

PHẬT HỌC

佛學

PHƯƠNG TIỆN TU HỌC PHẬT PHÁP - PHÁT HÀNH HÀNG THÁNG

SỐ 258, NĂM THỨ 21

THÁNG 1-2016



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>Công hạnh của người tu</u>	BBT	3
<u>Pháp môn Tịnh độ</u>	HT. Thích Trí Thủ biên soạn	4
<u>Hư Hư Lục: Đức Phật ở đâu ?</u>	Thích nữ Như Thủy	16
<u>Pháp cú 300,301</u>	HT. Thích Minh Châu dịch	17
<u>Thơ: Ha Sơn</u>	Tuệ Sỹ	17
<u>Sự thành công của PG trong thế giới TP</u>	A. Brahmavamso	18
<u>Thơ: Dăm không</u>	Minh Đức Triều Tâm Ảnh	21
<u>Chỉ là một năm tro</u>	Thích Nữ Hạnh Chiếu	22
<u>Phỉ báng Như Lai</u>	Quảng Tánh	27
<u>Tao không gian với tâm giác ngộ</u>	Lama Yeshe	28
<u>Túy sanh mộng tử hay an lạc tĩnh thức</u>	Thiện Phúc	29

Tranh bìa

Đức Phật

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

Nguyệt San Phật Học

Nhằm mục đích hoằng 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

Công hạnh của người tu

*

Đức Phật dạy bốn chân lý Sinh, Lão, Bệnh, Tử con người ta không ai tránh khỏi, dù là Phật, Ngài cũng như mọi chúng sinh khác vẫn phải chịu bốn Chân lý đó.

Gần đây một số chư Tăng tài cao đức trọng, lâm trọng bệnh như Hòa Thượng Huyền Vi, Thiện Châu, Minh Châu đã viên tịch, hiện tiền có Hòa Thượng Thanh Từ, Thiền sư Nhất Hạnh làm cho người ta suy nghĩ, quý chư Tăng có công hạnh tu chứng như thế nào mà phải trả nghiệp như thế đó ?

Như Phật dạy, con người ta giàu, nghèo, sang, hèn, tật bệnh đều do Nghiệp hiện tại hoặc nhiều đời, kiếp trước khi có đủ nhân duyên thì quả sanh, chư vị cao Tăng nêu trên, ai cũng thấy các Ngài có công hạnh hoằng Pháp độ sanh rất lớn, vậy mà tật bệnh không tránh khỏi.

Nhớ thuở còn nhỏ, cô tôi có kể cho nghe một câu chuyện đạo như sau:

Trong một ngôi chùa kia, có một vị Tăng bị bệnh Phong phát ra, Sư trụ trì cắt cho một cái am riêng để cho vị ấy tịnh tu, đào một cái giếng gần đó cho vị ấy dung, hằng ngày cắt đặt mấy chú tiểu đem cơm, thức ăn cho vị ấy dùng.

Một thời gian sau, người trong chùa phát hiện vị Tăng ấy té xuống giếng, đã bị chết chìm, thì giả báo cho trụ trì biết. Sư trụ trì bảo: "Thiện tai !". Rồi nhà chùa lo chôn cất tử tế trong đất phía sau chùa, ngay đêm ấy trời trút xuống cơn mưa, rồi có tiếng sét đánh. Sáng hôm sau, trời quang mây tạnh, người trong chùa phát hiện ngôi mộ của vị Tăng vừa mới chôn cất hôm qua bị sét đánh trong đêm, hòm bị tung nắp, thi thể vị Tăng đã mất, chung quanh đó còn để lại dấu vết chân cạp, như vậy là vị Tăng ấy đã bị cạp tha mất xác. Vị Tăng phát hiện việc này, trình cho Sư trụ trì biết, người phán bảo: "Thiện tai ! Thiện tai !

Chư Tăng trong chùa rất ngạc nhiên, nên sau khi hành lễ buổi sang, có một vị Tăng đã mạo muội tác bạch với Sư trụ trì:

- Bạch Thầy, hôm qua khi phát hiện vị Tăng bị chết chìm ở giếng, Thầy dạy: "Thiện tai !" Đêm qua, vị Tăng ấy bị Trời đánh, bị cạp tha thi thể, tất cả nạn tai đáng thương tâm ấy, sao Thầy lại cho là: "Thiện tai!" Chúng con không thể hiểu. Kính xin Thầy chỉ dạy cho.

Sư trụ trì đáp: "Bị chết chìm, bị Trời đánh, bị cạp tha, theo người thường đều cho là những tai họa khó lường. Một kiếp người ta chỉ trả cho một cái quả lớn như thế đã quá đủ, đàng này ông ta chỉ có một kiếp mà được trả nhiều quả quá lớn, không phải là "Thiện tai" sao ?

Cho nên chư Tăng tài cao đức trọng, lâm những trọng bệnh, phải chăng là để trả quả cho trọn kiếp nhân sinh.

BBT/NS/Phật Học

PHÁP MÔN TỊNH ĐỘ

Hòa Thượng Thích Trí Thủ biên tập

Chương IV

Trì Danh Niệm Phật

Tiết Thứ 1

So Sánh Ba Pháp: Thật Tướng Niệm

Phật,

Quán Tưởng Niệm Phật, và Trì Danh Niệm Phật

Nói Niệm Phật không phải chỉ niệm nơi miệng mà thôi. Theo nghĩa đen, Niệm nghĩa là “nhớ nghĩ”. Cho nên khi tâm ta nhớ nghĩ đến Phật tức là niệm Phật. Vì vậy phương pháp Niệm Phật gồm có ba loại:

a. Trì danh niệm Phật tức là chuyên trì tụng danh hiệu Phật nơi miệng.

b. Thật tướng niệm Phật tức là thâm nhập nghĩa lý chơn thật của Phật dạy (Đệ Nhất Nghĩa Đế).

c. Quán tưởng niệm Phật tức là quán tưởng cảnh giới Cực Lạc của đức Phật A Di Đà.

Thật tướng niệm Phật cũng tức là quán tưởng thật tướng của Phật. Kết quả sở đắc của phương pháp này là Chơn Như tam muội, cũng gọi là Nhất Hạnh tam muội. Tam muội nghĩa là chánh định, chỉ cho cảnh giới đạt được trong định khi sự tu tập đã thành tựu. pháp môn này vốn thuộc về Thiền tông, nhưng cảnh giới hiển hiện sau khi công hạnh tu thiền thành tựu chính là cảnh giới Tịnh Độ, nên cũng nhiếp vào pháp môn Tịnh Độ. Với pháp môn này, nếu không phải là bậc căn khí tối thượng thì không thể ngộ nhập,

cho nên những hàng trung, hạ trí không thể tu tập được. Trong pháp môn Tịnh Độ vì thế ít khi đề cập đến phương pháp này, mà riêng nhường cho Thiền tông đề xướng.

Quán tưởng niệm Phật là một phương pháp y theo kinh quán Vô Lượng thọ mà thiết lập. Phương pháp này chia cảnh giới y báo và chánh báo trang nghiêm ở quốc độ Cực Lạc của đức Phật A Di Đà thành 16 phép quán qua 16 giai đoạn. Khi quán hạnh đã thuần thục, sức quán đã mạnh mẽ thời mở mắt nhắm mắt đều thấy cảnh giới Cực Lạc. Trong hiện tại có thể chuyển biến thể giới Sa-bà thành thể giới Cực Lạc. Không cần phải đợi tới lúc lâm chung sanh về Cực Lạc mới hưởng thọ cảnh giới ấy mà ngay trong hiện tại đã hưởng thọ rồi. Công hiệu của phương pháp quán tưởng niệm Phật thật là lớn lao, không thể tả xiết.

Chánh định tam muội chứng được do tu theo phương pháp này nên có tên riêng là "Bhāvanā tam muội" hay "Phật Lập tam muội". Phương pháp quán hạnh này quá vi tế huyền diệu và có 5 điều khó thành tựu:

1. Căn cơ ám độn, khó thành tựu.
2. Tâm thô tháo, khó thành tựu.
3. Thiếu phương tiện thiện xảo, khó thành tựu.
4. Nhận thức không sâu, khó thành tựu.
5. Tinh lực bất cập, khó thành tựu.

Nếu có 5 điều kiện nghịch lại 5 điều kiện trên là: căn cơ thông lợi, tâm niệm tế nhuyễn, phương tiện thiện xảo, nhận thức sâu sắc, gây được ấn tượng mạnh mẽ, tinh thần cương kiện thì kết quả được xem như đã nắm chắc ở trong tay. Nhưng có đủ điều kiện như thế, thật là vạn người chưa được một. Vì thế, phương pháp này cũng ít phổ cập trong quần chúng.

Phương pháp trì danh niệm Phật, so với hai phương pháp trên thì thật là dễ dàng hơn bội phần. Bất luận là trung hay hạ trí, hễ có phát tâm chuyên niệm danh hiệu Phật, không ai là không làm được. Niệm niệm tích lũy lâu ngày cho đến khi được "nhất tâm bất loạn" thì liền chứng tam muội. Tam muội này có tên riêng là "Niệm Phật tam muội". Trải qua hơn 2.000 năm, các bậc Đại Đức nối tiếp nhau đề xướng và thật hành phương pháp này, đã thâm hoạch được nhiều kết quả... Hiện tại, phương pháp này thâm nhập nhân gian, phổ cập khắp quần chúng và không ai là không biết niệm sáu tiếng "Nam mô A Di Đà Phật". Lý do thâm nhập và phổ biến của phương pháp này là hễ có tu là có thành, rất thích hợp với mọi căn cơ, bất cứ kẻ trí người ngu đều thâm nhiếp được một cách dễ dàng. Số người nhờ phương pháp này mà được độ thoát, so với các tông phái khác, chiếm đến bảy, tám mươi phần trăm.

Cứ xác thật mà nói thì đạo lý của pháp môn này hàm chứa tinh hoa của các pháp môn khác một cách sâu xa rộng rãi. Không những so với các pháp môn khác, nó đã không kém thua, mà trái lại, tinh hoa của các pháp môn khác đều thu trọn vào trong một pháp môn này. Nó có đủ khí độ rộng rãi tập hợp sự đại thành của các tông phái khác. Vì vậy, nếu bàn đến hiệu quả, bàn đến học lý, bàn đến

khó dễ, không một tông phái nào so sánh kịp!

Có người vì không nhận thức rõ ràng chân giá trị của phương pháp trì danh niệm Phật này và vì thấy nó quá dễ dàng ai cũng thật hành được nên liền vội cho là một pháp môn dành cho hàng ngu phu thất phụ, chứ người thức giả thì không cần để ý đến. Họ đâu có ngờ rằng người nói như vậy mới chính là người ngu, vì chính ngay họ chưa nhận thức được phần nào nguyên lý hàm chứa trong pháp môn này. Giả sử người ấy có một nhận thức thấu đáo và chân chính, tưởng e rằng không những tự họ, họ sẽ triệt để khâm phục sùng bái, mà dù cho gặp phải hoàn cảnh khó khăn buộc họ có phải bỏ mình đi nữa, họ cũng không thể quên được niệm Phật!

Tiết Thứ 2

Các Phương Pháp Trì Danh

Niệm Phật hay Trì Danh tức là đọc sáu chữ "Nam mô A Di Đà Phật" hoặc chỉ đọc bốn chữ "A Di Đà Phật" cũng được.

Sáu chữ này từ tiếng Phạn phiên âm ra. Nếu cắt nghĩa từng chữ một theo Phạn ngữ thì có bốn chữ mà thôi. Trước hết, chữ "Nam Mô" có sáu nghĩa: kính lễ, quy y, phụng thờ, cứu ngã, độ ngã, quy mạng. Chữ "A" nghĩa là không, là vô. Chữ "Di Đà" nghĩa là lượng. Chữ "Phật" nghĩa là giác giả. Hợp cả sáu chữ lại, có nghĩa là: quy y kính lễ đấng giác ngộ vô lượng.

Đức Phật A Di Đà là Giáo Chủ thế giới Cực Lạc, Ngài đã từng phát nguyện rằng ai niệm

danh hiệu Ngài, lúc lâm chung sẽ được Ngài tiếp dẫn sanh về nước Cực Lạc (xem lại đại nguyện 18, 19 và 20). Vì thế, về sau căn cứ vào đó mà xưng danh hiệu Ngài.

Lại nữa, trong kinh "Phật Thuyết A Di Đà", dạy rằng: "Đức Phật kia cùng nhân dân đều có thọ mạng vô lượng vô biên a tăng kỳ kiếp cho nên gọi là A Di Đà". "Thọ mạng" nghĩa là thân mạng sống lâu; "a tăng kỳ" nghĩa là vô số, không thể đếm được. Vì thế, có chỗ gọi Ngài là Đức Phật Vô Lượng Thọ. Khi xưng niệm, ta có thể đọc: "Nam mô Vô Lượng Thọ Phật" cũng được. Nhưng nói "vô lượng thọ" thì hai chữ "vô lượng" bị hạn cuộc trong phạm vi hẹp hòi của sự thọ mạng mà thôi. Kỳ thật ra, A Di Đà còn bao hàm cả nghĩa vô lượng quang minh, vô lượng công đức v.v... bất cứ đức tánh nào của Ngài cũng vô lượng cả. Vì vậy cứ để nguyên âm mà xưng niệm, ý nghĩa mới rộng rãi, hợp lý, và bao quát được mọi khía cạnh khác như: tôn nghiêm vô lượng, từ bi vô lượng, thần thông vô lượng v.v...

Vì muốn thích hợp với mọi hoàn cảnh, mọi tâm niệm, mọi căn cơ, nên cùng một việc Niệm Phật mà có nhiều phương pháp sai khác nhau. Mỗi phương pháp lại có nhiều tác dụng đặc biệt riêng của nó. Khi niệm Phật, người tu hành nên y theo các phương pháp nêu ra sau đây, chọn lấy phương pháp nào thích hợp nhất với căn cơ và hoàn cảnh của mình mà hành trì. Nếu tu niệm trong một thời gian mà thấy rằng phương pháp mà mình đã chọn lựa không trấn tĩnh được tâm vọng động thì nên bỏ phương pháp đó, chọn lại một phương pháp khác. Lắm lúc phải chọn đi chọn lại 5, 7 lần mới tìm ra một phương pháp thật thích hợp. Phương pháp

nào trấn định được tâm cảnh, tiêu trừ được vọng niệm thì đó là phương pháp hay nhất đối với mình. Cũng như đối với thầy thuốc, phương thang nào chữa đúng căn bệnh là phương thang hay. Đối với chúng sanh, vọng niệm là căn bệnh, thuốc là danh hiệu Phật, hễ phương pháp nào trị được căn bệnh vọng niệm, ấy là phương pháp thiện xảo nhất, đừng nên câu nệ.

Sau đây, xin giải thích rõ từng phương pháp một để hành giả y theo mà hành trì cho phải phép. Lại nên nhớ thêm rằng "trì danh" là phương pháp tụng niệm của đường lối tu Tịnh Độ. Đó là một điểm trọng yếu.

a) Niệm cao tiếng: Dem hết cả tinh lực toàn thân dồn vào một câu niệm Phật khác nào tiếng đại hồng chung, những tiếng sư tử rống, át cả trời đất vũ trụ. Theo phương pháp này thì hao hơi rất cổ nhiều, không thể trì niệm lâu được. Tuy nhiên nó có công năng đối trị được bệnh hôn trầm, giải đãi, trừ khử được tạp niệm lăng nhăng. Khi niệm Phật thấy mơ màng muốn ngủ gục, hoặc thấy tư tưởng bị chao động, hành giả nên mạnh mẽ đề khởi tinh thần, cất cao giọng niệm to tiếng làm trí não thức tỉnh, chánh niệm khôi phục và sẽ được linh hoạt như cũ. Niệm Phật cao tiếng có tác dụng rất lớn lao. Hơn nữa, nó còn làm cho người hai bên nghe rõ tiếng niệm và khiến họ lần lần sanh khởi tâm niệm Phật.

Ngày xưa, lúc Ngài Vĩnh Minh Thọ Thiền Sư niệm Phật tại chóp núi Nam Bình, tỉnh Hàng Châu, những người qua lại dưới chân núi nghe tiếng rang rang như tiếng nhạc trời đánh giữa hư không, khiến cho ai nấy đều rất thâm cảm. Chính Ngài đã áp dụng

phương pháp này vậy.

b) Mặc niệm: Lúc niệm, môi miệng chỉ hơi mấp máy không phát ra tiếng. Người ngoài nhìn vào, không biết là đang niệm. Tuy không phát ra tiếng, nhưng sáu chữ "Nam mô A Di Đà Phật" đương sáng ngời và rang rang trong tâm thức hành giả, vô cùng rõ ràng. Nhờ sự sáng ngời và rang rang ấy mà tâm thần định tĩnh, chánh niệm ngưng tụ thành một khối, khiến cho hiệu lực của nó không khác hiệu lực của niệm Phật có tiếng. Phương pháp niệm này có thể áp dụng trong khi nằm nghỉ, khi tắm rửa, lúc bệnh hoạn, lúc phóng uế, hoặc trong khi ở hội trường công cộng hay khi lữ thứ tha phương v.v... tóm lại là trong những trường hợp không tiện niệm ra tiếng.

c) Niệm Kim Cang: Niệm thư thả, hòa hoãn tiếng không lớn quá, không nhỏ quá. Bất luận là niệm bốn chữ, hay sáu chữ, hành giả vừa niệm vừa lắng tai nghe lại tiếng niệm của mình từng chữ một, thật rõ ràng. Cứ vừa niệm vừa nghe như thế, trí óc sẽ không bị xao lãng và tâm thần định được.

Phương pháp này hiệu lực rất lớn lao, cho nên đem ví dụ với ngọc kim cang. Kim nghĩa là vàng, thí dụ cho sự cô động cần mật; cang nghĩa là cứng, thí dụ cho sự cứng rắn. Vừa cần mật vừa cứng rắn thì ngoại cảnh khó xâm nhập và tạp niệm dễ bị đánh tan.

Trong các phương pháp Niệm Phật, phương pháp này được thường dùng hơn hết. Với phương pháp này lại có tên là “phản văn niệm Phật” nghĩa là niệm chữ nào trở lại nghe chữ ấy, chữ ra từ miệng lại trở về tai.

d) Niệm giác chiếu: Một mặt xưng danh hiệu Phật, một mặt quay tâm trí của mình trở lui soi xét tự tánh. Với phương pháp này, cảnh đối tượng trước mắt đều bị đẩy lùi hết, chỉ còn một cảm giác linh động trong tâm thôi. Ấy là cảm giác tâm ta tâm Phật, thân ta thân Phật, cả hai cùng ngưng tụ thành một khối sáng chói lợi, tròn vành vạnh. Ngoài ra, các cảnh giới bao la trong mười phương như sơn hà, đại địa, nhà cửa, khí cụ, nhất nhất thấy đều mất tung tích cho đến thân tứ đại của hành giả cũng không biết lạc mất ở chỗ nào. Được như vậy thì báo thân chưa xả mà cảnh Tịch Quang đã chứng. Danh hiệu Phật vừa tuyên lên là đồng thời hành giả chứng nhập tam muội, đem thân phàm phu dục vào cảnh giới chư Phật.

Thật không có phương pháp nào so bằng phương pháp này. Nhưng có điều đáng tiếc là, phi bậc thượng thượng trí, ít ai lãnh hội và thật hành nổi. Vì vậy mà sức cảm hóa của phương pháp này có hơi hẹp.

đ) Niệm quán tưởng: Một mặt xưng danh hiệu Phật, mặt khác quán tưởng thân Phật và Bồ Tát trang nghiêm đương lồ lộ đứng trước mặt ta. Do tự kỷ ám thị tưởng tượng ra các cảnh như cảnh Phật đương đưa tay thoa đầu ta hoặc lấy áo phủ lên mình ta, hoặc như cảnh đức Quán Âm và đức Thế Chí đương đứng hầu hai bên đức Phật, còn Thánh chúng thì đương đoanh vây hai bên thân ta. Lại có thể quán tưởng cảnh đất vàng, hồ báu của thế giới Cực Lạc với lầu đài tráng lệ, lưới báu bủa giăng, hoa nở, chim kêu đương phát ra tiếng niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng v.v...

Nếu quán tưởng này đã thành thực, thì tuy nhục thân đương ở cõi Sa-bà mà thức thần đã dạo chơi trên Cực Lạc. Hoặc nếu quán tưởng chưa chơn thuần thì nó vẫn có thể làm trợ duyên cho sự niệm Phật bằng cách giúp cho tịnh nghiệp dễ thành tựu.

Phép tu quán tưởng này lâu ngày càng thuần thực càng tạo được một ấn tượng rõ ràng và sâu sắc trong tâm mắt của hành giả. Một ngày kia khi báo thân suy tạ, trần duyên ở cõi đời này dù bám dỗ đến đâu, cũng khó lôi cuốn khiến phải liên lụy. Như vậy, thắng cảnh Cực Lạc nhất thời đã hiện ra trước mắt rồi.

e) Niệm truy đánh: Cũng giống như phép niệm kim cang nói đoạn trước, nhưng giữa chữ trước và chữ sau, giữa câu trước và câu sau, đừng để xen hở. Chữ nọ bồi vào chữ kia, câu sau chồng lên câu trước, trung gian không cho dứt hở, nên gọi là truy đánh. Truy nghĩa là đuổi theo, đánh nghĩa là đầu.

Nhơn vì nghĩa truy đánh, câu câu truy đánh một cách chặt chẽ, nên tập niệm không cách gì xen vào được. Trong lúc niệm, do trong lòng tình tự khẩn trương, tâm và khẩu cùng xúc tiến một lần, phát sanh được chánh niệm. Uy lực của chánh niệm càng lớn càng lần át tất cả, làm cho tâm tưởng vô minh tạm thời phải chìm lặng.

Phương pháp niệm này có hiệu lực rất lớn, xưa nay thường được số đông các bậc tu tịnh nghiệp dùng đến.

g) Niệm lễ bái: Đồng thời trong khi miệng niệm thì thân lạy, hoặc niệm xong một câu thì lạy một lạy, hoặc bất kể miệng niệm

hiều hay ít, hễ cứ miệng niệm thì thân lạy, thân lạy thì miệng niệm.

Có niệm có lạy liên tục nên khiến cho thân khẩu hợp nhất; đồng thời trong lúc ấy, ý chỉ nghĩ đến Phật nên cả tam nghiệp thân, khẩu, ý cùng tập trung, sáu căn và các giác quan đều quy về một mối, không còn có chỗ hở nào cho trần sự xen vào, cũng không có một niệm nào khác làm chao động tâm niệm tưởng Phật, nhớ Phật.

Muốn áp dụng phương pháp này, phải đặc biệt tinh tấn. Hiệu lực của nó cũng đặc biệt lớn lao. Duy chỉ có một điều hại, lễ bái quá nhiều sinh nhọc sức, phí hơi thở; người yếu không làm nổi. Vậy chỉ nên kiêm dụng với các phương pháp khác, chứ không nên chuyên trì, sợ e mất sức, sanh bệnh.

h) Niệm từng loạt 10 niệm (sổ thập): Khi niệm dùng chuỗi hạt để ghi số loạt, cứ mỗi loạt mười câu. Sự ghi số có nhiều cách: hoặc mỗi lần niệm được mười câu thì lần một hạt; hoặc niệm ba câu một hơi, làm như vậy ba lần, đến câu tiếp thì lần một hạt chấm câu; hoặc ba câu một hơi, rồi hai câu một hơi nữa, như vậy hai lần rồi lần một hạt. Như vậy là cứ mỗi khi lần một hạt chuỗi tức là đã niệm xong mười niệm.

Phương pháp này bắt buộc tâm hành giả vừa niệm Phật, lại phải vừa nhớ số câu niệm; cho nên dù tâm không chuyên, buộc cũng phải chuyên. Nhờ có sự cưỡng bức ấy mà đối trị được các tạp niệm lăng xăng, tâm trở nên chuyên nhất. Thật là một phương pháp hay và rất thích nghi với những kẻ nào mà tâm niệm quá chao động.

i) Niệm đếm theo hơi thở (sổ tức): Niệm như phép truy đánh trước kia, không kể số danh hiệu Phật niệm được nhiều hay ít, chỉ dùng hơi thở làm chứng. Bắt đầu thở ra thì niệm cho đến khi hết hơi thở, nghỉ niệm mà hít hơi vào. Khi thở ra lại tiếp tục niệm như trước. Cứ mười lần như vậy, thì gọi là mười hơi niệm.

Phương pháp này sở dĩ thiết lập ra đặc biệt dành riêng cho những người quá bận rộn, tiện cho sự thực hành hằng ngày. Chẳng hạn như, mỗi ngày sáng sớm ngủ dậy, sau khi rửa mặt súc miệng xong, day mặt về hướng Tây hoặc hướng trước Phật đài, bỏ ra năm phút là niệm xong mười hơi. Công việc không cố sức, như người tập thể thao làm những cử động hô hấp. Nếu ngày nào cũng chuyên cần như vậy, thì cũng nhất định được vắng sanh.

Đây là căn cứ theo đại nguyện thứ 18 của đức Phật A Di Đà (xem trước) mà thiết lập phương này. Các vị cổ đức nghiên cứu và tu tập phương pháp thập niệm, chính là phương pháp niệm theo 10 hơi thở này.

k) Niệm theo thời khóa nhất định. Điều tối kỵ nhất trong phép niệm Phật là lúc bắt đầu thì hăng hái mà về sau lại giải đãi. Sở dĩ có sự thủy chung như vậy là vì không có tâm hằng thường. Cho nên, để giữ cho được thủy chung như nhất, ngay từ khi sơ phát tâm niệm Phật, hành giả cần phải tự vạch cho mình một thời khóa biểu nhất định. Một khi thời khóa biểu đã vạch sẵn rồi thì ngày ngày cứ y theo đó mà thật hành, tự gây cho mình một thói quen, và có như thế mới giữ được đạo tâm bất thoái. Trong buổi đầu, niệm nhiều hay ít chưa phải là

điều quan trọng vì nhiều hay ít còn tùy thuộc năng lực và hoàn cảnh riêng biệt từng cá nhân; quan trọng là tại chỗ thường thời thật hành, đều đều và chuyên nhất.

Người xưa có vị mỗi ngày niệm đến 10 vạn hiệu. Vị nào ít lắm cũng 5 vạn. Công hạnh tu hành của họ thật là tinh tấn đồng mãnh! Ngày nay, hoàn cảnh thay đổi khác xưa rất xa mà lực lượng của tự thân ta cũng không bằng, vậy ta nên châm chước hoạch định một công khóa thật sát với hoàn cảnh và vừa sức của ta, để thực hành cho đúng mức. Sau khi đã hoạch định rồi thì dù gặp phải công việc bận rộn đến đâu, cũng phải cố gắng hoàn thành công khóa. Vạn nhất, vì một lẽ nào đó không hoàn tất được ngày ấy thì qua hôm sau phải bổ khuyết kịp thời, chớ nên để rày lần mai nữa, tạo thành cho ta một thói xấu rất có hại về sau.

Trong khi vạch khóa trình, nên tránh hai cực đoan, cực đoan thứ nhất là vì sự hăng hái trong buổi đầu, tự định cho mình khóa trình quá nhiều, về sau đuối sức theo không kịp, rồi vì vậy bỏ luôn; cực đoan thứ hai là vì sự e ngại về sau theo không kịp, nên dè dặt tự định cho mình một khóa trình quá ít, không thấm vào đâu, rồi cũng sinh ra giải đãi. Cả hai cực đoan đều đem đến kết quả như nhau. Cho nên trong khi quyết định khóa trình, cần phải tế nhị châm chước dung hòa giữa hoàn cảnh và năng lực thể nào cho vừa phải mới được lâu dài và hữu hiệu.

l) Niệm bất cứ lúc nào. Với những hành giả đã huân tập được tịnh chủng khá thành thực thì tự nhiên phát ra những tiếng niệm Phật bất cứ lúc nào, cơ hồ như có một sức lực đồng mãnh bên trong thúc đẩy, khiến cho

hành giả hằng tiến không lùi. Vì vậy mà dù công khóa đã hoàn tất, các vị này vẫn chưa cho là đủ, nên trừ ngoài giấc ngủ, bất luận ngày đêm, trong bốn uy nghi là đi, đứng, nằm, ngồi, không lúc nào, không chốn nào, là không niệm Phật. Như vậy câu "Nam mô A Di Đà Phật" không lúc nào rời khỏi miệng, lâu ngày thành tập quán.

Truyện vãng sanh của người xưa còn ghi chép lại rất nhiều trường hợp vãng sanh do pháp môn niệm Phật này đem lại. Như có ông thợ rèn, tay đập búa miệng niệm Phật; bà làm nghề đậu hũ, tay xay đậu miệng niệm Phật; về sau, khi vừa dứt tiếng niệm Phật, cả hai đều được đức Phật phóng hào quang tiếp dẫn và đều được tọa hóa vãng sanh Cực Lạc.

Chúng ta nên lấy đó làm gương. Nếu niệm được đến trình độ ấy thì dù có định khóa trình hay không định khóa trình, không còn là vấn đề nữa.

m) Niệm hay không niệm vẫn là niệm. Phép niệm Phật nói ở đoạn trên là chỉ sự niệm thành tiếng, phát ra nơi cửa miệng, trong bốn uy nghi đi, đứng, nằm, ngồi. Chữ Niệm trong đoạn này chỉ là tâm niệm (tâm niệm nhớ nghĩ đến Phật). Nói "niệm hay không niệm vẫn là niệm", có nghĩa là bất kể miệng có niệm thành lời hay không, luôn luôn trong tâm vẫn tưởng nhớ đến Phật tức là vẫn có niệm Phật.

Sở dĩ miệng phải niệm Phật là cốt nhắc cho trong tâm tưởng nhớ đến Phật. Giờ đây, dù cho khi miệng không niệm mà tâm vẫn có tưởng nhớ, như thế cứu cánh của phép trì danh niệm Phật đã được rồi vậy.

Nếu hành giả thực hiện được phép "không niệm mà niệm" thì bất luận thì gian nào, bất luận miệng có trì danh hay không trì danh, tâm lý lúc nào cũng để vào Phật. Như vậy, tịnh niệm đã kiên cường liên tục không hở, lòng như rào sắt vách đồng, gió thổi cũng không lọt, ai muốn đập phá cũng không xuể, quyết không còn một trần niệm ô nhiễm nào có thể đột nhập, khiến cho tâm chao động được. Lúc ấy phép niệm Phật tam muội, tự nhiên thành tựu, quả vãng sanh không cầu mà tự đến.

Người xưa nói "niệm mà không niệm, không niệm mà niệm" tức là chỉ cho cảnh giới này vậy. Nếu không phải là người niệm Phật đã lâu năm, và do đó công hạnh đã thuần thực, thì quyết không thực hành được pháp môn này. Hàng sơ cơ quả thật khó mà noi theo.

Chương V

Phát Nguyện Vãng Sanh Cực Lạc

Tiết Thứ 1

Tánh Cách Trọng Yếu của Sự Phát Nguyện

Trong một chương trước đã nói sự quan trọng của lòng tin, nay xin giải rõ tính cách trọng yếu của sự phát nguyện.

Ngài Ngẫu Ích Đại Sư nói: "Được vãng sanh hay không là do Tín Nguyện có hay không; còn phẩm vị vãng sanh cao hay thấp là tùy việc trì danh sâu hay cạn".

Ở đây, chưa bàn đến phẩm vị cao thấp sau khi vãng sanh. Vấn đề cấp thiết cần phải giải quyết là có được vãng sanh hay không đã. Vì vậy, chưa bàn đến vấn đề hành trì sâu hay cạn, mà chỉ nên bàn đến tín, nguyện có hay

không thôi.

Tín, Nguyễn, Hạnh là ba tư lương sanh về Tịnh Độ. Nếu tư lương không đủ, quyết không được vãng sanh. Vì thế, sự phát nguyện chiếm một địa vị tối quan trọng trong pháp môn tu Tịnh Độ.

Đức Phật A Di Đà ngày xưa phát 48 lời nguyện làm duyên khởi tạo thành thế giới Cực Lạc. Từ đó về sau, chúng sanh trong mười phương đều lấy sự phát nguyện vãng sanh làm căn cứ tu hành của tông Tịnh Độ. Một đảng, Phật nguyện tiếp dẫn, một đảng chúng sanh nguyện vãng sanh, hai nguyện gặp nhau, hai lực lượng tự, tha, hỗ trợ nhau mới đủ sức kết thành quả vãng sanh. Vì thế, người tu tịnh nghiệp quyết phải phát nguyện đồng mãnh.

Trong 48 lời đại nguyện của đức A Di Đà. Lời đại nguyện thứ 19 nói một cách rõ ràng rằng nếu có người chí tâm phát nguyện muốn sanh về nước Ngài, lúc lâm chung nhất định Ngài sẽ đến tiếp dẫn. Cho nên, hễ có phát nguyện là quyết định phải được vãng sanh.

Lại nữa trong kinh "Phật thuyết A Di Đà" đức Phật Thích Ca bảo Ngài Xá Lợi Phất "Nếu có người đã phát nguyện, đương phát nguyện, sắp phát nguyện, nguyện sanh về thế giới đức Phật A Di Đà, các người ấy tất đã sanh, hoặc đương sanh hoặc sắp sanh tại thế giới kia, và, hết thảy đều được quả bất thoái chuyển vô thượng Chánh Đẳng Chánh Giác". Đoạn trích dẫn đây cũng thuyết minh rằng hễ có phát nguyện tức có vãng sanh vậy.

Lại nữa, trong kinh Hoa Nghiêm cũng từng dạy rằng: "Người ấy khi gần lâm chung,

trong sát na tối hậu, tất cả các căn thảy đều bại hoại, tất cả thân thuộc đều xa rời, tất cả uy thế đều tan rã... chỉ còn nguyện vương là hằng cùng theo dõi, hướng dẫn trước mắt; trong một khoảnh khắc, liền được vãng sanh thế giới Cực Lạc". Căn cứ vào các kinh văn trích dẫn trên đây, ta thấy công dụng của phát nguyện là như thế nào rồi vậy.

Bây giờ, trên thực tế, đây là câu chuyện mà thầy Bạch Sa ở Quy Nhơn đã kể cho tôi nghe:

Bà Thái Xương, vợ một Hoa kiều buôn bán ở Quy Nhơn, là một đàn việt chùa Bạch Sa và đã giúp thầy ấy kiến tạo ngôi chùa Bạch Sa hiện nay. Bà chuyên tu pháp môn Niệm Phật và chỉ phát nguyện khi thọ chung được gặp ngày vía đức A Di Đà (tức ngày 17 tháng 11 âm lịch) và được biết trước giờ thọ chung ấy. Năm bà mất, đã 80 tuổi mà vẫn khỏe mạnh. Đầu tháng 11 năm ấy, bà đến xin thầy Bạch Sa tụng cho một bộ kinh Thủy Sám và một bộ kinh Pháp Hoa để kịp đến ngày 17 tháng ấy bà về châu Phật. Thầy Bạch Sa lấy làm kinh ngạc vô cùng, nhưng vì bà là bôn đạo thuần thành đã lâu năm nên thầy cũng phải chiều theo. Đến ngày 17, bà con và đạo hữu mà cái tin ấy đã làm cho họ kinh ngạc, tụ tập đến nhà bà rất đông để thỏa mãn tánh hiếu kỳ. Suốt buổi sáng hôm ấy, bà vẫn khỏe mạnh và bình tĩnh như thường ngày, khiến thầy Bạch Sa trong thâm tâm rất e sợ, không khéo phen này làm trò cười cho thiên hạ. Bỗng đâu đến khoảng quá 10 giờ sáng, bà bảo người giúp việc in một in com đem lên nhờ thầy cúng Phật rồi đem xuống cho bà, bà chần in com làm hai phần, tự mình ăn một nửa, còn một nửa bảo người giúp việc ăn mà từ tạ rằng: "Gọi là đền đáp công ơn bà giúp đỡ tôi trong mười mấy năm

trường, nay đến ngày vĩnh biệt, xin biểu bà ăn nửa phần cơm này để sau nhờ Phật tiếp dẫn về Tây phương". Nói xong, rửa mặt súc miệng và thay áo quần thì đúng 12 giờ trưa. Bà chào tất cả mọi người, ngồi xếp bằng, hai tay chấp trước ngực mà hóa một cách vui vẻ trước sự kinh ngạc của tất cả mọi người trong nhà. Năm ấy ở Quy Nhơn, thiên hạ xôn xao bàn tán rất nhiều về cái chết của bà Thái Xương, tiếng bà thành Phật lan ra khắp các tỉnh.

Xem đó đủ biết sự phát nguyện vãng sanh Cực Lạc là một điều tối cần thiết cho người tu theo pháp môn Tịnh Độ. Phát nguyện là một nhu kiện không thể không có, ta không nên sơ suất để phải mất công hiệu và lợi ích rất lớn về sau.

Từ xưa nay, người tu theo pháp môn Tịnh Độ đã làm ra rất nhiều bài nguyện vãng sanh Cực Lạc. Mỗi bài đều có một ý nghĩa hoặc sâu hoặc cạn nhưng mục đích chung vẫn là:

"Nguyện khi thân mạng gần chung, biết trước giờ chết mà thân tâm vẫn được an vui, được thấy Phật và Bồ Tát đến tiếp dẫn".

Trong các bài phát nguyện, nổi tiếng nhất là bài "Khê Thủ Tây Phương" của Ngài Liên Trì Đại sư, bài "Nhất tâm quy mạng" của Ngài Từ Vân Sám chủ, bài "Thập phương tam thế Phật" của Ngài Đại Từ Bồ Tát. Bài nào bài này, lời văn rất hay, ý nghĩa rất đầy đủ và hàm súc. Trong quốc văn ta thì có bài "Đệ tử chúng con từ vô thủy" và bài "Đệ tử kính lạy". Sau một thời kinh và trì niệm danh hiệu Phật, ta nên vận hết thành tâm đọc một trong những bài ấy, hoặc đọc tiếp hai ba lần cũng được. Đọc như thế tức là mượn lời văn để tự mình phát lời nguyện vậy. Lúc lâm

chung, nhất định sẽ được nhờ Phật tiếp dẫn vãng sanh thế giới Cực Lạc.

Nếu không muốn lặp theo khuôn có sẵn, ta có thể tự mình viết lấy bài phát nguyện riêng cho thích hợp cũng được. Đại cương lời phát nguyện không ngoài việc cầu vãng sanh, cầu Phật tiếp dẫn, cầu chứng quả, để trở lui tam giới cứu độ chúng sanh đồng sanh Lạc quốc. Còn nếu muốn thêm những chi tiết nào thâm thiết khác, ấy là tùy hoàn cảnh và sở nguyện riêng từng người.

Trong văn phát nguyện bao giờ cũng có câu cầu Phật và chúng Bồ Tát đến tiếp dẫn là vì lẽ gì? Xin thưa:

Người tu Tịnh Độ nếu công phu chưa được thuần thực, thường hay bị hãm vào trong những trạng thái sau đây, nên khi lâm chung không niệm được, hoặc lắm khi cũng không kịp mời người khác hộ niệm giùm. Các trạng thái ấy có thể là: hoặc vì bệnh khổ bức bách nên sinh hôn mê, hoặc bị bà con thương tiếc khó bề xả bỏ nên sinh si luyến, hoặc vì sự nghiệp của tiền khó dứt lòng tham đắm nên sinh bi ai, hoặc vì thù hận đầy dẫy khó giải nổi lòng nên sinh sân hận v.v... Đó là chưa kể các trường hợp hoạnh tử, miệng chưa kịp niệm đã vong.

Nếu lúc gần lâm chung mà không được Phật hiện đến tiếp dẫn thì không những không được vãng sanh, lại còn vì các sự đau khổ tham sân luyến tiếc mà bị đọa lạc ba đường dữ nữa là khác. Vì các lý do ấy nên trong văn phát nguyện, bao giờ cũng cầu Phật đến trước để tiếp dẫn mới là chu toàn. Sự phát nguyện hằng ngày có thể ở tại chùa vào bất luận giờ nào cũng được, miễn là sau khi lễ Phật xong thì quỳ ngay trước điện Phật mà

đọc lời phát nguyện. Nếu ở nhà có bàn thờ Phật thì hằng ngày nên đốt hương lạy Phật rồi phát nguyện. Hoặc giả nếu không tiện thờ Phật thì viết câu: "Nam mô Thập phương Tam thế Phật Bồ Tát" dán lên trên vách, hằng đêm trước khi đi ngủ, đối mặt vào vách mà đốt hương phát nguyện. Gặp khi đi đường, chưa kịp trở về thì nên xây mặt về hướng Tây chấp tay niệm năm, mười hiệu Phật rồi lâm râm đọc lời phát nguyện. Ta lại có thể phát nguyện mỗi khi làm được một việc thiện nào, bất luận lớn nhỏ v.v...

Trong nghi lễ phát nguyện, đều tuyệt đối cấm hẳn là không được đối trước đèn, tháp thờ thần thánh, ma quỷ mà phát nguyện.

Tiết Thứ 2

Giới Thiệu Vài Bài Phát Nguyện của Người Xưa và Nghi Thức Phát Nguyện

a) Nội Dung Phát Nguyện
Bài của Ngài Từ Vân Sám Chủ:

Nguyên Văn:

Nhất tâm quy mạng!
Cực Lạc Thế giới
A Di Đà Phật.
Nguyện dĩ tịnh quang chiếu ngã
Từ thế nhiếp ngã
Ngã kim chánh niệm
Xưng Như Lai danh
Vị Bồ đề đạo
Cầu sanh Tịnh Độ
Phật tích bốn thế:
"Nhược hữu chúng sanh,
Dục sanh ngã quốc,
Chí tâm tín nhạo,
Nãi chí thập niệm,

Nhược bất sanh giả,
Bất thủ Chánh Giác".
Dĩ thử niệm Phật nhân duyên
Đắc Nhập Như Lai
Đại thế hải trung
Thừa Phật từ lực
Chúng tội tiêu diệt.
Thiện căn tăng trưởng
Nhược lâm dục mạng chung
Dự tri thời chí
Thân vô bệnh khổ
Tâm bất tham luyến
Ý bất điên đảo
Như nhập Thiền Định
Phật cập Thánh chúng
Thủ chấp kim đài
Lai nghinh tiếp ngã
Ư nhất niệm khoảnh
Sanh Cực Lạc quốc.
Hoa khai kiến Phật
Tức văn Phật thừa
Đốn khai Phật huệ
Quảng độ chúng sanh
Mãn Bồ đề nguyện.

Dịch:

Một lòng quy kính
Phật A Di Đà
Thế giới Cực Lạc
Nguyện lấy tịnh quang chiếu con
Từ thế nhiếp con
Con nay chánh niệm
Xưng hiệu Như Lai
Vị đạo Bồ đề
Cầu sanh Tịnh Độ.
Phật xưa có thể:
"Nếu có chúng sanh,
Muốn sanh nước ta,
Hết lòng tín niệm,

Hết lòng tín niệm,
 Dù chỉ mười niệm,
 Mà chẳng dặng sanh,
 Thề chẳng làm Phật".
 Nhờ nhân duyên niệm Phật này
 Được vào trong biển đại thệ
 Của đức Như Lai
 Nhờ từ lực Phật
 Các tội tiêu diệt.
 Căn lành tăng trưởng
 Khi thân mạng gần chung
 Biết trước giờ chết
 Thân không bệnh khổ
 Tâm không tham luyến
 Ý không điên đảo
 Như vào thiền định
 Phật và Thánh chúng
 Tay nâng kim đài
 Đến nghinh đón con
 Trong khoảng một niệm
 Sanh về Cực Lạc.
 Sen nở thấy Phật
 Liền nghe Phật thừa
 Bừng tỏ Phật huệ
 Lui về độ sanh
 Tròn nguyện Bồ-đề.

Bài của Ngài Đại Từ Bồ Tát:

Nguyên văn:

Thập phương Tam thế Phật
 A Di Đà đệ nhất
 Cứu phẩm độ chúng sanh
 Uy đức vô cùng cực.
 Ngã kim đại quy y
 Sám hối tam nghiệp tội.
 Phàm hữu chư phước thiện
 Chí tâm dụng hồi hướng
 Nguyện đồng niệm Phật nhơn

Cảm ứng tùy thời hiện
 Lâm chung Tây phương cảnh
 Phân minh tại mục tiền
 Kiến văn giai tinh tấn
 Đồng sanh Cực Lạc quốc.
 Kiến Phật liễu sanh tử
 Như Phật độ nhất thế.
 Vô biên phiền não đoạn
 Vô lượng pháp môn tu
 Thệ nguyện độ chúng sanh
 Tổng nguyện thành Phật đạo.
 Hư không hữu tận
 Ngã nguyện vô cùng
 Tình dữ vô tình
 Đồng viên chủng trí.

Dịch:

Trong ba đời mười phương
 Phật A Di Đà thứ nhất
 Chín phẩm độ chúng sanh
 Uy đức cao tột bậc.
 Con nay nguyện quy y
 Sám hối tội ba nghiệp.
 Phàm làm được phước thiện
 Thảy nhất tâm hồi hướng
 Nguyện cùng người niệm Phật
 Tùy thời niệm cảm ứng
 Khi lâm chung thấy rõ
 Cảnh Tây phương trước mắt;
 Thấy nghe đều tinh tấn
 Đồng sanh về Cực Lạc.
 Thấy Phật đoạn sanh tử
 Như Phật hết thảy.
 Dứt vô biên phiền não
 Tu vô lượng pháp môn
 Độ hết thảy chúng sanh
 Điều trọn thành Phật đạo.
 Hư không có hạn
 Nguyện con không cùng

Hữu tình vô tình
Đều trọn trí giác.

Một bài phát nguyện khác:

Nguyên văn:

Nguyện dĩ thử công đức
Trang nghiêm u Phật độ
Thượng báo tứ trọng ân
Hạ tế tam đồ khổ
Nhược hữu kiến văn giả
Giai phát Bồ đề tâm.
Tận thử nhất báo thân
Đồng sanh Cực Lạc quốc.

Dịch:

Nguyện đem công đức này
Trang nghiêm nơi cõi Phật
Trên đền bốn ơn sâu
Dưới độ ba đường khổ.
Nếu có kẻ thấy nghe
Đều phát lòng Bồ đề.
Khi báo thân này mãn
Đồng sanh về Cực Lạc.

b) Nghi Thức Phát Nguyện.

Chuẩn bị: Rửa tay, súc miệng, y phục chỉnh tề.

Hành lễ: Đền trước Phật đài đốt hương cúng dường Phật.

Chấp tay trước ngực đọc:

Đại từ, đại bi thương chúng sanh
Đại hỷ, đại xả cứu muôn loài
Tướng tốt rực rỡ tự trang nghiêm

Đệ tử lòng thành xin đánh lễ.

Nam mô Thập phương thường trú Tam Bảo
(lay 1 lay)

Đệ tử, pháp danh... nguyện quy y Phật, là
Đấng Phước Huệ vô biên. Thề đời đời kiếp
kiếp không quy y thiên thần, quỷ vật. (1
lay)

Đệ tử, pháp danh... nguyện quy y Pháp, là
nền Giáo lý vô thượng. Thề đời đời kiếp
kiếp không quy y ngoại đạo, tà giáo. (1 lay)

Đệ tử, pháp danh... nguyện quy y Tăng, là
những bậc Thánh hiền thanh tịnh. Thề đời
đời kiếp kiếp không quy y tôn hữ, ác đảng.
(1 lay)

Nam mô Sa Bà giáo chủ Bổn Sư Thích Ca
Mâu Ni Phật. (1 lay)

Nam mô Tây phương Cực Lạc Thế giới Đại
từ Đại bi A Di Đà Phật (1 lay)

Nam mô Quán Thế Âm Bồ Tát (1 lay)

Nam Mô Đại Thế Chí Bồ Tát (1 lay)

Nam mô Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát
(1 lay)

Nam mô Thập Phương Tam Thế Nhất Thiết
chư Phật, vô lượng Bồ Tát (1 lay)

Xong quỳ niệm danh hiệu Phật (càng nhiều
càng tốt).

Tiếp theo, đọc lời phát nguyện (một trong
các bài trên).

Đọc xong lời phát nguyện, đứng dậy, đọc

Tam Tự Quy Y và Hồi Hương:
Tam Tự Quy Y:

Tự quy y Phật, xin nguyện chúng sanh thể nhập đạo cả, phát lòng vô thượng. (1 lay)

Tự quy y Pháp, xin nguyện chúng sanh, thấm nhuần giáo lý (hay thấu rõ kinh tạng) , trí huệ như biển. (1 lay)

Tự quy y Tăng, xin nguyện chúng sanh, thống lý đại chúng, hết thấy không ngại. (1 lay)

Hồi Hương:

Nguyện đem công đức này
Chung cùng khắp tất cả
Đệ tử và chúng sanh
Đều trọn thành Phật đạo
(vái 3 vái, lui ra)

Có thể áp dụng nghi thức này hằng ngày, hoặc một thời, hoặc hai thời, trước khi đi ngủ và sau khi thức dậy.

Nếu nhà không thiết được bàn Phật thì ngồi ngay ngắn trên giường hay trước bàn viết, bàn ăn, chấp tay ngang ngực, quán tưởng như có tượng Phật trước mặt, rồi đọc trọn cả nghi thức như trên. (Chỗ nào trong nghi thức có ghi 1 lay thì thay vào 1 vái). Điều cốt yếu là phải thật hành đều đều và nhất thiết tránh cho được cái thông bệnh là "thủy căn chung đãi" (trước siêng sau nhác).

(Còn tiếp)

HƯ HƯ LỤC

Thích Nữ Như Thủy

Phật Ở Đâu

Thuở xưa có anh chàng đọc kinh, nghe nói về Phật thích lắm, nhất định đi tìm cho gặp Ngài mới nghe. Anh chàng khăn gói quả mướp ra đi. Sau khi trải qua không biết cơ man nào là núi sông, hẻm hốc, gian nguy hiểm trở... chàng vẫn chưa được gặp Phật giống như hình dáng trong kinh đã diễn tả: “Thân Phật sắc vàng, cao một trượng sáu, đầy đủ 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp hào quang sáng chói.”

Hôm nọ tại một triền non, chàng trai tình cờ gặp một cụ già râu tóc bạc phơ cốt cách siêu phàm. Mừng quá chàng khăn khoản:

- Thưa cụ, cụ có biết Phật đang ngụ ở đâu không? Xin chỉ dùm con với.

Ông lão mỉm cười:

- Ô, chỗ nào mà không có Phật? Trên quảng đường vừa qua chả lẽ con không gặp được Ngài.

- Thưa cụ trên đường đi con đã từng gặp vô số người, nhưng đều là hạng phàm phu tục tử cả... con chưa từng thấy người nào có được vài tướng tốt như trong kinh đã mô tả về Phật cả.

Ông cụ cười ha hả:

- Chú mày ngốc nghếch thật! Chú không biết rằng cái thân đầy đủ 32 tướng tốt và 80 vẻ đẹp đó, dân Ấn đã đốt thành tro và chia nhau xây tháp thờ cúng cả rồi ư?

- Thưa thế thì Phật chết rồi sao?

- Hiện giờ đức Phật đang phân thân ở khắp mọi nơi. Ngài cũng mang thân tôi và xấu như chúng sanh vậy. Con còn có muốn gặp Ngài nữa không?

- Thưa dù với bất cứ hình dạng nào, nếu đích thực là Ngài thì con vẫn vô cùng khác ngưỡng.

- Vậy thì để ta mách nước cho con nhé... Con hãy quay về... Trên đường về, nếu gặp một người nào mang guốc trái ở chân phải, guốc phải ở chân trái thì chính người đó là một hóa thân của Phật. Hãy thừa sự và cúng dường vị Phật ấy như trong kinh đã dạy...

Chàng trai hồi hả quay về, suốt quãng đường dài chàng không gặp đức Phật nào mang hình dáng như cụ già điên tả. Chán nản chàng quay về nhà. Trời đã khuya, bà mẹ còn chong đèn ngồi đợi con. Nghe tiếng gọi cửa bà mừng quá, tụt xuống phản quờ quạng tìm đôi guốc rồi chống gậy tất tả ra mở cửa. Chàng trai thấy mẹ tiêu tụy, nước mắt chảy dài trên đôi má nhăn nheo, mang lộn chiếc guốc trái qua chân mặt, guốc mặt sang chân trái. Chàng ôm chầm lấy mẹ nghẹn ngào:

- Ôi! Đức Phật yêu quý của con.

Pháp Cú

HT. Thích Minh Châu dịch

Phẩm Tạp Lục

300

*Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Ý vui niềm bất hại.*

301

*Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Ý vui tu thiền quán.*



Hạ sơn

*Ngày mai sư xuống núi
Áo mỏng sờn đôi vai
Chuỗi hạt mòn năm tháng
Hương trầm lờ cuộc say*

*Bình minh sư xuống núi
Tóc trắng hờn sinh nhai
Phương đông mặt trời đỏ
Mùa hạ không mây bay*

*Ngày mai sư xuống núi
Phố thị bước đường cùng
Sư ho trong bóng tối
Điện Phật trầm mộng lung*

*Bình minh sư xuống núi
Khóe mắt còn rưng rưng
Vị sư yêu bóng tối
Ác mộng giữa đường rừng*

Tháng 9/1983



12/28/2016

Sự Thành Công Của Phật Giáo Trong Thế Giới Tây Phương

Ajahn Brahmavamso Chuyển Ngữ: Nguyễn Văn Tiến



Tôi sinh ra là một người Thiên Chúa Giáo, được giáo dục trong các trường học Thiên Chúa Giáo, và thậm chí tôi còn ca hát trong ca đoàn nhà thờ địa phương. Nhưng vào năm tôi 16 tuổi, lúc tôi đọc cuốn sách đầu tiên về Phật Giáo, ngay lập tức, tôi biết rằng tôi là một người Phật Tử. Tôi đã cảm động bởi lòng từ bi, bởi sự trí tuệ, và bởi sự tự do, đã tỏa sáng rực rỡ trong Lời Phật Dạy, hơn hẳn mọi tôn giáo khác mà tôi đã gặp trước kia. Trong cuộc sống của nhiều người ở thế kỷ 21 này, họ đã có những kinh nghiệm tương tự giống như tôi, và điều này đã và đang được lặp đi lặp lại hàng trăm ngàn lần. Khi những người bình thường ở các nước không-phải Phật-Giáo, gặp được Giáo Lý Thuần Túy Của Đạo Phật, được trình bày một cách rõ ràng và đáng tin cậy, sau đó họ nhanh chóng nhận ra rằng đây là những con đường đầy hương thơm, và trong tất cả các sự thật đây là sự quý giá hạng nhất, và trong tất cả các tôn giáo đây là sự tốt đẹp hạng nhất. Họ tự hỏi tại sao trí tuệ giải thoát tốt đẹp đến dường này, lại không được truyền bá rộng rãi hơn, để cho nhiều người biết đến. Trong nước Úc, quốc gia tôi đang ở, có số

lượng Phật Tử không đáng kể vào năm 1983, khi tôi từ Thái Lan đến đây lần đầu tiên. Đến năm 1991, số lượng Phật Tử đã lên đến 0,8%. Vào năm 1996, con số này tăng lên đến 1,1%. Gần đây, trong Bản Điều Tra Dân Số Nước Úc năm 2001, số lượng Phật Tử đã tăng thêm 75%, có nghĩa là lên đến 1,9% dân số. Con số này có nghĩa là (gần như) một trong năm mươi người Úc tuyên bố họ là Phật Tử. Trong khi Thiên Chúa Giáo suy giảm ở Tây Phương, Phật Giáo đã trở thành tôn giáo phát triển nhanh nhất tại nước Úc, và tại nhiều quốc gia phát triển khác.

Đây là một tin tốt, và cũng là một tin xấu. Đây là một tin tốt, bởi vì nhiều người Úc đang hưởng phước lợi từ một tôn giáo hòa bình nhất trên thế giới. Đây là một tin xấu, bởi vì những nhà sư giống như tôi phải làm việc vất vả, vì phải chăm sóc thêm cho nhiều đệ tử!

Bây giờ tôi muốn nói về ý tưởng tại sao tôi nghĩ rằng Phật Giáo đang phát triển rất tốt đẹp ở Tây Phương. Tôi sẽ sử dụng từ ngữ viết tắt PURE (NGUYÊN CHẤT) tóm tắt bốn phương cách chính yếu, để giúp chúng ta gia tăng sự truyền bá Đạo Phật:

- 1) THUYẾT GIẢNG BẰNG NGÔN NGỮ THÔNG THƯỜNG - các nhà sư thuyết giảng bằng ngôn ngữ sử dụng hàng ngày, để giúp cho Phật Tử dễ hiểu.
- 2) TẠO RA SỰ THÂN THIỆN VÀ SỰ THÍCH THÚ HỌC HỎI - các nhà sư giúp

cho Phật Tử khi đến chùa, họ cảm nhận được sự thân thiện, và họ cảm thấy thích thú khi được học hỏi về Phật Pháp.

3) **ÁP DỤNG BÀI GIẢNG VÀO CUỘC SỐNG** - các nhà sư chọn đề tài liên hệ đến cuộc sống, nói về các **TRỞ NGẠI** hằng ngày.

4) **CUỘC SỐNG CỦA NHÀ SƯ LÀ THÍ DỤ HAY NHẤT** - cuộc sống mỗi ngày của các nhà sư, là các thí dụ sống động nhất.

1) **THUYẾT GIẢNG BẰNG NGÔN NGỮ THÔNG THƯỜNG:**

Nếu chúng ta muốn giáo lý tuyệt vời của Đạo Phật đến gần với thế hệ tân tiến, và hiện đại, thì chúng ta cần phải thuyết giảng theo cách hiện đại. Điều này không có nghĩa là bản chất của Phật Pháp cần phải thay đổi; mà phương cách thuyết giảng cần phải điều chỉnh liên tục. Các thế hệ tương lai sẽ không chịu ngồi lắng nghe các nhà sư thuyết giảng qua giọng nói đều đều, gây buồn chán, hoặc là nói về một đề tài không thích hợp, không áp dụng được vào cuộc sống.

Chúng ta đều biết Đức Phật nói rằng, chúng ta nên giảng dạy Phật Pháp bằng ngôn ngữ xử dụng hằng ngày, thí dụ như bài Kinh Phân Tích Về Sự Không Xung Đột (Aranavibhanga Sutra). Quý vị hãy để tôi đưa ra một thí dụ, cho biết điều này có ý nghĩa gì. Thế kỷ vừa rồi, các linh mục và các học giả Tây Phương chỉ trích Đạo Phật là bi quan, họ nói rằng Đạo Phật chỉ tập trung vào sự đau khổ. Thậm chí, điều này còn được lặp đi lặp lại bởi Đức Giáo Hoàng John Paul II, trong cuốn sách gây nhiều tranh cãi của ngài về các tôn giáo trên thế giới. Để tránh sự hiểu lầm này, chúng ta có thể sắp xếp lại Sự Giảng Dạy Chính Yếu Của Phật Pháp nói về

Bốn Sự Thật Cao Quý (Tứ Diệu Đế) như là Hạnh Phúc (Dukkhanirodho); Nguyên Nhân Của Hạnh Phúc (là Con Đường Cao Quý Có Tám Phần = Bát Chánh Đạo); Sự Vắng Mặt Của Hạnh Phúc (Sự Đau Khổ = Dukkha); và Nguyên Nhân Hạnh Phúc Đã Vắng Mặt (Sự Ham Muốn = Craving). Đây là sự di chuyển trọng-tâm từ đau-khổ thành hạnh-phúc.

Đây là một cách trình bày Phật Pháp theo một hình thức khác, đơn giản, mà vẫn giữ được bản chất, tuy nhiên cách này sẽ hấp dẫn các khán giả hiện đại. Điều này đã được chứng minh bằng câu nói sau đây của Đức Phật: "Niết Bàn là hạnh phúc tối thượng" (Kinh Pháp Cú, Kệ 203 và Kệ 204). Khi tôi trình bày Bốn Sự Thật Cao Quý theo cách này, tôi thấy các thế hệ lắng nghe, và họ quay trở lại để học hỏi thêm về Phật Pháp.

2) **TẠO RA SỰ THÂN THIỆN VÀ SỰ THÍCH THÚ HỌC HỎI:**

Thuyết giảng Phật Pháp bằng ngôn ngữ xử dụng hằng ngày, là bước đầu tiên mang Đạo Phật đến với người nghe, qua sự gần gũi, và sự thân thiện. Tuy nhiên, tôi đã nhìn thấy trong nhiều trường hợp, nhiều người Tây Phương và Đông Phương, muốn học hỏi về Đạo Phật nhưng họ đã sợ hãi đi đến chùa, hoặc đến tu viện, bởi vì họ không quen với các phong tục truyền thống, và thậm chí họ sợ hãi vì các nhà sư hay nhăn mặt, và cau có! Khi ngôi chùa Phật Giáo nào luôn chào đón mọi người đến viếng thăm, và luôn giúp đỡ mọi người mới đến, và có các nhà sư dễ nói chuyện, thì ngôi chùa này được gọi là ngôi chùa thân thiện.

Ngày nay, mặc dù trong thời hiện đại, nhưng mọi người rất bận rộn, họ hiếm khi nào có

thời gian đến thăm chùa. Do đó, chùa nên mang Phật Pháp tới mọi người qua sách vở, qua băng cát-sét, qua đĩa CD, và tất nhiên là qua các trang mạng điện tử (internet). Hội Phật Giáo Tây Úc của chúng tôi có một trang mạng lớn, mà chúng tôi đã tải lên hằng tuần các bài Pháp Thoại bằng Anh Ngữ, để bất cứ người nào, ở bất cứ nơi nào trên thế giới, có thể lắng nghe Phật Pháp trong sự thoải mái, thuận tiện tại nhà riêng của họ. Chúng tôi rất thành công với việc làm kể trên, vì chúng tôi mang Phật Pháp đến một số đông các Phật Tử thường xuyên lắng nghe trên toàn thế giới, mà chúng tôi không cần xây dựng các tòa nhà hoang phí, và đất tiền.

3) ÁP DỤNG BÀI GIẢNG VÀO CUỘC SỐNG:

Các tôn giáo giống như Thiên Chúa Giáo đang suy giảm ở Tây Phương, vì tôn giáo này được xem là không áp dụng được vào cuộc sống của con người. Sẽ có rất ít người quan tâm đến các triết lý trừu tượng, cùng với các nghi lễ không có ý nghĩa rõ ràng, hoặc là những suy đoán đi ngược lại với lý do chính đáng. Tuy nhiên, họ rất quan tâm đến việc làm thế nào để cuộc sống có nhiều hạnh phúc hơn, giữa các trở ngại thông thường trong cuộc sống của họ.

Tôi đã cảm thấy thật dễ dàng để giải thích, rằng việc gìn giữ giới luật sẽ làm tăng gia mức độ hạnh phúc trong gia đình, giống y hệt như nước thủy triều làm nâng cao mức độ trung bình của nước biển. Kết quả của sự giải thích này là nhiều khán giả của tôi đã giữ gìn Năm Giới. Và tôi cũng chẳng có gì khó khăn để minh họa rằng, khi chúng ta mang sự tử tế đến các bạn đồng nghiệp, đến gia đình, và cho chính chúng ta, có nghĩa là

chúng ta mang nhiều sự thoải mái, đến cuộc sống của chúng ta. Vì vậy, các đệ tử của tôi đã có ít đi sự giận dữ, và có thêm vào nhiều sự tha thứ. Có nhiều bằng chứng về y tế, chứng minh rằng sự thực tập thiền định theo truyền thống của Phật Giáo, đã làm giảm đi sự căng thẳng trong cuộc sống hiện đại, và cũng làm giảm đi các trở ngại có liên hệ khác. Vì vậy, tất cả các thành viên trong chùa của tôi đều là các thiền giả có nhiệt tâm. Ba sự thực tập chính yếu của Đạo Phật - là đạo đức, lòng tử tế, và thiền định - khi được đóng khung trong bối-cảnh phát-triển hạnh-phúc cá-nhân, đã thu hút rất nhiều người đến với Đạo Phật. Những điều này liên quan đến những gì, mà nhiều người coi là quan trọng đối với họ.

Khi chúng tôi tập trung vào những gì có thể áp dụng được trong cuộc sống của một người bình thường, thì sau đó Phật Giáo trở nên quan trọng đối với họ. Họ có thể bắt đầu bằng sự quan tâm đến việc giải quyết các trở ngại thế gian của họ, tuy nhiên sau đó, điều này sẽ sớm đưa họ đi đến Con Đường Giải Thoát, dẫn họ thoát ra khỏi mọi sự khổ đau trong cuộc sống.

4) CUỘC SỐNG CỦA NHÀ SƯ LÀ THÍ DỤ HAY NHẤT:

Đối với thế hệ hiện đại, tất cả mọi điều nói trên chẳng có ý nghĩa gì cả, nếu chúng ta không có những người lãnh đạo có phẩm-chất cao-quý để cung cấp nguồn cảm hứng. Sự phát triển của Phật Giáo chủ yếu dựa vào các thí-dụ sống-động của các nhà sư như đạo đức, từ bi, khôn ngoan, và hòa bình. Những người của thế kỷ thứ 21 là những người hoài nghi. Họ sẽ không đặt để niềm tin của họ vào một tôn giáo nào, cho đến khi họ nhìn thấy một số bằng chứng là tôn giáo này sẽ

mang lợi-ích đến cho họ. Đạo Phật có thể giúp gì cho họ không? Đạo Phật có thật sự dẫn họ đến sự đạo đức, đến sự từ bi, đến sự hạnh phúc, và đến sự tự do không? Họ đang nhìn vào chúng tôi - là các nhà sư - như là những thí-dụ-sống, mà đang được Đạo Phật dẫn dắt, trước khi họ bằng lòng đi theo. Đối với lòng nghi ngờ của thế hệ hiện đại, các nhà sư (chúng tôi) mong đợi truyền cảm hứng cho họ những điều gì, khi mà các nhà sư sống trong sự sang trọng, và giàu có hơn cả người thường, khi mà các nhà sư không giữ gìn giới luật, và có rất ít sự thanh-thản. Phật Pháp chủ yếu là sự truyền bá bằng thí-dụ-sống, đây là một thí dụ mạnh mẽ, hay hơn, tất cả mọi bài thuyết giảng.

Một bà người Úc có học thức cao đã viết trong cuốn sách gần đây của bà, là trước khi bà trở thành một người Phật Tử, bà đã quan sát các nhà sư ở Perth trong nhiều ngày tháng. Khi bà nhìn thấy rằng cuộc sống của các nhà sư rất giản dị, họ gìn giữ giới luật, họ làm việc chăm chỉ, và họ sống rất hạnh phúc, bởi vì như thế, bà mới xin quy y, rồi bà bắt đầu gọi mình là người Phật Tử. Thế nên, hành-động mạnh mẽ hơn là lời-nói.

Vì thế, ở Tây Úc chúng tôi đã thiết lập ra các tu viện, để đào tạo các vị lãnh đạo Tăng Đoàn, cho cả hai nhóm tu sĩ nam và nữ, mà tôi gọi là 'nhà máy sản xuất các nhà sư', và 'nhà máy sản xuất các sư cô'. Bằng cách đưa nhiều tài nguyên vào việc đào tạo các vị lãnh đạo Tăng Đoàn có phẩm-chất cao-quý, chúng tôi bảo đảm sẽ cung cấp những thí-dụ-sống có phẩm-chất cao-quý cho các thế hệ kế tiếp.

Đây là một trong những chương trình làm việc thành công tại Úc, để làm cho Đạo Phật phát triển nhanh nhất tại đây. Chúng ta

không cần phải thay đổi thông điệp của Đức Phật, và chúng ta cũng không cần thay đổi quy luật của tu viện. Chúng ta có thể hoàn thành nhiệm vụ của chúng ta, đối với vị Thầy Vĩ Đại Và Cao Quý Nhất của chúng ta, là Đức Phật, và truyền bá Phật Pháp tuyệt vời của ngài đến mọi vùng đất trên thế giới hiện đại, bằng cách làm cho ĐẠO PHẬT NGUYÊN CHẤT (PURE). Đây là Đạo Phật được các nhà sư Thuyết Giảng Bằng Ngôn Ngữ Thông Thường, các nhà sư Tạo Ra Sự Thân Thiện Và Sự Thích Thú Học Hỏi cho Phật Tử, giúp Phật Tử Áp Dụng Bài Giảng Vào Cuộc Sống, và để Phật Tử nhìn vào các Nhà Sư Như Là Các Thí Dụ đầy cảm hứng.

Source-Nguồn: <http://www.dhammaloka.org.au/>



Dặm không

*Mãi mê
Giữa chốn chợ chiều
Vai đau, tóc lấm
Đã nhiều gian truân
Ta bèn
Rũ áo, phủi chân
Dặm không đứng đỉnh
Chiếc thân nhẹ hều!*



CHỈ LÀ MỘT NĂM TRO

Thích Nữ Hạnh Chiếu



“Chỉ là năm tro” không phải là một bài kinh trong kho tàng Phật điển, mà nó là một thực tế. Thực tế ấy tôi đã chạm mắt, đã sờ mó được. Từ đó tôi có một cảm nhận riêng, xin được chia sẻ với tất cả các bạn đồng tu năm tro này.

Vì là nữ nên Hòa thượng sắp xếp ở thiền viện ni tức Linh Chiếu. Cụ lớn tuổi nên không nhập chúng, mà ở cái thất trong khuôn viên thiền viện do Hòa Thượng cất cho. Vì thế chúng tôi xem cụ như một thiền sinh ni của viện. Cụ rất siêng tu, không bao giờ lơ lửng, tự lực lo cho mình mọi việc, ít làm phiền đến chư Ni. Năm 91 tuổi cụ vẫn tự quét nhà, rửa chén, giặt mùng, không phải nhờ nhần ai, sáng suốt minh mẫn và rất dễ thương. Đến 92 tuổi cụ mất, ra đi hết sức nhẹ nhàng, không giật mình giật mảy, không làm kinh động đến đại chúng.

Khi được tin cụ yếu, tôi sang thăm. Cụ nhìn tôi quá đỗi hiền lành rồi khép nhẹ đôi mắt, đi hỏi nào tôi không hay. Thiền viện lo hết chuyện hậu sự. Hỏa táng xong, buổi chiều

tôi cùng chư ni đi lấy cốt. Phần xương cho vào hủ đem về nhập tháp Liên Hoa tại Thường Chiếu, còn lại phần tro quý cô hốt vô bao ni lông đem đến cầu Long Sơn - Bà Rịa.

Tại đây tôi được chư huynh đệ chỉ cho dãy núi Long Sơn thật trầm mặc nằm sâu lắng bên trong. Dòng sông trước mắt cũng trôi chảy yên ả quá chừng, làm như không có chuyện gì phải buồn phải vui. Sạch và trong vắng vất. Tôi thật bất ngờ về một miền đất gần gũi với mình. Ở đó có một dòng sông tinh khiết, yên tĩnh, như không hề bận tâm tới chuyện phố thị rộn ràng bên ngoài.

Huynh đệ chia nhau năm tro sau cùng của người pháp lữ cao niên rải xuống dòng sông. Nắng chiều óng ánh chiếu xuống màu áo lam, màu xám tro, màu sông nước, màu trái tim huynh đệ lần chia tay. Đẹp và cảm động vô cùng. Khi tôi bốc năm tro rải xuống, bụi tro bay bay trong hư không, từ từ tan loãng rồi hòa vào sông nước. Về đến thiền viện, ngồi lặng lẽ trong phòng, tôi như ngộ ra một điều : **đời người chỉ là năm tro.**

Thật ra chuyện này chúng ta ai cũng biết. Tôi cũng biết. Nhưng mãi đến khi chính bản thân mình cầm năm tro của bà cụ, mà trước đó mình ngồi một bên, còn nhìn, còn nói, còn cười gọi tên... bây giờ lại là năm tro, cũng do chính tay mình đem gởi xuống dòng sông. Bỗng dưng tôi cảm nhận sâu sắc về một đời người, chung cuộc của chiếc thân tứ đại, ai cũng như ai, chỉ là năm tro. Đã là năm

tro thì không có năm tro nào sang hơn năm tro nào, không có năm tro nào vinh quang hơn năm tro nào, không có năm tro nào tiện hơn năm tro nào. Tự nhiên bao nhiêu muộn phiền, toan tính trong lòng rớt xuống. Bởi vì mình đã là năm tro thì không có lý do gì đi phiền não các năm tro khác.

Chúng ta ít nhiều đã đánh mất cả một quãng đời của mình trong phiền lụy, khổ đau. Cuối cùng tứ đại này không mang theo được vì nó chỉ là năm tro, chỉ mang theo nghiệp mà thôi. Sao ta không tự hỏi vì cái gì mà ta tạo nghiệp, vì ai mà ta tạo nghiệp ? Vì năm tro mà tạo nghiệp ! Có vô lý không. Phải chi vì vàng vì ngọc mình tạo nghiệp cũng được đi, nhưng vì năm tro mà tạo nghiệp thì oan uổng quá. Tạo nghiệp để mưu cầu hạnh phúc, không ngờ lại chuốt quả khổ đau. Bởi vì ranh giới giữa hạnh phúc và khổ đau nằm ở chỗ nào, chúng ta không biết được.

Chẳng hạn trời đang nóng mình thêm ăn kem. Ăn được một cây kem thật tuyệt vời, có thể gọi là hạnh phúc. Ăn thêm một cây nữa, cũng còn hạnh phúc. Thêm một cây nữa thì... hết hạnh phúc, bởi vì nó sắp nôn ra đây nè. Nếu ăn kem là hạnh phúc thì càng ăn càng hạnh phúc, ăn một cây hạnh phúc chỉ có một, ăn hai cây hạnh phúc nhân đôi, ăn ba cây hạnh phúc nhân ba. Tại sao ăn ba cây lại hết hạnh phúc ? Thì ra chúng ta đã hiểu lầm về hạnh phúc. Hạnh phúc là gì ? Là vừa lòng. Tạm định nghĩa ngắn gọn như vậy đi.

Mình cho rằng cái gì vừa lòng, thích thú, thỏa mãn là hạnh phúc, mà không biết rằng cơ thể chúng ta, tâm tư chúng ta không bao giờ thỏa mãn được hết. Khi tham là cứ muốn thêm, mà sự tiếp nhận của thân tứ đại có

chừng mực. Đến lúc nó không tiếp nhận được nữa, mà nghiệp tham vẫn lôi kéo, thế là có sự xung đột giữa thân và tâm. Như vậy là mất hạnh phúc.

Phật dạy các pháp chỉ là duyên sinh thôi, chứ không có cái gọi là chân thật trong đó. Chúng ta luôn mong muốn mình sống thì phải được vừa lòng hoài, nhưng các duyên không biết chuyện ấy. Nó cứ đến cứ đi, cứ hợp cứ tan theo cách của nó. Mình không vừa lòng thì thôi, nó không chiều mình. Cho nên rốt lại hạnh phúc không có thật. Nó chỉ là ảo giác của cảm thọ.

Cảm thọ có ba :

Một là thọ khổ. Khi gặp những cảnh trái ý, nghịch lòng chúng ta không thích, gọi là thọ khổ.

Hai là thọ lạc. Gặp những cảnh vừa ý thuận lòng, chúng ta thích thú sung sướng, gọi là thọ lạc.

Ba là thọ không khổ không lạc. Khi gặp cảnh bình thường, chúng ta cũng thấy bình thường, gọi là thọ không khổ không lạc.

Trong ba cái thọ này, có một số người thích thọ bình thường. Tại sao ? Vì họ bảo có vui thì có khổ. Do sợ khổ nên không dám nhận vui, Lo xa như thế. Thì ra vì né cái khổ mà tránh cả cái vui, chớ không phải giác ngộ cái vui tạm bợ của thế gian vốn không thật. Do đó mà chọn thọ bình thường. Nhưng Phật nói rõ thế này: Ba cái thọ đó đều vô thường, ngay cả thọ bình thường cũng không thường.

Tóm lại, có thọ là có khổ. Chẳng hạn bây giờ mình không buồn cũng không vui, nhưng có chuyện buồn tới mình sẽ buồn. Chúng ta chọn cái bình thường, nhưng ngoại

duyên không mãi bình thường được, nó luôn thay đổi.

Ngoại duyên đến từ bên ngoài, chúng ta không thể chủ động được. Trong toàn bộ đời sống, con người chỉ chủ động một phần, còn lại phần lớn là bị động bởi các duyên bên ngoài. Như thời tiết tốt chúng ta thấy bình thường, dễ chịu, nhưng nếu nước lụt lên thì sao? Khổ liền. Các tỉnh miền Trung, miền Tây Nam bộ lụt hoài, dân mình cứ phải sống theo con nước, hoàn toàn không thể chủ động được. Đâu có ai muốn lụt, nhưng nước vẫn cứ dâng. Đó là duyên bên ngoài. Đến duyên bên trong lục phủ ngũ tạng của chúng ta cũng thế. Có ai muốn bệnh đau, mà sao vẫn cứ bệnh. Già có bệnh của già, trẻ có bệnh của trẻ. Ngày nay trẻ đã bệnh ké những bệnh của người già. Như vậy thân của mình mà mình nói nó không nghe, biểu dừng bệnh mà vẫn cứ bệnh. Rõ ràng chúng ta mất quyền tự chủ đối với thân tứ đại này rồi. Cho nên Phật bảo thân này không phải của mình.

Đã không phải của mình, tại sao người ta nặng nhẹ một chút mình lại nổi sùng ? Chúng ta khổ vì chúng ta làm. Đơn giản vậy thôi. Hàng xóm méch lòng nhau là vì hiểu lầm. Phật nói **thân này là duyên sinh**, do bốn chất đất nước gió lửa hợp thành, đó là phần thân, còn phần tâm là do nghiệp dẫn. Chúng ta tạo nghiệp, rồi nghiệp quay trở lại lưu dẫn chúng ta thọ sanh. Cho nên đời quá khứ chúng ta tạo nghiệp gì nhiều, đời sau sanh ra rất quen thuộc với nghiệp ấy. Thương ai nhiều, ghét ai nhiều, nhắc ai nhiều thì đời sau được gặp lại thôi.

Nếu đời quá khứ ta đã là người tu, đời này sanh ra thấy chùa muốn tu ngay. Đời quá khứ là ca sĩ, đời này nghe nhạc là hát. Hát

rất hay mà không cần ai chỉ vẽ, vì đã huân tập rồi. Nhiều thiên tài xuất hiện dưới dạng thần đồng, người ta bảo là thiên tư, thật ra nó là dòng nghiệp được nối tiếp từ đời trước.

Tuy nhiên, đạo Phật bảo nghiệp cũng không thật, có thể thay đổi được. Bởi vì nó do duyên tạo tác, luôn thay đổi sinh diệt. Nếu thật thì nó còn hoài và không thể sửa đổi. Song nó luôn biến dịch nên chúng ta có thể thay đổi được. Khi mê chúng ta tạo nghiệp xấu, nhưng tỉnh rồi không tạo nghiệp xấu nữa, mà tạo nghiệp thiện. Ví dụ chúng ta mê nên có tham sân si, nếu sáng suốt tỉnh táo ta sẽ không thêm tham sân si nữa. Điều đó có người đã làm được, như các bậc thánh nhân, cao tăng xưa cũng như nay. Nhờ thế chúng sanh mới có thể tu thành Phật.

Có người thấy tiền thích, có người thấy tiền không thích vì họ không có nhu cầu. Nhu cầu thường không nhất định, do quan niệm và sở thích của mỗi người mà phát sinh. Muốn bớt tham thì bớt nhu cầu. Muốn không tham thì không có nhu cầu. Vậy thôi. Cho nên tham tiền hay không tham tiền, chúng ta làm được, nếu muốn. Giữa hai nghiệp thiện và ác, mình muốn làm ác cũng được, muốn làm thiện cũng được. Làm ác thì nghiệp ác dẫn đi trong đường ác. Làm lành thì nghiệp thiện dẫn đi trong đường lành. Tất cả đều do chúng ta quyết định.

Có người thắc mắc, khi chết rồi đi về đâu ai mà biết được ?

Về vấn đề này, chúng ta có thể lý giải sự có mặt của nghiệp qua những gì mình thấy biết trong đời hiện tại. Như một gia đình, cha mẹ sanh ra ba đứa con. Chúng được chăm sóc như nhau, mà ba đứa không đứa nào giống

đứa nào. Chúng khác nhau trên mặt mày, trên tánh tình. Tại sao cùng cha cùng mẹ, cùng sống trong một môi trường, cùng nhận sự yêu thương chăm sóc như nhau mà lại khác nhau ? Nhiều đứa bé mới hai ba tuổi đã thể hiện những đường nét riêng của nó. Đường nét riêng này ở đâu ra ? Đâu có chuyện khơi khơi mà ra, chứng tỏ nó có chủng tử nghiệp từ đời trước.

Thêm điều này nữa, chúng ta vừa thấy người nào đó thì mến liên, mặc dù chưa nói chuyện với nhau lần nào. Người ấy có thể dễ mến với mình, nhưng chưa hẳn dễ mến với người khác. Cũng thế, trong trường hợp đối nghịch. Vừa thấy người đó lần đầu, bỗng nhiên ta dị ứng ngay, thì biết oan nghiệp tới rồi. Cho nên lúc ra đi, tâm mình bình an không vướng vương việc gì, không sợ hãi việc gì, không lưu niệm việc gì thì đi thanh thân, theo phước duyên thọ thân sau tốt đẹp. Ngược lại, trước lúc ra đi chúng ta sợ hãi, hoảng loạn, lo nghĩ đến con cháu thì thọ thân sau trong sự trói buộc của nghiệp lực đời trước.

Người Phật tử hiểu đạo rất sợ tạo nghiệp.

Thân này không giữ được vì nó là nắm tro, nhưng nghiệp sẽ quyết định cho vận mệnh nhiều đời của mình. Chúng ta không đầu tư vào chuyện chăm chút nắm tro, mà lo chuyển hóa tu tập ba nghiệp của mình. Hơn thua nhau từng tiếng là tạo nghiệp bất thiện. Từ đó lưu vào tâm thức những hình ảnh cảm tức sân hận, nguyện gặp lại để trả thì rất nguy hiểm. Đó là một trở ngại trong tiến trình tái sinh, nếu chúng ta chưa giải thoát được.

Ở đây mục đích của người tu thiền là giải thoát sanh tử, nhưng chúng ta không dám

đi quá xa với mức độ tu tập thực tế của mình, chỉ mong quý Phật tử chuyển được nghiệp bất thiện thành nghiệp thiện, định tĩnh trước phút lâm chung để có được hướng đi tốt. Sức mạnh của nghiệp rất đáng sợ. Ví dụ người nữ có tật hay cắn nướu. Thật ra họ không muốn cắn nướu nhưng khi đã thành nghiệp rồi, vừa gặp chuyện không hài lòng thì cắn nướu. Cắn nướu mà không hay mình đang cắn nướu. Cho nên mới nói bị nghiệp lôi, không kiềm chế được. Cũng như bên nam có tật uống rượu. Uống quen không uống thấy buồn, thấy thèm. Đặc biệt những lúc căng thẳng, bức xúc là đi kiếm rượu uống. Nhiều vị dư biết uống rượu là uống chất độc mà đã nghiện rồi thì không cưỡng lại được.

Thế nên vị nào lỡ ghiền rượu mà muốn bỏ thì xin đừng đi ngang quán rượu. Quán rượu đâu có tay mà kéo quý vị, nhưng cái nghiệp nó sẽ kéo. Nghiệp là gì ? Là thói quen. Thật đơn giản mà không đơn giản chút nào. Tại sao ? Như nghiệp uống rượu, nghiệp đánh bài, nghiệp hút thuốc... muốn bỏ không phải là chuyện đơn giản.

Lại nữa, chúng ta không ai thích phiền não nhưng luôn luôn sống trong phiền não.

Tại sao ? Tại quen rồi, bỏ không được. Ai bắt chúng ta phiền não ? Ta không có câu trả lời vì ta không dám nhận lỗi về mình. Bây giờ muốn giải trừ phiền não, nhất định phải truy nguyên cho ra nguồn gốc của nó. Phiền não từ mình mà ra. Do si mê tam tối nên ta tạo nghiệp, nghiệp quay trở lại làm tăng trưởng vô minh. Cứ thế xoay vần gốc vô minh càng lớn, nghiệp lực càng mạnh, chúng ta càng bị nó sai sử, chớ không ai bắt mình cả. Đối với phiền não, nhà Phật gọi nó là giặc. Muốn trừ giặc, trước tiên ta phải

phát hiện nó thật sớm, sau đó kiên quyết đuổi sạch, không khoan nhượng mới yên ổn được. Vừa nổi nóng lên ta phát hiện ngay, một tên giặc vừa lộ đầu ra, dùng gươm trí tuệ chém nhanh. Tự nói giận làm gì cho mệt, không thêm giận. Đó chính là tu tập, là chuyển hóa nghiệp. Việc này cũng phải có lực, nhà Phật gọi là đạo lực. Muốn có đạo lực mạnh phải liên tục huân tu, không đợi gặp cảnh mới tu.

Cái gan của chúng sanh lớn tợn lắm, rất sợ khổ mà chuyên lao vào nhân khổ. Phật nói Bồ-tát sợ nhân chúng sanh sợ quả. Nếu thấy phiền não mệt quá thì đừng thêm phiền não. Thí dụ hồi xưa mình nói chuyện với ai, bất đồng ý kiến là bắt đầu nổi sùng trong bụng, tức thiệt là tức. Bây giờ thấy tức mệt quá mình không tức nữa. Vậy thôi. Ngoài cách đó ra không còn cách nào hữu hiệu hơn. Có người bảo làm không được. Được chứ ! Cứ không thêm tức thử coi ai làm gì mình. Thật ra chúng ta không chịu buông cái sân giận mà lại đuổi theo nó, chơi với nó, hòa nhập làm một với nó. Trong tâm cứ bám cứng theo đối tượng làm nhân cho sự tức tối thì làm sao hết tức được.

Như có vị ngồi đây trong lòng đang buồn bực chuyện riêng. Lẽ ra hôm nay không đi nghe pháp mà tại sùng bà hàng xóm quá, đi cho khuây khỏa. Nếu chúng tôi chia sẻ với quý vị rằng đừng thêm sùng bà hàng xóm đó nữa, bỏ đi. Quý vị đồng ý thực tập như vậy. Bà ta đâu có nhảy vô bụng của quý vị cản lại điều ấy. Thành thử do ý chí, do quyết định sáng suốt, do sự thực hành của chúng ta thôi.

Tất cả trạng thái tâm khổ đau là do ta tạo ra, ta làm chấp. Người kia có quyền thích ngọt, mình có quyền thích mặn, không thể

bắt buộc người kia thích giống mình. Cũng không vì người kia thích ngọt, mà ghét người ta. Điều này vô lý. Tất cả các pháp do duyên sinh, không có duyên nào giống duyên nào, chỉ giống nhau ở chỗ chúng đều là tướng sinh diệt. Tướng sinh diệt thì không chân thật, có gì ta lán cần với nhau hoài, cuối cùng không ai hơn ai, cũng không ai tồn tại.

Chỉ một thứ tồn tại gây khó cho mình, đó là nghiệp ta đã tạo. Thế mà ta lại quên, cứ tạo hoài. Chính nghiệp tham sân si quyết định cuộc đời tiếp tục của chúng ta. Trong một đời này mình khổ đã ngán rồi, bây giờ gieo nhân để thọ thân nữa thì được khổ nữa. Một lần có thân là khổ, Phật bảo bốn thứ khổ cơ bản của thân là sanh lão bệnh tử, không ai tránh khỏi. Đó là chưa kể tới thành bại hơn thua trong cuộc đời. Thật ra cái chết không đáng sợ, nhưng vì mình mê thân nên sợ chết. Sống thì khổ mà lại không muốn chết. Vậy chớ sống để làm gì ? Sống để khổ. Có lạ lùng chưa !

Trở lại vấn đề nắm tro. Khi đang sống đây, dù chúng ta thành công vinh quang cách mấy, cũng không giữ được. Vì sự thành công ấy phải gắn liền với chủ nhân, mà chủ nhân sẽ không còn nữa để nhận sự vinh quang kia. Chủ nhân theo vô thường mà trở thành nắm tro. Tội gì vì một nắm tro mà ta khổ triền miên như vậy. Sao không ngay đây thanh thân, hạnh phúc, bình an, để khi trở về với cát bụi, ta chỉ còn lại sự thanh thân, bình an chớ không phải là nghiệp thức mê mẩn mang. Giả như còn nghiệp chúng ta cũng thọ nghiệp lành, tái sanh vào cõi lành. Nếu hết nghiệp chúng ta không còn đi trong sanh tử, vĩnh viễn thoát khỏi khổ đau.

Chúng ta cũng nên như thế, sống giữa trùng trùng duyên sinh tương đối, thân này còn không giữ được huống là mọi việc chung quanh. Cho nên người tỉnh ngộ sớm chừng nào thì khổ chừng đó. Tỉnh ngộ chậm hoặc không khéo tỉnh ngộ thì sẽ khổ đến nhắm mắt. Chẳng những khổ đến nhắm mắt mà cho tới lúc tái sinh vẫn tiếp tục khổ. Chúng ta buông xuống hết những buồn phiền, giận hờn, thương ghét để sống đúng trở lại bản vị của mình. Bên cạnh chùm duyên sinh còn có tánh giác.

Tánh giác ấy chúng ta hiện có đủ, bình đẳng như nhau và vĩnh cửu bất sanh bất diệt. Chúng ta luôn luôn nghe, luôn luôn thấy rõ ràng, đó là tánh Phật thường biết nơi mỗi chúng sanh. Tánh này không ưu tư, không lao lự toan tính, thường tại như vậy. Chỉ khi buông hết các duyên, ta mới nhận ra mình có tánh giác hiện hữu. Bây giờ còn thân tứ đại cũng vui mà không còn thân tứ đại cũng vui, sống cũng vui mà chết cũng vui.

Trong nhà Phật, người tu giỏi là người buông xả giỏi. Buông tới lúc trong lòng trống rỗng, không còn gì để buông nữa thì sống chết tự tại, vĩnh viễn an vui. Đó là những gì chúng ta cần chia sẻ với nhau.

Ni sư **Thích Nữ Hạnh Chiêu**



Phỉ báng Như Lai

Quảng Tánh

Thời Thế Tôn còn tại thế, trong quá trình du phương hoằng hóa, thi thoảng Ngài cũng gặp phải sự chống báng của tà kiến ngoại đạo. Khi Thế Tôn diệt độ, trải qua hơn 26 thế kỷ lưu truyền, giáo pháp của Ngài cũng gặp không ít sự chỉ trích, phê phán của những người có quan điểm bất đồng. Nhưng đó là chuyện rất bình thường ở thế gian này.

Có một chuyện khác thường, không phải bây giờ mới xảy ra, từ thời Thế Tôn đã “có hai hạng người này ở trong chúng Như Lai mà lại khởi lên sự phỉ báng”. Nhất là, khi hậu thế ở cách Phật lâu xa thì sự phỉ báng càng nặng nề thêm. Dầu không ai cố ý làm việc này, nhất là hàng Thích tử nhưng do vô minh, do tự ngã, do sơ suất, do... nhiều nhân duyên mà thành ra phỉ báng Như Lai.

“Một thời Phật ở nước Xá-vệ, rừng Kỳ-đà, vườn Cấp Cô Độc.

Bấy giờ Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

- Có hai hạng người này ở trong chúng Như Lai mà lại khởi lên sự phỉ báng. Thế nào là hai người? Là pháp sai nói là pháp đúng; nói pháp đúng là pháp sai. Đó là hai người phỉ báng Như Lai.

(Xem tiếp trang 31)

TẠO KHÔNG GIAN VỚI TÂM GIÁC NGỘ

Nguyên tác: Making Space with Bodhicitta

Tác giả: Lama Yeshe Chuyển ngữ: Hoa Chí

Tâm giác ngộ là chân lý thiết yếu, phổ quát.

Tư tưởng thuần khiết nhất này là nguyện ước và mong muốn giúp tất cả chúng sanh đạt được thực chứng năng lực cao nhất: Giác ngộ vô thượng.

Bồ tát nhìn thấy bản nhiên pha lê hiện hữu trong tất cả mọi người, và nhận ra vẻ đẹp của tiềm năng con người, nên luôn luôn có sự tôn trọng.

Nếu có tư tưởng thiếu tôn trọng, thì con người sẽ như cỏ rác, chỉ để sử dụng mà thôi. "À, người ấy không có nghĩa gì đối với mình. Loài người không có ý nghĩa gì cả đối với mình."

Tất cả chúng ta đều cố lợi dụng người khác, chỉ vì lợi ích của chính mình. Toàn thể thế giới được xây dựng trên sự tham chấp. Những nước lớn lấn át các nước nhỏ, trẻ lớn lấy kẹo của trẻ nhỏ, chồng lợi dụng vợ. Tôi làm bạn với người nào đó bởi vì người ấy có thể làm lợi cho tôi. Thế giới đều như vậy cả. Bạn gái, bạn trai. Mọi người đều ham muốn điều gì đó.

Mong muốn kết bạn chỉ vì lợi lạc cho người khác là cực kỳ hiếm hoi; tuy thế, đây là điều hết sức quý giá. Đức Phật giải thích rằng ngay cả một niệm của tâm thức này được hồi hướng cho sự giác ngộ vì lợi ích của chúng sanh có thể tiêu hủy hàng trăm nghìn kiếp nghiệp báo tiêu cực.

Chính những dính mắc làm cho chúng ta trở nên tầm thường và thiếu tự tin. Nhưng chỉ

một chớp lóe thậm chí rất nhỏ của ánh sáng tâm giác ngộ cũng làm cho trái tim ấm áp và thư thái.

Tâm giác ngộ là giải pháp tối ưu, là năng lượng nguyên tử giúp tiêu trừ tất cả tham chấp.

Tâm giác ngộ không phải là cảm xúc từ ái. Bằng việc hiểu rõ bản chất tương đối của chúng sanh và thấy được con đường tối thượng họ có thể đi, và bằng việc phát triển chí nguyện đưa tất cả chúng sanh đến sự giác ngộ, tâm thức sẽ tràn đầy tình yêu thương phát sinh từ tuệ giác chứ không phải cảm xúc.

Tâm giác ngộ không mang tính cục bộ. Với tâm giác ngộ nếu bạn gặp bất kỳ người nào, dù giàu hay nghèo, da đen hay da trắng, bạn cũng luôn luôn thoải mái và bạn có thể giao tiếp.

Chúng ta có một ý tưởng cứng nhắc; đời sống phải thế này hay thế nọ. "Điều này là tốt. Điều này là xấu." Chúng ta không thấu hiểu những khía cạnh khác nhau của thế giới con người. Nhưng, nếu có tư tưởng phổ quát phi thường này, suy nghĩ hẹp hòi của chúng ta sẽ tự động tan biến. Rất đơn giản: chúng ta có không gian và đời sống trở nên dễ dàng hơn.

Thí dụ, có người nào đó nhìn vào chúng ta, vào ngôi nhà của chúng ta, vườn tược của chúng ta và chúng ta cảm thấy khó chịu. Chúng ta cảm thấy bất an và chật hẹp trong trái tim mình. Kiêu mạn. "Đừng có nhìn tôi."

Nhưng với tâm giác ngộ thì bạn có không gian. Khi người nào đó nhìn bạn thì bạn có thể nói, "Ừm. Người đó đang nhìn mình. Nhưng không sao." Bạn có hiểu không? Thay vì cảm thấy khó chịu thì bạn biết là không sao cả.

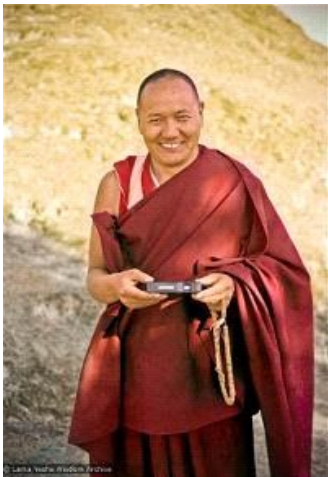
Tâm giác ngộ là chất gây tê ,gây mê giúp hoá giải niềm đau, và làm cho chúng ta an lạc.

Tâm giác ngộ là thuật giả kim có thể chuyển hóa mọi hành động để làm lợi ích cho người khác.

Tâm giác ngộ là vàng mây có thể mang mưa năng lượng tích cực để nuôi dưỡng làm mọi thứ lớn mạnh.

Tâm giác ngộ không phải là một học thuyết. Nó là một trạng thái tâm. Kinh nghiệm nội tại này hoàn toàn mang tính cá nhân. Vậy thì làm sao chúng ta thấy được ai là Bồ tát, ai là không? Chúng ta có nhìn ra được cái tâm luôn tự ca tụng mình không?

Nếu bản thân chúng ta cảm thấy bất an thì chúng ta sẽ lây lan cảm giác tiêu cực này đến người khác. Chúng ta cần có tư tưởng thuần khiết sâu thẳm nhất của tâm giác ngộ; cái này sẽ chăm sóc cho chúng ta ở bất cứ nơi nào./-



TÚY SANH MỘNG TỬ HAY AN LẠC TỈNH THỨC ?

Thiện Phúc

Thực trạng của đời sống con người trên thế giới hôm nay, nhứt là đời sống ở các quốc gia kỹ thuật tiên tiến, ngày càng trở nên sa đọa và đổ vỡ một cách thảm hại. Văn minh tiến bộ có khả năng đưa con người lên những tinh cầu xa xôi, cũng như nâng cao cuộc sống vật chất, chứ chưa bao giờ mang lại an lạc và hạnh phúc thực sự cho ai.

Chính một triết gia nổi tiếng Tây Phương là Jean Paul Sartre đã phải thú nhận rằng: "Mấy ngàn năm tư tưởng Tây Phương không làm lay đổ được dục vọng của con người." Thật vậy, con người trên địa cầu này càng ngày càng bị vật chất lôi cuốn; ngày càng sống theo dục vọng, sống như một cái máy, không còn biết gì đến tình cảm của một con người.

Chính vì vậy mà như chúng ta thấy đó, xã hội Âu Mỹ đã đưa đẩy nhiều người đến bên bờ tuyệt vọng với cuộc sống lê lết trong chán nản và trống rỗng. Sống chỉ biết có vật chất, không còn chút gì nhân bản; hờ ra là bực mình quần trí, hờ ra là cau có quạu quọ, sống để mà sống, chứ không còn một chút gì gọi là "người." Tại sao lại như vậy ? Tại sao lại có tình trạng "túy sanh mộng tử" như vậy? Sống như đang sống trong cơn say, còn chết thì như đang chết trong mộng, thì còn gì là ý nghĩa của cuộc sống nữa ?

Theo Đức Phật, sở dĩ có tình trạng sống say chết mộng như vậy là vì con người ngày càng

xa rời chính mình, xa rời chân tâm thực tánh của mình để chạy theo những ảo ảnh huyền mộng bên ngoài. Những nội kết tích tụ từ bấy lâu nay trong tâm con người là những đồng rác mà con người lại cam chịu sống chung với nó. Chẳng những thế, chúng ta còn cố ý trao truyền những rác rưởi nội kết ấy cho con cái chắt chít chúng ta làm hành trang mang vào đời. Thật đáng tội nghiệp!

Cũng theo Đức Phật, chúng sanh nhứt là con người, muốn giải tỏa những nội kết từ nhiều đời kiếp này, phải can đảm đứng lên làm một cuộc tự giải phóng tâm linh, trong đó con người không chối bỏ, không bị lôi cuốn, mà cũng không mù quáng chạy theo cách sống vô hồn của xã hội hôm nay.

Ngược lại, hãy đứng trong xã hội mà quán sát cho thật kỹ những gì nên theo và những gì không nên theo, cũng giống như một con người đang đứng trong một căn phòng tối, chưa nhận biết đường nào hướng ra cửa, thì khoan vội chạy ra, vì làm như vậy chúng ta sẽ bị đâm đầu vào tường, sụt trán bể đầu. Hãy định tĩnh một lúc và nhận ra cho được sự vật chung quanh mình, rồi từ đó mà lần ra cửa.

Muốn không bị dòng thác vật chất cuốn phăng đi, trước nhất chúng ta phải tự tìm về với chính mình, xem coi mình là ai, mình từ đâu tới đây, và tới đây để làm gì ? Nếu tự biết mình là những người con Phật, dù đã lăn trôi trong vạn triệu kiếp luân hồi, vô thi vô chung, nhưng mình biết rằng hôm nay mình tới đây không để tiếp tục lăn trôi nữa, mà ngược lại quyết theo chân Phật, trở về lại quê hương chân như mà mình đã một lần đại đột xa rời.

Nếu chúng ta nghĩ và làm được như vậy thì những ảo ảnh phù phiếm của văn minh vật chất sẽ không làm cho chúng ta đánh mất chính mình, do đó mà cuộc sống của chúng ta sẽ an vui và hạnh phúc, cuộc tu của chúng ta sẽ là miền trường giải thoát.

Tuy nhiên, Phật pháp nói dễ khó làm, dễ nói đến độ đưa trẻ lên bảy cũng nói được, nhưng khó làm đến độ ông già bảy mươi chưa chắc đã làm xong. Tại sao vậy ? Ai cũng biết và cũng nói được lấy oán trả oán thì oán thù chồng chất, lấy sân hận đáp lại sân hận, thì sân hận tràn đầy. Ai cũng nói được hận thù không thể xóa bỏ hận thù, nhưng lấy được ân để báo oán, lấy được tình thương để xóa bỏ hận thù không phải là chuyện dễ.

Muốn làm được như vậy, chúng ta không có con đường nào khác đâu hỡi những người con Phật! Tu không là nói, mà là hành trì, càng nói càng vọng động, càng nói càng lộng ngôn lộng ngữ, càng nói chúng ta càng cảm thấy mình là cái rún của vũ trụ, càng nói chúng ta càng mục hạ vô nhơn. Hãy rập mình sát đất mà tu, hãy khiêm cung từ tốn học lấy hạnh, nguyện và đức của chư Phật và chư Bồ Tát mà hành trì.

Hãy sống hòa điệu với mọi người mọi loài, chứ đừng trăn áp một ai, ngay cả những chúng sanh vô tình. Sống mà biết từ bi hỉ xả, biết khiêm cung từ tốn, biết nhẫn nhục, biết đâu là đường chánh nẻo tà, biết bác ái vị tha, thì cuộc sống đó chính là cuộc sống của một bậc thức giả.

Sống được như vậy thì cho dù chúng ta có đang ở thành thị hay nông thôn, giữa rừng già hay ngay lòng phố thị, từng bước chân ta

đi là từng bước an lạc và tỉnh thức, từng sát na ta sống là từng sát na ta sống thực với chân tâm thực tánh của chính mình. Lúc ấy khổ đau hay hạnh phúc cũng chỉ là những danh từ trừu tượng và vô nghĩa với chúng ta mà thôi.

Phỉ Báng Như Lai

(Tiếp theo trang 27)

Lại có hai người không phỉ báng Như Lai. Thế nào là hai? Nghĩa là pháp sai (phi pháp) nói là pháp sai, pháp đúng (chân pháp) nói là pháp đúng. Đó là hai người không phỉ báng Như Lai. Thế nên, các Tỳ-kheo, pháp sai hãy nói là pháp sai, pháp đúng hãy nói là pháp đúng. Như thế, này các Tỳ-kheo, hãy học điều này!

Bây giờ các Tỳ-kheo nghe Phật dạy xong, vui vẻ vâng làm.

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập I, phẩm Tàm quý, VNCPHVN ấn hành, 1997, tr.295)

Thế Tôn đã dự liệu về hội chứng “sư tử trùng” từ rất lâu xa. Bởi không loài thú nào có thể quật ngã sư tử ngoại trừ những con vi trùng ở trong thân sư tử. Cũng vậy, những người ngoài dù có phỉ báng Như Lai đến mấy thì vẫn không hề hấn gì đến đạo pháp. Nhưng chính những thành viên trong hội chúng của Như Lai lại tiềm ẩn nguy cơ phỉ báng Ngài vì giảng nói sai Chánh pháp, và có thể tổn hại đạo pháp nghiêm trọng.

Thời Thế Tôn, nhiều lần Ngài cho vời các Tỳ-kheo giảng nói sai Chánh pháp đến và

khiến trách nặng nề. Cũng may có Ngài nên kịp thời hiệu chỉnh, sau đó mọi việc đi vào nề nếp. Ngày nay, Phật pháp có mặt khắp nơi trên thế giới, được phân chia thành hai truyền thống lớn Bắc tông và Nam tông.

Tại Việt Nam, Phật pháp như hội tụ, gồm đủ các truyền thống, tông phái, hệ phái chính. Duyên lành cho đạo pháp nước nhà là dù hội tụ nhiều nguồn mà vẫn giữ được thống nhất và hòa hợp.

Nhưng gần đây, có một hiện tượng đáng quan ngại đang diễn ra trong ngành hoàng pháp là một số vị pháp sư, giảng sư thuyết giảng Phật pháp với chủ kiến cá nhân như phủ nhận địa ngục và cõi trời (tịnh độ), khiến người học Phật hoang mang. Đây là những tiền đề đã được Như Lai xác lập hiện diện trong kho tàng giáo điển Phật giáo Nguyên thủy cũng như Phật giáo Phát triển.

Liên hệ với lời dạy “Pháp sai nói là pháp đúng; nói pháp đúng là pháp sai. Đó là hai người phỉ báng Như Lai”, vậy có thể xem các vị ấy là nhà hoàng pháp hay là ‘sư tử trùng’ đang góp phần phá hoại Phật pháp?

Mong rằng, Giáo hội cũng như các vị tôn túc có trách nhiệm trong ngành hoàng pháp kịp thời chấn chỉnh, ngăn chặn biến tướng này. Hãy nêu cao Chánh kiến và tinh thần vô úy của vị sứ giả Như Lai, “Pháp sai hãy nói là pháp sai, pháp đúng hãy nói là pháp đúng” để Phật pháp được trường tồn, chúng sinh an lạc.

Quảng Tánh

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: