vị ngủ triền miên, ngủ từ đầu chí cuối (1);
Một vị thì chỉ ngó mây, nhìn trời (2);
Một vị thì tay chân ngọ ngoạy không yên (3);
Một vị thì tay bốc cái nọ, bẻ cái kia (4)

Vậy là chỉ có một người chú tâm kính pháp và nghe pháp. Còn 4 người còn lại có thái độ thờ ơ, phóng tâm và mất kiên nhẫn. Dẫu vậy, Đức Phật Ngài không tỏ thái độ gì mà vẫn tiếp tục an nhiên, tự tại với bài pháp của mình. Ānanda cảm thấy buồn bực, khó chịu và cuối thời pháp đó Ānanda đã bạch với Thế tôn về những suy tư, thắc mắc của mình. Đức Phật mới

dạy rằng: này Ānanda, sở dĩ Như lai có tâm bất động như vậy là do Như Lai nhìn được căn tánh của 5 người kia. Người (1) nghe pháp mà ngủ từ đầu đến cuối là vì 500 kiếp trước người đó là kiếp con rắn; đến kiếp này được tái sanh làm người mà có chịu ngồi nghe pháp là tốt rồi. Vì 500 kiếp làm rắn nên vừa nghe vừa ngủ là chuyện bình thường. Người (2) nghe pháp mà cứ ngó lên trời là vì người này có nhiều kiếp làm thầy thiên văn địa lý. Người (3) nghe pháp mà tay chân ngọ ngoạy không yên là vì 500 kiếp trước người đó là kiếp con giun. Người (4) nghe pháp mà tay bốc cái nọ, bẻ cái kia vì 500 kiếp trước người đó làm con khỉ đột. Vậy nên, ta cần biết thông cảm với tâm tánh của mỗi người vì cái tâm tánh của họ bị ảnh hưởng từ cái căn tánh trong nhiều tiền kiếp trước. Không ai giống ai, không chủng loại nào giống chủng loại nào, không tánh khí nào giống tánh khí nào. Đức Phật Ngài phân ra có 6 loại tánh khí: 3 bất thiện tánh: tánh tham, tánh sân, tánh si/ 3 thiện tánh: tánh tín, tánh giác, tánh tầm. Con người sẽ có những tánh khí khác nhau như thế này nên cần biết rõ để cảm thông hay tế độ cho họ để đạt được kết quả.

Phương pháp tế độ: Đức Phật tế độ những người ở: Nam Thiện Bộ Châu, Bắc Câu Lưu Châu, Đông Thắng Thần Châu, Tây Ngưu Hóa Châu. Những chúng sanh ở 4 châu này đều được Ngài tiếp độ. Đồng thời, Ngài cũng tiếp độ đến những chúng sanh vô hình, và các hàng chư thiên v.v. Ngôn ngữ để Đức Phật tiếp độ là tiếng Pāli, ngôn ngữ này phổ biến và dễ nghe. Loài thú cũng nghe; Chư thiên cũng nghe; Càn Thát Bà cũng nghe; Phạm thiên cũng nghe. Trong nhiều kinh điển có kể lại rằng Ngài cũng đã từng tế độ con Rồng, Dạ xoa, Phạm thiên và các loài Chúng sanh. Ngoài ra trong các thời Pháp

có viết lại rằng, Đức Phật vẫn dành thời gian ban đêm để tế độ hàng Chư thiên.

Lời giáo huấn: Những chúng sanh có duyên với Đức Phật thì Ngài huấn thị 3 giáo huấn căn bản là: không làm các điều ác; hãy làm các điều thiện; giữ tâm ý trong sạch. Không làm các điều ác nghĩa là giữ thân, khẩu, ý trong sạch. Thân trong sạch là không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm. Khẩu trong sạch là không nói dối, không sử dụng các chất say, không nói lời chửi rủa đâm thọc, không nói lời độc ác. Ý trong sạch là không tham, không sân, và không si. Làm các điều thiện nghĩa là Ngài dạy con người tránh xa các điều ác và làm những việc mang lại lợi ích cho người, lợi ích cho mình, và lợi ích cho toàn thể. Giữ tâm ý trong sạch là biết thanh lọc tâm. Để thanh lọc tâm thì cần phải biết bố thí, trì giới, tham thiền. Những người có đủ các điều lành như bố thí, trì giới, tham thiền thì mới thăng hoa được. Đức Phật dạy rằng:

Người có tâm bố thí thì sẽ có phước giàu sang (phước vật),
Người có trì giới thì sẽ có phước đạo đức (phước đức),
Người có tham thiền thì sẽ có phước trí huệ thông minh, sáng suốt (phước trí).

Để giữ được tâm ý trong sạch – thanh lọc tâm có hiệu quả thì Đức Phật dạy cần phải hành thiền và nghe pháp. Để hành thiền và nghe pháp có hiệu quả thì có 5 điều mà người tu không được dễ duôi: Có giới hạnh tốt (giữ đạo đức)/ Biết thu phúc lục căn/ Biết tiết độ cho sự ăn uống (chừng mực vừa phải)/ Luôn luôn tỉnh thức (ít ngủ mê)/ Tin tiến hành đạo (siêng năng tu tập cho pháp thiện sanh khởi).

Kết lại: Thời pháp hôm nay giảng đề tài: ĐIỀU NGỰ TRƯỢNG PHU. Sở dĩ Ngài có Hồng danh này là vì Ngài: - Chỉ tế độ cho những người hữu duyên với Ngài - Cách Tế độ - Phương pháp tế độ - Lời giáo huấn. Cho nên mỗi người phật tử cần phải biết học pháp, hành thiền tạo các cơ hội cho các duyên lành sanh khởi để cho kiếp này hay các kiếp về sau chúng ta còn có duyên lành với phật pháp. Gặp được 1 vị Phật tổ trong kiếp vị lai và chứng ngộ đắc quả trước những lời dạy của Ngài./.

3. CHIẾC LÀ HOÀNG HÔN[3]

Hôm nay, chúng tôi lại thêm một lần nữa về đây dưới bóng mát từ bi của hình tượng Đức Bổn Sư Thích Ca nhập diệt uy nghi lộng lẫy ẩn hiện trong mây giữa một triền núi thoai thoải như thế này trong lòng chúng tôi không sao tránh khỏi xúc động.

Xúc động vì sự hi sinh cao cả và lòng từ bi bác ái của Ngài, đặc biệt là vì sự nhẫn nại và chịu đựng của Ngài đối với những đớn đau bạo bệnh trước ngày nhập diệt. Nhớ về những hình ảnh đó, lại nhớ về lời thỉnh cầu của Phật tử Diệu Mai ở Hà Nội – người đang chăm sóc cha già đau bệnh trong viện. Một người con đang phải chứng kiến những ngày tháng cuối đời khổ đau về thân thể của cha và những người bệnh quanh đó. Muốn đau thay cha mà thân cô nào đâu có đau thay cho thân cha được. Vì lòng hiếu thảo cô chỉ còn cách thỉnh cầu chúng tôi tụng kinh cầu nguyện và viết một bài pháp nhằm giúp cho cha cô, những người già, và những người đang mang trọng bệnh có một chút "vốn liếng" để an tâm mà nhắm mắt. Để THÂN đau mà TÂM sẽ chẳng đau.

Đức Phật dạy rằng con người chúng ta được tạo thành chỉ bởi 2 nhân tố – danh và sắc (thân và tâm). Thân ta từ khi sanh ra đến ngày nhắm mắt ai cũng phải trải qua quá trình lão, bệnh, rồi chết. Đây là qui luật tự nhiên. Quán được cái qui luật này

3. Giảng đường: Tổ Đình Chùa Hội Khánh ngày 15 tháng 7 năm Ất Mùi, Phật Lịch 2559, Dương Lịch 2015. Ghi giảng: Phật tử Quang Đức.

nên quí vị phải học cách làm sao để thân có già có bệnh mà tâm vẫn an vui, thanh thản, trong sạch, và nhẹ nhàng. Như quí vị biết đấy, những gì có hình tướng thì sẽ có diệt, không hình tướng thì không bị hoại đi. Thân quí vị có hình tướng nên có lão hóa bệnh tật nhưng tâm của quí vị không có hình tướng thì quí vị không thể để nó già lão, sân si, tật bệnh được. Giữ cho tâm trong sạch, không có bệnh chính là quí vị đã không uổng phí thời gian tu học của mình; chính là quí vị đã tinh tấn được lời dạy của Đức Phật.

Hôm nay quả là duyên lành hội đủ khi chúng tôi về đây - dưới hình tượng nhập diệt của Đức Bổn Sư cao 12m dài 52m, với mong muốn thành tựu cho tác ý của một phật tử hiếu nghĩa ở Thủ Đô Hà Nội, và trong khung cảnh nghiêm trang long trọng của rất đông các phật tử là những bậc cao niên tại giảng đường này; đây chính là thời điểm hợp thời cho chúng tôi giảng đề tài: "Chiếc Lá Hoàng Hôn".

Sở dĩ, chúng tôi chọn tiêu đề Chiếc Lá Hoàng Hôn là vì thân ta hay vạn vật có hình tướng đều có qui trình sanh diệt như như chiếc lá. Chúng tôi chọn chiếc lá làm biểu mẫu đại diện vì hình ảnh chiếc lá vô cùng thân thuộc với cuộc sống. Lá sanh ra là chồi xanh mơn mởn để rồi chồi non đó cũng phải già đi héo úa mà rụng rơi. Trong đời sống ngắn ngủi của mình: cũng có chiếc lá bị sâu bệnh để sớm lìa cành, cũng có chiếc phải chịu đựng đủ 4 mùa nắng mưa bão táp… dẫu thế nào thì lá cũng phải úa vàng thôi. Đời sống của chiếc lá mong manh như thế nào thì sự sanh diệt thân người cũng vậy:

"Ta như chiếc lá trên cành
Chín dần vàng dần đến ngọn

Một ngày Thu đến muộn
Lá vàng theo gió cuốn đi
Lá vàng theo gió bay xa
Còn ta bao giờ ở lại
Vĩnh viễn im lìm mãi mãi
Xóa tan ký ức cuộc đời…" (Như Chiếc Lá – Nguyễn Duy Mỹ)

Chu kỳ của chiếc lá với nắng táp mưa sa thì chu kỳ của một đời người cũng phải trải qua đủ đầy phong ba bão táp. Khác chăng là Lá chỉ có Thân nên lá vàng lá chỉ cỗi, rụng rơi; còn ta có đủ Tâm và Thân nên ta già - Tâm ta sân si, Thân ta đớn đau trổ quả. Trong quá khứ ta gây bao nhiêu cảnh trái ngang oan nghiệt thì về già tâm sanh trưởng bấy nhiêu chướng nghiệp mà khổ đau.

"…Như kẻ cướp bị luật đời phân xử
Nghiệp chúng sanh, luật nhân quả nghiêm minh
Để đời sau, nghiệp cũ bước theo mình
Trổ quả dữ, khổ người gây ác nghiệp…" (Kệ Thánh Tăng Xuất Hạnh)

Nghiệp trong quá khứ ít nhiều ta đã có, bởi vô minh chưa phân rõ mà thôi. Nay thân bệnh yếu đau sự sống đã gần tàn, nên quí vị phải biết cái gì là trọng yếu. Như trong Tương Ưng Bộ Kinh Đức Phật dạy: Khi ngôi nhà đang cháy, người thông minh biết cái gì là trọng nhất cần phải lấy; người kém thông minh do tham lam luyến tiếc mà có khi phải bỏ cả mạng sống của mình. Người già, người bệnh, người sắp chết cũng vậy, quĩ thời gian còn lại của quí vị không còn nhiều. Phải biết thứ gì là thực trọng để Tâm an lạc trong Thân già khổ bệnh. Phải biết buông bỏ những gì cần phải bỏ và giữ những "tài sản quí

báu”nào để có thể“mang theo”. Muốn giữ được tâm an lạc cũng như thấu triệt được món tài sản quí báu nhất được mang theo khi thân thể chia lìa với sự sống, chúng tôi chia sẻ với quí vị 9 đề mục “Biết” giúp quí vị định hình mà tu tập theo: 1) Biết chánh kiến/ 2) Biết tin vào nghiệp/ 3) Biết giữ tâm không bệnh/ 4) Biết quán sự chết/ 5) Biết tụng kinh/ 6) Biết ngồi thiền/ 7) Biết buông xả/ 8) Biết cảm thông/ 9) Biết xả tài.

Biết chánh kiến: Trong Bát Chánh Đạo (Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ; Chánh Nghiệp; Chánh Mạng; Chánh Tin tấn; Chánh Niệm; Chánh Định) – tám đạo lý căn bản để diệt khổ; Đức Phật dạy chánh kiến phải xếp lên hàng đầu. Chánh kiến được xếp lên hàng đầu vì người biết chánh kiến là người đương nhiên thành tựu các chánh còn lại. Biết chánh kiến chính là biết phá vỡ cái vô minh, nghiệp tập ngàn đời ngàn kiếp. Biết chánh kiến chính là biết rõ qui luật sanh già bệnh chết.Biết chánh kiến chính là biết phải tự thân nỗ lực thực hành 8 đạo hạnh chứ không thể mong cầu nương tựa vào bất cứ ai, bất kỳ thế lực nào. Đức Phật dạy chúng ta chính là người bảo hộ cho mình, không ai có thể bảo hộ chúng ta ngoài chúng ta. “Chính các ngươi là kẻ bảo hộ cho các ngươi, chính các ngươi là nơi nương tựa cho các ngươi” (Kinh Pháp cú, kệ 380). Do đó, muốn bảo hộ cho chính bản thân của quí vị, quí vị chỉ còn cách biết chánh kiến để tự dẫn bản thân đi cho đúng lối.

Biết tin vào nghiệp: Biết tin vào nghiệp chính là biết tin vào nhân quả nghiệp báo. Hễ gieo nhân thì sớm muộn gì cũng phải gặt quả.Gieo nhân thiện thì quả ngọt mà bất thiện thì cho trái đắng chẳng chỉ ở kiếp này mà cả những kiếp về sau.Bởi vì sự báo ứng của việc thiện ác như bóng theo hình, nhân quả trong ba đời xoay quanh chẳng mất.

"... Hạt mầm ba cõi ẩn sâu
Tạo thành nghiệp hữu dẫn đầu tái sanh..." (Thập Nhị Duyên Khởi)

Thấy rõ được nợ nần vay trả của nghiệp mà bớt tạo nghiệp dữ, biết gieo duyên lành.Kẻ phàm phu sợ quả bất thiện, người tu hành sợ hành động bất thiện, người đắc đạo lại sợ nhân bất thiện.Cho nên kiên nhẫn tu tập là vén bức màn vô minh để tránh gây thêm bất thiện nghiệp.

"...Nghiệp là tài sản đa mang,
Nghiệp là quyến thuộc lại càng chớ khinh.
Nghiệp là sở ý sở sinh,
Nhân quả thiện ác phân minh nhiệm màu..." (Thập Quán Sa Môn Hạnh)

Gieo gió ắt gặp bão. Quán rõ được nhân quả luân hồi để tham nhẫn hành trì chiến thắng với bản thân. Đức Phật dạy:"chiến thắng vạn quân không bằng chiến thắng chính mình" (Kinh Pháp cú, Phẩm Ngàn). Quí vị cần tin vào nghiệp thì mới mong tránh tạo thêm nghiệp.

Biết giữ tâm không bịnh: Con người gồm 2 phần: Thân và Tâm nên sanh bệnh cũng theo đó mà đề mục là Tâm bệnh hay Thân bệnh. Thân hay Tâm bệnh thì đều cần chạy chữa, thuốc men, đều cần vào bệnh viện. Thân bệnh là do thân gặp phải các chướng duyên trong đời sống sinh hoạt hàng ngày như thức ăn, thời tiết… muốn chữa lành cho thân cần phải có bác sĩ chuyên khoa, các loại thuốc đặc trị ở các bệnh viện chuyên môn.

Tâm bệnh là do các bất thiện nghiệp của tâm ý tạo thành. Những nghiệp chướng này không thể dùng thuốc đặc trị

thông thường mà hết được. Chữa bệnh muốn lành thì cần bắt trúng bệnh. Phải quán được căn nguyên của bệnh từ đâu mà chữa cho được hết. Bệnh xuất phát từ tâm thì cũng chỉ có tâm mà hóa giải hết thôi. Cho nên:

"...Khi xúc chạm việc đời
Tâm không động, không sầu
Tự tại và vô nhiễm..." (Kinh Hạnh phúc)

Người Phật tử thuần thành Phật pháp là người biết giữ tâm trong sạch không để lấm nhơ. Gặp thị phi oan trái mà biết giữ tâm vững vàng, không sầu, không động là tâm đã thành tựu được pháp thanh cao an tịnh. Gặp bệnh tật nguy nan mà biết bình tĩnh đón nhận, biết quán xét về qui luật tạo tác thì thân có bệnh tâm cũng không bệnh.

Biết quán sự chết:

"...Bậc có trí quán tưởng luôn sự chết
Phút lâm chung tâm bình thản an nhiên
Kẻ phàm phu không quán tưởng thường xuyên
Nên phút cuối lâm chung đầy sợ hãi..." (Kệ Thánh Tăng Xuất Hạnh)

Chết là hành trình tự nhiên của sự phát triển thân. Thân nào rồi cũng phải hoại diệt,thân ai rồi cũng phải chết. Quán như vậy để thấy rằng cái chết hữu cơ của thân không đáng sợ. Sợ nhất là việc gieo các mầm độc trong tâm ngay giây phút hiện tại mà thôi. Mầm độc cho quả độc cho dù có chết vẫn chưa trổ hết. Đó là điều đáng sợ nhất nhưng lại là điều mà chúng sanh có thể tránh được. Còn sự chết của hình tướng thân thì không tránh được và không cần phải sợ. Ở Ấn Độ có một nhà

Hiền Triết - một vị Đạo sĩ. Vào đầu năm mới ông đến chơi nhà người quen và có chúc rằng: "Chúc năm mới đến nhà ta: Ông nội chết, cha chết, con chết". Người phàm mới nghe xong sẽ sợ hãi và giận dữ. Cho rằng bị trù ẻo, bị chơi xấu… Bậc trí tuệ sẽ hoan hỷ với lời chúc tụng đó. Chúc như vậy nghĩa là gia đình đó trọn đầy phước báu mới không có cảnh kẻ đầu bạc tiễn người đầu xanh. Quí vị không cần phải sợ hãi vì không một lời nói của ai có thể khiến quí viphải chết nếu nghiệp của quí vị chưa đến thời. Một khi hội đủ nghiệp lực thì dù có hay không lời nói của ai đó, quí vị cũng phải thuận theo nghiệp lực mà thôi.

"…Ai sống một trăm năm
Không thấy pháp sanh diệt
Không bằng sống một ngày
Thấy được pháp diệt sanh…" (Quán Tưởng)

Quán được sự sanh diệt của thân thì cho dù những giây phút còn lại trong cuộc đời có vô cùng ngắn ngủi, tâm thức của quí vị vẫn giữ được sự an lạc, nhẹ nhàng.

Biết tụng kinh: Tụng kinh niệm phật là phương tiện cứu cánh cho tâm khi thân thể đớn đau bệnh tật. Khi đau mà tâm chỉ đề mục vào đau thì nỗi đau chỉ càng dày vò thân tâm thêm muôn phần đau đớn. Còn thân đau mà tâm biết an trú trong lời kinh câu kệ thì tâm an lành, bệnh tật cũng theo đó mà bớt đi. Tâm lạc quan thậm chí còn có thể chiến thắng cả thân bệnh. Có điều quí vị cần nhớ rằng các bài kinh chỉ là phương tiện giúp quí vị định tâm. Giữ cho tâm không hoảng hốt, hoang mang, hay sợ hãi. Bản thân kinh không mang yếu tố huyền bí cuồng tín nào. Sự màu nhiệm của kinh chỉ trổ lên

từ việc chuyên cần thực hành của người đọc. Quí vị đọc kinh để hiểu kinh, để tâm tỉnh thức không mê đắm. Cho nên quí vị có thể đọc bài kinh nào cũng được, niệm hồng danh nào của Đức Phật cũng được miễn sao quí vị hiểu rõ nội dung và hoan hỉ với lời kinh câu kệ đó. Nếu quí vị chưa biết, chưa quen với kinh kệ; chúng tôi xin chia sẻ vớiquí vị một bài Kinh ngắn như sau:

"Nguyện cầu tám hướng, mười phương
Chúng sanh ba cõi, sáu đường an vui
Dứt trừ oan trái nhiều đời
Bao nhiêu thống khổ lần hồi tiêu tan
Rời xa nhiễu hại, nguy nan
Bỏ lòng hẹp lượng, mưu toan lợi cầu
Chúng sanh ít bệnh, sống lâu
Thành tựu đầy đủ phước sâu, đức dày
Nguyện cho an lạc từ nay
Dứt trừ khổ não, đắng cay oán hờn
Dứt trừ kinh sợ, tiếc thương
Bao nhiêu tai nạn, ưu phiền từ ly
Ngưỡng cầu Tam Bảo chứng tri
Sống đời thanh hạnh, từ bi vẹn toàn." (Kinh Nhật tụng -Từ Bi Nguyện)

Hoặc quí vị có thể niệm hồng danh Đức Phật Tổ Gotama là: Nam Mô Thế Tôn Ứng cúng Chánh biến tri; Nam mô Phật pháp Tăng Tam Bảo v.v…Tập trung tâm lực vào việc niệm Phật sẽ giúp cho quí vị quên đi những chướng ngại, nghiệp lực hiện tại của thân rồi từ đó sẽ bớt đi đau đớn muộn phiền.

Biết ngồi thiền: Là người phật tử biết đọc kinh, nghe pháp mà chưa biết hành thiền thì chưa được gọi là biết phật pháp. Có thành tựu nghe pháp, có thành tựu đọc kinh cũng phải cần hành thiền mới có đủ trí huệ sáng suốt mà thấu rõ pháp sanh diệt.

"Lẽ tử sanh xưa nay thường sự
Khổ biệt ly muôn thuở đương nhiên
Khách hồng trần trăm nỗi đảo điên
Bậc thiện trí vượt ngoài hệ lụy…" (Kinh tụng - Kệ Tỉnh Thức)

Người có thiền vượt ra ngoài hệ lụy của những đảo điên nghiệp lực xoáy vần. Nhờ thiền hành mà thân, khẩu, ý được trong sạch. Hành thiền còn để giúp thanh lọc thân – tâm. Trí huệ sáng suốt mới phân biệt được rõ đúng sai, chánh tà, tội đức. Nhìn rõ cái tà kiến để tránh tạo ra nghiệp chướng. Nhìn rõ cái chấp, cái tham sân si để mà rũ bỏ.

"Âm dương, tội đức cứ xoay vần
Bể đời vì thế lắm gian truân
Nhưng đã có thân thì có bệnh
Bằng không có bệnh, ắt không thân
Thuốc quí trường sinh không thể có
Chẳng gì níu giữ tuổi thanh xuân
Cái chính – tu thân xa quỉ giữ
Hàng ngày tâm niệm hướng thiên chân."(Trần Nhân Tông)

Để thực hành phương pháp ngồi thiền, chúng tôi khuyên quí vị phải kiên trì, nhẫn nại, và luyên tập thường xuyên. Chúng ta phát nguyện thiền tập rồi hành trì mỗi ngày. Quí vị có thể thực hiện theo cách gợi ý của chúng tôi là sáng thức dậy ngồi

thiền 15 phút, tối trước khi đi ngủ ngồi thiền 15 phút. Ngồi thiền 15 phút sau khi thức dậy giúp cho sức khỏe tốt, tinh thần minh mẫn sảng khoái, có ngày làm việc vui vẻ tự tại. Ngồi thiền 15 phút trước khi ngủ giúp cho tâm trí được vững vàng, không bị mê muội, mộng mị dẫn dắt trong giấc ngủ. Đây là phương pháp chúng tôi được học từ Bổn sư của chúng tôi. Chúng tôi đã có một khoảng thời gian dài để thực hành và chiêm nghiệm. Nay chúng tôi chia sẻ lại với quí vị vì nhận thấy sự lợi lạc to lớn mà chúng tôi đạt được. Quí vị nhớ nên loại bỏ sự mong cầu về một kết quả viên mãn ngay lập tức. Quí vị cứ để tâm vô tư, vô mong, vô cầu mà kiên nhẫn hành tập. Phước báu mà quí vị đạt được chắc chắn còn hân hoan hơn những gì quí vị từng mong chờ.

Biết buông xả: Chúng tôi có quen với một gia đình nọ, 2 vợ chồng lớn tuổi. Có 2 cô con gái cũng thành thân và ra riêng hết. Rồi đột nhiên 2 ông bà trở tánh trái nết nhau nên ông ra ở riêng với vợ chồng con gái lớn. Bà thì vẫn sống riêng một mình. Khoảng hơn năm thì phát hiện ông ung thư giai đoạn cuối nhưng ông vẫn không chịu về nhà hay để bà ra săn sóc. Khoảng 2 tháng thì ông chết. Khi hấp hối bà có lại đặt tay vào chân ông thì bị ông hất ra còn cố đạp cho bà một cái và nhất quyết không cho bà đem ông về nhà thờ phụng mà chỉ được thờ phụng ở nhà cô con gái lớn. Chúng tôi không rõ ông bà giận nhau vì chuyện gì nhưng rõ ràng người này quá cố chấp và cho đến chết vẫn không buông xả được. Tâm cố chấp, tâm sân hận ngay cả với vợ – người cùng chung sống với mình gần trọn cuộc đời. Người là mẹ của hai con mình mà mình cũng không thể nào bao dung cho người ta một cơ hội để phần nào thanh thản trong những ngày cuối đời được. Thử

hỏi nếu vợ mình buồn bã âu sầu thì các con mình nó có sống thanh thản được không. Khi nhìn di ảnh trên ban thờ chúng tôi có hỏi vì sao không tìm một tấm hình trông ông được bình an hơn thì được gia đình cho biết là ông biết sắp chết nên cũng đã chuẩn bị hình cho mình. Có chụp nhiều tấm nhưng tấm nào cũng không có được nét thảnh thơi, nhẹ nhàng hiện diện. Vậy mới rõ cái cố chấp, cố thủ, không chịu buông của người già lớn như thế nào.Vậy thì quí vị hãy cố tập cho tâm biết buông xả, bao dung, và nhân ái. Buông xả chính là quí vị đang độ lượng với chính mình trong mưu tìm hạnh phúc; cho bản thân mình hay những người thân CƠ HỘI ĐỂ AN VUI.

"Thở đi nhẹ một kiếp người
Vui đi để có nụ cười thênh thang" (Khuyết danh)

Câu chuyện thứ 2, chúng tôi chia sẻ cho quí vị là của một cụ bà thọ hơn 100 tuổi hiện đang ngụ tại chùa Tổ Đình Bửu Quang, Thủ Đức). Cụ sống trong liêu cốc ở chùa nhưng quả thật vào thăm cụ khiến chúng tôi có chút phần e ngại. E ngại bởi đồ đạc của cụ nhiều quá, chất đầy cả không gian sinh hoạt, lối đi. Đồ đạc ở đây không phải quí giá gì về mặt vật chất nhưng có lẽ liên quan gì đó tới chút kỷ niệm của cụ nên cụ không cho chúng tôi dọn bỏ bớt - thậm chí cả những xấp vải từ trước năm 1975 nay đã hoen ố. Kỷ vật hay kỷ niệm là đáng quí nhưng nếu kỷ vật hay kỷ niệm nào mình cũng muốn ôm đồm giữ hết mà không chịu buông xả thì quí vị thử hình dung một chút xem. Cụ sống 100 năm mà lưu giữ hết kỷ vật thì chỗ đâu chứa hết, lưu giữ kỷ niệm thì tâm nào có thể mang. Nếu có giữ được hết thì tâm trí của quí vị cũng chỉ là luôn sống cho quá khứ chứ chẳng có phút giây nào an vui cho hiện tại. Kỷ vật hay kỷ niệm thì mỗi ngày một nhiều lên vì người

già chỉ có gom nhặt thêm chứ không muốn bỏ đi cái nào. Quí vị phải nhớ rằng đầu óc chúng ta có hạn, chúng ta thu nạp vào mà không chịu xả ra thì đầu óc không thể dung nạp thêm tri kiến mới. Căn nhà cũng chỉ biết lưu trữ mà không chịu bỏ thì ngôi nhà không còn nghĩa là tổ ấm an vui mà nó chỉ như một cái kho đồ cổ vụn vặt chắp vá thôi. Người có trí đọc sách nhiều và họ biết sàng lọc để giữ lại những gì tinh túy nhất. Ngôi nhà tiện nghi là ngôi nhà dù nhỏ nhưng đảm bảo ngăn nắp, gọn gàng, tươi sáng đáp ứng đầy đủ cho chất lượng cuộc sống. Quí vị tập buông xả là quí vị đang cho thân và tâm quí vị được thở một bầu không khí trong lành ngọt mát, không dính chấp vào đề mục để gì tâm thanh thản ra đi.

"...Mang theo gì, trên mình manh vải liệm!
Còn lại chi, bia mộ khắc đôi hàng..." (Kệ Thánh Tăng Xuất Hạnh)

Biết cảm thông: Người lớn tuổi không chỉ sống trong những hoài niệm cũ, những mong muốn cũ mà họ dường như còn muốn trốn tránh cả thực tại. Sợ đối diện với thực tại già nua tật bệnh, đối diện với thực tại cô đơn không còn người bạn đời bên cạnh, đối diện với thực tại con cái đã trưởng thành và bản thân mình như ít được quan tâm, bị quên lãng, bị bỏ rơi… Chính lối suy niệm này nên người già bỗng trở nên khó tánh, cáu gắt, giận dữ mà thiếu đi sự cảm thông cho con cháu. Gặp những gia đình nào nhiều phước đức, con cháu hiểu được tâm lý của người già để biết bảo nhau hiếu kính thì mọi việc cũng sẽ nhẹ nhàng đi, như có câu thơ:

"Em ơi đừng giận mẹ làm gì
Bởi người già, tính như con trẻ

Bằng tuổi mẹ, rồi chúng mình cũng thế
Cứ đổi thay, nóng lạnh bất thường
Bao người không còn Mẹ để thương
Miếng trầu, quả cau thắp hương rồi lại héo
Mẹ vượt qua một đời khôn khéo
Mới nuôi ta khôn lớn đến bây giờ
Tuổi già đi qua là sự sống hững hờ
Nên đổi tính ấy là điều dễ hiểu
Hãy vui vẻ, đừng bao giờ khó chịu
Khi Mẹ ta còn hiển hiện trên đời
Để một mai khuất bóng Mẹ rồi
Mỗi chúng ta không còn gì phải hận
Mẹ có điều gì, em ơi đừng giận
Vì ta cũng là Mẹ trong những tháng năm sau"

Nhưng gặp những người gia đình con cháu còn quá nhiều bận rộn kiếm kế mưu sinh thì sẽ chưa có thời gian quan tâm, chăm lo, săn sóc và lo lắng cho người già. Thường phải là cuộc sống vật chất đủ mới nghĩ đến đời sống tinh thần. Người phàm phu thân đói thì tâm chưa thể an nhiên được. Ra ngoài xã hội, con cái đã có đủ thứ phiền não để đau đầu vậy thì người cha người mẹ hãy đóng vai là cây cao bóng cả, là dòng suối mát cho con cháu nương nhờ vào. Còn người cha người mẹ không có chút bao dung, cảm thông thì con cái biết tìm về đâu mỗi khi vấp váp trong cuộc đời: "Con dù lớn vẫn là con của mẹ". Dù cho ra ngoài người con có là ông này bà nọ thì đối với mẹ người con mãi bé bỏng non nớt mà thôi. Vậy thì quí vị hãy thông cảm cho con cháu, thông cảm cho những phiền não con cháu đã phải đương đầu với cuộc sống ngoài đời. Tạo cho con cháu có một điểm tựa bình an, ấm cúng để

quay về khi gặp quá nhiều phiền não chính là quí vị đang trả nghiệp của bản thân và thực hành hạnh Tứ vô lượng tâm của Đức Phật:

"Từ là nhân ái với người
Bi là tha thứ không nuôi hận thù
Hỷ là thanh thản vô ưu
Xả là buông chấp để tu lấy mình"

Còn như quí vị không chịu thông cảm cho con cháu. Quí vị để tâm so sánh, trách móc, giận hờn. Quí vị đòi hỏi là con tui, tui sanh đẻ nuôi nấng bây giờ nó phải có nghĩa vụ báo đáp cho tui. Quí vị nghĩ như vậy thì không sai. Đúng là con cháu thì phải có lòng hiếu thảo với cha mẹ sanh thành. Có điều quí vị nghĩ vậy mà chấp vào đó thì tâm của quí vị thiếu đi sự quảng đại của người làm cha làm mẹ. Tâm quí vị luôn đòi hỏi, so sánh thì tâm của quí vị không bao giờ cảm thấy đủ. Quí vị sẽ thấy rằng con mình, mình cũng nuôi ăn học như con người tại sao con cái mình không hiếu thuận bằng được con người. Không chăm nom săn sóc mình bằng được con người. Quí vị để tâm so sánh như vậy rồi quí vị đem ra cắng đắng con cháu mỗi lần gặp mặt, mỗi lần về thăm. Quí vị đã làm cho sự thăm viếng, chạm mặt trở nên vô cùng nặng nề mệt mỏi. Con cháu gặp mặt hay đến thăm mà chỉ nghe cha mẹ trách móc, giận hờn thì tâm lý e ngại sẽ càng khiến các con các cháu trốn ra khỏi nhà để đỡ nghe nhiếc móc hoặc các cuộc thăm viếng cũng vì vậy mà thưa thớt dần.

Chúng tôi kể quí vị nghe câu chuyện sau: Có một bà mẹ sanh được anh con trai. Anh này có học hành đàng hoàng nhưng lớn rồi vẫn chưa chịu tìm việc làm ổn định. Anh chủ yếu làm

các việc bán thời gian quẩn quanh gần nhà để sớm tối đều có thể chạy tới chạy lui ăn cơm với mẹ. Thấy con trai có nhiều thời gian rảnh quẩn quanh mình người mẹ cũng hết sức phiền lòng. Bà muốn con mình được như con người ta, lúc nào cũng bận rộn chứ đâu như con mình bất tài suốt ngày quanh quẩn quanh bà.

Rồi bà té bệnh, con trai suốt ngày sắp xếp chở bà tới lui viện này viện nọ săn sóc. Một hôm, trong lúc ngồi chờ con trai làm thủ tục. Bà có nói chuyện với một người đàn bà cùng đến khám trong một chiếc xe hơi vô cùng sang trọng. Bà nói rằng bà kia thật là có phước, đi khám bệnh mà có xe hơi sang trọng như vậy đưa rước chắc con của bà phải thành đạt lắm. Bà kia trả lời con của bà ấy là ông chủ lớn, nhưng bà không phải là người có phước thật sự mà chỉ có bà bạn đây mới thực sự là người hạnh phúc và có nhiều phước báu. Bởi bà có người con trai săn sóc cho bà từng muỗng cơm, thìa nước. Không có xe hơi nhưng cõng bà bằng chính đôi chân mạnh khỏe và đôi bàn tay ấm áp của con bà. Còn con trai tôi nó là ông chủ bận rộn. Cả tháng nay tôi bệnh mà cũng không được chạm mặt con một lần. Nó chỉ biết kêu người mang tiền, hay đưa rước tôi. Có nhớ nó gọi điện cũng không dám nói nhiều vì con nó đang bận. Nói thật được ăn với con bữa cơm là điều vô cùng xa xỉ. Nhà đẹp, rộng rãi mà tôi sống thật cô đơn…

Câu chuyện cho thấy rằng mỗi gia đình mỗi cảnh, không ai giống ai. Quí vị là những người làm cha làm mẹ, nếu con quí vị có lỡ lầm gì thì xin quí vị cũng hãy thêm một chút cảm thông cho con cháu. Con cháu chưa suy nghĩ thấu đáo thì thôi ta thông cảm vậy, ta lấy cái tâm bao dung, quảng đại của người làm cha làm mẹ khiến cho mỗi cuộc gặp gỡ đoàn tụ lại vui vẻ tiếng cười.

Đạo Phật là đạo dạy chúng sanh phải biết tha thứ và thông cảm. Chỉ cần quí vị thêm một chút gia vị tha thứ, một chút gia vị thông cảm thì cuộc đời quí vịlà một mâm cỗ an lạc và chính quí vị và con cháu quí vị là các thượng đế đang thưởng thức mâm cỗ đó.

"Tha thứ rồi sẽ nhẹ lòng
Hơn thua rồi sẽ mênh mông hận thù
Đời người đâu khác phù du
Một ngày rồi sẽ như Thu úa tàn"

Cảm thông cho con cháu, dâu rể chính là chìa khóa mở ra cảnh cửa hạnh phúc trọn vẹn.

Biết xả tài: Biết xả tài là biết cho đi những thứ tài sản mình có, cho đi những thứ còn quí hơn tài sản mình có, và mang theo được cả những tài sản mình có. Bạc tiền, của cải, vật chất đều chỉ là vật ngoài thân. Khi còn trẻ quí vị cố gắng tìm kiếm vun đắp vì đây là những phương tiện cần thiết phục vụ cho cuộc sống. Bảo chúng là vật ngoài thân không có nghĩa là bảo chúng không quí giá. Ngược lại đây là những tài sản vô cùng quí báu mà quí vị đã bỏ cả cuộc đời để gầy dựng. Có điều quí vị cần quán niệm rằng chúng chỉ là phương tiện nuôi dưỡng sự sống của thân thôi. Quán như vậy để không bắt tâm trí quí vị nô lệ cho những phương tiện đó. Một khi tâm còn quá dính chấp vào của cải, tâm sẽ nảy sinh bồn chồn, lo lắng không yên. Quí vị lo sợ của cải bị đánh cắp mất, bị con cháu tiêu xài hoang phí, bị mất mát bởi chánh quyền, chế độ, chiến tranh, hỏa hoạn, hay thiên tai… Quí vị cần nhớ rằng chúng là vật ngoài thân, chết không mang theo được. Chúng đủ duyên thì tụ mà hết duyên tức tán.

"...Kìa sự nghiệp bạc vàng của cải
Đổ mồ hôi nước mắt dựng xây
Vật ở đời tay lại qua tay
Buông tất cả khi tàn hơi thở..." Kinh Nhật tụng- Kệ Tỉnh Thức

Giờ đây tuổi đã cao, sức đã kiệt muốn ăn thì cũng chỉ còn ăn được trong chừng mực, muốn thụ hưởng cũng chỉ bấy nhiêu đó thôi. Vậy có gì quí vị cứ phải khư khư ôm giữ dính chấp vào. Thay vào đó quí vị hãy biết xả ra. Xả được là tốt mà biết xả đúng đạo lại còn phước đức muôn phần. Biết xả tài thế nào để việc xả khiến tâm quí vị được an vui, không phiền muộn thì chúng tôi chia sẻ với quí vị những câu chuyện như sau. Tỷ phú Hongkong Yu Pang-Lin, người qua đời ở tuổi 93 đã để lại toàn bộ tài sản trị giá 2 tỉ USD cho hoạt động từ thiện. Theo ông: "Nếu các con tôi giỏi hơn tôi thì chẳng cần phải để nhiều tiền cho chúng. Nếu chúng kém cỏi thì có nhiều tiền cũng chỉ có hại cho chúng mà thôi". Người giàu nhất thế giới Bill Gates, từng tuyên bố sẽ chỉ để lại cho con 0,05% tổng tài sản kếch xù của mình. Ý ông là: Con tôi là con người, mà đã là con người thì phải tự kiếm sống, không chỉ kiếm sống để phục vụ chính bản thân mình mà còn phải góp phần thúc đẩy xã hội. Đã là con người thì phải lao động. Tại sao tôi phải cho con tiền? Trường hợp của Stephen Covey - 1 trong 25 nhân vật ảnh hưởng nhất thế giới, tác giả cuốn sách nổi tiếng 7 thói quen để thành đạt thì ngược lại. Ông di chúc để lại tiền bạc và tài sản cho con. Tuy nhiên, sau khi ông chết cả chín người con không ai nhận tiền. Họ lý giải rất giản dị rằng họ là những người bình thường và hoàn toàn có thể tự lao động, tự kiếm sống được.

Vậy quí vị mới thấy rằng: Biết xả tài là biết cho đi những thứ tài sản mình có, cho đi những thứ còn quí hơn tài sản mình

có, và mang theo được cả những tài sản mình có là cả nghệ thuật. Xả để giúp con cháu có chút phương tiện phát triển cuộc sống tốt đẹp hơn, xả để thúc đẩy sự phát triển xã hội. Quí vị có nhiều thì quí vị chia nhiều, có ít thì chia ít. Quí vị chia cho con cho cháu tạo điều kiện cho chúng làm ăn. Quí vị giúp đỡ những thân nhân quyến thuộc còn nhiều thiếu thốn. Quí vị ủng hộ cho các quĩ từ thiện nhằm xây dựng an sinh xã hội. Quí vị cúng dường phần tài vật quí báu mà quí vị chắt chiu cả cuộc đời để xây dựng đạo giáo phát triển nhân tâm cho đời sống chúng sanh… Đây chính là cách mà quí vị xả đi tài sản không mang theo được (phước vật), để mang theo mình thứ tài sản quí báu hơn (phước đức). Phước vật có hình tướng – có tụ chắc có tán. Phước đức vô hình nhưng là còn mãi.

"…Khi mạng sống chấm dứt
Bao của tiền để lại
Chỉ mang theo phước đức
Phước là tài sản thật
Không thể bị chiếm đoạt…" (Kinh Huân Tập Công Đức)

Cho đi là còn mãi. Giờ đây thân tâm quí vị còn đây nhưng một vài phút giây sau thì hơi thở có thể đã không còn. Bởi vậy, quí vị phải nhớ rằng:
"Khi ta nằm xuống
Những gì ta xài đã mất
Những gì ta để lại… người khác xài
Ta chỉ đem theo được… những gì ta đã cho" (Khuyết danh)

Thưa quí vị có sanh ắt có diệt, có sống thì sẽ chết. Không ai có thể tránh được điều này dù là bậc đế vương hay thường dân; bậc thánh hay phàm. Tất cả đều phải chết. Trong lịch sử

của nhân loại có Đại đế Alexandros, hoàng đế vĩ đại của Hi Lạp – người đã lập nên những chiến thắng vang dội từ các cuộc chinh phạt, tung hoành dọc ngang và biến các cường quốc khác thành thuộc địa của mình. Tuy đánh đâu thắng đó, sức khỏe hùng cường nhưng cuối cùng ông cũng không thoát khỏi bệnh tật và chết ở tuổi 33.Khi cái chết cận kề, ông vẫn đang trên đường chinh phạt và chưa về tới quê nhà.Vào khoảng khắc đó ông nhận ra rằng biên cương, quân đội, tiền bạc cũng không còn nghĩa lý gì nữa. Ông trăn trối 3 mong muốn cuối cùng của đời mình: Hãy bảo thầy thuốc của ta mang cái hòm rỗng của ta về một mình; Hãy rải vàng, bạc và châu báu trong kho tàng của ta trên suốt dọc đường đến nấm mồ khi các ngươi mang quan tài của ta ra nghĩa địa; Hãy đặt 2 bàn tay ta ra bên ngoài cỗ quan tài. Mục đích của vị hoàng đế: "Ta muốn mọi người hiểu được ba bài học mà ta đã học được. Để cho người thầy thuốc đưa cỗ quan tài về một mình là để người ta nhận ra rằng một vị thầy thuốc không thể nào thực sự chữa bệnh cho người ta. Nhất là khi đối diện với cái chết, thầy thuốc hoàn toàn bất lực. Ta hy vọng mọi người sẽ học được rằng phải trân quý cuộc sống của họ. Mong ước thứ hai của ta là để nhắn nhủ mọi người rằng không nên giống như ta theo đuổi mộng giàu sang. Ta tiêu tốn cả đời chạy theo sự giàu có, nhưng ta sẽ lãng phí hầu hết thời gian của đời người. Mong ước thứ ba của ta là để người đời hiểu rằng ta đến thế gian này với hai bàn tay trắng và ta sẽ rời bỏ thế gian này cũng với hai bàn tay trắng". Qua câu chuyện này, quí vị thấy rằng dẫu có khỏe đến đâu rồi cũng bệnh đau mà chết. Dẫu có châu báu bạc vàng nào cũng chẳng thế đánh đổi lấy sức khỏe của bản thân.Đại đế Alexandros dù là một dũng tướng tài ba, một đại danh tướng nhưng nghiệp sát sanh của ông

cũng vô cùng nặng. Để rồi sau cái chết vì bệnh tật của người bạn thân nhất, người được ông yêu mến nhất - Hephaeistion, Alexandros đã quẫn trí, mắc bệnh mà chết. Vài tháng trước khi mất, ông tập trung lực lượng để chuẩn bị mở mang bờ cõi. Quân sĩ Macedonia đã quá chán vào sinh ra tử để phục vụ cho giấc mộng bá chủ hoàn cầu của vua, nên đã nổi loạn. Trong cuộc loạn đó, họ đã hô những khẩu hiệu như: "Ông muốn đi chinh phạt thêm thì cứ việc! Nhưng khỏi kêu bọn tôi! Chỉ mình ông và cha ông là thần Amon cũng đủ!"

Một Hoàng đế có vĩ đại đến đâu chết đi thì vẫn hai bàn tay trắng. Cái họ để lại có chăng chỉ là PHƯỚC hay NGHIỆP mà thôi. Vậy nên quí vị hay biết thực hành cho đúng với 9 cái BIẾT mà chúng tôi đã nêu ở trên. Đây chính là những hành lý quí báu nhất mà quí vị có thể mang theo khi đi vào cõi âm. Những hành trang này dẫu vô hình vô tướng nhưng là những PHƯỚC BÁU lưu mãi với thời gian.

Chúc quí vị luôn giữ được bình an trong mọi điều kiện hoàn cảnh. Là những "Chiếc Lá Hoàng Hôn" trọn vẹn dâng đời./.

4. DÂNG HOA[4]

Chúng ta đang ở trong mùa An cư Kiết hạ của chư tăng thuộc 2 truyền thống Phật giáo. Bắc tông an cư kiết hạ vào 15/4 ra hạ vào 15/7, Phật giáo Nam tông thì an cư kiết hạ vào ngày 16/6 và ra hạ 15/9. Như vậy thì hôm nay là ngày sám hối của Phật tử và ngày mai là ngày sám hối của chư tăng. Ngày mốt thì chư tăng bên truyền thống Phật giáo Nam tông an cư Kiết vũ 3 tháng. Sở dĩ Bắc tông và Nam tông có thời gian an cư khác nhau vì Bắc tông theo lịch Trung Quốc, còn Phật giáo Nam tông an cư vào tháng 6 tính theo lịch Ấn Độ. Nên có sự sai khác nhưng tất cả đều lấy mùa an cư là mùa mưa. Ta thấy tháng 4 đã có mưa và mưa nặng hạt nhất vào tháng 6. Đức Phật Ngài cho phép người xuất gia an cư 3 tháng tại một chỗ vì mùa mưa là mùa chồi non, côn trùng sinh sôi nảy nở. Nếu không ở một nơi mà vân du thì dẫm đạp chồi non, côn trùng. Vì lòng từ bi mà Phật dạy các đệ tử phải dừng bước vân du. Mặt khác, sở dĩ an cư 3 tháng là suốt trong năm các vị xuất gia đi bộ từ làng này qua làng nọ, từ núi này qua núi kia, từ thành thị đến nông thôn, từ quốc độ này quốc độ khác để đem giáo lý nhà Phật truyền bá cho dân chúng. Vì công cuộc truyền đạo thời đó mà Đức Phật đi bộ suốt chặng đường không thể tính bằng cây số mà chỉ có thể tính được bằng thời gian là suốt 45 năm. Ta thấy Ngài đi vân du nhiều như vậy vì lòng từ bi chúng sanh, vì muốn đem lại lợi lạc cho con người. Phật dạy an cư để các vị xuất gia dừng bước và trau dồi tu tập

4. Giảng đường: Tổ đình Bửu Quang, quận Thủ Đức, ngày sám hối lệ 29/7/2015 (14 tháng 6 Âm lịch).

cho mình. Suốt 1 năm tâm mình bị động do hoằng pháp nên 3 tháng phải học nhiều hơn. Hôm nay, chúng tôi giảng đề tài "Dâng hoa". Lý do chọn đề tài như vậy vì đề tài này nói đến sự Vô thường mong manh của kiếp người nhằm nghe để quán chiếu, nhàm chán thế sự trong đời thường.

Quý vị thấy vào các ngày lễ, Phật tử đến chùa nào cũng dâng hoa cúng Phật trên bàn thờ. Hôm nay, chùa được cúng hoa rất nhiều, trên bàn pháp cũng có hoa hồng, phòng khách chùa có bông hoa tulip. Nhưng cũng có một điều là nhiều khi phòng kín quá, chưng bông đẹp rồi ngủ đến sang lại chết. Hoa đẹp nhưng nhiều khi hoa tiết ra mùi gây độc tố nhiều, phòng kín quá mà chưng nhiều bông làm cho sức khỏe không tốt. Thông thường cây và hoa ban ngày thả khí O2 và ban đêm thả khí CO2. Kỳ rồi, chúng tôi đi dự hội thảo bên Ấn Độ, có ông giáo sư nói lý do tại sao Phật chọn ngồi dưới cây bồ đề để thành đạo vì ngày và đêm đều thả O2, không thả CO2. Quý vị nào tìm hiểu thêm coi có đúng vậy không. Chúng tôi có hỏi 1 số giáo sư của đại học Nông lâm để coi có đúng vậy không? Nếu đúng vậy thì điều đó làm chúng ta lại tăng thêm đức tin là Ngài chọn cây bồ đề thành đạo là sáng suốt, đồng thời Ngài là bậc trí tuệ nhìn xa trông rộng. Mặt khác Ngài chọn gốc cây vì văn hóa Ấn thờ thần cây. Bên đó, ai mà đốn cây là ở tù 6 tháng. Ngài chọn cây thành đạo thì để sau này ai không ưa đạo Ngài, ưa Ngài thì không dám đốn cây bồ đề. Trong các ngày lễ, các chùa thường cúng bông hoa rất nhiều. Có chùa giàu, đến lễ chưng hoa rất đắt tiền, có chùa mà cúng bông đến 10 triệu, 20 triệu hay lên đến 50 triệu tiền bông. Nhiều khi thấy nhiều cũng hoan hỷ nhưng thấy xót xa. Chúng tôi có chủ trương những đám tang thân quen cũng ít bao giờ đi lễng

hoa mà đa số mua trái cây để thành kính phân ưu với tác ý là tưởng niệm người quá cố rồi sau đó gia đình ăn trái cây được chứ bông hoa nhiều rồi sau đó vô dụng.

Trong nghi lễ Phật giáo có bài dâng hoa nêu kết quả việc cúng hoa cho Phật, tổ tiên cho dung sắc thù thắng. Trong nhà Phật dạy mình muốn có dung sắc thù thắng thì có 2 việc cúng dường bông hoa, y phục cho sa môn, bà-la-môn, giúp cho người nghèo khổ. Quý vị nào thấy mình không đẹp thì đến 30, rằm thì mua hoa cúng. Bài kinh dâng hoa đó có nội dung như sau:

"Dâng hoa cúng dường Phật,
Bậc thương xót muôn loài,
Dâng hoa cúng dường Pháp,
Đạo nhiệm màu cứu khổ.
Dâng hoa cúng dường tăng
Ruộng phước không gì bằng
Hoa tươi nhưng sẽ tàn
Thân giả hợp sẽ tan
Nguyện tu mau chứng đạt
Quả chân thường giải thoát."

Đây là bài nghi lễ dâng hoa được Chư tăng hải ngoại dịch theo bản mới, bản mà chúng ta quen đọc từ trước là văn xưa. Chúng tôi thích bài này vì văn giản dị, đọc dễ hiểu.

Mỗi ngày rằm, 30 cuối tháng mình dâng hoa cúng Phật để tỏ lòng tôn kính phật. Và chúng ta tưởng nhớ Phật là bậc thương xót muôn loài, tức là lòng từ bi bác ái cho chúng sinh. Lòng từ bi này là sự hi sinh mạng sống, 20 a-tăng-kỳ và 100 ngàn

đại kiếp tiếp độ chúng sinh. Vì lòng thương xót nên bỏ tất cả vì hạnh phúc chúng sinh, hạnh phúc con người. Vì Ngài thương chúng sinh nên Ngài cố gắng tu thành Phật để lèo lái con thuyền bát nhã, vượt trùng dương tiếp độ chúng sinh. Vì chúng sinh vô minh, ái dục nhiều nên lầm đường lạc lối, cố chấp, tham lam trong tài sắc lợi danh. Do vô minh ái dục nên đắm chìm trong bến bờ vô minh, ái dục và lưới si mê. Vì thương chúng sinh nên Ngài cố tìm đạo xả ly. Khi tìm ra thì Ngài ban rãi cho chúng sinh, cứu vớt chúng sinh nên Ngài có danh hiệu là bậc Đạo sư. Bậc Đạo sư có nghĩa là người xóa đi bóng tối của cuộc sống, nên có chữ 'garu'. Ga: bóng tối, ru: xóa. Bậc thầy là xóa bóng tối cho đệ tử. Đức Phật xóa bóng tối mà bóng tối đây là vô minh và ái dục. Ngài thành đạo để thấy con đường giác ngộ, thấy con đường bát chánh đạo: tu giới định tuệ, con đường tu tập để đạt bờ giác ngộ giống như người mẹ vì thương con nên phải hi sinh cả cuộc đời của mình. Người mẹ vì thương con nên gian truân khổ cực để sao cho con mình có ăn học thành người, thành nhân chi mỹ trong đời. Người thầy tốt phải chỉ cho đệ tử mình thấy Phật pháp, tin nhân quả nghiệp báo, tin con đường đi đến quả vị giác ngộ. Nhiều khi bậc thầy mà nhìn thấy người Phật tử quy y Tam Bảo thì mình thấy mình mừng lắm vì họ ngộ chân lý. Mình thấy đệ tử mình có tâm bố thí, trì giới, tham thiền thì mình vui vì họ trưởng thành trong đạo. Nhiều khi ai ăn nấy no, ai tu thấy đắc nhưng thấy người ta trưởng thành trên con đường đạo thì rất phấn khởi. Chúng tôi thấy các vị xuất thân ở Bửu Quang, như Thượng toạ Tiến sĩ Tường Quang phát triển chùa bên Ấn Độ, Đại đức Thiện Giới xuất thân từ đây giờ đang trụ trì chùa Bửu Châu tại tỉnh Trà Vinh, Đại đức Phước Định trụ trì chùa Bát Chánh Đạo, Đại đức Siêu Đại

Quản sự chùa Thanh Long, Đại đức Thiện Hạnh năm nay ra thiền viện Bồ Đề nhập hạ; Sư Thiện Giàu, sư Thiện Chiếu lên chùa Phước Minh ở Dĩ An, tỉnh Bình Dương, 2 sư cô từ Bửu Quang ra nhập hạ ở chùa Đức Hòa – Hà Nội. Cho nên, mình cảm thấy vui vì các vị đã trưởng thành và hoan hỷ vì vị đã lan rộng chánh pháp tại các tỉnh thành. Vì mình có tâm muốn Phật pháp lan rộng đến đâu thì có chùa, có tăng sĩ sẽ giúp hàng Phật tử. Mình có cơ sở để Phật tử thắp nhang cúng Phật, nghe kinh, có vị sư xuất hiện trong vùng họ đó là giúp cho họ duyên lành với Phật pháp. Người tu có lăng kính từ bi hỷ xả. Nhiều khi mình là sa môn mà mình đi đến đâu mà có phong cách đạo hạnh là mình cũng giúp họ có đức tin, có tâm từ bi hỷ xả để tiếp độ.

Chúng tôi nhớ là hồi đó chúng tôi dạy học bên chùa Thiên Minh Q.9, trường trung cấp Phật học Tp.HCM, hồi xưa đặt cơ sở ở chùa Vĩnh Nghiêm sau này chuyển về quận 9. Chúng tôi có dạy cho khoảng 100 sinh viên làm luân văn về đề tài Vi diệu pháp. Trong thời gian đi dạy có đi đủ loại xe, chúng tôi có chọn xe bus để đi. Mỗi lần đi xe vậy thì gặp đủ thành phần, nhiều khi học trò gặp hỏi "sao sư phụ bèo quá vậy?" Chúng tôi có kỷ niệm đi xe bus độ được bà cụ đó. Bà cụ gặp tôi trên xe thì hỏi: "Thầy ơi! Thầy dạy học ở đâu mà lúc nào cũng đi giống con vậy?" Vì ngày nào cũng tới giờ đó là bà cụ đi công việc. Nói chuyện qua lại rồi chúng tôi có mời bà cụ đến chùa Bửu Quang. Thời gian sau, có bữa tôi đang ngồi băng ghế đá chơi, bà cụ đó vô chùa gặp mình hỏi "Thầy có nhớ con không?" Tôi cảm thấy bà quen quen, nhớ mài mại mà cạy không ra. Bà nảo: Thầy quên con rồi sao. Thầy mời con đến chùa mà thầy quên rồi ạ? Sau thì bà kể gặp thầy trên

xe bus thì chúng tôi mới nhớ ra. Chúng tôi cảm thấy đời sống xuất gia của mình mà ở góc cạnh nào có tâm từ bi bỷ xả là có thể tiếp độ. Cho nên dâng hoa cúng dường Phật thì mình nhớ Ngài là bậc có lòng từ bi hỷ xả, bậc thương xót muôn loài. Mình thấy thế để có lòng từ bi hỷ xả trong cuộc sống, mình là đệ tử Phật thì học hạnh từ bi của Ngài. Mình chỉ bảo họ phải biết thương bản thân, đừng có làm tội lỗi, đưa họ về nẻo sáng.

Câu thứ 2, từ 'Pháp' theo Pāli là 'dhamma'; tiếng Anh dịch là 'the teaching of the Buddha': lời dạy của Đức Phật. Lời dạy của Đức Phật được cô đọng trong suốt 45 năm hoằng pháp, pháp cô đọng trong 3 tạng kinh: Luật tạng, Kinh tạng, Vi diệu pháp tạng. Pháp Phật nói ngắn thì tồn đọng trong 37 phẩm trợ bồ đề: tứ niệm xứ, thất giác chi, bát chánh đạo, ngũ quyền, ngũ lực v.v. Bát chánh đạo gom lại có 3 phần: giới, định, tuệ; nói đủ gồm: chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh định, chánh tin tấn, chánh niệm, chánh định. Chánh kiến, chánh tư duy là tuệ; chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng là giới; chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định là phần định. Pháp Phật cô động trong giới, định, tuệ có khả năng nhiệm màu cứu khổ vì người thực hành pháp này có khả năng bớt khổ. Người thực hành pháp giống như linh dược trị lành căn bịnh. Bịnh viện bên ngoài chữa thân bịnh, chùa trị tâm bịnh. Tâm bịnh là tham, sân, si, ích kỷ, kiêu căng. Đa phần ta khổ vì vô minh và ái dục, hay khổ do tâm tham quá, hay khổ vì sân, si quá, hay vì tâm si mê quá nên trầm luân. Mình học được Phật pháp để định hướng cho đúng, để hạnh phúc và an lạc. Quý vị biết đạo, biết Phật pháp chút thì sử dụng sẽ thấy vui, an lạc, khéo tác ý thì an lạc; còn cố chấp quá, dính mắc quá, sân si quá, ngã mạn quá,

tật đố quá sẽ đau khổ, hay sĩ diện quá cũng khổ, cống cao ngã mạn quá cũng khổ. Nên tập sống khiêm tốn, giản dị, biết xin lỗi và cám ơn để có niềm vui an lạc. Con người mình chấp quá cũng khổ. Có bà cụ người Nhật thọ 120 tuổi. Người ta hỏi bà bí quyết sống lâu thì bà bảo là bà hay nói: "xin lỗi và cám ơn". Mà xin lỗi và cám ơn là văn hóa phương tây rất phổ thông. Người việt mình thì nhiều khi có lỗi mà không dám xin lỗi, nhiều khi mình mở miệng xin lỗi nhưng không quen nên gượng, mắc cỡ. Cho nên mình thường xuyên xin lỗi, cám ơn thì hạn chế được sự ganh tỵ, dèm pha, tật đố và kiêu căng. Cho nên, mình ứng dụng trong đời sống thì rất màu nhiệm, thiêng liêng. Lúc đó mình mới thấy pháp Phật như linh dược chữa lành mọi vết thương.

Ở câu 3, Tăng là đoàn thể tăng già, tăng là ám chỉ người đắc từ Tu-đà-hườn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm, A-la-hán, là người xuất gia đầu tròn áo vuông và còn tham, sân, si. Danh từ 'tăng' theo Pāli là 'saṅgha'. Tiếng saṅgha rất khó dịch ra bất cứ ngôn ngữ nào trên thế giới. Người Trung Quốc âm chữ tăng là tăng già, hay chư tăng. Chư: nhiều, tăng: người xuất gia, bậc thánh. Ý nói chư tăng là mình đảnh lễ chư tăng là đảnh lễ nhiều vị tăng. Có câu: "Nhất tâm đảnh lễ Đức Thế Tôn, bậc A la hán, Chánh đẳng chánh giác, Ngài là thiên nhân từ phụ bi trí vẹn toàn. Nhất tâm lễ bái giáo pháp do Đức Thế Tôn khéo thuyết giảng, đạo chuyển mê khai ngộ thiết thực hiện tiền vượt thời gian. Nhất tâm kính lễ chư thánh hiền tăng, các Ngài là bậc hoằng truyền chánh pháp xứng đáng cho chúng sinh lễ bái cúng dường". Trong này có 3 động từ: đối với Phật: nhất tâm đảnh lễ; đối với pháp: nhất tâm lễ bái; đối với tăng: nhất tâm kính lễ. Trong tiếng Pāli có 3 động từ khác

nhau: abhivademi, dhammamnamassami, Namami. Cho nên khi mà mình lễ bái tiếng Việt thì cũng có 3 từ riêng biệt như vậy. Chư thánh là bậc đắc đạo, còn hiền tăng là phàm tăng. Chúng ta hay lạy 3 lạy là lạy Phật, Pháp, Tăng.

"Dâng hoa cúng dường tăng, ruộng phước không gì bằng" có nghĩa là Tăng là phước điền, cho chúng sanh cúng dường được quả phước giàu sang phú quý. Chúng ta cúng Phật là cho phước quyền lực, cúng pháp cho phước trí tuệ. Những người Phật tử vô gặp chúng tôi mà họ than thở về chức vụ làm trong công sở thì thường chúng tôi hướng dẫn thờ Phật, niệm 10 danh hiệu Phật. 10 Danh hiệu phật là: "Itipiso bhagavā arahaṃ sammāsambhudho vijjācaraṇasampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasāratthi satthādevamanussānaṃ buddho bhagavāti". Người nào đọc Pāli không quen thì đọc tiếng việt: "Nam mô Ứng cúng, Chánh biến tri, Minh hạnh túc, Thiện thệ, Thế gian giải, Vô thượng sĩ, Điều ngự trượng phu, Thiên nhân sư, Phật, Thế tôn", hay chỉ chọn đọc 1 hiệu trong 10 danh hiệu đó. Sáng niệm, trưa niệm, tối niệm, niệm thường thì sẽ lên chức giám đốc. Vì mình kính trọng Phật, lạy Phật bỏ đi cái tôi, sống khiêm tốn thì được mọi người xung quanh kính mến nên lên chức ào ào. Người nào kém thông minh, học bị điểm zero, thi rớt hoài thì chúng tôi dạy họ ấn tống kinh sách, dạy tụng kinh, niệm 7 ân đức Pháp. Ai khó khăn kinh tế thì niệm ân đức Tăng thì sẽ hanh thông về mặt lộc tài.

Trong bài dâng hoa này, cuối bài nói là "hoa tươi đẹp sẽ tàn, thân giả hợp sẽ tan" ám chỉ hoa dù tươi đẹp đến đâu chưng ngày 1, ngày 2 cũng sẽ tàn héo thì người dâng hoa, nhìn hoa cũng quán tưởng thân giả hợp cũng sẽ tan. Hoa tàn mau hơn

kiếp người, kiếp người cũng phải 50, 60 hay 100 năm nên con người có nhiều cơ hội nhìn hoa tàn. Có những trường hợp ngoại lệ như có cây thiên tuế 100 năm mới nở hoa. Hay cây tre cũng vậy nên thấy tre nở hoa là biết cây tre này sắp chết và mình cũng sắp "die" luôn. Có những chủng loại tuổi thọ ngắn hơn con người nhiều lắm như con muỗi sống 7 ngày thì chết. Con ve sầu cũng có nhiều loại. Con ve kêu mùa hè có thân phận tội lắm, nằm ở lòng đất 2, 3 năm, rồi nghe tiếng kêu mới bò lên mặt đất, bám vào cây, rồi lột kiếp nhộng thành ve, rồi chỉ còn 4 hay 7 tuần lễ là chết. Trong thời gian này nó làm 2 công việc: sanh con và kêu. Chung quanh ta có nhiều chủng loại như địa ngục, súc sinh, ngạ quỷ, Atula, trời, người. Chủng loại chúng sanh địa ngục, Atula, ngạ quỷ, chư thiên có hình thức hóa sanh. Người sanh vào địa ngục do tham sân si nhiều nên khi vừa tắt thở thì hóa sanh vào địa ngục. Người sống quá nhiều tham thì vừa chết xong thì hóa sanh thành ngạ quỷ. Có 24 chủng loại ngạ quỷ mang nhiều hình dạng khác nhau như có ổ bụng to, cổ nhỏ do tham quá độ nên chết thành ngạ quỷ. Còn Atula là người do sân si quá, chửi cha mắng mẹ, xem thường thầy tổ, Tam Bảo nên chết hóa sanh Atula. Những loại chúng sanh hóa sanh này không thể nhìn thấy bằng mắt thường. Loài thú có rất nhiều chủng loại như chó, mèo v.v. nằm trong dạng noãn sanh, thai sanh, thấp sanh. Con người là thai sanh. Gà, vịt là noãn sanh. Những loại này mắt thường nhìn thấy được. Tất cả những chủng loại đó đều có sự thay đổi kiếp sống. Như vậy, cho dù là chúng sanh các loại hay cây cỏ vô tri cũng có sự thay đổi mà ta gọi là vô thường. Cho nên, khi dâng hoa nhìn hoa này sẽ tàn, sẽ héo thì ngẫm lại thân làm người này sẽ tan. Nếu mình sống có phước thì sống lâu một chút còn độc ác quá thì ngắn lại.

Câu cuối là lời nguyện ước tu mau chứng đạt. Cuộc đời tu mình nguyện cho gia đình hạnh phúc, cho dòng họ minh siêu sanh, cho bản thân an lạc đạt quả vị Níp-bàn. Mình tu trước nhất là chứng cái gì? Là thay đổi cuộc sống, nhận thức mình. Xưa thì tham sân si quá, miệng mồm hung dữ quá thì giờ bớt xuống, chửi người ta thì chửi vừa phải thôi, chửi gì quá. Con người mình khi nóng nảy, sân si lên hay chửi bậy lắm, nói những câu không có trong từ điển, nguyền rủa người ta trôi sông chết chợ, hay gia tài tiêu tán, ba má chết chùm. Tâm càng sân si, độc ác thì hành động không hay, đánh đập tàn nhẫn hay thậm chí là giết người. Cho nên tu để bớt đi tâm độc ác, bớt đi ganh tỵ, sân si. Mình tu mà đạt được thì có quả vị gọi là quả chân thường giải thoát. Quả đây có nghĩa đạt Tu-đà-hườn là diệt thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ; đạt bậc thánh Tư-đà-hàm là diệt thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ và bớt tham, sân; đạt bậc A-na-hàm là diệt thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ, tham, sân; đạt quả A-la-hán là diệt 10 kiết sử phiền não: thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ, ái sắc, ái vô sắc, tham, sân, ngã mạn, tà kiến, vô minh.

Hôm nay, chúng tôi giải thích ý nghĩa bài dâng hoa theo lý đạo để nhằm tôn vinh ân đức Phật, Pháp, Tăng. Đồng thời nhắc quý vị nhớ rằng khi mình dâng hoa cúng Phật thì học từ bi hỷ xả, dâng hoa cúng dường Pháp nhớ đạo nhiệm màu cứu khổ, dâng hoa cúng dường Tăng nhớ ruộng phước không gì bằng. Ngoài ra, dâng hoa cúng Tam Bảo thì nhớ rằng thân mình sẽ tan để nhất tâm nguyện tu mau chứng đạt đến quả chân thường giải thoát. Bài pháp đến đây cũng vừa phải lẽ, cầu nguyện hồng ân Tam Bảo gia hộ cho quý vị được thân tâm thường an lạc./.

5. VỊ LẠ TRONG BIỂN CẢ[5]

Hôm nay là ngày sinh hoạt định kỳ hằng tháng của Đạo tràng Giác Bảo Hoa do cô Nguyễn Thị Cúc làm trưởng đạo tràng. Cũng đã khá lâu chúng tôi không giảng trong đạo tràng vì có nhiều Phật sự. Hôm nay, cô Cúc yêu cầu chúng tôi thuyết bài Pháp để gặp gỡ lại những anh chị em công nhân công ty Giày Thái Bình. Trở lại đạo tràng rất vui và phấn khởi vì tinh thần tu học tinh tấn của quý anh chị em; cũng vui mừng cho cô Nguyễn Thị Cúc trở về Việt Nam an toàn sau những ngày ở Myanmar làm thí chủ dâng y cho chùa Quý Ngài Tam Tạng.

Sáng nay, chúng tôi có đi với các sư lên công ty để khai trương xưởng giày da thành phẩm, thấy công ty to quá, công nhân nhiều, tòa nhà hoành tráng. Vì công trình to lớn, thầy bước chân vào mà hơi cảm thấy run chân nữa. Nghe cô Cúc nói bữa nay chỉ giảng pháp ngắn vì quý vị tăng ca. Hôm nay, chúng tôi cũng mệt nên cũng không giảng nhiều, lý do là vì sáng sớm nay phải thức sớm để hướng dẫn tăng ni đi dự kỳ thi đại Giới đàn vào ngày 22-23/10 âm lịch tổ chức tại đây. Năm nay có khoảng hơn 100 tăng ni thọ giới đàn tại chùa Bửu Quang. Sáng nay, dẫn tăng ni đi về thành phố dự thi tuyển, chiều đi với cô Cúc, ngày mốt lên đường hướng dẫn hơn 80 người đi Ấn Độ dâng y Kaṭhina và mở khóa tu Thiền lần thứ 2 tại chùa Đại Lộc, hành hương Ấn Độ, và dự khai mạc đại hội trùng tụng Tam tạng tại Bồ Đề Đạo Tràng. Đi xa

5. Giảng đường: chùa Bửu Quang, Q. Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh. Khóa tu định kỳ hằng tháng của Đạo tràng Giác Bảo ngày 22/11/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

thì đầu óc cũng tư duy đủ thứ. Hôm nay, trời mưa nên cũng rất cảm động khi thấy quý vị tề tụ về đây sinh hoạt Phật pháp. Quý vị biết mưa cũng xuất phát từ biển. Nước biển hay sông rạch bốc hơi tạo thành mây, mây gặp khí lạnh thì mưa xuống, Do đó, chúng ta cũng sắp hết mùa mưa. Vì ngày 16/6 đến 15/9 là ngày an cư mùa mưa của chư tăng Phật giáo Nguyên thủy. Bên Bắc Tông An cư ngày 15/4, ra hạ 16/7. Như vậy mùa an cư kiết hạ của chư tăng Nam Tông đã kết thúc. Trận mưa này là trận mưa cuối mùa. Do lẽ đó, đề tài, chúng tôi sẽ giảng hôm nay "8 vị lạ trong biển cả".

Đây là bài kinh trong kinh tạng Pāli. Khi Ngài ngự dưới cội cây Nimpa trong cánh rừng già Veranja, gần dòng sông Ni-Liên-Thiền nơi Phật thành đạo. Đây là dòng sông linh thiêng, nơi Bồ Đề Đạo Tràng ngó ra sông này. Sông này có bề ngang gần 200m, và dòng sông này là dòng sông linh thiêng mà nó đã gắn liền gần suốt quảng đời Đức Phật, cụ thể lúc Ngài thành đạo, Ngài ngồi tại cội Bồ đề ngó ra sông Ni Liên Thiền. Có rất nhiều hoạ sĩ, thi sĩ, nhà văn tả những áng văn, vần thơ và những bức tranh vượt thời gian về sự thành đạo của phật Thích Ca Gotama ngồi dưới cội Bồ Đề, ngó nhìn xuống dòng sông Ni Liên Thiền (Veranjaya) này. Dòng sông lịch sử trên, ngày nay rất tiếc là khô cạn nước, thậm chí những đứa trẻ có thể lội xuống sông tìm vật lạ, xuống đá banh, rất rộng mà nước càng ngày càng cạn không còn giống như dòng sông ban đầu.

Bài kinh này Phật thuyết trong dịp vấn đáp với Atula. Đây là chúng sanh hung dữ, 1 chúng sanh dị hình dị tướng, xuất phát từ loài người do tâm tánh uống rượu bia, hung dữ đánh cha chửi mẹ, đánh vợ đánh con nên thân hoại mạng chung

chết sanh làm Atula. Trong loài Atula có nhiều chủng loại như loài người. Trong thế giới loài người có nhiều dòng họ khác nhau, như họ Trần, Lê, Nguyễn v.v. người sanh giàu có hay khó khăn, người sanh ở miền quê hẻo lánh, người trong rừng núi v.v. Atula cũng vậy, có loài Atula chúa tể có tên gọi Paharada, vị Atula chúa này khi Thế Tôn thành đạo thì cùng Đế Thích, Tứ Đại Thiên Vương đến chúc tụng. Cho nên có bài kinh: Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddho là do 5 loại chúng sinh tán thánh. Namo: atula, tassa: dạ xoa, bhagavato: trời đế thích, arahato: tứ đại thiên vương, sammāsambuddho: đại phạm thiên. 5 loài này cai quản trong tam giới đến chúc tụng Thế Tôn khi Ngài vừa thành đạo. Atula này là chúa trong các loài Atula. chúng ta đọc bài kinh đó cực kỳ oai lực vì là danh xưng của những vị đại diện vũ trụ. Nếu ta đọc tiếng Việt thì đọc: Nam-mô Thế Tôn, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri. Những vị nào niệm bài đó thường xuyên vẫn oai lực. Mình bịnh hoạn, đau nhức đọc bài đó rồi vuốt lên người của mình nhờ năng lực đó cũng bớt bịnh.

Atula một hôm đến viếng Đức Phật và Ngài hỏi: Có phải Atula thường xuyên vui thích ngợi khen và thán phục vị lạ trong biển cả chăng? Atula đáp: đúng vậy. Đức Phật hỏi: này Atula, vậy trong biển cả có mấy điều lạ khiến cho ngươi ngợi khen thán phục? Đây là sự vấn đáp giữa Atula chúa và Đức Thế Tôn. Trên thế giới hiện nay có những biển lớn như Thái Bình Dương, Đại Tây Dương, Ấn Độ Dương, Bắc Băng Dương. Trong những điều lạ của biển thì Đức Phật hỏi dạ xoa là như vậy tại sao loài Atula lại khen và thán phục. Vậy trong biển cả có gì? Atula chúa nói có 8 điều lạ.

Một là, bãi biển lúc nào cũng lài từ bờ ra đến ngoài khơi, chỗ nào cũng bằng phẳng, nghiêng ra biển chứ chẳng có hố sâu. Đó là điều lạ thứ nhất; Hai là, mặt biển khi nào cũng phẳng không lên cao và cũng chẳng hạ xuống thấp; Ba là, biển không khi nào chịu dung dưỡng tử thi, bất cứ tử thi nào rơi xuống biển cũng bị sóng tạt vào bờ; Bốn là, nước của những con sông lớn là sông Ganga, Yamuna, Aciravati, Sarabu, Mahi khi chảy vào biển cả thì mất hẳn tính chất của nó mà phải hòa vào nước biển; Năm là, tuy rằng tất cả nước mưa, nước sông rạch chảy ra biển nhưng mặt biển vẫn giữ mực nước chứ không lên hay xuống; Sáu là, tuy nước có nhiều nguồn chảy ra nhưng biển vẫn giữ nguồn mặn tự nhiên; Bảy là, đáy biển chứa nhiều vật báu như thuỷ tinh, trân châu, san hô, mã não, xà cừ, vàng bạc v.v.; Tám là, tất cả là nơi cư trú của các loài quái vật to lớn, như các loài thuỷ tộc: Timis, Timingalas, Timitimingala và những chúng sinh có nhiều thần lực như Atula, Rồng, Càn Thát Bà v.v. những chúng sanh có chiều dài 100, 200, 300, 400, 500 do tuần (do tuần là một đơn vị đo chiều dài của Ấn Độ cổ đại. Một do tuần bằng 9216 m ngày nay), đó là vị lạ thứ tám khiến cho bọn Atula phải thán phục ngợi khen.

Tiếp theo, Atula hỏi Đức Phật: bạch Thế Tôn, trong giáo pháp của Ngài có mấy vị lạ khiến cho tỳ khưu phải vui thích, ngợi khen và thán phục? Đức Phật trả lời: này Atula, trong giáo pháp Như Lai có 8 điều lạ, phần này đức Phật lập lại những vị lạ của biển và Ngài trình bày về 8 vị lạ trong giáo pháp của Ngài:

1. Bãi biển lúc nào cũng lài từ bờ ra đến ngoài khơi, chỗ nào cũng bằng phẳng, nghiêng ra biển chứ chẳng có hố sâu.

Giống như mực nước biển lài từ trong lài ra. Cũng vậy, giáo pháp Như Lai đã sắp đặt đúng theo quy tắc, để người hành đạo tinh tấn từ thấp lên cao, chứ không buộc người tu tập quá sức. Chính điều đó khiến cho quý Tỳ khưu vui thích, thán phục và ngợi khen.

Lại nữa, Giáo pháp của Ngài giống như thức ăn dành cho mọi tầng lớp, người lớn tu tập có hiệu quả, trẻ thơ hành theo cũng có lợi ích, người bận rộn tập tành tu dưỡng cũng có phúc lạc cao. Giống như Đức Phật dạy, mỗi người chúng ta tập hành pháp nhẫn nại, nếu mọi ngày tập nhẫn nại bao dung, từ bi hỷ xả thì đó là những chất liệu cần thiết cho mỗi người chúng ta. Nếu trong đời sống hằng ngày biết áp dụng tu tập tính nhẫn nại, khiêm tốn thì có hiệu quả cao, an vui, hạnh phúc trong hiện tại.

2. Mặt biển khi nào cũng phẳng, không lên cao và cũng chẳng hạ xuống thấp, cũng vậy, giới luật nào Như Lai công bố ban hành, dầu có hại tánh mạng đi nữa, đệ tử Như Lai chẳng hề dám sai phạm. Đó là vị lạ thứ nhì, khiến vị Tỳ khưu vui thích, thán phục và ngợi khen.

Quý vị thấy những giới luật Đức Phật ban hành, có những giới rất nhỏ mà ngày nay các thầy tỳ khưu, những người xuất gia vẫn giữ và áp dụng tu. Vừa rồi, Thượng toạ Tiến sĩ Bửu Chánh có đi tham dự lễ dâng y ở quốc gia Bangladesh do vị sư hành pháp đầu đà chủ trì. Vị này hành 13 pháp đầu đà trong Phật giáo, vị này tu pháp đầu đà hơn 10 năm bây giờ ra khỏi rừng để tiếp độ chúng sinh. Do pháp tu và đức hạnh của vị này có sức thu hút rất lớn trong chính quyền và người dân. Hiện nay có rất nhiều người hoan hỷ pháp môn này, phát

tâm xuất gia sống đời phạm hạnh. Phật tử Diệu Mai ở Hà Nội có duyên với pháp môn này có tổ chức đoàn hành hương lễ dâng y cho Ngài thánh tăng đầu đà năm 2015. Chúng tôi có hỏi Thượng tọa Bửu Chánh về sự tu tập của vị sư đầu đà này. Thượng toạ trả lời cuộc đời vị này từ lúc xuất gia đến nay chỉ biết tu, giữ những giới luật dù nhỏ trong luật tạng, sống giản dị, thực hành theo lời dạy của đức Phật nên có sức thu hút mọi người.

3. Biển không khi nào chịu dung dưỡng tử thi, bất cứ tử thi nào rơi xuống biển cũng bị sóng tạt vào bờ. Cũng vậy, Trong giáo pháp Như Lai, người nào tâm tánh xấu xa, hung dữ, ham muốn tài sắc lợi danh, phá giới luật, lợi dụng mình là sa môn, cố che dấu tội lỗi thì chẳng bao lâu cũng bị phát hiện và khai trừ ra khỏi Giáo hội. Đó là vị lạ thứ 3 khiến cho vị Tỳ khưu vui thích, thán phục và ngợi khen.

Đức Phật dùng hình ảnh sóng tạt vào bờ và Đức Phật nói người lợi dụng chiếc áo cà sa không tu dưỡng tâm tánh, vì danh lợi không thực hành đúng những gì Phật dạy như là mượn đạo tạo đời thì bị khai trừ. Vị nào cố tình che dấu, thì đến lúc nào đó nhân quả nghiệp báo nghiêm minh cũng bị khai trừ. Ngài dùng hình ảnh biển cả, tử thi, sóng đẩy vào bờ. Trong Giáo hội thánh tăng không chứa người phá giới, không chứa người đi trái lại tôn chỉ giới định tuệ.

4. Nước của những con sông lớn khi chảy vào biển cả thì mất hẳn tính chất của nó mà phải hòa vào nước biển. Cũng vậy, có 4 hạng người: Vua chúa, Bà la môn, Thương gia, Thủ đà la khi xuất gia trong Phật giáo bỏ hẳn tên tuổi, địa vị của mình để mang chủng tộc sa môn, dòng họ tỳ khưu, đó là điều lạ thứ 4, khiến cho các Tỳ khưu vui thích, thán phục và ngợi khen.

Trong phần 4 này, Ngài dùng hình ảnh so sánh nước biển do các nguồn đổ về, nhưng khi ra biển cả thì hòa nhập trong biển. Đức Phật dạy những người xuất gia trong giáo pháp của Phật, thời Phật có 4 giai cấp: người tu hành, vua chúa, thương gia, người giai cấp hạ liệt, nhưng tất cả 4 hạng người này đều xuất gia trong giáo pháp Đức Phật đều bình đẳng như nhau: không phân biệt giai cấp, người nào xuất gia trước thì đi trước, người nào xuất gia trước được cung kính bởi những người xuất gia sau. Điều này đến nay vẫn còn giữ, quý vị thấy trong chùa, chư tăng ai đi trước là người tu trước. Người xuất gia trước được người xuất gia sau tôn kính phục vụ. Tương tự, giống như nước sông, nước suối, nước khe, nước nguồn đổ về biển cả thì đều hòa chung với nhau. Cách đây 1 tuần, chúng tôi có nằm trong ban tổ chức hội thảo quốc tế, quy tụ 10 quốc gia trên thế giới là Phật giáo vùng Mê Kông, diễn ra tại 2 địa điểm: trường Đại học Khoa học Xã hội & Nhân văn, và Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam. Hội thảo về Phật giáo vùng Mê Kông nhằm mục đích quy tụ hơn 300 nhà khoa học, giáo sư, tiến sĩ, nghiên cứu trên thế giới nhằm đàm thoại để tìm ra những phương án tối ưu bảo vệ dòng sông Mê Kông hiện nay đang bị ô nhiễm. Thứ 2 là để nêu cao tầm quan trọng của dòng Mê Kông là dòng sông Phật giáo mà thượng nguồn chảy từ Tây Tạng, Miến, Thái Lan, Lào, Campudia qua Việt Nam xuyên qua các tỉnh Việt Nam: An Giang, Tiền Giang, Bến Tre, Trà Vinh, Long An, Cần Thơ, Hậu Giang, Kiên Giang rồi đổ ra ngoài biển đông. Cuối hạ nguồn Mê Kông có 9 cửa biển: Cửa Đại, cửa Tiểu, Cổ Chiền, Bát sát, Hàm Luông, Trần Đề v.v. đổ ra biển nên có danh từ sông Cửu Long, địa danh Cửu long. Tầm quan trọng của hội thảo để cho toàn thế giới biết là nước Lào, Thái, Campuchia

đều có dòng sông này chảy qua mà Trung Quốc lại đắp đập ngăn thượng nguồn, Lào cũng đắp đập ngăn để họ sử dụng lượng nước để thực hiện Ắc quy mộng nổi tiếng Đông Nam Á. Nguy cơ đắp đập như vậy thì thượng nguồn bị chặn, nên ở hạ nguồn, tất cả 1 số tỉnh Việt Nam sẽ bị nước biển sẽ tràn vào, tạo nguy cơ đồng lúa sẽ bị hư hại và hoa màu hư hại, môi trường hoàn toàn thay đổi, nó sẽ không giống như ngày xưa nữa. Cho nên, có rất nhiều hội thảo trong và ngoài nước phản ánh 1 số quốc gia ngăn chặn sông Mê Kông. Trong xu thế đó thì Phật giáo ta kết hợp tổ chức hội thảo, mục đích nhờ tiếng nói của các nhà lãnh đạo Phật giáo trên thế giới kêu gọi các nước đoàn kết lại bảo vệ sông Mê Kông.

5. Tất cả nước mưa, sông, rạch đều chảy ra biển nhưng nước biển vẫn giữ trung bình chứ không tràn lên hay hạ xuống. Cũng vậy có nhiều bậc thánh tăng sau khi làm xong phận sự trên cõi thế, đã nhập vô dư Níp-bàn, hay hưởng hữu dư Níp-bàn đi nữa thì Giáo hội Tăng già cũng giữ mực trung bình chớ không vì đó mà phải thưa thớt hoặc đông đảo thêm. Đó là vị lạ thứ năm khiến cho vị Tỳ khưu phải vui thích, thán phục và ngợi khen.

Đức Phật dạy rằng trong Giáo hội có những bậc thánh tăng như Thánh Tu-đà-hườn, Thánh Tư đà-hàm, Thánh A-na-hàm, Thánh A-la-hán rồi những vị này làm xong nhiệm vụ của mình và các vị đó nhập vô dư Níp-bàn hay hữu dư níp-bàn. Số lượng Thánh tăng vẫn hài hòa không thay đổi, mặc dù có vị mới xuất gia đắc tứ quả hay đắc rồi viên tịch cũng giống như dòng nước biển hết đợt này đến đợt khác, giống như nước sông chảy vào biển hài hòa.

Trong hội thảo có bài báo cáo của một nhà khoa học Mỹ nói 2080 thì Việt Nam có 70% nước dâng cao. Những người phản biện hỏi lý do tại sao thì họ đưa ra nhiều dẫn chứng. Nước Mỹ có nền khoa học hiện đại, có những máy móc biết lượng nước chỗ nào giảm, chỗ nào tăng. Họ có máy đo biết quốc gia nào sắp bị động đất, và họ cũng cho biết rằng toàn bộ tiểu bang Cali của Mỹ trong tương lai sẽ bị nước biển nhấn chìm. Họ báo động Cali có nhiều biến động nhất về mặt động đất. Cho nên, chúng ta đang sống với sự biến đổi vô thường, biến dịch không ngừng. Có những người đi xa nhiều năm về lại đây thì thấy có nhiều con đường mới, cầu mới mà mình cũng không biết hết được. Hay mình ra Thủ đô Hà Nội thấy thay đổi nhanh chóng, hoàn toàn khác lạ nên mới thấy hoàn cảnh biến dịch không lường.

6. Tuy nước có nhiều nguồn chảy ra nhưng nước biển vẫn giữ một vị mặn tự nhiên. Cũng vậy, Đức Phật nói trong giáo pháp của Ngài chỉ có 1 vị là vị giải thoát. Đó là vị lạ thứ sáu khiến vị Tỳ khưu phải vui thích, thán phục và ngợi khen.

Nước biển rất nhiều nguồn nhưng vẫn mặn, còn trong giáo pháp có một vị duy nhất là giải thoát. Giải thoát là tâm tự do, không dính mắc trong tài sắc, không bị tham sân si chi phối. Giống như người ta chọc mình giận nhưng mình không biết giận, giống như mình hòa nhập với mọi người mặc dù họ nói xiên xỏ, cay nghiệt nhưng mình vẫn tha thứ, từ bi. Hay con người chúng ta đa phần tự cao tự đại, đạo giải thoát là không có cái tôi. Trong đời thường, người nào đưa cái tôi nhỏ xuống, bớt tự cao tự đại thì dễ thành công; còn tự cao thì dễ thất bại, nên mình phải tập sống giản dị. Điều quan trọng là tâm mình phải sáng, tâm phải lành mạnh. Trong tất cả mùi

hương đều bay xuôi chiều gió nhưng hương đức hạnh, đạo đức con người, hương giới định tuệ bay ngược chiều gió. Những việc làm, nghĩa cử đức hạnh của ta để lại cho thế giới, ta cúi đầu trước những người dám hi sinh cuộc đời, họ không sống vì riêng họ mà cho tha nhân, cho cộng đồng là đức tính vô cùng quý giá.

7. Đáy biển chứa nhiều vật quý giá: như San hô, Mã não, Xà cừ, vàng bạc, thuỷ tinh v.v. cũng vậy, giáo pháp Như Lai có kho tàng pháp bảo, đó là Tứ chánh cần, Tứ niệm xứ, Ngũ quyền, Ngũ lực, Thất giác chi, Bát chánh đạo. Đó là kho tàng giáo pháp của chư Đức Phật. Đó là vị lạ thứ bảy khiến cho vị Tỳ khưu phải vui thích, thán phục và ngợi khen.

Những vật quý giá ở ngoài xã hội, nó chỉ quý giá nhất thời, chỉ đáp ứng nhu cầu vật chất cho chúng ta thôi, chứ không đáp ứng nhu cầu tinh thần. 37 Pháp giác ngộ của Chư phật là những tài sản quý báu, vì nó có khả năng giúp chúng ta tu tập hành trì theo được giải thoát và giác ngộ, chấm dứt sanh tử luân hồi.

8. Tất cả là nơi cư trú của các loài quái vật to lớn và những chúng sinh có nhiều thần lực như Atula, rồng v.v. có chiều dài 200, 300, 400, 500 do tuần. Cũng vậy, giáo pháp Như lai có nhiều vị đại căn, giàu tinh thần, giàu nghị lực đã đắc đạo quả thánh nhân như Tu-đà-hườn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm, A-la-hán. Đó là điều lạ thứ 8 khiến cho vị Tỳ khưu vui thích, thán phục và ngợi khen.

Đức Phật dạy trong giáo pháp của Ngài có những vị đắc đạo quả, có thần thông, tuệ giác. Những vị này có những phép lạ

thần thông biến hoá vô cùng vô tận, có sức thu hút vô biên, chuyển hoá người đời không thể nào diễn tả hết. Chỉ cần tu tập những pháp Phật thôi mà có khả năng thánh thần vô song.

Qua bài kinh này, ta rút ra bài học cho cuộc sống tu tập là Đức Phật nói Atula ca ngợi tán thán 8 vị lạ trong biển, đồng thời Đức Phật ca ngợi tán thán trong giáo pháp người có 8 hương vị lạ. Và quý vị đang ngồi ở đây đang bận rộn vì kế sinh nhai mà vẫn hướng về chùa, hướng về đạo pháp, tụng kinh, nghe pháp, làm thiện sự để ta phát huy đời sống tinh thần. Tất cả chúng ta vẫn lưu tâm rằng ai cũng phải già, cũng phải chết dù cho chúng ta không thích già chết nhưng đến lúc nào đó thì tóc cũng sẽ bạc, da sẽ nhăn, rồi chúng ta sẽ bịnh và chết. Tất cả ai cũng phải trải qua. Ta biết và quán tưởng như vậy để cố gắng làm lành, tu thân tích đức để làm phận sự tốt trước khi già chết.

Giống như người sắp đi xa phải chuẩn bị hành lý. Chẳng hạn quý vị đi du lịch thì cũng chuẩn bị hành lý, tiền để hành trình được tiện nghi. Cũng vậy thì hành lý của người sắp chết chuẩn bị là phước đức. Cho nên, chúng ta tạo đức cho nhiều, làm lành cho nhiều, tụng kinh niệm Phật cho nhiều. Có thể quý vị không tụng kinh được thì quý vị cũng chuẩn bị cho 1 câu để tụng, đó là: Nam mô Phật pháp tăng Tam Bảo, Nam mô Thế tôn Ứng cúng Chánh biến tri, Mô Phật, Á rá hăn - Phật trọn lành để chuẩn bị hành trang cho già chết. Niệm như vậy tâm bình an, an vui, tạo phước đức. Ai mà nói xiên xỏ, chỉ trích mình thì cứ: "Mô Phật mỗi người mỗi tật", nghĩ vậy để tâm mình yên.

Con người khi tu mà mê thì bùn chỉ là bùn, ngộ rồi mới thấy trong bùn có sen, khi mê tiền chỉ là tiền, ngộ rồi mới thấy

trong tiền có tâm. Cho nên, mình cứ tu rồi mình sẽ ngộ, chứ không thể ngộ liền, cứ từng bước sẽ nở hoa sen. Con người chúng ta muốn tu phải thực tập mỗi ngày. Giống như, người thân chúng ta cũng vậy, cha mẹ, con cái, chồng vợ, đệ tử huynh đệ thì chúng ta phải có sự quan tâm nên chúng ta phải dành 1 chút để quan tâm, để lo lắng, để thương yêu, để hiểu cho nhau. Tất cả những cái chút này rất quan trọng. Giống như quý vị trồng hoa thì quý vị phải chăm sóc bằng cách bón phân, tưới nước đầu tư thì mới tươi tốt, gieo trồng mà không chăm sóc thì quý vị nhìn sẽ thấy liền. Con người chúng ta cũng vậy, nếu tâm ta biết tu tạo, biết dọn dẹp chùi rửa, lau dọn mỗi ngày thì tâm sẽ sáng, sẽ có trí tuệ. Mỗi ngày quý vị có niệm Phật, có đốt nhang, có nghĩ đến đời sống tâm linh thì là đang lau chùi dọn dẹp tâm thì tâm sẽ sáng, sẽ tinh nhạy.

Giống như 1 ngôi nhà quý vị ở mà biết dọn dẹp lau chùi thì khi bước vào ngôi nhà sẽ thấy sạch sẽ. Cho nên, trong Phật giáo có 2 thời công phu sáng, chiều là thời điểm làm mới lại tâm ta. Hay mỗi ngày ta tụng bài kinh nào đó, quý vị thấy bài nào hay, bài nào hợp thì tụng để phát huy tuệ giác vì tâm phải tu tập, phải biết sửa đổi thì tâm ta mới lớn được. Khi tâm lớn rộng thì tâm có sự bao dung. Con người có tâm nhỏ mọn ích kỷ quá thì không thể bao dung với người xung quanh. Mà người tâm rộng thì mới có thể chiêu hiền đãi sĩ được. Tâm lớn thì bao dung tha thứ được. Tu để tâm định, tâm định thì mới giữ vững lập trường. Quý vị ngồi đây nãy giờ mệt rồi. Chúng tôi cũng ngồi nhưng chúng tôi nói nên không mệt, quý vị ngồi nghe mệt, nên có người ngủ, có người dựa tường, cầu cho ổng nói mau cho hết. Cho nên, ngồi cũng phải có sự kiên định. Mình ngồi thế này được, đó là cách luyện tâm kiên

định. Mình làm cái gì mà không có tâm kiên định thì không thể thành đạt. Một người ngồi viết bài nghiên cứu có thể từ 8h sáng đến 16H, mình ngồi 3 tiếng thì mới tập trung được. Quý vị phải ngồi 8 tiếng thì tâm tập trung mới làm được. Mặt khác, mình phải luyện tâm mình vững chãi để kiên định, tu luyện tâm sáng để phân biệt chánh tà, chứ giờ mình nghe không phân biệt đúng sai, chánh tà. Tu phải luyện để nghe biết cái này là nổ, thiệt, đúng, chính xác. Chứ không thể nào người ta nói chơi mà mình tin là đúng được. Người không phân biệt được, lẫn lộn giữa đúng sai, chánh tà thì sẽ dễ bị hư hỏng.

Trong gia đình mà vợ chồng có mâu thuẫn, nếu mà không biết hàn gắn dễ bị li thân rồi ly dị. Tâm bị thu hẹp thì sẽ sống cục bộ, kiêu căng, ích kỷ, tỵ hiềm. Tu để tâm định tĩnh, vững chãi trước mọi sóng gió trong cuộc sống. Đây là yếu tố của những nhà lãnh đạo: bình tĩnh, sáng suốt, bao dung. Tâm mà lăng xăng linh tinh thì không lãnh đạo được. Cho nên, ông bà có câu "1 người tính 9 người làm". Người lãnh đạo làm thì ai tính, người lãnh đạo không làm nhưng phải biết người chung quanh làm cái gì. Người lãnh đạo phải có tâm sáng suốt, bình tĩnh, an lạc thì họ mới định hướng cho công ty đi lên. Vì vậy, trong công ty, người điều hành phải có tâm lớn, vị tha, giống như 1 chiếc thuyền chở nhiều người thì người điều khiển phải có tâm rộng, bao dung, chính xác mới có khả năng dẫn dắt người trên chiếc thuyền. Mỗi người chúng ta đều có công việc phải làm, và làm tốt để hoàn thành sứ mạng của mình để lại cái gì cho thế gian này. Nếu trong đường đời ta đi có gặp chướng duyên nghịch cảnh thì phải hỷ xả bao dung, bớt đi cãi cọ, hỷ nộ. Có câu: "nói ít lòng thanh thản, cho tâm sẽ thanh

tịnh, cho ngày tháng an vui" lời qua tiếng lại cãi cọ không giải quyết được gì, người tu phải bình tĩnh, bao dung.

Thời thuyết pháp hôm nay chúng tôi giảng về 8 vị lạ của biển trong kinh điển Pali. Qua đó chúng ta thấy Atula mô tả 8 điều lạ trong biển rất tuyệt vời, đồng thời Đức Phật cũng dạy cho chư Tỳ khưu 8 vị lạ trong giáo pháp của Ngài vô cùng ý nghĩa. Từ đó chúng ta rút ra bài học để tu tâm nhằm chuyển hóa thân tâm. Trong 8 điều lạ này, ta áp dụng 37 phẩm trợ đạo bồ đề để ứng dụng trong đời sống hàng ngày nhằm xây dựng bản thân, gia đình, xã hội và môi trường thiên nhiên cho được tốt đẹp. Trước khi dứt lời, cầu nguyện Tam Bảo, chư thiên hộ pháp gia hộ cho toàn thể quý vị thân tâm an lạc, tu hành tinh tiến và luôn thuận duyên trong cuộc sống./.

6. HÃY TU[6]

Nhân dịp chúng tôi về giảng khóa bồi dưỡng Trụ trì tại tỉnh Kiên Giang, ban tổ chức có mời qua đây giảng cho các vị An cư kiết hạ tại Tịnh xá Ngọc Tâm. Chúng tôi rất ấn tượng khi đến chùa ni của Khất Sĩ lại rất to, lớn, đẹp, có không gian rộng, bên ngoài có hồ sen. Chúng tôi không biết sanh ra nhằm ngày gì mà thấy sen là thích. Ấn tượng hoan hỷ hơn là 1 ngôi chùa Phật giáo Khất Sĩ tổ chức điểm hạ cho chư Ni trong tỉnh Kiên Giang. Đặc biệt là ni chúng khác truyền thống đến đây cùng an cư. Cho nên rất quý thiện tâm của Ni sư trụ trì tịnh xá Ngọc Tâm đã kiến tạo ngôi chùa lớn như thế này. Chúng ta đang trong thời điểm mùa an cư kiết hạ nên chúng tôi sẽ giảng về chữ 'Hãy Tu'.

Tu trong tiếng Pāli là 'bhavana' nghĩa là sửa đổi, thay đổi, phát triển về mặt tinh thần. Trong Phật giáo mỗi năm có ba tháng để an cư kiết hạ. Ba tháng an cư để chúng ta tu nhiều hơn, học nhiều hơn. Còn những tháng khác không phải là không tu. Xuất xứ để có mùa an cư được biết rằng thật ra trong 10 năm đầu tiên khi Phật thành đạo thì các vị tỳ khưu trong mùa hạ cứ đi vân du khắp nơi. Cho nên, vào hôm nọ, những đạo sĩ Bà-la-môn phản bác Phật giáo tại sao đệ tử Sa-môn Cồ Đàm lại đi đây đi đó vào mùa mưa. Tại vì mùa mưa là mùa sanh sôi nãy nở của côn trùng, là mùa chồi non đâm nhánh mà chư tỳ khưu đi như vậy sẽ dẫm đạp côn trùng, làm gãy chồi non. Đức Phật nghe và biết phản ánh của họ cũng

6. Giảng đường: Tịnh xá Ngọc Tâm – Kiêng Giang, ngày 26/7/2015. Ghi giảng: Tu nữ Quang Kiến.

có lý nên Ngài chế định điều luật cho người xuất gia phải có an cư 3 tháng mùa mưa. Do đó về sau Phật giáo phải có an cư cấm túc. Thật ra phải có an cư 3 tháng để dừng nghỉ vì suốt một năm qua đi nhiều quá, hoạt động cho chúng sanh nhiều quá nên 3 tháng này đồng thời cũng là nghỉ để tu tinh thần cho mình. Chúng ta ở một chỗ thì mới có khả năng tu thiền nhiều, niệm Phật nhiều để phát huy được tinh thần.

Người xuất gia ở Việt Nam có ba tên gọi: sư, thầy và sư thầy. Bên Bắc Tông gặp thầy thì kêu "bạch thầy", Khất Sĩ, Nam Tông gọi "bạch sư", ngoài bắc thì gọi "bạch sư thầy". Ở Miến Điện, vị nào có đạo đức cao quý thì gọi là sayadaw. Thái thì gọi là achan. Nhưng tất cả những từ này đều thoát thai từ chữ garu của Pāli, hay là chữ guru. Người nào tìm hiểu tiếng Pāli thì sẽ thấy từ garu rất hay. Ga là bóng đêm, ru là xóa. Garu là xóa bóng đêm. Người xuất gia được gọi là sư thầy. Chúng ta có nhiệm vụ xóa bóng đêm cho tín đồ, đệ tử, xóa bóng đêm cho những người xung quanh. Bóng đêm đó chính là vô minh và ái dục. Người xuất gia tu để truyền bá cho những người xung quanh, cách xóa đi bóng đêm, dạy đạo cho họ để tu nhằm mục đích xóa đi vô minh và ái dục. Cho nên, khi nghe "bạch sư thầy" thì phải nhớ là có nhiệm vụ đó. Còn mình không có khả năng chỉ dẫn cách xóa vô minh và ái dục thì coi như mình thiếu trách nhiệm, chỉ là danh từ hư vô thôi. Người xuất gia, tăng ni phải có trách nhiệm đó.

Trong 3 tháng an cư kiết hạ, chúng ta phải tu tức là tu thiền. Đẹp của đạo Phật là chỗ thiền định. Người tu sĩ mà không tu thiền thì xem như là uổng vì chỉ có tu thiền mới có khả năng chuyển hóa thay đổi thân tâm ta. Người tu thiền niệm Phật nhiều thì tánh tình điềm đạm, khoan dung, có chất liệu từ bi

hỷ xả. Cho nên chúng ta phải dành thời gian theo thời khóa biểu tu. Điều kiện tập hợp tu có sức mạnh lớn vì mình vừa tu vừa học kinh nghiệm lẫn nhau, rất quý. Mỗi người chúng ta đều có trú xứ, có chùa mà đa phần là trụ trì, là người quản chúng, mà trụ trì là người phải có thời gian sống chung, tu tập chung như thế này là chất liệu rất quý để điều hành tốt chùa mình, trang bị tại trú xứ của mình. Chúng ta có sức tu như vậy thì mới có khả năng bản lãnh hướng dẫn cho Phật tử trên bước đường tu. Tại sao phải tu thiền? Vì quý vị biết là Đức Phật đắc đạo nhờ thiền quán.

Chúng ta là đệ tử Phật mà không tu thiền là điều thiếu sót vì bản chất ta là tham, sân, si. Nhờ tu thiền nên bớt được tham, sân, si. Nhờ tu thiền mới nhìn lại tâm chúng ta. Thấy và biết tâm chúng ta mới chuyển hóa thay đổi. Nếu chúng ta muốn thay đổi tâm tánh của mình bằng cách tu thì chúng ta phải hành động nhiều chứ không nói nhiều. Người tu phải chứng minh nhiều chứ không phải qua lý thuyết suông. Chứng minh là sao? Là mình thể hiện công đức của mình đối với đạo pháp. Chẳng hạn ni sư là người lập ra chùa này, người vận động chính xây ra chùa này. Tôi không biết ni sư là người như thế nào, lớn cao mập, thấp hay gì đó tui không biết, nhưng người xây dựng này phải có tầm cỡ. Ngó lên chùa để nói lên đức độ của người đó vì có đức nhiều mới vận động xây được giảng đường to thế này. Cho nên, ý tôi muốn nói là mỗi người phải chứng minh cho nhiều.

Người tu lập chùa đã khó nhưng bây giờ nhiều người lập được chùa to thật to nhưng nhất tăng nhất tự à. Có những chùa to nhưng toàn gia đình, chỉ có mấy thầy trò thôi à. Lập chùa to, chùa lớn đã khó nhưng cái khó hơn là có chúng tăng

nhiều, đang hoạt động, đang tu tập. Chẳng hạn thấy chùa lớn như thế này mà ở đây có 5 người thôi thì uổng quá. Hội trường to mà khóa hạ ni tổ chức đây thì quá tuyệt. Quả thật, người ở đây quản lý có 5 T: tâm, tầm, tẩm, tổ, tiền. Người có tâm thì họ bỏ tất cả vì bản ngã để đi làm chuyện công đức này. Có tâm thì mới làm được cây cột cao và to như thế này. 20 triệu đồng một cột nhưng người không có tâm thì chi 10 triệu làm thấp thấp không đụng đầu là được rồi. Mình xây nhỏ thì đời sau không thích cũng bị họ đập xây lại thôi. Còn cây cột trong giảng đường này theo chúng tôi thấy thì ba đời sau họ nhìn cũng nể. Trụ trì ở đây có tâm và tầm nhìn. Tẩm đây là tẩm bổ. Trụ trì nuôi chúng phải ăn uống đầy đủ. Người ta tu ở đây mà thời khóa lèo tèo, không có đủ dinh dưỡng trong ăn uống thì mùa sau không nhập hạ đây nữa. Điều này có nghĩa là có tổ chức tốt để tôn trọng người đến đây tu. Mặc dù người tu ăn gì cũng được nhưng phải có dinh dưỡng để người ta nhìn vào bữa ăn thì biết mình tôn trọng người ta. Tổ là tổ chức tốt. Tiếng Mỹ là well organization. Cuối cùng là tiền. Người tu làm gì có tiền. Nhưng quý vị tu tốt là tự động có tiền. Người tu có của ngầm, không có gì hết nhưng điện thoại alo là có. Chúng ta tu cho tốt, học tốt, làm phật sự nhiều thì phước như đông hải. Làm Phật sự không sợ không tiền, chỉ sợ không tâm. Tự nhiên có long thần hộ pháp gia trì nên làm sẽ thuận duyên.

Thêm vấn đề nữa, chúng tôi muốn nói hôm nay là chúng ta tu đức khiêm nhường. Quý vị biết trong giới luật. Tại sao người tu phải có Bình bát (Patta). Có 1 số tăng sĩ sau này xem thường bình bát. Ngày xưa ai cũng có bình bát và khất thực đó là hạnh tu. Ở Việt nam, sau này hạnh khất thực bị lợi dụng

nên hình tướng khất thực dần dần bị lãng quên. Nhưng hạnh khất thực đúng nghĩa là hạnh tu và khất thực đúng nghĩa là phương pháp tiếp thị cho người dân mỗi tầng lớp hiểu được Phật pháp qua hình ảnh tăng sĩ khất thực ở ngoài đường. Nếu không đi khất thực thì họ chỉ nhìn tăng sĩ đi ô tô, xe tay ga, ngồi ghế cao sang trọng. Nếu người ta nhìn Phật giáo bằng lăng kính như thế thì dễ hiểu lầm tử tưởng triết lý của Phật giáo. Bình bát cầm trong tay để ghi nhớ là nuôi mạng chơn chánh bằng bình bát khất thực. Chúng ta xin ăn là bớt đi cái tôi, cái bản ngã. Đạo Phật là đạo phá ngã. Níp-bàn là vô ngã.

Níp: không, bàn: ái. Không còn ái trong Dục giới, Sắc giới, Vô sắc giới là Níp-bàn. Níp-bàn là không còn chấp thân này. Mình còn chấp cái tôi, cái ta nhiều thì chưa nếm được hương vị pháp bảo. Cuộc đời Đức Phật từ lúc sanh ra đến lúc chết đều sống giữa thiên nhiên. Ngài sanh ra giữa đất trời mênh mông, thành đạo dưới cội cây Bồ đề, Chuyển pháp luân giữa công viên Baranasi, nhập níp-bàn tại rừng sala long thọ, 45 năm rày đây mai đó, làm bạn với cỏ cây, trăng thanh gió mát. Suốt cuộc đời Ngài sống với thiên nhiên, khất thực rồi ngồi ăn dưới gốc cây. Sự giản dị của Ngài thành ra vĩ đại của ta. Sự giản dị của Ngài thành ra cao thượng của ta. Chúng ta muốn đạt sự cao thượng thì phải sống giản dị và khiêm tốn. Ta tu mà mất đi sự giản dị và khiêm tốn là mất đi giá trị đạo đức của người tu.

Chúng tôi có dự một buổi hội thảo bên Ấn Độ. Có vị giáo sư nói rằng đừng cho rằng Ấn Độ chỉ có 1% người theo Phật giáo (thực tế khoảng 1%). Sở dĩ, Ổng nói 100% theo Phật giáo. Lý do? quý vị biết là quốc kỳ Ấn Độ họ chọn bánh xe pháp trong Phật giáo nhưng bánh xe này có 24 căm. Bánh xe

pháp trong Phật giáo có 3 giai đoạn. 1. là thời vua Asoka có 24 căm tượng trưng cho duyên sinh và duyên hệ. Hậu Asoka thì 12 căm, trước 1981 là phổ thông, sau đó thì đa số sử dụng bánh 8 căm. Tại sao thời hậu Asoka có 12 căm? Có người nói là tượng trưng cho sanh tử luân hồi nhưng không phải. Bánh xe pháp là tượng trưng Tứ diệu đế. Mỗi đế có ý nghĩa như Khổ đế cần phải biết, cần phải tu, cần phải đoạn diệt. Do đó, mỗi đế có 3 chi nên 4x3 là 12; 3 luân và 12 thể vận chuyển trong tứ thánh đế. Bánh xe pháp hiện nay thường sử dụng 8 căm tượng trưng bát chánh đạo. Nên Ấn Độ chọn bánh xe xưa nhất làm quốc kỳ. Điều dẫn chứng thứ 2 là tiền rupi Ấn Độ có trụ đá Asoka khắc hình con sư tử, voi, bò, ngựa. Nhưng ít ai để ý tại sao trụ đá lại có 4 con vật này. Con voi tượng trưng lúc hoàng hậu Maya nằm mộng thấy con voi húc vào bụng mà mang thai. Con sư tử tượng trưng cho quyền lực và sức mạnh dòng họ Thích. Ngựa tượng trưng con ngựa Kiền Trắc đã đưa thái tử bỏ hoàng thành đi tu. Con bò tượng trưng cho lúc Ngài tu khổ hạnh 6 năm thì nhờ bát sữa nàng Sujata cứu Ngài qua cơn đói trước ngày thành đạo. Và 1 điều mà quý vị thấy là tại sao Đức Phật không thành đạo trong nhà trống, hang núi mà thành đạo dưới gốc cây bồ đề. Ông giáo sư giải thích theo ông thì Đức Phật là một vị toàn giác, bi trí Ngài vẹn toàn nên nhìn xuyên suốt được quá khứ, hiện tại, vị lai. Cuộc đời người sống và tu giữa thiên nhiên. Thiên nhiên sang trọng nhất là bóng cây. Bóng cây là trú xứ an toàn nhất cho mình thành đạo. Văn hóa Ấn Độ, tín ngưỡng Ấn Độ có đạo thờ thần cây. Tới thời bây giờ, luật Ấn Độ ban hành rằng ai đốn 1 cây khoảng 3 tuổi sẽ bị ở tù 6 tháng nếu không được phép của chính quyền. Đức Phật thành đạo dưới bóng cây. Sau này, ai không thích thì cũng không được đốn cây. Nhưng

có điều chúng ta cần lưu ý là tất cả cây trên thế giới thì ban ngày thả 02, đến tối thả C02, nên ban đêm ở dưới cây thì nguy hiểm. Nhưng nhà sinh vật học chứng minh thì cây bồ đề vào ban đêm thả 02, cho nên ngồi thiền dưới gốc cây vào ban đêm vẫn không phản khoa học, vẫn có không khí tốt cho tu.

Hôm nay chỉ được nói 30 phút cho kịp thời gian quý vị còn hỏa đường, đến đây chúng tôi xin được phép kết thúc bài giảng tại đây. Lần đâu tiên đến đây chúng tôi cũng hoan hỷ với các chư vị cả hai truyền thống Bắc tông và Khất sĩ cùng hòa hợp với nhau nhằm an tịnh tam nghiệp của mình trong 3 tháng. Cầu nguyện Tam Bảo gia hộ cho quý vị có mùa an cư tốt đẹp nhằm làm bóng mát cho người tu sĩ xuất gia cũng như tại gia. Cuối cùng cầu chúc cho quý vị luôn an lạc, thuận duyên trong suộc sống./.

7. MAHĀPAJĀPATĪ GOTAMĪ (KIỀU ĐÀM DI) TỲ KHƯU NI ĐẦU TIÊN CỦA PHẬT GIÁO[7]

Sơ lược về thân thế của Tỳ khưu ni Mahāpajāpatī Gotamī

Mahāpajāpatī Gotamī – em gái của Hoàng hậu Mahāmāyā Gotamī, dì ruột và là dì mẫu của đức Phật Gotama. Mahāpajāpatī Gotamī được sinh ra ở Devadaha, phụ thân là Añjana Sakka và mẫu thân là Sulakkhanā theo kinh Appādana (Ap.ii.538), còn theo truyện kể (Mhv.ii.18) thì phụ thân và thân mẫu của bà là Añjana và Yasodharā. Mahāpajāpatī Gotamī (Pajāpatī) và chị gái - Hoàng hậu Mahāmāyā Gotamī (Māyā) khi mới sinh ra đã được các nhà hiền triết tiên đoán rằng cả 2 chị em đều là những người có đại phúc tướng, phúc

7. Giảng đường: Tổ đình chùa Hội Quang, Bình Dương. Nhân Đại lễ tưởng niệm công đức Đại Thánh Ni Mahāpajāpatī Gotamī (Kiều Đàm Di) - được đăng cai và tổ chức tại Thành phố mới tỉnh Bình Dương vào ngày 8 tháng 2 năm Đinh Dậu. Bài giảng được giảng vào ngày Chủ nhật, ngày 23 tháng 1 năm Đinh Dậu, PL: 2560. Ghi giảng: Phật tử Quang Đức. Bài pháp như là một thước phim quay chậm sâu lắng giúp đạo tràng Phật tử tỉnh Bình Dương hiểu rõ hơn về vai trò hộ pháp và đức hi sinh vĩ đại của bà Mahāpajāpatī Gotamī đối với cuộc đời của đức Phật Gotama (Thích Ca Mâu Ni) và sự ra đời của Hội chúng Ni trong Phật giáo. Bài pháp gồm 5 phần: 1, Sơ lược về thân thế của Tỳ khưu ni Mahāpajāpatī Gotamī; 2, Đức Phật dạy bài pháp Cúng dường không phân biệt thông qua hành động dâng y cúng dường của bà; 3, Tám giới luật (Bát Kỉnh Pháp / the Eight Garudhammas); 4, Những kệ ngôn mà bà đã ứng khẩu sau khi chứng đắc; 5, Ni chúng Việt Nam xây chùa mang tên bà tại Ấn Độ, ngay nơi mà những người nữ đầu tiên xuất gia.

đức họ có được có tầm ảnh hưởng rất lớn tới một sự chuyển biến trọng đại.

Đến tuổi trưởng thành Pajāpatī và chị gái Māyā cùng lần lượt kết hôn với vua Suddhodhana (Tịnh Phạn) thuộc tộc Śākya (Thích Ca). Sau khi hạ sinh Thái tử Siddhatta (đức Phật Gotama) 7 ngày, Hoàng hậu Māyā qua đời, dì mẫu Pajāpatī tình nguyện nhận nuôi dưỡng Thái tử Siddhatta còn con ruột của mình là Nanda thì giao lại cho người vú chăm sóc. Câu hỏi đặt ra là: Tại sao Hoàng hậu Māyā lại qua đời khi mới sinh được duy nhất một mình Thái tử và Thái tử cũng chỉ mới được 7 ngày? Nếu nói bà là người có Đại phúc tướng thì tại sao bà lại qua đời khi còn quá trẻ như vậy?

Lật lại lịch sử để hiểu rằng Hoàng hậu Māyā là con người phạm hạnh, đạo đức và từ bi. Bà kết hôn với vua Suddhodhana đã lâu mà vẫn chưa có con. Một hôm vua Suddhodhana trở về từ chuyến đi dẹp biên thùy, ngày trở về của nhà vua cũng trùng với ngày bà thọ Bát quan trai giới. Do đó, bà giữ thân thể hoàn toàn trong sạch, không thị phạm với đức vua. Trong đêm thọ Bát quan trai giới này bà nằm mộng thấy 4 vị chư thiên nâng 4 góc giường của bà đưa lên đỉnh núi Himavā, đặt dưới gốc cây sāla tại Manosilātala. Tiếp đó họ dùng cánh nâng bà lên, tắm cho bà tại hồ nước Anotatta Lake. Họ thay cho bà một bộ trang phục tuyệt đẹp rồi lại đưa bà vào một cung điện bằng vàng, đặt bà nằm trên một chiếc giường lộng lẫy. Tại đây, Bodhisatta (Bồ tát) trong hình dạng là một con voi trắng ngậm một đóa sen trắng đi vào từ hông phải của bà. Thời khắc đó là ngày cuối cùng của lễ hội Uttarāsālhanakkhatta – lễ hội kéo dài 7 ngày mà bà đã tham gia trong giấc mơ của

mình. Hoàng hậu tỉnh giấc, cảm thấy trong người mát mẻ, dễ chịu, tinh thần sảng khoái. Ngay lúc đó bà đã thọ thai.

Kể từ ngày thọ thai, Hoàng hậu được bảo vệ bởi 4 vị chư thiên và bà không muốn gần gũi với người khác giới. Bà giữ thân tâm trong sạch, ngồi thiền và bố thí. Đến cuối tháng thứ 10, bà muốn quay về quê hương Devadaha để sanh nở theo phong tục của người Ấn Độ. Trên đường trở về nhà cha mẹ ruột, bà dừng nghỉ chân tại gốc cây sāla ở Lumbinī (Lâm Tỳ Ni) và sinh hạ Thái tử Siddhatta. 7 ngày sau sinh, Hoàng hậu qua đời và tái sanh là một thân nam ở Tusita world (Cung trời Đao Lợi), tên gọi là Māyādevaputta. Điều này cho thấy rằng phước đức của Hoàng hậu quá lớn để được chọn cho việc thọ thai và hạ sanh một vị Phật tổ. Do đó, ngay sau khi sanh bà đã sớm được sanh thiên. Một điều quan trọng không kém nữa là từ các đời chư Phật trong quá khứ thì bất cứ người mẹ nào sanh ra một vị Phật cũng đều qua đời sau khi sanh 7 ngày và hiện thân của vị Phật tổ cuối cùng phải là một ông vua, có lập gia đình, có con rồi mới xuất gia. Còn dì mẫu Pajāpatī cũng là người dì có đại phúc tướng vì bản chất là người có đại hồng tâm nên đã được chọn để có cơ hội gần gũi, chăm sóc và nuôi nấng một vị Phật tổ. 29 năm bà hết lòng nuôi nấng Thái tử trưởng thành bằng tất cả tâm huyết và trái tim từ bi bác ái của mình. Khi Thái tử xuất gia tầm đạo, bà ở hoàng cung ngày đêm thương nhớ và mong mỏi tin tức. Khi vua, chồng băng hà. Bà quyết tâm xuất gia cầu đạo giải thoát.

Dệt Y cúng dường

Dì mẫu Pajāpatī đã tự tay mình nuôi nấng Thái tử như con đẻ. Chăm sóc và lo lắng cho Thái tử chu đáo cho tới tận ngày

Thái tử rời bỏ hoàng cung tìm đạo. Sau khi Thái tử ra đi, bà ở lại Kinh thành nhưng lòng không nguôi thương nhớ Thái tử, bà dõi theo tin tức của Thái tử, đồng cảm cùng con đường Thái tử đã chọn và đồng thời bà cũng một lòng tu tập, hành thiền. Nhân một dịp nghe tin đức Phật sẽ về thăm quê hương, chính dì mẫu Pajāpatī đã ngày đêm tự xe chỉ, dệt vải rồi tự mình may y để dâng cúng đến đức Phật. Sau khi may y xong, bà dâng đến đức Phật.

Bà bạch với đức Phật rằng: Tôi tự xe chỉ, tự dệt rồi tự mình may bộ y này, xin Đức Thế Tôn nhận lãnh.

Đức Phật từ chối, nói: Hãy dâng cúng y này đến Chư tăng. Nếu dì cúng đến Chư tăng, thì chính Như Lai cũng được dâng cúng.

Bà thỉnh cầu đức Phật lần thứ hai, đức Phật lại cũng từ chối. Bà thỉnh cầu lần thứ ba, đức Phật cũng từ chối.

Ananda thấy thế không cầm lòng được bèn thưa: Bạch Ngài, xin Ngài nhận lãnh y do dì mẫu Pajāpatī dâng cúng. Dì mẫu Pajāpatī có rất nhiều ân đức với Ngài. Khi Phật mẫu mất, lúc bấy giờ Ngài chỉ mới được sinh ra bảy ngày. Dì mẫu đã dùng sữa của mình để nuôi dưỡng Ngài, và giao con mình cho người khác chăm sóc. Dì mẫu đã có nhiều công đức với Ngài. Xin Ngài hãy nhận y do dì mẫu dâng cúng. Thêm vào đó cũng do nhờ Ngài thuyết pháp mà dì mẫu đã đắc quả Tu Đà Hườn. Nhưng đức Phật vẫn không chấp nhận. Cuối cùng bà dâng y đến Chư tăng.

Tuy vậy, khi bộ y dâng lên các đại đệ tử của đức Phật thì các vị này cũng tiếp tục từ chối. Không ai dám thọ nhận bộ y quá quí giá, được dệt với cả tấm lòng của dì mẫu. Tấm y cứ vậy

mà được từ chối lần lượt từ trên xuống dưới cho đến vị sadi cuối cùng. Vị này vừa mới học tu và đã được thọ nhận tấm y đó.

Tại sao đức Phật bảo bà Pajāpatī đừng dâng y cho Ngài mà hãy dâng cúng đến Chư tăng? Câu trả lời là đức Phật muốn bà Pajāpatī được phước báu nhiều hơn. Nếu bà dâng cúng đến đức Phật thì bà chỉ được một ít phước báu. Nhưng dâng y đến Chư tăng trong đó có cả đức Phật bà được phước báu nhiều hơn. Để dì mẫu Pajāpatī gặt hái được nhiều phước báu, đức Phật dạy bà dâng cúng y đến Chư tăng. Trong câu đức Phật nói: "Hãy dâng cúng y đến Chư tăng. Nếu dì mẫu dâng cúng y đến Chư tăng thì Như Lai cũng được dâng cúng." Đức Phật muốn nhắn dạy rằng tất cả tăng đoàn ai cũng cần phải được kính trọng như nhau, người cúng dường không nên phân biệt, kính trọng tăng này hơn tăng kia. Cúng dường cần phải được thực hiện với cái tâm trong sạch không đo đếm thì phước báu càng tăng trưởng. Bởi vì, khi chúng ta cúng dường đến cá nhân vị Tăng mà ta lựa chọn, thì chúng ta thường nghĩ hay kỳ vọng một điều gì đó nơi vị Tăng, như đức hạnh chẳng hạn, vì nghĩ rằng cúng đến vị sư có đức hạnh sẽ có quả báu lớn. Giống như trường hợp chúng ta trồng cây vào nơi đất màu mỡ. Bởi vì, ở đất có nhiều màu mỡ thì cây sẽ phát triển tốt đẹp. Cũng vậy, khi bố thí cúng dường bạn cũng phải chọn người nhận lãnh cúng dường có giới luật trong sạch thì kết quả sẽ được dồi dào hơn. Nhưng có một thực tế là làm sao biết được tâm của người khác. Bạn có thể kính trọng vị nào đó, hài lòng với một cá nhân nào đó, nhưng bạn làm thế nào để đi vào tâm vị đó để biết vị đó thật sự như thế nào?

Do đó, "bố thí không tham ái" chính là lời dạy mà đức Phật ban cho chúng sanh qua hành động cúng dường y của dì mẫu. Bài pháp được thể hiện rõ trong bài Kinh Phân biệt cúng dường sau đây.

Kinh Phân biệt cúng dường (Dakkhinàvibhanga sutta)

Trung Bộ Kinh *(Majjhima Nikaya)*

Ai đầy đủ giới luật,
Bố thí cho ác giới;
Vật thí được đúng pháp,
Với tâm khéo hoan hỷ,
Với lòng tin vững vàng
Vào quả lớn của nghiệp,
Sự cúng dường như vậy,
Thanh tịnh bởi người cho.

Ai không giữ giới luật,
Bố thí cho thiện giới;
Vật thí không đúng pháp,
Với tâm không hoan hỷ,
Không lòng tin vững vàng,
Vào quả lớn của nghiệp,
Sự cúng dường như vậy,
Thanh tịnh bởi người nhận.

Ai không giữ giới luật,
Bố thí cho ác giới;
Vật thí không đúng pháp,
Với tâm không hoan hỷ,
Không lòng tin vững vàng,

Vào quả lớn của nghiệp,
Sự cúng dường như vậy
Cả hai không thanh tịnh.

Ai đầy đủ giới luật,
Bố thí cho thiện giới;
Vật thí được đúng pháp,
Với tâm khéo hoan hỷ,
Với lòng tin vững vàng,
Vào quả lớn của nghiệp,
Ta nói bố thí ấy
Chắc chắn có quả lớn.

Ai xuất ly tham ái
Bố thí không tham ái,
Vật thí được đúng pháp.
Với tâm khéo hoan hỷ,
Với lòng tin vững vàng,
Vào quả lớn của nghiệp,
Ta nói bố thí ấy
Là quảng đại tài thí.

Tám giới luật

Sau 29 năm sống trong cung vàng điện ngọc, có kẻ hầu người hạ. Thái tử Siddhatta rời cung, bỏ hết vật chất thế gian, sống đời sống phạm hạnh của người tu hành nghèo nàn. Không có gì hết ngoài một bộ y được chắp vá từ những mảnh vải vụn dùng để che thân và một chiếc bình bát dùng để khất thực một số vật thực nhất định đủ để sống qua ngày. Thời gian và năng lực còn lại Ngài vận dụng để tìm kiếm, khám phá chân lý.

Trải qua bao nhiêu lần thất bại, thậm chí còn suýt mất mạng bởi con đường tu khổ hạnh, Ngài nhận ra rằng với thân thể mòn mỏi thì tâm cũng không thể hoàn toàn sáng suốt. Từ đó, Ngài chọn con đường độc lập, tức con đường trung đạo (middle way), không lợi dưỡng cũng không khổ hạnh, Ngài nhận ra, mình phải biết quí cái thân này để mượn nó mà tu.

Sau 49 ngày đêm lần lượt nhập sơ thiền, nhị thiền, tam thiền và tứ thiền dưới gốc cây Pipphala (Bồ Đề) to lớn tại Bodh Gaya, India (Bồ Đề Đạo Tràng, Ấn Độ), Ngài phá tan được lớp vô minh, tự mình nhìn ra được vô số kiếp của mình. Bây giờ Ngài hướng tâm về tri giác hiện tượng Sanh, Diệt của chúng sanh. Với huệ nhãn tinh khiết và siêu phàm, Ngài thấy rõ được sự diệt – sanh, sanh – diệt; sự phân tán và cấu hợp lại của chúng sanh. Với tuệ tri hiểu biết như thật, Ngài thấy rõ nguyên nhân của phiền não, sự chấm dứt phiền não, con đường đưa đến sự chấm dứt của phiền não, … màn vô minh đã vén, trí tuệ đã phát sanh, đêm tối đã tan và ban mai đã rạng. Nhà tu hành Siddhatta đã chứng ngộ thực tướng của vạn pháp và trở thành một vị Phật lịch sử năm Ngài 35 tuổi. Từ đây, Ngài rong ruổi khắp mọi nẻo đường, thu nhận đệ tử, truyền giảng đạo pháp, giúp chúng sanh chuyển mê khai ngộ, giảm khổ sanh thiên. Sau 7 năm hoằng dương chánh pháp từ vùng này qua vùng nọ, đất nước này tới đất nước kia. Một ngày, hay tin vua cha bệnh nặng, đức Phật về thăm và ở lại Kapilavastu cho đến khi đức vua băng hà. Cũng trong thời gian này, Ngài truyền dạy đạo pháp cho những người thân tín, các bậc vương tôn quí tộc chốn kinh thành. Dì mẫu Pajāpatī là một trong những thính giả nắm bắt và vận hành nhanh các giáo pháp của đức Phật giảng dạy. Bà được đức

Phật tán thán và cũng từ đây bà nương nấu ý định từ bỏ đời sống thế gian, xin xuất gia và tu tập trong hội chúng của đức Phật. Bà bắt đầu chuẩn bị mọi việc để chờ đợi thời cơ đề đạt mong muốn của mình với Ngài.

Dẫu dì mẫu Pajāpatī đề đạt tâm nguyện nhiều lần nhưng đức Phật vẫn luôn từ chối vì hơn ai hết Ngài hiểu những khó khăn mà người nữ xuất gia sẽ phải đương đầu. Người xuất gia ngoài việc phải sống đời sống vật chất đơn giản, tu tập ẩn dật nơi chốn rừng thiêng nước độc, vắng vẻ hoang vu thì tài sản kèm theo chỉ bao gồm tấm y che thân và chiếc bình bát khất thực. Điều này khó phù hợp với nữ giới vì thể trạng và cơ địa của nữ giới vốn khác biệt với người nam. Người nữ ngoài thân thể mỏng manh yếu đuối ra họ còn kèm theo rất nhiều các yếu tố khác mà nếu phải sống trong cảnh tạm bợ đó đây thì e thân thể không thích ứng nổi. Ngoài ra, trên chặng đường hoằng pháp còn có thể gặp rất nhiều rủi ro có thể ảnh hưởng đến sự trong sạch tiết hạnh của họ. Do đó, dù rất nhiều lần nhận được lời thỉnh nguyện xuất gia của dì mẫu nhưng đức Phật vẫn nhất mực chối từ. Sau ba lần đề đạt tâm nguyện mà vẫn không nhận được sự đồng thuận, dì mẫu vẫn không nản chí. Bà và 500 người phụ nữ hoàng thân quốc thích, quí tộc trong thành tự xuống tóc, đắp y giản dị của người tu, chân đất đi bộ từ kinh thành Kapilavastu đến Jetavana (khoảng 357 dặm, tương đương 576 km) để được gặp đức Phật. Với quãng đường rất xa, dì mẫu và những người phụ nữ này lại chưa từng đi chân đất, nay đi bộ trên đường đất đá nên họ đi tới đâu cũng làm khuấy động chỗ đó. Tới nơi dì mẫu và 500 người phụ nữ còn lại đều rất mệt, chân sưng bỏng rát, y phục lấm lem. Đại đức Ananda nhìn thấy cảnh này đã không cầm

lòng nổi. Đại đức bèn mời dì mẫu và 500 người phụ nữ ngồi nghỉ ngơi rồi đại đức vào bạch với đức Phật thỉnh cầu Ngài.

Tuy nhận thấy được sự kiên định của dì mẫu và 500 người phụ nữ nhưng đức Phật vẫn từ chối cho dù đại đức Ananda thỉnh cầu nhiều lần. Đến lúc này đại đức hỏi đức Phật: "Thế Tôn không cho phép vì nữ giới nếu tu thì không chứng đắc đạo quả được phải không?" Đức Phật trả lời: "Không, Ananda, nữ giới nếu tu thì vẫn chứng đắc đạo quả được như nam giới." Đại đức Ananda rất hoan hỷ với câu trả lời của đức Phật, Ananda lại tiếp tục thỉnh cầu và cuối cùng đức Phật đã đồng ý kèm theo 8 giới luật dành thêm cho nữ giới. Như vậy so với Tỳ kheo thì Tỳ kheo ni ngoài việc tuân thủ các giới của Tỳ kheo thì còn có thêm 8 giới luật hay còn gọi là Bát kỉnh giới. 8 giới luật đó lần lượt là:

1, Tỳ kheo ni, dầu có trăm tuổi hạ khi gặp thầy Tỳ kheo mới thọ giới Cụ túc cũng phải chào hỏi, đảnh lễ và thực hành tất cả những bổn phận thích nghi đối với vị Tỳ kheo.

2, Tỳ kheo ni không được an cư kiết hạ ở một nơi riêng rẽ, không có Tỳ kheo đủ phạm hạnh hướng dẫn.

3, Mỗi tháng 2 lần Tỳ kheo ni phải tham dự lễ Uposatha (sám hối) để nghe Tỳ khưu hướng dẫn tu tập, giữ giới.

4, Khi an cư xong, phải đến chỗ Tỳ kheo cầu ba sự tự tứ: thấy, nghe và nghi.

5, Tỳ kheo ni phạm lỗi lớn phải được trình bày và "xử lý" trước đại hồi đồng tăng ni. Chỉ có những lỗi nhỏ hoặc riêng tư thì ni chúng mới được tự giải quyết.

6, Sa di ni phải trải qua 2 năm tu học và nếu tiến bộ mới có thể thọ giới Tỳ kheo ni, muốn thọ trì Cụ túc giới phải thông qua hai bộ Tăng: Tỳ kheo ni và Tỳ kheo. Trong khi đó nam giới khi quyết tâm xuất gia, có thể được truyền giới Sa di và Tỳ kheo cùng một ngày, khi giáo hội nhận thấy vị này đủ yếu tố nhập chúng.

7, Tỳ kheo ni không được khiển trách hay nặng với một vị Tỳ kheo với bất cứ lý do gì.

8, Dù cho Tỳ kheo phạm lỗi thì Một tỳ kheo ni cũng không được quở trách, bàn tán, hay dạy dỗ. Việc ấy chỉ thực hiện giữa hội chúng Tỳ kheo mà thôi.

Thời gian trôi qua, có rất nhiều tranh luận xung quanh 8 giới luật này. Một số quan điểm cho rằng 8 giới luật này không phải do đức Phật chế định, 8 giới luật này đang làm khó khăn, hạn chế, và kìm hãm sự phát triển của Ni chúng. Là sự phân biệt nam nữ, trọng tăng áp đặt ni … Có những đề xuất là cần gỡ bỏ 8 giới luật.

Tuy nhiên cách suy nghĩ, đánh giá, so sánh này còn nhiều phần hạn hẹp. 8 giới luật này chế ra tưởng dành cho Tỳ kheo ni nhưng nghĩ cho cùng thì cũng là để khuyến tấn Tỳ kheo. Tỳ kheo ni phải tu học dưới sự hướng dẫn của Tỳ kheo, do đó, Tỳ kheo phải trang nghiêm giữ giới, có tinh tấn, có hiểu biết, làm gương cho tỳ kheo ni học tập. Ngoài ra, 8 giới luật cũng nhằm phòng ngừa giúp Tỳ kheo ni được an toàn trong con đường xuất gia tu tập.

Những kệ ngôn mà bà đã ứng khẩu sau khi chứng đắc

Trong suốt cuộc đời tu tập của mình, dì mẫu Pajāpatī luôn thể hiện đúng vai trò là một bậc ni trưởng mô phạm, là kết tinh

của phạm hạnh và đạo đức. Bà đắc quả Arahatta (A La Hán) và được phong bằng những danh hiệu cao quí như Thánh Ni hay Đại Thánh Ni Phật giáo. Ngay cả đức Phật cũng đã có lần tán thán dì mẫu Pajāpatī "không những là một người mẹ vĩ đại của Như Lai (đức Phật), một vị thánh ni nhiều thần thông lực, mà còn là bầu sữa mẹ cho ni giới, chăm sóc ni giới với tấm lòng bao dung, quảng đại, có kinh nghiệm đệ nhất trong việc lãnh đạo ni chúng". Trong những ngày tháng đó, Tỳ kheo ni Pajāpatī đã có nhiều ứng khẩu, kệ ngôn được truyền tụng lại như:

- "Kính bạch Đức Thế Tôn, pháp thể Ngài được tăng trưởng từ những giọt sữa của con, nhờ những giọt sữa nầy mà Ngài đã hết khát trong một lúc, còn tâm con được lớn mạnh từ dòng sữa Chánh Pháp của Ngài, nhờ dòng sữa nầy mà con vĩnh viễn chấm dứt mọi thèm khát."

- "Các con ơi! Mẹ nhàm chán xác thân nầy, xác thân nầy như là chỗ ở của rắn độc, chỗ ngụ của bệnh hoạn, ngôi nhà của khổ, hành xứ của già và chết, đầy dẫy những bụi phiền, yếu đuối phải dựa vào người khác, chính vì vậy, Mẹ mới mong niết bàn. Các con ơi! Hãy hiểu cho Mẹ".

- "Các con ơi! Khi sầu muộn có nghĩa rơi vào cạm bẫy của ác ma, như vậy thật không nên, các pháp hữu vi là vô thường, mỗi con người cuối cùng rồi cũng phải biệt ly, các con chớ có sầu muộn làm gì".

- "Mắt của chúng con không bao giờ biết no đủ khi ngắm nhìn Ngài, tai của chúng con không bao giờ biết no đủ với kim ngôn của Ngài, tâm của chúng con duy nhất được no đủ với vị pháp của Ngài".

- "Kính bạch bậc Cao Cả của muôn loài, khi Ngài tuyên thuyết Chánh Pháp để diệt trừ phiền não cho hội chúng, những người nào được diện kiến Ngài, những người ấy gọi là người có phước. Kính bạch bậc Thượng Đức, những người nào đảnh lễ dưới chân Ngài, những người ấy gọi là người có phước".

- "Kính bạch bậc Thượng Nhân, những người nào được nghe pháp âm vi diệu của Ngài có công năng ly khổ đắc lạc, những người ấy gọi là người có phước".

Chùa Việt Nam mang tên bà tại Ấn Độ

Để tưởng nhớ ơn đức của dì mẫu Pajāpatī, Ni chúng Việt Nam đã quyết tâm xây dựng một ngôi chùa mang tên bà tại Vaishali, Ấn Độ. Vùng đất này chính là chiếc nôi của Giáo hội ni, là nơi mà dì mẫu Pajāpatī và 500 người nữ đầu tiên xuất gia.

Kết luận: Mahāpajāpatī Gotamī thực sự là một Tỳ kheo ni thánh hạnh và gương mẫu. Bà là tấm gương cho sự chuẩn mực và đạo đức. Bà là niềm tin, là điểm tựa vững chắc cho ni chúng Phật giáo nương vào./.

MỤC LỤC

Lời tựa 5

PHẦN I

1. HỌC TỪ NGƯỜI THÔNG THÁI 8
Thomas Alva Edison 9
Abraham Lincoln 10
Trần Nhân Tông 11
Nguyễn Trãi 11
Thành bại trong cuộc sống thể hiện qua nhiều lĩnh vực. ... 13
Trong giao tiếp 13
Trong kinh doanh 14
Trong sống thọ 14
Trong nhân cách 17
Trong hôn nhân gia đình. 19
Trong cuộc sống hằng ngày 20
Thành hay bại cũng cần biết làm phước 22
Có ba loại phước 24
Tu là một lựa chọn của người thông thái 24

2. HỌC CÁCH THỰC HÀNH HẠNH BỐ THÍ.....29
3. HỌC CÁCH PHÒNG TRÁNH BỆNH 35
4. HỌC PHÁP TU TRONG DỊP 8 THÁNG 3 50
5. HỌC CÁCH HÀNH TRÌ PHẬT PHÁP TRONG ĐỜI THƯỜNG.....60
1/ Lấy đạo đức làm thầy 61
2/ Lấy kinh kệ làm bạn 63
3/ Lấy gian nan làm thử thách 64
4/ Lấy phiền não làm bồ đề 66
5/ Lấy trí tuệ làm sự nghiệp.....67
6/ Lấy từ bi làm phương châm.....68
7/ Lấy hỷ xả làm tư lương 68
8/ Lấy buông bỏ làm cứu cánh giác ngộ.....69
6. HỌC BÀI THƠ HUYỀN KHÔNG 12 VUI 71
1. Một vui đọc sách xem kinh.....71
2. Hai vui không luận chuyện mình, chuyện ta 74
3. Ba vui giản dị từ hòa.....75
4. Bốn vui huynh đệ một nhà kính thương 76
5. Năm vui sạch đẹp sân vườn.....77
6. Sáu vui công việc lệ thường trước sau.....78
7. Bảy vui học lý đạo mầu 79
8. Tám vui xa lánh bạn bầu huyên thuyên 80
9. Chín vui cơm áo cửa thiền 81
10. Mười vui giấc ngủ vô phiền vô lo 82
11. Mười một vui nghĩa thầy trò.....83
12. Mười hai hoa nở, câu thơ, nụ cười.....84
7. HỌC BÀI THƠ HUYỀN KHÔNG 12 HƯ 87
1. Một hư là nghĩ đến mình nhiều 87

2. Hai hư công việc bỏ liều bốn bên 88
3. Ba hư châm chọc, xỏ xiên.....90
4. Bốn hư lấc cấc, vô duyên nói cười 92
5. Năm hư phù phiếm chuyện người 93
6. Sáu hư chẳng học biếng lười thành quen.....95
7. Bảy hư xa xỉ dầu đèn 96
8. Tám hư xài ẩu bạc tiền áo cơm 97
9. Chín hư tục tĩu, cộc cằn 97
10. Mười hư họp bạn lang thang đêm ngày.....98
11. Mười một hư rảnh óc, rảnh tay 99
12. Mười hai hư vọng tưởng non này non kia 99

PHẦN II

1. LÒNG BIẾT ƠN 102
Ơn cha mẹ.....103
Ơn Thầy tổ 105
Ơn Tam Bảo.....107
Ơn Tổ Quốc 110
2. BIẾT ƠN VÀ ĐỀN ƠN.....113
3. ƠN MẸ CHA 123
4. SỐNG PHẢI BIẾT TRI ƠN.....133
5. NHỚ ƠN HÒA THƯỢNG THIỆN LUẬT.....142
6. TỨ TRỌNG ÂN 153
7. VU LAN TRONG LÒNG NGƯỜI CON PHẬT 160
Chữ Hiếu Trong Kinh Tạng 160
Chữ Hiếu Trong Văn Học Việt Nam 170
Những Tấm Gương Hiếu Hạnh 176

PHẦN III

1. TÂM TÁNH CON NGƯỜI 184
2. CHỮ TÂM KIA MỚI BẰNG BA CHỮ TÀI 194
3. TÂM LÝ XUẤT GIA 207
4. PHÁP BỐ THÍ 219
5. TRẢI NGHIỆM TRONG TUẦN 230
6. THẬP QUÁN SA MÔN HẠNH 236
7. PHÁP LỤC HÒA 247

PHẦN IV

1. SỐNG VÀ TU 258
2. TU 267
3. SỐNG TRONG SỢ HÃI 272
3. SỐNG PHẢI THẬT 282
4. SỐNG TRONG CHÁNH NIỆM VÀ TỈNH GIÁC 297
5. SỐNG THEO PHẬT 312
6. IM LẶNG VÀ MỈM CƯỜI 330
7. NĂM BÍNH THÂN NÓI CHUYỆN KHỈ 339

PHẦN V

1. ĐỪNG HOANG TƯỞNG 352
2. CHÁNH NGHIỆP TRONG PHẬT GIÁO 364
3. HỎI ĐÁP PHẬT PHÁP 378
1. Chưa quy y có phải là Phật tử không? 379
2. Quy y Tam Bảo mà không giữ ngũ giới có đứt tam quy không? 380
3. Thế nào gọi là đứt tam quy, bợn nhơ tam quy? 381
4. Lợi ích của tam quy và ngũ giới là gì? 383
5. Niệm Phật và hành thiền có khác nhau không? 385

6. Thời Đức Phật còn sống,
Ngài có niệm Phật không?.....386
7. Cúng sao giải hạn có trong Phật giáo không? 387
8. Hành hương thập tự có đúng hay không?.....388
9. Đi chùa đốt mấy cây nhang là đúng?.....388
4. ĐÀM LUẬN VỀ PHÁP CÚ KINH 391
5. BÓNG MÁT GIÀ LAM.....406
6. TU GIỮA ĐỜI THƯỜNG.....423
7. Ý NGHĨA CỦA CHIẾC Y TẮM MƯA 434

PHẦN VI
1. 16 GIAI ĐOẠN TUỆ GIÁC THIỀN "MINH – SÁT – TUỆ" 444
2. ĐIỀU NGỰ TRƯỢNG PHU 453
3. CHIẾC LÀ HOÀNG HÔN.....463
4. DÂNG HOA.....483
5. VỊ LẠ TRONG BIỂN CẢ 493
6. HÃY TU 507
7. MAHĀPAJĀPATĪ GOTAMĪ (KIỀU ĐÀM DI) TỲ KHƯU NI ĐẦU TIÊN CỦA PHẬT GIÁO.....514
Sơ lược về thân thế của Tỳ khưu ni Mahāpajāpatī Gotamī 514
Dệt Y cúng dường.....516
Trung bộ Kinh.....519
Tám giới luật 520
Những kệ ngôn mà bà đã ứng khẩu sau khi chứng đắc 524
Chùa Việt Nam mang tên bà tại Ấn Độ 526

HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM
NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC
65 Tràng Thi - Quận Hoàn Kiếm - Hà Nội
Email: nhaxuatbanhongduc65@gmail.com
Điện thoại: 024.3 9260024 Fax: 024.3 9260031

THEO DẤU CHÂN XƯA - TẬP 2
Đại đức Thiện Minh

Chịu trách nhiệm xuất bản
Giám đốc BÙI VIỆT BẮC
Chịu trách nhiệm nội dung
Tổng biên tập LÝ BÁ TOÀN
Biên tập: Phan Thị Ngọc Minh
Sửa bản in: Phật tử Quang Đức
Trình bày: Nguyễn Văn Sáu

ĐỐI TÁC LIÊN KẾT:
CHÙA BỬU QUANG
Địa chỉ: 171/10 QL1 A, phường Bình Chiểu, Q Thủ Đức, Tp HCM

In 1.000 cuốn, khổ 14,5cm x 20,5cm tại Xí nghiệp in Fahasa 774 Trường Chinh, P. 15, Q. Tân Bình, TP. HCM. Số XNĐKXB: 3100 - 2017/CXBIPH/42 - 55/HĐ. Số QĐXB của NXB: 0588/QĐ-NXBHĐ cấp ngày 23/09/2017. In xong và nộp lưu chiểu năm 2017. Mã số sách tiêu chuẩn quốc tế (ISBN) 978-604-89-1111-9