

# 25 BÀI GIẢNG PHẬT PHÁP



HT Thông Bửu

---o0o---

*Nguồn*

<http://www.tuvienquangduc.com.au/>

*Chuyển sang ebook 14-03-2016*

*Người thực hiện :*

*Nguyễn Ngọc Thảo - thao\_ksd@yahoo.com.vn*

*Tuyết Nhung - tuyetnhungbc1617@yahoo.com.vn*

*Dũng Trần - dungxtr2004@gmail.com*

*Nam Thiên - namthien@gmail.com*

[Link Audio Tại Website http://www.phapthihoi.org](http://www.phapthihoi.org)

## Mục Lục

LỜI PHI LỘ

BÀI SỐ 01: ĐỜI ĐẠO CHĂNG HẠI

BÀI SỐ 02: TƯ TƯỞNG VƯỢT BẬU KHÍ QUYÊN

BÀI SỐ 03: HIỆN MẬT TƯƠNG QUAN

BÀI SỐ 04: THIỀN TỊNH NGANG NHAU

BÀI SỐ 05: TẠI SAO PHẢI QUY Y TAM BẢO ?

BÀI SỐ 06: GIỮ NĂM GIỚI CÓ KHÓ KHÔNG ?

BÀI SỐ 07: PHÁP MÔN TU NIỆM GIỮA KHUYA

BÀI SỐ 08: PHƯƠNG PHÁP SỐNG HÒA THIÊN NHIÊN

BÀI SỐ 09: KHAI MỞ CON MẮT THỨ BA

BÀI SỐ 10: SỬA NHỮNG GÌ CHƯA HỢP LÝ LÀ TU LUYỆN, LÀ AN CƯ

BÀI SỐ 11: MẶNG MỘC LÚC TRE CHƯA TÀN

BÀI SỐ 12: BÌNH ĐẲNG NHƯ CÓN MƯA

BÀI SỐ 13: GIỌT SỮA ĐỌNG ĐÁY LY

BÀI SỐ 14: PHƯƠNG PHÁP VĂN TU TU TRỪ PHIỀN NÃO

BÀI SỐ 15: PHÁP DIỆU

BÀI SỐ 16: PHÁP TỊNH TRỤ TRÊN PHÁP ĐỘNG

BÀI SỐ 17: ĂN NO TU ĐẮC  
BÀI SỐ 18: HAI DÒNG SÔNG CÙNG MỘT NGUỒN  
BÀI SỐ 19: BỒ ĐỀ  
BÀI SỐ 20: SEN NỞ BỐN MÙA  
BÀI SỐ 21: QUÁN NIỆM ĐÚNG TỪ TRƯỜNG  
BÀI SỐ 22: NIỆM PHẬT TAM MUỘI  
BÀI SỐ 23: SÓNG BIỂN  
BÀI SỐ 24: QUÂN BÌNH ÂM DƯƠNG  
BÀI SỐ 25: BỐN MÙA VIỆT NAM

---o0o---

### LỜI PHI LỘ

*Mùa an cư năm nay, Tổ đình Quán Thế Âm (Phú Nhuận) vẫn duy trì Phật sự đi cúng dường chư Tăng ni an cư kiết hạ khắp ba miền đất nước như chín năm qua. Năm nay tăng cường thêm một chuyến vì có thêm tỉnh Bình Phước (miền đông Nam bộ). Như vậy số chuyến đi cúng dường là chín chuyến. Tổng số điểm cúng dường khoảng 130 trường hạ, trên 37 tỉnh - thành phố.*

*Năm nay gặp một chướng duyên là vị Trưởng ban tổ chức, Sa môn Thích Thông Bửu, vì mới xuất viện qua một cơn bạo bệnh, nên không thể tham gia suốt hành trình cúng dường, mà chỉ tham gia một số chuyến. Những năm trước khi đi đến nơi chư Tăng ni an cư số đông thì Hòa thượng Thông Bửu đều có giảng. Năm nay số thời nói chuyện các nơi giảm bớt, vì vậy nên Hòa thượng mới chọn 25 bài giảng Phật pháp, biên tập thành sách, hầu cúng dường tận tay từng vị Tăng ni. Giảng thì chỉ lướt qua và nghe một lần, còn xuất bản thành sách thì quý vị có thể tham cứu và đọc nhiều lần.*

*Rất mong tập sách 25 bài giảng Phật pháp này được đến hầu gần chư tôn Hòa thượng, đồng thời đến tận tay chư Tăng ni và Phật tử một tài liệu hữu ích.*

*Kính chúc chư Tôn đức chứng minh pháp thể khinh an. Cầu nguyện chư Tăng ni, quý vị thức giả cùng đồng bào Phật tử mọi sự kiết tường, tùy tâm mãn nguyện.*

**Trang trọng**

**BÀI SỐ 01: ĐỜI ĐẠO CHẴNG HAI**

Khi nào con người không còn phân biệt đạo đời riêng rẽ thì lúc đó cõi đời này mới biến thành thiên đàng trần gian. Muốn sự việc trở thành hiện thực, trước nhất giới đệ tử Đức Phật phải thông suốt pháp “chẳng hai”. Tức là pháp đời đạo chẳng hai. Tại sao? Tại vì Hòa thượng, Phật tử, Quan chức nhà nước, thường dân, hay bất cứ ai cũng đều chung thở một bầu không khí. Vậy thì tại sao phân biệt đời riêng, đạo riêng. Tất cả mọi sinh vật, nhất là con người khắp năm châu, đều thở chung một chất không khí. Anh chị thở ra, tôi hít vào. Tôi thở ra, anh chị hít vào, tất cả đều thở chung một khí trời, mọi người cũng thế chứ nào có riêng biệt cho ai. Giáo pháp nhà Phật dạy, muốn đắc đạo, phải tu pháp vô phân biệt. Vậy mà có nhiều người đệ tử Đức Phật lại nhìn đời bằng cặp mắt thiên lệch, đời khác, đạo khác. Phân biệt đối xử giữa giai cấp giàu nghèo, sang hèn khác nhau, đối xử với đời bằng tư tưởng chia rẽ! Thấy đời đáng ghét chứ không đáng thương. Có những vị lại tìm cách xa lánh đời. Một khi đạo đối với đời như vậy thì đời nhìn đạo thế nào? Dĩ nhiên một số người đời cũng nhìn những vị tu sĩ đáng ghét chứ chẳng đáng thương.

Chủ trương của Việt Nam hiện nay là đoàn kết và đại đoàn kết toàn dân. Vậy mà trong tư tưởng một số quan chức và một số tu sĩ vẫn còn có hai lần ranh cách biệt nhau. Vậy hỏi chừng nào thực hiện được chủ đích đại đoàn kết toàn dân. Hỏi những ai là đệ tử Đức Phật, hãy thấm nhuần giáo pháp đạo đời không hai. Nghĩa là không tách rời đạo đời thành hai mảng. Chúng ta hãy tự đặt câu hỏi, nếu đất nước này bị xâm lăng, đồng bào ta bị nô lệ, thì liệu rằng đạo Phật có còn yên ổn tu hành hay không? Nhà lán giềng cháy, chùa mình có yên không? Gương mặt nước đã qua và hiện nay dân tộc Phi Châu, vì đời đạo chẳng một, nên người dân châu này chưa được hưởng sự an nhàn, trong lúc đó thì đất nước họ; hầm mỏ, tài nguyên phong phú, thế mà vì sự chia rẽ nên đời sống người dân Phi châu vẫn còn khổ lụy.

Đức Phật đã từng công bố: “Những gì Như Lai đã thuyết giảng, suốt bốn mươi chín năm, nó chỉ là số lá nằm trong lòng bàn tay, còn giáo pháp thì nhiều như lá trong rừng, chỉ có điều là Như Lai chưa có thể nói hết”. Người đời có kẻ cho rằng, Đức Phật thuyết pháp bốn mươi chín năm, nhưng Ngài tuyên bố là chưa nói lời nào cả! Đức Phật tướng lưỡi rộng dài, vậy Ngài đã

thuyết giảng suốt đời mà Ngài lại chối bỏ lời nói của chính mình đã nói ư! Nếu vậy thì ai nói? Ngài chưa nói lời nào thì tại sao có tam tạng giáo lý kinh điển. Câu này chỉ có nghĩa là trong bốn mươi chín năm thuyết pháp, Ngài chưa nói hết giáo pháp. Đức Phật đã đề phòng sự hiểu lầm này, nên Ngài còn long trọng tuyên bố: **“Các pháp thấy đều là Phật pháp”**, hoặc **“Phật pháp bất ly thế gian giác”**. (không thể rời pháp thế gian mà giác ngộ Phật pháp). Hoặc câu: **“Nhị đế dung thông tam muội ấn”**. Nghĩa là phải dung thông chân đế lẫn tục đế thì mới chứng đắc chánh định. Chân đế là đạo, tục đế là đời. Đời đạo phải dung hợp và thông suốt thì mới chứng đắc thiên định.

Toàn phần kinh A Hàm của tiểu thừa nghiêng về tục đế. Còn các kinh đại thừa nặng phần chân đế. Người tu học Phật phải dung thông cả tục lẫn chân. Tục đế nghiêng về sự tướng, chân đế nặng về lý tính. Lý sự phải viên dung mới đắc ngộ chân lý. Chân lý là gì? Chân lý là sự lý chân thật (tức là sự thì thật, lý thì chân).

Bắt đầu học Phật phải học và tu đạt phần sự và cùng tu đắc về phần lý. Khi nào sự lý dung thông mới liễu ngộ đạo. Khi Đức Phật còn tại thế, sơ khởi Ngài lập tông pháp tướng. Khi hàng đệ tử đã đạt được phần **“Sự tướng”**, Đức Phật lập tông phá tướng. Khi phá tướng xong, Đức Phật mới lập tông pháp tính, **“Tướng, Phá tướng, Pháp tính”**. Khi tông pháp tính đạt, Đức Phật mới chuyển vào nhất thừa pháp. Tức là đại thừa và tối thượng thừa. Tóm lại, thuở đó Đức Phật chế ra ba tông: Pháp tướng tông, phá tướng tông và Pháp tính tông. Khi đã liễu ngộ thì cả ba tông đều xoá bỏ. Đạo Phật du nhập vào Trung Hoa từ thời Hán Minh Đế, mãi đến đời tổ thứ 28, thiên tông mới truyền mạnh vào Trung Hoa, lại rủi gặp thời Bách gia chư tử, tức là trăm nhà học thuyết tranh nhau xé rách nền văn minh thống suốt của Trung Hoa. Đạo Phật cũng bị ảnh hưởng lây nên chư Tổ mới phương tiện lập thành mười tông. Phật giáo bị ảnh hưởng ba thời kỳ pháp nạn (Tam Vũ), nên chín tông dùng văn tự truyền bá chánh pháp lui dần vào chỗ lu mờ, chỉ còn có thiên tông không lập văn tự nên được phát triển mạnh và lan truyền sâu rộng, ảnh hưởng mãi đến các đời sau. Vì vậy nên thỉnh thoảng thiên tông mới có vài vị tu thiên chủ quan rằng đạo Phật duy nhất chỉ có thiên tông mà thôi! Than ôi! Không có gì hủy báng đạo Phật cho bằng sự chủ quan tếu như thế! Thực tế khi Đức Phật còn tại thế, Ngài phân có ba tông, ấy là phương tiện để dễ độ học trò, tùy trình độ theo từng mỗi thời kỳ, sau đó xoá bỏ, chứ không hề lập tông, lập phái để tự xưng tông chủ, phân biệt môn phái này kia để kích bác lẫn nhau.

Ai chia được không gian thành từng mảng thì người đó mới có thể chia đạo Phật thành từng tông riêng rẽ, chia là làm suy yếu đạo Phật; ngược bằng không chia khoảng không gian thành từng mảng thì chớ nên hoài công mang chiếc bình tràn già từ phương này sang phương khác, mở nút bình thu không khí vào bình, mang về nơi mình trú cho thêm không khí. Việc làm thiếu ý thức như thế thật là đáng thương.

Đời đạo bất khả phân. Ai phân có đời riêng đạo riêng thì người đó đã vô tình, hoặc cố ý đi ngược lời dạy của đức Phật và lại chủ trương đại đoàn kết toàn dân của Việt Nam.

Ai chưa nhận chân được nguyên lý chẳng hai thì về mặt đạo chưa xứng đáng làm đệ tử của Đức Phật, về mặt đời chưa vẹn toàn nhân cách.

Mọi sự chia rẽ giữa đời với đạo thì chẳng những hiện tại đi ngược lại nguyện vọng của mọi người, mà tương lai còn có tội với lịch sử.

Ai nhân danh đạo hay đời mà phân chia thành khối này khối kia riêng biệt là tự đào hố chôn mình và hoàn toàn đi ngược công lý lẫn chân lý.

Đời và đạo là một, dù phương tiện phân chia từng trách nhiệm nhưng sứ mệnh như nhau. Đạo đời cùng chung đưa nếp sống loài người đến chỗ an vui, công bằng, văn minh và tiến bộ.

Vấn đề vừa nghe thì quá đơn giản, nhưng tiến tới thành tựu đạo đời vốn chẳng hai thì sẽ gặp muôn vàn khó khăn; bởi vì sự phân chia của thời thực dân phong kiến, nhất là thế lực của kẻ xâm lăng theo phương châm chia để trị, nên quân chúng Việt Nam đã ăn sâu vào tư tưởng, khó mà khai mở thống suốt nguyên lý đạo và đời chẳng hai. Nhưng mà khó cách nào, thế hệ chúng ta nhất quyết phải hoàn thành sứ mệnh, quyết không mắc mưu kẻ xấu mà phân biệt chia rẽ đạo đời là hai. Ngày xưa ông cha ta có câu: “Con vua luôn được làm vua, con sãi ở chùa phải quét lá đũa”. Vạn Hạnh thiền sư đã làm cuộc cách mạng vấn đề này. Ngày nay một số nước tư bản bắt buộc tôn giáo và học đường không được tham gia chính trị. Họ chẳng hiểu thế nào mới đúng nghĩa. Chính trị là **“Chính kỳ tâm, trị kỳ an”**. Mọi người ai ai đều giữ tâm chân chính thì tự nhiên xã hội thanh bình thịnh trị an vui. Vậy tại sao cấm tôn giáo và học đường **“chính kỳ tâm”** ?

Nếu thế hệ này chúng ta không thông suốt đạo đời chẳng hai, thì nhiều thế hệ sau, con cháu chúng ta còn phải nhận sự điêu tàn và toàn dân khó mà đoàn kết đại đoàn kết.

Mỗi vị đệ tử Phật sau khi đã thông suốt giáo pháp đạo đời chẳng hai, hãy tiên phong đóng vai trò là một cán bộ đạo đức, truyền bá nguyên lý đạo đời chẳng hai. Truyền bá theo cấp nhân thì chúng ta sẽ sớm hoàn thành phương pháp đại đoàn kết. Đất nước chúng ta sẽ sớm hưởng thanh bình thịnh trị. Mọi nhà, mọi người chúng ta sẽ được an nhàn hưng thịnh.

Chúng ta nhất định thành tựu pháp **Đời đạo chẳng hai**.

---o0o---

## **BÀI SỐ 02: TƯ TƯỞNG VƯỢT BẦU KHÍ QUYỀN**

### **1.- Mời tham gia cuộc chơi**

Thành Phật hay thành ma, đều do tư tưởng. Bần hàn ti tiện hay phú quý cao sang cũng đều do tư tưởng. Tư tưởng cao siêu rộng mạnh thì thành Phật, thành tiên, thành thánh. Trái lại, tư tưởng thấp hèn chật hẹp thì thành quý, thành ma. Chúng sanh ai cũng có Phật tánh. Mỗi người thầy đều có mười pháp giới tánh, chỉ khác nhau pháp giới tánh nào cao hơn. Tánh ma, tánh người hay tánh Phật... Chỉ có thể thôi! Lại cũng không nhất định **“là do hay tại”** định mệnh an bài, định mệnh bắt ta phải bần hàn ti tiện, hoặc là số ta suốt đời sẽ được phú quý cao sang. Chẳng ai giàu ba họ, chẳng ai khó ba đời. Tất cả đều không do sự an bài, lại cũng không phải cố định, cũng không phải do ai thưởng phạt. Quyết định đời mình là do chính tư tưởng của mình có đủ can đảm và biết phương pháp vươn lên hay không.

Sự thấp hèn là do tư tưởng chỉ quanh quanh nơi cái nhà của tôi. Người học Phật, trước nhất là tư tưởng, phải vượt khỏi bầu khí quyền, để dạo chơi khắp thế giới Sa bà và nhập vào trùng trùng pháp giới bao la.

- Thế giới Sa bà là gì?
- Sa bà là kham khổ. Biết khổ mà vẫn vui vẻ chấp nhận sự khổ đó.
- Ai làm giáo chủ cõi Sa bà?
- Đức Phật Thích Ca Mâu Ni.
- Vậy thế giới Sa bà rộng hẹp thế nào?
- Rộng đến ba ngàn đại thiên thế giới.

- Thế nào là ba ngàn đại thiên thế giới?

Phật giáo khẳng định, không gian vô biên, thời gian vô tận. Vậy bầu khí quyển chỉ là một khoảng không gian nhỏ hẹp. Nhưng sơ khởi tư tưởng phải quán niệm khỏi bầu khí quyển, mới nhập vào ba ngàn đại thiên thế giới. Chưa nhập vào ba ngàn đại thiên thế giới thì chưa thể nào hiểu được trùng trùng pháp giới bao la.

Ngày 20 tháng 04 năm Giáp Thân (2004), đài truyền hình Việt Nam chiếu chương trình, hiện nay sinh viên các trường đại học Úc có đầy đủ dụng cụ thực tập nhìn lên bầu trời bao la để quan sát tất cả các hành tinh và có thể đặt tên cho mình, hành tinh nào mình ưa thích nhất. Cách đây một tuần, công ty hàng không Hoa Kỳ đã đưa một máy bay thương mại vào không gian rồi trở về trái đất an toàn. Đặc biệt, gần đây người ta đang vận chuyển hàng trăm ngàn tấn kim loại cán mỏng như ván, đưa ra ngoài không gian để xây dựng một sân bóng và sau này ai có tiền sẽ có cơ hội mua vé máy bay đi du lịch vượt bầu khí quyển xem bóng đá. Nhưng dù nền khoa học đã phát minh phổ biến đến giới sinh viên, vấn đề này cũng chỉ phát minh quan sát dải ngân hà gần chúng ta nhất, dải ngân hà này gồm có bảy mươi hai tỷ mặt trời. Ngân hà khoa học gọi là thiên hà. Thiên hà này tên tiếng Pháp là Voie lắctê (Voie lactéc). Bầu trời còn vô số thiên hà, như thiên hà Ga lắct xi chẳng hạn. Trở lại danh từ ba ngàn đại thiên thế giới. Ba ngàn đại thiên thế giới còn gọi là Sa bà thế giới, cũng còn gọi là một cõi Phật độ. Vậy chúng ta hãy tìm hiểu một cõi Phật độ.

---o0o---

## ***2.- Một cõi Phật độ:***

Một Đức Phật độ chúng sanh một cõi, rộng khắp ba ngàn đại thiên thế giới, danh từ gọi là cõi Phật độ.

Vậy diện tích cõi này rộng bao nhiêu? Rộng không có số đo lường. Như vậy có thể cho biết có mấy cõi Phật độ? Nhiều lắm, không thể có số tính đếm. Vì một Đức Phật độ chúng sanh ba ngàn đại thiên thế giới, mà số chư Phật đông nhiều hơn số cát sông Hằng, mỗi hạt cát tính đếm một cõi Phật độ, như thế số Đức Phật và cõi Phật độ nhiều biết chừng nào, làm sao có thể tính đếm xuê.

***Ba ngàn đại thiên thế giới***

Một Đức Phật độ ba ngàn đại thiên thế giới. Tam thiên là ba lần ngàn, mà ba lần ngàn đại thiên, chứ không phải ba lần ngàn tiểu thiên, hay trung thiên.

### ***Một tiểu thế giới***

Quả đất ta đang ở gọi là Nam Thiệm Bộ châu, cộng với ba châu nữa đó là Bắc Câu Lô châu, Đông Thắng Thần châu, Tây Ngưu Hóa châu. Bốn châu này loài người đang sinh sống, nên gọi là bốn châu thiên hạ. Vị trí mỗi châu ở một mặt núi Tu di. Núi Tu di cao hai mươi tám tầng, mặt trời lưng chừng tầng thứ bảy.

- Một núi Tu di
- Một mặt trời
- Bốn châu thiên hạ
- Sáu tầng trời Dục giới

Cả bốn nơi này cộng chung chỉ mới có một tiểu thế giới.

### **Một tiểu thiên thế giới:**

Bốn nơi tính là một tiểu thế giới. Cộng một ngàn tiểu thế giới, mới có một tiểu thiên thế giới. Lưu ý, tiểu thế giới rồi đến tiểu thiên thế giới.

### ***Một trung thiên thế giới:***

Cộng một ngàn tiểu thiên thế giới, mới thành một trung thiên thế giới.

### ***Một đại thiên thế giới:***

Cộng một ngàn trung thiên thế giới, mới thành một đại thiên thế giới.

### **Tam thiên đại thiên thế giới:**

Ba lần ngàn đại thiên thế giới, mới thành tam thiên đại thiên thế giới. Tam thiên đại thiên thế giới là một cõi Phật độ.

Đức Phật Thích Ca Mâu Ni làm giáo chủ cõi Sa bà, tức là đang độ ba ngàn đại thiên thế giới.



Trong khoảng “*chơn không*” mênh mông có hàng triệu triệu tỷ Đức Phật, tức là số cõi Phật độ nhiều không thể tính đếm. Nói Hằng hà sa, tức là số cát sông Hằng, để tạm ước lượng số cõi Phật độ, chứ nếu đếm được số lượng cát sông Hằng thì số cát vẫn chưa bằng số cõi chư Phật độ.

Quan niệm của Phật giáo về vũ trụ là như thế.

Cũng cần nói thêm về sáu tầng trời Dục giới.

- Thứ nhất: Tứ Thiên Vương
- Thứ hai: Đao Lợi
- Thứ ba: Dạ Ma
- Thứ tư: Đâu Suất
- Thứ năm: Hóa Lạc
- Thứ sáu: Tha Hóa Tự Tại

Tầng thứ sáu, Ngài Đại Tự Tại Thiên vương, tức là Ngài Đại Thiên Ma vương làm vua cõi này. Nữ giới không được làm vua cõi Thiên ma.

Quan niệm về vũ trụ của Phật giáo là như thế. Nghĩa là trùng trùng pháp giới bao la, và trùng trùng pháp giới bao la này cũng có thể gọi là khoảng chơn không. Quan niệm Nho giáo gọi khoảng chơn không này là “*Thái Cực*”. Trời đất sơ khai là một vùng Thái cực mênh mông. Từ đây mới sinh âm dương. Từ nơi âm dương sinh tứ tượng, rồi bát quái, cứ thế sinh ra cả muôn loài vạn vật. Như vậy thì muôn loài vạn vật đều nằm trong bầu thái cực, mà không hề quái ngại. Vậy thì muôn loài vạn vật cùng hòa hợp trong vũ trụ, hay nói khác hơn là trùng trùng pháp giới. Tức là tất cả hòa trong bầu thái cực mà không hề chống nghịch nhau. Cũng xin lưu ý, hòa hợp chứ không hòa tan, không phải cái này hòa vào thì cái kia biến mất. Hòa hợp để cùng tồn tại, cùng phát triển. Cũng như thế giới loài người, hòa hợp trên tinh thần quốc tế và tôn trọng chủ quyền lãnh thổ bất khả xâm phạm. Đức tính hòa hợp của các nhà đạo đức như sự hòa hợp của muôn loài, vạn vật trong vũ trụ vậy. Vì lý do dễ hiểu này nên vị nào muốn trở thành nhà đạo đức thì tự xét mình đã có tính hòa hợp như vạn vật, muôn loài, trong bầu thái cực hay chưa? Nếu còn đầu óc cá thể, địa phương thì hãy mở rộng để cùng hòa hợp, chưa hòa hợp chưa trở thành nhà đạo đức, mà chưa thành nhà đạo đức thì làm sao gương mẫu cho người khác? Mở rộng tầm nhìn khắp vũ trụ, tức là thông suốt vũ trụ quan vẫn chưa đầy đủ mà cần phải xuyên suốt về **nhân sinh quan**.

### 3.- Tư tưởng vượt bầu khí quyển - Phương pháp:

Trước nhất hành giả tắm rửa, áo quần sạch sẽ, thoải mái, giữ tâm ý thanh tịnh, tìm chỗ thanh vắng, ngồi kiết già hay bán già, người lớn tuổi ngồi trên ghế thông chân. Thở vài hơi ầu nhi để thêm sức, niệm Phật hoặc trì chú, hoặc là niệm điều thiện gì, kể cả niệm kinh các tôn giáo khác, nhiều ít tùy sức khỏe, miễn sao bỏ được mọi điều tạp niệm. Khi đã vào chánh niệm, hành giả thông thả hít thở nhẹ nhàng, ít nhất là mười hơi, theo phương pháp “**Gió thổi nhẹ mát sân**”. Nghĩa là nhẹ nhàng, thông thả hít hơi vào, thay đổi bụi dơ, nếu không gì trở ngại có thể thở theo cách chậm sâu lâu nhẹ.

*Hít hơi vào chậm chậm*

*Hơi dưới rún thật sâu*

*Giữ hơi lại lâu lâu*

*Thở hơi ra nhẹ nhẹ*

*Ngưng hơi ngoài khe khẽ*

*Rồi mới hít hơi vào.*

Hơi ở ngoài lâu mau tùy ý. Nhưng khi hít hơi vào, tưởng tượng ở trên đầu mình có một cái phễu đang đón nhận một luồng hơi vào bách hội và sau đó luân lưu toàn thân thể. Khi thở hơi ra, tưởng tượng, tám mươi bốn ngàn lỗ chân lông khắp cơ thể đều có hơi thông ra. Tất cả hơi này kết lại thành vàng mây, lững lơ trôi vào không gian. Mây tan biến thành một luồng khí trắng, nhẹ vượt khỏi tầng Ozol, thông thả tỏa khắp ngân hà, lảng lảng hòa nhập vào pháp giới bao la. Lấy mặt trăng làm điểm trung tâm. Tư tưởng theo hơi vân du khắp nơi, khi nào cảm tưởng lạc hướng, lại tiếp tục hít hơi khác, cũng thông qua chiếc phễu tưởng tượng (có nơi gọi là cái quặng). Thời gian vượt bầu khí quyển du nhập không gian, lâu mau tùy người. Một điều cấm kỵ quan trọng, đó là người thực hành đừng bao giờ nghĩ mình đang tham thiền. Mật ngữ nhà Phật gọi là “thiền mà chẳng thiền, đó mới thực là thiền”. Nếu hành giả nghĩ mình đang tham thiền nhập định thì chuyến vượt bầu khí quyển du nhập không gian bị hỏng hoàn toàn.

Lúc đầu còn bỡ ngỡ, lâu dần sẽ quen và thấy thích thú, ham du nhập không gian, hơn du lịch hoàn cầu. Phương pháp này chẳng phải tu luyện gì cả, chỉ như là mình dạo chơi thoải mái mà thôi, cho nên không dành riêng

cho đạo Phật, cũng không dành riêng cho những người có tín ngưỡng tôn giáo, mà là tất cả mọi tầng lớp quần chúng, giàu nghèo, sang hèn, già trẻ, gái trai, ai ai cũng có thể tham gia cuộc chơi này. Một khi tư tưởng đã du nhập và đạo chơi không gian thì chúng ta sẽ mê thích, còn hơn mê xem đá bóng, ham mê không còn có thứ gì ở trần gian này có thể sánh bằng. Một lối chơi hết sức đơn giản, song đạt sự vui thích không tưởng tượng. Xin mời tất cả mọi người cùng tham gia cuộc chơi vượt bầu khí quyển, du nhập không gian. Tham gia một cuộc du hý siêu tầng, không tốn phí thời gian, tiền của. Không gian quá nhiều tầng, cần gì cũng có, không nên lẫn lộn quần trong chật hẹp, nhà Phật gọi là vượt khỏi nhà lửa tam giới. Xin mời tất cả cùng tham gia chuyến du chơi.

---o0o---

#### **4.- Sự hữu ích:**

Các bài khác thì khuyến khích, nhắc nhở tu học viên siêng tu luyện. Bài này người học đạo còn ở cấp sơ đẳng, nhất là không chỉ dành riêng cho giới Phật giáo, hoặc người có tín ngưỡng thuộc các tôn giáo, mà là phổ cập chung cho hầu hết các giới, các tầng lớp, các lứa tuổi; ai muốn tham gia, xin mời vào cuộc chơi, khỏi cần tu luyện. Cuộc chơi này có tính cách đại chúng, đề tài của cuộc chơi là Tư tưởng vượt bầu khí quyển du nhập không gian. Ai cũng có thể vượt bầu khí quyển, để du nhập không gian, đạo chơi khắp thế giới Sa bà, nếu cần thì nhập trùng trùng pháp giới bao la. Tuy là chỉ đạo chơi thôi, nhưng lợi ích là bảo vệ và tăng cường sức khỏe, chống lão hóa, sống lâu, diệt trừ mọi phiền não và rất nhiều lợi ích khác. Câu thoại đầu khởi vào tu thiền là: “Đói ăn, khát uống, vui cười, buồn thì ngủ”. Ở đây buồn khỏi phải ngủ, mà lại đạo chơi vượt bầu khí quyển, du nhập không gian. Sau cuộc du chơi sẽ vui đi sự phiền não. Nếu duy trì cuộc chơi lâu dài nhiều tháng năm thì chẳng những chỉ vui mà là tiêu tan mọi phiền não. Người nào nóng tánh, thường giận hờn, mời tham gia cuộc chơi. Khi nhuần nhuyễn, thì tánh nóng giận sẽ tan biến. Ai có tánh tham lam, xin mời tham gia cuộc chơi, khi chơi thuần rồi tự nhiên tánh tham sẽ biến mất; bởi vì khi du nhập vào không gian, thấy không gian mênh mông, còn quần quanh tham lam ty tiện ở cõi trần tục này, nó chẳng thấm vào đâu cả. Con người khi được chút ít thì bo bo giữ gìn, nếu nhập vào không gian vô biên thì hơi sức đâu mà bo bo giữ gìn. Còn nói về bệnh si, bất cứ là si gì, si mê hay si ái, khi bắt tay vào cuộc chơi vượt bầu khí quyển, du nhập không gian thì còn đâu mà si với mê. Tức là ai muốn chữa lành bệnh tham sân si thì xin mời tham gia vào cuộc chơi “Tư tưởng vượt bầu khí quyển, du nhập không gian”, khi nhuần nhuyễn cuộc

chơi này thì chẳng những chữa lành căn bệnh tham sân si mà còn thành tựu hết thảy các công đức, nhiều khi còn bùng khai trí tuệ, ích mình, lợi người, hiển hưng cả đời lẫn đạo. Mọi người chúng ta không nên bỏ lỡ cơ hội. Ngàn năm chỉ có hội này.

Mong thay.

---o0o---

### **BÀI SỐ 03: HIỂN MẬT TƯƠNG QUAN**

Có những người quan niệm sai lầm rằng, mật chú là pháp tu thuộc tối thượng thừa, nên giới Phật tử mới học đạo chớ nên đụng vào. Số người khác, mật chú xuất phát từ ngoại giáo, hoặc những câu chú không giải nghĩa, nó chỉ khiến cho người ta ỷ lại, dựa vào mật chú và có nhiều quan niệm sai lầm khác, thật đáng thương, chứ không đáng ghét, bởi vì họ chưa hiểu đến nơi đến chốn; nhất là họ chưa biết sự hiệu quả của mật chú. Vậy chúng ta tìm hiểu sơ lược đúng nghĩa của Hiển Mật là thế nào.

Mật có nghĩa là nhiệm nhứt vi diệu, chứ không phải là giữ kín chẳng phổ truyền.

Hiển có nghĩa là các kệ kinh do Đức Thích Ca Mâu Ni thuyết giảng 49 năm, gọi là Hiển giáo. Tất cả mười hai bộ kinh do Đức Phật Thích Ca thuyết giảng, gồm đại thừa và tiểu thừa đều là Hiển giáo.

Trong Đại tạng kinh Phật giáo thì riêng về phần Mật giáo có 187 bộ, chia lẻ có 324 quyển.

Thời kỳ kiết tập kinh điển lần thứ nhất, Ngài Kim Cương Thủ đại Bồ tát, hợp cùng với Tôn giả A Nan kiết tập và xếp thành bộ Mật chú. Trong số này cũng gồm đủ kinh, luật, luận được phân thành 5 bộ, thường gọi là Mật tông ngũ bí.

1. Đại Tỳ Lư Giá Na thành Phật thần biến gia trì kinh, 7 quyển.
2. Kim Cương đỉnh Du già niệm tụng kinh, 4 quyển.
3. Kim Cương phong lâu các nhất Du già Du kỳ kinh, 1 quyển.
4. Bồ tát địa Yết la kinh, 3 quyển.
5. Tô Bà Hồ đồng tử thỉnh vân kinh, 3 quyển.

**Thờ phượng:** Tôn thờ Đức Đại Nhật Như Lai (Đây là Hóa thân thiên tượng bí mật thuyết pháp của Đức thích Ca Mâu Ni.)

Mật giáo thường biểu thị bằng danh từ **Kim cương** như bát bộ Kim cương gồm có:

- Kim cương Hương
- Kim cương Hoa
- Kim cương Đẳng
- Kim cương Đồ
- Kim cương Hý
- Kim cương Man
- Kim cương Ca
- Kim cương Vũ

Tối cao là Kim cương Thượng sư.

Tông Chân Nhân nêu thành hai ý, từ vấn đề này. Một là hai giáo Hiền và Mật. Thứ nhì Thập trụ tâm. Phân tích rõ Hiền - Mật là cuộc giáo hóa một đời của Đức Phật theo cách cắt ngang. Thập trụ tâm là sự phân tích về các tông theo cách bổ dọc.

Giáo pháp Phật chia làm ba phần

- Hiền giáo:** Tức là kinh luật luận, gồm cả ba tạng.
- Mật giáo:** Tức là các pháp Du già quán đỉnh, Ngũ bộ, Hộ ma, Tam mật, Mạn đà ra...
- Tâm giáo:** Tức là Thiên pháp, giáo ngoại biệt truyền, trực chỉ chân tâm, kiến tánh thành Phật.

Mật chú còn gọi là Thần chú, hay Đà ra ni, còn gọi là Tổng trì. Mật chú do chư Phật, chư Bồ tát, chư thiên, kể cả quỷ thần tuyên thuyết. Ngoài mật chú của Phật giáo, thì cũng có mật chú của các đạo khác; lại có tà chú của các giáo phái ngoại đạo. Mật chú không nhất thiết dành riêng cho hàng trí thức, trái lại ai ai cũng tu mật chú được cả, nhưng tốt nhất là song hành, học hiểu Hiền giáo rồi mới đến tu luyện Mật giáo, cũng không nhất thiết như vậy; bởi tụng kinh là Hiền giáo, nhưng mới mở kinh ra, gặp những dòng đầu tiên là mật chú. Tức là những câu tịnh khẩu nghiệp, tịnh tam nghiệp. Trong các thời khóa lễ cầu an có chú Thất Phật diệt tội và chú Tiêu tai cát tường..v.v.. khi hoàn kinh có chú Bạt nhất thiết nghiệp chướng căn bản (chú

Vãng sanh, chú Vãng sanh không chỉ tụng cầu siêu cho người chết, mà cho người sống nhiều hơn).

Mật chú thì nhiều lắm, nhưng khi xưa thì hầu như phải đại thừa, trước khi tụng kinh ai ai cũng đọc chú Đại bi. Hiện nay để trì cho đủ tạng, đồng thời để luyện hơi thở ầu nhi cùng lúc trì chú, nên nhiều chùa, nhiều Phật tử trì tụng Ngũ bộ chú, thay vì chú Đại bi. Tại Tây Tạng, tất cả mọi tầng lớp nam phụ lão ấu, ai cũng trì mật chú Lục tự đại minh chơn ngôn Aum Ma Ni Pamê Huàm. Như vậy mật chú không nhất thiết phải chờ trình độ cao, mà bất cứ ai cũng tu luyện được mật chú. Lại cũng không phải chờ tu luyện Hiền giáo nhuần nhuyễn mới tu mật giáo, trái lại phải Hiền - Mật tương quan.

### **Nguyên nhân dẫn đến mật pháp:**

Đạo Phật truyền vào Trung Hoa, nơi đây chỉ dùng chữ theo cách tượng thanh, tượng hình, chứ không có mẫu tự theo vần La tinh. Trái lại mật chú thì lại theo vần La tinh, nên đành phải đổi âm. Âm **Aum** thành âm **Án**. Đạo Phật có ba cách truyền dạy giáo pháp: Hiền giáo, Mật giáo và Tâm giáo, nhưng vì Mật giáo ở Trung Hoa không có vần Aum, nên ít người tu chứng. Vần **Aum** âm thanh như sư tử hống, còn vần **Án** thì âm thanh như tiếng nai kêu. Đồng lúc đó, Trung Hoa lại gặp ba thời pháp nạn, nên Hiền giáo khó phổ biến, thiên tông nhờ đó mà phát triển, một mình một chợ. Điều đáng buồn là có một số thiền sư lập dị, có vị phạm giới sát sanh chém mèo để lập công án, có vị không trực tiếp giết mà gián tiếp, bằng cách lập công án dạy học trò rằng gặp Phật sát Phật, gặp Tổ sát Tổ. Có vị lại còn bày chuyện khúc mắc để làm điên đầu cho hậu thế. Các vị ấy dám bảo rằng dù Đức Phật thuyết pháp 49 năm nhưng Ngài đã tuyên bố là chưa hề nói lời nào! Vậy thì ai nói? Đức Phật không nói lời nào tại sao lại có giáo pháp lưu truyền, có tam tạng kinh luật luận? Thật là toàn những lời rắc rối của kẻ gàn bướng, lợi ít mà hại thì nhiều đối với các đời sau. Có nhiều người xuất gia mà không học kinh luật luận. Để che đậy điều lười biếng của mình nên bảo rằng, Phật tuyên bố Như Lai thuyết pháp 49 năm chỉ là phương tiện, chứ nói ra như vậy là mất cái tông phong của Như Lai. Đã là Như Lai, tức là chẳng đến chẳng đi, vậy thì có tông phong riêng đâu mà mất. Do đó hai chữ tông phong ai nói! Phật nói hay vị nào đó mạo nhận thiên tông để nói! Đức Phật từ bi, Ngài đâu cải chính mà lo phải không hời kẻ gàn bướng! Chỉ tội nghiệp cho đàn hậu học hoang mang chẳng biết đâu mà xác định. Nhất là tội nghiệp cho xứ Trung Hoa thời bấy giờ, vì chấp rằng Đức Phật chưa hề nói lời nào, nên đa phần giới Tăng ni không học kinh luật luận, mà chỉ lo luyện võ để

tranh đoạt nhất kiếm giang hồ. Tăng thì núp trong phái Thiếu Lâm. Ni thì ẩn trong phái Nga Mi để hằng năm xuống núi đấu võ và phân biệt thấp cao chém giết lẫn nhau, khiến cho máu đổ cây phơi.

Giới hạnh đầu tiên của Đức Phật là cấm sát sanh, kể cả hàng xuất gia lẫn tại gia, vậy mà Tăng ni Trung Hoa thời đó trực tiếp, hoặc gián tiếp giết người. Đức Phật cấm dùng gươm đao vũ khí, vậy mà Tăng ni Trung Hoa thời đó đi đâu cũng mang theo vũ khí giết người, chứ không cần đem theo y bát. Phật dạy cạo bỏ râu tóc, vậy mà Tăng ni Trung Hoa thờ đó các vị cao cấp dưỡng dài râu tóc, bởi vì Tổ của họ đã sửa kinh điển và dạy rằng Đức Phật chẳng hề nói lời nào, cho nên Tăng ni đâu cần phải học giáo pháp. Giới luật mất thì Phật cũng chẳng còn. Có người lại bảo cả giới luật cũng chỉ là tạm thời thôi! Đã là giới luật mà tạm thời thì làm sao Tăng ni không lập bè phái cầm đầu các cuộc chém giết nhau xương phơi máu ngập!? Ngày nay giới trẻ Trung Hoa thì sao?

“Tâm giáo” tức là Thiên tông, chỉ có giáo ngoại biệt truyền, ẩn tâm truyền tâm, trực chỉ thành Phật, chứ không lập ngôn ngữ văn tự. Vậy mà hồi đó thiên tông Trung Hoa đã làm sai tông chỉ. Ngày nay cứ theo cái đà đó mà dấn lên. Không dụng ngôn ngữ, nhưng ngày nay có nhiều vị thiên sư giảng nói suốt ngày! Thiên tông không dụng văn tự mà có những vị thiên sư viết hàng trăm quyển sách, có vị viết về thiên, sách dày cả mấy ngàn trang. Than ôi! Càng nói càng thêm đau lòng!

Đức Phật đã tiên đoán, đạo Ta 500 năm bắt đầu đi vào mạt pháp. Mạt pháp nhưng cũng có quốc độ hiền hưng chánh pháp, với điều kiện Hiền giáo, Mật giáo và Tâm giáo phải hành đúng tông chỉ của tông mình. Nhất là Phật tử, phải bình tĩnh sáng suốt về vấn đề này, nếu muốn góp phần hiền hưng chánh pháp thì phải trả lại nguyên vị tông chỉ của ba tông Hiền giáo, Mật giáo và Tâm giáo. Tâm tức là thiên.

### ***Mật chú có hợp khoa học không?***

Mật chú hoàn toàn là khoa học. Thay vì khoa học dùng máy móc cơ khí thu gom và tinh lọc năng lượng vũ trụ. Còn mật chú thì chính con người trực tiếp thu gom và tinh lọc năng lượng vũ trụ. Chỉ khác hơn là khoa học dễ chứng minh còn mật chú khó chứng minh. Nhưng hay hơn là khoa học động, còn mật chú tĩnh.

Muốn thu gom và tinh lọc năng lượng vũ trụ, phải đúng phương pháp là tu luyện theo vần a, b, c của chữ La tinh. Muốn trì luyện đúng phương

pháp, phải khổ công trì luyện riêng từng âm, khi có kết quả mới ghép lại, bởi vì trì chữ A là thu gom dương điện tử, trì chữ U là thu gom trung hòa tử, trì chữ M là thu gom âm tử. Thời gian khổ luyện lâu mau tùy người!

Làm thế nào biết đã đạt kết quả? Khổ luyện âm A, thu gom dương tử. Khi nào cảm nhận mình đang ở trạng thái tỉnh thức hoàn toàn, lúc ấy chuyển sang khổ luyện âm M để thu gom âm tử. Khi nào cảm nhận mình ngủ say là đã kết quả âm M, lúc bấy giờ chuyển sang luyện âm U để thu gom trung hòa tử. Khi nào cảm nhận mơ mơ màng màng, nửa tỉnh nửa ngủ, lúc đó đã đắc trung hòa tử. Bấy giờ mới bắt đầu hợp cả ba, vừa hợp vừa tỉnh lọc. Đọc lớn tiếng A-U-M. đọc đủ ba âm, mới gom lại âm thứ tư, tức là âm AUM. Luyện khi nào thành tựu cả dương tử, trung hòa tử và âm tử thành một âm là mình đã tỉnh lọc, loại bỏ tạp chất nơi cơ thể. Để kết thành từng hạt nguyên tử nơi cơ thể trong suốt. Lúc đó là đã hòa nhập được cả bốn âm thành một, lúc bấy giờ muốn trì tụng chú gì thì trì tụng.

Khoa học và đạo học còn khuyết ở chỗ, các vị đạo học thì dấu bí pháp không truyền, còn các nhà khoa học thì lên án trì chú là mê tín dị đoan. Cả hai đều thiếu sót, chưa chịu phổ truyền và hợp tác nghiên cứu.

### ***Trì chú nào trước?***

Tụng kinh thuộc Hiền giáo, trì chú thuộc Mật giáo, tham thiền thuộc Tâm giáo, cả ba đều phải trì chú Tịnh khẩu nghiệp chơn ngôn. Tiếp theo là trì chú Bạt nhất thiết nghiệp chướng căn bản (tức là chú Vãng sanh) và sau đó trì chú Tịnh pháp giới và Tịnh tam nghiệp. Trước khi vào tu, nếu không trì ba bộ chú này thì dù có Hiền, Mật hay Thiền, cũng không đạt kết quả chứng đắc. Chú Tịnh khẩu nghiệp giúp cho miệng thanh sạch. Chú Vãng sanh tức là chú Bạt nhất thiết nghiệp chướng căn bản, giúp dứt trừ nghiệp chướng đã mọc gốc rễ sâu dày, trải qua nhiều đời nhiều kiếp, kể cả đời này, nếu không trì bộ chú này thì không thể nào nhổ sạch tận gốc rễ của nghiệp. Chú Tịnh pháp giới và Tịnh tam nghiệp là khiến cho nơi chung quanh ta, và thân khẩu ý của mình đều được thanh sạch, nếu không trì chú này thì chất uế trước bao phủ, ngòi thiên, niệm chú hay tụng kinh không đạt kết quả như ý.

### **Tịnh khẩu nghiệp chơn ngôn:**

TU RỊ, TU RỊ, MA HA TU RỊ, TU TU RỊ, SA VA HA. (3 lần)

### **Tịnh pháp giới chơn ngôn:**



AUM LAM (3 lần)

**Tịnh tam nghiệp chơn ngôn:**

AUM XÌ LÂM. (3 lần)

**Tương quan**

Sở dĩ sự tu hành không đạt kết quả là vì thiếu sự tương quan. Tu thiền mà không hiểu biết kinh luật luận, tu mật mà chẳng liễu ngộ pháp Diệu, cả tiểu thừa lẫn đại thừa, tu tịnh độ mà không quán thông ba ngàn đại thiên thế giới, nhất là chưa quán niệm thấu đạt cõi Cực lạc cách xa mình đến mười vạn ức Phật độ thì dầu có tu hết đời này, đến nhiều kiếp khác, vẫn không kết quả, dù quả vị tiểu thừa cũng không đạt chứ đừng bảo là quả vị đại thừa. Tu Hiền giáo cũng vậy, dù những người liễu thông bốn vạn tám ngàn pháp môn, mà không tu các pháp thiền, hoặc tịnh, hoặc mật... thì sự liễu thông đó cũng ví như nước đổ lá sen, không bao giờ chứng đắc quả vị.

Ai chấp tông này, kích bác tông khác là người đó đang đào hố chôn mình. Đức Phật thuyết giảng suốt 49 năm, dù chỉ là số lá nắm trong lòng bàn tay, nhưng mà đã dựng nên một lập trình thành Phật. Ai chia chẻ từng tông, tức là cố ý xé nhỏ lập trình. Nói cách khác, lời giảng của Đức Phật suốt 49 năm, tuy chưa hết như số lá trong rừng, nhưng đã dạy hoàn chỉnh tư cách một con người để tu chứng. Ai chia ba tông riêng rẽ, rồi chấp tông mình là tuyệt đỉnh thì người đó đã chặt Phật pháp thành ba đoạn. Than ôi thương thay!

Ai muốn tu chứng, cần phải tương quan cả ba tông, nhược bằng chưa được thì tuyệt đối không nên kích bác tông nào, bởi vì kích bác lời Phật là tự từ chối việc tu hành, bởi tông nào cũng do Đức Phật thuyết giảng. Từ trước đến nay nhiều người đã thực hành cả ba có kết quả. Vậy nay là thời kỳ hiển hưng chánh pháp, chúng ta nên y giáo phụng hành.

Nam mô Khải giáo A Nan Đà Tôn giả.

---o0o---

## **BÀI SỐ 04: THIỀN TỊNH NGANG NHAU**

Thời mật pháp chư Tổ ở Trung Hoa đã phương tiện chia giáo pháp của Phật thành nhiều tông, hầu dễ độ mọi tầng lớp, mọi sở thích khác nhau.

Nhưng khổ thay có một số người nhân danh tông này, phái nọ để rồi kích bác lẫn nhau. Tông Tịnh độ bài bác Thiên, trái lại tông Thiên chê bai Tịnh độ.

Ngày nay tại Việt Nam đã chuyển sang thời kỳ hiện hưng chánh pháp, nên các tông phái không nên chê bai lẫn nhau. Người nào tự tôn và khoa trương tông mình đang tu là đúng chánh pháp, kích bác tông khác, hoặc pháp môn tu của người khác thì giới Phật tử nên xa tránh vị đó.

Thuở nước Trung Hoa Thiên tông gặp dịp khai mở quá mạnh, khiến các tông phái khác bị lu mờ. Lúc bấy giờ có Tổ Vĩnh Minh, đứng ra chấn hưng Tịnh độ. Đặc biệt nhất là bài kệ:

*Có Thiên tông thêm Tịnh độ*

*Như thêm sừng cho mãnh hổ*

*Có thiên tông không Tịnh độ*

*Vạn người tu một người đở*

*Không Thiên tông có Tịnh độ*

*Vạn người tu vạn người đở*

*Không Thiên tông không Tịnh độ*

*Địa ngục đêm ngày đau khổ.*

Có lẽ Tổ Vĩnh Minh là Bồ tát hiện thân. lúc đầu Ngài chuyên tu Thiên, sau mới chuyển sang Tịnh độ. Ngài nâng cao Tịnh độ như vậy thử hỏi có còn ai không tin Tịnh độ là siêu đẳng. Nhưng chỉ là thời đó thôi, chứ thực tế thì Thiên tông hay Tịnh độ, tu đúng pháp đều chứng đắc ngang nhau.

Người đời sau không hiểu tương quan hai pháp môn nơi hai câu thơ đầu của Ngài Vĩnh Minh mà trích đoạn hai câu kệ tiếp theo nên xem thường Thiên. Nếu bên tịnh độ chê Thiên và bên thiên kích bác Tịnh độ thì còn gì xấu hổ cho bằng. Người đời còn chưa chê bai chỉ trích nhau như vậy, huống hồ đẳng này là đạo, là tu hành. Bản phận mình tu pháp môn nào lo đắc pháp môn đó, hữu xạ tự nhiên hương! Tại sao chê bai kích bác pháp môn người khác đang tu?

Thiền Tĩnh song hành thì có gì tốt bằng. **Có Thiền tông thêm tịnh độ như thêm sừng cho mãnh hổ.** Như thế phải tuyệt vời hay không? Nhược bằng không song hành được thì pháp môn nào giữ trì đúng phương pháp và chứng đắc pháp môn đó.

### ***Thế nào là tu thiền?***

Người đời quan niệm thiền sư là xa rời trần tục, nên ai ngồi nhắm mắt lim dim suốt ngày, ngoài đời ai chết sống mặc kệ ai, như vậy mà thiền hạ lại tôn sùng như bậc thánh sống!

a) Tu thiền tu mật gì cũng cần học thông phần hiển giáo, còn nếu không biết gì mà ngồi nhắm mắt tu, đó là còn thiếu sót, hỏi làm sao đắc thiền.

b) Tôn chỉ của thiền là chẳng lập văn tự, chẳng dụng ngôn ngữ, chỉ ấn tâm truyền tâm, giáo ngoại biệt truyền. Vậy thế nào là ấn tâm truyền tâm và ai là người đứng ra ấn và truyền? Tông Duy thức phân tích năm mươi một tâm Sở và tám tâm Vương. Vậy ấn tâm nào, truyền tâm nào? Trong lúc cả người ấn truyền lẫn người nhận chưa thông biết hiển giáo thì truyền và ấn vào chỗ nào. Đã nói chủ đích Thiền là không nói thành lời, không viết thành chữ, vậy mà Thiền sư nói ra rả cả ngày, viết hết quyển sách này đến quyển sách khác, có vị viết sách thiền cả mấy ngàn trang, hỏi có đúng tôn chỉ của Thiền hay không?

c) Tôn chỉ của Thiền đã quá rõ ràng, đã không nói, không viết, bởi vì giáo ngoại biệt truyền. Vậy thì người viết sách và chê bai pháp môn khác, như thế thì đâu phải Thiền tông! Dù pháp môn nào do Đức Phật thuyết giảng cũng đều là chánh pháp cả. Ai chê bai kích bác chánh pháp thì đọa vào đâu?

### **Những điều cần thiết về tu Tịnh độ:**

**a) Không thực hành hai môn triết học và toán học cùng một lúc:** Khi sơ cơ thì niệm Phật còn phải đếm, nhưng khi trình độ đã cao thì không còn phải đếm nữa; bởi vì đếm là rơi vào tình trạng hai môn toán và triết đồng giờ. Nguy hiểm là phân tâm, một nửa quán tưởng hình ảnh Đức Phật, một nửa lo đếm số lượng. Tu như thế không bao giờ đạt kết quả.

**b) Phải liễu thông nhuần nhuyễn về thế giới Cực lạc:** Phải quán thông từ đây đến thế giới Cực lạc, cách xa mười vạn ức cõi Phật độ. Nhiều người chưa liễu một Phật độ có bao nhiêu? Một Phật độ chưa liễu thông thì làm sao tưởng tượng nổi đến mười vạn ức cõi Phật độ! Mà không liễu thông thì làm

sao có thể biết đường để vắng sanh. Cũng ví như người đi về thủ đô, mà chẳng biết gần xa bao nhiêu; nhất là chưa biết địa chỉ thì làm sao đi đến thủ đô!

**c) Lý sự phải song hành:** Đa phần giới niệm Phật chỉ chú tâm về lý mà ít quan tâm về sự. Tu pháp môn nào cũng vậy, điều quan trọng nhất là lý sự song tu. Lý phải cập sự và sự phải thông lý. Lý sự song hành. Lý sự vô ngại và đạt đến điểm cao là lý sự viên dung. Việc niệm Phật tu pháp môn Tịnh độ cũng vậy. Niệm Phật phải quán suốt về Sự trước. Hiểu ý nghĩa của chữ A Di Đà về Sự trước khi thâm nhập vào phần lý.

A Di Đà có nghĩa là trường thọ, sáng chiếu và công đức, cả ba đều là vô lượng.

Trường thọ về sự, có nghĩa là phần sự tương trường tồn mãi mãi (Thế gian tướng thường trụ); lúc bấy giờ lý tánh mới trường tồn. Hai ý nghĩa sau, sáng chiếu và công đức cũng vậy. Nghĩa là sự tương có sáng chiếu lâu dài thì lý tánh mới sáng chiếu lâu dài. Công đức có vô biên về sự tương thì lý tánh mới vô lượng. Nói gọn dễ hiểu, niệm danh hiệu A Di Đà là niệm sự trường tồn, sáng chiếu và công đức vô lượng vô biên. Xong phần sự mới nhập phần lý, khi nào tương quan cả sự lẫn lý thì pháp tu Tịnh độ mới có kết quả.

### **Phải hiểu rõ thế giới Cực lạc:**

Người tu pháp môn tịnh độ phải hiểu biết kinh A Di Đà (nên tụng bản dịch nghĩa). Nhất là nên nghe giảng và tham khảo nhiều kinh sách liên quan đến cõi Phật A Di Đà là thế giới Cực lạc.

### **Phải hiểu thế nào là mười niệm nhất tâm:**

Mười niệm không phải là niệm danh hiệu Phật mười lần, mà là mười lần quán niệm. Những vị tu niệm cao, mỗi lần quán niệm phải liên tục bảy ngày, hoặc lâu hơn. Người nào thấp thì mỗi lần niệm như vậy ít nhất là một hơi thở. Như thế niệm được mười quán niệm hoặc mười hơi thở mà không hề bị tán loạn, tâm không tạp niệm. Niệm liên tục mười niệm mà nhất tâm thì mới có kết quả. Trong giới quần chúng nếu không chuyên tâm trì niệm liên tục từ ngày này đến ngày khác, năm này đến năm khác thì khó có người nhất tâm bất loạn cho mười niệm để đạt kết quả. Ngày xưa chư Bồ tát thường dạy rằng, người tu Tịnh độ đến chỗ chứng đắc thường là bậc thượng căn thượng trí.

## **Những điều cần thiết về tu Thiền:**

Như trên đã nói, giáo pháp của Đức Phật vì để hợp với mọi người nên tạm thời chia thành ba hệ giáo: “**Hiển giáo, Mật giáo và Tâm giáo**”. Thiền tông là pháp môn tu của Tâm giáo. Có người vì không hiểu tôn chỉ của tâm giáo nên tu luyện sai lầm. Các tông phái khác tu sai phương pháp chẳng sao, riêng thiền quán nếu sai phương pháp thì chẳng những không chứng đắc mà nhiều khi còn bị phản ngược. Người đời nhìn thấy thành phần này thường quơ đũa cả nắm: Tu thiền nếu lạc thiền sẽ bị tẩu hỏa nhập ma. Họ chỉ lên án chứ không cần tìm nguyên nhân.

### **Tại sao bị tẩu hỏa nhập ma?**

**Thứ nhất:** Hoặc người ấy trước khi tu thiền đã chạm thần kinh.

**Thứ nhì:** Họ không học kinh luận, không thọ trì giới luật; tức là kinh luật luận đều không mà chỉ ngồi xếp chân nhắm mắt cơ lười lo tu thiền, nên dương hỏa trong cơ thể họ bị chạy loạn nên gọi là khí nóng chạy tán loạn cả cơ thể.

**Thứ ba:** Họ đọc sách rồi thực hiện không có thứ lớp, lại không cần thầy tốt bạn hiền; tức là thiếu minh sư thiện hữu, lại có tính hơi ngang tàng bướng bỉnh, xem mọi người chẳng ra gì, nhắm mắt xếp chân để trực chỉ thành Phật. Vì vậy nên họ bị tẩu hỏa nhập ma.

**Thứ tư:** Tập luyện thiền quán mà nóng hơn Trương Phi, nên lửa nóng từ tim gan chạy tán loạn vào cơ thể; nhất là chạy lên não bộ, làm cho đầu nóng tim lạnh. Nhiều lần nóng giận, hỏa tụ lên não nên nóng đầu, thế miệng đời hay lên án là điên cái đầu. Tức là rơi vào tình trạng sắp tẩu hỏa nhập ma.

**Thứ năm:** Chưa liễu thông pháp Diệu tiểu thừa lẫn đại thừa, chưa liễu thông pháp Diệu hữu và Chơn không mà đã xếp chân nhắm mắt ngồi thiền, cho nên tấn thối lưỡng nan, chẳng biết lối ra vào. Vì thế nên bị tẩu hỏa nhập ma.

Còn rất nhiều nguyên nhân sai lầm khiến cho người tu thiền bị tẩu hỏa nhập ma, chứ người tu chánh tông có Thầy có Tổ trao truyền, có kinh có sách, tu đúng phương pháp, không chứng đắc cao thì thấp, chứ có ai bị tẩu hỏa nhập ma bao giờ. Nếu ai ai tu thiền cũng bị tẩu hỏa nhập ma thì giờ này ai còn theo pháp môn thiền!

Vừa thấy hiện tượng, chưa tìm hiểu nguyên nhân mà đã phát ngôn bừa bãi, vô tình gây chia rẽ, kích bác lẫn nhau làm suy tàn chánh pháp, tội đọa không ai cứu được. Hủy báng Phật có Tăng cứu. Hủy báng Pháp và Tăng ai cứu?

Rất mong chúng ta cùng mọi người phổ biến bài học này sâu rộng, hầu ngăn chặn và cứu vớt những người sắp rơi vào tam đồ. cả hai pháp môn Thiên, Tịnh đều đưa đến chỗ giải thoát an vui, chứ có pháp nào gây tâu hỏa nhập ma đâu!

### ***Ngang nhau:***

Không phải chúng đắc đến chỗ rốt ráo như nhau. Thiên nếu đến chỗ tột đỉnh rốt ráo, tức là được ấn tâm truyền tâm, trực chỉ thành Phật. Còn Tịnh độ thì niệm mười niệm nhất tâm bất loạn là vãng sanh về Cực lạc quốc. Hai pháp môn tu khác nhau và chúng đắc rốt ráo cũng khác nhau, đâu có thể như nhau, nhưng tại sao nói là ngang nhau? Sở dĩ nói ngang nhau là để hai tông không còn phân chia, nhất là tranh luận thấp cao. Ấn tâm truyền tâm, nhưng ai ấn, ai truyền, lâu lâu mới có một người đắc. Ngày xưa thì Ngài Ca Diếp, ngày nay các Tổ Thiên tông, nhưng mới thành Tổ chứ chưa thành Phật. Vậy mà nàng rông mới có 8 tuổi, đâu có tu thiên, mà chỉ tu tu theo hiển tông, mới nghe và liễu ngộ được kinh Pháp Hoa do Ngài Bồ tát Văn Thù thuyết một lần, lại đắc quả thành Phật. Vì lý do như trên nên bài học này quả quyết rằng hai pháp môn chúng đắc ngang nhau. Chữ ngang ở đây là cả hai đều thoát khỏi luân hồi chứ chưa chúng đắc thành Phật hiện đời như sự tự tôn rằng mình được ấn tâm truyền tâm trực chỉ thành Phật. Mấy ngàn năm có ai thành Phật hiện đời đâu. Nên từ nay xin mời xếp ngang nhau giữa ba tông Hiền giáo, Mật giáo và Tâm giáo, nếu tu đến chỗ chúng đắc thì sự giải thoát sanh tử luân hồi ngang nhau.

Việt Nam đang thời kỳ hiển hưng chánh pháp, xin mời cả ba hệ giáo nên bước vào hàng ngũ tu chúng ngang nhau. Chấm dứt tình trạng chỉ trích, chê bai như thời gian qua. Toàn thể Tăng Ni Phật tử Việt Nam và cả hoàn cầu; rộng ra cả thế giới Sa bà, đồng tu đồng học, đồng chúng đắc ngang nhau. Khi chưa chúng đắc cũng luôn nhớ hai chữ **hòa hợp**. Đại đoàn kết toàn dân và hòa hợp đồng một ý nghĩa ngang nhau.

Phật giáo Việt Nam chào đón tất cả những ai hòa hợp.

Phật giáo Việt Nam tránh xa những người có tâm hồn lẫn hành động chia rẽ.

Giáo pháp Đức Phật đang được hiển hưng tại quốc độ Việt Nam.

Nam mô Công đức Lâm Bồ tát.

---o0o---

## BÀI SỐ 05: TẠI SAO PHẢI QUY Y TAM BẢO ?

### 1.- Bốn chữ quy y Tam bảo:

Hai chữ quy y đối với đại đa số quần chúng, hình như vẫn còn quá xa lạ. Có người hiểu quy y là bỏ nhà theo Phật, chạy lạt nâu sòng. Số người khác thì bảo tôi còn trẻ mà sao bảo quy y. Danh từ quy y Tam bảo chưa được phổ cập vào quần chúng và vì vẫn giữ nguyên âm Trung Hoa, thành ra xa lạ đối với quần chúng Việt Nam. Có người đã dịch thành nghĩa Việt, nhưng dịch không sát - Rằng **“quy là trở về, y là nương tựa”**. Vì danh từ nương tựa Phật nên có nhiều người hiểu lầm và bảo rằng, tôi không cần làm gì nữa cả, bởi vì chuyện gì tôi cũng đều đến chùa nương tựa Phật!

Bài học này xóa mọi sự hiểu lầm. Quý vị tu học viên nên giải thích cho mọi người hiểu rằng: **“Quy y Tam bảo là trở về sống y theo ba tánh báu của chính mình”**, có sự hướng dẫn và gia hộ của ba ngôi báu Phật, Pháp, Tăng. Mỗi người chúng ta ai cũng sẵn có **tánh tĩnh lặng**, đó là tánh Phật. Ai cũng có **tánh an vui**, đó là tánh Pháp. Ai cũng có **tánh hòa hợp**, đó là tánh Tăng. Trở về y theo ba đức tánh tĩnh lặng, an vui và hòa hợp của chính mình. Tánh Phật là tánh cao nhất của mười pháp giới tánh. Từ trước đến giờ sống nghiêng về sáu đức tánh phàm tục: địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, người, thân, trời. Nay xin trở về với tánh Phật của chính mình nhiều hơn sáu pháp giới tánh kia, chứ không phải hoàn toàn y theo tánh Phật mà bỏ mất sáu tánh kia. Vẫn còn sáu đức tánh kia nhưng ít hơn. Khi nào xuất gia mới bước lên bước cao hơn, bây giờ còn là Phật tử thì chỉ trở về với đức tánh căn bản sẵn có của mình, là tánh Phật, kết quả đến đâu tốt đến đó. Mỗi chúng ta ai cũng có sẵn ba đức tánh Phật, Pháp, Tăng. Tức là ba đức tánh tĩnh lặng, an vui và hòa hợp, nhưng mà chỉ có lý chứ thiếu sự.

Bất cứ ai muốn đầy đủ ngôi Tam bảo cả phần sự lẫn lý thì phải có lễ quy y. Lễ này không phải là nương tựa Phật, Pháp, Tăng, mà là khai mở sống y theo Phật, Pháp, Tăng của chính mình và sống bắt chước Phật, làm theo Pháp, được Tăng hướng dẫn.

---o0o---

## 2.- Ai được dự lễ quy y?

Ai cũng đều có Phật tánh, vậy ai cũng có thể trở về y theo Phật tánh của mình. Các giới nam phụ lão ấu, các tầng lớp sĩ nông công thương binh, các thành phần trong xã hội, các giới trí thức bình dân, giàu nghèo sang hèn, kể cả muôn loài, tất cả đều được quy y.

---o0o---

## 3.- Quy y ai?

- Trở về y theo **“Lý tánh Phật”** của chính mỗi cá nhân mình và y theo **“Sự lý viên dung”** của Đức Phật và chư Phật.
- Trở về y theo phương pháp thuộc về **“lý tánh”** an vui của chính mình và y theo lời dạy an vui **“cả sự lẫn lý”** của Đức Phật Thích Ca, đã thuyết giáo 49 năm nơi kinh điển và của chư Phật khắp mười phương.
- Trở về y theo **“lý tánh”** của chính mình và y theo **“sự lý sống”** của chư Tăng, Thánh Tăng lẫn phàm Tăng. Hàng xuất gia chư Tăng thọ trì 250 giới cấm của Phật, phát nguyện trên hành trì chánh pháp, dưới phục vụ sinh linh, chung sống thành đoàn thể, ít nhất là 4 vị Tỳ khưu trở lên.

**Tức là:** Trở về y theo ngôi Tam bảo thuộc lý tánh của mình có sự hướng dẫn của chư Tăng sống hòa hợp.

Người độc ác có thể quy y được không? Tất cả ai ai cũng đều được quy y. Độc ác thệ nguyện trở về tánh tĩnh lặng, an vui và hòa hợp thì tốt hơn là không về. Cũng ví như biển cả, tất cả nước ngàn suối trăm sông đều dồn về biển cả, nhưng mà biển cả có nguyên tắc thanh lọc của biển, đó là sóng hải triều âm. Đạo Phật cũng như biển cả.

---o0o---

## 4.- Nghi cách buổi lễ quy y:

Phải có nghi thức cho một buổi lễ trang nghiêm nhất của đạo Phật. Nghĩa là phải có bàn thờ Phật, hương trầm, hoa quả trang nghiêm. Dưới và trước bàn Phật phải có thiết bàn để giới sư truyền giới quy y. Số giới sư này bắt buộc phải từ bốn người trở lên. Nếu ở nơi thiếu chư Tăng hoặc chư Ni thì trước đó phải làm pháp yết ma, một vị được Tăng sai thì mới đúng nghi cách. Trái hai cách này thì giới tử thọ giới không đắc giới.



Buổi lễ truyền trao quy giới trang nghiêm thanh tịnh, ngắn gọn đầy đủ ý nghĩa, thời gian tối đa một giờ đồng hồ.

Người thọ giới phải có mặt trong buổi lễ quy y, không được nhờ bất cứ ai quy y thay thế. Phải thành tâm và liên tưởng trong giờ phút trang nghiêm này mới có sự “**cảm ứng**” giữa chư Phật, chư Tôn Pháp, chư Bồ tát, chư Hiền Thánh Tăng đối với chính giới tử.

### **NGHI THỨC BUỔI LỄ:**

- Chuông trống bát nhã
- Chủ lễ niệm hương
- Giới tử quỳ thắp khấn nguyện
- Tán thán và đánh lễ Phật
- Chư giới sư thăng tòa truyền giới pháp
- Giới tử nhìn lên Đức Phật
- Khai chuông mõ, tụng bài Lur hương
- Tụng ba bài chú Tịnh khẩu nghiệp, Tịnh tam nghiệp và Tịnh pháp giới
- Tụng kệ Khai Luật tạng.

Thỉnh giới sư khai đạo. Điểm này vị giới sư giảng ba đoạn: Sám hối, Quy y Tam bảo và Năm giới. Linh động giảng tối đa mỗi đoạn 5 phút. Bởi vì ý nghĩa quy y, ý nghĩa sám hối và ý nghĩa năm giới cảm đã phát bài cho giới tử học trước rồi. Học hiểu mới truyền trao quy giới. Nếu chưa hiểu thì quy y xong nên phát bài để giới tử học.

#### **a) Trước khi quy y nên sám hối**

Giới sư đọc trước từng câu, giới tử đọc theo, ba lần lạy ba lạy.

***Đệ tử vốn tạo bao ác nghiệp***

***Đều do vô trí tham sân si***

***Từ thân, miệng, ý phát sanh ra***

***Tất cả đệ tử xin sám hối.***

***Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đa.***

#### **b) Nghi lễ quy y chính thức**

Giới sư tuyên xướng, giới tử đọc theo. Giới tử quỳ gối chấp tay, người cao tuổi thì ngồi, khỏi quỳ.

*Đệ tử chúng con tên là: ..... Xin nguyện trọn đời quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng.*

(Giới sư nói ba lần, giới tử nói theo ba lần, mỗi lần xá một xá, lần thứ ba lạy một lạy. Tuyên xướng tiếp)

*Đệ tử chúng con đã nguyện trọn đời quy y Phật rồi, quy y Pháp rồi, quy y Tăng rồi.*

*Quy y Phật rồi, khỏi đọa địa ngục*

*Quy y Pháp rồi, khỏi đọa ngã quỷ*

*Quy y Tăng rồi, khỏi đọa súc sanh (3 lần)*

(Giới sư xướng)

Chí tâm đánh lễ Nam mô Công Đức Lâm Bồ tát ma ha tát.

(Giới tử lạy ba lạy)

(Giới tử ngồi thoải mái, giới sư giảng năm giới (tối đa 10 phút). Sau khi nghe giảng quy giới, tất cả giới tử quỳ gối chấp tay, chú tâm thọ nhận cấm giới. Giới sư hỏi từng giới, giới tử trả lời **Nam mô A Di Đà Phật, con giữ được.**)

*Giới thứ nhất: Từ nay đến trọn đời các giới tử không được sát hại người và không được cố tâm sát hại vật. Quý vị có giữ được không?*

*Giới tử đáp: Nam mô A Di Đà Phật, con giữ được.*

*Giới thứ hai: Từ nay đến suốt đời không được gian tham trộm cướp. Quý vị có giữ được không?*

*Giới tử đáp: Nam mô A Di Đà Phật, con giữ được.*

*Giới thứ ba: Từ nay đến suốt đời không được tà dâm. Quý vị có giữ được không?*

*Giới tử đáp: Nam mô A Di Đà Phật, con giữ được.*

*Giới thứ tư: Từ nay đến suốt đời không được nói dối. Quý vị có giữ được không?*

*Giới tử đáp: Nam mô A Di Đà Phật, con giữ được.*

*Giới thứ năm: Từ nay đến suốt đời không được uống rượu say. Quý vị có thể giữ được không?*

*Giới tử đáp: Nam mô A Di Đà Phật, con giữ được.*

(Mỗi lần đáp được, Giới sư khen “tốt lắm”, giới tử mỗi lần chịu nhận giới thì lạy một lạy)

Xướng lễ Tam bảo ba lạy.

---o0o---

### **5.- Những điều cần lưu ý về quy y:**

- Ai đã quy y rồi, hiểu biết đạo rồi, nên giải thích cho người khác không còn hiểu lầm hai chữ quy y, nhất là nên Việt hóa cả bốn chữ **“Quy y Tam bảo”**. Có thể Việt hóa nhiều chữ hơn, để mọi người ai ai cũng hiểu. Bốn chữ Việt hóa thành bảy chữ **“Trở về y theo ba ngôi báu”**.

- Lễ quy y phải có màu sắc Tôn giáo. Người dự lễ quy y cảm thấy có một sự linh thiêng màu nhiệm, khiến họ liên tưởng giữa họ và đấng linh thiêng đang qua một từ trường liên hệ giao cảm với nhau. Buổi lễ này không cần kéo dài những nghi thức chưa cần thiết, càng rút ngắn thời gian mà đủ ý nghĩa càng tốt. Nên linh động và không nên khô cứng.

- Phải làm cho người được dự lễ quy y tin tưởng họ đang từ từ thay đổi đời sống của họ, từ phiền não đang đến an vui, từ ràng buộc đến thoải mái, từ ly tan đến hòa hợp.

- Không nên tạo sự ngăn cách giữa thầy trò, giữa chư Tăng và Phật tử. Nhưng cũng không nên thế tục quá trớn, đùa giỡn khiến thầy chẳng ra thầy, trò chẳng ra trò.

- Người Phật tử đã quy y thì phải giữ giới. Chư Tăng ni nhắc họ giữ giới. Nhất là giới không nói dối. Người giữ giới không nói dối là người đó không nói xấu người khác khi họ vắng mặt. Muốn nhắc nhở Phật tử giữ giới này thì vị Tăng sĩ là một trong ba ngôi báu, không được nói xấu nhau lúc vắng mặt. Nếu cả thầy lẫn trò, phạm một giới nói dối, tức là nói xấu kẻ khác thì vi phạm.

- Từ xưa đến nay có một số người quy y xong, không học giáo pháp, thậm chí có người cả năm chỉ về chùa mấy ngày lễ lớn. Phật giáo Việt Nam đang trên đà hiển hưng. Vậy từ nay về sau tình trạng này nên chấm dứt; đồng thời cả Tăng ni, Phật tử đều nhận lãnh trách nhiệm hướng dẫn người sơ cơ học đạo, nhất là những vị mới quy y.

Nguyện cầu chư Hộ pháp, Thiên long bát bộ, các vị hộ giáo hộ giới gia hộ cho những Phật tử còn sơ cơ phát khởi tín tâm kiên cố, phước huệ song tu. Bậc xuất gia, người Phật tử tại gia, kể cả mọi tầng lớp quần chúng, sống hòa hợp, thế giới thanh bình, nước nhà thịnh trị, đạo pháp hiển hưng.

Nam mô Hộ Pháp Chư Tôn Bồ tát.

---o0o---

## **BÀI SỐ 06: GIỮ NĂM GIỚI CÓ KHÓ KHÔNG ?**

Đạo Phật truyền khắp năm châu và tồn tại đến ngày nay, phần lớn là nhờ năm giới do Đức Phật Thích Ca đưa ra, vừa làm mẫu mực cho hàng đệ tử tại gia, đồng thời chứng minh cho nhân loại biết tính nhân bản của hàng Phật tử là khởi từ năm giới. Nơi nào đạo Phật phát triển rộng là nhờ chư Tăng giảng giải rõ ràng, đơn giản dễ thực hành năm giới. Trái lại có những nơi càng ngày càng suy tàn, cũng do vị Giảng sư nơi đó giảng giải năm giới không rõ, mù mờ, mang tính giáo điều khó hiểu, khó thực hành khiến cho đại đa số quần chúng không dám theo đạo Phật, bởi vì họ cho rằng nếu quy y thì phải ép mình theo giáo điều buộc họ, nên không thể nào dám nhận làm Phật tử, vì nhận nếu không giữ đúng giáo điều thì là sẽ đọa!

---o0o---

### **Vậy thực chất của năm giới thế nào?**

Như trên đã nói, năm giới đức này là khuôn vàng thước ngọc của người Phật tử tại gia khi vào cuộc sống. Ở nhiều quốc gia Phật giáo là quốc

giáo, đại đa số quần chúng đều là Phật tử, nếu khó giữ thì làm sao họ trở thành Phật tử và Phật tử chiếm đại đa số ở quốc gia đó. Khó cũng do giới Tăng lữ, mà dễ cũng do giới Tăng lữ có hiểu thông và sự diễn đạt có thoáng hay không?

Tại Việt Nam những năm gần đây, một số ngôi chùa giảng giải năm giới rõ ràng thông thoáng, nhất là đã thoát khỏi âm từ Trung Hoa, nhờ vậy mà quần chúng dễ hiểu. Các ngôi chùa này Phật tử quy y ngày càng đông đảo. Còn những ngôi chùa nào giới Tăng lữ còn cố chấp ôm giữ âm từ Trung Hoa: **“Nhất giới bất sát, nhị giới bất đạo, tam giới bất dâm, tứ giới bất vọng ngữ, ngũ giới bất ẩm tửu”** thì chùa ấy lựa thưa một vài bà cụ già thuộc thế hệ tiền bối, chứ giới thức giả, giới đàn ông, thanh thiếu nhi, sinh viên, học sinh rất sợ những ngôi chùa này; bởi vì thứ nhất bất sát tức là giới thứ nhất chẳng giết, thử hỏi đời sống hằng ngày làm sao khỏi vô tình làm chết loài bò bay máy cưa, làm sao khỏi vướng phải mạng sống loài vật, dù là vô tình vẫn bị phạm vào **“Nhất giới bất sát”**. Nhị giới bất đạo, tức là giới thứ hai chẳng trộm cướp, lén lấy cây kim, sợi chỉ vẫn bị phạm vào **“Nhị giới bất đạo”**. Tam giới bất dâm, tức là giới thứ ba không được dâm, như vậy là tuyệt hậu con cháu. Nếu có sinh sản cháu con là phạm **“Tam giới bất dâm”**. Tứ giới bất vọng ngữ, tức là giới thứ tư không được nói dối. Lập lại y như cũ, nếu sai một ly là phạm **“Tứ giới bất vọng ngữ”**. Ngũ giới bất ẩm tửu, tức là giới thứ năm không được uống rượu, ném một giọt rượu là phạm **“Ngũ giới bất ẩm tửu”**.

Cố chấp âm từ Trung Hoa và giảng giải năm giới cứng nhắc như thế thì có hai điều thất lợi. Thứ nhất tối nghĩa mù mờ, rất ít người hiểu, nhất là giới trẻ. Thứ hai là hiểu sai lời dạy của Đức Phật; bởi vậy nên chùa chỉ có một số ít bà cụ già. Trái lại những ngôi chùa thông thoáng, Việt hóa năm giới cấm, khiến mọi giới, nam phụ lão ấu, nói chung là đủ các thành phần quần chúng trong xã hội. Sự giảng giải năm giới của giới Tăng lữ ở những ngôi chùa này rất thông thoáng. Ví dụ như **Giới thứ nhất cấm sát**. Người Phật tử tại gia dễ hơn người xuất gia. Giới này cấm sát hại người, còn vật thì đừng có ý giết. **Giới thứ ba cấm dâm**. Giới xuất gia toàn đoạn dâm dục, người tại gia dễ hơn, không phải cấm sự dâm dục, mà chỉ cấm tà dâm thôi. Tức là cấm sự dâm dục gian tà, phạm thuần phong mỹ tục, trộm lén vợ hoặc chồng người, dụ dỗ, cưỡng dâm đều là tà dâm. **Giới thứ năm cấm uống rượu say**, Đức Phật không cho uống rượu say, chỉ có thể thôi. Muốn không phạm giới này thì không nên uống rượu mạnh, có nhiều chất men làm say người. Dần dần lục phủ ngũ tạng bị đốt thương tổn, có khi nguy hiểm đến tính mạng. **Giới thứ hai và giới thứ tư**. Người sống đời thường phải giữ

gìn, nếu trộm cướp hay dối trá thì đã bị đời loại bỏ, chứ còn đâu đến chùa quy y.

Nói tóm lại dễ nhớ, Phật dạy người Phật tử tại gia giữ gìn năm giới đức.

- Một là không được sát hại người và chớ cố tâm giết vật.
- Hai là không được trộm cướp. Lấy trước mặt là cướp, lén lấy là trộm.
- Ba là không được tà dâm, tức là không dâm dục gian tà, chứ không phải toàn đoạn dâm dục như người xuất gia.
- Bốn là không được nói dối. Nói điều sai sự thật, nói xấu người lúc họ vắng mặt đều rơi vào nói dối. Trường hợp vì cứu người, cứu vật buộc phải nói dối thì không phạm.
- Năm là không được uống rượu say, chứ không phải cấm tuyệt đối rượu.

Lễ truyền giới trang nghiêm, các vị giới sư truyền trao uy nghiêm, hàng giới tử thành tâm, tuyệt đối tin vào năm giới đức thì việc trao và thọ giới mới đắc giới. Đồng thời tám bộ Hộ pháp lẫn các vị hộ giáo, hộ giới mới đầy đủ đủ kiện để hộ trì người thọ giới.

---o0o---

### **Vậy nhận và giữ năm giới khó hay dễ?**

Năm giới do Phật truyền dạy cho hàng Phật tử tại gia rất dễ giữ gìn. Ai ai cũng có thể thọ nhận giới đức và giữ gìn năm giới cấm này.

Nếu ai lỡ phạm giới nào thì thành tâm sám hối, hoặc thời gian sau, hoặc nơi khác, bất kỳ ở đâu xin được nghe và thọ nhận giới đó trở lại.

Có nhiều đàn tràng truyền giới, khi truyền năm giới thì lại cho các bé thiếu nhi dưới 13 tuổi ra khỏi đàn tràng, chưa cho các em thọ giới, vì các em còn quá nhỏ tuổi nên chưa biết giới để giữ. Thân và ý các em chưa biết dâm là gì, nhưng Mạt-na thức của các em, nếu không biết dâm thì sao nó chui chi vào túi da của mẹ nó, để hiện nay nó đang làm người. Trẻ nít cũng có thể ngang nhiên cướp của bạn nó, hoặc lén lấy của cha mẹ. Nhất là việc nói dối, hoặc sát hại loài vật. Ví dụ như bắt dế ngắt đầu, chơi trò đá dế. Trong pháp quy y của trẻ nít lại chỉ có ba pháp quy y, mà không có ghi năm giới cấm.

Chúng tôi thiết nghĩ như thế là thiếu sót, nếu được tu chỉnh đầy đủ hơn thì quá tốt.

---o0o---

### **Tại sao năm giới là thước đo nhân cách?**

- Giới thứ nhất, người không phạm vào việc giết người và cố tâm hại vật, có phải vị ấy có tình người.
- Giới thứ hai, người không vi phạm gian tham trộm cướp có phải vị ấy sống đầy đủ nghĩa con người.
- Giới thứ ba, người không vi phạm tà dâm phải chăng người ấy sống tròn lễ con người.
- Giới thứ tư, người không dối trá phải chăng người ấy sống tròn đầy chữ tín.
- Giới thứ năm, người không vi phạm say rượu, người ấy là người biết giữ chữ trí.

Nếu sở thống kê nhà nước chịu khó đi sâu vào phân nghiên cứu thì nên thống kê trong tổng số người vi phạm các tệ nạn xã hội, xem tỷ lệ người có Tôn giáo biết giữ tròn năm giới chiếm bao nhiêu phần trăm. Năm giới đức là nền tảng an vui của gia đình, là sự thịnh trị của đất nước và nếu không nói là cả hoàn cầu. Năm giới cấm là nấc thang đầu tiên của danh nhân, của trí thức, của trí tuệ và của tòa nhà đạo đức.

Các chùa nên đặt năm giới đức này lên hàng đầu của việc giáo huấn Phật tử.

Luật pháp quốc gia cũng nên dựa theo tiêu chuẩn năm giới đức này mà đưa vào một phần của toàn phần an bang tế thế; nhất là đưa vào giáo dục học đường, nếu cần nó có thể làm sườn cho nền pháp trị. Năm giới cấm không nên để cứng nhắc trong phạm vi Phật giáo.

Giới văn nghệ sĩ là những vị có sứ mệnh với nền văn hóa nhân loại, hãy thi vị và tán dương năm giới. Hãy cho phim đàn ngân rung về đề tài năm giới. Biến năm giới đức này nhập vào mực, vào màu hầu trở thành những bức danh họa ngân châu. Hãy lồng vào kịch ca phim ảnh, kể cả các áng văn tuyệt tác. Tất cả chỉ có năm giới, nhưng khi đã đi vào tâm hồn giới văn nghệ

sĩ và được phổ truyền thành tác phẩm thì ôi chao nó linh diệu, nó lung linh, nó huyền ảo, nó hấp dẫn mọi người biết bao! Tại sao giới văn nghệ sĩ không nhìn vào thực trạng, để đến mãi hôm nay, kỷ nguyên nhập siêu không gian, mà các vị vẫn còn khoán trắng năm giới cho giới đạo học. Giới đạo học thì y rập theo khuôn đúc. Khuôn bao nhiêu là đúc ra bấy nhiêu, nên khiến cho quần chúng những ai muốn thu nhận năm giới gặp phải tình trạng cứng khô như cơm nguội, hoặc chai cứng như bắp rang không nổ, nếu cố gắng ăn thì chỉ no chứ không hề có mùi vị. Mùi vị của năm giới chờ giới thức giả và anh chị em văn nghệ sĩ điếm tô, để phân hình thức đạt muôn vẻ muôn màu, mà bản chất vẫn không xa rời năm giới.

Hy vọng các thế hệ tương lai sẽ không lãng quên kho tàng vô giá. Thế hệ trẻ ngày nay và mai sau không còn thấy năm giới đúc của Phật giáo là vô tích sự; nhất là không hề thấy khô khan và khó nhận khó giữ nữa.

Giới Tăng lữ và toàn thể nam nữ Phật tử tại gia, tích cực phổ biến sâu rộng năm giới đúc, hầu hiển hưng Phật pháp, ích đạo lợi đời.

Mong thay!

Nam mô Hộ giáo Hộ giới chư Tôn Bồ tát.

---o0o---

## **BÀI SỐ 07: PHÁP MÔN TU NIỆM GIỮA KHUYA**

Giới tu học Phật không phân biệt xuất gia hay tại gia, đa phần đều thiếu điều kiện và thiếu thì giờ tu niệm. Vì vậy cho nên việc tu niệm thường bị gián đoạn và không thu đạt kết quả. Việc nhỏ nhất như đun một ấm nước cũng cần phải liên tục, huống gì việc tu niệm là tối ư quan trọng đối với con người. Ai ai cũng thừa hiểu điều này, nhưng vào thực tế của cuộc sống hàng ngày thì khó thắng nổi mọi sự oái ăm. Để vượt qua mọi nghịch cảnh, xin mời quý vị hãy thí nghiệm qua phương pháp tu niệm giữa khuya.

Phương pháp này dành cho người sơ cơ, nhất là đối với những người muốn tu Thiên, hoặc Tịnh độ, hoặc là Mật chú, bất kỳ là pháp môn nào, lúc đầu cũng cần phải tu qua phương pháp này.

Phương pháp tu niệm giữa khuya vừa đơn giản, thuận tiện vừa phù hợp mọi hoàn cảnh, mọi trình độ, mọi lứa tuổi, nhất là không đòi hỏi hình tướng, kể cả sức khỏe - mạnh tu nhiều, yếu niệm ít. Chỉ đòi hỏi một điều là



phải tinh tấn; tức là đòi hỏi người tu luyện phải siêng năng, chuyên cần, đêm nào nửa khuya cũng phải thức giấc. Nếu gặp người lười biếng, không thức giấc được nửa khuya, thì trước khi ngủ hoặc mờ sáng khi thức giấc, chưa bước chân xuống đất, hãy ngồi lại giường trong mùng mà hành trì khóa tu niệm này.

Nói tóm lại: Mỗi ngày phải thực hiện ít nhất một thời khóa tu niệm, được hai hay ba thì càng quý. Giữ đúng nửa khuya, bữa nào cũng đều đặn thì không gì quý báu bằng. Tuy đơn giản nhưng kết quả không lường. Ai giữ liên tục sau một năm sẽ thấy sự linh nghiệm. Phương pháp tu niệm giữa khuya đơn giản hóa các hình thức. Chỉ cần một gối một tọa cụ, một mền, một khăn lau mồ hôi là đủ. Ngồi ngay trong mùng tại giường ngủ. Khi lạy thì úp mặt lên gối, lạy xoay về hướng nào thấy thuận tiện. Cũng khỏi phải súc miệng, rửa mặt. Thức giấc vào nửa khuya hành trì thời khóa ngay lúc ấy. Dần dần tập đúng nửa khuya (Tốt nhất là nên có đồng hồ báo thức). Điều kiện thứ hai là phải thuộc lòng nghi khóa tụng niệm. Điều kiện thứ ba là phải đầy đủ niềm tin.

## **NGHI THỨC**

(Ngồi xếp bằng, đọc vừa đủ tai nghe)

### **Tịnh khẩu nghiệp chơn ngôn:**

TU RI, TU RI, MA HA TU RI, TU TU RI, SA VA HA. (3 lần)

### **Tịnh pháp giới chơn ngôn:**

AUM LAM (3 lần)

### **Tịnh tam nghiệp chơn ngôn:**

AUM XÌ LÂM. (3 lần)

### **Tán thán Phật:**

Đại từ đại bi thương chúng sanh

Đại hỷ đại xả cứu muôn loài

Tướng tốt chói sáng tự trang nghiêm

Đệ tử chí tâm quy mạng lễ.

Nam mô Thập Phương Thường Trụ Tam Bảo. ( 3 lần )

**Đảnh lễ:**

**Chí tâm đảnh lễ:** Nam mô tận hư không biến pháp giới quá hiện vị lai thập phương chư Phật, Tôn Pháp, Hiền Thánh Tăng thường trụ Tam Bảo. (1 lay)

**Chí tâm đảnh lễ:** Nam mô Ta Bà Giáo Chủ Điều Ngự Bôn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, Đương Lai Hạ Sanh Di Lặc Tôn Phật, Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát, Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát. Hộ Pháp Chư Tôn Bồ Tát, Linh Sơn Hội Thượng Phật Bồ Tát. (1 lay).

**Chí tâm đảnh lễ:** Nam mô Tây Phương Giáo Chủ Cực Lạc Thế Giới Đại Từ Đại Bi A Di Đà Phật, Đông Phương Giáo Chủ Tiêu Tai Diên Thọ Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Phật, Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát, Đại Thế Chí Bồ Tát, Đại Nguyên Địa Tạng Vương Bồ Tát. Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát. ( 1 lay)

**Trì ngũ bộ chú chơn ngôn**

(Trì càng lớn càng tốt)

AUM LAM,

AUM XỈ LÂM,

AUM MANI PADMÊ HUÀM,

AUM CHIẾT LỆ CHỦ LỆ CHUẨN ĐỀ SAVÀHA,

BỘ LÂM.

(Niệm ít nhiều tùy ý, nhưng ít nhất là 10 lần)

**Sám Hối**

Nam mô A Di Đà Phật

Đệ tử tên là: ..... Pháp danh: .....

1. Nguyên thập phương thường trụ Tam Bảo, Đức từ phụ Bồ Sư Thích Ca Mâu Ni Phật, thập phương tam thế nhất thiết chư Phật, chư vị Bồ Tát, chư hiền Thánh Tăng, thù từ chứng minh gia hộ cho đệ tử, từ nhiều đời nhiều kiếp, dẫn đến đời này, kiếp này và nhất là những ngày tháng gần đây, vì tham sân si cho nên:

- Thân con đã tạo những điều sai lầm tội lỗi như sau: *(im lặng độ nửa phút để nghĩ tội)*

- Miệng con đã nói những điều sai lầm tội lỗi như sau: *(im lặng độ nửa phút để nghĩ tội)*

- Ý con đã nghĩ những điều sai lầm tội lỗi như sau: *(im lặng độ nửa phút để nghĩ tội)*

Tất cả những lỗi lầm trên, còn nhiều và nhiều hơn thế nữa, con không thể biết hết, nhớ hết, phát lồ sám hối hết. Chỉ biết ngưỡng mong Tam Bảo từ bi gia hộ, khiến cho đệ tử tội diệt phước sanh, căn lành tăng trưởng.

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đa.

*(1 lay)*

2. Chư thiên chư tiên, chư thần, chư quý, chư nhơn, chư phi nhơn vốn tạo bao vọng nghiệp, đều do vô thi tham sân si, từ thân, miệng, ý phát sinh ra. Đệ tử vì chư thiên, chư tiên, chư thần, chư quý, chư nhơn, chư phi nhơn mà cầu xin sám hối.

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đa. *(1 lay)*

3. Cứu huyền thất tổ, đa sanh quá khứ, hiện tại phụ mẫu, cập lục thân quyến thuộc vốn tạo bao vọng nghiệp, đều do vô thi tham sân si, từ thân, miệng, ý phát sinh ra. Đệ tử vì Cứu huyền thất tổ, đa sanh quá khứ, hiện tại phụ mẫu, cập lục thân quyến thuộc mà cầu xin sám hối.

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đa. *(1 lay)*

4. Chư hương linh Phật tử, chư vong linh đồng bào, đồng bào tử nạn, chiến sĩ trận vong, nhứt thiết chư vị oan hồn, hoạnh hồn, hà sa ngã quý, thập loại chư thần hồn, vốn tạo bao vọng nghiệp, đều do vô thi tham sân si, từ thân,

miệng, ý phát sinh ra. Đệ tử vì chư hương linh, chư vong linh mà cầu xin sám hối.

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đà. (1 lạy)

5. Tam đồ, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, vốn tạo bao vọng nghiệp, đều do vô thí tham sân si, từ thân, miệng, ý phát sinh ra. Đệ tử vì tam đồ mà cầu xin sám hối.

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đà. (1 lạy)

6. Các pháp giới chúng sanh vốn tạo bao vọng nghiệp, đều do vô thí tham sân si, từ thân, miệng, ý phát sinh ra. Đệ tử vì các pháp giới chúng sanh mà cầu xin sám hối.

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đà.

(1 lạy)

*Tội từ tâm tạo đem tâm sám*

*Tâm được tịnh rồi tội liền tiêu*

*Tội tiêu tâm tịnh thấy đều không*

*Thế mới thật là chơn sám hối*

Nam mô Cầu sám hối Bồ tát ma ha tát, Ma ha Bát nhã ba la mật đà. (1 lạy)

**Hồi hướng**

Bát nhã tâm kinh (tóm gọn)

TAYATHA GATE GATE PARAGATE PARASANGATE BODHI  
SVAHA. (3 lần)

**Yết đế, yết đế, ba la yết đế, ba la tăng yết đế, Bồ đề sa bà ha (3 lần)**

**Chú vãng sanh**

Nam mô a di đà bà dạ

Đa tha dà đa dạ, đa điệt dạ tha

A di rị đô bà tỳ

A di rị đa tất đām bà tỳ,

A di rị đa tỳ ca lan đế,

A di rị đa tỳ ca lan đa,

Dà di nị dà dà na, chỉ đa ca lệ sa bà ha. *(3 lần)*

### **Niệm Phật:**

Nam mô Ta Bà Giáo Chủ Điều Ngự Bồn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

Nam mô Long Hoa Giáo Chủ Đương Lai Hạ Sanh Di Lặc Tôn Phật.

Nam mô Tây Phương Giáo Chủ Cực lạc Thế Giới Đại Từ Đại Bi A Di Đà Phật.

Nam mô Đông Phương Giáo Chủ Tiêu Tai Diên Thọ Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Phật.

Nam mô Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát.

Nam mô Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát.

Nam mô Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát.

Nam mô Đại Thế Chí Bồ Tát.

Nam mô Đại Nguyên Địa Tạng Vương Bồ Tát.

Nam mô Hộ Pháp Chư Tôn Bồ Tát.

Nam mô Đại Thừa Diệu Pháp Liên Hoa Kinh, Pháp Hoa Hội Thượng Phật Bồ Tát. *(Mỗi câu 3 lần, mỗi lần xá hoặc lạy một lạy)*

### **Tứ hoằng thệ nguyện**

Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ

Phiền não vô tận thế nguyện đoạn

Pháp môn vô lượng thế nguyện học

Phật đạo vô thượng thế nguyện thành.

### **Tự quy:**

Tự quy y Phật: Đương nguyện chúng sanh, thể giải đại đạo, phát vô thượng tâm.

Tự quy y Pháp: Đương nguyện chúng sanh, thâm nhập kinh tạng, trí tuệ như hải

Tự quy y Tăng: Đương nguyện chúng sanh, thống lý đại chúng, nhứt thiết vô ngại.

Con nguyện mền thương muôn loài (3 lần)

*Nguyện đem công đức này*

*Hướng về khắp tất cả*

*Đệ tử và chúng sanh*

*Đều trọn thành Phật đạo.*

---o0o---

## **BÀI SỐ 08: PHƯƠNG PHÁP SỐNG HÒA THIÊN NHIÊN**

**“Thuận thiên giả tồn, nghịch thiên giả vong”**. Thế nào là thuận thiên? Thuận thiên là thuận thiên nhiên, là hòa thiên nhiên. Định lý của thiên nhiên vốn là như thế! Muôn loài, trong đó có loài người, nếu hòa nhịp với thiên nhiên thì tồn tại lâu dài, bằng nghịch định lý thiên nhiên thì mất vậy! Những chất sống trong con người, bị thoái hóa bởi con người hủy diệt từng tế bào của chính mình, cho nên con người đang sống nghịch thiên nhiên. Phạm vi bài này còn ở phần thấp và đang ở thời kỳ đầu **“Luyện thân lực thể”**, nên chỉ nêu mười phương pháp tập luyện sống thuận thiên nhiên.

---o0o---

## Thứ nhất: LUYỆN CÁCH ĐI

Con người mới sinh ra chưa biết đi, sau một năm và nhờ có người lớn tập đi từng bước. Nhưng khổ nỗi, gặp phải toàn các vị “Huấn luyện viên” không hiểu gì là đạo thiên nhiên, nên đã tập đưa bé đi sai phương pháp. Phải tập đúng:

*Nhẹ nhàng vững bước khoan thai*

Bước đi quý tướng trong ngoài bình yên

*Mỗi nhịp bước theo dòng thiên*

**Sáu căn tám thức đồng duyên mới là...**

Hãy tập, hãy luyện và hãy đi rất nhẹ nhàng, nhưng rất vững chắc và rất khoan thai. Bước đi thế nào là quý tướng, bước đi thế nào là tiện tướng. Xin mời quý vị chiêm ngưỡng hai lối đi của hai hạng người: **Hạng hiền nhân quý phái và hạng tiểu nhân hạ tiện** thì rõ. Bậc hiền triết, đạo sĩ chân bước đi không chỉ bình yên ở bề ngoài, mà bình yên từ ở chính trong lòng. Mỗi bước đi hòa nhịp theo hơi thở, mỗi bước đi giữ chánh niệm, mỗi bước đi là mỗi định lực toát ra sự bình lặng và hiền dịu khác thường. Khi chân giở lên, tám thức sáu căn đều rõ biết. Khi chân chạm đất, cả sáu căn mắt tai mũi lưỡi thân miệng và ý đều biết rõ ràng chân đã chạm đất một cách khoan thai, nhẹ nhàng, vững chắc và bình yên. Chẳng những sáu căn mà cả tám thức, trong đó có cả Mạt-na thức và A-lại-da thức, cũng đều rõ biết. Đọc đến đây, có nhiều vị bi quan; mình lớn tuổi làm sao tập, mình nghèo có thời giờ đâu mà tập? Lại có một số vị khác trẻ môi chề bai rằng; đi mà cũng tập. Vâng! Chẳng những tập mà cần phải khổ luyện! Ngày xưa, các vị Thánh Tăng siêu quần, bạt chúng như Ngài Xá Lợi Phất, như Ngài Mục Kiền Liên, như Ngài A Nan và hàng ngàn vị siêu việt khác, vậy mà hàng ngày vẫn phải đi theo Đức Phật Thích Ca để tập luyện từng bước đi. Còn nhiều vị gánh phân, buôn bán, làm ruộng thuộc giai cấp cùng khổ tại xứ Ấn, nhưng khi theo Đức Phật tập luyện bước đi, chẳng bao lâu khi bước đi thuần thục, hợp thiên nhiên, các Ngài liền đắc Thánh quả. Ông Thuần Đà theo Đức Phật luyện cách đi, lúc đó đã ngoài 70 tuổi, vậy mà khi bước đi đúng quy cách cũng được đắc Thánh quả.

---o0o---

**Thứ hai: LUYỆN CÁCH ĐỨNG**

Đi tuy khó, nhưng dễ luyện hơn đứng. Muốn làm một người lính, việc trước nhất là phải tập đi, tập đứng (Bước đều bước - Đứng lại đứng). Huống gì muốn làm bậc Thánh triết, muốn làm thầy thiên hạ, muốn làm đệ tử của Phật mà tại sao chẳng chịu tập đi, tập đứng. Cho nên cái muốn vẫn ở địa hạt lý thuyết, địa hạt ảo tưởng, nó sẽ tan biến như bọt xà phòng. Luyện đứng đúng:

*Đứng vững trên hai chân*

*Trụ chịu cả toàn thân*

*Hùng vĩ như hộ pháp*

*Khoan thai tựa tiên thân*

Thần và Tiên ở trên trời, ở trên núi, ta chưa được mục kích. Nhưng tôi thiếu mỗi chúng ta ai ai cũng được diện kiến một lần đối với các vị giả thần tiên nơi sân khấu, nơi phim ảnh. Cũng là đứng, nhưng tại sao các vị nghệ sĩ giả thần tiên đứng thì ai cũng muốn xem, ai cũng phải mất tiền để được xem cái bộ đứng khoan thai ấy. Còn ta, cũng là người như họ, vậy tại sao ta đứng chẳng ai chịu xem? Chẳng những không chịu xem, mà đôi lúc thấy ta đứng còn có người ghét, có khi còn chửi mắng; đồ đứng vô duyên, đứng thù lù một đống.... Đứng khoan thai tựa tiên thân thì dễ hiểu, còn đứng hùng vĩ như Hộ pháp thì chúng ta hãy nhìn kỹ tượng Đức Hộ Pháp các chùa, chùa nào cũng có thờ. Tượng mặc dù không cử động vì bằng cốt gỗ, hoặc xi măng hoặc bằng đồng.... nhưng khi nhìn thấy thì ai ai cũng kính nể, có khi phải khiếp phục bởi bộ đứng uy nghi, hùng vĩ. Muốn tư thế đứng được hùng vĩ, được khoan thai, nhờ gì? Nhờ đứng vững trên hai chân và trụ chịu cả toàn thân. Ai muốn làm đệ tử đức Phật, nói cách khác, ai muốn đủ tư cách làm một con người, thì điều tiên quyết là phải tập đứng đúng cách.

---o0o---

### **Thứ ba: LUYỆN CÁCH NẪM**

Nằm lại còn khó hơn đứng. Có nhiều con vật vừa mới sinh đã biết đi. Con người tuy là hơn loài vật, nhưng điểm này lại thua xa. Sinh ra phải nằm gần cả năm. Vì nằm lâu quá, nên người lớn chẳng bận tâm chăm sóc, mà có quan tâm, cũng chẳng biết tập nằm cách nào cho hợp thiên nhiên.

*Nằm sấp loài súc sanh*



*Co ro là tôm tép*

*Nghiêng phải thế tuyệt đẹp*

*Thoải mái tròn tinh anh*

Tại sao không nằm nghiêng phía trái, mà bắt buộc phải nằm nghiêng phía phải? Vì quả tim con người nằm ở phía trái, nếu nằm nghiêng trái, khi ngủ quên, làm nghẽn tim, trở ngại sự tuần hoàn; nhiều bệnh phát sinh vì do ngủ nghiêng trái. Nằm nghiêng phía trái đã nguy hiểm như thế, thì việc nằm sấp hoặc nằm cong, co ro cuộn tròn người, nhất là ở những xứ lạnh, thiếu chăn mền nên phải nằm cuộn tròn - hai cách nằm này vô cùng nguy hiểm. Chẳng những nghịch thiên nhiên, mà còn tự hại mình. Và chẳng những cách nằm nghiêng phải giữ thế tuyệt đẹp, mà còn đòi hỏi lúc ngủ phải nằm ngủ cho thoải mái. Ngủ thoải mái tuy khó, nhưng cũng nhiều người tập luyện được. Ngủ giữ cho tròn tinh anh mới khó luyện tập. Đức Phật lúc nào cũng nằm nghiêng phía phải, rất thoải mái. Nhìn thấy Đức Phật nằm như mỉm cười, tròn tinh anh. Lúc ngủ, kể cả lúc nhập diệt, Đức Phật cũng nằm nghiêng phải, thoải mái và như mỉm cười.

---o0o---

### **Thứ tư: LUYỆN CÁCH NGỒI**

Nằm khó tập luyện, ngồi lại còn khó hơn. Theo tài liệu Cơ thể học và Y học diễn tả cách ngồi đúng quy pháp giúp ích con người, chẳng những khỏe mạnh mà lại còn thông minh. Chào đời, con người nằm lâu quá, cho nên khi mới tập ngồi, cha mẹ và mọi người quá vui mừng, nên chẳng ai để ý đến việc tập luyện cho bé hài nhi ngồi đúng quy pháp. Vì thế, từ đó quen ngồi theo thế trần tục, nghịch thiên nhiên. Muốn thành bậc hiền triết, thánh triết, kể cả muốn tròn tư cách con người, một con người đủ tư cách thì phải tập luyện rất nhiều, hằng vạn pháp, trong đó có pháp tập ngồi.

*Thoáng trông như tượng đá*

*Nhìn kỹ sang tợ vua*

*Tư thế ngồi thông thả*

*Lưng thẳng, hai hông vừa.*

Không những trong giờ tĩnh niệm, mà bất cứ lúc nào, bất cứ ở đâu, gặp trường hợp nào, khi ngồi bắt buộc phải tập luyện đúng quy pháp “**lưng thẳng, hai hông bằng nhau**”, nghĩa là không nặng, nghiêng lệch hông trái hoặc hông phải. Khi hai hông ngồi bằng nhau, việc tiếp theo là giữ tư thế ngồi rất **thong thả**, không gượng ép, không vội vàng, không nhúc nhích, không nhí nha nhí nhảm, nghiêng ngả bên phải, bên trái hoặc chồm về phía trước, tréo ngoáy về sau. Phải ngồi đúng tư thế “bắt buộc”: **lưng thẳng**. Thẳng đến mức độ người khác nhìn vào tưởng pho tượng đá, chẳng những thế mà phải ngồi trong tư thế sang trọng, linh động, uy nghiêm như tư thế của một vị vua ngồi. Điểm ngồi này rất cần cho các bậc thầy cô giáo khi ngồi trước mặt học sinh, sinh viên. Nhất là các vị trụ trì, chủ tọa các buổi hội, các buổi họp. Và rất cần cho các vị Phật tử chơn chánh, các nhà lãnh đạo thế quyền, cùng các nhà lãnh đạo tinh thần của các Tôn giáo. Nhìn tư thế ngồi, ai tinh mắt là có thể đánh giá phẩm cách của người đang ngồi trước mặt mình.

---o0o---

### **Thứ năm: LUYỆN CÁCH NGỦ**

Ngủ lại khó hơn ngồi. Có nhiều người ché giễu rằng: “Phàm làm người ai mà không biết ngủ, sao lại bảo rằng khó?”. Vâng! Nếu ngủ thông thường như tất cả mọi người thì quá dễ. Còn đã tự xưng là đệ tử Đức Phật, thì phải ngủ giống như Phật. Ngủ như Phật khó lắm, phải dày công tập luyện mới được. Ngủ như các hàng yếu nhân, vĩ nhân, siêu nhân, hiền nhân, thánh nhân đã quá khó, cho nên rất ít người áp dụng. Nếu áp dụng được thì loài người đâu còn hạng phàm phu đông hơn hàng thánh triết.

Ngủ đúng quy pháp như giới hiền nhân, siêu nhân còn quá khó. Vậy thì ngủ đúng pháp như Phật còn khó biết dường nào!

*Lúc ngủ y như tham thiền*

*Sáu căn, tám thức bình yên hiệp hòa*

*Ngủ tuy ít từ trường xa*

*Nghiến răng, mé, ngáy, mớ, la xin đừng !*

Lúc ngủ chẳng những nằm nghiêng phía mặt, mà phải ngủ như trạng thái lúc đang tham thiền. Chẳng những chỉ có sáu căn là mắt, tai, mũi, lưỡi,

thân, miệng và ý, mà phải cả tám thức - tức là sáu căn hòa nhập sáu trần thành sáu thức, cộng thêm Mạt-na thức (thức thứ bảy) và A-lại-da thức (thức thứ tám), cả tám thức đều bình yên. Và chẳng những chỉ bình yên, chỉ hợp với nhau, mà cần phải hòa. Giác ngủ bình yên, hợp sáu căn, hòa tám thức, cho nên không bị rơi vào trạng thái nghiêng răng, mé (tức là đái dầm, đái mế), ngáy, mớ la... Một giấc ngủ yên lành gọi là giấc ngủ ngon. “Chúc bạn ngủ ngon” hoặc “Chúc bạn ngủ ngon giấc”, đó là lời chúc tụng rất đạo vị, rất cao thượng. Nhờ ngủ ngon, nhờ ngủ yên giấc, cho nên người tu luyện mỗi đêm ngủ rất ít giờ, vậy mà vẫn minh mẫn, vẫn thông thái, vẫn khỏe vui, ấy là nhờ khi ngủ từ trường phóng xa. **“Ngủ tuy ít, từ trường xa”**. Đây chỉ mới ghi đại cương về cách tập ngủ. Nếu nói cho đủ về sự an lành cho một giấc ngủ, đòi hỏi phải hội đủ rất nhiều nhân tố; nào là nơi chốn, màu sắc, không khí, âm thanh, ánh sáng, phương hướng, mùi vị, những vật dụng cần trước khi ngủ, trong giấc ngủ, sau giấc ngủ, sự bảo vệ an toàn cho giấc ngủ, những hình ảnh, những gợi ý, kể cả sự ăn uống, quần áo, chăn mền, nụ cười, niềm khích lệ... Nghĩa là còn nhiều nhân tố để trợ duyên cho một giấc ngủ tốt. Giác ngủ lý tưởng nhất của người đệ tử Đức Phật.

*“Lúc ngủ y như tham thiền”*

---o0o---

### **Thứ sáu: LUYỆN CÁCH THỨC GIÁC**

Tắt đèn, mở nhẹ ngọn đèn ngủ, vào mừng. Sau khóa lễ ngấn tại giường ngủ, hoặc sau giờ tịnh niệm, xoa nắn và điều luyện một số động tác, thông huyết mạch, lau khô mồ hôi, thay quần áo ngủ, đầu đặt xuống gối, miệng thầm đếm một - hai - ba - bốn ... đếm tới số 10 là ngủ. Điều khiển giấc ngủ như thế, tuy là rất khó, nhưng có nhiều người đã đạt đến thành công rất mỹ mãn. Việc điều khiển thức giấc, muốn thức mấy giờ thì thức đúng. Bảy giờ, không cần đồng hồ báo thức, đó mới là việc khó. Nhưng nếu không tập luyện để điều khiển sự thức ngủ của chính mình, thì xin bạn đừng tu theo Đức Phật. Trước khi muốn làm một đệ tử xuất gia của đức Phật, là mình phải tự điều khiển được chính mình. Mà việc điều khiển sự thức ngủ không được, thì không mong gì tu luyện các pháp môn khác, các phương pháp khác. Muốn đóng mở các giác quan hữu hiệu thì việc điều khiển sự thức ngủ phải hữu hiệu. Muốn “Mạt-na thức” nhớ, để rồi đến giai đoạn kế tiếp là đưa về “Tạng thức”. Tập Tạng thức quên để trí nhớ. Trí nhớ lủng lơ để bùng Tuệ, người tu luyện phải trải qua từng giai đoạn như thế, mà giai đoạn đầu tiên là phải tập luyện **Biết Cách Thức giấc**.

*Thức giấc trước ánh bình minh*

*Nửa khuya tỉnh tọa tâm linh mới tròn*

*Thức - thức nhạy, ngủ - ngủ ngon*

*Chính mình khai mở điểm son cho mình*

Người tu luyện mà không thức giấc trước mặt trời mọc thì tất cả các pháp khác coi như vứt đi. Các chùa các nhà thờ, các thánh thất đều thức giấc công phu, tu niệm vào lúc 4 giờ sáng. Các nơi công tư sở, các ngành thương mại, học sinh, sinh viên cũng thức giấc vào buổi sáng sớm, nên việc thức giấc trước ánh bình minh đa phần thực hiện rất dễ dàng. Việc nửa khuya tỉnh tọa, ấy mới thực là khó!

Có người thức đến 11 giờ khuya, rồi tiếp tục tỉnh tọa. Thức như vậy là sai phương pháp. Phải ngủ từ 9 hoặc 10 giờ, đến 12 giờ, hoặc 1 giờ sáng mới thức dậy tỉnh tọa. Nếu từ 8 - 9 giờ còn ôn ào, nóng nực chưa ngủ được, thì 10 giờ hoặc 10 giờ 30 phải ngủ, để đến 12 giờ 30, trễ lắm là 1 giờ thức giấc tỉnh tọa. Giờ này trời đất trong lành, khí hậu tốt, từ trường tốt, áp suất không khí tốt (*nhất điểm dương sanh*). Tỉnh tọa 1 tiếng đồng hồ vào giữa khuya, kết quả bằng 4 tiếng đồng hồ vào những giờ khác. Nhạy thức, ngủ ngon; tức là rất dễ thức, rất tỉnh, ngủ rất say, rất bình lặng. Nếu ai đã tập luyện điều khiển được sự thức ngủ của chính mình, thì khi tu luyện đến trình độ cao hơn, sẽ dễ dàng khai một điểm sáng hồng, nơi đỉnh đầu của chính mình.

---o0o---

### **Thứ bảy: LUYỆN CÁCH ĂN**

Khi còn bé, lúc ăn phải có người đút mớm, dần dần ăn bốc. Lớn biết đi biết chạy, ăn bằng muỗng nĩa. Mãi đến lúc biết nói mới dùng cả đũa lẫn muỗng nĩa. Tuy đã biết cách cầm đũa, gấp thức ăn đưa vào miệng, nhưng kỳ thực cũng ít ai ăn đúng cách.

*Hãy ăn như thức uống*

*Và uống như thức ăn*

*Bớt dùng hương động vật*

### *Âm dương mới quân bằng.*

Loài người đa phần quan niệm sai lầm rằng ăn nhiều thịt loài động vật bốn chân, tức là loài động vật có vú là tốt. Ngày xưa, Đức Phật đã mở khai nền văn minh cho nhân loại, Ngài dạy chớ ăn thịt hoặc bớt ăn thịt. Mãi đến nay, giới Khoa học và Y học mới phát hiện rằng: trong thịt loài động vật bốn chân chứa nhiều độc tố, nói rõ cách khác là chứa nhiều âm tử.

Giáo sư Michio Kushi phát minh phương pháp chữa bệnh ung thư, phương pháp này gọi là Macrobiotique. Người mắc bệnh ung thư nặng, giới Y khoa đã khoanh tay, nếu chịu chữa trị theo phương pháp Macrobiotique là nhịn ăn thịt loài động vật có vú thì bệnh ung thư tự nhiên lành, bất cứ loại ung thư gì. Một phương pháp hiệu nghiệm như thần. Sự việc này làm điên đầu giới Y khoa Âu Mỹ. Tháng 8 năm 1982, báo chí và các đài phát thanh khắp thế giới đã phổ biến sâu rộng, trong đó có đài BBC, sự kiện đã làm sôi động dư luận khắp thế giới kéo dài ba bốn tháng. Có những tờ báo đăng cả tám trang như tờ LIFE. Ngày nay, các nước Âu Mỹ đang thẩm sâu phương pháp bớt ăn thịt loài động vật có vú để tránh bệnh ung thư. Và ai có bệnh ung thư, bác sĩ (đa phần) khuyên không nên ăn thịt loài động vật có vú (4 chân). Phương pháp này cho phép ăn thịt các loài 2 chân có cánh, có lông như: chim, gà vịt và các loài cá.

*“ Bớt dùng hương động vật*

*Âm dương mới quân bằng”*

Ngoài sự cỡ hoặc bớt ăn thịt loài động vật có vú, thì việc ăn như thức uống cũng không phải là không quan trọng. Nếu không quan trọng thì Thánh Ghandi không nêu pháp này vào nội quy nhập môn của Người: “Hãy nhai nhuyễn thành nước rồi mới nuốt”. Nhai kỹ, nhai nhỏ, nhai nhuyễn vẫn chưa đúng pháp, mà cần phải **nhai thức ăn thành nước** rồi mới nuốt. “Ăn như thức uống!” trái lại, lúc uống thì phải nhào luyện nhiều lần cho nước trong miệng quện lẫn với nước miếng hơi đặc mới nuốt. Ngoài sự luyện tập ăn như thức uống, người tu luyện cần phải luyện tập về ăn rất nhiều cách như là: khi ăn không được nói chuyện, không được nhai ngồm ngoàm, không ăn bốc, ăn tham, ăn ngón, không gây thành tiếng nhai, cũng không được húp canh sồn sột. Khi ăn không được đùa cợt hoặc tranh cãi, nhất là không được ẩu đả nhau trong giờ ăn. Chúng ta đã là người, không bao giờ đánh nhau giữa mâm ăn: **“Trời đánh tránh bữa ăn”**. Những người ăn uống đúng nếp văn minh, ăn uống đúng văn hóa, nhìn thấy đã lịch duyệt, hưởng gì người tu

luyện. Nếu có chuyện gì không ổn định, thì chờ ăn xong sẽ giải quyết. Không nên dần mâm ném bát, không được đá đổ mâm ăn, đập bát, đập tô, cãi vã, chửi bới, mắng nhiếc, chê dờ, chê hôi trong lúc đang ăn. Lại một điều tối kỵ ngăn cấm người tu luyện, không được vừa ăn vừa thảo luận việc đã làm, việc sắp làm. Không được vừa ăn vừa lo nghĩ tính toán công kia việc nọ. Nhất là không được **chan lệ** (chan nước mắt) thay canh. Nơi dành riêng dọn bữa ăn phải trang trọng, hợp vệ sinh, thoáng khí, phải có mâm hoặc bàn, có ghế hoặc đôn ngồi. Các bữa tiệc vui, giỗ chạp lại càng phải chu đáo và trịnh trọng. Trước khi ăn phải rửa tay, ăn xong phải chờ người bên cạnh đứng dậy. Nếu có việc cần đi trước, thì phải xin lỗi người còn lại. Trước khi sắp ăn, bung bát cơm dâng ngang trán, tưởng niệm 5 điều:

***Thứ nhất: Nghĩ công khó nhọc thành tựu bữa cơm này***

***Thứ hai: Tự xét chính mình, rồi mới ngồi ăn.***

***Thứ ba: Ngăn ngừa ba độc, nuôi lớn thân tâm.***

***Thứ tư: Cơm là thuốc hay, chữa khỏi thân gầy.***

***Thứ năm: Lợi mình ích người, nhiếp tâm dùng bữa.***

Nói chung về luyện tập cách ăn đúng quy pháp thì còn nhiều lắm. Lớp học này chưa đủ thời giờ, nên chỉ nêu mấy nét đại cương. Điều quan trọng là người tu học có thực hành, có tập luyện hay không. Hiểu biết nhiều, không chịu tập luyện, cũng chẳng ích lợi bao nhiêu. Rất mong người tu phải học hiểu, để hành, học hiểu, để tập luyện, hầu sớm đạt ngộ pháp màu vi diệu về cách ăn đúng quy pháp.

---o0o---

### **Thứ tám: LUYỆN CÁCH UỐNG**

Nhiều người nói rằng: Ăn đúng cách rất khó, cần phải tập luyện, còn uống thì cần gì phải tập luyện. Quan niệm như thế rất sai lầm, bởi vì trong phép xử thế, chỉ nhìn thấy người đối diện bung tách nước uống, ta đã đánh giá được phẩm cách người ấy thuộc hạng nào. Cũng thì uống nhiều, nhưng người đời tặng cho danh từ rất thanh lịch: “Uống như rồng lấy nước”, và cũng thì uống nhiều lại bị người đời giáng cho một câu: “Uống như trâu uống” (*ngưu ẩm*). Vậy thì uống khó hơn ăn. Khởi cần nghiên cứu Sử học, Cổ học, Văn học mất nhiều công sức, ta chỉ đi vào cửa hàng ăn uống hoặc

nhìn vào các chai thức uống, ta đã hiểu trình độ dân trí của quốc gia ấy, của tỉnh huyện ấy, biết luôn cả khả năng giáo dục của nơi ấy. Đứng về mặt Y học và Đạo học, thì cách uống rất nhiều công phu tập luyện, nhưng muốn luyện đến phần cao, thì trước nhất phải tập luyện phần **cơ bản**.

*Ai ơi chớ uống vội vàng*

*Nuốt nhanh thiếu chất cường toan hại tỳ*

*Hớp từng hợp nhỏ tí tí*

*Hầu ăn, gắp uống hiểm nguy khôn lường.*

Uống như thức ăn là ngậm nước chớ nuốt liền, phải chuyển xoay miệng hoặc súc súc để chờ nước miếng ra nhiều, hòa lẫn nước miếng và nước, khiến cho ngụm nước hơi quánh đặc rồi mới nuốt. Chất “cường toan” tức là nước miếng. Muốn nước miếng đủ hòa với nước thì phải hợp từng hợp nước rất ít. Tập luyện giai đoạn đầu thành công sẽ chuyển luyện uống các giai đoạn tiếp theo.

---o0o---

### **Thứ chín: LUYỆN CÁCH RỬA**

Rửa gồm có rửa mặt, rửa chân, rửa tay, rửa các phần sau khi tiêu tiêu. Nghe qua rất dễ, nhưng thực hành rất khó. Trước nhất, tập luyện rửa mặt. Đa phần sáng dậy hoặc trưa, chỉ xối nước vào tay rồi rửa lên mặt. Người nào kỹ thì nhúng khăn lau chà xát vào mặt. Rửa như thế là sai phương pháp.

*Sáng sớm ngâm mặt thau, bồn*

*Trước khi đi ngủ nước hôn chân mình*

*Giữ đều: “thân thể đẹp xinh”*

*Tiểu, tiêu rửa sạch lợi mình xiết bao.*

Phải có một cái thau múc gần đầy nước, ngụp mặt vào thau, khiến cho nước “ngâm” đầy ngập cả mặt, đầy đến giáp tai (*đến Thùy châu*), nín hơi ngâm mặt vào thau nước, nín hơi như vậy ít nhất ba lần, sau đó mới dùng khăn chà rửa. Trước khi đi ngủ phải rửa chân. Không phải xối nước lấy lệ,

xối nước cho mát chân, mà phải ngồi lên đôn ngồi, ngâm chân vào chậu hoặc vào bồn, dùng khăn chà xát toàn bàn chân, các kẽ ngón chân, nhất là nơi lòng bàn chân. Tại huyết Dũng tuyên lại cần phải chà kỹ, chà “thật sạch”. Ngâm chân vào chậu ngập nước, cho nên gọi là “*nước hôn chân mình*”. Giữ đều rửa chân mỗi tối, ngâm mặt rửa mặt mỗi sáng, một thời gian không lâu, thân thể tự nhiên hảo tướng, “**đẹp xinh**”

Chẳng những chỉ giữ rửa mặt, rửa tay chân mà việc quan trọng nhất là sau khi đi tiêu hoặc đi tiểu, phải dùng xà phòng và nước sạch rửa kỹ toàn bộ phận tiêu hoặc tiểu. Không nên sử dụng giấy bản mà dùng vào việc tiêu tiểu sẽ nhiễm trùng. Khi đi vệ sinh, tức là tiêu xong, phải rửa thật sạch, tiểu xong phải lau thì sự lợi ích cho chính mình không thể kể hết - nhất là trừ được bệnh nhiễm trùng đường ruột và bệnh ung thư đường tiểu. Nữ giới nên thận trọng và không quên điêm này.

---o0o---

### **Thứ mười: LUYỆN CÁCH TẮM**

Loài người sữ dĩ thông minh hơn loài vật có nhiều điêm, trong đó có điêm *biết cách tắm*. Và giữa người này với người khác, hơn nhau cũng do nơi biết cách tắm. Cây cỏ bị bụi bám, cây cỏ không phát triển. Vùng nào môi sinh xấu, thì chim muông côn trùng không phát triển được. Người nào không biết cách tắm, các lỗ chân lông không khai mở, thì cũng ví như cây cỏ bị bụi bám, cho nên chẳng những khó phát triển về nội mặt, mà lẽ sống thường hay bực dọc, cáu gắt, có lắm lúc đổ quạu hoặc sân giận.

*Con người chủ yếu huyết mạch thông*

*Sạch sẽ khí truyền khắp chân lông*

*Khi tắm nhớ luôn luôn ngâm nước*

*Ngày nào quên tắm thân chẳng hồng.*

Tắm nước lạnh, nước nóng, bất cứ tắm ở nơi nào cũng nên nhớ ngâm một ngụm nước suốt thời gian tắm. Khi tắm xong, lau khô, mặc quần áo xong mới nuốt hết ngụm nước này. Nửa chừng nếu nước miếng ra nhiều, đầy miệng thì hãy nuốt bớt một ít. Buổi sáng nên tắm nước lạnh, buổi chiều hay buổi tối mà gặp mùa lạnh thì nên tắm nước nóng. Ngoại trừ những lúc tắm ở biển, sông, suối, hồ, giếng thì khỏi tránh gió. Còn tắm ở nhà, nên tắm



chỗ khuất gió. Mỗi nhà nên có một phòng tắm. Lúc đang có mồ hôi, phải chờ khô mồ hôi mới được tắm. Nếu không có nước lá thì phải có xà phòng tắm. Lúc tắm phải có một khăn ướt hoặc bàn chải mềm để chà xát cho sạch đất. Khi tắm xong, phải có một khăn khô lau sạch. Lau thật khô nước mới mặc quần áo. Bậc làm cha mẹ phải tập cho con trẻ dày dặn phong sương, quen nước, quen nắng. Chớ cưng chiều công tử bột, hoặc quá nhiều kiêng dè, đến khi gặp nước trúng nước, ra nắng trúng nắng. Dày dặn khác với sai phương pháp tắm. Ngoại trừ khi đau bệnh cảm cúm, bình thường mỗi ngày nên tắm một lần. Ngày nào quên tắm, đất bám các lỗ chân lông nên thân không được tươi nhuận (*thân chẳng hồng*). Lên cấp cao, sẽ thăm sâu thêm về pháp tắm.

## TÓM LẠI

Con người là một tiểu vũ trụ, vì thân thể con người cũng đủ bốn chất: đặc lỏng nóng hơi. Tức là đất nước gió lửa. Muốn tiểu vũ trụ hòa với đại vũ trụ đất trời “*thuận thiên giả tồn*” thì phải luyện tập. Đức Phật dạy chúng sanh hơn tám vạn pháp môn, chủ đích là hướng dẫn chúng sanh giải thoát. Muốn dung thông chứng đắc các pháp thì trước nhất người tu luyện phải thông đạt về phần **Sự Tướng**, phải tuần tự từ dễ đến khó. Tham tu nhảy vọt lên chót vọt, những phần cơ bản không chịu tập luyện, nên đa phần những người đệ tử của Đức Phật thường bị chơi với giữa dòng.

Khóa học này nói chung, bài học hôm nay nói riêng, chủ đích chung trình bày một số nét cơ bản, hầu giúp người tu học **Thực Hành** những điều cần thiết, thực dụng hằng ngày.

Trong sông có núi, trong núi có sông, vì núi chính là sông và sông chính là núi. Nhưng thực dụng là khi cần **Tắm** thì phải xuống sông, chứ không thể lên núi. Người tu học Phật, trước tiên phải thông đạt, đắc pháp thực dụng. Sau đó mới thăm sâu vào pháp tương tức, tương nhập. Khi nào hòa nhập thiên nhiên, lúc ấy liền hiểu rõ tương tức tương nhập. Hiện tại đang luyện tập theo phương pháp **Sống Hòa Thiên Nhiên**. Vậy hãy thực sự ăn mới no, phải thực sự tu luyện mới đắc. Không nên quá thiên lệch về mặt lý, bỏ sự. Không khéo sẽ rơi vào tình trạng lý thuyết suông, tình trạng “ngao không”, xa lìa đạo giải thoát.

Cầu nguyện Tam Bảo gia hộ cho tất cả những ai phát tâm tinh tấn tu luyện cầu cầu giải thoát.

Nam mô Thường Tinh Tấn Bồ tát, tác đại chứng minh.

---o0o---

## BÀI SỐ 09: KHAI MỞ CON MẮT THỨ BA

Thiên hạ đa phần nghĩ rằng nhìn thấy sự việc là do hai con mắt của mình. Đồng ý là hai con mắt quan sát mọi sự việc thuộc vật thể, nhưng chỉ quán sát được những việc gần, hoặc là hiện hữu; còn những việc cách ta nhiều năm, hoặc xa ta nhiều cây số, hoặc việc sắp đến thì hai con mắt của mình đành chịu thua. Các bậc chân tu, các nhà thông thái họ không chỉ dùng cặp mắt phàm tình để quan sát sự vật, mà họ lại sử dụng thêm con mắt thứ ba. Vậy tại sao chúng ta không bắt chước các Ngài. Có người bảo dễ gì bắt chước! Rất dễ, ai ai cũng có thể và cũng có quyền sử dụng con mắt thứ ba của chính mình. Còn sử dụng con mắt thứ ba tới độ tinh vi tuyệt hảo thì cần phải đòi hỏi sự khai mở, sự tinh luyện và kiên nhẫn qua nhiều thời gian luyện tập.

Các bậc chân tu, các nhà thông thái, các Ngài trí tuệ sử dụng con mắt thứ ba nhiều hơn hai con mắt bình thường, nên người đời mới tôn trọng họ, bởi vì sự hiểu biết của các Ngài vượt ra ngoài tầm hiểu biết của người thường. Trạng thái này khi vừa khởi tập luyện danh từ nhà Phật gọi là “**khai quang điểm nhãn**”. Điểm nhãn là điểm con mắt thứ ba. Ai khai quang điểm nhãn? Chính các Ngài khai quang điểm nhãn cho chính mình.

---o0o---

### 1. Vị trí con mắt thứ ba

Kinh Phật ghi rằng, mỗi khi Đức Phật sắp truyền dạy điều gì quan trọng thì đều có phóng một luồng hào quang sáng giữa chạn mày. Tức là ngay trên đầu sóng mũi và giữa hai hàng chân mày.

Đọc kinh nhiều lần đã biết rõ ràng như vậy, nhưng chưa hiểu điểm này, đó chính là con mắt thứ ba. Vậy ai mới có con mắt thứ ba? Ai cũng có con mắt thứ ba nhưng khác nhau ở sự cấu tạo lúc con người mới vào thai. Bài này không chú trọng từng người, mà chỉ nêu những đại cương điều kiện phát triển con mắt thứ ba mà từ trước nhiều người quên tôi luyện, có thể thôi! Khai sáng con mắt thứ ba chưa phải là đã đắc tuệ, đây mới chỉ là thời kỳ sơ khởi để tiến đến các giai đoạn sáng suốt kế tiếp.

Vị trí của con mắt thứ ba là ở trung tâm điểm giữa chạn mày. Chúng ta hãy chia điểm này thành hai phần, day mở phần dưới thì “**định thân**”, ngữ

nhiều hơn thức, nếu chỉ day mở phần trên thì **“tảng thần”**, thức nhiều hơn ngủ; nhiều khi lạc xa sự tư duy của ý thức. Phải day mở cả hai phần gồm **“định thần”** và **“tảng thần”**, nó sẽ giúp cho quân bình giữa tỉnh thức và ngủ say, hầu đạt trạng thái trung hòa, để dứt tạp niệm và dứt luôn sự hôn trầm.

---o0o---

## 2. Cách day mở:

Dùng ngón tay trở, bàn tay nào cũng được miễn thuận tiện, ấn nhẹ phần dưới của trung điểm con mắt thứ ba, từ từ nhẹ nhàng chuyển đầu ngón tay từ dưới lên trên thành một vòng tròn, lớn hơn đồng xu, từ trái sang phải theo chiều kim đồng hồ. nếu được người đã thành thạo day mở cho mình lần đầu thì quá tốt, nếu không chúng ta phải chú ý nghiên cứu, nhất là nhìn kỹ người đã giỏi day mở, tránh tình trạng học lóm, dòm lén.

Câu chuyện vị Bác sĩ dạy các sinh viên y khoa học trò của mình, ông đồng dục nói lớn: “Này các em, chúng ta đã nhận mình là lương y như từ mẫu. Vậy nghề làm thuốc không phải chỉ giỏi, mà còn phải có đạo đức và tất cả mọi mặt khác đều tinh vi, các em nhìn xem thầy đây.” Nói xong ông dùng ngón tay chấm vào một vết thương đã có mủ, rồi đưa tay lên miệng mút ngón tay thành tiếng. Ông nói tiếp, các em có thể làm như thế được không? Cả nhóm đều trả lời, dạ thưa thầy, chúng em làm được. Sau đó nhóm sinh viên tiến đến chấm vết thương rồi cũng đưa lên miệng mút. Vị Bác sĩ nhăn mặt khó chịu. Ông nói: “Các em chưa tinh vi cho nên chưa làm thầy thuốc được. Các em ơi! Không lẽ thầy dạy các em làm cái việc mất vệ sinh như thế ư! Thầy nhúng **“ngón tay trở”** vào vết thương có mủ, nhưng thầy mút **“ngón tay cái”** của thầy kia mà! Hai trạng thái khác nhau. Sự quan sát của các em như thế thì làm sao cấp bằng cho các em làm bác sĩ?”

Ai cũng có thể tự khai mở con mắt thứ ba của mình, kể cả cho học trò hoặc con cháu của mình, nhưng nhớ là phải có người hướng dẫn, hoặc xem đọc thật kỹ phương cách, hoặc phải chú hết tâm ý vào công việc, chớ nên rơi vào tình trạng nhóm học trò của vị Bác sĩ. Họ thiếu tinh vi nên chưa được cấp bằng. Nhưng nếu giới tu học mà day mở sai thì chẳng những không đem lại kết quả mà còn bị phản tác dụng.

---o0o---

## 3. Những điều kiện cần thiết:

- a. **Niềm tin:** Phải tin tưởng nơi chính mình có con mắt thứ ba và mình khổ công tu luyện thì nhất định sẽ đạt kết quả, không cao cũng được phần quân bình là thông minh hơn ngày hôm qua.
- b. **Kiến thức:** Phải có một kiến thức tương đối căn bản.
- c. **Kiên trì:** Không thể nào làm một việc xuyên thủng trời đất trăng sao, tức là khai mở con mắt thứ ba để nhìn thấy ngoài bầu khí quyển, nhập vào trùng trùng pháp giới bao la siêu thời gian, siêu không gian mà nôn nóng vài ba tháng là đạt kết quả. Người không có chí lớn, không có tính kiên trì và không tự tin mình đủ khả năng khai mở con mắt thứ ba thì tốt hơn là đừng học bài này và không nên bước vào cuộc thám hiểm sự huyền vi này.
- d. **Chánh niệm:** Muốn đắc giới định tuệ phải đắc chánh định, muốn đắc chánh định phải đắc chánh niệm, muốn đắc chánh niệm phải dứt tạp niệm. hết tạp niệm mới có chánh niệm, đưa nhiều chánh niệm nhập vào một định, tiểu định rồi mới đại định. Lúc bấy giờ mới gọi là tam vô lậu học “**giới định tuệ**”. Nhược bằng không tuần tự từng bước thì đó chỉ là cái thùng rỗng kêu to.
- e. **Thân và tâm ý là một:** Đầu ngón tay day đến đầu tâm ý bám sát theo đến đó, dần dần tự nó dứt bật tạp niệm. Hơn nữa khi ngón tay day mở vùng ấn đường nó sẽ đưa mình vào trạng thái tỉnh thức, cả tỉnh thức cộng với mơ màng lẫn an định, cả ba cộng lại hợp thành một trạng thái an ổn khác thường. Lúc ấy tự nhiên tạp niệm dứt mất, chánh niệm hiển hiện. Chánh niệm lâu tháng lâu năm thì tự nhiên đưa mình nhập vào chánh định.
- f. **Thời gian day mở con mắt thứ ba:** Mỗi ngày ít nhất ba lần, tốt nhất là thời giữa khuya. Mỗi lần độ vài ba phút. Tuyệt đối khi day mở không đếm, cũng không nhìn đồng hồ, để khỏi phải tính giọt thời gian. Bởi vì tư tưởng bận tập trung khai mở thì không thể tính đếm.

---o0o---

#### 4. Tại sao biết mình có con mắt thứ ba:

Hãy khởi sự chiêm nghiệm.

Xin mời hãy ngồi thẳng lưng, tất cả đều trong trạng thái tự tại an nhiên, tức là một lối ngồi rất thoải mái, không nên nghĩ mình đang tu. Tiếp theo, xin mời hãy nhắm mắt, tập trung tư tưởng vào giữa chạn mày, phóng tư tưởng đi xa đến địa điểm nào mà mình đã từng quen thuộc. Ví dụ như trong lúc mình đang ngồi ở đây, hãy phóng tâm tư tưởng quan sát về nơi

mình đã ở, quan sát từ ngoài cổng, vào cửa, vào nhà, xá trước bàn thờ, vào nhà sau, rồi quán sát xuống nhà bếp và dạo quanh vườn, nếu có. Như vậy chắc chắn ai cũng thấy rất rõ ngôi nhà của mình bằng tâm ý. Dĩ nhiên là không xúc chạm được bằng thân, nhưng mà tâm ý mình thấy rất rõ. Dần dần tập luyện như vậy đến khi nào tâm ý ra khỏi bầu khí quyển và nhập vào không gian bao la, lúc ấy ta sẽ cảm thấy thích thú, rằng mình đã sử dụng con mắt thứ ba để quán xét các pháp gần lẫn xa. Dĩ nhiên là mình đã trở thành một người khác hơn ngày hôm qua. Càng thâm sâu vào các pháp, chúng ta sẽ thấy các pháp vốn đồng một pháp và các pháp chẳng hề có chủ thể. Mọi sự huyền vi mâu nhiệm đều được vén mở. Mình ngạc nhiên và lạ lùng thay chính mình.

Một phương pháp còn quan trọng hơn đời non lập biên, bởi vì mách cho nhiều người tự mở khai sự thông minh của chính họ, hầu du nhập vào pháp giới mênh mông, dù chưa đạt trí tuệ, nhưng cũng góp phần sáng suốt hơn trước đây. Kiên trì tu luyện trải qua nhiều năm tháng thì sao không bùng khai tuệ trí. Một phương pháp quy mô như thế mà chỉ trình bày vài giờ đồng hồ và chỉ ghi trên vài trang giấy thì dù có là Thánh cũng khó đạt phần tí mĩ. Hoặc dù có trải qua nhiều năm trình bày hoặc có ghi cả ngàn trang giấy cũng không thể nào phô bày cho đầy đủ. Đây chỉ là gợi ý, nhắc những vị thượng căn thượng cơ nhớ lại kiếp xưa và giúp người mới tập tu một phương pháp dễ dàng.

Tu tập đến khi nào chứng đắc vô trần trí, nhập vào vô sư trí, lúc ấy nhất định sẽ tỏa sáng muôn phương.

Nam mô A Di Đà Phật.

---o0o---

## **BÀI SỐ 10: SỬA NHỮNG GÌ CHƯA HỢP LÝ LÀ TU LUYỆN, LÀ AN CƯ**

Chúng ta ai cũng nhớ lời Đức Phật dạy: “Giới luật còn là Như Lai còn”. Nhưng hiểu và nhớ là một lẽ, còn vâng lời thực hành và kết quả lại là vấn đề khác.

Muốn duy trì giới luật thì Tăng - Ni vào ba tháng mùa hạ hằng năm, phải cấm túc an cư, trau dồi giới đức, trì tụng kinh luật, quán niệm nội tâm, chiếu soi pháp giới, tăng trưởng đạo lực, ích mình lợi người. Như thế là an cư.

Nếu trái lại, có những vị Tỷ khuru, Tỷ khuru Ni suốt đời chẳng chịu an cư thì sao? Không an cư thì không có tuổi đạo, những vị ấy chẳng khác gì giới bạch y cư sĩ ! Vậy an cư tu học những gì ?

Sửa những gì chưa hợp lý và sự là an cư. Vậy thì những gì chưa hợp Nhiều lắm ! Biết bao nhiêu vấn đề chưa hợp lý. vấn đề bản thân - Gia đình - Đất nước - Xã hội..v.v... Các vấn đề này chúng ta chưa hoàn toàn đạt đến chỗ hợp nguyên lý.

---o0o---

## 1. Về bản thân:

Không chỉ tu thân mà phải tu cả miệng lẫn ý thuận hòa thì mới tấn lên tu luyện sáu giác quan đồng nhất. Thời kỳ cao hơn là tu luyện tám thức hầu nhập vô thức và đến thời kỳ chứng đắc thì chuyển vô thức sang trí, bùng khai tỏa chiếu tuệ, nhập giác ...

Có người thắc mắc, trình bày tóm lược như thế thì làm sao hiểu? Thân miệng ý thuận hòa - sáu giác quan đồng nhất - tám thức hóa nhập vô thức - rồi chuyển sang trí - bùng khai tỏa chiếu tuệ - nhập giác... Vậy thì tu theo pháp môn nào và y theo kinh nào ?

Xin thưa ! Sự tu luyện qua từng giai đoạn. Khởi chuyển thô bạo sang tế nhị, từ tế nhị sang tinh vi, rồi tinh vi nhập diệu, “**thô tế vi diệu**” . Ban đầu tu luyện theo “**Bốn pháp diệu vững chắc**” ( kinh A hàm ). Khi trình độ cao tột thì tu luyện theo “**Pháp diệu bông sen**” (Kinh Pháp Hoa). Tóm lại, bản thân nhập diệu, khi đạt diệu hữu, liền đắc chơn không.

---o0o---

## 2. Đối với gia đình:

Gia đình của đạo Phật là những đệ tử của đức Phật, cùng chung một đại gia quyến, gồm có bốn chúng: Tỷ khuru, Tỷ khuru Ni, Nam Phật tử và Nữ Phật tử. Đại gia tộc này sống hoà hợp. Ba ngôi quý báu là Phật - Pháp - Tăng: Phật là tỉnh lặng; Pháp là an vui ; Tăng là hòa hợp. Nơi nào không có hòa hợp, nơi đó không có ngôi Tăng bảo. Chẳng những hòa hợp lý tánh mà phải cả sự tương nữa. Chùa nào không có sự cùng chung ở của bốn vị Tỷ khuru trở lên thì chùa đó không có ngôi Tăng bảo. Nhưng dù có ở chung bốn vị mà không hòa hợp thì cũng như không có. An cư phải từ bốn vị Tỷ khuru

trở lên. Trường hợp đặc biệt vì ở phương xa thiếu hàng xuất gia thì phải làm pháp kiết giới đúng luật nghi. Kể cả lễ truyền trao quy giới cho Phật tử cũng phải đủ bốn vị Tỷ khưu. Nếu nơi nào không đủ bốn vị thì phải làm pháp Yết ma để đúng pháp. Thiếu những nguyên tắc này, lễ truyền giới không có giá trị.

Tại sao mà các tịnh nghiệp Đạo tràng An cư kiết hạ lại được trời, thần, người, quý, rồng quy ngưỡng, cung kính, cúng dường? Đó là nhờ sự hòa hợp của từ bốn vị Tỷ khưu hoặc Tỷ khưu Ni. Nhiều nơi có đến hàng trăm, hàng ngàn vị cùng chung ở một tụ điểm an cư, suốt ba tháng và tuyệt đối giữ sự hòa hợp. Sau khi mãn ba tháng an cư, về lại chùa, các vị đem pháp hòa hợp hướng dẫn hàng Phật tử tại gia sống với gia đình, gia tộc cũng hòa hợp như thế.

---o0o---

### **3. Đối với đất nước:**

Đức Phật nhắc nhở cho hàng đệ tử nhiều lần về “Tứ trọng ân”, nhất là giới xuất gia. Trong bốn ân nặng này, có ân Quốc gia thủy thổ. Hằng tháng, vào tờ mờ sáng ngày rằm và mùng một, sau thời khóa tụng là khóa lễ lạy thù ân, để tỏ lòng nhớ ân và đáp đền ân đất nước. Ân từ các bậc tiền bối hữu công, các vị có công dựng nước, giữ nước, đến các ngành lập pháp, hành pháp, tư pháp, kể cả những người canh gác, giữ gìn an ninh trật tự... Đệ tử Đức Phật đều nhớ báo ân.

Phật giáo luôn quan niệm là báo ân đất nước chứ không bao giờ dám nghĩ đến hai chữ trị quốc. Bởi vì có trị thì sẽ có loạn. Ai cũng nghĩ mình có trách nhiệm trị quốc thì nước Việt Nam có tới tám mươi triệu ông vua. Phật giáo chủ trương người con Phật phải luôn giữ cho tâm mình chơn chính. Hễ chính kỳ tâm thì tất nhiên trị kỳ an.

Trong ba tháng An cư kiết hạ, chẳng những sáu lần lạy thù ân, mà ngày nào, thời kinh nào cũng nghĩ đến ân đất nước và nguyện cầu Quốc thái dân an, thiên hạ thái bình, nhân dân an lạc.

---o0o---

### **4. Đối với xã hội:**

Xã hội là một tập thể gồm nhiều tầng lớp, đời còn gọi xã hội là thiên hạ. Đức Phật dạy hàng đệ tử quán niệm đối với xã hội, luôn luôn giữ đúng nguyên lý bình đẳng. Đức Phật lại căn dặn là nên bình đẳng như cơn mưa, chứ đừng bao giờ bình đẳng kiểu gàu tưới. Cây lớn tưới một gàu thì thiếu nước, cây nhỏ cũng một gàu lại úng nước... Tất cả đều chết.

Hàng đệ tử Đức Phật, nhất là chúng xuất gia, chớ nên dụng ý ép đặt xã hội phải bằng phẳng như mặt nước hồ thu, mà nên luôn thanh tịnh giữ tâm của chính mình được bình, bởi vì tâm bình thế giới bình. Tâm mình chưa bình mà lo sắp đặt cho thiên hạ bình thì đó là mầm gây loạn và đó là việc làm tìm lông rùa sừng thỏ. Mùa an cư năm này chưa điều ngự được tâm mình bình lặng thì mùa an cư năm đến. Đời này chưa đạt thì các đời sau.

Mùa An cư kiết hạ, không chỉ riêng chú tâm tu luyện bốn điểm: Bản thân, gia đình, đất nước và xã hội, mà lại còn nhiều pháp môn bao la khác, nhưng Đức Phật cũng nói: “Đắc một pháp là liễu ngộ các pháp”, hoặc “các pháp vốn đồng một pháp”.

---o0o---

## **BÀI SỐ 11: MĂNG MỘC LÚC TRE CHƯA TÀN**

Người đời lưu truyền nhau rằng: “Tre tàn măng mọc”, nghĩa là phải chờ cho lớp già nhập huyệt, hoặc xương cốt mục nát ở nơi lòng mộ, lúc bấy giờ lớp trẻ mới được phát huy. Thưa quý vị, như vậy có đúng không ? Dù biết không đúng, nhưng tập tục đã truyền tụng hằng nhiều ngàn năm rồi, biết làm sao bây giờ, phải không quý vị ! Câu tục ngữ “Tre tàn, măng mọc” chẳng những là tập tục mà là niềm tin tưởng của giới tuổi cao hằng áp ủ: “Tre tàn, măng mọc”, một ước nguyện rất mùi Phong kiến. Tại sao lại lên án nặng quá vậy ? Bởi vì Phong kiến là gì ? Phong kiến là phong chức cấp đất, và phong và kiến còn ẩn nghĩa sự tổ chức dưới thời đại Phong kiến là phải giống theo gương loài ong, loài kiến. Trong tổ của loài ong cấp nào việc đó: Ong thợ lo xây tổ, ong mật lo đi hút mật hoa, ong nước lo đi lấy nước, ong quạt lo quạt mát, hoặc ấp ấm cho tổ theo hai mùa lạnh nóng, ong bác sĩ lo pha chế mật, từng giai cấp ăn mật khác nhau, ong tuần tiễu lo bảo vệ bầy đàn không để ong lạ xen vào, ong đực lo truyền giống, ong cái lo đẻ trứng. Hằng trăm con ong đực, chỉ một con ong cái, nên ong cái được tôn vinh là ong chúa. Ong chúa được ăn một loại thức ăn đặc biệt, gọi là mật ong chúa. Khi ong chúa rời chỗ đến nơi ăn mật, bò qua đến đâu, ong dân quỳ mọp cúi đầu khép nép nể vì,. Một ong chúa có khả năng sinh nhiều trăm ngàn ong



con. Tổ thiếu ong gì, ong bác sĩ chế thức ăn để ong chúa ăn và đẻ ra thứ ong đó. Ví dụ như tổ thiếu ong thợ, ong chúa đẻ nhiều ong thợ. Đặc biệt là sự đẻ ong chúa con, lâu lắm mới đẻ một lần, mỗi lần chỉ đẻ có 3 trứng. Nhưng đã man thay, ong chúa mẹ tính được giờ phút ong chúa con nở, nên y đã đến nằm chờ sẵn, khi trứng ong chúa con thứ nhất vừa nở ra thì ong chúa mẹ cắn chết tại chỗ. Chưa hết, trứng ong chúa thứ hai tiếp tục nở bình yên, nhưng chị ong chúa thứ hai này nằm chờ cô em ong chúa thứ ba vừa nở là chị thứ hai cắn chết cô em thứ ba tại chỗ.

Gia đình nhà ong như thế đó và thể chế Phong kiến là như thế đó. Câu tục ngữ: “Tre tàn măng mọc” không giống quy thức, ong chúa mẹ giết ong chúa con, ong chúa chị giết ong chúa em, nhưng lại còn thâm độc hơn, đó là ngăn chặn sự tấn hoá của giới trẻ. Các con phải chờ lớp lớn của chúng ta chết, chẳng những chết mà phải chờ cho tàn rụi thì các con mới được mọc. Mới được mọc thôi, chứ chưa được làm tre! Một câu tục ngữ phi lý, phi nhân vậy mà chẳng những được truyền tụng mà còn để dùng làm bí pháp thực hiện nhiều đời.

Tre thường chẳng những làm hàng rào ngăn kẻ gian, mà còn ngăn cản hút hết hơi độc, chất nóng, làm nhiệm vụ thanh lọc môi trường, vậy mà phải chờ cho tàn rụi hết thì măng mới được mọc. Đặt câu hỏi khi măng mới vừa mọc lên thì tre đã tàn, hỏi lấy gì chắn gió che nguy cho nó? Khi mọc nó phải ẩn trốn giữa bụi tre già vì sợ người đời cắt lượm. Thịnh thoảng còn bị tre già chèn kẹp cho nó cụt đọt. Mọt măng nào may lắm mới sống sót để thành tre, hầu duy trì giống nòi. Vậy mà còn bị chèn ép, tụi mày phải chờ chúng tao tàn rồi mới được mọc .

Đức Phật dạy chẳng những loài người, mà hết thảy hữu tình cùng vô tình đều đồng có giống trí. Loài hữu tình như động vật, loài vô tình như cây đá lá hoa, cũng đều có giống trí.

Cái lỗi sai lầm chẳng vâng lời Đức Phật, là không do ở sự ngăn chặn của tư tưởng Phong kiến, mà hoàn toàn ở giới tuổi trẻ. Trong giới tuổi trẻ của Tăng ni, cả thế giới nói chung, ở Việt Nam nói riêng chưa xuất hiện những La Hưu La, Cam La, Hạng Thát, Phù Đổng Thiên Vương, Trần Quốc Toản hoặc các thần đồng..vân.vân... Lớp trẻ chưa quyết chí và tinh tấn tu học. Nếu học giỏi,siêng tu, bùng khai trí tuệ thì còn lo gì chướng ngại.

Khi tôi còn lớp tuổi 30, làm chủ nhiệm kiêm chủ bút tuần báo An Lạc, mục diễn đàn Tăng sinh đăng nhiều loạt bài, đòi khai mở lối tiến cho tuổi

trẻ, nhưng lúc ấy vẫn còn nằm ở hàng ngũ tuổi măng, nên không dám viết tròn nét bút vì sợ lớp lớn la rầy là đấu tranh phá tục lệ. Hôm nay đứng trước giới Tăng ni sinh trẻ, tôi đã vào tuổi thất tuần, nên xin trình bày niềm trần trở từ lâu của chính mình. Việc yên nhà - lợi nước - ích đời - hiền đạo đang chờ những con người trí tuệ, mà trí tuệ không đòi hỏi trẻ hay măng!

Biết rằng định lý không qua khỏi hàm răng của ong chúa, nhưng chúng ta đừng theo quy pháp Phong kiến, mà nên sống theo bí pháp rồng con. Loài rồng khi ở dưới nước thì lặn sâu tận đáy Đại dương, khi lên không trung thì nhờ mây quyện kín. Vì thế nên dù ai thiện xạ đến đâu vẫn không thể bắn rồng. Chẳng bắn được rồng nên người đời hồ đồ bảo rồng là con vật huyền thoại, kể cả văn chương. Các anh em có tin là huyền thoại hay không, nếu tin miệng đời thì đốt bỏ kinh sách của Đức Phật. Bởi vì kinh sách Đức Phật có thời pháp nào mà rồng không đến thính pháp. Nhất là kinh Pháp Hoa, nàng rồng tám tuổi thành Phật trước sự chứng minh của hai Đức Phật và đại chúng .

Việc quan trọng nhất của tu sĩ là đức tin. Niềm tin đầu tiên là tin mình có tánh Phật, tin mình có sẵn trí tuệ. Chuyên tâm tu niệm nhất định sẽ đắc tuệ. Bốn thời kỳ mở khai toả chiếu trí tuệ. Giữ giới sinh định, nhập định phát tuệ.

Mỗi năm nhập hạ An cư là trau dồi giới đức. Nhưng nhập hạ để An cư, chứ không phải nhập hạ để an ngủ. Nhập hạ để đình ý phát tuệ, chứ không phải nhập hạ để dụng ý cầu lợi danh.

Đạo pháp - Tổ quốc - non sông - đồng bào - nhân loại - muôn loài là sứ mệnh phục vụ của tuổi trẻ. Vì tuổi trẻ nằm trong muôn loài, trong nhân loại, trong đồng bào, trong non sông, trong Tổ quốc, trong đạo pháp.

Các vị Tăng Ni sinh thân mến của chúng tôi ơi! Chúng tôi và muôn loài đang chờ giới Tăng Ni sinh trí tuệ, Tăng Ni sinh của Pháp Diệu, chứ không mong đợi Tăng Ni sinh pháp thô. Các Tăng Ni sinh ngay trong khoá kiết hạ chú tâm tập luyện oai nghi tế hạnh, thúc liễm thân tâm, trao dồi giới đức, để ngày mãn hạ xứng đáng là những vị trưởng tử của Như Lai. Tròn Như Lai sứ, hành Như Lai sự.

---o0o---

## BÀI SỐ 12: BÌNH ĐẲNG NHƯ CÒN MƯA

Đức Phật dạy nơi kinh Niết Bàn và kinh Đại Bửu Tích, dù gặp đời mạt pháp nhưng cũng có nơi hưng hiển chánh pháp. Nơi nào Tăng Ni nghiêm trì giới luật thì nơi đó đang hiển hưng. Như thế chúng ta có thể hiểu rằng Việt Nam là nơi chánh pháp đang hiển hưng. Có người thắc mắc, lấy gì làm minh chứng? Xin thưa! Lấy ngôi Tam bảo trang nghiêm làm bằng chứng. Lấy pháp bảo được phổ truyền sâu rộng làm bằng chứng. Lấy bốn chúng đồng tu làm bằng chứng.

---o0o---

### **Thế nào là Tăng bảo trang nghiêm?**

Việt Nam tổng số hơn 30 ngàn Tăng Ni (số thống kê năm 2001) nhưng số Tăng Ni kiệt hạ, cầm túc an cư tại tịnh nghiệp Đạo tràng hơn hai phần ba so với tổng số. Có người hỏi: Con số này ở đâu? Xin chứng minh: Năm ngoái, Tổ đình Quán Thế Âm đi cúng dường an cư được 34 tỉnh - thành phố, hơn 100 điểm an cư. Đoàn đã trực tiếp cúng dường tận tay, lễ lạy tận mặt. Mỗi vị Tăng Ni nhận sự cúng dường một bao thư tịnh tài và một quyển sách Giảng sư. Tổng số sách hơn 8.000 quyển. Tổng số bao thư hơn 8.000 bao. Đó là không cúng dường quý vị tông hạ và một số tỉnh cùng một số chùa không tiện đường xe và không đủ thì giờ; kể cả Thành phố Hồ Chí Minh nhường đoàn khác cúng dường. Sau này nếu được nhiều đoàn chia nhau, hoặc Giáo hội Trung ương lưu ý kiểm tra thì số Tăng Ni An cư kiệt hạ sẽ lên đến số hơn 20 ngàn. Tức là bảy mươi phần trăm Tăng Ni thúc liễm an cư, trau dồi giới đức. Chúng ta thử đặt câu hỏi: Trên thế giới có nước nào được như Việt Nam về chư Tăng Ni tu học hay không? Như thế không phải hưng pháp thì gọi là gì.

---o0o---

### **Thế nào gọi là Giáo pháp đang phổ truyền sâu rộng?**

Mời những người khó tính đi quan sát các tủ sách tư gia Phật tử, các phòng phát hành kinh sách Phật giáo, các tủ sách của chùa viện am thất. Để ý kiểm lại tổng số các đầu sách kinh Phật giáo được chính thức xuất bản, các bài học tài liệu quay vi tính, các băng từ phim nhạc, các hình ảnh, hội họa, điêu khắc, dệt thêu, sơn mài, gỗ sứ có liên quan Phật giáo. Các pháp khí chuông mõ, khánh đầu, trống sấm, đại hồng chung, tượng Phật. Đặc biệt là sự xây cất trùng tu, kiến tạo chùa viện am thất có lúc nào và có nước nào

nhiều hơn Việt Nam không? Như thế không bảo là Giáo pháp đang phổ truyền sâu rộng thì gọi là gì?

---o0o---

### **Thế nào gọi là bốn chúng đồng tu?**

Các nước Đông Nam Á theo tiêu thừa thì chư Tăng đông mà không có Ni. Các nước Nhật Bản, Hàn Quốc thì tân Tăng đông hơn thanh tịnh Tăng. Một số nước khác thì Tăng Ni và nữ cư sĩ đông, chứ nam cư sĩ quá ít. Tại Việt Nam, Phật tử nhất là vùng nông thôn, những nơi thiếu chư Tăng Ni, phần nhiều giới nam cư sĩ gánh vác việc chùa. Tại Thành phố, thị xã, thị trấn ngày nay, hình bóng nam cư sĩ đến chùa ngày càng đông. Tại Tổ đình Quán Thế Âm, Đạo tràng Diệu Pháp Liên Hoa có sáu Liên chúng, mấy ngàn tu học viên. Trong số sáu Liên chúng, có giới nam cư sĩ, đa số là trí thức. Nam giới ở đây quy tụ dưới hình thức một Liên chúng, tên Liên chúng Bồ tát Quảng Đức, tổ chức của Liên chúng có một ban quản chúng, gần hai mươi vị và nhiều phân chúng cùng các trưởng ban chuyên môn. Họ sinh hoạt hàng tuần vào sáng chủ nhật, đúng 05 giờ 30 đã tham dự khóa lễ 30 phút, sau đó học Phật pháp một tiếng rưỡi. Sự sinh hoạt rất đều và đã duy trì gần mười năm.

Như vậy tại Việt Nam, nếu chúng ta không gọi bốn chúng đồng tu thì gọi là gì?

Nêu đại cương vài nét để chúng ta vững niềm tin rằng: Đạo Phật Việt Nam đang trên đà hưng hiển.

Sau ba tháng hạ, quý vị rời tịnh nghiệp Đạo tràng trở lại trụ xứ, mỗi người phải chứng đắc một pháp môn, được thế mới xứng đáng là người xuất gia, mới có thể thay Đức Phật chuyển luân Giáo pháp. Muốn vậy, điều quan trọng và trước nhất, chúng tôi thỉnh mời tất cả cùng khai thông tư tưởng, không nên nề chấp chận hẹp:

Giới luật Bát kinh pháp

Chứng đắc vẫn như nhau

Chẳng trước cũng chẳng sau

Chẳng chướng ngăn hạ lạp.

Có thông có thuộc bốn dòng thơ kệ này thì sự tu luyện mới dễ kết quả. Chúng ta nên nhớ câu: “Tu nhất kiếp ngộ nhất thời”. Tu chứng và hạ lạp đó là hai vấn đề chẳng song hành, kể cả Bát kinh pháp và tu chứng cũng vậy. Giáo pháp của Đức Phật là bất nhị. Vậy thì làm gì có hai? Làm gì có nữ nam không bình đẳng? Nếu có nữ tu không chứng, còn nam tu chứng thì nàng Rong tám tuổi thành Phật nhanh hơn nháy mắt, trước đại chúng và dưới sự chứng minh của hai Đức Phật là sao?

Nói rõ hơn, nếu đạo Phật không giữ giới luật thì sẽ thành một tổ chức mất tôn ty trật tự, chẳng khác nào một đoàn quân ô hợp. Vì vậy nên lúc nào và bao giờ chư Ni cũng phải lấy Bát kinh pháp làm đầu, giới kinh làm bản mạng. Dĩ nhiên là như thế! Nhưng cách xa Đức Phật quá lâu, thành ra đạo Phật Việt Nam bị ảnh hưởng văn hóa Trung Hoa. Ngoài đời thì thuyết Tam tông của Phong kiến, còn trong đạo thì có nơi có ý sai lạc lời Phật dạy. Có người bảo rằng: Dù là Ni trưởng cũng phải lạy thầy Sa di. Điều này nên xem lại.

Chư Ni chỉ lạy chư Tăng, chứ không phải lạy vị Tỷ khưu. Chư Tăng thì phải từ bốn vị trở lên và sống hòa hợp, đúng theo nghi pháp và phải chơn chánh tu hành. Nhất là khi vào các Phật sự quan trọng, đều làm pháp Yết Ma, như thế thì hàng trời thần quỷ rồng cũng phải lễ lạy, chứ đừng nói là chư Ni. còn nếu chỉ có một vị Tỷ khưu thì đâu đủ là ngôi Tăng bảo, mà khiến chư Ni phải lễ lạy! Hơn nữa, giữa thời đại vật chất tung hoành, giả nhiều chơn ít, cho nên khi gặp nhau giữ niềm tôn kính trong lòng, chờ khi nào hiểu rõ biết rành bậc, đó là chơn tu và chờ sau pháp Yết Ma, hòa hợp ngôi Tăng bảo, lúc bấy giờ có lạy sái trán cũng mừng vui xin được lễ lạy, chứ đừng bảo từ chối, bởi vì tiền thân đức Phật khi làm vị Thường Bất Khinh, gặp ai cũng lễ lạy. Còn ngày nay, khi đã biết rõ là bậc chân tu thì tại sao chư Ni không lạy? Nếu không cung kính lễ lạy là phạm Bát Kinh Pháp: Đồng thời hạ lạp và tu chứng không cùng chung một; bởi vì Sa di thuyết pháp, Sa môn thính. Chỉ sợ Sa di không biết thuyết pháp mà thôi! Bởi vì Sa di không biết, hoặc không chịu nghe pháp, tu luyện theo pháp thì làm gì có pháp để thuyết.

Chúng ta dù Tỷ khưu, hay là Tỷ khưu Ni cũng đều là Thích tử. Người đời thường bảo: “Con nhà tông không giống lông cũng giống cánh”. Chúng ta là đệ tử của Đức Phật, không giống nhiều cũng phải giống ít. Vậy oai nghi tế hạnh và giới luật không thể xa rời.

Cây dừa đứt đọt, không thể có trái. Người xuất gia cũng vậy. Ai trái phạm thì nhân mùa An cư kiết hạ nên tác pháp sám hối, tinh tấn tu hành để tròn thêm một tuổi đạo. Người xuất gia giới đức trang nghiêm như mặt trời không bị mây che khuất, như dòng nước ngọt không bị nhiễm chất phèn, như chim Phượng Hoàng trải hai cánh rộng.

---o0o---

### BÀI SỐ 13: GIỌT SỮA ĐỘNG ĐÁY LY

Kính thưa quý vị. Trời mưa lạnh, mà chúng tôi lại nói chuyện buồn, chuyện **giọt sữa động đáy ly**. Câu chuyện có liên quan đến hạnh từ bi, giữa dòng đời nhiều tham, sân, si.

Nếu quý vị đến một gia đình, thấy đứa con đang khóc, mà người mẹ vẫn tỉnh bơ, vẫn đứng đưng, hoặc nếu có thì người mẹ đó chỉ an ủi rằng: “Mẹ thương con lắm”, chỉ có thế thôi! Thương chỉ thương bằng lời nói, chứ không hề an ủi vỗ về, bông bế, hoặc cho ăn uống bú mớm gì cả. Quý vị biết người mẹ ấy là ai không?

Hàng năm cứ đến mùa hạ thì hàng xuất gia đệ tử Đức Phật lại kiết tập An cư, thúc liễm thân tâm, trau dồi giới đức, mở trí khai tuệ, quý vị có biết để làm gì không? Có người nói để ôn nhuần giới luật, hưng hiển đạo màu. Làm như thế để chi? Vì chúng sanh khổ, Đức Phật thị hiện vào đời. Vì con người đang quần quại giữa cảnh buồn đau, giọt lệ nhiều hơn nụ cười, nên chư Tăng, chư Ni mới lăn vào giữa chôn bùn như. Có vị lăn vào bùn rồi cũng lấm theo bùn, có vị còn nhiễm bùn nặng hơn những vị đang tắm bùn. Và cao cả thay những ai vào bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn. Càng vào bùn càng tỏa giới định hương. Càng nhập bùn càng ngát tỏa hương sen. Mượn bùn để mở khai pháp diệu. Nương bùn để mở rộng hạnh từ bi. Mỗi năm ba tháng an cư, tuy thời gian quá ngắn, nhưng đó là cơ duyên giúp chư Tăng Ni xa rời tạp niệm, luyện chánh, nhập chơn. Người chưa biết bơi lội mà vớt người đang đuối nước thì nhất định phải bị chết chìm. Vị Tăng nào còn quá non tuổi đạo, chưa đủ chất Tăng Ni, thiếu An cư kiết hạ, mà vì quá thương người nên vội bước vào dòng đời thì có khác nào kẻ chưa biết bơi mà muốn cứu người vậy!

Nhưng an cư phải đúng ý nghĩa và quy luật của an cư, chứ không phải nhập vào Tịnh nghiệp Đạo tràng, để rồi tính tháng tính ngày, đủ ba tháng An cư kiết hạ, hầu lờ mọi người rằng mình đã an cư. Có vị thân an cư, mà tâm ý chẳng hề an tịnh, hoặc có vị ngồi yên để tính mưu này chúc khác, tu

tưởng vẫn đuổi theo bã lợi danh. Lại có vị còn tệ hơn đó là tiếng thì nhập hạ an cư, nhưng thân thì duỗi rong ngoài đường phố, hoặc nhà bạch y, hoặc thường lân la đến nhà người giàu sang phú quý, lợi dụng rằng mình đang an cư, tự xưng là người có giới đức, thực tế cũng phàm trần, cũng vật chất bon chen. Nếu Phật giáo Việt Nam, qua mỗi mùa an cư, mà cả 20 ngàn vị Tăng Ni, đều hành đúng lời Phật dạy, nghiêm trì giới luật, quán niệm nội tâm, chiếu soi pháp giới, cô đọng Đà ra ni ... Mỗi vị chứng đắc một tam muội thì ngày mãn an cư, 20 ngàn ánh hào quang chiếu diệu. Đất nước làm sao không tỏ rạng ánh thanh bình, đạo mầu làm sao không an tịnh, cả năm châu làm sao thiên hạ không đượm nhuần, ân triêm pháp hỷ lạc.

Thưa quý vị! Mãi lo nói, quên mất chủ đề câu chuyện giọt sữa đọng đáy ly.

Cách nay mấy chục năm, nhân Phật sự, tiện ghé thăm nhà một đạo hữu. Vừa trông thấy chúng tôi, cô chủ nhà vui mừng rối rít. Cô mời chúng tôi ngồi và đứng dậy, trao ly sữa còn độ vài ba muỗng cho đứa con ba tuổi, bồng đứa bé một tuổi đưa vào nôi, xuống nhà bếp chế nước để mời khách. Cậu bé ba tuổi vừa háu ăn lại vừa sợ người lạ, bé vừa nghiêng ly, vét hết sữa còn lại, vừa nghiêng mặt nhìn trộm chúng tôi, tiếng muỗng chạm vào ly càng lúc càng gây tiếng lớn, bởi sữa trong ly đã hết cạn, mà bé vẫn còn thèm, nên cố vét cho hết những giọt sữa còn lại, vét mãi, mút mãi mà vẫn không có sữa, bé nghiêng mặt nhìn chúng tôi, rồi đưa mồm vào miệng ly, thè chiếc lưỡi đỏ hồng, bắt đầu liếm những giọt sữa còn lại. Cái ly thì cao, cái lưỡi thì ngắn, thè lưỡi ra nhiều lần nhưng hơi ỏi, cái lưỡi chẳng đụng đáy ly. Bé rút lưỡi ra và đưa mắt vào ly, vẫn thấy đáy ly còn đọng vài giọt sữa, thế là bé đổi động tác thè lưỡi liếm sâu xuống đáy ly. Bé kiên trì liếm, quyết thu cho bằng được mấy giọt sữa ở tận cùng đáy ly. Bé đã tận lực, nhưng trí còn bé, thế là sự thiếu não của bé càng hiện rõ. Bé càng kéo dài động tác bao nhiêu thì sự ngậm ngùi trong lòng tôi nó cứ bùng bùng như muốn nấc thành tiếng, hai khoé mắt của tôi có lẽ đã đỏ hoe, những giọt lệ đã lăn trên gò má hồi nào tôi không cảm được. Ôi trần gian ơi! Chị chủ nhà từ bếp đưa bình trà lên, chị ngạc nhiên và hỏi: “Bạch Thầy! Sáng nay Thầy có chuyện không vui, thưa Thầy?”. Tôi như bị phát giác một điều gì thầm kín, vội đáp: “Đâu có!” Và nụ cười miễn cưỡng vội nở trên môi.

Suốt mấy ngày trầm ngâm nhiều về nếp sống nhân sinh, hình ảnh đứa bé và giọt sữa đọng đáy ly, lúc nào nó cũng lờn vờn nơi tâm trí tôi. Nó đã biến thành bài pháp không lời và trở thành môn thiền không công án. Tự thâm thì với chính mình, không lẽ mình tu hành sai sót, hay là nghiệp dĩ của

con người? Cả hai! Nhưng nghiệp vẫn chuyển đờc kia mà! Vậy thì ai chuyển? Bồng có tiếng văng vẳng giữa không trung: “Hỡi các bậc Hiền đức Tăng Ni ơi! Loài người, kẻ cả chúng sanh đang cần uy đức của quý Ngài, hầu nương theo để chuyển nghiệp!” Tôi lặng yên nhập vào trạng thái tịnh niệm. Khi mở mắt trời đã mờ sáng. Cảnh vật cỏ cây chung quanh còn đang tắm mình trong sáng sớm, chỉ một mình tôi như đang giữa trưa hè và câu kệ phẩm Phổ Môn đang in khắc rõ ràng nơi tôi: Chơn quán - Thanh tịnh quán - Trí tuệ quán rộng lớn - Bi quán và Từ quán. Đó là năm phép quán của đức Quán Thế Âm Bồ tát phổ truyền cho đời. Vậy mà đời không chịu vâng theo, hàng Tăng Ni cũng chưa tu luyện. Nếu chư Tăng Ni ai cũng tu chứng pháp quán này thì làm gì còn cảnh giọt sữa đọng đáy ly! Tôi rùng mình bừng tỉnh và hiểu ra rằng: Từ trước mình còn thiếu! Dù Bồ tát Quán Thế Âm đã phổ truyền năm pháp quán, nhưng ba pháp trước chỉ dành riêng cho hàng Bồ tát, còn Tăng Ni Phật tử chỉ tu luyện hai pháp sau mà thôi. Bởi vì muốn **Quán chơn** thì phải đạt trình độ liễu ngộ Diệu hữu Chơn không. Muốn quán **Thanh tịnh** không như thì phải đạt trình độ vô phân biệt, tức là trình độ **bất nhị** và trình độ **bất cấu bất tịnh**, bất tăng bất giảm, lúc bấy giờ mới quán Thanh tịnh, mới quán Đại trí tuệ. Thế vậy mà từ trước đến nay tôi cứ chăm chăm quán lung tung, pháp nào cũng quán nên chẳng chứng đắc đờc pháp nào cả. Từ hôm ấy bắt đầu hạ thủ công phu, chỉ quán pháp Từ. Bởi vì Từ năng dứt lạc, và Từ ý diệu dường mây. Tôi phát đại thệ nguyện rằng: Khi nào đắc pháp Từ, lúc ấy mới bắt đầu quán pháp Bi, bởi vì Bi mạnh hơn: Bi năng bạt khổ. Người mẹ sáng cho con tiền và đỡ con ăn sáng để đi học, bà mẹ đó đang tập thực hành theo hạnh từ. Bà mẹ khác, buổi sáng khi con làm nũng không chịu đi học, bà rút roi quát lớn rằng, con có đi học không? Đứa bé sợ đòn nên ngoan ngoãn đi học. Bà mẹ thứ hai này đang tập thực hành hạnh Bi. Bởi vì Bi tâm răn như sấm, còn Từ ý diệu dường mây. Có mây mới mưa cam lộ pháp vũ, dứt trừ lửa não phiền. Như thế mới là Quán Thế Âm.

Thưa quý vị! Cách thành phố vài chục cây số thôi, mà khó tìm thấy hình bóng chư Tăng Ni. Trong lúc đó Tăng ở Đô thành thì Phật Tổ la. Bởi vì ngày xưa, Tăng hiền thường ở chốn Lan Nhã.

Giá như sau ngày mãn hạ và sau lễ Tự tứ rằm tháng bảy, Tăng Ni rời Thành phố, quá bộ vào vùng sâu các nơi đang cần tình người, họ đang muốn chính mắt nhìn đờc hình bóng của các vị thay mặt Như lai độ đời. Họ đờc gieo chút phước duyên nơi Tam Bảo thì hạnh phúc cho họ biết bao.

Hãy “Làm thính - làm”, đừng nên dao to búa lớn, đừng nên tuyên bố rùm beng, đạo Phật là đạo sự thật, là đạo từ bi. Đạo Phật đã tồn tại ở đất



nước này hai ngàn năm, đạo Phật uy hùng thuở Đinh - Lê - Lý - Trần... Nhất là đã tồn tại uy hùng không để đồng bào chịu nô lệ cho Tây cả trăm năm, để Tăng Ni chịu bao khổ ải? Điển hình như chư Tăng chùa Long Hòa (Bà Rịa) bị nhà làng bắt đóng trần giữa sân đình phơi nắng, để nhóm hội tề làm trò tiêu khiển uống rượu và chế ngạo rằng: “Chúng ta muốn xem sự nhẫn nhục đạo Tử bi của tụi bây như thế nào và đến đâu?”. Trường hợp này không thể tái diễn, chúng ta phải tu hạnh “**Bi tâm răn như sấm**”.

Loài người còn chìm ngập trong khốn cảnh đau thương, có nhiều người còn gặp cảnh tàn tệ hơn giọt sữa đọng đáy ly, nước cơm cho bé thơ, nước cháo hiến mẹ già, còn chẳng có thì hỏi tìm đâu ra sữa. Vậy không lẽ chúng ta lặng yên nhìn họ trả nghiệp hay sao? Muốn có đáp số phải tịnh tu ba tháng an cư thì tự nhiên câu trả lời sẽ hiển hiện.

---o0o---

## **BÀI SỐ 14: PHƯƠNG PHÁP VĂN TƯ TU TRỪ PHIÊN NÃO**

### **I.MỞ ĐỀ:**

Giáo pháp giải thoát của Đức Phật, cao sâu rộng mạnh không thể nghĩ bàn. Chúng ta có thể nói tóm một câu cho dễ nhớ, đó là giáo pháp của Phật có tám vạn bốn ngàn pháp môn. Ai muốn tu pháp môn nào cũng được. Nhưng khi tu pháp môn nào cũng phải biết cách. Thực tập đúng phương pháp mới đắc pháp. Phương pháp thì phải có lúc khởi đầu, để đi đến kết quả và cũng là phương pháp thực tập pháp môn đó, nhưng phải trải qua từng trình độ, từ thấp đến cao, từ sơ đẳng đến siêu đẳng, từ thực tập đến nhập diệu, đến đắc chơn không.

Tâm trí phiền não của con người, cũng ví như cuộn chỉ rối. Muốn gỡ, phải tìm ra mối đầu của nó. Việc tu luyện để gỡ trừ bớt phiền não, cũng phải khởi từ ban đầu. Việc đầu tiên của Văn Tư Tu là nghe. Tức là phải Nghe, rồi mới Tư duy, khi thông suốt mới Tu tập tiến đến chứng đắc.

Ví như người ngủ say, họ có được nghe gọi thì họ mới thức dậy.

Bồ Tát Quán Thế Âm truyền trao bí pháp nhĩ căn viên thông. Chỉ nghe đúng pháp là đắc quả vị Phật, chứ chưa phải trải qua tư duy và tu luyện. Nhưng đó là pháp môn dành riêng cho hàng Bồ Tát “**Phản văn văn tự tánh**”. Hoặc “**Phản phục tâm thanh**”, còn chúng ta thì không thể đột giai đoạn được.

## II. NỘI DUNG:

### A. VĂN (nghe)

#### 1. Nghe đủ sáu giác quan:

Giai đoạn thực tập ban đầu chỉ cần đạt sáu giác quan đồng nghe một âm thanh, tức là chỉ nghe một sự việc. Tai nghe, mắt nghe, mũi nghe, lưỡi nghe, thân nghe và ý nghe một vấn đề (xem các bài học những khóa trước). Từ từ trình độ cao hơn, mới luyện nghe cả sáu trần, hòa nhập sáu căn, chuyển biến thành sáu thức. Hoặc nghe vào, nghe ra, nghe vòng tròn, nghe chẳng có âm thanh, nghe chẳng có gì để nghe mà vẫn nghe, nghe “**Phản phục tâm thanh**”, nghe “**Phản văn văn tự tánh**”.

Hiện nay quý vị đang còn ở trình độ thực tập nghe âm thanh. Khi nào lên trình độ cao hơn sẽ thực tập nghe cả màu sắc, nghe mùi hương, nghe các vị đắng ngọt, nghe sự chạm xúc và nghe các pháp chuyển biến.

Ai đạt trình độ sáu giác quan đồng nghe một âm thanh thì mới khởi sự tập phương pháp của bài này.

#### 2. Nghe rõ ràng rồi lập lại cho chính mình nghe:

Đức Phật thuyết kinh, đến những chỗ quan trọng Ngài đều lập lại ba lần. Chưa đủ, Ngài còn dùng thơ kệ để lập lại ba lần nữa.

Ai muốn nhớ đừng quên những điều quan trọng thì khi nghe người khác nói xong, mình phải tự tóm những nét quan trọng thành một câu, rồi chính mình đọc lớn sáu lần, hoặc nhiều lần câu đó. Qua một đêm ngủ, nếu sáng đã nhớ câu đó thì tốt, bằng chưa hoặc quên thì phải lập lại nhiều lần. Lập lại đến khi nào thực sự nhớ mới thôi. Sở dĩ phải lập lại sáu lần vì con số sáu là sáu giác quan. Phải thực tập cả sáu giác quan cùng nghe một vấn đề.

#### 3. Nhớ:

Bộ nhớ cùng một lúc phải ghi nhận rất nhiều tạp âm, nên không tài nào nhớ rõ được. Nhờ phương pháp lập lại đến sáu lần (hoặc nhiều lần), nên bộ nhớ mới kịp thu nhận do sáu giác quan cùng đưa về. Thực hành đúng phương pháp thì dù có thiếu thông minh vẫn nhớ.

Dân tộc Việt Nam, văn hóa phía Bắc, phương pháp “Gọi dạ bảo vâng”. Đây là một nền văn hóa đã thâm nhập vào dân gian rất tuyệt vời. Khi gọi là một lần nghe, có nghe mới dạ. Tiếp tục nói rõ công việc, người nghe đáp vâng. Như thế hai lần. Lại còn chu đáo hơn, chờ cho người nghe lặp lại, thế là ba lần. Nhờ phân công và nhận trách nhiệm chu đáo của phương pháp gọi dạ, bảo vâng và lặp lại rành mạch nên ít gây phiền não cho nhau.

Một điển hình khác, những em bé học lớp Mẫu giáo, khi vào giờ học đều lặp lại lời dạy của thầy cô giáo nhiều lần, nhờ vậy mà dù còn thơ ấu vẫn nhớ.

---o0o---

## **B. TƯ**

### **1. Nhớ mới tư duy:**

Có nhớ mới tư duy. Ngồi vào nơi vắng lặng, dứt các tạp niệm, như nhà triết học vào phòng nghiên cứu. Thực hành các thao tác thư giãn thân thể và điều hòa hơi thở. Bắt đầu ngồi vào tư thế bán già, hoặc tư thế hoa sen. Người yếu có thể ngồi ghé thõng chân, giữ tư thế lưng thẳng, mắt nhắm, hoặc lim dim, tập trung vào một chủ điểm đó là câu mình vừa thích, được lặp lại nhiều lần và đã nhớ rất rõ ràng. Bây giờ chỉ xoáy sâu vào câu đó. Lắm nhắm đọc lại câu đó nhiều lần, lắm nhắm đến độ chín mùi, tức là nhuần nhuyễn. Khi đã nhuần nhuyễn liền đem câu đó ra mà nghiên cứu.

### **2. Tư duy trải qua thanh lọc:**

Thanh lọc như là y học thực hiện phẫu thuật. Chẻ nhỏ vấn đề, chẻ đến khi nào không còn chẻ được. Tức là không còn phân tích được nữa, lúc bấy giờ mới dùng lý trí loại bỏ những căn bã thừa thãi, chỉ giữ lại phần cốt lõi quan trọng, những gì đúng sự lý chơn thật. Rồi cũng lúc ấy tổng hợp lại hoàn chỉnh công việc thanh lọc. Nếu hôm đó tư duy và thanh lọc chưa đạt thì có thể hôm sau, hoặc nhiều hôm sau, khi nào bùng vỡ vấn đề, đạt kết quả mới thôi. Thực hiện thanh lọc đúng phương pháp đã nghe, tức là văn đã thành. Nếu vấn đề đơn giản thì thời gian tư duy ngắn. Như các nhà nghiên cứu, việc đơn thuần thì giải đáp tại chỗ, nhưng nếu là vấn đề quan trọng thì họ vào phòng nghiên cứu. Tư duy phải gồm cả thanh lọc.

### **3. hanh lọc mới hiểu**

Vị Giảng sư hỏi học viên: Quý vị hiểu chưa? Cả Đạo Tràng trả lời: Dạ hiểu! Thực ra họ chưa hiểu gì cả! Cả thầy lẫn trò đều bị sáu giác quan của chính mình đánh lừa mình. Tại sao? Tại vì học viên mới nghe, chưa trải qua thời kỳ lập lại, thời kỳ nhớ, thời kỳ tư duy, thời kỳ thanh lọc thì làm sao mà hiểu. Chữ thời kỳ trên đây là tùy theo sự việc mà thời kỳ lâu hay mau. Nếu sự việc dễ thì thời kỳ một vài phút. Nếu sự việc khó, ẩn sâu thì phải trải qua tháng năm, hoặc nhiều năm. Dù có lập lại, có nghe và đã hiểu cũng chưa hiểu sâu được. Phải thanh lọc, phân tích, loại bỏ và tổng hợp thì mới hiểu được vấn đề.

---o0o---

## C. TU

### 1. Hiểu mới tu

*Học không tu là túi đựng sách.*

*Tu không học là tu mù.*

Không hiểu mà tu thì không bao giờ đạt kết quả. Muốn hiểu phải học, muốn học phải nghe. Nghe phải đúng phương pháp. Nghe đủ sáu giác quan. Khi đã liễu thông rồi phải lập lại. Lập lại cho chính mình nghe nhiều lần thì mới nhớ. Khi đã nhớ cần phải tư duy, nhất là phải thanh lọc. Đến khi nào hiểu rõ phương pháp, lúc ấy mới tu. Tức là mới sửa cho đúng đến chỗ chơn thật. Trong khi tu cũng chia nhiều thời kỳ: Thời kỳ đầu là sửa, tiếp theo là tập, sau đó mới luyện và khổ luyện.

### 2. Tu mới biết

Hiểu và biết khác nhau. “Hiểu” ở phần Lý, “Biết” gồm cả Sự lẫn Lý. Nếu chưa hiểu mà làm, hoặc thực hành, thì việc tu luyện sẽ sai lầm, bởi vì mới hiểu trên phương diện Lý. Khi đã hiểu tường tận vấn đề về nguyên lý của sự việc, phải mạnh dạn thực hiện ngay vào vấn đề đó, thực hành cả hai phương diện lý lẫn sự. Nhiều lúc Lý là như thế, nhưng khi vào Sự thì lại trái nghịch hẳn. Hành giả phải kiên nhẫn, phải bằng mọi cách hợp nhất giữa Sự và Lý, phải dung thông, phải hài hòa, thực hành đúng phương thức Bất nhị. Tức là các pháp chẳng hai, chẳng một. Đến khi nào bùng vỡ, đột biến một cách bất ngờ, như bất ngờ gặp điều bí ẩn từ ngàn năm. Rõ một cách cùng tột vấn đề, lúc bấy giờ mới gọi là biết. **Hiểu là trí, biết là tri.**

### 3. Biết mới đắc

Khi đã biết cả Sự lẫn Lý, cả Tánh lẫn Tướng, vẫn chưa gọi là đắc, vì nó chưa thiết thực vào phần thực dụng. Ví như con người cầm quả cam, ta hiểu đó là quả cam. Chỉ mới hiểu đó là quả cam, chứ chưa nghiệm biết về mùi vị của quả cam. Người bạn ấy trao biếu quả cam cho mình. Vậy thử hỏi, mình đã được quả cam chưa? Xin thưa là chưa! Bởi vì nếu người bạn ấy đòi ý đòi lại quả cam thì sao? Hoặc đòi quả xoài... Hoặc có kẻ gian đứng gần mình giật quả cam chạy. Rất nhiều dữ kiện khiến ta không được quả cam. Hơn nữa mới một vài giác quan đón nhận quả cam thì sao lại bảo rằng mình đã đắc quả cam? Khi nào đủ sáu giác quan nhận quả cam. Khi nào thêm đủ, như lưỡi nếm được vị của quả cam, mũi ngửi được mùi cam, bụng chứa được toàn chất thơm ngon của quả cam, mắt tai thân đều cảm khoái, đều thu nhận cả sự lẫn lý, lúc ấy cũng vẫn chưa có thể bảo mình là đã được quả cam. Nếu dạ dày ta trúng một độc tố, ta nôn mửa tất cả đồ ăn nơi dạ dày thì sao? Phải đợi thời gian thực nghiệm. Khi nào quả cam nơi dạ dày tiêu hóa chất thải qua đường ruột già. Chất bổ dưỡng của quả cam hóa thành máu. Máu đưa vào tim và luân lưu khắp thân thể, bồi bổ cho toàn thân, lúc bấy giờ mới chắc chắn là mình đã được quả cam. Danh từ “**được**” Phật giáo gọi là đắc. Đã đắc quả cam.

### 4. Đắc mới chứng

Khi sáu giác quan liễu thông phần Lý, kể cả phần Sự thực dụng. Nói chung cả Sự tướng lẫn Lý tánh đều thấm nhập, đều đắc, đều đạt kết quả của vấn đề. Nắm vững phần kết quả chắc chắn và có thể luận giải cho nhiều người khác đều hiểu. Luận giải về Lý, chứng minh cụ thể về sự cho người khác hiểu. Được như vậy mới gọi là chứng. Chứng phải trong sáng, phải minh. Tức là minh bạch, đến chỗ tuyệt diệu của nguyên lý chân thật. Lúc bấy giờ mới gọi là chứng.

Chứng từ sự việc, từng vấn đề, từng phần, từng thiếu phần, bán phần, đến đa phần, đến toàn phần các pháp. Chỉ có Chư Phật mới đắc và chứng đắc toàn phần chân thật của các pháp. Còn chúng ta chỉ mong đắc và chứng từng sự việc, từng vấn đề, từng phần, từng thiếu phần chân thật của mỗi mỗi pháp là mừng lắm rồi. Tu đắc một vấn đề nhỏ, một pháp nhỏ là trừ bớt được một phần phiền não nhỏ nhỏ. Cứ thế tăng trưởng thì phiền não sẽ được trừ bớt dần dần, mà phiền não giảm thì trí tuệ thêm.

Nếu vị tu học viên nào chia sự thực tập Văn Tư Tu thành mười giai đoạn và thực hành đúng phương pháp thì nhất định sẽ đạt kết quả. Khởi đầu từ Văn, tức là nghe, rồi mới tư duy và sau mới tu luyện thì sẽ chứng đắc.

Chưa nghe thông suốt sáu giác quan mà khởi sự tu luyện thì rất khó chứng đắc.

---o0o---

### III. TÓM KẾT

Bài học về phương pháp “**Văn Tư Tu trừ phiền não**” này là phương pháp thực tập trừ phiền não có hiệu quả nhất. Quý vị tu học viên thực thụ, hoặc hàm thụ, kể cả các tầng lớp quân chúng, các nhà sư phạm, học Tăng, học Ni, Phật tử xa gần nên đọc đi, đọc lại nhiều lần bài này. Đọc xong nên tóm kết.

Muốn tu đúng phương pháp và đặc pháp trừ bớt phiền não thì trước nhất vị tu học viên phải nghe, nghe đủ sáu giác quan, nghe rõ thông vấn đề, lập lại nhiều lần cho chính mình mới nhớ được những gì mình đã học, đã nghe và nhớ rất rành mạch mới tư duy. Chưa nhớ, chưa nên tư duy. Khi vào tư duy nên đúng pháp tịnh niệm. Chú ý phải thư giãn theo thể ngồi thuộc Sự tướng, hoàn chỉnh liền nhập vào Lý tánh. Tức là dùng tư tưởng phân tích vấn đề. Khi đã chẻ nhỏ được vấn đề thì phải đủ can đảm gạn lọc. Phần nào chưa chân thật thì phải bỏ nó ngay lập tức, phần còn lại cô đọng. Tức là phải tổng hợp vấn đề, nhập lý bất nhị để tiến đến tu tập. Cũng ví như xưởng ép đường phân tích, phải ép từ cây mía, bỏ bã mía và cuối cùng tổng hợp thành viên kẹo. Lúc bấy giờ mới hiểu thế nào là mía, là đường, là kẹo. Đưa viên kẹo vào miệng, đó là thời kỳ bắt đầu tu luyện.

Hiểu pháp môn, hiểu giáo pháp mới tu, chưa hiểu không nên tu, vì chưa hiểu mà tu là tu mù. Có tu tập, tu luyện và khổ luyện thì mới biết mùi vị của an vui, sự ngọt ngào của giáo pháp. Sự lợi ích thiết thực của lời Phật dạy. Cũng như có nhai nhỏ viên kẹo, có nuốt viên kẹo qua cổ, vào bụng, mới biết hương vị thơm ngon của viên kẹo, mới biết sự bổ dưỡng của viên kẹo. Khi biết rõ ràng, minh bạch từng mỗi vấn đề của giáo pháp, biết vấn đề nào đặc vấn đề đó. Đặc ít gọi là từng phần, hoặc thiếu phần. Đặc nhiều gọi là bán phần, hoặc đa phần. Đặc pháp tức là nhận được giáo pháp.

Khi nào đặc vấn đề đó, phương pháp đó, pháp môn đó mới truyền dạy lại người khác. Bởi vì khi truyền dạy phải luận giải và chứng minh. Gọi tắt

là luận chứng. Một khi đã luận chứng thì phải cho minh bạch vấn đề, tức là chứng minh. Chứng minh phải cụ thể cả Sự lẫn Lý. Nếu còn trừu tượng chưa rõ ràng thì chưa gọi là chứng minh cụ thể.

Phương pháp thực tập Văn Tư Tu trừ phiền não nơi bài này, làm nhiệm vụ tóm lược một số bài học của các khóa trước. Bổ túc cho phương pháp thực tập có thứ lớp, giúp hành giả và thức giả kinh Pháp Hoa, dễ ôn tập các bài trước nhất là dễ thực hành, dễ đạt kết quả. Chẳng riêng cho mặt đạo học, mà kể cả về mặt đời, nếu ai muốn thành công, ai muốn trở thành bậc thức giả, nhất là các nhà giáo dục, cũng nên áp dụng phương pháp thực tập Văn Tư Tu này.

Riêng những người đệ tử Đức Phật, không phân biệt tại gia, xuất gia, chẳng phân biệt không gian, thời gian, cũng chẳng phân biệt hoàn cảnh thuận nghịch. Tất cả mọi ứng xử cho nếp sống hằng ngày của chính bản thân, gia đình, xã hội thầy đều áp dụng phương pháp luyện Văn tư Tu trừ phiền não này.

Muốn trừ bớt phiền não phải áp dụng phương pháp luyện Văn - Tư - Tu

Đọc nhiều lần bài này, hoặc chỉ đọc phần tóm kết. Nếu chưa lãnh hội để tiến đến thực tập, thực tu, thực luyện, thực khổ luyện, hầu thực chứng thì xin tham học nhiều tài liệu của các bộ kinh luật luận, hoặc theo dõi sát các bài học từ Khóa 1 đến Khóa 9 của Đạo tràng Diệu Pháp Liên Hoa - Tổ Đình Quán Thế Âm. Hoặc trực tiếp đến chư Tôn đức để được sự hướng dẫn chi tiết hơn. Hoặc có người lại hỏi: Bảo nghe mà nghe những gì? Xin thưa không thuộc phạm vi giải thích của bài này.

Chúc tất cả quý vị thực nghe, thực tư duy, thực tu và đắc từng vấn đề đã nghe.

Nam mô Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát, Chư Tôn Bồ Tát Ma Ha Tát, tác đại chứng minh

---o0o---

## **BÀI SỐ 15: PHÁP DIỆU**

### **I. MỞ ĐỀ**

Tập sách mỏng này thay cho bài pháp ngắn để trình bày cùng với chư Tăng Ni sinh viên, tại Học viện Phật giáo Hà Nội, chùa Quán Sứ, nhân dịp đoàn hành hương của Tổ đình Quán Thế Âm - nơi di tích Bồ tát Quảng Đức - đi cúng dường chư Tăng Ni an cư kiết hạ khắp ba miền đất nước thường lệ hằng năm; đồng thời tài liệu này góp phần vào kho tàng Phật pháp một dữ kiện cần thiết đối với giới tu học Phật, hầu làm sáng tỏ thêm vấn đề Tiểu thừa, Đại thừa. Đa số người tu học Phật hay chấp Tiểu thừa, hoặc Đại thừa. Có những người tu kinh A Hàm (Tiểu thừa) thì chẳng chịu tấn tu lên kinh Đại thừa. Trái lại có một số người tu kinh Đại thừa thì lại bảo rằng tu theo kinh Tiểu thừa là ích kỷ! Không kỷ thì làm gì có ích? Cả hai thành phần đều vô tình hủy báng Đức Phật. Chúng ta hãy đặt câu hỏi: “Kinh A Hàm ai thuyết và kinh Pháp Hoa ai truyền?”.

Dòng đời trong đục vậy mà sự học hành còn giữ đúng thứ lớp, Tiểu - Trung rồi mới lên Đại học. Đạo mà chê Tiểu thừa vào Đại đại thì căn bản đâu làm nền móng?

Bài này là một sự khẳng định cho bất cứ ai và bất kỳ pháp môn, tông phái nào, nếu ai muốn chứng đắc thì bắt buộc phải liễu thông pháp Diệu. Khi nhập vào pháp Diệu thì phải từ thấp lên cao, từ Tiểu thừa lên Đại thừa. Nếu ai đắc pháp Tiểu thừa mà chủ quan rằng mình đã đủ thì xin hãy nghe lời tự hỏi của Tôn giả Xá Lợi Phất bạch lên Đức Phật Thích Ca Mâu Ni: “Bạch Đức Thế Tôn! Chúng con mới chứng đắc một phần Niết bàn, vậy mà đã tự cho mình là đủ, thật chúng con nào khác gã cùng tử hốt phân...”.

Nhưng trái lại những ai tu Đại thừa mà chê Tiểu thừa thì lại càng sai lầm lớn. Có người nói tôi đến tầng lầu ba, nhưng không cần thang máy, lại cũng chẳng cần từng bậc cầu thang, chỉ dậm chân phóng vọt là đến lầu ba. Người nói như vậy chính là mắc bệnh ngông cuồng, lêu láo! Ai chê Tiểu thừa, chỉ học Đại thừa thì khác nào hạng người chưa lên lầu một mà đòi nhảy lên lầu ba.

Học kỹ bài này để hiểu giữa kinh sách Tiểu thừa và Đại thừa nó liên quan mật thiết thế nào.

---o0o---

## II. NỘI DUNG

### 01. Pháp Diệu Tiểu thừa và Đại thừa đồng âm nhưng khác cách tu luyện



Đức Phật truyền dạy tám vạn bốn ngàn pháp môn để đối trị tám mươi bốn ngàn món phiền não của chúng sanh. Giới tu học Phật muốn tu bất kỳ pháp môn nào, trước nhất phải liễu thông pháp Diệu. Pháp Diệu chia hai cấp: Tiểu thừa và Đại thừa. Tiểu thừa pháp Tứ Diệu Đế (A Hàm), Đại thừa pháp Diệu (kinh Diệu Pháp Liên Hoa). Cả hai cũng đều đồng một âm là pháp Diệu, nhưng cao thấp rộng hẹp và cách tu luyện lại khác nhau!

Người tu học phải nhuần nhuyễn và liễu thông pháp Diệu của Tứ Diệu Đế thì mới chuyển lên pháp Diệu thuộc Pháp Hoa; cũng có người chưa hiểu Tứ Diệu Đế mà đã nhảy vọt tu luyện pháp Diệu của Pháp Hoa, như thế có khác nào một học sinh chưa tốt nghiệp trung tiểu học mà đã nhảy vào ghế sinh viên đại học. Than ôi! Tội nghiệp cho kẻ đó, họ chẳng những mất công vô ích mà nhiều khi còn gặp những chướng duyên không tốt cho họ! Giới tu học Phật ai chê kinh A Hàm, chọn kinh Pháp Hoa quá sớm thì nào khác gì người cất nhà mà không cần đến nền móng!

Pháp tu luyện Tứ Diệu Đế thì mệnh mông, phạm vi bài này chỉ nêu rõ mười sáu pháp hành quán, hầu giúp hành giả dễ thâm sâu vào pháp Diệu của Tứ Diệu Đế.

## **02.Mười sáu pháp hành quán thuộc về pháp Diệu của Tứ Diệu Đế (học thuộc lòng)**

( **Khổ đế:** Khổ - Không - Vô thường - Vô ngã.

( **Tập đế:** Tập - Nhân - Sinh - Duyên.

( **Diệt đế:** Diệt - Tĩnh - Diệu - Ly.

( **Đạo đế:** Đạo - Như - Hành - Xuất.

**Viết dịch Tứ Diệu Đế:**

( Nguyên nhân khổ chắc thật.

( Tập hợp các nhân khổ chắc thật.

( Dứt rời nhân duyên khổ chắc thật.

( Con đường nhập đạo chắc thật.

## **A. Bốn pháp hành quán của Khổ đế**

( **Khổ**: Quán tất cả các thứ khổ: sanh, già, bệnh, chết, cầu chẳng được, ái xa lìa, oán ghét gặp gỡ, năm ấm hừng hẫy và còn biết bao ngàn vạn nỗi khổ nhỏ nhặt khác.

( **Không**: Cái không giả dối đối đãi cái có. Mọi thứ đều chẳng có, đều cay nghiệt, nó luôn trái nghịch cuộc sống chơn thật.

( **Vô thường**: Chẳng thường còn, mới thấy đó bỗng mất, thay đổi đổi thay, tan biến như bọt xà phòng.

( **Vô ngã**: Chẳng có thứ gì của tôi cả, chẳng hề có bất cứ thứ gì cho riêng tôi. Thân thể, kể cả hơi thở đều chẳng làm chủ được nó, hưởng gì bà con quyến thuộc, kể cả muôn loài vạn vật cũng đều chẳng phải của tôi. Các pháp không hề có chủ thể.

## **B. Bốn pháp hành quán của Tập đế**

( **Tập**: Tất cả các sự khổ lụy đều do mình tập hợp lại để nó làm khổ chính mình.

( **Nhân**: Khổ nào cũng có từ nguyên nhân, mỗi mỗi nguyên nhân từ nơi mình đào bới tìm kiếm để rồi làm khổ chính mình.

( **Sinh**: Cái nhân này nó sinh ra cái khác, cứ thế mà sinh mãi.

( **Duyên**: Từng mỗi nhân chưa đủ điều kiện và khả năng làm khổ mình, tự tôi luyện và tập hợp nó lại để trở thành một nỗi thống khổ to lớn, thế là nó đủ sức hành hạ mình.

Hành giả tu tập các pháp hành quán của khổ đế phải chiếu soi và quán niệm cho rõ từng mỗi hành trạng của nó để rồi đưa ra một phương pháp tách rời từng nhân nhỏ trước khi đủ cơ hội dứt bỏ toàn bộ.

## **C. Bốn pháp hành quán của Diệt đế**

( **Dứt**: Đã rõ từng nhân khổ do chính mình tập hợp lại, rồi duyên cho nó kết hợp với nhau, để đủ khả năng gây khổ cho mình, cho nên phải cương quyết dứt bỏ từng nhân một, trước nhất tách rời chúng ra, đừng để chúng nó duyên lại với nhau. Khi đã chia chẻ nhỏ từng nhân, bấy giờ can đảm dứt bỏ.

( **Tĩnh**: Khi đã rõ nguồn gốc từng nguyên nhân, từ điểm nhỏ đến khi đã duyên thành một khối lớn, bấy giờ phải tĩnh táo, phải tĩnh lặng và phải dứt khoát rời bỏ. Ví dụ như nghiền thuốc lá, nghiền rượu, mê đánh bạc .vân..vân...

( **Diệu**: Đây là trung tâm của mười sáu pháp quán. Tuyệt đối không được thô tạp, dù là còn ở ý. Phải hết sức Diệu, chẳng những mềm, mà còn phải nhu nhuyễn, chẳng phải tế nhị hay là tinh vi mà có thể dứt được sự khổ, cần phải hết sức Diệu, Diệu đến mức không hề thấy hình trạng, mới thực là Diệu; chia bốn thời kỳ: Thô - Tế - Vi - Diệu.

( **Ly**: Khi đã Diệu rồi thì phải khẩn cấp ly biệt nó. Dứt khoát không còn tơ vương một mảy may đến nó. Ly đến độ quên hẳn.

#### **D. Bốn pháp hành quán của Đạo đế**

( **Đạo**: Nhất quyết mở rộng và rõ ràng một phương hướng chánh đại quang minh, chơn thật. Đạo còn phân biệt có ba: hữu lậu đạo, vô lậu đạo, cái thể của Niết bàn, tức là gạt bỏ mọi chướng ngại, trở thành sự chơn thật ấy là đạo.

( **Như**: Hướng thẳng đến với “**Như thật tướng**” tức là tất cả tướng tánh thể lực tác nhân duyên quả báo và rốt ráo đều khởi tu từ Như thị pháp, tức là pháp như thật.

( **Hành**: Rời quán niệm, cương quyết vào thực tế của các điều đã quán soi chiếu sáng thật trong suốt, sau đó can đảm thực hiện những gì đã liễu tri sau khi quán chiếu, cũng còn có nghĩa là hữu vi lập khởi, xem đó là hành.

( **Xuất**: Rời khỏi mọi nguyên nhân khổ, do mình đã tập hợp lại. Can đảm, nhất quyết, nếu cần phải đồng đặc phát lời thệ nguyện **tổng xuất** mọi sự phiền não khổ lụy do mình đã huân tập nó từ trước, nay không còn để cho nó tồn tại để làm khổ mình nữa. Xuất hết phiền não chỉ còn lại sự và lý chơn thật.

Hành giả tu luyện mười sáu pháp hành quán, kết quả thì tự nhiên dứt phiền não, đạt an vui cho chính bản thân mình, lúc bấy giờ mới tinh tấn bước lên tu luyện pháp Diệu Đại thừa.

Mười sáu pháp hành quán về pháp Tứ Diệu Đế thực tế lợi cho cá nhân mình, nên bắt buộc mọi người không phân biệt xuất gia, tại gia, ai ai cũng phải trải qua, nếu chính mình muốn dứt khổ và nhập đạo. Khi nhập được

đạo, mới phát tâm tu luyện theo pháp Đại thừa đúng theo nguyên lý Diệu của kinh “**pháp Diệu hoa sen**” nhập đời vậy.

Khi chưa đắc Tứ Diệu Đế Tiểu thừa thì chớ nên vội tu pháp Diệu hoa sen Đại thừa. Nếu thiếu căn bản mà nhảy vọt thì chẳng khác nào người cất nhà thiếu nền móng.

Đầu tiên tuần tự tu luyện từng pháp của mười sáu pháp hành quán về Tứ Diệu Đế, đắc pháp này mới tiếp tục hành quán pháp kế tiếp. **Bốn pháp khổ** đã liễu ngộ hoặc liễu tri, mới chuyển sang hành quán **bốn pháp tập hợp khổ**. Liễu ngộ bốn pháp tập hợp khổ, mới chuyển sang hành quán **bốn pháp dứt khổ**. Liễu ngộ bốn pháp dứt khổ mới chuyển sang hành quán **bốn pháp nhập đạo an vui**.

Hành quán cả mười sáu pháp: Khổ - Không - Vô thường - Vô ngã - Tập - Nhân - Sinh - Duyên - Dứt - Tĩnh - Diệu - Ly - Đạo - Như - Hành - Xuất mới chọn một hoặc nhiều pháp trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo mà tu luyện, sau đó mới bước vào Đại thừa.

*Lưu ý:*

Hành mười sáu pháp quán của Tứ Diệu Đế nhớ phải luân lưu cả ba “**Quán - Chiếu và Chỉ**” thì mới đắc, riêng đơn thuần hành một **chiếu**, hay **quán**, hoặc **chỉ** là còn thiếu, không thể chứng đắc.

Khi đắc pháp Diệu Tiểu thừa, mới chuyển lên tu luyện pháp Diệu Đại thừa, đến thời kỳ này thì **quán niệm** để đắc **vô niệm** lúc ấy mới liễu ngộ pháp Diệu hoa sen nhập đời.

---o0o---

### **03. Khác biệt giữa hai pháp Diệu**

- Pháp Diệu của Tiểu thừa thì chỉ tu luyện đạt Diệu riêng mình.
- Pháp Diệu của Đại thừa thì Diệu để nhập đời lợi ích cho người khác, nói rộng hơn là hiến dâng cho muôn loài.

Phật giáo Trung Hoa dù chia thành mười Tông, nhưng cũng đều gói trọn trong hai pháp Diệu Tiểu thừa và Đại thừa.

- **Điểm cao của pháp Diệu Tiểu thừa:** Tu luyện đến thời kỳ hoa sen ngàn cánh nở trên đỉnh Bách hội của chính mình: ... Bách bảo quang minh, nhất nhất quang minh... (Tựa Lăng Nghiêm) mới đắc pháp Diệu Tiểu thừa.

- **Điểm cao của pháp Diệu Đại thừa:** Tu luyện liễu ngộ mười Như thị pháp, nhưng chưa chứng đắc “Pháp trụ trên ngôi pháp, Tướng thế gian vẫn thường”, tức là: Pháp tịnh trụ trên pháp động, tướng thế gian vẫn thường chuyển. Được như vậy mới đạt pháp Diệu. “Thị pháp trụ pháp vị, tướng thế gian vẫn thường còn” mới chứng pháp Diệu nơi nhãn thức, nơi tạng thức và mới có đầy đủ công đức để nhập pháp Diệu của Diệu Trang Nghiêm Vương. Đắc pháp Diệu của Diệu Trang Nghiêm Vương mới chuyển sang đại hạnh Phổ Hiền và nhập đời độ đời. Đây là pháp cao của pháp Diệu Đại thừa.

- **Thể nào là chưa đắc pháp Diệu**

a. Dù thân miệng ý tương ưng nhưng chưa nhập vô biên không gian và chưa liễu ngộ vô tận thời gian thì chưa thể nào gọi là đắc pháp Diệu!

b. Dù tình cảm lý trí song hành, nhưng chưa liễu thông **pháp không tướng** thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

c. Dù không còn mê chấp Tam thừa, nhưng chưa liễu ngộ pháp Nhất thừa thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

d. Dù tuyệt đối tin Đại thừa nhưng chưa giải nghi Thanh Văn tướng và Bồ tát tâm thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

e. Dù ứng dụng phương tiện các pháp nhập đời như máy bơm và gàu tưới mà chưa thực dụng có hiệu quả pháp bình đẳng như cơn mưa thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

f. Dù đã đến trình độ vô sư trí, hiểu rõ nhà lửa tam giới, nhưng chưa liễu ngộ rằng mình hiện đang ở tình trạng giả thành thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

g. Dù thực sự là Pháp sư, đủ ba yếu tố: “Ở nhà Như Lai, mặc áo Như Lai, ngồi tòa Như Lai” mà chưa chuyển được kinh Pháp Hoa như Ngài Bồ tát Văn Thù thì cũng chưa đắc pháp Diệu!

*Pháp chuyển người nên tên Diệu Pháp*

*Người chuyển pháp đời gọi Pháp sư.*

h. Dù không còn phân biệt oán thân, nhưng chưa bình đẳng nữ nam thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

i. Dù đọc, tụng, in chép, cúng dường, nhưng chưa phổ truyền và duy trì kinh Pháp Hoa thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

j. Dù nhẫn nhịn, nhẫn nhục, nhẫn nhu, nhẫn hòa nhưng chưa liễu ngộ Vô sanh pháp nhẫn thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

k. Dù thành tâm tôn kính chư Phật, nhưng chưa liễu ngộ Như Lai vô lượng thọ thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

l. Dù tu luyện thực hành đúng tám mươi bốn ngàn Oai nghi tế hạnh, nhưng chưa liễu ngộ rằng tất cả chúng sanh đều có tánh Phật và nhất định sẽ thành Phật, đến trình độ này nhưng chưa chịu khởi thân khẩu ý tôn trọng mọi người thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

m. Dù thông đạt pháp Dược Vương nhưng chưa liễu ngộ pháp Tổng trì (Đà Ra Ni) thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

n. Dù tu luyện thành tựu bốn thanh âm: Diệu âm, Quán Thế Âm, Phạm âm, Hải Triều âm hơn tất cả các âm thanh khác, nhưng chưa hành quán đạt thông năm pháp quán: Chơn quán, Thanh tịnh quán, Trí tuệ quán rộng lớn, Bi quán và Từ quán thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

o. Dù tu phước cao như núi, nhưng chưa liễu tri về pháp tùy hỷ công đức kinh Pháp Hoa thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

p. Dù mắt đã thanh tịnh, tạng thức đã thanh tịnh, công đức đã thanh tịnh, Diệu Trang Nghiêm thanh tịnh, nhưng chưa nhập được đại hạnh Phổ Hiền, hòa nhập mọi loài chúng sanh thì vẫn chưa đắc pháp Diệu!

Pháp Diệu còn nhiều chi tiết siêu đẳng, bài này chỉ nêu một số nét đại cương để giới hành giả Pháp Hoa (cả Tăng Ni lẫn cư sĩ Phật tử) liễu thông pháp Diệu là thế nào. Nhiều vị Tăng Ni sinh viên đang ngồi ở ghế nhà trường Cao đẳng lẫn Học viện Phật giáo Việt Nam, nhưng vẫn ước mơ mãi học đạt bằng Cử nhân Phật học thì vận động du học sang các nước Âu Mỹ, hoặc Á châu, nhất là Ấn Độ để đạt lấy học vị Cao học, hoặc Tiến sĩ. Thực ra học càng cao càng quý, nhưng đi học pháp Diệu của ai? Chẳng lẽ Giáo sư đạo khác mà liễu ngộ pháp Diệu để dạy cho sinh viên Việt Nam ư! Hơn nữa pháp Diệu không do học để chứng đắc. Đắt nước, đồng bào, nhất là giới Phật

tử đang cần những vị Pháp sư mặc áo Như Lai, ở nhà Như Lai, ngồi tòa Như Lai, thực sự đứng ra dạy và truyền cho họ pháp Diệu, chứ họ không mong cầu bánh vẽ! Đời chẳng đợi, đạo chẳng chờ mở lý thuyết suông, mà chỉ đợi, chỉ chờ người tu đắc pháp Diệu. Họ đón đợi mọi ước mơ từ lâu, nay thành sự thực. Họ mong đợi giới Tăng Ni sinh viên và lớp Tăng Ni chuyên tu thực sự trở thành người khuôn mẫu của thiên niên kỷ ba ngàn. Những người khuôn mẫu sẽ tỏa ánh hào quang pháp Diệu, ích đạo, lợi đời, giải thoát nhân sinh.

Từng bước tu, từng hạnh tập, từng giây, từng phút khổ luyện để bưng tòa pháp Diệu. Quán - Chiếu và Chỉ của mười sáu pháp hành thiên để đắc pháp Diệu Tứ Diệu Đế. Đắc Tứ Diệu Đế chuyển lên quán niệm đắc Vô niệm của pháp Diệu kinh Pháp Hoa.

*Không ăn cơm thì đói.*

*Không tu pháp Diệu thì não phiền.*

Cơm thì lúc nào cũng có nhưng phải ăn mới no. Pháp Diệu rất dễ dàng nhưng phải tu mới chứng đắc. Lọc bỏ thô còn tế, lọc bỏ tế còn vi, lọc bỏ vi còn Diệu, đó là tu luyện.

*Đói ăn cơm.*

*Khát uống nước.*

*Khô tu luyện pháp Diệu.*

---oOo---

### III. TÓM KẾT

Khi nào hành giả nghiên ngẫm liễu thông về hai cách Diệu của Tiểu thừa lẫn Đại thừa, lúc bấy giờ “hạ thủ công phu” hành thiên mười sáu pháp quán, liễu đắc mới chuyển lên “**quán niệm**” kinh Diệu Pháp Liên Hoa (pháp Diệu hoa sen).

Tu luyện kinh Pháp Hoa, dù chưa đắc toàn phần nhưng được phần nào tốt phần đó. Khi liễu tri tinh tấn tu niệm sẽ liễu ngộ, có liễu ngộ mới chứng đắc. Chứng đắc từng phần, từ đó tấn tu lên mãi thì sẽ chứng đắc nhiều phần. Nhất niệm thông tam giới. Chớ nên tự ty mặc cảm, nhất là đừng bao giờ cố

chấp rằng đời mạt pháp tu không chứng đắc. Cây cỏ chúng không hề biết sự kết trái đơm hoa của nó, chỉ có người nhà nông mới rõ biết mà thôi. Hành giả tu chứng đắc không thể nào biết mình đã chứng đắc, chỉ có Phật, Bồ tát mới rõ biết mà thôi!

Dòng đời càng ngày càng văn minh vật chất, nhưng rồi chính cái vật chất đó nó làm đảo lộn lẽ sống tâm linh con người. Khi nào ban đêm ngập tràn bóng tối thì ánh sáng đèn đuốc lại rất cần. Khi dòng đời bị bả lợi danh vật chất nó phủ trùm che mờ tâm linh thì ánh sáng từ nơi đạo nhiệm màu mới cần thiết. Đạo nhiệm màu thì trùng trùng mênh mông, nên càng làm cho con người choáng ngợp! Không, chớ vội, hãy tuân tự mở từng gút rối cho dòng đời. Pháp Diệu sẽ là ánh sáng huyền nhiệm xua tan mọi u tối. Chính lần chuyển pháp đầu tiên Đức Phật cũng dùng pháp Diệu để phá màn mê lầm cho năm anh em ông Kiều Trần Như và từ đó pháp Diệu được thuyết giảng đi giảng lại nhiều lần. Đặc biệt khi vào Đại thừa, Đức Phật lại ân cần khai mở pháp Diệu nhập đời. Ngài vô cùng ca ngợi pháp Diệu Đại thừa của kinh Diệu Pháp Liên Hoa là mặt trời, còn kinh khác như đèn đuốc trăng sao. Kinh Pháp Hoa như biển cả, các kinh khác chỉ là sông suối hồ ao. Như thế đủ biết pháp Diệu của kinh Pháp Hoa nhập đời nó quan trọng biết là dường nào.

Muốn hiểu rõ toàn chiếc áo phải bắt đầu từ cổ áo, muốn liễu thông toàn bộ pháp Phật phải khởi từ pháp Diệu. Sơ khởi là pháp Diệu Tiểu thừa, Tứ Diệu Đế và khi lên cao là pháp Diệu Đại thừa kinh Diệu Pháp Liên Hoa. Hai pháp Diệu đồng âm, nhưng tu luyện hai thời kỳ và cách tập luyện khác nhau.

Ai bước vào đạo mà từ chối vào cửa pháp Diệu, hoặc quên lối vào pháp Diệu là chẳng bao giờ bước được lên thềm, chứ đừng bảo là vào nhà đạo pháp, để hưởng được tất cả những gì tinh ba tuyệt diệu của đạo mầu.

Pháp Diệu chỉ có hai chữ nhưng tu luyện phải suốt đời, có khi phải trải qua nhiều đời nhiều kiếp mới chứng đắc toàn phần pháp Diệu.

Nam mô Đại thừa Diệu Pháp Liên Hoa kinh, Pháp Hoa hội thượng Phật Bồ Tát.



## BÀI SỐ 16: PHÁP TỊNH TRỤ TRÊN PHÁP ĐỘNG

### 01. Tìm hiểu về sự động và tịnh

Hành giả tu luyện kinh Pháp Hoa, trong đó có phẩm Phương tiện, khi gặp nhiều bí pháp gút mắc thì thường lướt trôi qua, thứ nhất bởi do bệnh lười biếng, không thích nghiền ngẫm tư duy, để thâm sâu vào cốt lõi của kinh điển, thứ hai là bēnh ham nhiều, tụng cả bộ kinh Pháp Hoa trong một ngày. Nếu nói vậy thì có người chỉ đọc hoặc tụng mà không hiểu gì về kinh Pháp Hoa thì đúng hay sai? Xin thưa chưa đúng mà cũng chẳng sai. Không hiểu mà tụng đọc chuyên cần thì đạt phước, hiểu và đọc tụng thì đạt phước và còn phát sanh trí tuệ, dù chỉ hiểu một vấn đề và tu luyện đúng vấn đề đó. Ví dụ hai câu kệ nơi phẩm Phương tiện:

*Thị pháp trụ pháp vị*

*Thế gian tướng thường trụ*

Tức là:

*Pháp trụ trên ngôi pháp*

*Tướng thế gian vẫn thường*

Chúng ta tu học Phật ở trình độ Tiểu học thì là các pháp “**Vô thường**”, đến trung và đại học thì học và hiểu rằng các pháp vốn “**vẫn thường**”, bởi vì mỗi pháp chính nó **không hề có chủ thể**. Nghĩa là chẳng pháp nào làm chủ pháp nào, cho nên các pháp đều bình đẳng vẫn thường chuyển; bởi vì thể tánh vốn như nhau. Cho nên khi tu học đến trình độ Đại thừa thì chúng ta lại gặp câu “**Pháp trụ trên ngôi pháp**” và câu tiếp theo “**Tướng thế gian vẫn thường**”. Tướng thế gian thì vô thường, chứ sao lại vẫn thường?

Bài này chưa giải thích câu thứ hai, chỉ tóm giải câu một: Pháp trụ trên ngôi pháp. Các pháp đồng một pháp, các pháp vốn bình đẳng vì mỗi pháp không hề có chủ thể, vậy thì pháp nào hơn hoặc trên pháp nào. Lý thì như thế đó, nhưng sự lại khác. Khi còn Tiểu - Trung học thì học về lý, nhưng khi lên Đại học thì phải thông cả lý lẫn sự, muốn thông cả lý lẫn sự thì trước nhất phải sự sự vô ngại, nước lửa phải hòa nhau, phải là một, không hề có nước riêng lửa riêng (xem chứng minh ly nước sôi, trong nước sôi có lửa). Vậy cho nên khi đề cập “**về sự**” thì nhất định phải có pháp này trên

pháp kia. Vậy thì pháp nào trên pháp nào? Xin thưa: Pháp tịnh trên pháp động. Đã tu phải chứng, tức là phải luận chứng, mà đã chứng thì phải cho mình, tức là chứng minh, muốn mình thì phải tỏ sáng vấn đề, chẳng những tỏ sáng mà phải cụ thể “**Chứng minh cụ thể**”. Chứng minh thế nào để mọi người đều hiểu là pháp tịnh vô hiệu hóa pháp động, hoặc pháp tịnh trụ trên pháp động.

**Chứng minh thứ nhất:** Hai người đi chung trên một toa tàu lửa, từ Nam ra Bắc, khi đến nơi người A tỉnh táo thơ thới hân hoan, còn anh B thì mặt mày hốc hác, dáng điệu bơ phờ. Có người hỏi tại sao cũng chung một toa tàu mà người A vui vẻ, còn vị B lại bèo nhèo như thế ? Rất dễ hiểu, người B không ngủ được, do tiếng động xình xịch của con tàu. Còn vị A thì an tịnh được giữa sự động. Chẳng những riêng tiếng động của tàu lửa, mà tất cả đều không bị sự náo động chi phối: **Pháp tịnh trụ trên pháp động.**

**Chứng minh thứ hai:** Cá tôm ở biển, chúng là loài vật; vậy mà qua cơn bão, nếu tàu thuyền chiếc nào không trốn kịp thì bị nát vỡ tan tành, thế mà chúng chẳng chết con nào. Nhờ sự bẩm sinh của chúng, nhưng ngoài bẩm sinh thì chúng còn biết thuận theo lượn sóng của cơn bão. Chúng đã thành tựu tịnh trên động.

**Chứng minh thứ ba:** Nhờ tịnh trụ trên động, mà công chúa cung rồng mới tám tuổi, nghe Bồ tát Văn Thù thuyết kinh Pháp Hoa, liền chứng đắc quả vị Phật, chẳng những riêng công chúa rồng, mà rồng quan rồng dân cũng đắc quả Bồ tát, đông nhiều hơn số cát trên bờ sông Hằng

**Quyết định:** Chúng ta phải luyện đắc tịnh giữa động; bởi vì loài rồng và cá tôm nói chung các loài sống nơi sông biển là loài vật, mà vật thì thua người; thế mà chúng thành tựu được pháp tịnh giữa những chấn động, còn chúng ta là người, một loài đặc biệt hơn các loài động vật khác, ngoài trường hợp không phù hợp cuộc sống của chúng ta như ở nước, còn sự sống hằng ngày, tại sao chúng ta không đạt sự tịnh giữa mọi xáo động?

---o0o---

## **02.Công thức luyện tu giữa động để đắc tịnh:**

$\text{Đ} + \text{Đ} = \text{T}$  . Tức là động cộng động thành tịnh. Dĩ động trị động để đắc tịnh. Khắp các cõi hành tinh trong đó có quả đất, đâu đâu cũng toàn là động. Vận tốc ánh sáng 300 ngàn km một giây, vậy thì tìm đâu để có tịnh? Đồng ruộng, phố thị, núi rừng mỗi mỗi đều có sự động của nó, cho nên,

chúng ta không thể nào tìm được nơi hoàn toàn tịnh! Như thế thì làm sao tu tịnh? Muốn tu tịnh cần phải dùng động để trị động, mới sanh tịnh; cũng như âm cộng âm thành dương, nước lạnh gặp điện tử lạnh thành nước đá (cục đá là dương). Trái lại dương cộng dương thành âm, các loại kim khí, chì, đồng, vàng, thép là dương, nhưng khi gặp lửa dương thì chảy thành nước = “**âm**”.

Công thức tịnh động âm dương đã chứng minh rõ ràng, và rất cụ thể. Người tu học nên tu luyện đúng công thức để được đắc tịnh, sau đó mới chuyển sang Thiền Quán và các pháp môn cao hơn. Khi vừa bước chân vào chùa, ý chưa tịnh chưa hóa giải được động mà đã vội xếp chân tu thiền quán thì sẽ gặp thất bại, bởi vì định lý càng tịnh thì nó càng động; ngồi lặng yên tránh mọi ồn ào náo nhiệt chú tâm tìm tịnh, nhưng tiếng thẩn lẩn chắc lưỡi, tiếng mọt ăn cây lại vang lên quá rõ ràng; bởi vì tịnh cộng tịnh thành động. Ở Âu Mỹ bệnh đồng tính luyện ái nhiều hơn Á Đông là vì chất ăn uống của họ âm dương không quân bằng, thịt hộp, trứng gà công nghiệp, nước uống pha chế nhiều chất hóa học.

Dòng đời bất cứ làm việc gì cũng phải tuân tự từng bước. Học xong Tiểu - Trung học mới vào Đại học, có trải qua thời kỳ ấu niên, mới đến trưởng thành. Phải tập luyện đắc tịnh giữa động, mới tiếp nhận được các phương pháp tu luyện cao hơn. Khi nào ngồi giữa ồn ào náo nhiệt mà tâm ý giữ được an tịnh lúc ấy mới bước vào tham thiền chỉ quán. Chưa hóa giải được động mà vội tham thiền chỉ quán là việc làm dã tràng xe cát biển đông, nhọc nhằn mà chẳng nên công cán gì! Nhưng khi đã đắc tịnh thì không nên cố chấp giữ trạng thái tịnh mãi, nhất là chớ tự cho mình đã chứng đắc tịnh; trái lại phải chuyển sang giai đoạn tu luyện cao hơn.

## 1. Chuyển sang thiền quán

Thiền quán thì nhiều chi tiết, nhưng quan trọng có ba cách chính:

- Quán
- Chiếu
- Chỉ

**Quán:** Là rọi sáng chính mình, phải rõ phần tâm ý của mình.

**Chiếu:** Là chiếu rộng bên ngoài, nếu được thì phủ trùm các pháp giới. Quán là rọi vào, chiếu là soi ra.

**Chỉ:** Là đình chỉ ở một điểm.

Cả ba cùng liên quan mật thiết. Người hướng dẫn thiền quán phải tùy theo căn cơ từng người mà khai mở hướng dẫn chi tiết khác nhau.

Giới học Phật thường gặp câu “**Trung quán song chiếu**”, đó là trường hợp này. Trung quán tức là Chỉ, còn song chiếu là Quán và Chiếu (xem bài học Thiền quán).

## **2. Thiền sư chỉ là giáo viên**

Giáo viên chỉ hướng dẫn học sinh, còn giáo sư mới hướng dẫn sinh viên. Thiền sư hướng dẫn đến trình độ **trung quán song chiếu**. Pháp sư mới hướng dẫn nhập vào vô niệm, tĩnh lặng, thành Phật. Muốn là Pháp sư thì phải mặc áo Như Lai, ở nhà Như Lai và ngôi tòa Như Lai; thiếu một chưa là Pháp sư. Thiền sư còn phân biệt nhiều Tông phái khác nhau; Pháp sư thì không hề phân biệt, chỉ hướng dẫn người qua phương pháp cầu một cây (Pháp Hoa), hoặc thuyền không đáy (Bát nhã). Mở lối cho người phát tâm Bồ đề tu cầu thành Phật. Thiền sư hướng dẫn người tu đặc tịnh. Pháp sư không còn phân biệt động tịnh; bởi vì pháp tịnh đã trụ trên pháp động. Thiền sư hướng dẫn người tu hiểu rõ các pháp vô thường, Pháp sư thì hướng dẫn cao hơn một mức nữa, đó là tướng thế gian vẫn thường còn “**Thế gian tướng thường trụ**”.

## **3. Cách tập luyện đặc tịnh lúc ban đầu**

Ít ai sinh ra đã đặc tịnh giữa động, muốn đặc tịnh giữa động cần phải tập luyện. Có rất nhiều cách tập luyện, nhưng ban đầu tập luyện giấc ngủ. Muốn đạt sự kết quả nhanh, ta mời một người ngủ ngáy cùng ngủ chung nơi với mình. Các đêm đầu thì dĩ nhiên không tài nào ta ngủ được, nhưng các đêm sau thì tự nhiên ngủ lúc nào chẳng hay, mà ngủ rất say; bởi vì qua những đêm chịu đựng, quá mỏi mệt, quá buồn ngủ nên không còn nghe tiếng ngáy.

Tập nghe tiếng động để đưa giấc ngủ hòa nhập theo tiếng ngáy, tức là thuận chiều động để được tịnh. Khi giấc ngủ dễ dàng nhập tịnh, chúng ta mới khởi sự tập luyện niệm Phật, tụng kinh, hoặc trì chú, một hoặc cả ba. Dần dần đưa cuộc sống của mình dễ dàng đặc tịnh, giữa cõi ồn ào náo động.

## **4. Hai thời công phu của các chùa**

Có người chê hai thời công phu của các chùa là sai lầm, hô hào chấn hưng thiền Tông để quét sạch mọi sai lầm của Việt Nam và Trung Hoa. Nói

như thế là thế nào ? Thiền tông chỉ là một trong mười tông chính của Phật giáo Trung Hoa. Vậy mà đem chủ quan của cá nhân mình quét sạch một tập thể hàng tỷ người, đã lâu đời tu luyện đạt kết quả; Đó phải chăng là điều “**Không tương**” khác nào lông rùa sừng thỏ. Riêng phần chúng ta thì:

*Dù ai nói ngã nói nghiêng*

*Riêng ta vẫn vững như kiềng ba chân.*

Tu đắc tịnh rồi mới bước sang thiền; tịnh là “nền móng” căn bản của ngôi nhà chánh pháp. Hơn nữa hô hào chấn hưng thiền, nhưng mà chấn thế nào, chứ cứ đao to búa lớn hoặc xây dựng một số học thuyết, rồi chủ quan tự tôn là Thiền sư, để hăm quét hết mọi công đức của bao đời Tổ sư, kể cả thầy Bổn sư của mình thì chẳng bao giờ thành công, mà còn mang tội hủy báng. Bởi vì Thiền sư nào cũng phải sinh và lớn lên từ Bổn sư và phú pháp Tôn sư; mà ở Bắc tông thì vị Thầy Bổn sư nào, vị phú pháp Tôn sư nào cũng khởi tu tịnh, đắc tịnh mới nhập thiền; vị thầy nào cũng khởi nguyên từ hai thời công phu. Quét sạch hai thời công phu ở các chùa, là quét sạch lời dạy dỗ của vị Bổn sư và các bậc phú pháp Tôn sư, kể cả các vị Hòa thượng đường đầu, tam sư, thất chứng, tứ vị dẫn thỉnh sư; những bậc đã truyền trao cụ túc giới cho mình. Nếu lúc còn thơ ấu mà quét hai thời công phu thì nay lấy gì làm Thiền sư ? Cho nên hai thời công phu của các chùa Bắc tông Việt Nam vẫn tồn tại để giúp giới vừa xuất gia làm kim chỉ Nam nối truyền mạng mạch Phật pháp, nếu có canh cải phần nào thì hợp lý, còn bỏ hẳn thì không hợp, nhất là chẳng ai đủ uy lực để quét nó ra khỏi các chùa.

### *PHÁP TỊNH*

*Pháp trụ trên ngôi pháp*

*Bình đẳng các môn tạp*

*Cớ chi có dưới trên*

*Pháp tịnh trên động pháp*

## **5. Tóm kết**

Có người tự kỷ ám thị, nhìn đời bằng lăng kính chật hẹp, lại còn bảo rằng giáo pháp của Đức Phật dành riêng cho hàng đệ tử xuất gia, hoặc ít lắm là hai chúng tại gia đệ tử của Đức Phật, chứ mọi người không phải đạo Phật

thì làm sao tu luyện theo được, tại vì không đủ tiêu chuẩn. Nếu nói như thế thì Đức Phật không bước vào cõi trần tục này làm gì và không thuyết tám vạn bốn ngàn pháp môn tặng đời ? Nếu một Quốc gia mà chỉ có một nhóm người giành độc quyền yêu nước thì Quốc gia ấy suy vong. Cũng vậy, nếu đạo Phật mà chỉ có một nhóm người giành độc quyền môn đạo thì lời dạy của Đức Phật sẽ trở thành vô giá trị.

Pháp tịnh trụ trên pháp động, dù Đức Phật thuyết ở bộ kinh Đại thừa (đại học), nhưng chẳng phân biệt trí thức hay bình dân, bất cứ ai cũng đều có thể tu luyện theo để tâm ý của chính mình được an tịnh. Có an tịnh mới an vui, có an vui mới giải phiền não. Có ai trên đời này chê an vui, ưa phiền não thì phương pháp **tịnh trụ trên động** sẽ không còn cần thiết.

Pháp tịnh trụ trên pháp động là chung của muôn loài, ai ai cũng có thể tu luyện theo pháp này. Không phân biệt màu da, sắc thái, quốc độ, khuynh hướng, giàu nghèo, sĩ phu, thương nhân, nam phụ lão ấu ... vân vân ... Tất cả ai ai cũng đều có quyền tu luyện đặc **pháp tịnh trụ trên động**.

Lại có người bảo bí pháp tu luyện nơi kinh Pháp Hoa là dành riêng cho hàng Bồ tát tu; bởi vì kinh Pháp Hoa có tên là “**Giáo Bồ tát pháp, chư Phật sở hộ niệm**”. Vậy thì kẻ thế gian sống giữa sự sống xô bồ, làm sao tu luyện Pháp Hoa? Thậm chí có người còn bảo là cầm quyển kinh Pháp Hoa đã bị đổ nghiệp. Ôi ! Thật là sai lầm. Vậy xin đặt câu hỏi, khi cần “**cầu an**” tại sao lại tụng Phổ Môn, phẩm thứ 25 rất cao trong hàng 28 phẩm của bộ kinh Pháp Hoa.

Hiểu đại cương phương pháp tu Pháp Hoa qua câu kệ “Thị pháp trụ pháp vị” này, chúng ta nên sớm xóa tan mọi sự hiểu lầm về kinh Pháp Hoa, để tinh tấn tu luyện hầu đặc pháp tịnh trên pháp động thuộc kinh Pháp Hoa.

Học hiểu, tu tập và luyện pháp tịnh trụ trên pháp động quá dễ dàng, xin đừng ngần ngại. Nhìn ly nước còn đục, hãy để nó yên trên bàn, độ năm mươi phút, tự nhiên ly nước sẽ lắng trong. Tu pháp Tịnh cũng dễ như thế.

Dùng động hòa động để được tịnh, khi an tịnh thì tâm hồn lắng trong như ly nước trong. Hãy thực hành đúng phương pháp để tâm ý được tịnh - **Pháp tịnh trụ trên pháp động**.

## BÀI SỐ 17: ĂN NO TU ĐẮC

Loài người chung cả thế giới, cũng như Việt Nam, ai ai cũng phải ăn, mà muốn có món ăn thì cần phải nấu. Nhưng ngạc nhiên thay, người nấu thì đông vô số, vậy mà chẳng hề trùng. Có chứ! Phải chú tâm định ý mới thấy có một món giống nhau. **Đó là cơm.** Dầu nấu gạo này, hay gạo khác, dù hầm, hoặc trắng thì nó vẫn là cơm. Ở Á đông có ai không ăn cơm, đâu có ai ngán cơm?

Giáo pháp Đức Phật dạy, cũng giống như thế. Dầu hàng vạn pháp môn, nhưng chẳng có pháp nào giống nhau. Có chứ! Có một pháp thống suốt và giống nhau. **Đó là pháp Diệu.** Nếu không có pháp hợp nhất, thì các vị truyền bá giáo pháp cho những nơi đông người, làm sao phổ truyền. Vì chính do điểm này, mà hôm nay chúng ta vẫn được gặp nhau, để giải tỏa mọi trần trở, không chỉ trần trở đời này, mà đã trải qua nhiều kiếp nhiều đời. Chẳng những một vài người trần trở, mà là nhiều người cùng trần trở làm cách nào rõ pháp duy nhất.

Pháp giống nhau này, chẳng tìm đâu khó khăn hoặc xa lạ, mà nó sờ sờ trước mắt. Việc ăn thì có cơm giống nhau, việc tu thì có pháp Diệu cũng giống nhau. Nếu không như nhau, thì làm sao nêu lên được một điểm chung, để mọi loài, mọi người dễ hiểu, dễ tu, dễ chứng.

Bất cứ Đời hay Đạo, tăng hay tục, ai ai cũng sẵn có pháp Diệu và cũng đều có thể tu, để phát triển pháp Diệu; chỉ khác nhau nhiều hay ít, chậm hay nhanh. Quan trọng nhất là có chịu tu, và khi tu có tinh tấn hay không?

Từ thô bạo chuyển đến chỗ Diệu, đó là tu, chứ đâu bắt buộc phải nguyên này, tắc nọ. Ở đời phàm đã là con người thì ai cũng có ít hay nhiều thô bạo? Thô bạo là ổ chứa phiền não. Bởi vậy cho nên, con người cần phải tu.

Lúc đầu còn ở trình độ Trung tiểu học Phật giáo thì tu nhập pháp Diệu của “**Tứ Diệu Đệ**”. Khi lên Đại học, Cao học, Thức giả, Học giả, Hành giả, Trí giả thì tu nhập pháp Diệu thuộc “**Pháp Diệu Hoa Sen**”. Chớ nên phân biệt pháp môn của bạn tu, của tôi tu, ai cao, ai thấp để rồi dẫn đến chỗ tranh luận vô ích. Bất cứ pháp tu nào, dù Thiên, hay Tịnh, hoặc bất cứ pháp môn nào, cũng đều nhập về chỗ Diệu hữu.

Có người cho rằng tu khó lắm! Xin thưa! Các phương pháp tu khác thì khó, chứ tu theo pháp môn nhập Diệu thì rất dễ. Chỉ quyết tâm bớt Tho thêm Diệu, có thể thôi! Người xuất gia đủ điều kiện hơn, nên bớt Tho, thêm Diệu nhanh. Giới cư sĩ tại gia, còn nhiều nghịch duyên thì bớt Tho thêm Diệu chậm. Có thể thôi! Lại cũng có người mê chấp, bảo rằng tuổi này tu được, tuổi kia không tu được! Tu tập bỏ thô, bỏ bạo mà không được, vậy nếu cứ giữ mãi nó bên mình, khi thô bùng nổ, kèm chế không được thì chuyện gì xảy ra? Đừng bao giờ tin nghe những lời bàn không có căn cứ. Nên tự tin và chiêm nghiệm chính mình. Tu luyện chưa đến chứng, vì hiện hữu mọi việc thành công trước mắt thì người tu Diệu thành công lớn hơn. Diệu càng tăng, thành công càng lớn. Bí quyết đạt thành công thì pháp Diệu đứng đầu.

Các pháp môn tu của Đức Phật dạy, chỉ nhằm vào mục đích giảm Tho, để rồi nhập Diệu. Bớt để rồi dứt không còn Tho và đạt Diệu, cuối cùng chứng đắc **Diệu hữu lẫn Chơn không**; chỉ có thể thôi!

**Vậy thì tu tập theo pháp nào và kinh nào?** Kinh nào cũng dạy bớt Tho thêm Diệu và pháp môn nào cũng hướng dẫn chuyển đổi những điều Tho để nhập Diệu. Muốn tu tập tự thứ lớp, dễ tu thì bước đầu tiên của người tu học Phật thì kinh A Hàm; nhất là bài pháp Đức Phật thuyết đầu tiên. Bài pháp Tứ Diệu Đế. Khi nào đắc cấp thấp, Tứ Diệu Đế, mới nương các bộ kinh khác tu tập để thăng tiến đến đỉnh cao của chữ Diệu tối thượng, đó là pháp Diệu từ nơi kinh Diệu Pháp Liên Hoa.

---o0o---

### **Phương pháp tu tập lúc sơ khởi**

Tứ Diệu Đế, nói rõ hơn đó là bốn pháp Diệu vững chắc, có nơi gọi là bốn pháp Diệu chắc thật. Tu pháp này, khi đã liễu thông thế nào là khổ và tại sao khổ? Tại do con người tự tập hợp sự khổ. Tại sao con người lại tự tập hợp tất cả các sự khổ về cho mình? Bởi vì do ưa thích, ham chuộng lấy, rồi ôm giữ, đeo mang, đăm đuổi vì nó. Khi đã hiểu được như vậy thì cũng phải chính mình can đảm dứt những nỗi khổ ấy. Danh từ gọi là **diệt khổ**, đổi tiếng diệt thành **dứt khổ**. Khi đã quyết dứt khổ thì làm gì? Thăng tiến vào con **đường giải khổ** đạt vui. Liễu ngộ được như vậy thì cũng còn mới ở phần lý, phải đạt phần sự, phải thực hành tu tập. **Tu tập như thế nào?**

Khi học hiểu mới hành. Chọn một trong 16 pháp **hành quán** mà tu, chọn pháp nào cũng được, miễn là hợp với mình. Nếu pháp này nhận thấy không phù hợp thì có thể chọn pháp khác để quán. Thực hiện cả ba cách



quán **Quán niệm - Quán chiếu và Quán chỉ**, cùng một thời tịnh niệm, hoặc chia ba, tùy phương pháp và trình độ mỗi người, nhưng phải đủ cả ba trong một lịch trình nào đó, chứ không nên tu đơn lẻ một pháp quán.

### **16 pháp hành quán của bốn pháp Diệu vững chắc:**

- **Khô đế:** Khô - Không - Vô thường - Vô ngã.
- **Tập đế:** Tập - Nhân - Sinh - Duyên.
- **Diệt đế:** Dứt - Tĩnh - Diệu - Ly.
- **Đạo đế:** Đạo - Như - Hành - Xuất.

Thời kỳ tu luyện pháp Diệu, lúc đầu phải chọn và trải qua một pháp quán chính. Tức là chọn một trong 16 chi tiết của Tứ đế (vững chắc). Ngoài ra còn chọn tu luyện thêm một pháp phụ, chọn trong 37 phẩm trợ đạo (chi tiết kinh A Hàm).

---o0o---

### **Pháp Diệu của đỉnh cao**

Khi tu luyện quán chiếu, quán niệm và chỉ quán đặc pháp Diệu nơi bài tu tập thời kỳ ban đầu về **Tứ Diệu đế** (bốn pháp Diệu vững chắc) như thế là đã căn bản. Từ đó mới nhờ thầy và nương theo kinh luật luận mà tu luyện Thiền, quán, tịnh, mật .v.v... Tùy mỗi hành giả, chẳng ai giống nhau. Từ pháp Diệu của Tứ Diệu Đế tấn lên đỉnh cao, nhập vào đích tối thượng của pháp Diệu. Đó là Pháp Diệu, hoa sen nở nơi chính mỗi con người. Đặc pháp Diệu mới liễu ngộ pháp không tướng và nhập Diệu hữu.

Chưa vô biên không gian và chưa liễu ngộ vô tận thời gian - Chưa Diệu!  
Chưa ngộ mười pháp Như vậy, và liễu ngộ pháp không tướng - Chưa Diệu!  
Chưa ba là một - Chưa Diệu! Tín sâu tuyệt đối mà chưa giải - Chưa Diệu!  
Chưa bình đẳng như cơn mưa, mà vẫn bình đẳng như gàu tưới, hoặc máy tưới - Chưa Diệu!  
Chưa rõ biết giả thành - Chưa Diệu!  
Chưa vô sư trí - Chưa Diệu!  
Chưa chuyển được kinh Pháp Hoa - Chưa Diệu!

*Pháp chuyển người nên tên Diệu pháp*

*Người chuyển pháp đời gọi Pháp sư*

Còn phân biệt nữ nam về sự tu chứng và còn phân biệt có oán có thân thì chưa Diệu! Chưa quyết chí kiên trì để bưng tuệ - Chưa Diệu! Nhẫn nhịn,

nhẫn nhục, nhẫn nhu, nhẫn hòa mà chưa liễu ngộ Vô sinh pháp nhẫn - Chưa Diệu! Phước đức bố thí cao tột mà thiếu công đức tùy hỷ pháp Nhất thừa - Chưa Diệu! Miệng lạy mà thân ý chưa lạy - Chưa Diệu! Chưa liễu đắc vô lượng thọ, của Như Lai - Chưa Diệu! Chưa liễu ngộ công đức của Như Lai - Chưa Diệu! Thân miệng ý chưa chuyên được tâm Vương và dâng cúng dường Như Lai - Chưa Diệu! Có đủ ba âm mà thiếu Diệu âm - Chưa Diệu! Từ mà thiếu bi, nhất là chưa thấu đạt đến từng nguyên nhân - Chưa Diệu! Có đại bi mà tâm chưa đắc Đà Ra Ni - Chưa Diệu! Tâm đạt đến chỗ trang nghiêm, nhưng tuệ nhãn thiếu thanh tịnh, tạng thức thiếu thanh tịnh; nhất là công đức thiếu thanh tịnh - Chưa Diệu! Khi nào chứng đắc toàn phần pháp Diệu, tức là đắc “Diệu hữu”, nhập “Chơn không”, lúc ấy mới viên thành pháp Diệu; mới nhập hạnh Phổ Hiền, để Thực Tướng được phủ trùm nơi chính mình, kể cả tha nhân.

Tổng lược vài nét về chữ Diệu tối thượng, còn bây giờ chúng ta, ai cũng phải ăn, cho nên cần phải luôn tu sửa. Không ăn thì đói. Không tu tập thì khổ, mờ tâm linh, không duy trì được tuệ mạng. Ngày nào còn cần phải ăn uống thì ngày đó cần phải tu tập. Đói ăn cơm, khát uống nước, khổ tu pháp Diệu, phiền não luyện pháp an vui. Ngày nào đói, ngày đó cần ăn. Giờ nào khổ, giờ đó cần phải tu luyện pháp Diệu. Khi nào đắc Diệu hữu, nhập Chơn không thì chẳng còn thấy tu, thấy luyện gì cả.

Vấn đề về pháp Diệu còn rộng mênh mông, chẳng biết sao hơn, đành cho hòa vào không gian vô biên, và thời gian vô tận.

**Nam Mô Long Hoa Giáo Chủ Đương Lai Hạ Sanh Di Lặc Tôn Phật.**

---o0o---

## **BÀI SỐ 18: HAI DÒNG SÔNG CÙNG MỘT NGUỒN**

Diễm phúc nào hơn khi chính mình được hiện tiền thọ hưởng sự hòa hợp của ngôi Tăng bảo, và vinh quang nào hơn khi Tăng - Ni Phật tử hai miền Bắc Nam đồng lúc chung lời nguyện cầu. Vì để đón niềm diễm phúc và nổi vinh quang đó mà hàng năm Tổ đình Quán Thế Âm, mới vượt suối băng ngàn, hàng ngàn dặm xa, đề giờ đây được cùng chung dâng lên lời cầu nguyện. Nguyện cầu quốc thái dân an, thiên hạ thái bình, nhà nhà no ấm, xứ xứ phồn vinh. Tăng già hòa hợp, Phật tử an vui. Tín thí đàn na tăng phước thọ.

Kính thưa quý vị,

Chúng ta người ở hai miền, chung một quê hương. Quê hương Việt nam - Hai miền có hai dòng sông. Sông Cửu, Sông Hồng. Hai sông nhưng cùng chung nguồn, chung biển, về biển no đầy rồi, cũng trở lại nguồn xưa.

Ai chưa liễu ngộ điều này mới mê chấp người Việt có riêng Bắc riêng Nam. Xưa lập Quốc trăm sắc dân, đồng hòa một bọc, huyền thoại Tiên Rồng chung một mẹ cha. Nhờ huyền thoại biến thành thực thoại. Thực thoại đồng một bào thai, cùng chung hai chữ Việt Nam. Suốt mấy ngàn năm, yêu thương nhau tình ruột thịt. Cùng giống cùng dòng, chị ngã em nâng. Quốc Tổ Lạc Long, trường tồn ngót năm ngàn năm Văn hiến. Cư ngụ trên địa bàn, hình Thái cực âm dương. Tín ngưỡng đạo Phật hai miền, cùng truyền thừa đồng lúc. Lịch sử Phật giáo Việt Nam, hai ngàn năm chung sức dựng xây. Từ phía Bắc thừa truyền nguồn Đại thừa Phật giáo, còn ở phía Nam thì giáo lý Tiểu thừa. Phải rõ kinh A Hàm và kinh Pháp Hoa cũng do Phật thuyết. Ai nữ vô tình, chia Bắc chia Nam. Cũng như dòng sông dù hai tên, nhưng khởi xa và trải qua một nguồn gốc. Quan trọng đó là điểm sau cùng, đều góp mặt tụ hội ở biên Đông. Chơn lý sông cạn núi mòn, nhưng đó ai chia được Nam Bắc. Những kẻ mưu tâm, muốn chia cắt non sông, nhưng núi sông làm sao chia cắt. Nước Việt vẫn tròn, thế Thái cực âm dương. Vạn Hạnh thiền sư trọn đời dân thân vì Tổ Quốc. Chúng ta, đệ tử của Người, ai nữ làm ngơ. Muốn báo đáp ân sâu, phải rõ nguồn Đạo pháp. Dù tám vạn bốn ngàn, nhưng chỉ duy về một chữ Diệu mà thôi! Chữ Diệu ở Tiểu thừa, thì là Tứ Diệu Đế. Nhưng khi trưởng thành, nhập đại thừa thì Diệu Pháp Liên Hoa. Bí pháp bông sen dành trao cho dân Việt. Bởi vì đất nước Tiên Rồng, sen nở quanh năm. Sen quê hương mình vùng Đồng Tháp Mười. Còn khí núi bốn mùa, tỏa phủ Hoàng Liên Sơn. Đất nước địa linh, nên sinh nhân kiệt. Nổi tiếp đời đời, sử Việt lừng danh. Nữ liệt Thánh Trung, Việt nam uy danh Lý Thường Kiệt. Hưng Đạo đại vương; Nguyễn Trãi; Quang Trung và biết bao danh nhân hào kiệt. Hiện đạo hưng đời, Vạn Hạnh Lý Quốc sư. Chúng ta đang an nhàn, nơi bản tự. Vậy hãy sống, hãy hành, hãy tu, hãy luyện. Tu chữ Diệu ban đầu, luyện chữ Diệu rốt sau. Chữ Diệu rốt sau, là hoa sen pháp Diệu. Chữ Diệu ban đầu, là Tứ Diệu Đế, có mười sáu pháp tu. **Quán chiếu, quán chỉ**, muốn liễu thông phải thêm **quán niệm**. Ích đạo lợi đời, một trong ba mươi bảy phẩm trợ đạo hộ thân. Tu quán, tu thiền phải nhớ trì ngũ bộ chú. Các chú thông thường tịnh khẩu tịnh thân. Chớ xẻ, chớ chia, bạn thiền tôi mật; cũng chớ có tự hào, em niệm Phật, sẽ chắc chắn hơn anh. Ai dám xẻ voi, ra thành từng mảnh! Vậy mà có người dám hợm mình, chẻ nát giáo pháp của Đức Phật Thích Ca. Đạo Phật của Đức Thích Ca là hoàn toàn nguyên vẹn. Vậy, ai dám lộng rằng, mình tu đệ nhất pháp môn? Ai dám đắp nguồn, ngăn sông Hồng, sông Cửu; để chất mặn tràn vào, sát hại dân Nam?

Nếu ai dám cả gan, dám chia sông cắt núi, thì đó là tự chặt mình thành từng mảnh thương đau. Nguyên lý con voi không thể giống cột nhà, hay cái quạt. Chớ lấp liếm, đem từng phần nguyên lý, để trùm phủ bao la. Đố ai dám chống Đức Phật Thích Ca, dám bảo Đại thừa là duy nhất. Đố ai dám ngạo đời, dám xâm lăng và chia cắt Việt Nam. Tổ Quốc Việt Nam, đất liền một dải, liền với địa cầu, liền cả trùng trùng pháp giới bao la.

Tu theo đức Phật Thích Ca, xin hãy mở cái đầu bao la để dung hợp. Có chấp làm gì, mà đi bơi bần các nơi. Thói xấu tật hư, không hề còn trong người con Phật. Kẻ ích kỷ uơu hèn, không phải sứ giả Như lai.

Chùa Lý Triều Quốc Sư, không chớ che tâm hồn thô bạo. Phải trí mở tuệ khai, mới hành Bồ tát đạo. Thế hệ cụ Hồ, thế hệ du nhập không gian, để nhìn rõ dòng sông. Những tư tưởng cốc am, là ngược dòng tán hóa. Cuốn gọn kiếp tầm, thiếu thiện hữu, chẳng minh sư. Đến ba tháng An cư, vẫn đắp chăn yên nằm trong cốc. Mượn đạo tạo đời, hay lười nhác chẳng chịu độ sanh. Nếu thế chỉ che mắt người, chứ làm sao lấy vải thưa che hộ pháp!

Thế giới năm châu đang quay quần cùng hướng. Đất nước Việt Nam, không còn bìa chia cắt dòng sông. Về vật thể không còn cắt chia, thì mặt tâm linh làm gì còn có Nam, có Bắc. Việc nối kết tình người, là trách nhiệm cùng chung.

Nhiệt tình của tổ đình quán Thế Âm, chỉ là việc làm một chim én. Nhưng nếu không có con én này, thì làm sao có nhiều chim én tiếp theo. Chẳng những chào xuân, mà đón cả bốn mùa âm lạnh, lại còn nhả nội lực của mình, làm tổ yến hiến dâng. Xin được làm quyến thuộc, với tất cả các chùa, như đàn én, linh động khắp đại dương. Chẳng chỉ lặng yên nguyện cầu, mà biến nguyện cầu thành an lạc. Chẳng riêng sống cho mình, mà nguyện xứng đáng là những người con của Tổ Quốc Việt Nam. Để Tổ Quốc nhiều ngàn năm sau, không còn mang ách thống trị. Để đạo hiển đời hưng, để Tăng - Ni không còn chịu phải làm đòn kê chẻ mía, khỏi bị đóng trần giữa đình, hoặc bị chôn sống thủ tiêu. Phật giáo Việt Nam vui cùng chuông mõ, sớm kệ chiều kinh, cảnh tỉnh kẻ ác gian. Hộ quốc vui dân, đó là việc làm của Phật giáo.

Bừng tuệ khai tâm, là cội nguồn của sứ giả Như Lai. Vì thế, nên mỗi độ An cư là mỗi mùa chư Tăng Ni thúc liễm. Tinh tấn luyện rèn tròn tể hạnh oai nghi. Hàng Phật tử tại gia nhìn xa thấy rộng, và quán niệm chính mình rõ từng hạt nhỏ li ty. Phật tử tại gia hạnh tròn công dân đất Việt. Cả đạo lẫn

đòi, hưng hiển non sông, để rặng dòng sử Việt. Tăng Ni, tín đồ đạo đòi mật thiết. Chẳng chia Bắc Nam.

Hai dòng sông chung lòng đất Việt, đề tài nêu sự quả quyết lời Đức Phật dạy năm xưa, giáo lý Như Lai chẳng hai chẳng một. Kinh điển A Hàm nêu cao chữ Diệu. Đắc Diệu A Hàm, mới tu - Diệu Pháp Liên Hoa. Pháp Hoa bao la rộng lớn. Đã lớn rộng rồi, thì phải dung nạp cả ngàn suối trăm sông.

Nước sông chảy mãi, nói sao cho cạn dòng, nên đành ủa ra biển cả, tạm dứt để đồng hòa, kết thành vàng mây lớn kiết tường vân.

### **Nam Mô Chuẩn Đề Vương Bồ Tát, tác đại Chứng minh**

---o0o---

### **BÀI SỐ 19: BỒ ĐỀ**

Hôm nay lần đầu tiên đoàn hành hương về đến chùa Bồ Đề, mặc dù đoàn đã về quê hương Quốc Tổ cúng dường rất nhiều năm, nhưng vì các năm trước chùa Bồ Đề chưa tổ chức An cư kiết hạ. Khi ở xa chỉ nghe danh chùa Bồ Đề, nhưng khi về nơi đây mới rõ công lao của các bậc tiền bối.

Chúng ta tiếp nối dòng chảy của tiền nhân, chúng ta phải làm gì và nghĩ gì, những việc chúng ta đang làm.

Việc thứ nhất là hòa hợp. Hòa hợp nơi chính ta, hòa hợp nơi sáu giác quan, hòa hợp tám thức, chuyển thức về vô thức, sang trí, sang tuệ, để tỏ ngộ thế nào là Bồ đề. Lễ bái ngôi Tam Bảo tại chùa Bồ Đề, tu học nơi chùa Bồ Đề thì cần phải phát tâm Bồ đề. Dù tu hành đắc nhiều pháp môn, mà chưa phát tâm Bồ đề thì chẳng khác nào người đầu bếp nấu cát mong thành cơm. Vậy thì phát tâm Bồ đề là gì, mà quan trọng quá như vậy? Phát tâm Bồ đề là phát tâm thành Phật. Chùng nào thành cũng được, nhưng hiện đời phải phát tâm. Tại sao như thế? Bởi vì chưa phát tâm, thì chưa rõ chủ đích. Người đệ tử đức Phật, không phân biệt xuất gia hay tại gia, nam hay nữ; mỗi khi đã nguyện quy y Tam Bảo rồi thì trọn đời nương theo chư Phật để mở khai tánh Phật sẵn có nơi chính mình. Ai ai cũng có một tánh Phật riêng, và một Đức Phật chung. Hòa tánh Phật vào Đức Phật để thành Phật, vậy mà không phát nguyện thì thử hỏi tu hành những gì? Chúng ta đang lễ bái cúng dường Tam Bảo nơi chùa Bồ Đề, đang tu học cầu giải thoát tại chùa Bồ Đề, mà thiếu Bồ đề tâm thì chúng ta làm gì đây? Tiền bạc ư! Danh vọng ư! Tâm Bồ đề không

tồn đọng những món đó. Bồ đề là trí tuệ. Muốn có trí tuệ phải bỏ sắc, tài, danh, thực, thù. Phải rời sắc dục, chức tước quyền uy, ăn uống linh đình, cất giữ vàng bạc, của cải vật chất; và nhất là không đắm say ngũ dục. Không thúc liễm thân tâm, không tu hành đúng giờ khắc để bưng khai tỏa chiếu trí tuệ, thì mục đích của chúng ta là đâu? Đường dài phía trước mờ mờ mịt mịt, lối cũ sau lưng đã trải qua nhiều kiếp nhiều đời vẫn tối om om. Người thế gian thiếu ý chí thì khác nào như ngựa không cương, như thuyền không lái, trôi dạt lênh đênh, chẳng biết về đâu? Vậy nếu ai đã thề nguyện theo Đức Phật mà thiếu mục đích thì sự tu sẽ về đâu? **“Mục đích là thành Phật”**. Chúng ta, nhất là giới xuất gia, mà không - hoặc thiếu phát tâm Bồ đề, là tự mình đốt cháy tất cả những gì của chính mình đã tu luyện. Chư Tổ khai sơn chùa này, sở dĩ mượn hai chữ Bồ Đề để đặt tên chùa là mục đích muốn nhắc nhở chính mình và mai sau phải luôn luôn phát tâm Bồ đề rộng lớn. Phát tâm nhiều lần, ngày nào cũng thề, cũng nguyện rằng “Con thề nguyện sẽ thành Phật”. Con tu hành với một chủ đích là thành Phật, mọi việc làm để độ sanh chỉ là phương tiện, nhưng mục đích chính là đạt cứu cánh giải thoát thành Phật! Vậy giải gì và thoát gì? Giải bớt tình để tu luyện phát triển lý tưởng cao siêu. Lý tưởng thành Phật. Nói cách khác tu hành để nhẹ “tình” thêm “tưởng”. Quán tưởng đến điểm tối thượng, khi nào không còn gì để quán tưởng, lúc ấy là Phật. Khi ấy là trọn lời thề. Một lời thề tha thiết nó đã trải qua nhiều kiếp nhiều đời.

Đối với cá nhân mỗi người chúng ta là như thế, còn đối với tha nhân thì sao? Nhiều vấn đề, nhưng trước nhất là phải hòa hợp. Trong ba mục tiêu chính của chúng ta là: **Giải thoát, an vui và hòa hợp**. Quy y Phật là giải thoát, quy y Pháp là an vui, quy y Tăng là hòa hợp. Nhưng muốn thực hiện tròn ba Quy y, thì trước nhất là phải tròn quy y Tăng. Quy y Tăng xuất thế gian và tại thế gian Tam Bảo. Vậy quy y Tăng là hòa hợp, ai tư tưởng còn lảng vảng, còn lộn cộn một mảy may chia rẽ, là kẻ đó chưa tròn quy y Tăng, là mất hoàn toàn ngôi Tăng bảo. Khi ngôi Tăng bảo đã mất thì an vui làm sao có, giải thoát làm sao đạt. Con đường giải thoát không đi thì phải đi vào nẻo Tam đồ hay sao?

Tổ đình Quán Thế Âm hằng năm tổ chức hành hương cúng dường An cư kiết hạ, là để thực tập việc hòa hợp. Hòa hợp không phân chia chùa này với chùa kia, không có Tông phái này hay Tông phái khác, không có pháp môn này cao hơn pháp môn kia, không có tỉnh này lấn tỉnh kia. Không có nước này riêng rẽ để chống phá, hoặc xâm lược nước kia, không có loài này làm chủ loài kia, không có hành tinh này ngự trị hành tinh khác. Không có Đời riêng cũng không có Đạo riêng, không có nhân danh đạo, để chống đời,

hoặc ngược lại. Hết thầy các pháp đều không có chủ thể, vậy thì cái gì là cái riêng ta. Nếu liễu ngộ, như thế mới dễ dàng hòa hợp. Công việc của bốn chúng đệ tử Đức Phật thì đại quy mô như thế! Cứ kiên nhẫn tập luyện, luyện cho đến khi nào thành tựu hai chữ Hòa hợp, đó mới tròn ý nghĩa quy y ngôi Tăng bảo. Quy y Tăng trọn vẹn, mới có quy y Pháp. Tức là có hòa hợp mới có an vui. Trong giới đệ tử Đức Phật, có người lớn tiếng hủy báng Tổ Thần Tú (Trung Hoa) rằng “ Ngài Thần Tú tu hành chẳng chứng đắc”. Nghĩ như thế, hoặc nói như thế là phạm vào sai lầm lớn. Tổ Huệ Năng có cái hay của Tổ Huệ Năng, Tổ Thần Tú có cái hay của Tổ Thần Tú. Không có “ **Sự** ” làm sao tu đắc “ **Lý** ”. Cả sự lẫn lý đều là giả cả. Nhưng nương giả này, để đắc giả kia, nếu không mượn giả thì khó dứt giả. Không mượn giả thì lấy gì hiển chơn. Bồ đề có cây, có rễ, có lá đó là sự. Còn Bồ đề không có cây, là Bồ đề thuộc lý. Cả hai đều đúng cả, nhưng đúng tương đối, chỉ có nửa phần. Kẻ hậu học, hậu tu phải liễu ngộ điều này, để tu, để luyện; hậu chứng đắc từng phần, hậu bừng khai trí tuệ. Lúc ấy mới tròn hai chữ Bồ Đề. Nhưng tròn Bồ đề vẫn chưa tròn hạnh nguyện, vì chỉ mới đắc trí tuệ. Nói rõ hơn, nếu ai bảo Tổ Huệ Năng đúng Tổ Thần Tú sai, vậy không phải Tổ Thần Tú sai, mà là Đức Phật sai. Bởi vì Đức Phật Thích Ca, khi chưa thành Phật mượn gốc cây Bồ đề che nắng che mưa để tham thiền 49 ngày, chứng đắc thành Phật. Sau đó rời cội Bồ đề đi khắp nơi hóa độ chúng sanh. Ngài Thần Tú có cây Bồ đề thảo mộc. Tổ Huệ Năng thì không hề có cây Bồ đề thật sự, mà là Bồ đề về ý, tức là trí tuệ. Vậy ai bảo Ngài Huệ Năng đúng, thì hãy sang Ấn Độ chặt đốt cây Bồ đề như thuở đạo Bà la môn đã chặt, phá đốt cây Bồ đề nơi Đức Phật ngồi tham thiền vậy. Hoặc gần nhất ở Việt Nam, đến nơi nào có trồng cây Bồ đề thì chặt bỏ; nơi nào có vẽ có đắp giả cây Bồ đề, thì đập dẹp bỏ. Cây Bồ đề thuộc thảo mộc cũng giả, và danh từ Bồ đề là trí tuệ cũng giả nốt. Nếu trí tuệ thật, thì bậc đại trí như Trưởng lão Xá Lợi Phất tự sám hỏi trước Đức Phật, là những trí tuệ của Ngài chứng đắc từ trước đến lúc đó đều là giả tạm cả. Các vị thánh tăng A La Hán, tự ví mình là những kẻ cùng tử, là những người hốt phân. Vậy chúng ta làm sao mà vội vàng chê người này, khen vị kia. Chê Tổ Thần Tú, khen Tổ Huệ Năng. Cả chê lẫn khen đều sai lầm cả. Trái lại lớp hậu học chúng ta nên tôn kính cả hai Ngài, vì hai Ngài là bậc Thánh lâm phạm, để đóng kịch, hậu thức tỉnh người đời. Hai Ngài lập thành hai phương pháp, để đời ai còn mê lầm rằng, đây giả đó chơn, thì sớm tỉnh thức hậu liễu ngộ, để chứng đắc chơn không, nhập thực tướng của các pháp. Sau rốt cũng chẳng hề có các pháp thì làm gì có thực có giả.

Trong khi chưa chứng đắc

- Đẳng và đẳng.

- Vô thượng.
- Chánh đẳng.
- Chánh giác.

Thì Đức Phật phải mượn cây Bồ đề thảo mộc, để dựa nương vào đó mà tu hành. Chúng sanh còn thấp kém hơn Đức Phật hồi đó, nên muốn độ mình và nhiều người khác cũng cần mượn cây Bồ đề đã vẽ hoặc đắp, để giúp thiên hạ tụ hội tầm nhìn, hầu dễ tập trung tư tưởng. Chỉ có một điều quan trọng, là nhắc nhở giới nghệ nhân, anh em điêu khắc, hoặc hội họa khi nhận lãnh trách nhiệm với chùa, thực hiện cây Bồ đề giả, thì trước nhất phải trường trai tuyệt dục cho đến khi nào hoàn thành; bởi vì đây là điểm tụ niềm tin của nhiều người. Trong khi thực hiện tác phẩm cần phải hiểu định luật thiên nhiên. Nói rõ hơn, là phải đến tận nơi cây Bồ đề chiêm nghiệm đủ bốn chất đất, nước, gió, lửa; đang hòa mình rung động trước những giọt mưa, tia nắng, ngọn gió và màu mỡ của đất để thành và phát triển cây Bồ đề. Khi nào thâm nhập toàn phần triết lý này, quý anh em mới bước chân vào chùa thực hiện vẽ hoặc đắp tác phẩm cây Bồ đề. Chùa Việt Nam ngày nay, đa phần nghệ sĩ dựng tác phẩm cây Bồ đề sai lầm, mà cái gì sai trái thiên nhiên thì giả vong. Quý anh em nhìn cây Bồ đề thiên nhiên, có khi nào nhiều rễ từ trên ngọn tua tủa lòng thòng chung quanh như thế đâu. Chùa nào có cây bồ đề nhiều rễ thòng trái thiên nhiên như vậy thì nơi đó có kẻ độc ác như rắn, phá phách thường xuyên. Một rễ là một tâm hồn rắn, mấy rễ là mấy người. Rễ bên trái là đàn ông, rễ bên phải là đàn bà. Lý do thế nào thì không thuộc bài nói chuyện hôm nay. Quý vị cứ hỏi vị trụ trì ngôi chùa đó, để kiểm nghiệm, và điều hay nhất là mua sơn vẽ bôi những cái rễ lòng thòng đó, nhanh thì 21 ngày, chậm là 49 ngày. Những kẻ tiểu nhân, miệng Phật tâm rắn kia tự nhiên không còn phá phách nữa. Đến chùa nào cây Bồ đề nhiều dây phủ vây, nở hoa bám sát cây Bồ đề, thì chắc chắn vị trụ trì đó đang phạm giới; nếu có thêm mặt trăng mờ mờ, thì chắc chắn là có sự trăng gió bướm hoa. Nếu vị trụ trì là bậc đạo cao đức trọng vượt khỏi, thì trong chùa có nhiều vị Tăng Ni khác phải chịu. Hoặc trường hợp chùa nào có vẽ cây Bồ đề chen lá vàng úa, thì trong chùa đang có những kẻ gian xảo, tư tưởng úa tàn thường đem việc chùa thù dật lên thông báo ra ngoài hàng xóm, phá hoại vị trụ trì và sự hòa hợp Tăng; Bởi vì, cây Bồ đề mỗi năm chỉ thay lá một lần, chứ không hề có lá vàng úa lai rai. Sai thiên nhiên, thì thực tế cuộc sống làm sao đúng. Vị nghệ sĩ nào thực hiện sai cây Bồ đề, thì nên sớm xoá những chỗ sai đó, bằng không ảnh hưởng cho bản thân không tốt. Nhà điêu khắc Minh Dung yêu cầu Thầy Minh Phát cho vẽ lại cây Bồ đề do ông đã vẽ, thầy Minh Phát chần chừ không dám bôi xoá những gì thuộc về kỷ niệm của cố Hòa thượng Thích Thiện Hòa, là vị Bổn sư của mình, nhưng cuối



cùng thầy Minh Phát cũng phải cho bôi xóa, nhờ điêu khắc gia Thụy Lam thực hiện cây khác.

Nguyên nhân có sự sai lầm về cây Bồ đề, là do một nhóm người xấu ác, in hàng vạn hình Đức Phật, tọa thiền dưới cội Bồ đề, thực hiện ở nước ngoài đem vào Việt Nam cùng lúc ông Ngô Đình Diệm về nước làm Thủ tướng. Hình cây Bồ đề này có nhiều rễ thòng, nhiều lá úa, nhiều dây nở hoa. Hàng vạn hình Đức Phật có cây Bồ đề nhiều rễ thòng, được đem đến các chùa biếu. Khi cây Bồ đề ấy lan rộng, thì Phật giáo phía Nam xảy ra biết bao tai nạn. Nếu không có Bồ tát Quảng Đức vào đời tỏa lửa Tam muội, đốt tan âm tử, thì thử hỏi đạo Phật Việt Nam hôm nay thế nào? Suốt nhiều chục năm qua nhiều thời giảng hoặc bài viết đăng tải điều này trên báo Giác Ngộ, nhiều nơi đã xóa bỏ cây Bồ đề sai thiên nhiên. Có người phản bác việc này, nhưng khi nạn tai dồn dập, rồi cũng âm thầm làm theo. Tư tưởng phá sự tướng của Lục tổ Huệ Năng đã quá sâu vào tiềm thức, cho nên giới tân học bỏ sự chấp lý. Trái lại số cựu học, thì có người bỏ lý chấp sự. Nhị đế chưa dung thông thì làm sao tu đắc Tam muội. **Nhị đế dung thông tam muội ẩn.** Cả lý lẫn sự phải dung thông. Có người chưa giỏi sự, đã chủ quan không học thêm sự; có người chưa thông lý lại tự mãn không chịu thâm sâu vào lý để liễu ngộ lý. Nhưng dù có đơn thuần thông lý, mà thiếu sự, thì tu hành không thể nào chứng đắc, hoặc ngược lại cũng vậy. Phải tu tập song hành cả sự lẫn lý, từ thấp lên cao, chớ nên nghiên chấp một bên.

Chúng ta đã mở cánh cửa đạo vị để mỗi đạo tình của những người đệ tử Đức Phật ngày thêm thâm tình Linh Sơn cốt nhục. Rất mong chúng ta cùng phát nguyện giữa chúng ta, cùng các pháp giới chúng sanh, kết thành Bồ đề quyến thuộc, kiếp kiếp đời đời cùng tu, cùng học, cùng chứng đắc và hoàng dương chánh pháp; ích Đạo lợi Đời, kể cả muôn loài, thấy thấy đều được an vui, hòa hợp và giải thoát.

**Nam Mô Đại Trí Văn Thủ Sư Lôi Bồ Tát, chư tôn Bồ tát, ma ha tát, tác đại chứng minh.**

---o0o---

## **BÀI SỐ 20: SEN NỞ BỐN MÙA**

- **Sen nở từ bùn.**
- **Sen nở từ người.**

Nghĩa là có 2 loại hoa sen. Từ trước đến giờ chúng ta chỉ ca ngợi hoa sen nở từ bùn, mà chúng ta quên không hề nhắc đến sen nở từ người. Nếu không có sen nở từ người, mà chỉ có sen nở từ bùn, thì dòng đời chỉ có năm thứ uế trước, chứ chẳng hề có chút màu nhiệm và như thế thì Đức Phật cũng không thuyết kinh Diệu Pháp Liên Hoa làm gì. Người chưa nở sen, thì người chưa chứng đắc **Lăng Nghiêm tam muội**. Nếu chưa chứng đắc **Lăng Nghiêm tam muội** thì làm sao có thể chứng đắc **Pháp Hoa tam muội**. Giới xuất gia ngày nào cũng trì tụng Thần chú Lăng Nghiêm, có vị học cả kinh Lăng Nghiêm... Nhưng học để học, tụng để tụng, chứ chưa quan tâm, cho nên chưa liễu ngộ, chưa liễu ngộ thì làm sao ham thích tu luyện. Không tu luyện thì không bao giờ chứng đắc **Lăng Nghiêm tam muội** ? Không chứng đắc **Lăng Nghiêm tam muội** thì làm sao nhục kế nở hoa sen ngàn cánh ?

Xin mời tất cả quý vị đọc thầm để ôn lại đoạn kinh mà chúng ta thường tụng hằng ngày, vào lúc tờ mờ sáng.

*Diệu trạm tổng trì bất động tôn.*

*Thủ lăng nghiêm vương thế hy hữu*

*Tiêu ngã ức kiếp điên đảo tướng*

*Bất lịch tăng kỳ hoạch pháp thân...*

Đọc cho đến đoạn:

*...Nhĩ thời Thế Tôn*

*Tùng nhục kế trung*

*Dông bá bảo quang*

*Quang trung đồng xuất*

*Thiên diệp bảo liên*

*Hữu hóa Như lai*

*Toạ bảo hoa trung*

*Đánh phóng thập đạo*

*Bá bảo quang minh*

*Nhứt nhứt quang minh . . .*

Mười câu kệ này tả rõ hoa sen ngàn cánh nở từ nhục kế của Đức Như Lai. Lúc bấy giờ từ giữa Nhục kế của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, phóng mạnh một trăm đạo hào quang báu. Giữa trăm hào quang ấy, bùng nở một hoa sen ngàn cánh. Trên hoa sen ngàn cánh, hóa một Đức Phật ngự tọa giữa hoa sen báu. Nơi đỉnh đầu của Đức hóa Phật, lại tỏa mười đạo hào quang. Mỗi hào quang chính lớn lại tỏa sáng thêm một trăm đạo hào quang báu nhỏ hơn . . . Hoa sen ngàn cánh. Là như thế đó! Mà nhiệm thay. Chính vị hóa Phật ngồi trên đỉnh đầu đức Phật thuyết thần chú Lăng Nghiêm, chứ không phải từ miệng của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni.

Sen nở từ người là thế đó. Chúng ta dù chưa đắc **Lăng Nghiêm tam muội** để nở sen ngàn cánh, tỏa hào quang làm tòa ngồi cho Đức hóa Phật ngự tọa thuyết thần chú Lăng Nghiêm, thì mình cũng phải hiểu ý nghĩa cao đẹp như thế chứ! Đẳng này cứ khen đáo, khen để hoa sen nở từ bùn, mà chẳng hề nhớ đến hoa sen nở từ đỉnh đầu của mình. Không biết, không hiểu thì làm sao tu luyện để chứng đắc **Lăng Nghiêm tam muội**.

Đệ tử Đức Phật, nhất là hàng xuất gia, phải hiểu thông ba thứ hoa Sen:

- Hoa sen thế giới Cực Lạc đức Phật A Di Đà.
- Hoa sen ngàn cánh nở nơi nhục kế con người.
- Hoa Sen thuộc thảo mộc nở từ bùn nhơ.

Đến đây có nhiều người bảo rằng, hai loại hoa sen nở ở thế giới Cực Lạc và hoa sen ngàn cánh nở ở đỉnh đầu con người thì khó liễu thông, chứ loại hoa sen nở từ bùn rất dễ hiểu. Đừng vội chủ quan ! Hai loại hoa sen trên, nở bốn mùa dễ hiểu, nhưng hoa sen từ bùn mà nở bốn mùa thì lại rất khó hiểu.

*Nơi nao sen nở bốn mùa*

*Việt Nam - Đồng Tháp nắng mưa trợn tình*

Gần đây qua hai mùa lũ lụt chín cửa sông Ròng, đã dâng nước rửa sạch hết chất phèn ở những ao đầm tắc rạch, nên đồng bằng sông Cửu, nhiều nơi hoa sen đã nở, mà nở đủ bốn mùa. Tại sao khắp thế giới hoa sen chỉ nở có một mùa hạ, còn Việt Nam; Đồng bằng sông Cửu Long hoa sen lại nở đủ

bốn mùa ? Nếu ai nói dễ hiểu thì xin hãy hiểu cho hết, và kính mong chư Tôn đức quán chiếu đồng thời liễu ngộ tận cội nguồn của sự việc.

Tại sao Đức Phật mượn hoa sen từ bùn, để ghép vào kinh pháp Diệu, một bộ kinh tối ư quan trọng? Tại sao hương thơm, mật ngọt mà ong bướm không màng ? Tại sao khi bẻ ngó sen, bên trong ruột ngó vẫn còn những sợi tơ sen ? Thi hào Nguyễn Du mượn hiện tượng này diễn đạt thành lời thơ thuộc dạng trữ tình.

### ***Đã lia ngó ý còn vương tơ lòng***

Nếu dễ thì chất gì trong hạt sen, mà nhà khảo cổ Nhật Bản, chứng minh một hạt sen đã nằm trong đá mấy chục ngàn năm, đập vỡ đá lấy hạt sen đem ươm, hạt sen nứt mầm thành cây sen. Hoặc sức mạnh nào hỗ trợ cho mầm sen từ quán sen bên này đường, luôn dưới đường chui qua khỏi đường Xa lộ Hà Nội, sang ruộng bên kia trôi lên mọc thành cây sen. Mặt khác, trong cây sen có thứ gì tinh lọc mà phân riêng từng phần rễ, củ, ngó, cọng, lá, hạt, tim của hạt, nhụy và cánh của sen, cả chín thứ đều có vị thuốc. Mỗi thứ chữa nhiều chứng bệnh, chẳng bỏ thứ nào cả! Sen chẳng những màu sắc đẹp, thanh diệu (uống nhụy sen âm thanh trong), hương thơm, vị ngon, củ sen hạt sen hầm nấu các món ăn, nấu chè thì tuyệt, ngó sen làm gỏi hoặc xào... rất ngon. Về xúc giác thì rất êm dịu, trái lá sen nằm rất mát, vừa đượm nét lãng tử vừa êm đềm mà còn chữa được nhiều bệnh. Về pháp thì sen dẫn ý con người hòa nhập bao la, dẫn văn thơ nhạc, họa phẩm thoát phàm. Biết nói mấy trăm trang sách mới hết chuyện sen, vậy mà có người bảo dễ hiểu. Nếu dễ hiểu thì xin mời quý vị thức giả khai thông, chỉ rõ cho hàng Phật tử tại gia, nhất là lớp tuổi học trò cùng thông, cùng hiểu, cùng liễu, cùng ngộ rằng tại sao chỉ có đồng bằng sông Cửu Long - Việt Nam, sen mới nở bốn mùa ? Hy vọng tất cả người Việt Nam đều liễu ngộ cả ba thứ sen nở bốn mùa.

Ai khen, ai chê xin mời nhập Diệu. Ai gần, ai xa chưa thấy, chưa biết, chưa rõ, chưa rành xin mời đến đây để thực tế thấy, nghe, sờ, ngửi, nếm, sau đó mới liễu ngộ. Bảy màu xanh, đỏ, tím, vàng... hòa chung chỉ còn là màu trắng. Phân biệt khen chê từng màu có lợi ích gì ?

Phật Giáo Việt Nam cả ba thứ sen đang bùng nở. Vun cho sen nở bốn màu, cho hương nhụy ngát, cho sâu ân tình... Chẳng những nở đủ bốn MÀU, mà còn nở đủ bốn MÙA.

**Nam Mô Liên Trì Hội Thượng Phật Bồ Tát, tác đại chứng minh.**

---o0o---

## BÀI SỐ 21: QUÁN NIỆM ĐÚNG TỪ TRƯỜNG

*“Khi quán niệm đúng từ trường*

*Tự nhiên thu hút mười phương đất trời”!...*

### 1. Định danh quán niệm

Hai chữ từ trường thì ai cũng hiểu, chỉ khó hai chữ quán niệm. Quán về Sự là quán sát, còn về Lý là quán niệm, tức là trí hiểu rõ. Tiếng Phạn là Tỳ bà xá na. quán còn có nghĩa ngẫm nghĩ cẩn thận. Ngẫm nghĩ để đạt đến hiểu biết. Chữ Niệm Trung Hoa ghép bởi chữ tâm và chữ kim. Có nghĩa chú tâm vào một điểm hiện tại; chữ kim là hiện tại, quên quá khứ và không ước vọng tương lai.

Quán niệm là chú tâm hiện tại để thông suốt một vấn đề, cả sự lẫn lý. Từ trường là một luồng năng lượng xuyên suốt. Quán niệm đúng từ trường là tập trung tư tưởng theo một luồng sáng năng lượng xuyên suốt, ví như một luồng sáng đèn pin giữa đêm tối vậy. Quán đúng từ trường là tập trung tư tưởng xuyên suốt theo một luồng năng lượng, không lệch phải, lệch trái, không lùi sau, hướng trước. khi tập trung đúng một hướng thì sức mạnh của sự quán niệm này sẽ đạt kết quả như ý. Trong thời gian quán niệm tuyệt đối không để tạp niệm dẫn dụ tâm ý. Nghĩa là chỉ tập trung vào một điểm chánh chứ không còn có thứ hai thứ ba. Đạo Phật gọi trường hợp này là chánh niệm. Vậy quán niệm đúng từ trường, tức là chánh niệm. Nói cách khác là tư tưởng tập trung xuyên suốt theo một luồng sáng chánh niệm. Tập trung đến đích tụ thành một điểm nhỏ bằng hạt bụi. Mật ngữ của Phật giáo nói trường hợp này là quả đất gắn trên đầu sợi lông.

Khi nào nhập cuộc du chơi không gian thành công, mới khởi sự quán niệm đúng từ trường. Những năm đầu chưa thu hút tinh ba khắp mười phương, nhưng thời gian sau sẽ đạt sự kết quả không ngờ. Xin nói lại một lần nữa, là phải bước vào cuộc chơi “Tư tưởng vượt bầu khí quyển, du nhập không gian”, rồi mới quán niệm đúng từ trường.

---o0o---

### 2. Các điều kiện:

Bài học này là hành giả phải tu luyện, nhưng tu trong trạng thái thoải mái. Thân và tâm ý vẫn tiêu dao tự tại, tuyệt đối không gò ép thân ý.

Điều kiện thứ nhất của phương pháp là dứt tạp niệm. Không được liên tưởng nhiều vấn đề cùng một lúc. Phải tập trung vào một điểm duy nhất, (một điểm nhỏ, càng nhỏ càng tốt, nhỏ hơn hạt bụi).

Điều kiện thứ hai là phải đạt được pháp tịnh trên pháp động. (Hãy học bài Pháp tịnh trên pháp động).

Điều kiện thứ ba là phải liễu đạt pháp Diệu cả tiêu lẫn đại thừa.

Thông suốt và đầy đủ ba điều kiện này, mới khởi sự quán niệm. Mà quán niệm có đúng từ trường thì mới tự nhiên thu hút mười phương đất trời.

---o0o---

### **3. Những điều kiện phụ hệ cần phải có:**

#### **a. Phụ hệ thứ nhất:**

Tụng kinh mà không đọc một số bộ chú cần thiết thì xem như thời kinh đó chỉ đạt phước đức chứ thiếu công đức. Khi vào thời quán niệm cũng như vào một thời tụng kinh vậy. Tức là phải đọc ba bộ thần chú để miệng thanh sạch, dứt trừ nghiệp chướng nhiều đời nhiều kiếp và thân miệng ý lần đạo tràng đều thanh tịnh.

#### **Tịnh khẩu nghiệp chơn ngôn:**

TU RỊ, TU RỊ, MA HA TU RỊ, TU TU RỊ, SA VA HA. (3 lần)

#### **Tịnh pháp giới chơn ngôn:**

AUM LAM (3 lần)

#### **Tịnh tam nghiệp chơn ngôn:**

AUM XÌ LÂM

*(Ba chú này chỉ tóm gọn có 19 chữ)*

#### **b. Phụ hệ thứ hai:**

Tất cả những bước đầu của cuộc du nhập không gian đều đem áp dụng vào việc Quán niệm đúng từ trường. Tức là cách ngồi, cách thở..v..v.. đều giống như chuẩn bị cuộc chơi.

### c. Phụ hệ thứ ba:

Sau khi xả quán niệm, nên thực hành 32 động tác điều thân, nếu không đủ thời gian thì tập một số động tác, tối thiểu là gần một nửa.

Phật pháp rất nhiều pháp môn tu, nhưng khi tu pháp môn nào phải chuyên pháp môn đó, không nên nay pháp môn này, mai pháp môn khác, tu tập hằng trăm pháp môn mà chẳng đắc được pháp môn nào, cuối cùng khi nhắm mắt là đời, tay trắng vẫn hoàn trắng tay. Như người thợ đục đá tìm ngọc, nay đục chỗ này mai đục chỗ khác, chẳng xuyên suốt tảng đá nào cả, vậy làm sao có ngọc. Người tu nếu muốn chứng đắc pháp môn, việc cần thiết là phải biết phương pháp, nhất là phải có thầy, nếu không cần thầy, chỉ đọc sách mà đắc thì kinh Pháp Hoa khởi cần các phẩm kinh Thọ ký làm gì. Người thợ đục đá tìm ngọc cũng vậy, phải học biết tảng đá nào có ngọc và nhất là phải có thầy truyền.

---o0o---

## 4. Hữu ích

Tu luyện nếu không hướng đến sự chứng đắc thì đừng tu tuệ nữa, chỉ nên tu phước mà thôi. Pháp môn Quán niệm đúng từ trường là một trong nhiều pháp môn tu của Phật giáo. Người tu pháp môn này phải nhằm vào việc chứng đắc. Nếu không được toàn phần thì thiếu phần.

Khi chứng đắc pháp môn Quán niệm đúng từ trường thì nhất định phải bùng hoặc khai trí tuệ. Trí tuệ có bốn thời kỳ tu chứng khác nhau: “Bùng - Khai - Tỏa - Chiếu”. Tối thiểu là bùng tuệ. Vậy thế nào là đúng sai, thế nào là từ trường và nhắm vào chủ đích nào. Xin đọc tiếp các bài cùng khóa này.

- **Hữu ích thứ hai:** Khi bùng tuệ thì sẽ vui hoặc dứt trừ phiền não.
- **Hữu ích thứ ba:** Khi bùng tuệ, chẳng những đầu óc mẫn tiệp, mà thân thể luôn đạt trạng thái an vui tự tại.

Còn nhiều hữu ích khác không thể kể hết. Tất cả chúng ta đồng khởi sự nhập sâu vào pháp môn quán niệm đứng từ trường thì tự nhiên thu hút mười phương đất trời.

Nam mô Hộ Pháp Chư Tôn Bồ tát.

---o0o---

## **BÀI SỐ 22: NIỆM PHẬT TAM MUỘI**

Đề tài “Niệm Phật Tam Muội”, mà chỉ trình bày mấy mươi phút thì dù có phép thần thông cũng không thể nào nói cho hết. Nhưng trình bày đến đâu tốt đến đó. Hơn nữa, các vị Giảng sư, giáo thọ sư đã hướng dẫn, còn quý vị cũng đã nghe nhiều về đề tài này, chúng tôi chỉ ôn lại một vài nét chính.

### **1. Câu hỏi thứ nhất:**

- Quý vị cho biết Đức Phật Thích Ca và Bồ Tát nào thuyết pháp môn niệm Phật?
- Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, cùng Bồ tát Phổ Hiền và Bồ tát Quán Thế Âm thuyết pháp môn niệm Phật.

### **2. Câu hỏi thứ hai:**

- Cư sĩ nào thưa thỉnh để được nghe pháp môn này? (chờ trả lời)
- Nam cư sĩ Diệu Nguyệt và nữ cư sĩ Vi-đề-hy thưa thỉnh.

### **3. Câu hỏi thứ ba:**

- Thiết thực nhất của pháp môn Niệm Phật đem lại lợi ích nào thù thắng nhất cho người niệm? (chờ trả lời).
- Lợi ích thiết thực nhất, của pháp môn niệm Phật là giúp hành giả **thêm tướng** và **bớt tình**.

*Tình ít tướng nhiều, làm phi nhơn.*

*Tình tướng bằng nhau, làm người.*

*Tình nhiều tướng ít, làm súc sanh.*



*Tình bảy tướng ba, làm ngạ quỷ.*

*Tình chín tướng một, đọa vào địa ngục.*

#### **4. Câu hỏi thứ tư:**

- Niệm Phật được những năng lực gì? Có bao nhiêu năng lực thù thắng?(chờ trả lời).

- Niệm Phật đắc 13 năng lực thù thắng không thể nghĩ bàn (Bất khả tư nghị).

1. Phân biệt rõ ráo tự tánh của tất cả các pháp.

2. Thấy rõ tính chất huyễn hóa của tất cả các pháp hữu vi.

3. Thấu triệt tất cả các pháp đều là Phật pháp. Ở nơi ý nghĩa liễu giải không vướng mắc.

4. Tôn trọng và thừa sự hết thấy chư vị thiện tri thức.

5. Phân biệt tất cả các pháp, mà tự tại vô ngại

6. Tùy thuận tất cả căn lành, dẫn đến vô thượng giác.

7. Luôn thâm tín tất cả Phật pháp.

8. Đại từ bi khoan dung, không chê bai, khinh rẻ những phi pháp.

9. Không bao giờ thôi thất Bồ đề tâm, Bồ đề nguyện.

10. Không hề quên sót danh hiệu Phật.

11. Mãi mãi từng thuận bản nguyện của Chư Phật, Chư Bồ Tát.

12. Đưa hết thấy chúng sanh, an trụ vào biển cả đại nguyện, vô lượng công đức của Đức Phật A Di Đà.

13. Cải tiến Sa Bà thành Tịnh Độ, vi diệu trang nghiêm, đồng như Cực lạc không khác.

Mười ba năng lực thù thắng, không thể nghĩ bàn, nhờ công đức niệm danh hiệu Đức Phật A Di Đà, và như thế mới có thể dễ nhất tâm bất loạn.

## 5. Câu hỏi thứ năm:

- Niệm Phật thành tựu không dính mắc những gì? (chờ trả lời)
- Nếu chúng sanh nào chấp trì danh hiệu Nam Mô A Di Đà Phật, trọn đời nhất tâm xưng niệm, không chán mỏi thì thành tựu 18 pháp Vô cầu nhiệm (tức là đắc 18 pháp chẳng dính mắc).

### Mười tám pháp không dính mắc:

1. Không dính mắc tất cả cảnh giới bên trong lẫn bên ngoài.
2. Không dính mắc hơi thở và sự điều hòa hơi thở.
3. Không dính mắc tất cả **pháp chỉ** và **pháp quán**.
4. Không dính mắc các tâm sở, tâm vương.
5. Không dính mắc vào những trạng thái hỷ, lạc, khinh an.....
6. Không dính mắc vào trạng thái xả, nhất tâm.
7. Không dính mắc vào không vô biên xứ, thức vô biên xứ, vô sở hữu xứ, phi tướng, phi phi tướng xứ.
8. Không dính mắc vào tất cả pháp hữu lậu, cũng như vô lậu.
9. Không dính mắc vào tất cả những pháp đã học
10. Không dính mắc vào tất cả những căn lành.
11. Không dính mắc vào tất cả chỗ thọ sanh, giai tầng, xuất thân, gia thế, dòng dõi.
12. Không dính mắc vào tất cả giới luật, thiên định, công hạnh tu tập.
13. Không dính mắc vào ý nguyện mong cầu xuất ly, giải thoát.
14. Không dính mắc vào tất cả các sự biện giải và tranh cãi.
15. Không dính mắc vào các sự nỗ lực để tinh tấn.

16. Không dính mắc vào tư tưởng chán ghét thế gian.

17. Không dính mắc vào tất cả các Pháp “**tương - ung - hành**” và các Pháp “**bất tương - ung - hành**”.

18. Không dính mắc vào ngay cả danh hiệu Phật.

Đắc 18 pháp vô cầu nhiễm; nghĩa là không dính mắc, đó là nhờ công đức chuyên trì niệm danh hiệu Nam Mô A Di Đà Phật nhập tâm.

Niệm Phật Tam Muội là niệm Phật chứng đắc rốt ráo, tức là chứng đắc pháp **Ba la mật**, cũng gọi là niệm Phật đã đạt đến trạng thái ở đắc định.

**6. Câu hỏi thứ sáu:** (Tam muội - Ba la mật và Đắc định, ba danh từ ý nghĩa gần như nhau, tất cả đều ở nơi tâm)

- Chúng ta thường nói niệm Phật đắc Tam muội, tức là niệm Phật đắc định, hoặc là niệm Phật đắc Ba la mật. Vậy có mấy thứ Tam muội ? Nghĩa là có mấy thứ Ba la mật ?

Có 10 thứ Ba la mật.

- **Thế nào gọi là 10 Ba la mật?**

1. **Thí Ba La Mật:** Xả bỏ sở hữu trong thân, cũng như ngoài thân.

2. **Giới Ba La Mật:** Vì thanh tịnh các cõi Phật.

3. **Nhẫn Ba La Mật:** Vì an trụ nơi lực dụng của bản nguyện.

4. **Tinh Tấn Ba La Mật:** Vì tất cả chương duyên chẳng có thể làm thoái chuyển tín tâm.

5. **Thiền định Ba La Mật:** Vì chuyên nhất, nhớ tưởng một cõi Phật, một danh hiệu Phật.

6. **Bát Nhã Ba La Mật:** Vì đúng như thật mà quán sát tất cả tướng trạng và thể tánh của các Pháp không rời nhau.

7. **Tín Ba La Mật:** Vì thường xuyên an trụ nơi Phật lực, bất khả tư nghì.

8. **Nguyện Ba La Mật:** Vì đầy đủ hạnh nguyện của Phổ Hiền.

9. **Lục Ba La Mật:** Vì hân hoan thể hiện tất cả năng lực tự tại của danh hiệu Nam Mô A Di Đà Phật.

10. **Pháp Ba La Mật:** Vì sẵn sàng xả thân cho chánh pháp, cho Bồ tát đạo.

Niệm Phật đắc 10 Ba la mật mới được gọi là chơn chánh niệm Phật. Nhờ “**Nhất tâm bất loạn**” mới đắc pháp niệm Phật Tam muội

Giới Tăng Ni sinh là mầm non của ngôi Tăng bảo, ai tu phương pháp nào cũng được, miễn là pháp môn ấy rốt ráo, chúng đắc từng pháp môn rốt ráo, gọi là đắc từng pháp **Ba - La - Mật**, cũng gọi là Tam muội. Muốn dễ hiểu dễ tu chứng, nên chia thành ba thời kỳ tu niệm.

Miệng trì danh niệm Phật.

Ý quán tưởng Phật, niệm Phật.

Tâm luôn nhớ tưởng Phật, niệm Phật. Tức là tâm tâm niệm niệm; lúc nào cũng thâm tưởng nhớ Nam mô A Di Đà Phật.

Đạo tràng niệm Phật, một tháng lớn tiếng trì danh một ngày, còn 29 ngày nữa thì sao?

Thời gian còn lại trong tháng, luôn giữ thâm niệm Phật trong tâm. Hán văn, chữ **Niệm** ghép bởi chữ **Kim** và chữ **Tâm**. Tức là tâm hiện tại không nhớ về quá khứ, không nhớ đến tương lai, vậy là quên hết; chỉ còn hiện tại nhớ Đức Phật A Di Đà, liên tục từ giây phút này, đến giây phút khác, chẳng hề gián đoạn. Giây trước tưởng niệm Nam mô A Di Đà Phật, giây sau cũng thâm tưởng nhớ đến nam mô A Di Đà Phật, liên tục mãi như thế!

Nhớ tưởng thế nào ?

Nhớ tưởng **Nhân**, nhớ tưởng **Quả**, nhớ tưởng **Hạnh**, nhớ tưởng **Đức** của Đức Phật A Di Đà. Nhân là khởi từ thời vua Vô Trách Niệm. Quả là sự kết quả thế giới Cực Lạc và vô lượng thọ, vô lượng quang. Hạnh - là hạnh nguyện của Đức Phật A Di Đà; nhất là 48 lời nguyện. Đức là công đức, vô lượng công đức. Ai tưởng phần nào trước sau cũng được. Khi nào sự nhớ tưởng đã nhập tâm, lúc đó mới dễ đắc nhất tâm bất loạn. Trì danh niệm Phật chưa tới chỗ nhất tâm thì khó đắc niệm Phật tam muội. Phải thâm tâm niệm, nhớ tưởng liên tục, không dứt nghỉ thì mới nhập vào trạng thái nhập

tâm. Lưu ý như niệm không phải là niệm một tiếng Nam Mô A Di Đà Phật, vì nhất niệm có thể hằng giờ, hàng ngày, hàng nhiều tháng năm lâu hơn nữa.

Có người hiểu lầm, nên chờ đến lúc gần lâm chung, mới niệm mười tiếng, danh hiệu Phật; như thế làm sao vãng sanh. Điều sai lầm của người tu niệm là mới bắt đầu trì danh hiệu Phật, đã nghĩ rằng mình sắp nhất tâm bất loạn. Lớn tiếng trì danh là còn tu tập niệm Phật nơi miệng, nếu có thâm sâu thì cũng nơi ý niệm mà thôi ! Phải tâm niệm, và là chơn tâm trì niệm thì mới nhất tâm bất loạn. Trì danh niệm Phật còn đang ở phần miệng, thì còn lâu lắm mới đạt đến chỗ cao siêu của pháp môn niệm Phật.

Pháp môn niệm Phật là pháp môn tu thuộc về tối thượng thừa, nhưng giới thấp tu đông là nhờ phương tiện theo phương pháp lớn tiếng trì danh Nam Mô A Di Đà Phật.

Nói biết bao nhiêu cho hết pháp môn niệm Phật. Dành phần này cho người niệm Phật, từ từ khi niệm thâm sâu, khi nào hiệu Nam Mô A Di Đà Phật nhập tâm, lúc ấy tự nhiên sẽ có vô sư trí, lúc bấy giờ tự khắc hiểu rõ, hiểu chi tiết tinh tường về pháp môn niệm Phật.

Mùa An cư kiết hạ năm nay, đâu đâu cũng khởi sắc, các tịnh nghiệp đạo tràng nghiêm mật quy cũ thiền môn. Ngày hôm nay, đoàn hành hương được chiêm bái cúng dường gần một ngàn vị Tăng Ni tại các điểm ở Long Thành, Bà Rịa - Vũng Tàu. Thật là thời kỳ hiển hưng của Phật Giáo Việt Nam.

**Nam Mô Cực lạc thế giới Đại từ Đại bi A Di Đà Phật.**

---o0o---

## **BÀI SỐ 23: SÓNG BIỂN**

Chúng tôi chỉ mới đến, còn quý vị thì ở lâu nơi ngôi chùa gần Biển, ở gần biển nên hôm nay chúng ta cùng đàm đạo về biển. Kinh Phật có câu Tự quy y pháp trí tuệ như biển. Vậy biển có gì mà ví trí tuệ giống như biển. Chẳng những như thế kinh Pháp Hoa, phẩm Phổ Môn đưa giá trị biển lên ngang hàng với ba âm khác. Nhất là Đức Phật còn ví pháp của Như Lai thuần một vị giải thoát như biển thuần một vị mặn. Nói chung trong kinh sách Đức Phật có nhiều chỗ đề cập đến biển, nên hôm nay nhân chuyến đi cúng dường chư Tăng - Ni An cư kiết hạ, ở một ngôi chùa gần bờ biển Vũng Tàu, chúng tôi mới bàn qua câu chuyện có đề tài “**Sóng biển**”. Dù

nghe qua là thế gian pháp, nhưng thâm sâu vào thì rất Phật pháp ; bởi vậy cho nên Đức Phật dạy: “Thế gian pháp là Phật pháp”.

Như thế thì sóng biển liên quan đến Phật pháp như thế nào ?

Phẩm Phổ môn nói về năm pháp quán “Chơn quán - Thanh tịnh quán - Trí tuệ quán rộng lớn - Bi quán và Từ quán”. Thực hiện năm pháp quán thuộc về trình độ cao siêu. Chơn quán và Thanh tịnh quán là hai pháp quán của hàng Bồ tát. Còn Trí tuệ quán rộng lớn, tức là quán đại trí tuệ là hàng thánh Thanh văn. Còn Tăng - Ni Phật tử, trời thần người quỷ rồng chỉ quán ở trình độ Từ quán và Bi quán. Quán Từ đắc, mới quán Bi; bởi vì Từ còn ở ý, còn bi thuộc về tâm. Nhưng muốn quán bất cứ là pháp nào cũng phải tu được bốn thanh âm. Diệu âm - Quán thế âm - Phạm âm - Hải Triều âm. Mỗi âm như thế còn có nhiều chi tiết. Như Phạm âm, gồm có năm âm chính và nhiều âm phụ. Năm âm chính: Phạm âm, âm chánh trực; Phạm âm, âm hòa nhã ; Phạm âm, âm trong suốt ; Phạm âm, âm sang sảng ; Phạm âm tiếng ngân vang. Tiếng Phạm âm như vua trời Phạm thiên. Hải triều âm như sóng vỗ vượt âm thanh, đưa tử thi khỏi biển, đưa tử thi thoát trầm. Vậy pháp quán Hải triều âm phải theo quy luật sóng vỗ vượt âm thanh. Phải đưa tử thi khỏi biển ; phải đưa tử thi khỏi chìm xuống đáy đại dương. Người tu theo pháp tu âm thanh sóng biển, tức là Hải triều âm phải dùng nội lực quét lọc chất âm tử, nơi tự thân, phải tạo nội lực về âm thanh vượt hẳn các âm thanh khác. Tiếng nói pháp như sư tử rống, tức là phải hơn hẳn các âm thanh của thế gian, Phải đủ sức loại trừ các thói hư tật xấu, các tập tục nhiễm ghiền. Một nội tâm phi thường, diệt ác nơi chính mình từng sát na, từng hơi thở ra, hơi hít vào. Thở ra, tất cả xấu, ác, chất độc và âm tử. Hít vào những điều tốt, thiện, hiền, dương tử, thu những nguyên tố tinh lọc từ vũ trụ. Biển bao la, thứ gì cũng thu nạp, cũng chứa đựng, nhưng biển không bao giờ chứa đựng xác chết. Sóng biển làm nhiệm vụ đưa xác chết vào bờ. Không cho xác chết chìm xuống đáy đại dương. Người tu theo phương pháp sóng biển, đẩy tất cả những tạp niệm mục nát, tanh hôi, dơ thối ra khỏi tư tưởng, không để những chất chết, chìm sâu vào A lại da thức, tức là tạng thức không chứa những gì sự không thật, lý không chơn. Đó là phân tích riêng từng vị tu hành theo hạnh Thanh văn, còn mở rộng theo hạnh Bồ tát thì đứng cương vị trụ trì, hoặc lãnh đạo Giáo hội lại cần phải có Hải triều âm. Phải dám loại trừ những phần tử phá giới phạm trai, kẻ miệng ngọt lòng cay, những người lợi dụng hình tướng đạo Phật để vinh thân thụ hưởng, lợi mình hại người, ích mình tổn hại đất nước, suy tàn chánh pháp. Nếu không dùng pháp Hải triều âm thì đạo Phật nói chung, chùa viện nói riêng không bao giờ thanh tịnh trang nghiêm. Các đoàn thể, đảng phái ngoài đời vẫn áp dụng phương pháp Hải

triều âm, bằng cách phê bình, kiểm thảo, cảnh cáo, khai trừ, nếu nặng hơn thì có pháp luật khắt khe trừng trị. Đoàn thể đảng phái chế độ nào thiếu phương pháp Hải triều âm, thì mầm biến loạn âm ý, chờ ngày tan vỡ. Đạo Phật mệnh danh là ngôi Tam Bảo, là nơi tồn chứa và phổ truyền đạo đức, vậy mà thiếu phương pháp Hải triều âm thì sao ? Liệu có còn thanh tịnh hay không ? Có một thời đất nước bị xâm lăng, toàn dân chịu làm nô lệ, Phật giáo cũng không đứng ngoài quy luật đó, cho nên trong chốn chùa chiền không áp dụng được pháp Hải triều âm, thành không thể đưa tử thi khỏi biển, đẩy tử thi lên bờ. Vì vậy nên lúc đó quần chúng ngao ngán đạo Phật, giới thức giả làm văn làm thơ chế nhạo đạo Phật. Ngày nay đất nước hoàn toàn độc lập. Đạo Phật đang trên đà hiển hưng. Vậy hơn ai hết, sứ mệnh của những vị sứ giả Như Lai, đang giữ trách nhiệm làm Như Lai sứ, hành Như lai sự. Vì vậy nên cần bắt chước biển cả đưa âm thanh sóng biển vào chính mình và cho đạo Phật Việt Nam.

Hôm nay, đoàn hành hương chúng tôi chiêm bái cúng dường các bậc thanh tịnh tu trì tại các trường An cư kiết hạ và giờ này về đây, về xứ chùa bên biển, chúng tôi lắng đọng chiêm quan những lượn sóng Hải triều từ biển và trầm tư cảm ứng đê giao hưởng với Hải triều âm. Tất cả những pháp âm vi diệu, từ chơn không, từ vũ trụ bao la, từ Hải triều âm nơi biển cả, từ Hải triều âm nơi con người, đang làm cho đời sạch, biển trong, đạo màu thanh tịnh, trang nghiêm đủ tầm vóc đại diện Đức Phật, làm ngôi Tăng Bảo ở nhân gian, đủ chất lượng làm tòa lâu đài đạo đức, để làm mát dịu và làm gương cho cõi đời còn đang nhiều tục lụy.

*Biển rộng mênh mông*

*Thuyền từ vững lái*

*Cập biển chơn không*

*Bợn nhớ chẳng ngại.*

Xin chư Tôn Đức cho chúng tôi được chiêm ân giới đức của quý Ngài, xin thành tâm kính lễ ngôi Tăng bảo, lễ lạy bậc thanh tịnh. Cầu nguyện Chư Tôn đức tròn đầy tuổi hạ. Qua mùa An cư, trí tuệ bùng khai, chúng sanh đang dư thừa bóng tối, đợi chờ ánh sáng trí tuệ của ngôi Tăng bảo để được an vui.

**Nam Mô Đại Từ Bi linh Cảm Ứng Quán Thế Âm Bồ Tát.**

## BÀI SỐ 24: QUÂN BÌNH ÂM DƯƠNG

Trong chúng ta hiện giờ có hoàn toàn an lạc hay không? Chúng ta có mà cũng không! Có đối với những ai tâm bình. Tâm bình an trụ trên xứ Bình thì an lạc, và không an lạc đối với những ai tâm chưa bình. Tâm chưa bình thì dù có ở đâu, có cách nào cũng không tròn được sự an lạc.

Ngọn đèn đang sáng trước mắt chúng ta đây, nếu nó không quân bình âm dương thì chắc chắn nó không sáng. Con người tối linh hơn vạn vật, vậy mà vẫn có người không quân bình được âm dương; vì thế nên dòng đời còn u trệ tối tăm.

Riêng về chúng ta đang là người tu hành. Vậy thì tu hành để làm gì? Có người trả lời để tự độ, độ tha, tự giác giác tha. Khó hiểu lắm! Chúng ta thực hiện việc tu hành là để nâng “**tướng**” lên và hạ “**tình**” xuống. Cõi Địa ngục nặng chình chịch do tình nặng; cõi trời Phi tướng phi phi tướng xứ thì nhẹ phơi phơi, đó là nhờ tướng nhiều. Tình là vật dục; Tướng là lý tướng. Người nào sống đời sống nhiều lý tướng cao thì nhẹ nhàng thanh thoát. Người nào sống nặng vật dục, thì thấp kém và phiền não đoanh vây. Các pháp môn tu của Phật giáo, pháp môn nào cũng nhằm hướng con người thêm **tướng** bớt **tình**. Trì chú, tham thiền, niệm Phật, tụng kinh, bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tu tập thân miệng ý thuần hòa, sáu giác quan đồng nhất, tám thức nhập vô thức, chuyển vô thức sang trí, sang tri, sang tuệ. Tất cả đều nhằm đến mục đích giải thoát cái chũr tình, và luyện rèn cái tướng. Tình tướng quân bình để đúng tư cách làm người. Tình nặng tướng nhẹ, mất tư cách con người, có khi ngang hàng với súc vật. Tướng nhiều tình ít, thì nhẹ nhàng cao vút đến các cõi phi nhân, cao hơn là đến cõi trời - thần - tiên - thánh. Dứt tình nhập tướng đắc quả Bồ tát, chẳng tình chẳng tướng Giác ngộ làm Phật. Người tu thiền quán niệm, chiếu soi hoặc chỉ quán, mục đích nhẹ tình thêm tướng. Niệm Phật đến nhất tâm bất loạn, đến đắc Tam muội, cũng chỉ nhẹ tình thêm tướng. Nói chung con người có mặt vào dòng đời thực hiện nhiều phương tiện, cũng chỉ vì tập luyện quân bình âm dương. Khi đạt quân bình âm dương mới rớt ráo tu luyện đạt đến chỗ nặng tướng nhẹ tình. Người đệ tử Phật, bước đầu tiên là quy y Tam Bảo. Vậy khởi sự quy y Tam Bảo làm gì? Là trở về với tự tánh giải thoát, tự tánh an vui, tự tánh hòa hợp. Chỉ đơn giản thế thôi! Tự tánh hòa hợp là gì? Là mình vốn có sẵn tự tánh quân bình âm dương. Bước đầu tiên là quân bình âm dương; tiếp theo là trở về với tự tánh an vui. Làm sao an vui, giảm bớt dục tình vật thể, nặng



ngiên về lý tưởng tâm linh. Khi đã đạt hai trình độ này rồi, can đảm bước vào địa hạt thứ ba, thời kỳ này là quy y Phật. Tự trở về bản tánh Phật sẵn có của chính mình. Nói trở về bản tánh Phật sẵn có của chính mình thì khó hiểu quá. Hãy nói cách khác để hiểu hơn đó là gỡ bỏ bớt dục tình mê đắm, sống cuộc sống có lý tưởng, không lụy vì tình, không đam mê, không quá trần tục, mê mêt, vì chữ tình thời kỳ này là thời kỳ quyết liệt của bậc trí. Lúc đầu nhẹ tình, nặng tướng, dần dần gỡ bỏ dục tình để thấm sâu vào lý tưởng, để nhẹ nhàng dần tư tưởng vượt khỏi bầu khí quyền, du nhập không gian vô biên. Kiếp này chưa gỡ bỏ toàn triệt cái chữ tình thì nguyện kiếp sau. Mục đích chính của người Phật tử tại gia là tu luyện quân bình âm dương. Người xuất gia phải cao hơn người tại gia, đó là nhẹ tình nặng tướng, để tu luyện gỡ bỏ hoàn toàn cái chữ tình.

---o0o---

### **Vậy phương pháp thực hiện thế nào?**

Người xuất gia phải sống quân bình âm dương, khi kết quả mới có thể hướng dẫn Phật tử tu như mình, để đạt kết quả an vui, từ thấp đến cao. Chứ cứ bảo Phật tử các con về lo tu đi! Vậy tu là tu thế nào? Niệm Phật, hay là tham thiền, cũng phải đúng pháp, phải có sự thừa truyền bí pháp, chứ đâu bắt chước làm càn, nguy hiểm không lường. Chúng ta hãy quan sát thấy gì nơi hình Phật đang tham thiền trên tòa sen. Trước nhất là thế ngồi, chỗ ngồi rồi đến miệng môi, đến mắt, đến hai tay.

**Thế ngồi:** Ngồi ngay thẳng, chỗ ngồi là tòa sen. Chúng ta không có tòa sen thì phải có tọa cụ. Ngày nay đi mười chùa hết chín chùa sai phạm, không có tọa cụ, lại không có chiếu mà ngồi dưới gạch. Càng ngồi tu như thế, tức làø ngồi sát đất thì bị đất hút, nên càng đau bệnh. Vì bao nhiêu chất dương trong người mình bị đất hút hết, trái lại mình thì hút chất âm của đất vào người.

**Chỗ ngồi:** Đúc Phật ngồi thiền, sau lưng có cây Bồ đề, xa xa có núi, trước mặt có sông; còn chúng ta ngồi sau lưng trống rỗng. Các chùa xưa phía cửa có dựng án phong, bây giờ đổi mới, nhiều chùa đập bỏ hết án phong, nên khi ngồi thiền có ai làm chao động phía sau lưng thì từ trường nơi huyệt “nguyên sinh” chao động, lâu ngày sẽ bị đau tim, yếu phổi, lưng não. Các thiền viện vì được truyền thừa có thầy chỉ, nên lúc tham thiền ngồi xây mặt ra ngoài xây lưng vào vách. Các chùa tu theo pháp Tịnh Độ, khi niệm Phật đóng cửa chính.

**Miệng môi nơi hình tượng Phật:** Nhìn kỹ để thấy rõ và hành theo. Môi nơi hình đức Phật lúc nào cũng hở độ bằng hạt đậu xanh, để thông hơi. Tượng nào không có là sai, mời thợ về sửa cho đúng. Ngồi thiền thì phải cuốn lưỡi, không cuốn lưỡi ngồi cả trăm năm cũng không kết quả. Cuốn lưỡi là ta đã gắn cầu chì giữa đốc mạch và nhâm mạch, cho nên lửa bốc nóng bùng bùng. Lửa cao phải có chỗ thông hơi. Môi trống bằng hạt đậu xanh là chỗ thông hơi. Vấn đề này để được truyền rộng nhiều người thực hành khỏi quên, phải thuộc bốn câu thơ kệ

*Hít hơi vào bằng mũi*

*Thở ra bằng kẽ chân răng*

Và nói rún quân bằng

*Thở hơi ra thóp bụng*

**Mắt nơi hình tượng đức Phật:** Hình tượng đức Phật mắt không mở, cũng không hoàn toàn nhắm, nếu đó là hình tượng Đức Phật ngồi tham thiền. Còn các pho tượng niêm hoa thì mắt hơi mở, còn những pho tượng hình ảnh thuyết pháp với tay mặt kiết ấn xuất địa ấn thì mắt mở. Chúng ta tùy theo trường hợp mà thực hành đôi mắt.

**Hai tay của tượng Phật:** Đức Phật tu khổ hạnh tham thiền trong rừng già sáu năm, nên khi đến ngồi thiền dưới cội Bồ đề, bên dòng sông Ni liên Thuyền, mới chồng hai bàn tay để mười ngón tiếp giáp nhau. Còn chúng ta mới vào tu, sự tu luyện âm dương chưa quân bình, mà đã chồng hai bàn tay lên nhau thì chẳng những không đạt được đạo, mà lại nguy hiểm cho bản thân, khác nào bắt chảo lên bếp lửa cao tối đa, mà chảo không nước, không dầu, thì thế nào chảo cũng cháy. Vì vậy nên chúng ta, nhất là giới Phật tử, sự tu luyện chưa cao, nên không được bắt chước hình tượng Đức Phật, mà chồng hai bàn tay lên nhau. Như vậy thì làm thế nào cho đúng pháp? Chia làm bốn thời kỳ. Thời kỳ thứ nhất, khít hai bàn tay, để trên hai đùi. Thời kỳ thứ hai, chồng hai bàn tay lên nhau, nhưng chỉ đụng sáu ngón; còn bốn ngón út và cái thì không đụng nhau. Thời kỳ thứ ba, dựng đứng hai bàn tay theo kiểu Bát Diệp Liên Hoa ấn, tư thế này chỉ bốn ngón, hai ngón út và hai ngón cái đụng nhau mà thôi! Thời kỳ thứ tư, chồng hai bàn tay lên nhau, mười ngón đụng nhau, giống như hình tượng Đức Phật ngồi tham thiền (chi tiết xin xem Phổ Môn Giảng Luận, của Sa môn Thích Thông Bửu).

Chúng ta ai muốn quân bình âm dương, thì phải tu cả sự lẫn lý. Sự lý dung thông mới chứng đắc. Lý thì chọn một pháp môn tu, phải vân du vấn đạo, phải tham vấn các bậc cao minh. Không Thầy đồ mày làm nên ! Phải thăm sâu vào kinh luật luận. Còn Sự thì phải bắt chước Đức Phật, tập luyện 84 ngàn oai nghi tế hạnh. Được tế hạnh nào là quân bình âm dương nơi tế hạnh đó. Nhất là: thức - ngủ - đi - đứng - nằm - ngồi - tắm - rửa - ăn - uống .v.v... Bất cứ một cử, một động đều tế nhị, đều tinh vi, đều nhập Diệu thì mới quân bình âm dương

Quân bình âm dương tức là tu. Đắc “**Bình Dương**” tức là đạt đạo. Mùa An, chư Tăng - Ni quy tụ về Tịnh nghiệp Đạo tràng, để giới trao giới đức, thức liễm thân tâm, quán niệm nội tâm, chiếu soi pháp giới để:

**Về lý:** Nhẹ tình nặng tướng

**Về sự:** quân bình âm dương

Đắc lý sự dung thông, lý sự vô ngại, ấy là mục đích An cư của giới xuất gia đệ tử Đức Phật.

---o0o---

## **BÀI SỐ 25: BỐN MÙA VIỆT NAM**

Việt Nam chịu làm nô lệ Trung Hoa cả ngàn năm, tuy cởi bỏ được ách thống trị, nhưng ảnh hưởng khó thoát, bởi vì người Việt ưa quen theo lối mòn đã sẵn, mình cứ đó mà đi chứ làm biếng suy luận. Ví như ca ngợi về ân nghĩa hiếu hạnh thì lấy núi Thái Sơn của Trung Hoa để dẫn chứng.

*Công cha như núi Thái Sơn*

Núi Thái Sơn ở mãi tận Trung Hoa mà lại nhớ còn Trường Sơn của Việt Nam gần sát lại quen

*Ân cha như núi Trường Sơn*

*Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy ra*

Sao lại công cha mà không là ân cha. Chữ nghĩa phải đối chữ ân, chứ sao lại đối với chữ công? Cha chẳng những dưỡng nuôi mà còn cấu tạo cả thể chất lẫn tâm linh, vậy mà bảo là công cha. Đã nói công thì nhất định có

ngày trả hết, như công người lái đò có thể trả hết còn cha làm sao trả hết công. Còn nghĩa mẹ chỉ ví như nước trong nguồn chảy ra! Tại sao là như mà không dùng chữ hơn? Nghĩa mẹ phải hơn nước trong nguồn chảy ra bởi vì nếu ví như nước trong nguồn thì đến mùa nắng hạn sẽ bị khô kiệt. Nghĩa mẹ biết làm sao khô kiệt, cho nên phải tạm mượn núi sông để trả ân nghĩa của mẹ cha, nhưng mượn phải cho đúng.

*Ân cha cao vút Trường Sơn*

*Nghĩa mẹ hơn nước trong nguồn chảy ra.*

Ngoài danh từ Thái Sơn thì Việt Nam ảnh hưởng lệ thuộc biết bao.

Như văn miếu Việt Nam, Đức Khổng Tử Trung Hoa thì tạc tượng thờ ngày đêm khói hương đàn ca xướng hát lễ bái thành kính. Còn danh nhân Việt Nam thì chưa đủ tiền tạo nên tượng mãi in khắc nơi bia đá, dựng hai bên đường châu Văn miếu, hương chẳng có chứ bảo là hương tàn khói lạnh. Văn miếu là miếu thờ nền văn hóa năm ngàn năm đến nay, nhưng Đức Khổng Tử thì mới hai ngàn rưỡi năm còn nói về thành lập Hoa Văn thì cũng không phải công đức Khổng Tử. Vậy thì có lý do gì để Ngài nhận phần sùng bái của một dân tộc có gần năm ngàn năm văn hiến, đây chỉ là thói quen do nô lệ đã qua từ ngàn năm trước dẫn đến ngàn sau. Xưa bầy nay theo, chưa ai nghĩ đến sâu thẳm về cách mạng ách thống trị đã ăn sâu vào thói quen. Bài viết hôm nay chỉ lướt qua, một vài nét, mục đích chính của bài này là đào tận gốc bóc tận ngọn để gỡ mọi oan ức cho các loài hoa.

Việt Nam bị đô hộ ngàn năm thì hoa tại Việt Nam cũng chịu đô hộ như con người. Nếu trả lại giá trị cho hoa thì hoa có hai loài thuộc đẳng cấp Vương đế chi hoa và hai loài hoa nữa được nằm ở hàng tứ hoa, đó là Mai, Sen, Lan, Cúc.

*Mai mùa xuân*

*Sen mùa hạ*

*Lan mùa thu*

*Cúc mùa đông*

Cái thú thưởng thức hoa của người Trung Hoa trái ngược với tánh tự nhiên của hoa, bắt hoa và mọi người phải chiều theo sở thích của giới thưởng thức hoa bằng cách Mai Lan Cúc Trúc

*Mai mùa xuân*

*Lan mùa hạ*

*Cúc mùa thu*

*Trúc mùa đông*

Trúc không có hoa, nếu có thì cũng chỉ là dấu hiệu của chùm lá non kết lại, chẳng hương chẳng sắc, nhưng tại sao giới thưởng thức hoa của Trung Hoa lại nâng trúc lên hàng tứ quý, hoa chiêm ngụy của mùa đông, mà mùa đông thì trúc rụng lá, vì không chịu nổi tuyết sương. Trúc có nhiều đặc tính tốt, nhưng cũng rất nhiều đặc tính xấu, nhưng nó đã được nâng lên sánh với bậc quân tử. Nói đến quân tử phải kể đến trúc, các bức họa danh tiếng dành tặng người quân tử, họa sĩ phải vẽ trúc. Nhưng nhớ là bậc quân tử vẫn còn thua đáng đại trượng phu. Tùng được sánh với đáng đại trượng phu, vì tùng vẫn xanh giữa sương tuyết.

*Tuyết sương bao phủ ngọn tùng*

*Gian nan là nghiệp người hùng phải vay*

Tại sao trúc thay tùng, vì trúc gặp tuyết sương thì rụng lá, gặp gió thì cúi mọp quỳ mọp lạy gió tôn gió lên trên đầu, trên cành, trên lá. Thân trúc hiện tiền chỉ làm mảnh giúp thiếu phụ ngắm trăng, làm liếp để nằm, hoặc che chắn làm phen vách, lúc tàn rụi chỉ giúp bếp và tàn tro...

Còn tùng thì lá vẫn xanh, khi mùa đông về đầy giá rét, vẫn hiên ngang trước bão táp mưa sa, thân cây làm gỗ làm cột làm nhà, hoặc dùng điêu khắc thành tác phẩm để góp cho nền văn minh hiện hữu và lưu lại ngàn đời trong di sản văn chương.

Nhưng không lẽ đưa cây tùng lên thành một loài hoa đứng trong hàng tứ quý, nên ép gượng đưa trúc vào danh vị của văn chương, bởi người Trung Hoa đa phần tính tình như Trúc, nên người đời thường bảo: “Anh là quân tử Tàu” Quân tử Tàu thì trống ruột và hay cố chấp, như trường hợp Bá Di, Thúc Tề không ăn hạt thóc của nhà Châu.

Ở Việt Nam núi rừng đầy trúc, mọi người xem trúc là một thứ cây tầm thường như mọi thứ cây, cho nên không thể nâng trúc lên hàng hoa tứ quý, không để trúc đứng đầu chịu đựng với khí lạnh đông sương. Trái lại nâng cúc lên thành một trong bốn loài hoa được xem là tứ quý và cúc được xưng danh đại diện cho hoa chịu đựng với tuyết đông.

*Cúc ngạo đông sương*

Hoặc

*Cúc ngạo hàn sương*

Cúc lại còn tượng trưng cho hạnh phúc

*Cúc dục cù lao*

Người Trung Hoa đặt Cúc vào mùa thu, người Việt Nam thì lại tôn vinh Cúc vào hàng gan dạ là đáng anh hùng, là bậc đại trượng phu, là hàng hiếu hạnh, cúc xưng danh đứng mũi chịu sào gió tuyết lạnh mùa đông, dám hiên ngang nở hoa, mà là nở sắc sỡ sắc màu lẫn mùi vị ngát hương.

Nâng cúc lên mùa đông thì mùa thu còn trống cho nên chỗ này phải nhường lại cho hoa lan.

Hoa lan là một trong hai loài vương đế chi hoa và một trong bốn loài hoa hàng tứ quý .Lan không lặn vào đời nhưng vẫn tự tại nở hoa. Rễ lan không đâm vào lòng đất, sống lưng lơ giữa vờn mà vẫn đầy đủ màu sắc và hương thơm .

Hoa lan được giới thượng thức Trung Hoa để cho ngự trị vào mùa hạ, nhưng hạ nắng cháy người lan rất khó đủ sức nở hoa.

Hai loại hoa lan và cúc bị cưỡng ép trái mùa, niềm uất hận chẳng biết than thở cùng ai, bởi vì dưới thể chế phong kiến thì ai mở lời cãi lại thì liền bị rúng đầu bởi vì “Quân xử thần tử, thần bất tử bất trung, phụ xử tử vong, tử bất vong bất hiếu” Nghĩa là vua bảo chết quan phải chết, quan không chết là quan không trung. Cha bảo con phải toi mạng thì con phải vâng lời, nếu cãi lại là con bất hiếu. Bởi vậy nên người phải cúi đầu ngậm chịu hướng gì hoa. Biên sử Trung Hoa bà Võ Tắc Thiên Hoàng Đế bảo hoa mẫu đơn xanh phải nở vào giữa mùa đông để bà thưởng ngoạn. Loài hoa này không có khả năng nở, nên bị đày xuống Giang Nam.

Việt Nam bị nô lệ Trung Hoa cả ngàn năm, cõi đờc xích xiềng nô lệ từ lâu, nhưng ảnh hưởng cũng có nhiều vấn đề chưa thoát khỏi, nhưng đặc biệt vấn đề này Việt Nam đã âm thầm làm cuộc cách mạng từ lâu.

Trung Hoa: Quân xử thần tử, thần bắt tử bắt trung. Phụ xử tử vong, tử bắt vong bắt hiếu.

Việt Nam: Phép Vua thua lệ làng.

Con hơn cha nhà có phúc.

Tứ quý hoa:

Trung Hoa: Mai Lan Cúc Trúc

Việt Nam: Mai Sen Lan Cúc

Bài này không nhấn mạnh về bông Sen, bởi vì ai là người Việt Nam mà không rõ bông Sen, chẳng những rõ mà còn sống cuộc sống hòa nhập như bông Sen, chẳng riêng dành cho đạo mà tất cả xã hội dòng đời ai mà không biết, không quý, không mến, không yêu, không trọng hoa sen; nên nói bông sen vào đây sợ bị dư thừa chẳng. Tuy vậy cũng nêu một vài nét về bông sen. Chỉ một vài nét thôi !

1. Càng nắng bông sen càng rục rở, càng nắng bông sen càng ngát hương.
2. Việt Nam có ba miền cùng chung Tổ Quốc, miền Bắc miền Trung thì sen chỉ nở về mùa Hạ, còn miền Nam thì sen nở bốn mùa.

*Nơi nao sen nở bốn mùa*

*Việt Nam - Đổng Tháp nắng mưa trọn tình.*

(Trích thi phẩm Tùng Giọt Ma Ni)

Ngày nay Trung Hoa đã cách mạng thể chế, phong kiến vua quan phong chức và kiến điền, con người ở đây đờc ổn định đúng vị trí, vậy theo ngụ ý của chúng tôi, xin đề nghị giới văn hóa Trung Hoa cũng nên trả lại vị trí cho loài hoa.

Riêng Việt Nam đã ổn định trong lòng người thương thức, nhưng trong giới thi văn nhạc họa và một số vị có trách nhiệm với văn hóa, vẫn còn hơi luyến tiếc những cái gì đã quen, dù cái quen đó nó hoàn toàn vô lý. Ước mong thế hệ mai sau dám can đảm làm những gì hữu lý, nhất là giới đạo học đang tôn thờ chơn lý. Chơn lý là cái gì đúng nguyên vị từ thuở uyên nguyên.

---o0o---

HẾT