



PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 253, NĂM THỨ 20

THÁNG 8-2015



Điện Tử Thư (E-Mail): huynhaitong@gmail.com

Mạng Nhện Toàn Cầu (World Wide Web): <http://www.nsphathoc.org>



NGUYỆT SAN PHẬT HỌC

Chủ Biên:

PHÚC TRUNG

Thủ Quỹ:

DIỆU LAN

Kiểm Soát:

PHƯỚC SƠN

Ban Biên Tập:

BÌNH ANSON

CHÂN ĐẠI LƯỢNG

MINH HÒA

NHÂN CA

TÂM KHÔNG

TÂM TUỆ TĨNH

TUỆ VIÊN

Cộng Tác:

CHÍNH HẠNH

HÀN TRÚC

HỒNG DƯƠNG

MINH CHÁNH

MINH ĐỨC

TRẦN TRUNG ĐẠO

Kỹ Thuật:

MINH HÒA

NHÂN CA

Mục Lục

<u>Vu Lan ngày xá tội vong nhân</u>	<i>BBT</i>	3
<u>Chánh niệm tỉnh thức trong đời sống hiện tại</u>	<i>TTH</i>	4
<u>Pháp Cú 290, 291</u>	<i>HT. Thích Minh Châu dịch</i>	6
<u>Chọn pháp môn nào tu để giải thoát</u>	<i>HT. Thích Trí Quảng</i>	7
<u>Thơ: Cho ta chép nốt bài thơ ấy</u>	<i>Tuệ Sỹ</i>	14
<u>Đức Phật trong cái nhìn của các nhà khoa học</u>	<i>Giác Đăng</i>	15
<u>Ô Sào Thiền sư</u>	<i>Như Thủy</i>	19
<u>Chỉ rõ công phu niệm Phật</u>	<i>Thích Trí Tịnh</i>	20
<u>Giải thoát là cốt lõi đạo Phật</u>	<i>Thích Thanh Từ</i>	24
<u>Nhân quả khác với số phận con người</u>	<i>Đạt Ma Phổ Giác</i>	30

Tranh bìa

Đức Phật

**Đôi lời thưa trước cùng quý tác giả có bài
đăng trong**

Nguyệt San Phật Học

Nhằm mục đích hoàng dương Phật Pháp, Nguyệt San Phật Học đăng lại một số bài từ các Tạp Chí, Sách, Báo Phật Giáo. Có những bài không thể liên lạc được với tác giả, xin quý vị hoan hỷ miễn thứ cho.

**Ban Biên Tập
Nguyệt San Phật Học**

Vu Lan ngày xá tội vong nhân

*

* *

Hàng năm vào ngày Rằm Tháng Bảy là ngày Lễ Trung Nguyên của dân gian Trung Quốc và những nước chịu ảnh hưởng văn hóa Trung Quốc như Việt Nam, Nhật, Đại Hàn, ngày đó cũng là Lễ Vu Lan. Năm nay Vu Lan nhằm ngày Thứ Sáu 28-8-2015.

Lễ Vu Lan là một trong những ngày lễ lớn của Phật giáo Bắc Tông. Đây là đại lễ báo hiếu ông bà, cha mẹ, tổ tiên, trong dân gian có câu: “Tết cả năm không bằng rằm tháng bảy”. Là một tập tục đáng quý của người Việt, thể hiện truyền thống đạo lý “ăn quả nhớ kẻ trồng cây”.

Tương truyền rằng, Mục Kiền Liên là người kính Phật. Khi cha chết, ông xin với mẹ là bà Thanh Đề, dùng một phần tài sản để cúng dường Trai Tăng. Tuy nhiên, bà Thanh Đề tâm địa tham lam, độc ác. Nhân lúc con không có nhà, bà xui đầy tớ đánh đuổi chư tăng rồi dùng tiền mua gà, vịt, trâu, bò về giết tế thần rồi ăn hết.

Vì gây nhiều nghiệp ác nên khi chết phải sanh làm ngựa quý ở địa ngục, bị đói khát hành hạ khổ sở. Mục Liên có thần thông xuống địa ngục tìm thấy mẹ bị hình phạt như thế, ông dâng thức ăn cho mẹ, nhưng tâm bà Thanh Đề vẫn còn bòn xén, không muốn chia sẻ cho quý đói xung quanh, nên thức ăn vừa tới miệng bà liền biến thành lửa, bà không thể ăn. Mục Kiền Liên quay về tìm Phật để hỏi cách cứu mẹ, Phật dạy rằng: “Dù ông thần thông quảng đại đến đâu cũng không đủ sức cứu mẹ ông đâu. Chỉ có một cách nhờ hợp lực của chư tăng khắp mười phương mới mong giải cứu được. Ngày rằm tháng bảy là ngày thích hợp để cúng thỉnh chư tăng, hãy sắm sửa lễ cúng vào ngày đó”. Từ đó, lễ Vu lan ra đời.

Theo kinh điển và theo tập tục từ ngàn xưa, chúng ta người Phật tử đến ngày Lễ Vu Lan, nên sắm sanh lễ vật, đi chùa cúng Phật, cúng trai tăng để nhờ vào công đức an cư kiết hạ tu tập, chư tăng chú nguyện cho cứu huyền thất tổ của chúng ta được vãng sanh Cực Lạc Quốc.

BBT/NS/Phật Học

Chánh niệm tỉnh thức trong đời sống hiện đại (Theo *The Huffington Post*)

Năm 2014 được thế giới xem là năm của đời sống chánh niệm tỉnh thức với các khuyến nghị về lợi ích của đời sống chánh niệm tỉnh thức như giúp giảm stress và suy nhược cơ thể, giảm hiện tượng nghiện công nghệ và kỹ thuật số cũng như các vấn đề bất ổn khác về thể chất và tinh thần.

Các chuyên gia đã khuyến nghị một số cách giúp có được sự chánh niệm và tỉnh thức trong cuộc sống hiện đại như sau:

1 - Đi bộ

Đi bộ là cách đơn giản nhưng hiệu quả nhất giúp điều phục tâm thân, gợi mở suy nghĩ và hỗ trợ quá trình tư duy, nhận thức. Theo một nghiên cứu của Anh năm 2013, đi bộ ngang qua những khoảng không xanh mát thật sự giúp não trở về trạng thái thiền tĩnh.

2 - Biến những nhiệm vụ thường nhật thành những khoảnh khắc thiền định

Thiền không phải chỉ là thực hành 10 phút mỗi sáng mà thiền cần được gắn kết và thực tập trong tất cả các hoạt động thường ngày.



Đối tượng của chánh niệm là hơi thở và chỉ cần tập trung vào hơi thở

Theo Ứng dụng Thiền Headspace, thiền trở nên thú vị khi được hợp nhất vào các hoạt động sống mỗi ngày. Chánh niệm chính là phút giây hiện tại, trong phút giây hiện tại. Hãy thiền khi ngồi, khi mua sắm, uống trà, khi ăn, ẵm trẻ, làm việc trên máy tính hoặc chuyện trò cùng bạn bè...

3 - Sáng tạo

Chánh niệm và sáng tạo luôn song hành cùng nhau. Thực hành chánh niệm chính là thúc đẩy sự sáng tạo. Thiền giúp đẩy mạnh dòng tâm thức có tính tư duy cao và tập trung.

Các nghề nghiệp như họa sĩ, nhà tư duy và các công việc đòi hỏi tính sáng tạo cho thấy, thiền giúp họ tiếp cận và đạt được trạng thái sáng tạo cao nhất của tư duy. Người ta so sánh thiền định và hiệu quả sáng tạo cũng như năng suất làm việc qua hình ảnh: “*Người ta có thể vớt được chú cá nhỏ nơi nước nông, nhưng để vớt được chú cá to thì phải vào nơi nước sâu hơn*”.

Nếu muốn tỉnh thức hơn thì phải thiền định sâu hơn. Dù làm gì (nướng bánh, ca hát lúc tắm táp, viết lách) hãy quan sát dòng tâm thức và ta sẽ cảm nhận được độ định tĩnh của dòng tâm thức đó.

4 - Chú tâm vào hơi thở

Hơi thở là “khí áp kế” của tất cả các hoạt động thể chất và tinh thần và cũng là nền tảng của thiền định. Kiểm soát được hơi thở

là kiểm soát được sự định tĩnh.

Thiền sư Nhất Hạnh đã từng chia sẻ: *“Đối tượng của chánh niệm là hơi thở và chỉ cần tập trung vào hơi thở. Hít vào, tôi biết tôi hít vào. Thở ra, tôi biết tôi thở ra... Bạn không nghĩ bất cứ gì khác. Bạn cũng không cần phải cố gắng để dừng dòng suy nghĩ của mình, bạn hãy mang sự tập trung vào trong hơi thở vào ra của mình...”*.

5 - Không đa tác vụ

Đa tác vụ (làm nhiều việc cùng một lúc) là kẻ thù của sự tập trung. Nhiều người mất thời gian nhiều ngày trong trạng thái sự tập trung bị phân tán và thường xuyên đa tác vụ. Điều này ngăn cản chúng ta sống với hiện tại.

Các nghiên cứu cho thấy rằng nếu sự tập trung của chúng ta bị gián đoạn hay bị phân tán thì chúng ta mất hơn 50% thời gian và năng lượng để hoàn thành nhiệm vụ, cũng như có đến 50% nguy cơ mắc các sai phạm trong khi thực hiện nhiệm vụ.

Hiệu quả nhất là tập trung hoàn toàn vào một nhiệm vụ cho đến khi hoàn tất trong khoảng thời gian đã định trước, sau đó nghỉ giải lao trước khi tiếp tục hoặc bắt đầu một nhiệm vụ mới.

6 - Sử dụng điện thoại một cách thông minh

Người biết sống chánh niệm có mối quan hệ thân thiện với các thiết bị di động. Họ có định mức nhất định trong việc sử dụng chúng. Đó có thể là có những lúc họ không dùng đến điện thoại trong ngày, thậm chí để điện thoại ở một nơi khác khi ngủ hoặc tắt điện thoại vào cuối tuần hoặc kỳ nghỉ.

Quan trọng hơn là khi gần gũi người thân, hãy để điện thoại sang một bên. Việc dán mắt vào màn hình điện thoại quá lâu thật sự ảnh hưởng đến sự tương tác và kết nối của chúng ta với người khác.

7 - Hòa mình vào thiên nhiên

Gần gũi với tự nhiên là một trong những cách hiệu quả nhất để giải tỏa stress cũng như phục hồi năng lượng, trí nhớ và sự tập trung. Hãy khám phá tự nhiên. Biển trời, núi non không bao giờ là hữu hạn đối với sự khám phá của chúng ta.

8 - Chấp nhận xúc cảm

Chánh niệm không phải lúc nào cũng là cảm giác của hạnh phúc mà đó chính là sự chấp nhận những thời khắc, cảm xúc trong thời khắc đó mà không có sự kiểm soát hay phản kháng nó. Không nên tránh né các xúc cảm không phải là hạnh phúc. Cũng không nên chỉ nhìn vào mặt tươi sáng của sự việc. Hơn hết là chấp nhận cả xúc cảm tích cực và không tích cực, hãy để những xúc cảm khác nhau ấy cùng tồn tại như là những thách thức vốn đang diễn ra trong cuộc sống.

Thiền định được xem là giải pháp đối trị và điều chỉnh các xúc cảm như lo lắng, suy sụp tinh thần và stress. Một nghiên cứu năm 2013 kết luận, người sống trong chánh niệm thì có sự ổn định hơn về mặt cảm xúc và có giấc ngủ ngon hơn.

9 - Thiền định

Bạn có thể chánh niệm bằng nhiều cách khác, ngoài thiền định. Nhưng các nhà khoa học chỉ ra rằng thiền định là giải pháp chắc chắn nhất giúp mang lại sự chánh niệm.

Thiền tập thường xuyên giúp giảm stress, cải thiện chức năng tư duy và thúc đẩy sức khỏe thể chất.

10 - Chánh niệm trong ăn uống

Khi ăn, chúng ta thường không quan tâm đến thức ăn ta đang ăn vào và ăn thế nào là đủ no. Nên học cách lắng nghe cơ thể mình để biết mình nên ăn gì là tốt cho cơ thể. Ăn trong chánh niệm là ăn có giờ giấc, thời gian ăn, để tâm đến mùi vị và các giác quan liên quan chứ không phải các việc khác.

11 - Không nghiêm trọng hóa vấn đề

Có nhà báo viết rằng: “*Thiên thần có thể bay được là do họ nhẹ.*” Để có được chánh niệm, ta không nên “gói mình” và để mình sống trong những mớ cảm xúc. Hãy cười to và duy trì trạng thái cảm xúc, tinh thần ổn định trong mọi tình huống. Đó là một trong những con đường dẫn ta đến chánh niệm tỉnh thức.

Có nhiều phiền muộn đến từ nội tại - chúng ta “nhai lại”, lo lắng và sống với chúng. Nghiên cứu do Đại học Berkeley và Zurich cho thấy cười to giúp giải phóng cảm xúc, làm người ta vui vẻ hơn và giúp tăng tính hài hước. Đại học Loma Linda cũng vừa đưa ra kết luận khi cười to hoặc khi thiền định, não bộ chúng ta ở cùng một trạng thái.

Ngoài ra, người sống trong chánh niệm phải “kiêng” truyền thông. Họ kiểm soát tốt định mức thời gian dành cho tivi, truyền thông, game... Quá nhiều thời gian trên internet dễ gây chứng ngủ thiếu về đêm và làm tăng nguy cơ suy nhược tinh thần.

Trần Trọng Hiếu (Theo *The Huffington Post*)

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Tạng Lục

290

*Nhờ từ bỏ lạc nhỏ,
Thấy được lạc lớn hơn,
Bậc trí bỏ lạc nhỏ,
Thấy được lạc lớn hơn.*

291

*Gieo khổ đau cho người,
Mong cầu lạc cho mình,
Bị hận thù buộc ràng
Không sao thoát hận thù.*



Công án lá xanh

Có khi
Tâm đá thốt lời
Có khi hồn cỏ
Đạo chơi thung thiên
Cũng là thơ
Cũng là thiền
Sương treo công án
Một miền lá xanh!

Minh Đức Triều Tâm Ảnh

Chọn pháp môn tu để giải thoát

HT.Thích Trí Quảng

Ngày nay, phong trào học Phật phát triển rộng và các giảng sư mỗi người dạy một cách, hướng dẫn một pháp môn. Vì vậy, đôi khi, pháp môn này được triển khai không thích hợp với pháp môn khác, khiến cho Phật tử hoang mang và chấp trước, thì dù tu pháp môn nào cũng không thành công và không giải thoát.

Cần nhớ rằng Phật nói nhiều pháp môn, nhưng mục đích chỉ có hai chữ giải thoát, tức làm sao chúng ta không bị phiền não chi phối, quấy rầy, không bị việc trần gian hành hạ. Tu pháp môn nào cũng nhằm giải quyết như vậy là chính yếu.

Riêng tôi, khi nghiên cứu giáo pháp và giảng dạy, thực tập trong đời tôi, nhận ra đúng nghĩa mà Phật nói nước bốn biển chỉ có một vị mặn; cũng vậy, pháp Phật có 84.000 pháp môn nhưng chỉ có một vị giải thoát mà thôi.

Vì vậy, học pháp môn này mà chê pháp môn khác là sai lầm và bị đọa. Chọn pháp môn thích hợp với mình, nên áp dụng để được giải thoát, nghiệp nhiều đời của mình được lắng yên. Được chừng đó, tôi nghĩ đã đủ và nếu tiến tu xa hơn, chúng ta đi trên lộ trình giải thoát, đến được thế giới chư Phật.

Một số Phật tử nghĩ tu pháp môn Tịnh độ, niệm Phật Di Đà để cầu vãng sanh Cực lạc của Ngài và họ nghĩ Phật Di Đà hơn Phật khác. Nghĩ như vậy không đúng.

Thuở nhỏ, tôi được các Hòa thượng lớp trước dạy pháp môn Tịnh độ. Riêng tôi nghĩ

rằng mình theo học pháp của Phật Thích Ca, mà lại về Tịnh độ của Phật Di Đà thì cảm thấy nặng lòng, nửa muốn đi về Cực lạc, nhưng nghĩ đến bỏ Phật Thích Ca thì không muốn đi.

Từ ý niệm đó, tôi bắt gặp trong bộ kinh *Pháp hoa*, Tổ Huệ Đẳng dạy rằng tụng *Pháp hoa* không cần tụng hết bộ kinh này, chỉ tụng quyển thứ bảy. Tôi nghĩ Tổ Huệ Đẳng ngộ yếu chỉ kinh *Pháp hoa* trong quyển thứ bảy, nên tôi cố tìm xem quyển thứ bảy nói gì, vì Tổ không nói tại sao chỉ tụng quyển thứ bảy.

Năm 1963, Phật giáo bị Pháp nạn, tôi tham gia phong trào bảo vệ Phật giáo, vụt tôi nhớ Tổ đã dạy trong thời kỳ của mình, ở giai đoạn khó khăn, các thầy nên tu *Pháp hoa*, quyển thứ bảy thì thích hợp. Vì vậy, tôi không nghĩ mình niệm Phật Di Đà để vãng sanh, nhưng tôi thọ trì quyển thứ bảy kinh *Pháp hoa* và phát hiện ra ý của Tổ dạy trong giai đoạn nguy hiểm, muốn sống còn, phải tìm yếu chỉ của phẩm thứ bảy để thực hiện trong cuộc đời tu của mình.

Và đầu tiên, tôi nhận ra được trong quyển thứ bảy có Diệu Âm Bồ-tát. Khi ngài tới Ta-bà, 84.000 hoa sen hiện ra ở núi Kỳ-xà-quật. Ngài không tới bằng con người, nên người ta không thấy ngài, nhưng thấy 84.000 hoa sen.

Nói tới con người là có đủ thứ chuyện, trước nhất là mười nghiệp của thân, khẩu, ý, kết thành khối tội lỗi, đáng sợ. Vì vậy, phải chuyển đổi tội lỗi thành hoa sen tinh khiết,

mới bảo tồn được Phật giáo. Đó là bước đầu tôi nhận ra yêu chỉ của kinh *Pháp hoa* ở quyển thứ bảy.

Khi bị bắt, tôi nhận ra người bắt tôi, lấy cung tôi, là ngoại đạo, trông hung dữ. Một thầy nói rằng nhìn mặt nó giống con dơi, con chuột, coi chừng thằng mặt dơi, mặt chuột. Nhìn mặt một người khác, phía trên nhỏ, ở dưới bành ra là tướng dữ của đầu con rắn.

Vì nhìn họ là dơi, chuột, rắn, tôi phát hiện mình đã đem chuột, dơi, rắn vào lòng mình, như vậy người đó ác hay không chưa biết, nhưng lòng mình đã ác. Tôi giựt mình. Vì mình mặc áo Phật, ăn cơm Phật, nhưng cái nhìn của mình rơi vô con đường khác rồi, nên tôi sợ, không dám nhìn họ, không dám nghĩ đến họ nữa.

Bây giờ, lòng tôi chỉ nghĩ đến Bồ-tát Quan Âm, tôi liền nhớ đến 32 hiện thân của Ngài. Từng hiện thân một của Ngài in vào lòng tôi, nên lòng tôi đã có Bồ-tát, thì tướng hung dữ của tôi biến mất và trở thành tướng hiền lành của Quan Âm, khiến cho người chấp pháp cảm thấy thương hại tôi và muốn giúp đỡ tôi.

Chúng ta biết niệm Quan Âm sẽ được thoát nạn, nhưng ở đây, không phải Quan Âm cứu, nhưng anh ngoại đạo cứu, vì anh này muốn buộc tội mình, hay tháo gỡ cho mình là tùy ý anh. Lúc trước, mình nghĩ họ là chuột, nên thấy họ hung dữ; nhưng sau, lòng mình không nghĩ như vậy nữa, mà chỉ nghĩ đến Quan Âm, nên Quan Âm đã hiện thân vào họ, khiến họ thương xót tôi.

Tổ khuyến tụng quyển thứ bảy kinh *Pháp hoa*, trong đó có phẩm Phổ môn. Đọc phẩm này, nghĩ về hành trạng của Bồ-tát Quan Âm

và ứng dụng tương đồng với hạnh của ngài, ngài sẽ giúp ta vượt qua tai nạn. Và cũng có nhiều lần nữa, tôi nghĩ khó mà vượt qua được, nhưng nhờ tôi nghĩ đến Quan Âm, thì người có thể giết mình, lại đổi thành thương mình.

Vì vậy, Quan Âm đối với tôi có thể là anh chấp pháp, hay là anh công an... Nói đúng hơn, 32 thị hiện thân của Quan Âm có đủ trong các thành phần xã hội, họ có thể thương mình, giúp mình. Đó là một ý mà tôi nhận ra trong quyển thứ bảy.

Và lúc đó, tôi say mê hành Bồ-tát đạo, tôi đến gặp Hòa thượng Trí Tịnh. Ngài khai thị một điều khiến tôi nhớ đến Tổ Huệ Đăng. Ngài nói Trí Quảng có nghĩ mình thương chúng sanh hơn Phật hay không, mình có khả năng như Bồ-tát hay không. Vậy tại sao các Ngài không làm.

Lời nhắc nhở của Hòa thượng Chủ tịch gọi tôi nhớ đến Phổ Hiền Bồ-tát trong quyển thứ bảy. Phổ Hiền thần thông tự tại, còn mình đối với các pháp, đối với xã hội, mình có được tự tại không. Rõ ràng mình còn bị nghiệp duyên ràng buộc đầy đủ, mình chưa có tự tại, thần thông càng không có. Người ta muốn bắt, giết mình, mình có tự tại không. Mình chẳng có gì mà đòi cứu vớt chúng sanh, thật là sai lầm lớn.

Tôi nhớ đến phẩm An lạc hạnh, Văn Thù Bồ-tát nói bốn điều an lạc là thân an lạc, khẩu an lạc, ý an lạc và thệ nguyện an lạc. Tu hành cần nhớ rõ bốn điều này. Một là làm sao thân được an ổn, vì có an thân, lập mạng, mới nói đến tu hành. Bây giờ, thân không an, thì tu đã không được, mà nói đến cứu nhân độ thế càng xa vời. Vì vậy, chúng

ta có thể nguyện độ chúng sanh như Bồ-tát, nhưng chưa đến lúc làm việc đó.

Kinh *Di Lạc hạ sanh* nói Đức Di Lạc đủ điều kiện làm Phật, nhưng Ngài không hạ sanh. Mình chưa đủ điều kiện mà làm là tự chuốc họa vào thân. Vì vậy, chúng ta có thể nguyện để đó, chờ đủ duyên thì làm, không đủ thì thôi và giữ việc đó trong lòng, đợi đến khi thành Phật thì làm.

Phật Thích Ca xưa kia bị Ca Lợi vương chặt tay, móc mắt, nhưng Ngài nguyện khi nào thành Phật sẽ độ ông vua này trước, dù ông sanh ở bất cứ chỗ nào. Ý này rập vô kinh *Pháp hoa* thấy đúng. Thật vậy, vì tiền thân Phật lúc đó là thầy tu nghèo khổ, làm sao độ được vua. Ngài bị vua sát hại, nhưng không khởi tâm sân hận là tốt rồi, lại còn khởi tâm từ, thế nguyện sau này sẽ độ ông vua ác.

Học hạnh này của Phật, tôi tập không sâu hận. Ngồi trong khám chờ chết, lòng tôi không sân hận, chấp nhận việc xảy đến, coi đó là nghiệp duyên quá khứ, mình đã từng hại họ, bây giờ gặp lại, họ hại mình là chuyện bình thường.

Có một vị Tăng tu hành, ai cho ông tiền, ông gom lại đổi thành vàng và để vô cái túi đeo trên vai. Thầy khác thấy vậy, chê rằng tu mà còn cố giữ của báu. Theo tôi, nếu chưa đắc đạo, việc của mình còn chưa biết, việc của người khác lại càng không biết thì phê phán người sẽ phạm sai lầm đến 99%. Nhưng vị sư này đắc đạo biết rõ nghiệp duyên quá khứ của mình có thiếu nợ, nên ông dành dụm số vàng để trả món nợ đó. Và trên đường hành cước, ông gặp bọn ăn cướp chặn đường. Ông liệng túi vàng cho

chúng và nói rằng ông thiếu vàng, chứ không thiếu mạng.

Nghiệp duyên quá khứ có hai hướng giải quyết. Hướng thứ nhất là đủ duyên thì thanh toán cho xong. Nếu chưa đủ duyên thì phải chờ. Riêng tôi, ít thất bại, nhờ quán nhân duyên theo đó mà hành đạo.

Và từng bước, đọc kinh, tôi nhận thấy nên xếp việc lại, tôi sang Nhật nghiên cứu, vì thấy rõ tôi không thể làm được, nếu ráng làm là đọa.

Bồ-tát Phổ Hiền có thần thông, tự tại và uy đức vô song. Nếu chúng ta cũng có thần thông, tự tại và uy đức vô song như ngài, thì người thấy mình, họ kính trọng, mình mới làm được. Làm sao cho người quý mình, nể mình, lúc đó mới làm, còn chưa được như vậy, phải chờ đủ duyên. Phật cũng chỉ độ được người có duyên với Ngài, mình làm sao độ tận chúng sanh được.

Tôi nghĩ tôi và quý vị có duyên, tôi và thầy Phước Tiến có duyên, mới gặp nhau và cảm thông, tương kính nhau, chia sẻ kinh nghiệm tu hành cho nhau. Nói với người không có duyên, họ sẽ không nghe, mà còn cố cãi thì càng dở hơn.

Tôi nhắc quý vị cần thực tập pháp Phật, không rời giải thoát. Bỏ giải thoát thì tu pháp nào cũng đọa. Thật vậy, thực tế cho thấy nhiều người làm thật nhiều, nhưng hậu vận không tốt, vì tuy có công đức, nhưng đánh mất giải thoát.

Như đã nói, nhờ lời khai thị của Tổ Huệ Đăng, tôi thức tỉnh và kể đó, Hòa thượng Thiện Hoa dạy rằng tôi còn trẻ, nên sang Nhật tìm hiểu tổ chức Phật giáo của Nhật

làm sao mạnh. Tại sao Phật giáo Việt Nam yếu và bị đàn áp.

Theo lời dạy của Hòa thượng, tôi sang Nhật, nhận thấy thời kỳ vàng son của Phật giáo nước bạn là nhờ các vị cao tăng có trình độ kiến thức và đạo đức, nên đã cảm hóa được nhiều người, vua chúa và dân chúng hết lòng nghe theo. Điển hình là Thánh Vũ thiên hoàng ra lệnh ai có đồng phải đem nộp để đúc tượng Tỳ Lô Giá Na. Nhà sư như thế nào mà được vua kính nể.

Thiết nghĩ, chúng ta học Phật và tu sao cho thích hợp với xã hội mình đang sống, đúng theo lời Phật dạy, tức là đáp ứng được nhu cầu của người, họ mới hết lòng với đạo Phật, cũng có nghĩa là họ hết lòng lo cho tương lai của họ.

Nếu chúng ta học đạo và tu, nhưng kẹt hình thức, không đi sâu vào nội dung, không ứng dụng thiết thực trong cuộc sống, không mang lợi ích cho người, làm sao người hợp tác với mình được.

Điều thứ hai, chúng ta thấy chính phủ đương đại kính nể Phật giáo, vì Phật giáo có quần chúng, không phải kính nể ông sư.

Người Việt Nam tin Phật, nhưng chúng ta không có tổ chức. Nếu nói 70%, 80% dân chúng là Phật tử, nhưng khi đụng chuyện, làm sao tập hợp được và nếu có tập hợp thì thành tổ chức ô hợp. Thí dụ Phật tử đi trả hội, nhưng hoàn toàn ô hợp, không có tổ chức và không quản lý được. Vì vậy, việc tu của Phật tử có nhiều khó khăn. Nay tới chùa này nghe pháp, mai đi chỗ khác tu và được dạy khác nữa, khiến cho họ hoang mang, không có định hướng, dẫn đến việc tu nhiều, nhưng không được kết quả tốt.

Cần biết rằng việc học rộng thì tốt, nhưng tu hành phải chọn pháp môn để thực tập, được giải thoát và từ giải thoát đó, mình mới phăng ra tìm được manh mối. Tôi tu Pháp hoa, có điều lạ là gặp bạn ở Nhật thuộc các tông phái khác, tu pháp môn khác, nhưng chúng tôi vẫn là bạn. Vì vậy, Phật tử học nhiều, nghe nhiều, nhưng đừng cố chấp cái gì, vì cố chấp sẽ dẫn đến chia rẽ, nói xấu nhau.

Tôi nhắc quý vị nên chọn pháp môn thích hợp với mình, để tu cho có kết quả. Pháp Phật ví như thuốc chữa bệnh. Sử dụng đúng thuốc, đúng bệnh mới hết bệnh. Thực tế cho thấy có thầy cứ khuyên tu Tứ Thánh đế, vì đó là pháp gốc, pháp căn bản, các pháp khác không được. Điều này nguy hiểm, vì như vậy là cố chấp.

Phật nói rõ trong kinh *Pháp hoa* rằng vì người cầu Thanh văn mà Ngài nói Tứ Thánh đế. Phật được ví như thầy thuốc giỏi, không thể cho thuốc sai làm bệnh nhân chết. Thể hiện lý này, trong kinh *Duy Ma*, ngài Duy Ma đã chinh Mục Kiền Liên giảng Tứ Thánh đế cho các thanh niên thành Tỳ Da Ly, họ không nghe, còn chê trách Mục Kiền Liên ngớ ngẩn. Duy Ma xuất hiện, nói đơn giản nhưng có ý nghĩa rằng ông đừng đem đồ ô uế bỏ vô bình báu.

Lời khiển trách của Duy Ma rất nặng, vì pháp Tứ Thánh đế của Phật mà coi là đồ ô uế. Các pháp là Không, nếu ứng dụng đúng là thuốc tốt, nhưng ứng dụng sai trở thành chất độc. Thí dụ nọc rắn độc, nhưng dùng chữa bệnh được. Tuy nhiên, cố chấp rằng nọc độc của rắn tốt mà cho rắn cắn thì chết, nghĩa là đã sử dụng sai.

Duy Ma quả trách Mục Kiền Liên dạy sai pháp, vì các thanh niên còn đầy hứa hẹn ở tương lai, nhưng lại đem pháp yếm thế dạy thì họ sẽ trở thành cái gì. Duy Ma dạy phải quán duyên để thấy tương lai của họ làm được gì thành công thì họ nghe theo liền.

Nói đến đây, tôi nhớ năm nào, tôi ra Hải Dương. Ông Viện trưởng Viện Đại học Y Dược mời tôi nói chuyện cho sinh viên. Tôi không nói Tứ Thánh đế. Tôi nói việc làm thuốc cứu người, nói về tâm đức, thì sau thời pháp, có 800 sinh viên phát tâm quy y.

Tôi ưu tư pháp môn Tịnh độ. Đa số người thích tu Tịnh độ, nhưng áp dụng pháp sai lầm. Riêng tôi, phát hiện một điều rằng tôi cũng tu Tịnh độ và tôi thoải mái trong việc tu Tịnh độ, vì tôi ngộ yếu chỉ kinh *Pháp hoa*, nên thấy Phật Thích Ca và Phật Di Đà là một. Vì vậy, về với Phật Di Đà cũng là về với Phật Thích Ca.

Tại sao tôi dám nghĩ Phật Thích Ca và Phật Di Đà là một. Vì đi sâu vào giáo pháp sẽ nhận thấy lý này. Mỗi ngày, quý vị cúng cơm Phật: Cúng dường thanh tịnh Pháp thân Tỳ Lô Giá Na Phật. Viên mãn Báo thân Lô Xá Na Phật. Thiên bá ức hóa thân Thích Ca Mâu Ni Phật.

Nghĩa là Phật Thích Ca có thiên bá ức hóa thân, không phải Ngài chỉ có một thân ở xứ Ấn Độ. Và đọc phẩm Như Lai thọ lượng, thứ 16, kinh *Pháp hoa*, Đức Phật Thích Ca cũng nói rõ Ngài thành Phật ở chỗ này có tên này, ở chỗ khác, Ngài có tên khác. Phật Thích Ca thành Phật ở Ta-bà, có tên Thích Ca. Còn ở Tây phương, Ngài có tên Di Đà. Vì ở Ta-bà, Phật phải biến thành con người vạn năng (Thích Ca nghĩa là vạn năng) và

Ngài là con người trăm mặt, yên tĩnh (Mâu Ni nghĩa là trăm mặt).

Ở Ta-bà, muốn được việc, phải có tâm yên tĩnh, không bị ô nhiễm, tinh khiết như hoa sen. Vì vậy, ở đây phải là Thích Ca. Ở đây mà sống luộm thuộm, sống không ra sao thì làm được gì, nói ai nghe. Ở đây có đủ thứ chuyện, đối với người chán đời, thích tu giải thoát, Ngài phải dạy họ Tứ Thánh đế để họ thoát ly sinh tử.

Phật cũng nói đối với người tu không tìm được giải thoát, thì Bồ-tát Quan Âm hiện làm Thanh văn tu Tứ Thánh đế làm họ kính nể, theo học đạo Thiên, tâm tánh được yên mà lên bờ giác.

Phật nói Quan Âm làm như vậy, nhưng sao tôi thấy giống Phật Thích Ca của tôi, không phải Quan Âm ở Tây phương qua đây. Thật vậy, vì những người tu không tìm được lối ra, Đức Thích Ca mới từ bỏ ngôi vua, Ngài làm Sa-môn để sống chung với họ, dạy họ. Cụ thể là năm anh em Kiều Trần Như, ba anh em Ca Diếp và một ngàn đệ tử, Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên và hai trăm đệ tử. Những người này tu hạnh viễn ly, từ bỏ cuộc đời, nhưng không biết làm gì, chỉ luẩn quẩn trong sinh tử. Phật thương họ, Ngài mới hiện thân ở Ấn Độ để dìu dắt họ ra khỏi sinh tử.

Trong kinh *Pháp hoa*, phẩm Thí dụ nói rằng ông trưởng giả đi vào Nhà lửa để cứu các con. Nghĩa là đệ tử Phật tu hành, chưa đắc đạo, nhưng Phật Niết-bàn. Các ông này bị lạc lối, luẩn quẩn trong Nhà lửa, bị thiêu đốt. Phật muốn cứu họ, Ngài phải làm giống họ, là đồng hành đồng sự. Các đệ tử nhận ra ý này, nói rằng Phật ví như ông trưởng giả cởi chuỗi anh lạc, mặc áo thô rách, tay cầm đồ

hốt phân, để gần gũi cùng tử là họ. Vì muốn độ họ, Phật phải tu khổ hạnh đến mức da bụng dính với xương sườn, nghĩa là Phật Thích Ca phải khổ hạnh hơn họ, thì họ phải nể phục Phật, nghe theo Ngài. Họ tự hãnh diện với việc khổ hạnh, tức cố chấp pháp tu này, đó là sai lầm lớn, vì tu hành để được giải thoát, không phải để khoe thành tích.

Ngày nay, nếu Phật tử chấp rằng cái gốc theo Phật là đầu trần, chân đất, đi khất thực, thì làm như vậy có còn thích hợp hay không. Ở thế kỷ thứ VI, VII, Phật giáo Nhật và Trung Quốc đã không chấp nhận việc này. Để phá bỏ lời chê trách của những người nói rằng các sư khỏe mạnh, nhưng lười biếng lao động, đi xin ăn, Tổ Bách Trượng đã chủ trương nhứt nhứt bất tác, nhứt nhứt bất thực. Người tu tự làm để sống, mà còn có dư đem cho người, là pháp Phật được áp dụng tùy chỗ, tùy lúc có khác nhau. Đối với chỗ nào thì khất thực được, chỗ khác làm vậy không thích hợp, phải làm khác.

Nhận thức rõ lý Phật dạy, khi tôi tham gia Hội nghị Tôn giáo Thế giới, tôi đã tiếp xúc với các tôn giáo khác và tôi đã ở tu viện của Thiên Chúa giáo ở Ý, tôi cũng thuyết pháp ở đó. Khi trở về Nhật, Hòa thượng bạn mời tôi về chùa ở. Vị Giám mục Thiên Chúa giáo cũng mời tôi về nhà thờ ở. Tôi nói với người bạn là mình ở chùa từ nhỏ, bây giờ ở nhà thờ một bữa cho biết.

Và vào nhà thờ, nói chuyện với người tôn thờ Chúa Ky Tô, hay đấng tạo hóa, đương nhiên tôi không nói Tứ Thánh đế được. Tôi mới bàn việc khủng hoảng của các tôn giáo và tìm lối thoát cho tôn giáo. Vị Hồng y nói rằng tôi nói đúng. Hiện nay, tôn giáo của ông đang gặp khó khăn, chủng sinh không

có và nhà thờ cũng không có linh mục.

Nhân đó, tôi nói có người bạn Tin Lành. Họ nói rằng sau này đạo Phật chết, đạo Thiên Chúa cũng chết, chỉ có đạo Tin Lành sống. Vị Hồng y nghe vậy, tức quá. Tôi nói tức thì làm sao lên thiên đường được. Tôi nghĩ muốn sống còn, quý vị phải vác Thánh giá như Chúa Ky Tô, nghĩa là chịu khổ thay cho người khác. Quý vị chịu trách nhiệm trước Chúa, nhưng có bằng lòng chịu tội thế cho mọi người hay không, tức có đi theo con đường của Chúa hay không. Tôi chọn đạo Phật và đi theo con đường của Phật. Còn ngài theo Chúa thì phải chịu vác Thánh giá.

Việc tôi làm hôm nay cũng là làm theo Phật xưa kia. Phật giáo hóa ngoại đạo, điển hình là mười đại đệ tử của Phật đều là ngoại đạo. Ba anh em Ca Diếp là giáo chủ đạo thần rắn, Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên là giáo chủ đạo thần lửa và Ca Chiên Diên là chiêm tinh gia, tức thầy bói. Những người này vẫn khao khát chân lý, nhưng vì họ cố chấp, nên bị lạc lối. Và được Phật khai thị, họ nhận được điều hay lẽ phải, nên liền nghe theo Phật.

Trở lại cái lý mà tôi nói Phật Thích Ca cũng là Phật Di Đà, vì ở Ta-bà mà không phải Thích Ca thì không được. Nghĩa là tâm không yên tĩnh, không sáng suốt, dụng việc liền nổi nóng, chắc chắn thất bại. Ở Ta-bà phải kham nhẫn, không nhẫn thì không thể tồn tại được. Hở một chút buồn giận thì bao nhiêu tội lỗi theo đây phát sinh. Trên bước đường tu, khẩu hiệu của tôi là không buồn, không giận, không lo, không sợ, cứ bình tĩnh mà đi tới, đó là kinh nghiệm của tôi.

Về Cực lạc, Phật Thích Ca biến thành Phật

Di Đà, vì ở đó, tất cả mọi người đều tốt, cái tên ba đường ác còn không có, tức không tham, không giận, không si mê. Vì vậy, theo tôi, ở đây mà quý vị tập được bốn điều là không giận, không buồn, không lo, không sợ là về được Cực lạc.

Pháp môn Tịnh độ từ thời ngài Ân Quang trở về sau, được nâng lên thành Tịnh độ Ngũ kinh, tức ngoài ba kinh là *Di Đà*, *Vô lượng thọ*, *Quán Vô lượng thọ*, phải áp dụng thêm hai kinh là *Lăng nghiêm* và *Hoa nghiêm*, nếu thêm kinh *Pháp hoa* càng hay. Không phải tu Tịnh độ chỉ lần chuỗi và cầu vãng sanh.

Thêm kinh *Hoa nghiêm* là phải thực tập mười đại nguyện Phổ Hiền. Chúng ta suy nghĩ từng việc một của mười nguyện này và thực tập đúng là được vãng sanh. Điều một, phải lễ kính chư Phật là căn bản. Không phải chỉ lễ kính một Phật, nhưng lễ kính chư Phật là tất cả Phật, hay bất cứ người nào giác ngộ, chúng ta coi là thầy. Vì Đức Di Đà trước kia đã từng học với các Phật quá khứ và chư Phật mười phương, Ngài tu hành đạt được kết quả viên mãn, mới xây dựng được Cực lạc.

Vì vậy, lễ kính chư Phật là nói rộng lễ kính ba đời chư Phật, tức lễ kính chư Phật quá khứ, chư Phật hiện tại và chư Phật vị lai. Đối với tôi, các đạo hữu ở đây đều lần lượt sẽ thành Phật, người thành trước, người thành sau, đó là nguyên tắc. Thật vậy, chúng ta tin Phật, nghe pháp và phát tâm làm theo Phật, chắc chắn sẽ thành Phật. Và giữ được tâm này không thay đổi, thì ở đâu, Phật cũng phóng quang cứu chúng ta.

Nếu bỏ Phật Thích Ca, theo Phật Di Đà, thì Ngài cũng không tiếp nhận mình, vì phản

thầy để về thế giới kia sống cho sướng, làm sao chấp nhận được. Phải có tâm khổ cùng chịu, vui cùng chia, chỉ đòi hưởng thì không được. Và tánh tôi thích học và thích được làm việc, không thích hưởng thụ, nên càng không muốn về Cực lạc để hưởng sung sướng.

Học với chư Phật ba đời, quan trọng là các Phật vị lai. Thực chất tôi kính quý vị như Phật vị lai, quý vị mới chấp nhận tôi. Dù người ta thế nào, mình cũng biết họ có Phật tánh và mình giúp cho Phật tánh của họ phát lên. Một người làm được một việc, nhiều người làm được nhiều việc. Quan trọng là phải thực tập pháp Phật, phải thương kính những người mà chúng ta đã gặp gỡ, tiếp xúc, để thiện cảm vô lòng họ, không nên gieo ác cảm. Chúng ta gieo thiện cảm với bao nhiêu người thì chúng ta sẽ có bấy nhiêu người thương mình, nhờ đó mình dễ thành công.

Phật Thích Ca và Phật Di Đà là một, vì trong kinh *Hoa nghiêm* nói Phật Thích Ca có thanh tịnh Pháp thân Tỳ Lô Giá Na và Phật Di Đà cũng có thanh tịnh Pháp thân. Phật nào cũng có ba thân là thanh tịnh Pháp thân, viên mãn Báo thân và thiên bá ức hóa thân. Không có ba thân như vậy thì không là Phật.

Phật có thanh tịnh Pháp thân. Thanh tịnh Pháp thân là gì. Thí dụ, người nào thương tôi, quý tôi, truyền bá tư tưởng của tôi thì người đó là Pháp thân của tôi. Phật Thích Ca Niết-bàn, Ngài bỏ sót tôi ở đây và tôi tuyên dương pháp mầu của Ngài, tôi là Pháp thân của Ngài.

Phật Thích Ca và Phật Di Đà đều có thanh tịnh Pháp thân. Phật Thích Ca có Pháp thân

thanh tịnh và Ngài hiện hữu ở Tây phương Cực lạc là Phật Di Đà. Ở cảnh giới khác thì có tên khác, nhưng Pháp thân là một, hay Phật tánh là một.

Chúng ta chưa có Pháp thân, nhưng có Phật tánh và Phật tánh bị vô minh ngăn che, nên là chúng sanh.

Tôi mong rằng tất cả những người hữu duyên hôm nay cố gắng dẹp phiền não, để Phật tánh được sáng lên, từ đó làm được những việc tốt đẹp cho đạo, lợi ích cho đời. Và đó là con đường dẫn quý vị đến Cực lạc của Phật Di Đà.

HT.Thích Trí Quảng



Lễ kính Chư Phật—Ảnh minh họa



cho ta chép nốt bài thơ ấy

Tuệ Sỹ

*Ôi nhớ làm sao, Em nhỏ ơi!
Từng đêm ngục tối mộng Em cười
Ta hôn tay áo thay làn tóc
Nghe đặng môi hồng lạnh tím người!
Đừng ghét mùa mưa, Em nhỏ ơi!
Nằm ru vách đá, chuyện lưu đày
Cho ta chút nắng bên song cửa
Để vẽ hình Em theo bóng mây.
Cho đến bao giờ, Em nhỏ ơi!
Trường rêu chỉ chút động phương trời
Là ta chép nốt bài thơ ấy
Để giết tình yêu cả mộng đời.*



ĐỨC PHẬT TRONG CÁI NHÌN CỦA CÁC NHÀ KHOA HỌC

GIÁC ĐĂNG (sưu tầm & chuyển ngữ)

Tôn giáo của tương lai sẽ là một tôn giáo toàn cầu, vượt lên trên mọi thần linh, giáo điều và thần học. Tôn giáo ấy phải bao quát cả phương diện tự nhiên lẫn siêu nhiên, đặt trên căn bản của ý thức đạo lý, phát xuất từ kinh nghiệm tổng thể gồm mọi lĩnh vực trên trong cái nhất thể đầy đủ ý nghĩa. Phật giáo sẽ đáp ứng được các điều kiện đó." (Albert Einstein)

1. Nhân cách vĩ đại của Đức Phật

Đức Phật là hiện thân của tất cả các đức hạnh mà Ngài thuyết giảng. Trong thành quả của suốt 45 năm dài hoằng pháp, Ngài đã chuyển tất cả những lời nói của Ngài thành hành động; không nơi nào Ngài buông thả cái yếu đuối của con người hay dục vọng thấp hèn. Luân lý, đạo đức căn bản của Đức Phật là toàn hảo nhất mà thế giới chưa bao giờ biết đến. (Giáo sư Max Miller, Học giả người Đức)

Không một lời thô bạo nào được thấy thốt ra từ nơi Đức Phật trong cơn tức giận, chưa từng có một lời thô bạo được thấy trên môi Đức Phật kể cả trong lúc tình cờ. (Tiến Sĩ S. Radhakrishnan)

Điều đáng chú ý nhất nơi Đức Phật là sự kết hợp gần như độc nhất của một đầu óc khoa học trầm tĩnh và thiện cảm sâu xa của lòng từ tâm. Thế giới ngày nay ngày càng hướng về Đức Phật, vì Ngài là người duy nhất tiêu

biểu cho lương tâm của nhân loại. (Moni Bagghee, "Đức Phật Của Chúng Ta")

Các bạn thấy rõ Ngài là một nhân vật đơn giản, chân thành, đơn độc, một mình tự lực phấn đấu cho ánh sáng, một nhân vật sống chứ không phải là thần kỳ, tôi cảm thấy có một Người, đó là Ngài. Ngài đã gửi bức thông điệp cho nhân loại hoàn vũ. Có nhiều tư tưởng tuyệt diệu hiện đại của chúng ta rất gần gũi tương đồng với thông điệp của Ngài, tất cả những đau khổ, bất mãn trong cuộc sống, theo Ngài dạy: là do lòng ích kỷ. Lòng ích kỷ có ba dạng: - Một là tham vọng thỏa mãn cảm giác; - Hai là tham vọng muốn bắt tử; - Ba là tham vọng thành công và trần tục. Con người trước khi có thể trở nên thanh tịnh, người đó phải ngưng sống theo giác quan hoặc cho riêng chính mình. Rồi con người đó mới trở thành một bậc đại nhân. Đức Phật, qua nhiều ngôn ngữ khác nhau, năm trăm năm trước Chúa Christ, đã dạy con người đức tính vị tha. Trong một số chiều hướng Ngài rất gần gũi với chúng ta hơn, và đáp ứng được nhu cầu của chúng ta. Đức Phật cũng tỏ ra sáng suốt hơn Chúa Christ trong sự quan tâm phục vụ con người và ít mơ hồ đối với vấn đề trường tồn bất tử của kiếp nhân sinh. (H.G. Wells)

Tôi càng ngày càng cảm thấy đức Thích Ca Mâu Ni gần gũi nhất trong tính cách và ảnh hưởng của Ngài, Ngài là Đường lối, là Chân lý và là Lễ sống. (Giám mục Milman)

2. Trí tuệ siêu việt của Đức Phật

Lần đầu tiên trong lịch sử thế giới, Đức Phật tuyên bố sự giải thoát, mỗi con người có thể đạt được do chính bản thân mình trong đời sống của mình trên thế giới mà không cần đến sự giúp đỡ của Thượng đế hay thánh thần nào. Ngài nhấn mạnh về giáo lý như lòng tự tin, thanh tịnh, nhã nhặn, giác ngộ, an lạc và lòng thương yêu nhân loại. Ngài cũng nhấn mạnh đến sự cần thiết của kiến thức, vì không có trí tuệ thì siêu linh nội tâm không xâm nhập trong đời sống của Ngài được. (Giáo Sư Eliot, "Phật giáo và Ấn Độ giáo")

Đức Phật không chỉ nhận thức được sự thực tối cao, Ngài còn biểu lộ kiến thức cao cả của Ngài, kiến thức cao hơn tất cả kiến thức của các "Thần linh và Người". Kiến thức của Ngài rất rõ ràng và độc lập không liên can gì đến thần thoại và hoang đường. Tuy nhiên, nơi đây lại còn cho thấy một hình thức vững vàng, tự nó biểu lộ được một cách rõ ràng và hiển nhiên để cho con người có thể theo Ngài. Vì lý do đó, Đức Phật không đòi hỏi phải tin nhưng hứa hẹn kiến thức. (George Grimm, "Giáo Lý của Đức Phật")

Lần đầu tiên trong lịch sử loài người, Đức Phật khuyến dụ, khẩn cầu và kêu gọi con người không nên làm hại một sanh mạng, không nên dâng lời cầu nguyện, lời ca tụng, hay hy sinh (sanh mạng) cho các Thần linh. Với tất cả tài hùng biện trong sự thuyết giảng của Ngài, đáng Vô Thượng Sư có lần hùng hồn tuyên bố là Thần linh, nói cho đúng, cũng cần đến sự giải thoát cho chính họ. (Giáo Sư Rhys Dadis)

Đức Phật không giải thoát con người, nhưng Ngài dạy con người phải tự chính mình giải thoát lấy mình, như chính Ngài đã tự giải thoát lấy Ngài. Con người chấp nhận giáo lý của Ngài là chân lý, không phải giáo lý này đến từ nơi Ngài, nhưng vì lòng xác tín cá nhân, thức tỉnh bởi những lời Ngài dạy, trỗi dậy bởi ánh sáng trí tuệ của chính mình. (Tiến Sĩ Oldenburg, Một học giả Đức)

Dường như người thanh niên bất diệt, hiền lành, ngời khoanh chân trên hoa sen thanh tịnh với bàn tay phải dơ lên như khuyên nhủ như trả lời: "Nếu con muốn thoát khỏi sự đau khổ và sợ hãi, con hãy luyện tập trí tuệ và từ bi". (Anatole France)

Sự khác biệt giữa Đức Phật và một người bình thường giống như sự khác biệt giữa một người bình thường và một người mất trí. (Một Văn Hào)

Nếu chúng ta hỏi, chẳng hạn, có phải vị trí một hạt nhân điện tử lúc nào cũng giữ nguyên không thay đổi, chúng ta phải trả lời "không"; nếu chúng ta hỏi có phải vị trí của một hạt nhân điện tử thay đổi theo thời gian, chúng ta phải trả lời "không"; nếu chúng ta hỏi có phải hạt nhân đó đang di động, chúng ta phải trả lời "không". Đức Phật cũng đã giải đáp như vậy khi có người hỏi tình trạng bản ngã của con người sau khi chết; nhưng những câu trả lời như trên không phải là những câu trả lời quen thuộc theo truyền thống khoa học ở thế kỷ 17 và 18. (J.Robert Oppenheimer)

Nếu một vấn đề nào đó cần được đề ra, vấn đề đó phải được giải quyết trong hài hòa và

dân chủ theo đường lối dạy bảo của Đức Phật. (Tổng thống Nehru)

3. Công hiến của Đức Phật với nhân loại

Trong thế giới giông tố và xung đột, hận thù và bạo lực, thông điệp của Đức Phật sáng chói như vàng thái dương rực rỡ. Có lẽ không bao giờ thông điệp của Ngài lại thiết yếu hơn như trong thời đại của thế giới bom nguyên tử, khinh khí ngày nay. Hai ngàn năm trăm năm qua đã tăng thêm sanh khí và chân lý của thông điệp này. Chúng ta hãy nhớ lại bức thông điệp bất diệt này và hãy cố gắng thi triển tư tưởng và hành động của chúng ta trong ánh sáng giáo lý của Ngài. Có thể chúng ta phải bình thân đương đầu cả đến với những khủng khiếp của thời đại nguyên tử và góp phần nhỏ trong việc khuyến khích nghĩ đúng (Chánh tư duy) và hành động đúng (Chánh nghiệp). (Tổng thống Nehru)

Trên quả địa cầu này, Ngài đem ý nghĩa những chân lý giá trị trường cửu và thúc đẩy đạo đức tiến bộ không chỉ cho riêng Ấn độ mà cho cả nhân loại. Đức Phật là một nhà đạo đức vĩ đại kỳ tài chưa từng thấy có trên hoàn vũ. (Albert Schweizer, một nhà lãnh đạo triết học Tây Phương)

Sự thanh tịnh của tâm linh và lòng thương yêu tất cả sinh vật đã được dạy dỗ bởi Đức Phật. Ngài không nói đến tội lỗi mà chỉ nói đến vô minh và điên cuồng có thể chữa khỏi bởi giác ngộ và lòng thiện cảm. (Tiến Sĩ Radhakrisnan, "Đức Phật Cồ Đàm")

Đức Phật không phải là của riêng người Phật

tử, Ngài là của toàn thể nhân loại. Giáo lý của Ngài thông dụng cho tất cả mọi người. Tất cả các tôn giáo khai sáng sau Ngài, đều đã mượn rất nhiều các tư tưởng hay của Ngài. (Một học giả Hồi Giáo)

Khi chúng ta đọc những bài thuyết giảng của Đức Phật, chúng ta cảm kích bởi tinh thần hợp lý của Ngài. Con đường đạo đức của Ngài ngay trong quan điểm đầu tiên là một quan điểm thuần lý. Ngài cố gắng quét sạch tất cả những màng nhện giăng mắc làm ảnh hưởng đến cái nhìn và định mệnh của nhân loại. (Tiến Sĩ S.Radhakrisnan, "Đức Phật Cồ Đàm")

Đức Phật là người cha nhìn thấy đàn con đang vui chơi trong ngọn lửa thế tục nguy hiểm, Ngài dùng mọi phương tiện để cứu các con ra khỏi ngôi nhà lửa và hướng dẫn chúng đến nơi an lạc của Niết bàn. (Giáo sư Lakshimi Narasu, "Tinh Hoa Của Phật giáo")

4. Giáo pháp của Đức Phật

Đọc một chút về Phật giáo là đã biết rằng hai ngàn năm trăm trước đây, người Phật tử đã hiểu rõ xa hơn và đã được thừa nhận về những vấn đề tâm lý hiện đại của chúng ta. Họ đã nghiên cứu những vấn đề này từ lâu và đã tìm thấy câu trả lời. (Tiến Sĩ Graham Howe)

Phật giáo chưa bao giờ ép ai theo dù dưới hình thức nào - hoặc ép buộc ý tưởng và niềm tin đối với người không thích, hoặc bằng bất cứ một sự tâng bốc nào, bằng lừa gạt hay ve vãn, hầu đoạt được thắng lợi để

gia nhập vào quan điểm riêng tư của mình. Những nhà truyền giáo của đạo Phật không bao giờ thi đua để dành người quy nạp vào Đạo như nơi chợ búa. (Tiến sĩ G. P. Malasekara)

Chỉ nói về Phật giáo thôi, ta có thể xác nhận là tôn giáo này thoát khỏi tất cả cuồng tín. Phật giáo nhằm tạo trong mỗi cá nhân một sự chuyển hóa nội tâm bằng cách tự chiến thắng lấy mình. Nhờ đến sức mạnh và tiền bạc hay cả đến sự chinh phục để tác động mọi người vào đạo thì sao? Đức Phật chỉ rõ một con đường giải thoát duy nhất để cho cá nhân tự quyết định nếu muốn theo tôn giáo này. (Giáo Sư Lakshmi Nasaru, "Tinh Hoa của Phật giáo")

Không thể cho rằng Phật giáo bị suy yếu, ngay hiện tại, vì Phật giáo bắt nguồn trên những nguyên tắc cố định chưa bao giờ bị sửa đổi. (Gertrude Garatt)

Mặc dù người ta có thể được thu hút từ nguyên thủy bởi sự khoáng đạt của tôn giáo này nhưng người ta chỉ có thể tán dương giá trị thực sự của Phật giáo khi người ta phân xét kết quả tạo ra của tôn giáo này thông qua đời sống của chính mình từ ngày này qua ngày khác. (Tiến Sĩ Edward Conze, Một học Giả Phật giáo Tây Phương)

Phật giáo là một tôn giáo tự giác, ít lễ nghi. Một hành động được thực thi với chính sự suy tư thì tự nó đã điều kiện hóa để không còn là một nghi lễ. Phật giáo nhìn bề ngoài có vẻ nhiều nghi lễ nhưng thực ra không phải như vậy. (Tiến sĩ W.F.Jayasuriya, "Tâm lý và Triết lý Phật giáo")

Là Phật tử hay không phải là Phật tử, tôi đã quan sát mọi hệ thống của các tôn giáo trên thế giới, tôi đã khám phá ra không một tôn giáo nào có thể vượt qua được về phương diện về đẹp và sự quán triệt, Bát chánh đạo và Tứ diệu đế của Đức Phật. Tôi rất mãn nguyện đem ứng dụng cuộc đời tôi theo con đường đó. (Giáo sư Rhys Davids)

Trên những giải đất mênh mông của thế giới, vận mệnh nhân loại vẫn còn tồn tại. Rất có thể trong sự tiếp xúc với khoa học Tây phương và cảm hứng bởi tinh thần lịch sử, giáo lý căn bản của Đức Cồ Đàm được phục hưng và thuần khiết, có thể chiếm một vị trí phần lớn trong hướng đi của vận mệnh nhân loại. (H.G.Well)

Lý thuyết của Phật pháp vẫn đứng vững ngày nay không bị ảnh hưởng bởi tiên trình của thời gian và sự tăng trưởng kiến thức, vẫn giữ nguyên như lúc ban đầu bày tỏ. Dù cho kiến thức khoa học tăng tiến đến thế nào trên chân trời trí óc của con người, trong phạm vi Giáo pháp (Dhamma) cũng vẫn có chỗ để thừa nhận và đồng hóa các khám phá xa hơn nữa. Về phương diện thu hút của lý thuyết này không dựa vào các khái niệm giới hạn của các tư tưởng sơ khai, về phương diện khả năng cũng không bị lệ thuộc vào những phủ định của tư tưởng. (Francis Story, "Phật giáo, Một Tôn Giáo Thế Giới")

Phật giáo là một phương thức làm sao để đạt được lợi lạc cao nhất từ cuộc sống. Phật giáo là một tôn giáo của trí tuệ mà ở đây kiến thức và thông minh chiếm ưu thế. Đức Phật không thuyết giảng để thu nạp tín đồ mà là để soi sáng người nghe. (Một Văn Hào Tây Phương)

"Nếu có một tôn giáo nào đương đầu với các nhu cầu của khoa học hiện đại thì đó là Phật giáo. Phật giáo không cần xét lại quan điểm của mình để cập nhật hóa với những khám phá mới của khoa học. Phật giáo không cần phải từ bỏ quan điểm của mình để xu hướng theo khoa học, vì Phật giáo bao hàm cả khoa học cũng như vượt qua khoa học".... "Tôn giáo của tương lai sẽ là một tôn giáo toàn cầu, vượt lên trên mọi thần linh, giáo điều và thần học. Tôn giáo ấy phải bao quát cả phương diện tự nhiên lẫn siêu nhiên, đặt trên căn bản của ý thức đạo lý, phát xuất từ kinh nghiệm tổng thể gồm mọi lĩnh vực trên trong cái nhất thể đầy đủ ý nghĩa. Phật giáo sẽ đáp ứng được các điều kiện đó". (Albert Einstein)



Ô Sào Thiên sư

Như Thủy

Ô Sào thiên sư là một cao tăng Trung Hoa vào đời Đường. Khi bà mẹ hạ sanh sư, bà không ưng ý lắm nên đem bỏ con vào một chiếc tổ quạ trên cột đại thụ trước hiên chùa rồi lẫn mất. Sư xuất gia từ đó, và người ta gọi sư là thầy Ô Sào (Ô là quạ, Sào là tổ), tức là ông thầy có xuất xứ từ một chiếc tổ quạ. Tuổi ấu thơ và tráng niên của sư trôi qua bình thản trong bóng mát của tông lâm cổ kính. Sư thường hành thiền trên quê hương của mình, tức là nơi chàng ba có đặt chiếc tổ quạ ngày xưa mà theo năm tháng, cột cây đã to và rộng đầy đủ để cành nhánh có thể cho sư đặt một chiếc tọa cụ trên ấy. Cho đến khi ngộ đạo và hành đạo, thiên sư vẫn không rời "quê mẹ."

Một hôm, quan thị lang Bạch Cư Dị, một thi hào lừng danh đương thời, đi dạo ngang công chùa, trông thấy nhà sư đang ngồi vắt vẻo trên tàng cây, vốn không ưa hạng người "lánh nợ đời" như thế, ông cau mày hỏi:

- Bộ hết chỗ rồi hay sao mà thầy lựa chỗ hiểm nghèo như thế để ngồi?

Thiên sư bình thản đáp:

- Chỗ của tôi xem ra còn vững vàng hơn chỗ của quan lớn đang an tọa nhiều.

Quan thị lang nhìn lại chiếc kiệu của mình đang ngồi, ngạc nhiên:

- Chỗ tôi đang ngồi có gì đáng ngại đâu?

(Xem tiếp trang 23)

CHỈ RÕ CÔNG PHU NIỆM PHẬT

Trong những pháp môn Phật dạy, tôi cả đời chuyên tâm nơi pháp môn Trì danh niệm Phật. Pháp tu niệm Phật có nhiều, trì niệm danh hiệu Phật là một trong những pháp niệm Phật. Đây là pháp môn dễ tu, dễ thực hành nhất, dễ thành tựu. Về chỗ thành tựu cũng như chỗ đạt được rất rõ ràng từng bước, từng nấc tiến, có thể diễn nói, có thể khắc nghĩa. Do cái rõ ràng mà người được nghe, người được biết, nghe cũng dễ mà biết đúng cũng dễ. Chỉ quan trọng là phải có lòng tin chân thật, chí nguyện vãng sanh chân thật và thực hành đúng pháp siêng năng. Được vậy, thì đã nắm vững ở pháp môn niệm Phật. Nếu lúc tu hành có sai cũng dễ nhận biết, làm đúng mình cũng tự biết, khi được mình cũng tự biết.

Tôi nói thật với các huynh đệ, những gì sau khi tôi đã hiểu đã biết, lúc thực hành như thế nào, trải qua mấy mươi năm, các huynh đệ đôi khi thắc mắc: không biết Hòa thượng tu như vậy thành tựu được gì không? Có được mà chỉ được bước đầu tiên thôi.

Các huynh đệ tụng kinh A Di Đà, đức Phật có nói, nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân được nghe đức Phật A Di Đà rồi chấp trì danh hiệu của đức Phật đó, hoặc một ngày, hoặc hai ngày, ba ngày, bốn ngày, năm ngày, sáu ngày, bảy ngày nhất tâm bất loạn thì người đó đến lúc lâm chung được đức Phật A Di Đà cùng các Thánh chúng hiện ra trước mặt. Lúc ấy, do sức niệm của mình đã vững, lại có Phật và Thánh cùng đến tiếp đón nên tâm không điên đảo, được sanh về thế giới Tây

phương Cực lạc.

Khi về cõi Cực lạc lấy hoa sen làm bào thai mà sanh ra, thọ hưởng về chánh báo là thân thể, được thân kim cang bất hoại. Trong kinh nói, hoàn cảnh ở cõi đó rất rõ ràng, đất đai, nhà cửa, sự sinh hoạt đều rất trang nghiêm thanh tịnh, bảo đảm chắc chắn thành tựu quả vị Phật. Cho nên, vãng sanh Tịnh độ không phải chuyện tầm thường, phải được đức Phật cùng Thánh chúng đến tiếp đón.

Vậy làm thế nào chúng ta được sanh về cõi Cực lạc? Trong kinh A Di Đà nói: *“Chẳng thể dùng chút ít thiện căn, phước đức, nhân duyên mà được sanh về cõi ấy”*. *“Chẳng dùng chút ít”* nghĩa là phải nhiều, nhiều thiện căn phước đức nhân duyên mới được sanh về. Nhưng muốn được nhiều phải làm sao? Theo lời Phật dạy, rất dễ hiểu, dễ thực hành, dễ được kết quả. Nghĩa là: Người nào nghe đến đức Phật A Di Đà rồi *chấp trì danh hiệu*. “Nghe đến” nghĩa là chưa từng nghe biết cõi Cực lạc và đức Phật A Di Đà, bây giờ mới được nghe biết danh hiệu của Ngài.

Bốn tiếng *“Chấp trì danh hiệu”* thường thường không ai chú ý. Khó lắm! Lời trong kinh nói là lời Phật nói không phải chuyện thường, từ tiếng phải nắm cho rõ chứ không phải như phàm phu nói chuyện với nhau. Nếu không như vậy thì sẽ hiểu sai lệch, đã hiểu sai thì tu sai, tất nhiên không có chỗ thành tựu. Thế nào mới đúng ở nơi *“chấp trì danh hiệu”*? *“Chấp”* nghĩa là nắm, *“trì”* nghĩa là giữ, tức là trong tâm thường niệm Phật luôn luôn, chẳng phải như

lúc mới tập niệm hoặc nửa tiếng hay một tiếng, hoặc một trăm câu nhưng lúc buông ra thì trong tâm không nhớ niệm Phật. Như vậy nghĩa của “*chấp trì*” là nắm luôn giữ kỹ, không lúc nào không có, lúc có lúc không thì chẳng phải.

Về sau các bậc cổ đức diễn tả bốn tiếng ấy như là:

1. ***Bất niệm tự niệm***: mình không nghĩ niệm nhưng trong tâm vẫn luôn tự niệm Phật.
2. ***Niệm lực tương tục***: niệm Phật có sức mạnh thường niệm luôn, không lúc nào hờ dớt.

Nếu người nào tự thực hành thì sẽ tự biết. Từ chỗ được “*chấp trì danh hiệu*” là đạt bước đầu tiên về đạo lực trong pháp môn Trì danh niệm Phật.

Tôi nói rõ cho các huynh đệ biết, điều này tôi cũng đã nói rồi. Từ trước đến giờ, tôi chuyên tu ở nơi pháp môn niệm Phật, là pháp tu mà Phật dạy từ phạm phu tiến lên bậc Thánh. Về chỗ thành tựu, tôi chỉ được bốn tiếng như trong kinh đã nói là “*chấp trì danh hiệu*”. Từ bước đầu tiên này mới được những bước sau như tiến lên tam muội (chánh định) chẳng hạn. Đến bây giờ, tôi cũng chỉ được tầng bậc này thôi, phần ít nhất của pháp môn niệm Phật. Đời tôi năm nay đã 96 tuổi mà thọ dụng không hết. Thứ nhất: ngũ tạng, lục phủ trong thân không sanh bệnh. Có lần tôi vô bệnh viện để khám bệnh. Sau khi khám xong, bệnh viện làm giấy kết quả xét nghiệm về tâm, can, tỳ, phế, thận, máu huyết... Họ tổng kết rằng: kiểm tra kỹ, tất cả đều bình thường. Kế nữa, có điều làm chứng cho mình biết, các vị đắc đạo lên bậc Thánh, cái ngủ không có, thùy miên tâm sở

bị trí lực làm cho thế lực của nó yếu hẳn hoặc mất đi. Người bình thường, thùy miên tâm sở còn nguyên, hễ nằm nhắm mắt thì khởi lên ngũ mê, còn trần trọc không ngủ là bị bệnh mất ngủ. Còn người được đạo, thùy miên tâm sở yếu hoặc không còn. Vì sao? Vì có trí lực chế phục. Như lâu rồi cho đến bây giờ, mấy tháng nay tôi không ngủ. Mấy chú thị giả nói: “Con không ngủ một đêm thì ngày sau không làm gì được! Sư ông mấy tháng không ngủ tinh thần vẫn tỉnh sáng, còn phần chấn mạnh hơn lúc trước kia”. Thịnh thoảng tôi cũng ngủ nhưng ít lắm, đến đổi chỉ khi có chiêm bao mới biết mình ngủ.

Trên đường đạo, mình biết rất rõ ràng chứ không phải mù mờ. Mù mờ nguy hiểm lắm! Chính mình không rõ để nhận biết, rồi tự viết thành sách. Người đọc tưởng rằng đúng, chẳng dè chỉ là phạm phu tự ý nói ra. Tôi thường nói, phải y cứ trong kinh làm chánh, gọi là Thánh giáo lượng. Trong kinh không nói, dù người có nói hoặc viết sách truyền bá thì chưa chắc chắn. Vì phạm phu vẫn phải phạm phu, chẳng thể phạm phu muốn thành Thánh liền thành Thánh.

Hồi xưa, tôi chuyên nắm giữ nơi pháp môn niệm Phật là do có tâm ưa thích. Tâm ưa thích này, nghiệm lại là tập quán quen thuộc của mình nhiều đời nhiều kiếp chớ không phải mới đây. Kế đến, tôi nhận thấy pháp tu này chắc chắn, từ chỗ ứng dụng tu đến lúc được kết quả đều có mục thước rõ ràng. Chẳng hạn, lúc hạ thủ công phu trì danh niệm Phật, bắt đầu thực hành cũng rõ ràng từ việc nghe tiếng Nam Mô A Di Đà Phật, chỉ có sáu chữ, dễ nhận, dễ biết, dễ nhớ. Nhưng niệm phải đúng pháp là thế nào? Lúc niệm Phật thì có âm thanh của câu Phật hiệu, nhưng tâm phải nhận rõ được tiếng niệm,

chớ dùng miệng niệm mà tâm lại nghĩ việc khác. Ví dụ: miệng niệm Phật, trong tâm lại suy nghĩ xâu chia khóa để đâu rồi? Như vậy là tu trật, đúng hay sai liền biết.

Niệm Phật đúng pháp là **“tâm tiếng hiệp khẩn nhau”**. Tiếng ở đâu thì tâm ở đó, tâm ở đâu thì tiếng ở đó. Niệm thầm hay ra tiếng đều phải vậy. Thế nên, lúc ứng dụng tu đúng hay không đúng tự mình dễ dàng phân biệt. Muốn niệm đúng pháp cũng khó lắm! Tâm phải theo tiếng rất khó! Khó kèm, khó nhiếp cho đến phải dùng xâu chuỗi, nhờ lần chuỗi để trói buộc cái tâm loạn tưởng lại, chứ không phải lần chuỗi thiết lộ hột này rồi đến hột khác.

Thuở trước, tôi tự tìm cách để niệm Phật. Lúc ngồi lại niệm Phật thầm, tôi định thời gian là một xâu chuỗi. Ban đầu niệm đủ ba câu Phật hiệu rồi lần một hột, nhưng ba câu Phật này phải chắc chắn, nếu nó xao lãng không rõ ràng thì bỏ, lại niệm ba câu khác. Sau đó, tiến lên năm câu lần một hột, rồi đến bảy câu lần một hột, sau rốt mười câu lần một hột. Nếu lúc niệm Phật mà có một chút xao lãng, tạp niệm xen vào thì mười câu đó bỏ, niệm mười câu khác. Nhiếp tâm không dễ dàng, phải chuyên cần tinh tấn, nắm cho thật vững chắc. Mình tu đúng thì chính mình được thành tựu, do đó phải cố gắng.

Lúc được **“Bất niệm tự niệm”** trong tâm biết rất rõ ràng như từ chỗ điểm A bước đến điểm B, được rồi thì nhất định không bao giờ mất, chắc thật không phải mờ mịt. Đến bây giờ, tôi chỉ được chỗ này thôi. Các huynh đệ đừng nghĩ rằng, các vị Thánh xuôi chân nằm ngủ ngáy khò khò như mình đâu, nghĩ vậy là sai. Tôi được một chút đó mà cái ngủ đã tự nhiên mất, nếu có thì chỉ thỉnh thoảng.

Các pháp môn khác cũng vậy, lúc còn phàm phu thì chưa có đạo lực, ở pháp Phật được chút gì thì gọi là đạo lực. Đã có sức mạnh trên đường đạo ắt phải khác hẳn lúc chưa có.

Tôi từng diễn đạt phương pháp niệm Phật qua bài kệ:

*Nam Mô A Di Đà
Không gấp cũng không hờn
Tâm tiếng hiệp khẩn nhau
Thường niệm cho rành rõ.*

“Rành” là câu tiếng rành rẽ. “Rõ” là phải rõ ràng. Lúc niệm Phật đừng ham nhiều rồi niệm phớt phớt, không cần nhiều nhưng phải thật rành rẽ. Khi công phu nắm thiết vững chỗ này. Kế đến là **“tâm tiếng hiệp khẩn nhau”**, tuy khó nhưng luôn luôn cố gắng, đừng để lúc niệm Phật tiếng một nơi, tâm một ngã. Đó là tu không đúng rồi, mà không đúng thì không thể được. Ví như anh thợ mộc muốn làm cái bàn, anh phải làm đúng phương pháp thì mới thành ra cái bàn. Do vậy, việc quan trọng trước nhất là phải **tu đúng pháp**. Trì danh niệm Phật mà tâm tiếng hiệp khẩn nhau gọi là tu đúng pháp, còn sai trật thì không được gì.

Muốn được như vậy, tôi đã dùng chuỗi để hạn định thời gian, lúc đến chỗ mười câu mới lần một hột phải mất mấy tiếng đồng hồ mới rồi một xâu chuỗi. Mỗi thời niệm Phật như vậy, ngồi khoanh chân niệm thầm phải mất hai tiếng đồng hồ. Tu hành phải chịu khó, phải bền bỉ thì mới có chỗ được. Lúc tôi niệm thầm mười tiếng lần một hột chuỗi, trong mười tiếng đó tới câu số tám hoặc số chín mà xao lãng thì bỏ không lần qua, bắt đầu từ một trở lại. Thế nhưng lúc thành tựu được chút gì trên đường đạo (đạo lực), trong tâm an lạc khỏe lắm!

Tôi từng nghĩ, bản thân mình có làm cái gì, được cái gì, có làm có được, phải đến chỗ được cho thật vững vàng rồi mới đem cái mình đã từng làm, từng tu khuyên nhắc truyền dạy người khác. Nguy hiểm nhất là phạm phu tự ý nghĩ ra rồi viết thành sách, làm làm người khác. Thế nên, đệ tử Phật phải lấy Thánh giáo lượng (lời Phật dạy trong kinh điển) làm mực thước để đo. Nếu đúng theo kinh thì chắc chắn tin theo, so lại mà chưa đúng thì cần kiểm tra suy xét cho kỹ. Nếu chưa được đạo đều gọi là phạm phu, tự ý nói thì không bảo đảm.

Mấy huynh đệ phải nhớ đừng nên bỏ phí thời gian. Về Thiên Tông, tôi cũng đọc nhiều bộ sách lớn như Thiên Học Tập Thành, Thiên Học Đại Thành. Nhiều người đọc đến đoạn ngài Triệu Châu khi có người đến tham học, Ngài không chỉ dạy điều gì, chỉ kêu nói “Uống trà đi”! Người học lễ bái rồi lui ra. Đó là câu khai thị, nhưng người thường khó nhận khó hiểu, lại tưởng làm rằng đã đắc Thiên thì chỉ uống trà thôi!

Riêng về pháp môn niệm Phật là pháp dễ tu, có mực thước rõ ràng mà hành giả đều có thể nắm vững để thực hành. Một phương pháp lúc tu hành có từng bước thật rõ, tu đúng hay không đúng dễ nhận biết. Tôi xem nhiều kinh sách nhận thấy pháp môn niệm Phật dễ nắm vững, thực hành cũng dễ, khi chưa được cũng biết chưa được, khi được thì cũng biết đã được, thật rõ ràng!

Thời gian gần đây, tôi không thể lạy Phật nên mong các huynh đệ đừng lễ lạy tôi, chỉ xá là được rồi! Mong tất cả đều tinh tấn tu hành.

Ô Sào thiên sư

(Tiếp theo trang 19)

- Thưa, chỗ đại quan là dưới vua, trên các quan và trăm họ. Vua thương thì quần thần ghét, được lòng dân thì mất lòng vua. Tính mạng của đại quan cùng thân quyến đều lệ thuộc vào lòng yêu ghét của vua và sự tạt đổ tị hiềm của bạn bè. Một chiếc ghế được kê trên đầu lưỡi thiên hạ thì làm sao bì được với sự cứng chắc của cội cây này được. Có phải thế không thưa đại quan?

Bạch Cư Dị nghe nhà sư nói chỉ im lặng cúi đầu, giây lâu vị đại quan lão thành mới cất tiếng hỏi:

- Thầy có thể cho tôi biết thế nào là đại ý của Phật pháp chăng?

Thiên sư đáp liền:

- Không gì dễ bằng câu hỏi này. Đại quan hãy nghe tôi trả lời đây, đó là: "Chư ác mạc tác. Chúng thiện phụng hành - Tự tịnh kỳ ý - Thị chư Phật Giáo" (Nghĩa là: Các điều ác chớ làm, các điều lành vâng giữ, tự thanh lọc ý mình, đó là lời Phật dạy).

Bạch Cư Dị nghe xong bảo:

- Những điều thầy vừa đáp, con nít lên ba cũng nói được.

Thiên sư mỉm cười:

- Thưa đại quan, con nít lên ba nói được, nhưng ông lão sáu mươi chưa chắc đã làm xong. Ngài có thấy như thế không?

Bạch Cư Dị lại im lặng cúi đầu. Ông bắt đầu học đạo với thiên sư Ô Sào từ đó. Người ta kể rằng dưới sự dẫn dắt của thiên sư "Tổ quạ", không bao lâu vị đại quan này "thoát nhiên đại ngộ". Chuyện kể chi có thể, còn việc ông đại ngộ cái gì thì chúng ta đành chịu vậy.

Câu chuyện này xin được khép lại nơi đây. Xin thân ái chào tất cả những người em áo vải của tôi./-

Giải thoát là cốt lõi của đạo Phật

HT. Thích Thanh Từ

Tại sao tu Phật lấy giải thoát làm cốt lõi? Bởi vì tất cả chúng ta tu đều có sở nguyện giải thoát sanh tử luân hồi. Muốn xứng đáng với mục đích tối quan trọng đó chúng ta phải tu như thế nào? Trước hết phải biết giải thoát cái gì, mới tìm ra cách tu để được giải thoát. Đây là vấn đề hết sức quan trọng.

Phật đã dạy thân này vô thường, vô ngã cho nên giải thoát không phải là giải thoát thân này. Vì thân này tới ngày cuối cùng cũng phải bỏ, phải hoại diệt thì đâu có gì để giải thoát. Thân bại hoại không thể giải thoát được thì chỉ còn tâm. Vậy tâm giải thoát là không còn kẹt vướng trong sanh tử nữa, gọi là giải thoát. Tâm đó là tâm nào? Tâm nghĩ thiện nghĩ ác, nghĩ phải nghĩ quấy, nghĩ tốt nghĩ xấu phải không? Không phải, vì tâm đó cũng là tâm sanh diệt, có rồi mất, làm sao giải thoát được. Đây là vấn đề thứ hai.

Thân sanh diệt, tâm sanh diệt không thể giải thoát được. Vậy cái gì giải thoát sanh tử? Đó là vấn đề chính yếu nhất của người tu mà lâu nay ít ai để ý tới. Thường chúng ta cứ nghĩ giữ giới, ăn chay, làm những việc công đức là tu, là tiến trên con đường giải thoát, không ngờ các việc ấy chỉ được phước sanh diệt thôi, chưa phải giải thoát. Chúng ta tu muốn giải thoát phải tìm cho ra lẽ thực của nó. Chừng nào thấy được lẽ thực đó mới có thể tin rằng mình tu giải thoát sanh tử. Còn không tìm được thì không thể tin mình giải thoát.

Người ta hay nói tâm là cái biết phải biết quấy, biết thương biết ghét, biết buồn biết giận. Nếu thế tâm có cả trăm ngàn thứ thì ta là cả trăm thứ đó sao? Thương là ta, giận ghét cũng là ta, tâm suy tính phân biệt ấy lại sanh diệt vô thường, như vậy khi mình có khi mình không chẳng?

Trong kinh Lăng Nghiêm, đức Phật hỏi ngài A-nan: Lý do gì ông đi tu?

Ngài A-nan thưa: Bởi con thấy đức Thế Tôn có ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp, con kính mến nên phát tâm xuất gia.

Phật hỏi: Ông lấy cái gì để thấy và lấy cái gì để kính mến?

Ngài A-nan trả lời: Con lấy mắt thấy và lấy tâm hiểu biết.

Đó là nguyên do có thất xứ trung tâm, tức bảy chỗ hỏi tâm của đức Phật. Theo thứ tự Phật gạn hỏi tâm, ngài A-nan trả lời tâm ở trong thân, ở ngoài thân, ở giữa thân v.v... cho tới cuối cùng Ngài nói cái hay suy nghĩ phân biệt là tâm con. Tất cả đều bị Phật quở và bác bỏ: “Đó là ông nhận định sai lầm, cái suy nghĩ không phải là tâm của ông”. Ngài A-nan hoảng hốt thưa như vậy con không tâm sao. Phật bảo không phải ông không có tâm, nhưng cái suy nghĩ là tướng sanh diệt, không phải tâm của ông.

Chúng ta lâu nay cũng lầm nhận như ngài A-

nan vậy, cho cái suy nghĩ sanh diệt vô thường đó là tâm của mình. Phật muốn chỉ ngay nơi mình có cái chân thật nhưng chúng ta bỏ quên, nên cứ nhận thân sanh diệt là mình, tâm sanh diệt là tâm mình. Thân là tướng vô thường sanh diệt, tâm là bóng dáng các trần không thật, nhận hai cái đó là mình nên phải chịu sanh tử luân hồi. Bây giờ muốn ra khỏi luân hồi sanh tử, phải tìm cho ra cội gốc sai lầm ấy. Nếu còn bám vào thân tâm sanh diệt thì không thể giải thoát được.

Người tu là người thực hiện một chí nguyện rất cao thượng, siêu xuất trần thế. Vì vậy ai đi tu rồi cũng phải biết rõ mục đích giải thoát sanh tử, cứu độ chúng sanh, chớ không chỉ để có phước đời này, đời sau thôi. Tu như vậy không đúng mục đích siêu thoát của một tu sĩ.

Trong kinh Lăng Nghiêm đức Phật chia tâm ra làm hai thứ: một là vọng tâm, hai là chân tâm. Vọng tâm là tâm hư dối, chân tâm là tâm chân thật. Lâu nay người ta thường cho phần tinh thần là tâm, nhưng không hiểu nghĩa chánh của tâm là gì. Tâm là biết. Cái biết sanh diệt, luôn luôn đổi thay gọi là cái biết hư dối. Còn cái biết thường còn không sanh không diệt là cái biết chân thật, gọi là chân tâm.

Như vậy muốn nhận ra tâm phải phân biệt rõ tâm nào thật, tâm nào không thật. Tâm thật là chân tâm, tâm không thật là vọng tâm. Tất cả những suy nghĩ của chúng ta thuộc về vọng tâm. Nếu cho suy nghĩ buồn thương giận ghét là tâm mình tức chúng ta nhận vọng làm chân. Cái vọng là dối, dối thì làm sao giải thoát được. Như vậy giải thoát phải là cái chân thật, bất sanh bất diệt, chớ không

phải cái hư dối. Đó là chỗ chúng ta phải suy gẫm nhận xét cho thật chính chắn.

Muốn chỉ ra cái chân thật đó, đức Phật đã đưa tay lên hỏi ngài A-nan: “Ông thấy không?”. Ngài A-nan đáp: “Dạ thấy”. Phật để tay xuống hỏi: “Ông thấy không?”. Ngài A-nan thưa: “Dạ không thấy”. Phật quở: “Ông là người quên mình theo vật. Tay ta đưa lên là thấy có tay, khi ta để xuống là thấy không có tay. Tay là vật, còn cái thấy là mình. Tại sao lại lầm lẫn giữa mình và vật như vậy?”

Lâu nay chúng ta cũng lầm lẫn thế ấy. Thấy tức là biết. Thấy cảnh vật xanh vàng đỏ trắng, biết rõ ràng. Thấy là có biết, cái thấy đó có suy nghĩ không? Thấy trắng là trắng, vàng là vàng, xanh là xanh, đâu cần suy nghĩ gì. Chỉ khi cộng với ý thức phân biệt mới có suy nghĩ, chớ cái thấy ban đầu không suy nghĩ.

Kể đến Phật bảo ngài La-hầu-la đánh tiếng chuông rồi hỏi ngài A-nan: “Ông có nghe không?” Ngài A-nan thưa: “Dạ nghe”. Giây lâu tiếng chuông bật, Phật hỏi: “Ông có nghe không?”. Ngài A-nan thưa: “Dạ không nghe”, liền bị Phật quở lần nữa. Đánh tiếng chuông “boong” thì nghe có tiếng chuông, tiếng chuông bật thì nghe không có tiếng chuông, chớ đâu phải điếc. Sao lại nói không nghe?

Nếu không nghe làm sao biết không tiếng? Không tiếng là vì âm thanh bên ngoài không có, nhưng cái nghe của mình luôn hiện tiền. Vậy mà không có tiếng lại nói không nghe. Đó là quên mất tánh hay nghe, hay thấy của mình, chạy theo sắc tướng âm thanh bên

ngoài, vì vậy Phật quên mình theo vật. Đó là điều đáng thương của chúng ta.

Trong nhà Phật nói nơi sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý đều có cái biết. Cái biết đó hằng hữu, nhưng chúng ta lại bị cái biết phân biệt của ý theo đuổi, hợp tác, rốt cuộc quên cái biết hằng hữu chân thật đó. Thí dụ khi ngồi thiền có dây niệm, lúc đó ta biết mình khởi nghĩ và đang chạy theo vọng tưởng không? Biết rõ rằng mình đang bị vọng tưởng, đang khởi nghĩ. Như vậy cái khởi nghĩ, cái vọng tưởng là cái bị biết. Nếu nó là cái bị biết thì ai là cái hay biết? Rõ ràng mình là cái hay biết. Cái biết này không có tướng trạng, không khởi nghĩ gì cả.

Cho nên chúng ta tu ngay nơi thân này, có cả chân tâm và vọng tâm. Vọng tâm là tâm phân biệt tốt xấu, hơn thua, phải quấy. Tâm này tạo nghiệp sanh tử luân hồi khiến ta phải chịu vô lượng khổ đau. Bởi vì nghĩ thiện thì tạo nghiệp lành, nghĩ ác thì tạo nghiệp dữ, thì phải đi trong ba đường lành hoặc ba đường dữ. Nhà Phật khuyên tu là bỏ dữ làm lành, đó là giai đoạn đầu tu trong sanh tử, nhưng sanh tử theo đường tốt, chớ chưa phải giải thoát sanh tử.

Lâu nay chúng ta cứ nhận cái nghĩ thiện nghĩ ác là tâm mình, nhưng nó không phải là tâm thật. Chỉ khi nào buông hết thiện ác, các thứ nghĩ tưởng hai bên lặng xuống, mà vẫn thường biết đó mới thật là tâm mình. Bản lai diện mục là bộ mặt thật muôn đời của chúng ta, mình có từ thuở nào nhưng bị các thứ nghĩ thiện, nghĩ ác phủ che nên nó không hiện ra. Chùng nào dứt hết niệm đối đãi thì tâm chân thật hiện tiền.

Chúng ta từ người thế gian tới người tu, đa số chỉ nhận tâm sanh diệt thôi, mà không thấy được tâm chân thật bất sanh bất diệt của chính mình. Do đó cứ lẩn quẩn, không biết mình ngồi thiền để làm gì. Có người nghĩ thiền định để được thần thông, điều này rất sai lầm. Định là dừng tâm suy nghĩ đối đãi tạo nghiệp. Dừng được tâm ấy rồi là dừng được nghiệp, dừng được nghiệp thì cái gì trói buộc, cái gì dẫn mình đi trong sanh tử nữa? Chỉ còn một tâm chân thật bất sanh bất diệt, đó là giải thoát sanh tử. Tâm giải thoát sanh tử đã sẵn ngay nơi mình, chỉ cần quày đầu lại là nhận được thôi.

Ví dụ tôi ngồi trong thất, có khách tới tôi chào và nói chuyện. Khách về tôi lặng yên, thấy vắng khách. Thấy khách đến, biết khách đi là ai thấy ai biết? Là chủ thấy chủ biết, chớ còn ai nữa. Cũng vậy, khi ngồi thiền chúng ta thấy vọng tưởng dậy lên, thấy vọng tưởng lặng xuống thì rõ ràng ông chủ thấy. Nếu không có ông chủ làm sao biết có vọng tưởng hay không vọng tưởng. Cái biết có vọng tưởng, cái biết đang lặng lẽ đó là cái biết thật của chính mình. Lâu nay chúng ta cứ ngỡ hết suy nghĩ là hết mình. Đó là chỗ lầm lẫn.

Tâm chân thật ấy không có tướng mạo, không dây động, không khởi một niệm suy nghĩ, nó bàng bạc khắp cả, ở đâu cũng có. Dưới chân vừa đạp cây gai liền thấy đau, trên tay con muỗi vừa cắn liền thấy ngứa. Tất cả chỗ nào trên thân cũng biết hết, mà không cần phải suy nghĩ. Chúng ta tu là để trở về với tâm chân thật đó. Biết mình có tâm chân thật rồi, ta mới mạnh dạn kiên quyết dẹp bỏ tâm nghĩ suy hư dối. Nếu không, ta cứ cho cái suy nghĩ là tâm mình

nên không dám bỏ, nuôi dưỡng tâm sanh diệt ấy mãi nên không được giải thoát.

Tất cả pháp tu của Phật dạy đều đưa chúng ta đến chỗ cuối cùng, nhưng phương tiện có khác. Có người dùng trí tuệ quán chiếu nhận hiểu rồi tu. Có người đặt lòng tin tha thiết mà tu. Cho nên dùng trí tuệ quán chiếu thì Phật dạy tu Thiền. Quán chiếu lại thân này hư giả không thật, tâm sanh diệt lăng xăng cũng không thật, buông hết hai thứ giả đó thì cái thật hiện ra. Từ quán sát ấy ta dừng không chạy theo vọng tưởng nữa, đó là nhờ trí tuệ mà tâm được an định. Tâm lăng xăng dừng là định, trí tuệ quán chiếu soi sáng là tuệ. Đây gọi là định tuệ song tu.

Người nhiều lòng tin Phật dạy niệm Phật. Niệm tới chừng nào nhất tâm, tức niệm đến chỗ vô niệm, không còn một nghĩ suy gì hết, tâm hoàn toàn lặng lẽ thanh tịnh. Lúc đó nhắm mắt thấy Phật Di Đà cùng chư Thánh chúng đến tiếp dẫn. Như vậy phương tiện tuy có khác, nhưng mục đích đều dẹp những suy nghĩ lăng xăng.

Tu Thiền định để chặn đứng, buông bỏ suy nghĩ, tu Tịnh độ dẹp hết suy nghĩ, cuối cùng tới chỗ không còn một niệm, đó là giải thoát sanh tử. Cho nên nói niệm được nhất tâm bất loạn từ một ngày, hai ngày tới bảy ngày, người ấy nhắm mắt được Phật rước về Cực Lạc. Cực Lạc tức Phật Di Đà hiện tiền, là thấy ông chủ của mình, thấy được tâm chân thật rồi.

Chúng ta tu Thiền cũng vậy, buông tất cả tạp niệm để tâm chân thật hiện ra. Bởi tâm thường biết đó không có tướng mạo, cho nên vừa dấy niệm chúng ta dễ chạy theo niệm.

Ví dụ trên bầu trời không có mây, ta nhìn thẳng lên không có gì hết nên không thấy vui. Bây giờ vừa có đàn chim bay qua, thích quá liền đuổi theo đàn chim. Nếu có một chiếc phi cơ bay lại thì càng chú ý hơn nữa. Cứ chú ý những gì có hình có tướng, còn cái trong trẻo rỗng rang của hư không ta ít quan tâm.

Cũng thế, tâm ta phẳng lặng hằng tri giác mà mình không biết, cứ đợi nghĩ tưởng liền theo nghĩ tưởng, chạy theo thương chạy theo ghét. Cứ thế cuồn loạn cả ngày, quên cái thật của chính mình. Cho nên Phật dạy chúng ta tu lặng hết những thứ ấy, thì tâm hằng tri hằng giác mới hiện bày, đó là giải thoát sanh tử.

Khi Tổ Huệ Khả được Tổ Đạt-ma nhận làm đệ tử. Một hôm Ngài tu đến chỗ hoàn toàn an ổn liền bạch với Tổ Đạt-ma: “Bạch Hòa thượng, tâm con đã dứt hết các duyên”. Tổ Đạt-ma bảo: “Coi chừng rơi vào không”. Ngài thưa: “Con rõ ràng thường biết, làm sao không được”. Tổ liền ấn chúng: “Người như thế, ta như thế, chư Phật cũng như thế”. Dứt hết các duyên tức là tâm không còn chạy theo sáu trần. Tới đó ta tưởng không còn gì, nhưng thật ra có cái rõ ràng thường biết.

Chúng ta tu biết được mình có tâm chân thật mới giải thoát sanh tử luân hồi. Nếu không nhận được tâm ấy, rất dễ lạc vào tà đạo, ưa thích thần thông, hào quang sáng ngời... Phải biết tu là sống thực với tâm chân thật của mình, nó có sẵn nơi mỗi chúng ta, trong các vận động thi vi, hiển hiện nơi sáu căn, chớ không có chỗ nào khác.

Cho nên chúng ta dụng công tọa thiền, dụng công niệm Phật ngày đêm liên tục là cốt để dừng tất cả vọng tưởng. Vọng tưởng dừng lặng được rồi thì các công phu kia cũng dừng theo, cuối cùng chỉ còn một tâm chân thật hiện tiền, không có phương tiện hay công phu gì ở đó cả.

Trong mười mục chần trâu, từ tìm trâu thấy trâu dẫn co với trâu cho tới chinh phục được trâu thì trâu cũng mất luôn. Trâu mất thì chần cũng đâu còn, chừng đó chỉ còn một vàng trắng tròn giữa bầu trời trong. Đó là mười mục chần trâu theo tinh thần Đại thừa, cho thấy khi còn có đối đãi thì còn sanh diệt. Đến lúc hết đối đãi thì hoàn toàn trong sáng, đó là giác ngộ giải thoát.

Chư Phật từng nói: “Ta là Phật đã thành, các ngươi là Phật sẽ thành”. Phật sẽ thành mà mình có chịu thành không, hay muốn làm chúng sanh cho vui? Chúng ta tu là để đạt được chỗ cứu kính chân thật của mình. Trong ba thân, chư Phật và chúng sanh bình đẳng trên phần Pháp thân, còn hai thân kia thì sai biệt. Phật có Pháp thân, chúng ta cũng có Pháp thân. Pháp thân là thân không còn đối đãi sanh diệt, không có giới hạn, trùm khắp. Phật có Báo thân trang nghiêm thanh tịnh, phước đức vô lượng, còn Báo thân của chúng ta là thân nghiệp chướng hiện giờ mình đang mang. Phật có Hóa thân diệu dụng như hăng sa, làm lợi ích vô lượng chúng sanh, còn Hóa thân của chúng ta là những suy nghĩ chuyện này chuyện nọ tạo nghiệp trong luân hồi.

Kinh Pháp Hoa phẩm Hiện Bảo Tháp nói từ lòng đất vọt lên tháp báu. Trong tháp báu có thân của đức Phật Đa Bảo. Bây giờ đại

chúng muốn chiêm ngưỡng thân Phật Đa Bảo, nên thưa hỏi đức Phật Thích-ca làm sao để thấy? Đức Phật Thích-ca nói Phật Đa Bảo có nguyện lớn rằng, khi nào Hóa thân ở mười phương của Phật Thích-ca tụ hội về một chỗ thì Phật Đa Bảo mới có thể mở cửa tháp để chiêm ngưỡng Ngài. Đức Phật Đa Bảo dụ cho Pháp thân. Pháp thân hiện khi nào Hóa thân tụ về một chỗ. Hóa thân tụ về một chỗ tức chỉ cho tâm chạy ngược chạy xuôi lặng xuống, không còn dao động nữa. Kinh này rất hay rất thâm đáo, người thiếu chủng duyên sâu dày đọc không hiểu nổi, thấy như chuyện trên trời trên mây, không có lẽ thật.

Phật chỉ cho chúng ta muốn thấy được Pháp thân bất sanh bất diệt thì các hóa thân của mình tức những tâm niệm ngược xuôi, phân biệt đủ thứ phải tụ hội về một chỗ. Tụ hội tức là yên lặng chừng đó Pháp thân mới hiện tiền. Hiểu như vậy mới thấy lý kinh cao siêu, phi thường. Đây là những điều thiết yếu tôi muốn chỉ quý vị nhận nơi mình có cái chân thật, để đi tới chỗ giải thoát sanh tử.

Bây giờ bước qua giai đoạn thứ hai, chúng ta biết mình có cái chân thật giải thoát sanh tử rồi, nhưng làm sao để sống với cái đó? Muốn được giải thoát trước nhất phải biết cái gì trói buộc mình? Là nghiệp, bởi nghiệp trói buộc nên nó dẫn chúng ta đi trong trầm luân sanh tử. Cái gì tạo nghiệp? Thân, miệng, ý. Ý nghĩ tốt nghĩ xấu nghĩ lành nghĩ dữ, nghĩ hơn nghĩ thua. Theo những suy nghĩ đó, mà miệng nói tốt thân làm tốt hoặc miệng nói xấu thân làm xấu. Đây là tạo nghiệp lành nghiệp dữ. Nếu ý nghĩ dừng lặng thì hết tạo nghiệp. Hết tạo nghiệp là giải thoát sanh tử.

Tại sao chúng ta phải tụng kinh, tọa thiền?

Tụng cho chí tâm, chuyên nhất nhớ kinh nên không nghĩ bậy. Ngồi thiền để buông xả hết những niệm nghĩ tưởng, đó là dứt mầm tạo nghiệp đi trong sanh tử. Không tạo nghiệp nữa thì cái gì trói buộc được mình? Tổ Đạo Tín khi còn là Sa di mười bốn tuổi, gặp Tổ Tăng Xán chấp tay thưa: “Bạch Hòa thượng, xin Ngài dạy con phương pháp giải thoát”. Tổ Tăng Xán nhìn thẳng vào mặt hỏi: “Ai trói buộc người?”. Ngài hoảng hốt tìm xem cái gì trói buộc mình, tìm hoài không thấy liền bạch: “Bạch Hòa thượng, không ai trói buộc con hết”. Tổ bảo: “Không trói buộc cầu giải thoát làm gì?”. Ngay đó Ngài ngộ đạo.

Vậy đạo ở chỗ nào? Ở ngay chỗ không còn gì trói buộc được mình. Không có gì trói buộc tức là không tạo nghiệp, không tạo nghiệp là giải thoát rồi, cầu giải thoát làm chi nữa. Chúng ta cầu giải thoát mà cứ tạo nghiệp liên miên thì làm sao giải thoát được. Giải thoát là cái chân thật sẵn có, không từ đâu đến, không do ai cho mình, chỉ vì ta không làm chủ được các niệm lăng xăng buồn thương giận ghét v.v... nên tạo nghiệp dẫn đi luân hồi.

Các vị tu theo Nguyên thủy được định tên là Diệt tận định hay Diệt thọ tưởng định liền chứng quả A-la-hán, tức diệt hết những thọ tưởng trong tâm thì được vô sanh, là giải thoát. Cho nên tu dứt mầm tạo nghiệp là gốc ra khỏi luân hồi. Điều này rõ ràng như vậy, không có gì phải nghi ngờ cả.

Chúng ta là người chủ động tạo nghiệp thì cũng là người chủ động dứt nghiệp. Tạo nghiệp là mê, dứt nghiệp là tỉnh. Nói tới tu là nói tới tỉnh hoặc tỉnh nhiều tỉnh ít thôi, chớ không thể tu mà còn mê được. Tỉnh tức

là không tạo nghiệp nữa. Cho nên trong kinh Viên Giác, ngài Văn Thù hỏi đức Phật: “Làm sao giải thoát sanh tử?”. Phật dạy: “Muốn giải thoát sanh tử phải dứt mầm vô minh”. Vô minh là mê mờ, phải sạch hết mê mờ mới giải thoát được sanh tử. Ngài Văn Thù hỏi tiếp: “Cái gì là vô minh?”. Phật dạy: “Chấp thân này là thật, chấp tâm sanh diệt là thật. Đó là vô minh”.

Người nào còn thấy thân này thật, thấy tâm sanh diệt hơn thua phải quấy thật là còn vô minh. Muốn ra khỏi vô minh phải buông hai thứ chấp này. Tất cả kinh Phật đều xoáy mạnh vào chỗ phá chấp về thân tâm sanh tử luân hồi, nhận cho rõ tâm chột có chột không là giả dối, không phải tâm mình. Phá được vô minh thì chuỗi dài sanh tử ngang đó chấm dứt.

Như vậy con đường tu khó hay dễ? Chỉ cần chúng ta thấy thân tâm sanh diệt không thật, khởi học lên tới Cử nhân, Tiến sĩ gì hết. Bởi vì thấy đúng như vậy là đã có đầy đủ trí tuệ rồi. Trí tuệ này mới quý vì đây là trí thật của mình, còn trí tuệ học được của thế gian là trí sanh diệt, không chân thật, không phải của mình, làm sao sánh nổi với trí tuệ chân thật.

Chúng ta sống đây chỉ là cuộc sống tạm bợ, nên không cần tranh hơn tranh thua, tranh phải tranh quấy, như vậy là đã giải thoát nhiều rồi đó. Ngược lại, nếu chúng ta thấy thật thì mê càng ngày càng đậm, vì vậy luân hồi không biết bao giờ mới ra được? Cho nên chúng ta tu học thì phải thấy cho tường tận, hiểu cho thấu suốt để không bị làm lẫn. Tu là giải thoát khổ đau, chớ không phải tu là không có thân bệnh. Người tu biết đúng như thật thì những gì đến với mình ta đều

không khổ, đó là ta đang tiến trên con đường giác ngộ.

Buổi nói chuyện hôm nay nhằm nêu lên những điều cần thiết cho sự tu của chúng ta. Mong tất cả ghi nhớ và thể nghiệm bằng cách ứng dụng tu, sao cho đạt được hai điều. Điều thứ nhất là giác ngộ, điều thứ hai là

giải thoát. Bởi vì đạo Phật là đạo giác ngộ. Tu không giác ngộ không phải là tu theo đạo Phật. Giác ngộ thấy đúng như thật rồi, chúng ta sẽ giải thoát sanh tử. Cho nên giác ngộ và giải thoát là hai điều không thể thiếu đối với người tu hành.

HT Thích Thanh Từ

Nhân quả khác với số phận con người

Thích Đạt Ma Phổ Giác

Thời xa xưa, những hiện tượng như mưa gió, bão bùng, sấm sét long trời lở đất, con người cho rằng, đó chính là do thần linh hay thượng đế muốn răn dạy con người bớt làm điều xấu ác. Nếu có ai chẳng may là nạn nhân của các hiện tượng này thì họ phương tiện nói rằng, có đáng quyền năng tối cao trừng phạt người làm việc bất thiện. Từ đó, lâu dần thành ra phong tục, tập quán, rồi người ta cứ chấp chặt vào đó mà lung lạc lòng người, họ quên đi những điều rất thực tiễn là gieo nhân nào thì ắt gặt quả này.

Ngày nay, nhờ sự tiến bộ của khoa học, con người dễ nhận ra nguyên lý sống của vũ trụ, tất cả mọi hiện tượng sự vật đều do nhiều yếu tố hợp lại mà thành, không có gì do một nhân mà có thể tồn tại trên thế gian này. Sự hình thành của muôn loài vật theo nguyên lý duyên khởi "Cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không".

Đây là nguyên lý sống do đức Phật chứng ngộ mà nói ra, không phải do suy luận vu vơ, huyền hoặc. Ngài chỉ cho con người biết cách làm chủ bản thân, đem lại giá trị bình đẳng cho con người, bằng việc làm lành được hưởng phước,

làm ác chịu khổ đau. Con người có quyền làm chủ chính mình, nên hư, thành bại, phải quấy, tốt xấu, đều do con người tạo lấy, không một đáng tối cao nào có quyền ban phước, giáng họa. Đó là chân lý nhiệm mầu của đời sống con người.

Hoặc giả lúc ta chưa biết tu, miệng hay nói lời hung dữ, ác độc, cay nghiệt, làm cho người oán giận, thù hằn, phiền não, khổ đau. Nay biết tu rồi, ta ý thức được đó là lời nói làm tổn hại đến người, nên thường nói lời hòa nhã, chân thật, dịu dàng, dễ nghe... Đó là ta biết chuyển nhân xấu từ miệng thành thiện ích.

Như vậy, nhân quả khác với số phận là có thể thay đổi được. Nhờ đó, con người có thể chuyển xấu thành tốt, chuyển họa thành phúc, chuyển mê thành ngộ. Thực hành được những điều đó chính là người khéo biết tu vậy.

Còn nói số phận con người là cố định, không thể thay đổi được, thì người giàu sẽ ỷ lại, họ sẽ hưởng thụ, ăn chơi sa đọa, đến khi phước hết, họa đến, họ làm sao trở tay cho kịp, đành bó tay

ngồi than thân, trách phận, oán trời, trách đất, đổ thừa tại-bị-thì- là...; còn người nghèo thì lại nghĩ rằng, dù có siêng năng, tinh cần, cũng mất công vô ích, cho nên chẳng cần phấn đấu vươn lên làm mới lại chính mình, cuối cùng đã nghèo lại càng nghèo thêm.

Vì vậy, việc hiểu và ứng dụng lý nhân quả trong đời sống hằng ngày giúp con người có thêm ý chí, nghị lực, giàu lòng can đảm, không bi quan, yếm thế, không oán than hay đổ thừa số phận khi gặp bế tắc; dù gặp nhiều khó khăn, chướng ngại, nhưng ta vẫn vui vẻ vươn lên vượt qua chạm bầy cuộc đời.

Người không tin vào nhân quả thường có thái độ yếu đuối, thấp hèn, luôn sống trong lo lắng, sợ hãi, bất an. Họ hay tin vào những khả năng siêu hình, hoặc tha lực, mang tư tưởng cầu nguyện, van xin, sống ỷ lại vào người khác, dễ dẫn đến mê tín, dị đoan, không tin sâu nhân quả, do đó không nhìn thấy được lẽ thật, nên luôn sống trong đau khổ, lầm mê.

Còn ai hiểu và tin sâu nhân quả thì sẽ sống một đời bình yên, hạnh phúc trong trạng thái an lành, tự tại, luôn sống có trách nhiệm đối với mọi hành vi xuất phát từ thân-miệng-ý của chính mình. Người đã tin sâu nhân quả thì biết rõ ràng, làm lành được hưởng phước, làm ác chịu khổ đau, là một quy luật tất yếu, là lẽ đương nhiên. Ai có lòng tin sâu như vậy, thì sẽ sống không ỷ lại, không cầu cạnh, van xin, không chạy trốn trách nhiệm, dám làm, dám chịu, không đổ thừa cho ai.

Đạo Phật là một tôn giáo có chất liệu rất thực tế trong đời sống con người. Đạo Phật có mặt trong cuộc đời là để phục vụ cho lợi ích nhân loại và muôn loài. Đạo Phật luôn nêu cao tinh

thần nhân quả và khả năng giác ngộ của con người. Tất cả mọi hiện tượng, sự vật trên thế gian này, nếu đem ra khảo sát thật kỹ, chúng ta sẽ thấy không một sự vật nào thoát ra ngoài lý nhân quả. “Thấy quả biết nhân, thấy nhân biết quả” là tinh thần thực tiễn rất khoa học, không mơ hồ, không ảo tưởng. Một số khảo cứu của các nhà khoa học đã chứng minh lời Phật dạy là chân lý.

Hiểu và ứng dụng lý nhân quả vào đời sống hằng ngày, chúng ta sẽ tự tin nơi chính mình, không ỷ lại vào một đấng quyền năng nào có thể ban phước, giáng họa cho con người. Trong đời sống này, khổ hay vui là do mình tạo lấy mà thôi. Chính con người là thượng đế tối cao của con người. Con người có quyền quyết định mọi vấn đề trong cuộc sống và có quyền làm chủ mọi hành động từ thân-miệng-ý, và trong khuôn khổ nhất định, người làm lành được hưởng phước, người làm ác phải chịu khổ đau, ta không thể đổ thừa cho ai cả.

Giáo lý nhà Phật từ thấp tới cao, từ đạo làm người cho đến đạo hiền Thánh, đều dựa trên nền tảng lý nhân quả; vì vậy, trong cuộc sống của chúng ta, ai không thấu hiểu lý nhân quả thì sự tu hành của mình khó mà đạt được kết quả tốt đẹp.

Người Phật tử chân chính phải tin sâu nhân quả, nghiệp báo, nó là một nguyên lý giúp con người ý thức, và chịu trách nhiệm về những hành vi tạo tác của mình trong đời sống hiện tại. Người tu theo đạo Phật cần phải hiểu thấu lý nhân quả một cách tường tận, lấy đó làm kim chỉ nam, làm phương châm tu hành ngay tại đây và bây giờ, để chuyển hóa nỗi khổ, niềm đau thành an vui, hạnh phúc.

Thích Đạt Ma Phổ Giác

Về bài đăng báo Phật Học

Ban Biên Tập hoan nghênh quý độc giả viết bài cho Nguyệt San Phật Học, xin được lưu ý những điểm sau đây :

- ◆ Bài viết về giáo lý hay thơ, văn, nhạc mang chứa nội dung Chân, Thiện, Mỹ theo tinh thần Phật Giáo, có ích cho sự tu học.
- ◆ Bài gửi đăng báo Phật Học, tác giả có thể viết tay hay đánh máy.
- ◆ Bài được đăng báo hay không, xin miễn trả lại bản thảo.
- ◆ Tác giả dùng bút hiệu, xin ghi rõ họ, tên, địa chỉ để dễ liên lạc nếu cần.
- ◆ Tôn trọng tác giả, Ban Biên Tập không sửa chữa hành văn trừ khi tác giả cho phép. Ban Biên Tập có thể sửa lỗi chánh tả hoặc đánh máy bị sai.

Ban Biên Tập
Nguyệt San Phật Học



HỘ PHÁP

Phật Học Inc
7913 Rochelle Road
Louisville, KY 40228-2379

NON-PROFIT ORG.
U.S. POSTAGE PAID
LOUISVILLE, KY
PERMIT NO. 368

To: