

Giáo Lý Nhà Phật

Huỳnh Văn Niệm

---o0o---

Nguồn

<http://www.tuvienlienhoa.net>

Chuyển sang ebook 06-12-2017

Người thực hiện :

Nguyễn Ngọc Thảo - thao.ksd.hng@gmail.com

Nam Thiên - namthien@gmail.com

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

Mục Lục

HỒI HƯỚNG

[01]

GIÁO LÝ

GIÁO-PHÁP TOÀN HẢO (Giới-Định-Tuệ)

TẠI GIA VÀ XUẤT GIA

GIỚI

[02]

ĐỊNH

BƯỚC VÀO THẾ GIỚI THIỀN

RÈN NHÂN CÁCH

DỨT BỎ - ĐƠN GIẢN HÓA CUỘC SỐNG TỰ DO

VUI VỚI ĐẠO

GÀN GỮ BẠN LÀNH

TRÁNH XA TÌNH DỤC VÀ GIỮ TÂM CHÂN THẬT

[03]

HỌC NHIỀU HIỂU RỘNG

TUỆ

HIỂU BIẾT VÀ TƯ DUY CHÂN-CHÁNH

CHÂN-LÝ

PHÁP (*Dhamma hay Dharma*)

---o0o---

HỒI HƯỚNG

Chùa Phật-Bảo chân thành tri ân Quý Phật-Tử xa gần, đã hoan hỷ đánh máy, xếp kinh, ủng hộ tịnh tài giúp cho quyển kinh "**Giáo Lý Nhà Phật**" được ra mắt trong mùa Hạ năm 2540 của Đức Phật *Gotama*.

Nguyện cầu oai lực tối cao của Tam-Bảo, hằng gia hộ cho Quý vị cùng những người Thân-Thương trong Gia-Đình được nhiều hạnh phúc, sức khỏe tốt và vạn sự như ý. Những Thân Nhân đã quá vãng được thọ sanh về cảnh giới Nhân-Thiên.

Với phước báu cao thượng này, cầu xin cho Quý vị trong vòng luân hồi, mỗi kiếp sanh lên gặp ngay Chánh Pháp của Đấng Toàn Tri, hầu tiến tu Đạo nghiệp sớm thành đạt Đạo Quả Niết Bàn Vô Sanh Bất Diệt.

Ban Hoằng-Pháp

Chùa Phật-Bảo

PAGODE BUDDHARATANARAMA

3, Rue Broca

91600 SAVIGNY SUR ORGE

FRANCE

Tel: 01 69 96 49 34

---o0o---

[01]

GIÁO LÝ

"Các con hãy uống đi! Hãy uống đi! Đây là món linh dược để thắm nhuần Chân-lý, để mãi mãi sống an lành.

Với diệu dược này, các con sẽ chiến thắng, nguồn sanh-tử và thoát khỏi biển trầm-luân". (*Milinda Panhā*)

Từ ngàn xưa, nhân-loại đã ý thức nỗi thống khổ của cuộc đời, con người sanh ra chẳng được bao lâu lại phải già phải chết và suốt quá trình sinh-hoạt để duy-trì kiếp sống, lại phải đương đầu với biết bao tai-họa bất thường. Một nhà Hiền triết Ấn-Độ nói rằng: Trong đời sống trăm năm, chẳng mấy ai hưởng được một ngày vui trọn vẹn.

Muốn tìm cách thoát khổ, trên khắp thế-gian đã xuất hiện một số triết-gia lỗi lạc, xây dựng Tôn-giáo với học thuyết hay đường lối tu-tập của mình. Nhưng hầu hết các Giáo-chủ sáng lập Tôn-giáo, đều chịu ảnh-hưởng ít nhiều những truyền thống tập quán cố hữu, thần quyền trong mỗi xứ, nên thường chủ trương các học thuyết siêu hình, trừu tượng, mơ mộng không thực-tế hay thiếu khoa-học. Thấy thấy đều cho rằng nỗi khổ của chúng-sanh từ

ngoài vào, nên cổ võ tín-đồ phải nương nhờ nơi tha lực để cứu rỗi linh hồn sau khi chết. Họ nghĩ tưởng ra nhiều cảnh Thiên-Đàng cực-lạc làm chỗ dung thân vĩnh-cửu cho nhân-loại.

Nhưng Đức-Phật Thích-Ca *Gotama* lại quả quyết rằng niềm đau khổ phát xuất từ bên trong mỗi con người.

Tuy nhiên sự chuyên hóa tư-tưởng của phần đông để trở về với chân-lý là một công trình trọng-đại, đầy dẫy cam-go kham-khổ. Muốn thành-tựu, bậc lãnh đạo tinh thần phải sáng suốt, quả cảm hơn người, phải là bậc xả thân cầu đạo, xả phú cầu bần, giải gió dầm sương, thực hành rất nhiều phương-pháp, mới mong đạt tới trình độ viên mãn cuối cùng.

Nhà học Phật Đức *Georges GRIMM* viết: "Chỉ có Thái-tử Sĩ-Đạt-Ta biết thấu triệt cái trạng thái viên mãn cùng tột đó nên Ngài mới được suy tôn là Phật".

Tại một xứ Ấn-Độ bị chìm đắm lâu đời trong tập quán tín-ngưỡng cổ-hữu về những triết thuyết Phiếm-thần, Nhất-thần, Đa-thần. Đức Thích-Ca là vị Thánh Tổ duy nhất dám san-bằng hệ-thống giai-cấp của Bà-La-Môn giáo, dám phá vỡ quyền năng thần-thoại của đấng tối cao *Brahma*, dám bứng tận gốc rễ tin tưởng dị đoan về các vị Thánh bất khả tri, để sáng lập ra một giáo-ly với đường lối tu-tập khác các Tôn-giáo trên thế-giới, gây ngạc nhiên cho các nhà Bác-học cận đại, khi họ bắt đầu sưu tầm về Phật-Giáo. Càng khảo xét họ càng hăng say, tiếp tục tìm kiếm vì họ đã nhận chân giá trị tuyệt-diệu của Chánh-Pháp. Hiện nay trong mấy nước lớn như: Anh, Pháp, Đức, Mỹ, ..., đều có tổ chức những viện nghiên-cứu Đạo-Phật đang hoạt-động thường xuyên. Tại Ấn-Độ có nhiều triết-gia thuộc Ấn-Độ giáo công nhận tư cách Thánh-nhân cao tột của Đức Thích-Ca, nhưng họ không đủ uy tín, khả-năng chấn-hưng Chánh-giáo vì ảnh-hưởng sâu rộng của khối đông quần chúng còn mền chuộng tha lực thần quyền.

"Nhưng đây là nói về Phật-Giáo cổ truyền, chớ không phải những gì chúng ta thấy hằng ngày trong các đền chùa rải rác khắp miền Đông Á". (*Georges GRIMM*)

Trong những nơi mà đấng Cha Lành bị quên lãng. Kim thân Ngài được sắp sau hàng ngũ các Thần-linh bất-lực và bất-khả tư nghi.

Đức-Phật suốt thông nhiều điều bí-ẩn vũ-trụ nhưng chỉ truyền lại những gì hữu-ích cho đời đạo-đức. Ngài thuyết:

"Này các thầy Tỳ-Khưu! Những Pháp-môn mà Như-lai công bố rất ít, ví như mớ lá *Sisu* trong nắm tay. Còn những điều chẳng tiện nói ra nhiều vô kể như số lá *Sisu* khắp khu rừng".

"Mà tại sao vậy?"

- "Vì các điều đó không lợi ích, không đưa tới thánh-thiện, không đem lại bình-an, không tạo nên kiến-thức cao-siêu, không đưa tới giác-ngộ ... đạt tới Niết-Bàn". (*Samyutta Nikāya*)

Ngày nọ, một Đạo-sĩ than phiền Đức-Phật giữ im-lặng trong một số vấn đề như:

- Thế gian trường cửu hay không bền vững?
- Hữu biên hay vô biên?
- Linh hồn và xác thân là một hay khác nhau?
- Đức Như-Lai tịch diệt rồi sẽ mất hay còn tiếp tục? ...

Đức Thế Tôn đáp:

- "Hỡi này ông bạn! Nếu kẻ nào chỉ bằng lòng thọ-giáo sau khi hiểu rõ vấn đề đó, thì y sẽ chết trước khi được lời giải-đáp thích nghi. Thế-gian vĩnh-cửu hay vô-thường, hữu-biên hay vô-biên, linh-hồn và xác-thân là một hay khác nhau, Đức Như-Lai sau khi tịch diệt rồi sẽ còn tiếp tục hay không, những điều đó chẳng liên quan gì tới tư cách giải-thoát, không hủy-diệt được những thảm họa sanh, già, đau, chết, ... Như-Lai chỉ dạy phải làm thế nào trong kiếp hiện tại để khỏi phải sanh tử triền miên!

Trả lời có hay không về những vấn đề như vậy là vô bổ, là lý-luận, tron-truộc như loài trạch, là đám rừng, là ngõ bí, là lừa đảo, là cạm-bẫy, là bãi sa-mạc... Chỉ gây thêm tranh chấp, khổ đau, thất-vọng. Như-Lai mặc nhiên vì những lẽ đó". (*Majjhimā Nikāya*)

Một kẻ nguy-biến khác muốn biết rõ bản chất vũ-trụ, Ngài dạy qua phía khác đáp: "Người đó không muốn biết những gì mắt thấy, mà chỉ cần biết những gì không thấy được. Người đi xa hơn nữa sẽ mệt nhọc vô-ích, nhưng chẳng thế nào tìm được như sở-nguyện. Người không chịu vớ lấy cái gì ở trước tầm tay, lại mong bắt những cái bóng xa vời chốn không gian, làm cho lòng ham muốn gia-tăng. Chỉ những kẻ nào diệt được dục-vọng mới đáng ngợi khen". (*Jātaka*)

"Tánh hiếu-kỳ, nguy-biến, hay tranh chấp về các vấn-đề tâm-lý, cũng nguy-hiểm không thua gì sự khao-khát khoái-lạc trần-gian. Nếu cái tâm Tham-ái là chướng-ngại của hàng thế-nhân, thì tật hay lý-luận, phê-phán, tranh-tài về đạo-đức, cũng rất tai-hại cho kẻ tu-hành. Cả hai thứ Ái, Dục đó đều là sáng tác của Ma-vương. Nó làm phung-phí công-phu tìm kiếm, biện-bát, cải-vã vô-ích làm mất thì giờ, tạo thêm phiền toái mà thôi. Ma-vương là tên thợ săn

không hề biết mệt. Các đạo-sĩ là những con mồi béo bở, mà nó luôn luôn tìm cách đưa vào chàm-bẫy.

Có một số Tu-sĩ giữ nếp sống khác thường. Nghĩ rằng mình đã thoát khỏi thế-lực của Ma-vương. Nhưng thật ra họ còn nô-lệ cho kiến-thức, cho quan-niệm: Thế-gian là trường-cửu hay biến đổi, xác-thân và linh-hồn là một hay khác nhau, ... Vì đó họ không thoát-ly khỏi mảnh lưới của Ma-vương". (*Majjhimā Nikāya*)

"Chẳng có chi là mật nhiệm trong Chánh-Pháp (Mật-Tông), giáo-lý của Như-Lai truyền lại chiếu sáng giữa ban ngày, chứ không phải bị cất giấu trong bóng tối. Có ba thứ thường mang tính cách che giấu hay bí mật là phụ-nữ, ân-chú của Bà-La-Môn và những đạo-lý giả hiệu.

Có ba thứ rọi sáng lúc ban ngày, hay ban đêm là Mặt trời, Mặt trăng và Giáo-lý của Chư-Phật". (*Mahā Parinibbana Sutta.*)

Phần đông nhân loại không để ý đến sự khổ. Cũng như đám trẻ vui đùa trong nhà lửa, mê-mê các món đồ chơi, mà quên nghĩ đến cái chết sắp đến nơi.

Đấng Từ-Bi Vô-Lượng như Đức-Phật chẳng khác người cha thấy các con khờ dại, quay quần trong đám lửa nên không thể làm ngơ. Ngài cất tiếng gọi và tìm cách đưa chúng ra khỏi chốn nguy nan.

Ngài tin món thuốc cứu đời rất hữu hiệu. Nếu nổi khổ đau do những động cơ bên ngoài tạo tác thì vô phương cứu chữa. Nhưng nó xuất phát từ bên trong con người. Nên Ngài quả quyết đó chẳng phải là chứng bệnh nan y. Người đời khó tránh khổ đau trong kiếp hiện tại, nhưng có đủ khả-năng thoát khỏi cảnh khốn cùng về buổi tương-lai nếu trì chí quyết tâm noi theo đường lối của Đức Như-Lai.

Về tư cách giác tha, Đức-Phật dạy:

"Người bị trời, không thể mở trời cho kẻ khác. Người dui mù không thể dẫn đường cho bất cứ ai. Chỉ có bậc Giác-ngộ mới mong giải-thoát cho người khác. Chỉ có kẻ sáng-suốt mới có thể đưa đường giúp kẻ mù lòa.

Cũng như một đoàn người mù nắm tay nhau tìm lối đi. Người đi trước không thấy, người đi sau cũng không thấy. Chỉ có bậc nhìn thấy thực tại viên-mãn, mới mong xứng-đáng với danh hiệu Sa-Môn, mới là bậc Thiện trí thức. Chớ không phải kẻ chỉ biết lập lại những câu Thánh-ngữ hay công thức lưu truyền đã được phổ biến từ xưa". (*Lalita Vistara*)

---o0o---

GIÁO-PHÁP TOÀN HẢO (Giới-Định-Tuệ)

Đức-Phật thường thuyết:

"Giáo-pháp của Như-Lai toàn-hảo từ đoạn đầu, toàn-hảo ở đoạn giữa và toàn-hảo ở đoạn cuối cùng". (*Dīgha Nikāya*)

Toàn-hảo từ đoạn đầu có nghĩa là khi nghe được Giáo-pháp, người phát tâm chán-ngán thế sự, phát tâm tin-tưởng Đức Như-Lai, rồi đi tìm cuộc sống tinh thần cao thượng.

Toàn-hảo ở đoạn giữa là khi tinh tấn hành đạo. Thân tâm trở nên thơ-thới, người rất thỏa-thích vừa lòng, rồi cố gắng thêm làm cho Pháp-hành càng tấn-triển.

Toàn-hảo ở đoạn cuối cùng là khi thấu đáo thực chất của các "Pháp Hữu-Vi" cấu tạo là ba trạng thái: Vô-thường, Khổ-não, Vô-ngã. Nội tâm trở nên Minh-triết Thánh thiện. Người biết mình đã đi tới mục đích, đã giác ngộ không còn dính mắc trong vòng sanh-tử luân-hồi nữa.

Theo Đại Đức *Buddhagosa* (người đã chú-giải và viết lại bộ chú giải Tam-Tạng lần đầu tiên tại Tích-Lan) cho rằng ba giai đoạn toàn-hảo trên đây, biểu tượng cho đường lối Giới - Định - Tuệ được sắp đặt theo thứ tự. Ngài dựa theo đó viết ra phẩm "Thanh Tịnh Đạo" (*Visuddhimagga*) và giải thích:

- * Giới ngăn ngừa các điều Tội lỗi Xấu xa.
- * Định phá tan Tư-tưởng Ngông-cuồng Làm-lẫn.
- * Tuệ hủy diệt Thành-kiến Si-Mê Ngã-chấp.
- * Giới thanh lọc các điều tai hại của Nghiệp-dữ.
- * Định tẩy trừ những xấu xa của lòng Tham-muốn.
- * Tuệ tận diệt sai lầm do Tà-kiến Tin-tưởng Dị-đoan.
- * Giới đưa người ra khỏi mảnh-lưới của Sắc-trần.
- * Định chế ngự Tâm Vọng-Động, vô hiệu-hóa cái Tâm Ái-Dục.
- * Tuệ Giải Thoát chúng-sanh ra khỏi giòng Sanh-tử Luân-hồi.

Kinh-điển thường ghi lại: Giới năng sanh Định, Định năng sanh Huệ.

Nhưng chúng ta cần nghĩ: Nhờ Tuệ mới có Định, do đó trong Bát-Chánh-Đạo, Chánh-Kiến tượng-trung cho Tuệ, khởi đầu nhờ Định-giới mới được hoàn-toàn trong sạch. Mà tại sao vậy?

Vì người có trí-tuệ hằng ghi nhớ biết mình trong mỗi hành-động, mỗi suy-tư, nên tinh-thần an-tĩnh, vắng lặng.

Cái Tâm an-tĩnh không còn vọng-động là yếu-tố cần-thiết, để thanh-lọc và bảo-trì giới-đức cao-thượng. Người hành-đạo cần phải nhận-thức sự hỗ

tương chặt-chẻ giữa Giới - Định - Tuệ. Mất một trong ba yếu tố đó thì toàn thể hệ thống tinh-thần phải sụp đổ:

* Giới có hai là giới Ngoại Tại và giới Nội Tâm.

* Định có hai là Phàm Định và Thánh Định.

* Tuệ có hai là Phàm Tuệ và Thánh Tuệ.

Nhưng yếu tố căn bản để tu-tập và tấn-hóa là Trí-Tuệ. Vì sự tối-mê che-lấp, nên chúng-sanh thông-thường làm điều-ác dễ hơn làm các việc lành. Do đó trong một kiếp Bồ-tát, Đức-Phật tự-nguyện đừng gàn-gỏi, đừng thân-cận với những người ác.

Giới Ngoại-tại về Thân, Khẩu, đều do ý-chí điều khiển. Nhưng giới chỉ thật sự trong sạch là do cái tâm An-định.

Tâm-Định phát xuất từ sự tu-tập, ghi nhớ và biết mình. Nếu tâm xao-động bất-an, thì giới không thể trong sạch.

Lẽ đó, trong mỗi điều giới cho Phật-tử đều có nhấn-mạnh câu: Tôi xin vâng giữ ... là "Cô ý tránh xa".

Như thế người giữ giới chẳng những gìn-giữ, không cho thân-khẩu làm quấy. Mà cần phải luôn luôn ý-thức hướng-thiện, thì giới mới trong sạch, vững bền (Giới Nội-Tâm).

Nhờ niệm Tưởng biết mình, mà tâm trở nên thanh-tịnh. (Phàm-Định).

Nhờ Trí-tuệ kiểm soát điều khiển thân tâm, con người không quên mình và luôn luôn niệm-tưởng (Phàm-Tuệ).

Trong Bát-Chánh-Đạo, Chánh-Niệm là chi thứ bảy thuộc về Định. Nhưng nếu không có sự hỗ-trợ của Chánh-Kiến và Chánh-Tư-Duy (thuộc về phần Tuệ), thì cũng không thực hành hữu hiệu được.

Nhờ Minh-Sát, mà Thiên-Định được thọ-trì và hành-giả tỉnh thức về trạng thái nội-tâm.

Đức-Phật dạy dù là Niệm-Thân (Sắc-Pháp), hành-giả cũng cần phải quán-xét bản-chất Vô-Thường, Vô-Ngã của Tứ đại: Đất, Nước, Gió, Lửa. Nếu niệm mà không tưởng, không quán về thực tánh của sự vật. Thì chẳng khác gì phương-pháp tập trung tư-tưởng trong một thời-gian mà thôi.

Những bậc Hiền triết, thường xuyên sống, kiểm-soát những gì đang xảy ra, chỉ biết hiện tại. Không ân-hận quá khứ, không vô-tưởng hay vọng móng tương-lai.

Các Ngài thân-nhiên, vắng lặng, không còn phân-biệt: lành, dữ, tốt, xấu, phải, quấy, lớn, nhỏ. Vì biết trên đời huyền-ảo và bất-thường này, chẳng có

chi là tuyệt đối. Không có vật gì hoàn toàn tốt hay hoàn toàn xấu. Không có việc gì hoàn toàn phải hay hoàn toàn quấy,... Các Ngài không còn ngã chấp, chẳng quý trọng mình hơn ai khác. Vì cho rằng tất cả đều vô thường. Nên tâm tư bình thản thanh-tịnh.

Các Ngài chỉ còn đem sức còn lại của kiếp sống, thuyết-giảng những gì mà Ngài đã trực nhận được, những phương-pháp, kinh-nghiệm mà Ngài đã trải qua, để cho chúng-sanh cùng được hưởng hương-vị của sự giải-thoát. Cái an-vui tự tại không còn bị trói buộc trong tài, sắc, danh, lợi.

Đó là hạnh phúc trường-cửu, đúng theo tinh thần Phật-Giáo, khác hơn hạnh-phúc trá hình của Thế-gian chỉ là sự thỏa-mãn dục vọng từng giai-đoạn mà thôi.

---oOo---

TẠI GIA VÀ XUẤT GIA

Tuy nhiên phương-thức trau-dồi giới-đức để đắc-quả Thánh-nhân trong Phật-Giáo không dành riêng cho bất cứ giai-cấp nào. Người tại gia cư-sĩ nhiệt tâm hành-đạo cũng có thể bước lên hàng Thánh-vực như hàng xuất gia.

Đức-Phật thuyết:

"Nhu-Lai nói rằng Trục-giác và Giới-đức siêu-việt có thể phát-sanh đến người Phật-tử tại gia, cũng như thầy Tỳ-Khuru xa lìa thế-tục. Nếu cả hai thực-hành đúng theo Giáo-pháp".

"Bất cứ người xuất-gia hay kẻ tại gia nào, vượt qua khỏi các chướng-ngại tiến tới trình-độ cao cả tuyệt-vời, đều được gia-nhập hàng ngũ Thánh-nhân, an-vui tuyệt đối". (*Samyutta Nikāya*)

Đức-Phật thường ngợi khen và khuyến-khích tư-cách xuất-gia. Vì người đã rời bỏ gia-đình, nhà cửa, sống độc thân, không còn dính mắc với thế sự, được ở trong hoàn cảnh thuận-lợi nên dễ tu-tập.

Người xuất-gia rất tự do, ít bận rộn, sinh-hoạt giản-dị, khỏi lo việc đời, không bàn thế sự. Ngoài việc tham thiền quán-tưởng, thông-thả như loài chim, chỉ mang gánh nặng là cái đuôi và cặp cánh.

Đức-Phật thuyết cho vua A-Xà-thế nghe:

"Này Đại-vương, tư-cách xuất-gia tu theo Phật-Giáo, mang lại rất nhiều lợi lộc. Người đời dầu ở trong giai-cấp thấp hèn (Chiên-Đà-La), khi gia-nhập vào Tăng-hội cũng được ngang hàng với các Tỳ-Khuru khác là những vị giòng Vua chúa hay Bà-La-Môn xuất-gia. Họ đều được tín thí dâng cúng bốn món vật dụng: chỗ ở, thuốc men, y bát và vật thực".

"Còn người đời dù có quyền-tước giàu-sang, danh-vọng thế mấy, nhưng vẫn còn quyền-luyện gia-đình, của cải, thì cũng luôn luôn bận-rộn lo âu, phải làm tròn bổn-phận công dân, phải sưu cao thuế nặng và gánh chịu biết bao chuyện trái ngang khôn-quản. Nhưng khi người vào tu rồi, thì cũng được khắp hàng công khanh Vua chúa sùng bái nể-nang". (*Dīgha Nikāya*)

---o0o---

GIỚI

"Bất cứ là lên không gian cao vọi-vọi, dưới hồ thẳm đại-dương, hoặc chốn hang cùng ngõ tận, trong khắp thế-gian này chẳng một nơi nào có thể che chở con người đã gây ra nghiệp dữ". (*Dhammapada*)

Kinh-điển có ghi lại một cổ chuyện sau đây:

Ngày nọ, nơi địa ngục mấy tên quỷ-sứ dẫn đến trước Diêm-vương, một tội phạm bị can vì ngộ-nghịch với cha mẹ phỉ-báng các bậc tu-hành và Sa-Môn cao quý khi nó còn sống tại trần gian.

Diêm-chúa phán hỏi:

"Này tên kia, vậy lúc còn ở trần gian, người có tiếp kiến sứ-giả thứ nhất của Trảm không?"

"Tôi không gặp sứ-giả nào cả".

"Sao thế! Vậy chớ chẳng khi nào người thấy một lão già gầy cỗi, lưng cong như cây đà trên mái nhà, run-rẩy chống gậy bước đi xiêu-veo đó sao?"

"Tâu Đại-vương, chuyện đó thì tôi có thấy hằng ngày".

"Vậy lúc đó người có nghĩ: Thế nào ta cũng sẽ già. Vậy ta phải rán làm lành lánh dữ, rán kiểm-soát hành-vi tư-tướng theo lẽ chánh không?"

"Tôi sơ ý chẳng nghĩ tới điều đó".

"Vậy thì đáng tội rồi! Người sẽ bị trừng phạt vì tội dễ-duôi cầu-thả".

Diêm-chúa tiếp-tục lấy khẩu-cung, hỏi can-phạm có gặp Sứ giả thứ nhì là một bệnh nhân đau ốm tật nguyên, sứ giả thứ ba là một tử-thi sinh thối, bị giòi đục khoét và mỗi lần nó đều có thấy nhưng không để ý tới.

Diêm-vương nổi nóng quát to:

"Bọn quỷ sứ đâu? Các người đem tên này đi trừng trị cho đích đáng, vì tật dễ-duôi cầu-thả của nó".

"Giới-Đức rất liên-hệ với vấn-đề Nghiệp-Quả.

Từ thiên-cổ, người Ấn-Độ đã biết ý thức không một hành-vi lớn nhỏ, tốt xấu nào mà không tác-động tới kiếp sau. Mỗi việc làm đều có hậu-quả của nó. Đó là luật quả báo. Hễ có vay thì phải trả. Gieo cái gì thì gặt cái đó. Gieo gió thì gặp bão. Ấy chính là nghiệp (*Kamma*)".

Có một số Tôn-giáo không đề-cập đến cái nghiệp, nhưng họ rất tin-tưởng nơi số mệnh. Vì cho rằng có một đấng Hóa-Công tối-thượng tạo ra vạn-vật và đã sắp sẵn, an bài số phận không sao biến cải được. Theo họ con người thuộc hạng tội-lỗi, đê-hèn, yếu-ớt, trời sanh ra sao phải chịu vậy. Tùy theo định-mệnh. Như vậy muốn được cứu rỗi, tín-đồ cần phải khẩn-cầu ân-huệ và sự che-chở của Đấng Thiêng Liêng. Ai không sùng kính đấng Tạo-hoá Vô-cùng sẽ bị đọa vào địa-ngục chẳng có ngày ra.

Những người theo Bà-La-Môn giáo hoặc Kỳ-Na giáo (*Jainisme*) ý niệm về nghiệp báo không được tế-nhi, tinh-vi như Đạo-Phật, vì họ chú trọng khía cạnh vật-chất hơn tinh-thần.

Thuở Đức-Phật còn tại thế, Vị Giáo-chủ Kỳ-Na là *Nigantha Nataputta* có lần phái người đệ-tử giỏi nhất là *Upali* đến tranh-biện với Đức-Phật cái nghiệp. Ông ta cho rằng chỉ có nghiệp Thân là quan trọng nhất vì bất cứ hành-vi tạo tác nào đều do thân gây ra chứ không phải ý.

Đức-Phật lại chủ-trương rằng, cái nghiệp dữ tự nó không tai hại bao nhiêu, nhưng nguy khốn nhất là nó làm hoen ố cái tâm, khiến con người trở nên mê mờ, không biết chánh-tà phải quấy, tiếp-tục làm ác. Nguy hại nhất là người làm ác mà không biết ác, chính-nghiệp bất-thiện đó đưa người sa đọa trong nhiều đời, nhiều kiếp. Trái lại nghiệp lành gội rửa tâm, làm cho con người trở nên cao thượng, biết tích đức, tu nhân, làm lành, lánh dữ để có ngày thoát khỏi vòng sanh-tử khổ đau.

Ngài cho rằng chính ý chí là chúa-tể, tác-động tất-cả hành-vi tư-tưởng con người.

Ý không sai khiến thì con người cũng chẳng làm gì được và hành-vi thiện-ác cũng chẳng thành-tựu được.

Lòng ham muốn và tánh hay quên mình là nguyên-nhân tạo tác vô số nghiệp dữ. Mê đắm sắc trần cũng làm cho con người tối tăm, không nghĩ tới hậu-quả của điều quấy.

Đức-Phật có thuyết về cái nghiệp:

"Thật ra, vì Vô-minh, Ái-dục, chúng-sanh đi tìm các thú mới, hết nơi này đến nơi khác, nên phải tái-sanh trong nhiều kiếp mới". (*Majjhimā Nikāya* - 43)

"Cái nghiệp phát sanh do: Tham-lam, Sân-hận, Si-mê. Các nghiệp xấu hiện từ đó và đó là nguồn-gốc của khổ đau.

Bất cứ chúng-sanh xuất-hiện tại đâu, cái nghiệp sẽ chín mùi tại đó. Nơi nào nghiệp chín mùi, thì chúng-sanh gặt hái quả báo, hoặc trong kiếp này, hoặc những kiếp về sau". (*Anguttara Nikāya*)

Luật nhân-quả tuy khắc-khe với ác-nghiệp nhưng theo Phật-Giáo nó có thể cải biến tùy theo trường hợp và hoàn cảnh. Vì vấn đề trả quả không phải nhất định, độc đoán, mà được trả dài hạn trong nhiều kiếp khi nhân-duyên tựu đủ yếu-tố để nghiệp cho quả. Do đó nghiệp tốt có, xấu có, không biết cái nào đến trước, cái nào đến sau. Mà người thế-gian ngoài các Bậc giác-ngộ, chẳng ai là toàn thiện hay toàn ác. Người thức thời chánh kiến, có thể ăn năn hối cải những điều xấu đã qua rồi, rán thi-ân, bố-đức, tu-hành để nhập Thánh-Lưu, thì con chó sanh tàn-bạo (là Nghiệp) không sao đuổi kịp.

Hơn nữa cái nghiệp ví như hạt giống được gieo xuống đất. Nó phải đợi có đủ điều-kiện thuận-tiện như: sự xới đất làm cỏ, phân bón, mưa thuận, gió hòa, thì mới mong nảy mầm, đơm bông trở trái. Nếu hạt rơi nhằm đất đá khô cằn, thiếu nước, thì không sao mọc lên được.

Đức-Phật thuyết:

"Tuy nhiên khi màn Vô-minh bị vệt trí-tuệ siêu-nhân bùng sáng, phá vỡ tâm Tham-dục, thì trường hợp tái sanh không còn xảy ra nữa". (*Majjhima Nikāya*)

Về những hành động không tạo nghiệp Ngài thuyết:

"Những hành-vi không do lòng Tham-lam, Sân-hận, Si-mê thúc-đẩy không thể tạo nghiệp. Vì những hành động như vậy ví như cây thốt nốt bị nhổ tận rễ lên khỏi đất, thì không còn mọc lại được nữa". (*Anguttara Nikāya - 33*)

Phật-giáo là Đạo Vô-vi siêu-thoát, những sự thi-ân bố-thí lớn lao, không được quan-trọng hóa như trong các Tôn-giáo khác. Người có của dư ăn dư để trước nhất cần có tâm quảng-đại biết thương chúng-sanh, giúp đỡ kẻ khốn cùng bảo bọc những bậc tu-hành giới-đức, vun bồi Tam-Bảo, cố dứt bòn-xén tham-lam quá mức, tạo duyên lành để bước lên cao. Nhưng đến một giai-đoạn nào đó người Phật-tử cần phải cố-gắng thêm trong lãnh vực tinh-thần, trau-dồi giới đức, rèn-luyện nội tâm, thì mới mong thành đạt trực giác sắc bén, cắt đứt phiền-não khỏi sanh, khỏi tử, khỏi mê lương tang tóc.

Lẽ đó các Bậc hiền triết không thích hưởng phước-báu thế-gian, dù nó cao quý thế mấy đi nữa, trong khi các Ngài chưa chấm dứt được nguồn sanh-tử. Trong một tiền kiếp sanh làm Thái-tử, Đức Bồ-tát sợ làm vua đến nỗi phải

giả câm, giả điếc. Vì con người lúc được hưởng nhiều tiền tài danh-lợi, thường hay quên mình, trở nên ngã-mạn độc-ác, dùng quyền thế gây ra nhiều nghiệp dữ rồi bị sa-đọa nữa.

"Giới-đức thanh-cao thường ẩn sâu tận đáy lòng, chứ không biểu lộ ra ngoài. Kẻ hạ-tiện vẫn luôn luôn hạ-tiện, dù bắt chước giữ phong độ oai nghi như Đức vua Ba-Tur-Nặc, cũng không thể lừa dối được chính mình.

Cần chuyển hoá tinh-thần để trở nên người Phật-tử thuần thành, chớ không phải uốn nắn thể xác theo truyền thống hay lễ giáo bên ngoài". (*Dīgha Nikāya*)

"Kẻ làm lành tự làm cho mình an-vui trong sạch. Người hung dữ tự làm cho mình đau khổ nhơ-nhớp. Cao thượng hay thấp-hèn đều tùy theo hành-động của mỗi cá nhân. Kẻ này không thể làm cho kẻ khác được trong sạch thanh cao hay trở nên đê-tiện". (*Dhammapada*)

"Thú vui sắc-trần làm cho con người hóa ra đồi bại. Đó là thú vui của người si-mê, thú vui tạm-bợ. Nó là kẻ nghịch nguy hiểm của Đạo-đức. Nó là khí-giói của Ma-vương là vật trang trí cho thế-gian dục-lạc". (*Majjhima Nikāya III - 233*)

"Thầy Tỳ-Khưu ưa sắc trần nào, quyền-luyện ôm ấp nó là mắc phải lưỡi câu của Ma-vương. Người phải khốn đốn bản cùng và trở thành món đồ chơi trong tay Ma-vương". (*Majjhima Nikāya IX - 159*)

"Nữ thân ái-tình dục-lạc cũng nguy-hiểm không thua gì Ma-vương. Nó dấu trong đóa hoa thơm những mũi tên nhọn có tẩm thuốc độc". (*Dhammapada*)

Người xuất-gia chân-chánh phải năng quán-tưởng:

"Đức Chánh-Biến-Tri là bậc Đại-Giác. Ngài lưu lại một Giáo-Pháp đưa tới giác-ngộ. Là bậc Đại Thanh-tịnh, Ngài chỉ rõ phương-thức để trở nên vắng lặng. Ngài là bóng mát, dạy cách làm cho thân tâm mát mẻ. Là bậc đã xa lìa thế sự, Ngài truyền lại phương-pháp thoát khỏi thế-gian. Là bậc đã dập tắt, Ngài dạy các đệ-tử phải cố-gắng dập tắt lòng tham dục". (*Majjhima Nikāya*)

---o0o---

[02]

ĐỊNH

Con bướm bay lượn trên các thứ hoa, lựa hoa nào hương thơm ngát, đáp xuống say sưa hút nhụy.

Người mộ đạo phải biết ý thức đâu là Chánh-giáo để thưởng thức mùi hương Vi diệu.

Một nhóm Đạo lữ thể *Nigantha* (Kì-Na-Giáo), cho rằng Đức-Phật không hạnh-phúc bằng Quốc-vương *Bimbisāra* (Bình-Sa-Vương) xứ Magadha (Ma-Kiệt-Đà), vì Ngài sống thiếu thốn về mọi mặt. Trong khi nhà vua có nhiều thế lực và thụ hưởng đầy đủ tiện-nghi vật-chất.

Đức Thế Tôn hỏi lại:

"Này các ông bạn, vậy các ông nghĩ sao? Vua *Bimbisāra*, xứ *Magadha* (Ma Kiệt Đà) có thể nào ngồi yên không cử động nói năng, không ăn uống trong thời-gian một ngày một đêm, mà vẫn hạnh-phúc chăng?"

-"Không sao thế được".

"Còn Như-Lai, thì có thể ngồi yên không cử-động nói năng, không ăn uống chẳng những trong một một ngày một đêm, mà cho đến hai, ba, bốn, năm, sáu, bảy ngày bảy đêm mà vẫn an vui tự tại. Vậy giữa Vua *Bimbisāra* và Như-Lai, ai hạnh-phúc nhiều hơn?"

-"Bạch Thầy *Gotama* đáng kính, nếu vậy thì Ngài có hạnh-phúc nhiều hơn Vua *Bimbisāra* xứ *Magadha* (Ma-Kiệt-Đà) rồi!" (*Majjhima Nikāya* - 14)

Đức-Phật kể câu chuyện trên đây để chứng-minh rằng hạnh-phúc cao-thượng, chỉ tìm được trong Chánh-Định. Vì cái tâm yên-tĩnh, vắng lặng, hằng đem lại mùi vị tuyệt vời của Đạo, khác hơn hạnh-phúc tương đối thế-gian chỉ là bề trái của các niềm thống khổ.

Nào ai có thể quả quyết rằng mình sống hạnh-phúc, trong khi chưa diệt được tham-họa: sanh, già, đau, chết! Khi còn phải gánh vô số nghiệp quả trái ngang, khi còn bị dục-vọng xô đẩy mình vào vòng tội-lỗi trong sinh-hoạt hằng ngày để bảo toàn mạng sống? Của cải, tiền tài, sự nghiệp, danh vọng, hay cả đến vợ con đôi khi cũng chỉ là tạm bợ.

Có khi ngủ một giấc đến sáng, tất cả đều không còn, khi nhắm mắt lia đời cũng chẳng đem theo được gì. Tay trắng lại hoàn toàn tay trắng. Bởi vậy Đức-Phật ví những thứ đó là bọt nước, là chóp trên không là mây trời giả hợp.

Đức-Phật thuyết:

"Này hỡi các thầy Tỳ-Khưu! Người đời có thể thỏa-mãn về vật-chất, no cơm ấm áo, thân hình khỏe-mạnh trong một năm, hai năm..., cả trăm năm hoặc lâu hơn nữa nhưng chẳng ai tránh khỏi chứng bệnh tinh-thần trong giây lát, ngoại trừ những bậc đã bứng tận gốc rễ những điều ô nhiễm bên trong, đã

loại trừ tất cả phiền não từ ngoại cảnh đưa vào... Những bậc đã thoát ly trần-tục (A-La-Hán)". (*Anguttara Nikāya*)

Đây là hạnh phúc trường-cửu vững-bền của Phật-Giáo. Một thứ hạnh-phúc thành đạt nhờ tâm từ-bi hỷ-xã, trong đó không có sợ hãi, xung chướng, dị biệt, tham lam, thù hận... mà chỉ có tình thương rộng lớn phủ trùm lên vạn-vật. Các Bậc hiền triết đã thấu-triệt cái Chân-lý tuyệt đối cho rằng thế-gian là bào ảnh, huyền hóa, thay đổi triền-miên, gây ra vô số khổ đau so với vài hạnh-phúc mỏng-manh ngắn ngủi.

Mỗi Tôn-giáo trên thế-giới đều có những phương-pháp tu-thiền riêng rẽ của mình. Nhiều nhóm tà-đạo cũng sánh sỏi trong thiền-định. Nhưng thiền-định có phàm có thánh, có chánh có tà, nên chỉ người hành-đạo sáng-suốt, phải tự mình trải nghiệm hoặc nhờ những bậc Tôn-Sư có nhiều kinh-nhiệm thực-hành chỉ dẫn mới mong thoát khỏi lầm đường lạc lối, lắm khi phải điên loạn tối mê, gia tăng sân-hận, tham lam.

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Cũng như người kia tìm bắt rắn độc. Nhưng khi gặp được con vật, người ấy lấy tay chụp nhằm khúc giữa hay khúc đuôi. Con rắn quay đầu lại mổ vào tay, làm cho người phải bỏ mạng.

Này các thầy Tỳ-Khuru mà tại sao vậy? Vì người bắt rắn không nắm con vật đúng cách". (*Majjhima Nikāya*)

Lẽ đó, hành giả cần phải thận trọng, vì khi người bám dính, cố chấp một thứ định tâm bất chính nào rồi thì sau khi chết, sẽ bị lọt vào cảnh giới khổ đau tà kiến, khó bề trở lại con đường chánh đáng.

Đức-Phật dạy rằng sự khổ xuất phát những điều ô nhiễm tiềm tàng (*āsava*) và những phiền não (*Kilesa*), do si mê, ái dục đưa vào thiêu đốt thường xuyên tâm não, không cho con người thanh thoi an nghỉ dù là trong khoảnh khắc.

Muốn khảo cứu chính xác khoa Thiền Định, trước nhất cần hiểu danh từ *Bhāvanā* trong phạm ngữ Pāli là thế nào?

Bhāvanā có nghĩa là gieo trồng, phát triển, khai sáng, củng cố, để thanh lọc nội tâm cho sáng lạn, sắc bén, hầu soi thấu vực sâu của các điều ô nhiễm bên trong và chặt đứt tất cả phiền não do bên ngoài tác động.

Như thế, mục đích hành thiền của Phật-Giáo là hủy-diệt si, mê, ái dục và chỉ khi nào người Giới-tử ý thức mình đỡ khổ trong các nghịch cảnh, tinh thần an vui thơi thới, bớt tham lam, sân-hận, thấu rõ tội-lỗi của sắc-trần, biết sống trong hiện tại, chừng đó mới nhận thức được mức công hiệu của Chánh-Pháp là thế nào?

Trong cuộc đời khốn-khổ dồn dập hiện nay, số người muốn khám phá thế giới tâm linh thật nhiều vô kể. Các đường lối tu thiền khác nhau được chủ trương, số Thiên-sư cũng gia tăng. Kẻ mong thoát khổ như bệnh nhân hồi-hấp, gặp được ông lang nào cũng để hết niềm tin, hy vọng được người cứu mạng, nên lăm lăm phó thác mình cho bàng môn tả đạo, cho những Thiên sư giỏi về lý thuyết hơn thực hành, để rơi sâu thêm xuống hầm tà kiến.

Đức-Phật là bậc Thiên-Nhân Sư đã dọn sẵn món ăn tinh thần vô giá là Pháp môn "Tứ Niệm Xứ" dạy hành giả cố gắng quan-sát chính bản thân, để tìm ra Chân-lý và hãy luôn luôn "Sống trong hiện tại"

Trả lời câu hỏi của một người tại gia Đức-Phật thuyết:

"Các thầy Tỳ-Khưu con của Như-Lai sinh-hoạt giản-dị, chỉ ăn mỗi ngày một bữa, nhưng vẫn thanh-thản, an-nhàn, vô tư lự, vì các vị ấy biết sống trong hiện tại không hối tiếc quá khứ, không nghĩ đến vị lai, không bận tâm vì thế sự.

Trái lại kẻ nào mãi suy tư về dĩ vãng, ước vọng đến tương lai, kẻ ấy phải ôm o tiêu tụy, âu sầu như đám cỏ lau bị chặt bỏ phơi ngoài nắng". (*Samyutta Nikāya*)

Người không tu Thiền Định hằng ngày ít nhớ tới hành vi, ý tứ của mình, mà thường để tư-tưởng tự-do quay về quá khứ hay chạy theo những ảo-vọng vị lai và không chịu sống trong hiện tại.

Đang làm việc này, tâm trí họ lại bâng quơ về những chuyện đầu đầu, hoặc đã qua rồi, hoặc sắp xảy ra, nên việc làm sơ sót thất bại, rồi đâm ra sầu muộn.

Tứ-Niệm-Xứ là Pháp môn sống trong hiện tại, gồm cả ba giai đoạn toàn hảo Giới - Định - Tuệ của Đức-Phật, là đường lối chính đáng nhất để đưa tới mục đích cuối cùng, như nhà học Phật *Georges GRIMM* đã nhận định.

---o0o---

BƯỚC VÀO THẾ GIỚI THIỀN

Một Thiên-sư Ấn-Độ nói rằng: phần đông tu sĩ ví như kẻ bẻ cây củi gãy làm hai. Một khúc đem về đốt lửa nấu món ăn. Khúc kia lại dành để đuổi chó, đuổi mèo. Người để một phần tâm-trí nghĩ về đạo-đức, phần khác thì lo lắng những chuyện thế gian.

Họ lại ước mơ đắc quả Thánh-Nhân trong vài ngày hay vài tháng vì quá tin nơi câu "Tu Nhất Kiếp, Ngộ Nhất Thời" Pháp môn Đốn giáo của Lục Tổ-Huệ-Năng, hay gián tiếp là của Đạt-Ma Tổ-Sư mà quên rằng chính Đức-Phật Thích-Ca *Gotama* đã phải trải qua một thời-gian tu tập dài vô tận mới đạt

thành Chánh-Quả (Chánh-Đẳng Chánh-Giác). Ngài phải mất 4 A Tăng Kỳ và 100 ngàn Đại kiếp, tu 4 lần mau hơn Đức-Phật Di Lạc (16 A Tăng Kỳ và 100 ngàn Đại kiếp). Còn muốn được nhập lưu tức đắc quả Tu-Đà-Hườn cũng phải tạo đủ mười Pháp Ba-La-Mật chứ không phải dễ dàng như chúng ta lầm tưởng.

Hơn nữa phần đông người tu Thiền không được kết quả theo sở nguyện, vì thiếu chuẩn bị phước Huệ. Cũng như người làm vườn không thể được mùa nếu không làm đất, làm cỏ, vun phân tưới nước, thì hột giống làm sao đâm chồi, đâm bông trở trái.

Đã có rất nhiều kinh sách nói về Thiền *Samatha* (Tịnh Tâm) và *Vipassanā* (Thiền Minh Sát).

Nơi đây chỉ đề cập một cách sơ lược những gì cần phải chuẩn bị chu đáo trước khi bắt tay vào Thiền định và cũng là yếu tố tối cần để tiến hoá.

Luận đề "Bước vào thế-giới Thiền" được kết hợp một phần rút từ bài thuyết của Thiền Sư *Yatiswarananda* tại Đức vào năm 1933 và phần lớn là những chi tiết các Phật-Ngôn trong Tam-Tạng Pāli, để cống hiến thêm nhiều tài liệu hữu ích cho những người bắt đầu thực hành Thiền Định.

---o0o---

RÈN NHÂN CÁCH

Người không hoài bảo về đạo đức khi ở ngoài đời, dù có rời bỏ gia đình, rút sâu vào rừng vắng cũng chẳng lợi ích gì. Thảm họa của Thế nhân là phần đông tự cho mình thông minh, học rộng, cao kiến, hiểu biết tất cả, học hay nói giỏi. Nhưng chẳng khác chi loài quạ bay cao thét lớn, nhưng đôi mắt lại chăm chú tìm những xác chết trong đồng rác thối tha. Người đời hiu hiu tự đắc về sức khoẻ tiền bạc của mình nên hằng đắm say trong dục lạc, cho rằng còn sống lâu nên chẳng vội gì tu tập.

Nhưng thời gian rất nguy hiểm. Kéo dài cuộc sống thị dục chỉ làm cho những nét hư tật xấu gia tăng. Các bậc Hiền triết thường dạy rằng đạo thoát khổ không lần lựa ngày giờ, không hẹn mai hay một, mà phải cấp tốc thực hành.

Vua *Milinda* chiêm biếm Đại Đức Na Tiên khuyên người giữ giới để tránh gây ra nghiệp dữ:

"Bạch Đại-Đức, tại sao Phật-giáo lại dạy các tín-đồ cần phải cẩn-thận giữ mình trước khi xảy ra điều ác? Như vậy phải chăng các Ngài muốn vẽ vờ ra cho có chuyện?"

Đức Na Tiên hỏi lại:

"Tâu Đại-Vương, còn tại sao Đại-Vương lại cho đào hào, đắp lũy trước khi giặc đến bên thành? Tại sao Ngài ra lệnh cho dân quê đào giếng trước khi hạn hán?"

Tư cách trong sạch thanh cao, dũng tâm bền chí là điều kiện tiên quyết cho người, muốn bước chân vào đạo. Kẻ ích-kỷ, cống cao chẳng mong gì tiến hóa và ân-huệ thiêng liêng chỉ được ban bố đến những ai lòng dạ chân thật nhiệt thành.

Trạng thái giác ngộ không phải là một triết thuyết có thể giải thích bằng danh từ hay ngôn ngữ, mà là trình độ viên mãn cần phải đạt thành bằng công phu kiên nhẫn trong nhiều đời nhiều kiếp. Muốn trở thành bậc Siêu-nhân, cần gội rửa thân tâm đúng theo nhân cách. Hoa thơm trái ngọt không thể sản-xuất từ vùng đất cằn cỗi, đá sỏi đầy cỏ dại.

Công phu thiền định nhọc nhằn liên tục là phương thức để cải hóa con người từ hạ tiện trở thành cao cả, đưa lần tới khả năng thấu triệt vấn đề nhân-loại khổ đau. Chúng ta phải chọn giữa hai con đường đưa về cõi sống và cõi chết. Không thể chú tâm cùng một lúc về thế sự và con đường thánh thiện. Như vậy chẳng khác nào người đứng hai chân trên hai chiếc thuyền bị giòng nước cuốn đi và phải sẩy chân chìm xuống đáy.

Muốn sống trong đạo đức, ta phải thường xuyên kiểm soát vận hành của tư-tưởng và các phản ứng do ngoại cảnh đưa vào. Mỗi con người sanh trên cõi thế, khi chưa liễu đạo đều mang theo các chủng tử tai hại: Tham lam, Sân hận, Si mê. Có người Tham nhiều, Sân ít hoặc tối Mê sân-hận mà không Tham cũng có. Nhưng ít ai để ý đến bản tánh của mình và lăm lăm lại tìm cách bào chữa cho tật xấu, nói cần phải làm vậy để tranh đấu với đời, vì mình con đang sống giữa giòng đời, khôn mới sống, dại thì chết.

Khi tâm trí còn mơ mộng, còn bị lớp sương mù che phủ, thì đạo giải thoát hãy còn xa. Quan sát kỹ cái tâm, cho thấy chúng ta không có lý-tưởng nhất-định. Tất cả đều mờ mịt, xung chướng, khắc-khe. Những trạng thái đó theo nhau vây hãm phỉnh gạt, khuấy rối, cản ngăn bước tiến cho rằng hạnh phúc tinh thần không quan trọng bằng thú vui trần tục. Lẽ đó hành giả phải có nhiều nghị lực nhẫn nại tập trung ý chí vào hoài bảo của mình, quyết tâm đi tới mục đích cuối cùng. Cũng như Đức-Phật thường ví hành giả trong Phật giáo như anh chiến sĩ ngoài mặt trận thì mới mong thắng nổi trận giặc lòng. Chỉ có sự kiên chí thực hành thì mới tìm ra lối giải thoát.

Từ thiên vạn cổ, nhân loại không ngớt tìm kiếm cái trạng thái viên mãn tốt cùng, bằng cách thu thập nhiều kinh nghiệm, ký ức, kiến thức, cố suốt thông nhiều học thuyết siêu hình, nhiều luận đề hấp dẫn, nhưng cũng không sao thoát khỏi thế gian. Đức-Phật nói cần khôn vũ trụ có thể vượt bằng thần

thông. Nhưng khó lòng thoát khỏi cái thế giới nhỏ hẹp là thân xác con người, là sanh tử, khổ đau, trừ phi chuyển hóa được tư-tưởng để tách rời bản ngã với tứ đại giả hiệp, phá sập cái nhà Ngũ-uẩn không trường tồn này.

---o0o---

DỨT BỎ - ĐƠN GIẢN HÓA CUỘC SỐNG TỰ DO

Đức Vua *Bhadhya* tham Thiền dưới cội cây phát tâm thỏa thích hô to:

"Hạnh phúc thay! Hạnh phúc thay! Khi ngự tại hoàng-cung, có cung lính hầu hạ, tường thành kiên cố, nhưng ta nào đâu yên giấc. Hiện nay ta chẳng còn lo sợ gì cho bản thân và cuộc sống. Bất cứ ở nơi nào ta cũng được tự do yên ổn." (*Majjhima Nikāya*)

Ông Hoàng *Mahānāma* đến than phiền với Đức-Phật, nói mình chưa diệt được phiền-não, Ngài đáp:

"Này *Mahānāma*, đó là do ngươi chưa chịu dứt bỏ nếp sống xấu xa hư hỏng trong gia đình. Vì ở nhà ngươi mới tự do tham muốn, đòi chi được nấy. Còn rời khỏi gia đình ắt ngươi không được ăn no nê theo sở thích." (*Majjhima Nikāya*)

Ngày nào chúng ta không chịu từ bỏ nếp sống thường tình, vẫn còn tham lam, ích-kỷ thì không thể đạt được Chân-lý một cách dễ dàng. Người đạo hạnh cần dứt tâm luyến-ái vật chất nhỏ nhen để cảm thông với tất cả chúng-sanh. Ngoài tâm từ ái không thể tìm được cuộc sống tinh thần siêu thoát. Chỉ có tư cách vô tư, bình thản mới có thể đưa người lên đỉnh cao tột của tình thương với lối nhìn đứng theo thực tại.

Người hành thiền cần phải giữ gìn thể xác khoẻ-mạnh để nâng đỡ đời sống tâm linh. Nhưng phải ăn uống có điều độ, tránh các món kích thích khó tiêu hoá. Không nên ăn quá no, không nên quá chịu xác thân, luyến ái sắc trần thường phát sanh mạnh với người bệnh hoạn, làm trở ngại công phu hành đạo. Lễ độ cần giữ cơ thể luôn luôn tráng kiện.

Vậy trước khi bước vào giai đoạn thực hành, ta cần thanh lọc thân tâm, giản dị nếp sống, loại trừ các điều quá dính mắc về xác thân trước.

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Khi thừa vải bị hoen ố rồi, người thợ nhuộm đem nhúng vào nước xanh, nước đỏ, nước vàng hay nước tím, nó cũng không ăn màu tươi thắm đẹp đẽ bao giờ.

Mà tại sao vậy?

- Vì thừa vải không sạch sẽ.

Cũng như thế ấy khi tâm tư ô trược, thì cũng chẳng đạt được Chân-lý cao siêu, đạt được Trí-Huệ để đi đến sự hoàn toàn Giác-Ngộ".

Người thiếu nhân cách, tâm trí chứa đầy tham vọng, còn say mê theo Sắc Dục, thì không thể tu Thiền Định được.

"Giới-tử ví như thớt voi rừng, bị người thợ săn bắt đem về giao cho tên nài khiển tập. Lâu năm chày thảng nó quên hẳn tánh dã man nơi rừng rú trở nên dễ dạy và được Đức-Vua trọng dụng thế nào! Cũng như thế ấy, thầy Tỳ-Khưu buộc chặt mình vào bốn cây trụ niệm tưởng của Pháp môn Tứ-Niệm-Xứ, vất bỏ các tật xấu xa của người Thê-tục, thoát ly ra khỏi dục vọng trần gian, không còn buông lung ngoan cố, trở nên khả ái dịu hiền, an vui vắng lặng trong đạo quả Niết-Bàn". (*Majjhima Nikāya III - 243*)

Muốn sáng tạo trong lãnh vực tâm linh, điều cốt yếu là con người phải làm cách nào cho thân tâm mình được hoàn toàn tự do, ra ngoài mọi trói buộc. Thiếu tự do thì chẳng thể thấu rõ đâu là Chân-lý, đâu là lầm lẫn. Không tự do thì cuộc sống trở nên cạn cợt, chẳng có mục đích, lý tưởng. Người thiếu tự do hằng lệ thuộc mọi ảnh hưởng, mọi áp lực do gia đình, tài sản, bạn bè, xã hội, sự sống chết... Vậy cần phải rèn luyện cách nào để chuyển hóa tư-tưởng khác hẳn thường lệ hầu khai mở một tâm thái trong đó chẳng còn sợ hãi, ước mơ, tham muốn. Chính sự tích lũy đủ loại kiến thức, đủ thứ học thuyết và tật hay phê phán, xét đoán những việc vô can, làm ta mất tự-do. Tự do thật sự chỉ ở trong con người thanh bạch, có nếp sống giản dị, ngây thơ như đứa trẻ, không dính mắc trong khao khát dục lạc, không bị trói buộc bởi bất cứ việc gì.

Tư cách dứt bỏ để sống cuộc đời tri túc, cũng là điều kiện tối cần để đưa người vào nếp sống tự do. Dứt bỏ cũng là nguyên nhân đem lại tình thương cao cả. Đức Bồ-Tát Sĩ-Đạt-Đa xa lìa tất cả, đi tìm phương thuốc cứu nguy cho nhân loại. Ngài bất chấp hiểm nguy dám chống lại cổ tục sai lạc, để cứu nhân loại ra khỏi sự ràng buộc. Ngài chú nguyện: "Mong sao tất cả sự bất an khốn khổ, tất cả những ngang trái, bất bình hãy đến cho ta! Miễn sao cho chúng-sanh khỏi khổ".

Các bậc Hiền-triết quý trọng tự do hơn mạng sống của mình, chẳng để thế lực nào uy hiếp, không chú trọng tiền tài danh lợi, sống đơn giản nhưng vô cùng hạnh phúc.

Năm 326 trước Tây lịch, Đại đế *Alexandre* xứ Hy-Lạp, xua quân vào Ấn-Độ. Khi tới xứ *Taxila* thuộc miền Bắc Ấn, Ngài nghe nói tại đây có một số hiền giả tu hành ẩn dật nơi rừng núi, sống thiếu thốn, nhưng là những nhà bác học uyên thâm, có nhiều phép lạ, đoán được tư-tưởng con người và được dân chúng tôn sùng hơn vua chúa. Đại-Đế liền sai viên võ

quan *Onesicritos* mang nhiều lễ vật vào tận rừng sâu, tìm cho ra một nhân vật phi thường như vậy đưa về kinh-đô *Macédoine* làm cố vấn cho mình. Nhưng vị đạo-sĩ khước từ và nói: "Xin đại quan trở về tâu lại rằng bản đạo rất cảm kích sự chiếu cố của Hoàng thượng. Nhưng các bảo vật Ngài ban cho bản đạo cũng bằng thừa, vì bản đạo chẳng thiếu thốn chi cả. Đây là mớ cỏ khô, trái thành chiêu giường êm ái, những lá cây chằm lại làm áo quần cho lão che nắng che mưa, rễ trái trong rừng thừa thải để nuôi mạng sống, gần bên là con suối trong mát giúp lão đỡ khát khi cần. Như vậy đủ lắm rồi".

Viên võ quan dọa dẫm: "Nếu Ngài không tuân lệnh, Đức-Vua sẽ trừng trị nặng nề và có thể nguy đến tánh mạng?"

Đạo-sĩ mỉm cười đáp: "Nếu được vậy càng tốt. Mỗi ngày bản đạo luôn luôn tham thiền về cái chết và chẳng thiết tha gì với kiếp sống. Nhà vua giết lão là ban ân huệ cho lão rảnh nợ đời!"

Người tự do tuyệt đối là kẻ đã thấu triệt chân-lý, về mối tương quan giữa mình và vạn vật, đã hủy-diệt bản-ngã, không còn bị mảy may gì ràng buộc hay khống chế nữa.

Tự do là thông thả theo sở thích theo sở kiến của mình, không tùy theo kẻ khác. Dù được người giúp đỡ thành đạt, mình cũng vẫn nô lệ cho kẻ thi ân. Sống theo hoàn cảnh địa vị của mình là tự do. Sống theo điều kiện của người là nô lệ. Hành động theo thể này hay thể khác để được tự do, đó là tự do giới hạn. Chỉ có bậc Hiền-triết tâm tư vắng lặng, không rung động là tự do thật sự.

---o0o---

VUI VỚI ĐẠO

Một việc làm miễn cưỡng hay do áp lực, không sao được hoàn hảo. Người tu cũng thế, nếu có can đảm rời bỏ cuộc đời thế tục, thì cũng cần có đủ nghị lực tạo cho mình một niềm vui trong đạo đức.

Nhưng rất ít người thực tâm thích thú với cuộc sống cô-đơn giản-dị, biết ý thức lợi ích tối cao của đời phạm hạnh. Vào tu rồi họ vẫn mang theo nhiều nét hư tật xấu của đời, cũng còn ích-kỷ, tham lam, sân-hận. Vì đó mà chính giáo phải suy bại lu mờ.

Đời Phạm hạnh không phải để cho quần đại quần chúng, mà được dành riêng cho những ai có dũng tâm và các điều kiện thuận tiện tức những kẻ hữu duyên. Trong một số người, họa may mới có vài người mà tâm tư luôn hướng về nếp sống đạo đức, mong tìm được chân-lý tối cao.

Về khoa Thiền định, phần đông hành-giả sau một thời gian hăng-hái công phu rồi đứt gánh, bỏ cuộc giữa đoạn đường dài. Trong trường hợp này Đức Thế Tôn có thuyết: "Chùng nào thầy Tỳ-Khuru biết bảo dưỡng đức tin kiên cố, chùng đó người vẫn tiến hóa chứ không thối chuyển". (*Samyutta Nikāya*)

Để khỏi chán nản, hành giả phải suy nghĩ liên tục về những trạng thái mộng ảo của thế gian, về những Ân-Đức Tam-Bảo và phước báu được sanh làm người tu Phật.

"Khi nào các thầy Tỳ-Khuru năng quán tưởng về tướng Vô-Thường của vạn vật, khi đó người sẽ tiến hóa chứ không thối chuyển.

Khi nào các thầy Tỳ-Khuru thường quán tưởng về tướng Vô-Ngã của các Pháp, khi đó người sẽ tiến hoá chứ không thối chuyển.

Khi nào các thầy Tỳ-Khuru hăng chú tâm về các điều tai-hại của Ngũ-Trần, cố xa lánh việc dữ, nhớ đến nguy cơ của tội-lỗi, rán dứt bỏ tham-vọng Thế-gian, không muốn tạo nghiệp, khi đó người sẽ tiến hoá chứ không thối chuyển". (*Anguttara Nikāya II - 23*)

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Đây là hai điểm quan trọng, mà người xuất gia cần phải ghi nhớ:

- Không nên Tự Mãn về thành Quả đã đạt được.
- Không ngừng Phấn Đấu để đi tới Mục đích cuối cùng.

Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Trong trường hợp này, khi hãy còn là một vị Bồ-Tát, Như-Lai thường nghĩ như vậy: Ta rất toại dạ vui lòng, dù thân xác phải rã rời, dù huyết quản phải khô cạn, nếu còn chút nghị lực, ta vẫn quyết tâm chiến đấu để thành đạt những pháp cao siêu mà con người có thể thành đạt.

Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Vì quyết tâm như thế. Ta đã đi tới giác ngộ và đã thoát khỏi vòng nô lệ. Vậy các người cũng nên kiên trì tâm trí như vậy dù phải thịt nát xương tan, huyết quản khô cạn, cũng không để các Thiện Pháp giảm suy". (*Samyutta Nikāya II - 27-29*)

"Như-Lai không cho rằng đạo quả có thể thành đạt trong khoảnh-khắc, mà chỉ đến sau thời gian công phu, khó nhọc không thối chuyển, sau tiến trình Đạo đức được triển khai từng giai đoạn.

Trong điều này, một người nọ, tìm đến nghe giáo pháp, rán ghi nhớ nằm lòng, nhận xét giá trị của Đạo lý rồi phát tâm thỏa thích. Sau khi cân nhắc lợi hại, phải quấy và niềm ước vọng cao siêu phát sanh trong trí não, người đó liền cố gắng thực hành và khi có tâm quả quyết như thế, người đã bắt đầu bước lên đường giác ngộ". (*Anguttara Nikāya*)

Thầy Tỳ-Khuru cần giữ tinh thần vắng lặng, thu thúc lục căn, đó là tấm gương Đạo hạnh, Đức-Phật thuyết:

"Này Xá Lợi Phất, người nên suy nghĩ như vậy: Ta phải làm cách nào cho giác quan yên lặng, cho tâm trí yên lặng?"

Này Xá Lợi Phất, mà tại sao vậy?

Vì khi nào giác quan yên tĩnh, thì những hành động do khẩu, do ý cũng yên tĩnh thanh cao?

Rồi người nên nghĩ thêm: Thực hành được như vậy, ta đã ban bố cho những bạn đồng hành một món quà quý báu, một tấm gương đạo hạnh tuyệt vời". (*Anguttara Nikāya* - 331-332)

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Trên cõi đời này, có nhiều thắng cảnh ngoạn mục, nào là đền đài, huê-viên, công-trường, đồng quê bát-ngát, hồ nước trong veo. Nhưng còn nhiều vô số kẻ là: Non cao nguy hiểm, rừng vắng hoang vu, hổ hang rừng rợn,... Thì như thế ấy, rất ít chúng-sanh được mang kiếp người, còn nhiều vô số kẻ thọ sanh vào những cảnh giới khác. Được sanh làm người rồi, rất ít có kẻ thông minh, đạo đức, còn quá nhiều người tối mê, lầm lạc. Lại rất ít người được nghe Giáo Pháp, chăm chỉ thực hành để sống theo đạo đức, còn nhiều kẻ khác không làm như vậy. Rất ít hành-giả được nếm hương vị giải-thoát và rất nhiều còn dính mắc trong vòng phàm tục". (*Vinaya* - I - 8)

Cõi trời Phạm-Thiên và Vô-Sắc chưa phải là mục đích cuối cùng. Phần lớn tôn giáo trên Thế giới chủ trương các cõi trời là những nơi an-nghỉ hoàn toàn hạnh phúc. Đức Bồ-Tát Sĩ-Đạt-Ta đã đắc bốn bậc Thiên Vô-Sắc khi theo học với hai thầy Đạo-sĩ *Alara*, *Uddaka*, thấy rằng với thiên này chưa diệt tận bản ngã, chưa chấm dứt nguồn sanh tử, nên đã rời bỏ hai thầy đi tìm đạo một mình.

Đức-Phật khiển trách Đại-Đức Xá-Lợi-Phất, dạy một người Bà-La-Môn phương thức hành đạo để lên tới cõi trời Phạm Thiên (*Brahma*):

"Này Xá-Lợi-Phất, tại sao người chỉ dạy người Bà-La-Môn đó cách thức để lên cõi trời sắc giới thôi! Vì đó chưa phải là giải thoát. Còn rất nhiều việc phải làm mới đi tới mục đích cuối cùng". (*Samyutta Nikāya* - 100)

---o0o---

GÀN GỬI BẠN LÀNH

Giao du với bạn-bè cũng là yếu tố quan-trọng đối với người tu Thiền Định. Người bạn có thể là ông thầy dìu-dắt mình trở nên cao- thượng mà cũng có thể trở thành kẻ xấu-xa, xô mình xuống vực sâu.

Đứa trẻ bắt đầu cuộc sống giữa cha mẹ, anh em và chịu ảnh-hưởng của gia-đình. Khi lớn lên, vào lớp nhờ sự dạy-dỗ của thầy và ảnh-hưởng tánh-tình của bạn-bè. Lúc thành nhân được gia-nhập vào sinh-hoạt xã-hội, phải giao-dịch với nhiều giới quen thuộc, thu-thập được nhiều kiến-thức, kinh-nghiệm tình-cảm của những kẻ bao quanh và thâm nhiễm nhiều tật xấu có, tốt có.

Bạn lành về phương diện đạo-đức, không phải ám chỉ mỗi tương giao huynh-đệ, cư xử đúng cách giữa những con người vì quyền lợi hay tình-cảm, mà là những Thiện trí-thức đồng lý tưởng với mình có nếp sống thanh bạch, giàu kinh-nghiệm tâm-lý và nhất là có tâm thỏa-thích hành đạo, có thể giúp đỡ, nhắc-nhở ta trên đường Thánh-Thiện. Đức-Phật thuyết:

"Người Thiện trí-thức là người không làm mười điều ác, có tâm từ ái, không tà-kiến là người thấu rõ lợi-ích của các nghiệp lành trong kiếp hiện tại và vị-lai". (*Dhammapada*)

Đức-Phật rất ngợi khen sự thân-cận các bạn lành, cho đó là nguyên do đưa tới đạo-đức thanh-bạch.

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Cũng như bình minh báo hiệu mặt trời sắp lộ dạng, tình thân hữu với người thiện trí-thức báo hiệu bảy nhân làm phát sanh trí-tuệ (Thất Giác Chi) sẽ đến với kẻ tu hành". (*Samyutta Nikāya V-101*)

"Này Xá-Lợi-Phát, quả đúng như vậy! Thân-cận bạn lành là điều kiện tối cần của đời sống Phạm hạnh. Thầy Tỳ-Khuru nào, thường hay tìm gặp các Thiện trí-thức, có nhiều hy-vọng làm phát-triển con đường Siêu-Việt (Bát Chánh-Đạo) và nhờ đó, từ là nạn nhân của những thảm họa Sanh, Già, Bệnh, Chết, người khỏi khổ đau, than-van thất-vọng". (*Samyutta Nikāya*)

---o0o---

ÍT BẠN RỘN

"Bậc Thánh-Nhân gọi con người luôn luôn bận việc, hết buong cái này thì bắt tới cái kia, dù có lợi ích hay không là kẻ náo động, tâm trí bồn chồn xao-xuyến như con khỉ nhảy-nhót không ngừng và đó là trở ngại lớn cho người hành-đạo. Một Thiền-Sư nói chẳng thà đi ngủ còn tốt hơn bận rộn vô-ích".

Lần nọ, Đức-Phật đi kinh hành đến gần Tịnh-xá gặp Chư-Tăng đang họp nhau bàn-luận về Đạo-Đức, Ngài khen ngợi:

"Này các thầy Tỳ-Khưu, vậy mỗi khi các người hội-họp với nhau, tốt hơn là bàn về giáo-lý, nếu không thì nên giữ sự yên-lặng thanh-cao. Suy tưởng về các Pháp". (*Majjhima Nikāya*)

Người hành đạo cũng bận rộn nhưng bận rộn lo tham thiền nhập định, bận rộn để hủy diệt phiền-não.

---o0o---

TRÁNH XA TÌNH DỤC VÀ GIỮ TÂM CHÂN THẬT

Tình dục kích-thích mạnh-mẽ giác quan, khuấy động tâm trí, làm cho con người thường tối mê, điên-đảo, không sao tiến hóa trong việc tu-hành. Nhà hiền triết *Ramakrishna* gọi người phụ nữ là Mẹ. Bà vợ được cha-mẹ cưới cho lúc chưa đầy mười tuổi, theo phụng sự ông suốt thời-gian 30 năm nhưng hãy còn trinh tiết.

Nết hạnh chân-thật cũng rất thiết yếu đối với người hành đạo. Không những thành-thật đối với tha nhân, mà tốt nhất là phải chân-thật với chính mình. Trong mỗi giờ, mỗi phút người nên dòm xét bản-thân, để tẩy trừ các nét hư tật xấu, những ý nghĩ tà vạy, những tham-vọng vô bờ bến. Phải có can-đảm chấp nhận lỗi mình trong bất cứ hoàn cảnh nào. Đức-Phật dạy rằng con người từ lúc mới chào đời đã mang theo tội-lỗi. Vì phải gánh lấy xác thân tạo thành bởi cái tâm tham sống từ kiếp trước.

Người không thể chân-thật nếu hằng ngày vẫn lo dòm ngó lỗi người, chỉ trích, phê-phán. Phương ngôn có câu: *Người hay chỉ trích chính là kẻ đáng chỉ trích nhất.*

---o0o---

[03]

HỌC NHIỀU HIỂU RỘNG

Phật-Giáo không quá chú-trọng đến những kẻ thông-minh trí-thức, nghe nhiều học rộng, ăn nói hoạt bát nhưng tánh nề-hèn, tham-lam ích-kỷ. Mà chỉ quan tâm đến những bậc có tâm Từ-Bi, Hỷ, Xả, những bậc suốt thông kinh-luật. Biết nhận định đâu là Chánh, đâu là Tà. Biết chê trách mình. Biết ơn người đã làm cho mình dù nhỏ-nhất đến đâu và biết quên ơn mình đã làm đến người. Là những bậc có nếp sống tinh thần cao cả, khao-khát chân-lý và có tâm nâng đỡ kẻ khác trên đường đạo-đức.

Đức-Phật nói người nghe nhiều học rộng là kẻ suốt thông Giới - Định - Huệ và quyết chí thực-hành là kẻ biết nhận thức tánh cách giả tạm khổ sầu của kiếp sống, là kẻ cố gắng học hỏi để hành theo, chớ không phải để trở nên

một lý thuyết gia lỗi lạc. Người chuyên môn pháp học, thường khi Cống Cao Ngã-Mạn, Tà-Kiến ngoan cố, khó dạy.

---o0o---

THỜI GIAN VÀ TƯ TƯỞNG

Một nhà Đạo-Đức Ấn kể lại câu chuyện như sau:

Có người nọ nghe đứa con gái nói:

-"Hỡi cha, một ngày nữa sắp trôi qua".

Ô! Thật vậy sao?

Không biết người đó suy nghĩ đến lời nói của con như thế nào, liền tức khắc bỏ nhà đi vào rừng vắng tu hành và đắc quả thánh.

Thời gian và tư-tưởng là yếu tố quan-trọng mà người hành đạo cần phải hiểu qua.

Đức-Phật dạy Pháp Môn Tứ-Niệm-Xứ là đường lối đứng đắn nhất để tìm ra chân-lý, tìm ra thực tại của thế-gian. Nghĩa là tư cách sống trong hiện tại, một trạng thái hòa-hợp với thời-gian và tư-tưởng.

Thật sự, thời gian không có quá khứ và tương-lai, những gì xảy ra là nó đang xảy ra. Lúc tối nó chỉ là tối, lúc sáng nó chỉ là sáng. Vì kinh-nghiệm so-sánh mà ta cho cái gì đã qua là quá khứ, cái gì chưa đến là tương-lai. Còn thực-tại, những gì đang biến chuyển thì nó đang biến chuyển. Mọi sự, đều do tư-tưởng của ta mà ra cả. Ít ai bằng lòng với thực tại của chính mình, người ta thường ân-hận quá khứ, vẽ-vời, mơ-tưởng đến tương-lai. Nó triu mến luyến tiếc những việc đã qua ..., đáng lý tôi phải làm vậy..., đáng lý tôi không nên tin người ta đến thế ..., và người ta thường đặt trong quá khứ cũng như tương-lai một tiếng "Nếu".

Ngay đến mạng sống có ai lột vỏ, sống đời đâu, vậy mà nào có ai muốn chết. Người ta vẫn hy-vọng sống lâu thêm nữa và tiếp tục ước mong như thế, dầu đang hấp hối trên giường bệnh.

Một con đau phát sanh, tự nó không gây sợ hãi, khổ sầu, mà chính bệnh nhân nghĩ nó sẽ trầm trọng sau này nên đâm ra đau khổ. Người già bận tâm lo nghĩ về cái chết. Người sống ở đời luôn lo nghĩ một ngày mai sung sướng hơn.

Rốt cuộc chính cái sự lo nghĩ đó, đẩy con người tham lam, ích-kỷ thêm, tâm trí xao động, bất an vì bi quan và thất vọng.

Thời gian và tư-tưởng bảo trì bản ngã và cũng là bức màn che lấp không cho ta nhận thức rõ tư cách vô thường. Do đó, ta nghĩ rằng mình vẫn khỏe mạnh sống lâu nên quên lũng nếp sống tinh-thần cao đẹp.

Về phương diện đạo đức cũng thế. Hành giả luôn luôn nghĩ rằng với thời gian mình sẽ tiến hóa thêm, sẽ Thánh-thiện thêm, mà quên xem hiện tại mình đang làm gì.

Nếu ta tìm hiểu sâu hơn về cách niệm hơi thở trong Tứ-Niệm-Xứ, thì ý thức được phần nào về thời gian. Đức-Phật dạy:

"Với Tâm trí chăm chú, hành giả hít hơi vô. Với Tâm trí chăm chú, hành giả mới thở ra. Khi thở vô dài, biết thở vô dài, khi thở ra dài, biết thở ra dài..."

"Chú Tâm trong Thân hành (*Kāya Sankhāra*) người hít hơi vào".

"Chú Tâm trong Thân hành (*Kāya Sankhāra*) người mới thở hơi ra..."

Như vậy nghĩa là hành giả phải sáng suốt biết mình hiện ở trong tư thế "Hít vô, Thở ra" và người đó chẳng có nghĩ tới bất cứ chuyện gì khác nữa, hoặc quá khứ, hoặc sẽ đến trong tương lai. Như thế hành giả chỉ biết sống trong hiện tại mà thôi.

Thời gian cũng là kỳ hạn do tâm lý tạo ra, để ta thực hiện chuyện gì hay trở thành cái gì, để tiến bộ, để đi tới mục tiêu. Ta cho thời gian là cần thiết để khám phá chân-lý cứu cánh, để dứt khổ. Nhưng trái lại thời gian là bức tường ngăn chận, không cho ta thấy tức khắc một thực tế nào đó. Vì người ta tin rằng với thời gian mình sẽ kinh-nghiệm hơn, sẽ sáng suốt hơn để thấu rõ điều đó.

Rốt cuộc, thời gian hay kỳ hạn, chính là chương ngại vật của đời Đạo-Đức. Nó là chất liệu nuôi dưỡng tư-tưởng về ký ức, tạo chỗ dựa cho bản ngã.

Tư-tưởng phát sanh theo thời gian vì tư-tưởng phản ảnh ký ức. Ký ức là chủng tử, là kinh nghiệm được tích-lũy từ lâu bởi thời gian.

Bởi vậy, càng thoát khỏi ảnh hưởng của ký ức là một việc vô cùng khó khăn. Các bậc Thánh-Nhân vì không còn lệ thuộc vào thời gian, ký ức và tư-tưởng của sự so-sánh, nên các Ngài mới giải thoát.

Câu chuyện sau đây cho thấy thời gian và tư-tưởng cũng là nguồn gốc gây ra ảo-tưởng hay huyền hóa.

Để giải thích thế nào là huyền hóa. Ngày nọ, Vị Thần *Krishna* dắt đệ-tử *Narada* đi dạo đến một vùng sa-mạc khô khan nắng cháy. Trải qua một đoạn đường dài, Ngài dừng chân nói với *Narada*: "Hỡi trò! Thầy đang mệt khát. Vậy con đi kiếm hộ thầy vài hớp nước được chăng?"

Narada đáp: "Con xin cố kiếm cho được mang về". Rồi chàng đi một đỗi xa đến được ngôi làng (Chỗ này do Thần *Krishna* hóa ra để thử trò), tìm đến một nhà gỗ cửa xin nước. Một thiếu nữ tuyệt sắc ra mở. *Narada* lòa mắt, đắm say, quên lũng việc kiếm nước hộ Thầy. Chàng bị thu hút, lần lựa cà kê tại xóm, tình tự với nàng rất tâm đầu ý hợp, dạm hỏi cưới nàng và chịu ở luôn nhà ông nhạc. Thấm thoát mười hai năm đã trôi qua, vợ chồng đã sanh được ba con. Nhạc gia mất để lại tài sản ruộng vườn. Chàng rất vui với cuộc sống sung túc, vợ đẹp con thơ.

Rủi thay! Một trận bão lụt vô cùng khủng khiếp, quét sạch thôn xóm. Tất cả đều bị nước cuốn trôi đi. *Narada* nắm tay vợ, tay kia nắm hai con, còn đưa nhỏ hết chàng cho ôm trên cổ. Chàng cố dìu nhau qua sông để tránh lụt trên một đồi cao. Nhưng rủi thay, con chàng, vợ chàng đều bị giòng nước lôi đi mất dạng. Riêng chàng còn hơi sức bơi lội và rớt cuộc được qua bên kia bờ, mệt ngất, nằm trên bãi cát (Giông bão này cũng do Thầy *Krishna* phóng ra).

Bỗng đâu có tiếng nói Thánh-Thiện cất lên: "Nào nước đâu con! Con đi kiếm nước giúp Thầy đã ngót nữa giờ...".

Thời gian, Tư-tưởng, Ảo-ảnh đều là Huyền hóa. (Maya)

---o0o---

NHÂN NẠI VÀ TÌNH THƯƠNG

Học giả Pháp Romain Rolland viết về Thánh *Gandhi* như sau:

"Với đôi mắt mờ sẫm. Một con người hầu như suy nhược, khung mặt gầy, cặp tai chia rộng, đôi mũ bon-nê trắng, mặc vải trắng thô, đi chân không. Người sống bằng cơm trái, uống nước lã, nằm trên sạp ván, ngủ ít làm việc nhiều, thân hình chẳng ra gì, ngoài nét đặc biệt biểu hiện một tâm hồn nhân-nại, chứa đầy nhân-ái. Người giản-dị như đứa trẻ, dịu hòa lễ-độ luôn cả với kẻ đối nghịch, chấp nhận tất cả lỗi lầm, tránh né, tránh biện, xa lánh chỗ ồn ào.

Nhưng đây là nhân vật đã khuấy động 300 triệu người, làm rung chuyển đế-quốc Anh bằng cách khai trương một đường lối chính trị nhân đạo, một phong trào mạnh-mẽ nhất kể từ hai ngàn năm qua".

Nhân-nại là món khí giới hữu hiệu nhất mà các hiền giả trên đời xử dụng để thành đạt những mục đích phi-thường. Thánh *Gandhi* còn nói:

"Nhân-nhục ví như không khí, chẳng biết chống trả, nhưng có khả năng vô hiệu hóa những quả đấm của kẻ bạo tàn".

Lão Giáo dạy lấy mềm thắng cứng, lấy yếu thắng mạnh. Người mạnh nhất trên thế-gian là kẻ giữ được sự bình tĩnh trước mọi biến cố. Nhưng đức điềm

đạm chỉ tìm được trong con người nhẫn-nhục. Chúa Ki-Tô cũng dạy nên gieo rắc tình thương.

Trong các bậc Thánh-nhân, Đức-Phật đề cao đức nhẫn-nhục lên tột đỉnh là không những dùng chống trả, căm hờn, mà người Phật tử cần phải gieo rắc tình thương đến những kẻ gây ra nghiệp dữ, vì người ác tâm tư luôn luôn xao-xuyến, hằng sống trong nỗi khổ triền miên. Ngài thuyết:

"Hỡi này các Tỳ-Khuru! Kẻ nào muốn xứng đáng là con của Như-Lai, chẳng nên nóng giận, oán thù, dù bị bọn cướp phanh thây ra từng mảnh, bị bọn chúng cắt đứt tay chân bằng cưa bén. Nếu gặp hoàn cảnh đó, người phải biết thừa cơ-hội để rèn luyện giới đức tinh vi thêm và hãy tự nhủ: Tai họa này không sao lay chuyển được lòng ta. Ta chẳng nên thóa mạ, giận hờn, mà phải trầm tĩnh, dịu hòa, giữ lòng bác ái, rải lòng điện từ đến kẻ ác và chúng-sanh trên khắp Thế gian". (*Majjhima Nikāya I-129*)

Đức-Phật tán dương đức nhẫn-nhục, bác-ái, cho đó là trọng điểm để thành đạt chân-lý siêu thoát:

"Bất cứ công phu nào khác để tiến hóa trong cuộc đời thánh thiện chỉ giá trị bằng một phần mười sáu (1/16) của tâm từ ái. Từ-Bi nhẫn-nhục là ánh sáng soi đường Thánh đức. Tình thương tỏa sáng khắp nơi cũng như ánh sáng muôn sao chỉ bằng một phần mười sáu (1/16) ánh sáng của mặt trăng". (*Itivuttaka 19*)

Nhẫn-nhục là Pháp thiêu hủy cao thượng. Nhẫn-nhục là nơi trở sanh giống lành không đâu bì kịp. Người nhẫn-nhục là người đi trên đường về cõi trời và Niết-Bàn. Người nhẫn-nhục là người hết lòng thành kính Đức Như-Lai bằng cách cao thượng.

Nhà hiền triết Hy-Lạp *Socrate* thời Trung cổ cũng là tổ sư của Pháp nhẫn-nhục. Ông nói trường hợp nhẫn-nhục khó khăn nhất là biết nhịn-nhục trong gia đình, vì phần đông đàn ông là chủ gia đình nên rất cống cao độc đoán, vợ con thường luôn luôn khép nép sứt sè. Nhưng ông rất có phước nên mới được bà vợ hung dữ khỏi chê và ông nhờ đó mà điều luyện nhẫn-nhục lên tận cao điểm.

"Pháp luật đặt ra nhiều giới cấm. Nhưng các Tỳ-Khuru cần nên ghi nhớ một điều thiết yếu. Đó là tâm từ ái, bi-mẫn đối với tất cả chúng-sanh". (*Jātaka*)

Đức-Phật thường khiển trách các đệ tử, i mình học giỏi, hành nhiều rồi trở nên ngã-mạn:

"Dù thầy Tỳ-Khuru cố gắng học hành tiến hóa tới mức độ nào, nhưng đâm ra cống cao tự đắc, khinh rẻ kẻ còn thấp kém. Thầy Tỳ-Khuru đó vẫn là con

người bất hảo, không từ-bi nhẫn-nại, chẳng đáng khen tặng chút nào".
(*Majjhima Nikāya*)

Đức-Phật ví nhẫn-nhục như nước luôn luôn mát mẻ và chỉ tìm chảy xuống những nơi thấp nhất. Nhưng chính nước là chúa tể của muôn loài, là vĩ đại hơn tất cả. Hung hăng tàn bạo như lửa, vẫn bị nước dập tắt dễ dàng. Nước ban bố sự sống đến khắp nơi, mà có thể đắm chìm cả một vùng lục địa xuống tận đáy sâu. Khi triều lưu bị ngăn chặn, nước nhẫn-nại tìm khe lách khác để tiếp tục chảy ra biển cả.

- Nhẫn-nhục là yếu điểm của tất cả đạo học tâm linh.
- Nhẫn-nhục là pháp đặc nhân tâm tuyệt diệu.
- Nhẫn-nhục dập tắt tham lam sân hận tối mê.
- Nhẫn-nhục là yếu tố phát sanh tâm từ ái. Là yếu tố phát triển ba giai đoạn toàn hảo *Giới - Định - Huệ* của con đường siêu việt (Bát Chánh Đạo).
- Nhẫn-nhục đưa người tới tự-do tuyệt đối là Niết-Bàn.
- Người nhẫn-nhục dễ thấu triệt ba chân-lý: Vô-Thường, Khổ-Não, Vô-Ngã.
- Người nhẫn-nhục thích sống trong bóng tối nhưng vẫn được đưa ra ngoài ánh sáng. Người thường ở sau nhưng vẫn được đặt lên phía trước.
- Người nhẫn-nhục sống tri túc nhưng chẳng thiếu gì cả và rất tự do về vật chất.
- Người nhẫn-nhục là vô địch vì không tranh chấp với bất cứ ai.
- Người nhẫn-nhục đang vượt ra ngoài biển trầm luân.

Kẻ sát nhân *Angulimāla* cải tà qui chánh, xuất gia theo Phật, đi khất thực bị dân chúng nguyên rửa, lấy đá liệng. Nhiều hôm đi về với bình bát không, ông ta đến than van với Đức-Phật. Ngài thuyết:

"Này *Angulimāla*, người hãy rán nhẫn-nại, nhẫn-nại thêm lên để hủy diệt tất cả nghiệp báo trong hiện kiếp, mà đáng ra người phải trả quả trong vô lượng kiếp về sau". (*Majjhima Nikāya*)

Tán dương Đức-Phật có đức nhẫn-nại vô song, Đức Xá Lợi Phất kể lại:

"Đức Thế-Tôn thật hòa ái, khiêm tốn nhẫn-nại trong mọi hành vi, ngôn ngữ. Ngài thường dạy: Chính thế gian chống lại Như-Lai chớ Như-Lai đâu chống lại thế gian. Cái chi người đời chấp-nhận, Như-Lai không phủ nhận. Cái chi kẻ thế vui thích, Như-Lai cũng không phê-phán. Cái chi người đời chê trách Như-Lai cũng điềm nhiên tiêu cực".

"Cũng như không thể lấy da phủ khắp mặt địa cầu để ngăn ngừa chông gai đá sỏi. Nhưng mang một đôi giày, ta có thể xông pha khắp mọi nơi mà chân vẫn không đau đớn chút nào". (*Majjhima Nikāya*)

"Đất không hề biết thích thú hay nhờm chán, khi người đổ lên vật thơm tho hay thú vị bản thể nào? Thì cũng như thế ấy, Đức-Phật nhẫn-nại chịu đựng tất cả sự chê khen của người thế và rải tâm-từ đến bất cứ bạn hay thù". (*Jātaka*)

- Nhẫn-nại trong giới bổn để chế ngự tham lam, sân-hận, không cho thân, khẩu, ý hành động bất thiện.

- Nhẫn-nại trong thiền định để diệt trừ phiền-não do động tác của sắc trần.

- Nhẫn-nại trong Minh-Sát-Tuệ để búng gốc rễ những ô nhiễm tiềm tàng.

- Nhẫn-nại đương đầu với mọi thống khổ như tai họa ốm đau.

- Nhẫn-nại chịu đựng thiếu thốn vật chất.

- Nhẫn-nại đối với những nghịch cảnh khi bị người nhục-mạ hành hung, không giận hờn chỉ trích.

- Nhẫn-nại để bảo-trì tâm tư vắng lặng, không xao động vì các Pháp Thế-gian.

Người nhẫn-nại chiến thắng trong mọi nơi.

"Chẳng khi nào hận thù xóa bỏ được hận thù. Chỉ có tình thương mới xóa bỏ được hận thù. Đó là Chân-lý muôn đời". (*Dhammapada*)

---o0o---

TUỆ

"Đem ý chí này thay cho ý chí khác.

Có một thứ ý chí hữu ích cao thượng chủ trương hành thiện, để hủy diệt cái ý chí đê hèn hướng về việc ác. Đó là hành động cứu cánh để thiêu hủy nghiệp quả, phá tan dục vọng.

Cái tâm khao khát giải thoát xâm chiếm cõi lòng, làm mất chỗ dựa của tâm khao khát dục vọng trần gian". (*Samyutta Nikāya*)

Trong một kiếp Bồ Tát, Đức-Phật có nguyện như vậy:

"Ta nguyện sao đừng nghe tiếng nói của người ngu muội, đừng thấy kẻ ngu muội, đừng tiếp xúc với kẻ ngu muội, đừng bận rộn khổ sầu vì phải chung chạ với người ngu muội!"

Nghe vậy, Trời Đê Thích đến hỏi Bồ-Tát tại sao Ngài rất Từ-Bi, Hỷ, Xả đối với chúng-sanh lại có thái độ như thế? Đức Bồ-Tát dạy:

"Vì chẳng mong gì nơi một con người ngu muội, y là kẻ Si mê cố chấp có thành kiến hủ lậu, không thích nghe lời dạy bảo, nên chẳng cách nào cải hóa y được". (*Jātaka*)

"Những kẻ ôm bình bát xin ăn không phải là khát sĩ. Những kẻ ngụ trong rừng vắng không phải là đạo-sĩ. Những kẻ mặc áo cà-sa không phải là Tỳ-Khưu, khi tâm trí chứa đầy tham lam dục-vọng".

Muốn chữa bệnh khổ sâu với sự hiểu biết suông chưa đủ, mà cần phải sáng suốt, có quyết tâm và thiện chí. Muốn thoát khỏi tham dục không phải chỉ diệt trừ những hư-hỏng nhất thời, mà cần phải dập tắt lòng ham muốn. Không phải chỉ sa thải dục lạc hiện tại, mà cần bứng tận gốc của nó trong ngày vị lai.

"Khi gốc rễ còn nguyên vẹn, dù cây thốt nốt bị chặt đứt, nó vẫn mọc lại như trước. Khi chưa hủy diệt được mầm mống của tham dục, những nỗi thống khổ trong cuộc sống sẽ trở lại triền-miên". (*Dhammapada 338*)

Người giới tử có trí tuệ, quyết tâm tin-tưởng nhưng cần phải tinh tấn thực hành. Đức Thế-Tôn thuyết:

"Như-Lai đã giải bày rành mạch, phải tu tập cách nào để thành đạt bốn Pháp Tinh-tấn cao siêu.

Thầy Tỳ-Khưu phải dũng-mãnh, tín tâm, chiến đấu để thực hành ba giai đoạn toàn hảo của chánh pháp là: Giới - Định - Tuệ phải thuần thục về Pháp-Học và Pháp-Hành". (*Majjhima Nikāya II - 113*)

---o0o---

HIỂU BIẾT VÀ TƯ DUY CHÂN-CHÁNH

Phần lớn tín-đồ trong các tôn giáo khác chú trọng, niềm tin nơi một tha lực huyền bí hay quyền năng của Đấng Thiêng Liêng để cứu rỗi linh hồn. Các Giáo-sĩ Đạo-sĩ là những sứ đồ thừa kế sự nghiệp của các Giáo chủ, trong đó có vài vị có một lịch sử không rõ-rệt, vài vị khác thì bất khả tư nghì. Nhà truyền-giáo dạy Tín đồ phải nhiệt thành tin-tưởng, khẩn vái đấng hóa công ban bố cho vài ân huệ trong kiếp sống và sau khi chết. Tin như thế khiến con người trở nên yếu đuối, mất khả năng tự lập chỉ trông cậy vào một thế lực vu vơ, chấp dính thành kiến sai lầm, không phấn đấu.

Đức tin cũng rất cần thiết đối với người tu Phật. Nhưng đây cũng là Đức tin có tính cách thực tế và không dị đoan. Vì Đức-Phật có dạy nếu tin nơi Ngài, thì phải biết tin Giáo Pháp là chánh đáng, bằng không thì cũng như bài bác Ngài thôi, hãy tin những điều sau khi đã xét đoán và thực hành thấy hợp với chân-lý.

Người Phật-tử cũng không bị buộc phải tin theo kinh điển cho đó là thiêng liêng thân thánh, mà tin nơi đường lối tu tập hữu hiệu do Đức-Phật chủ trương và Ngài như người Hướng-Đạo hay một danh y, chớ không phải là đáng cứu tinh.

Đức-Phật có dạy:

"Những điều gì Như-Lai nói không vội tin mà cũng không vội bỏ, phải suy xét và thực hành. Nếu sau khi thực-hành mà Tham lam, Sân-hận, Si-mê bớt dần đi thì lời đó của Như-Lai. Còn những điều nào khi Hành làm cho Tham lam, Sân-hận, Si mê gia tăng thì đó không phải là của Như-Lai".

Những lời dạy của Đức-Phật hướng đến sự thực hành để giác ngộ, để hành giả nếm được hương vị giải thoát. Trong một đoạn kinh Đức-Phật dạy:

"Nước trong tất cả các Đại-dương có một vị duy nhất là vị mặn. Giáo Pháp của Như-Lai có một vị duy nhất là vị Giải-thoát".

Sau đây là những gì người Phật-tử cần tin-tưởng:

- Tin nơi Phật-Bảo tức là Đức Thích-Ca Mâu-Ni *Gotama*, là Bạc đã giác ngộ nhờ công phu tu tập trong nhiều đời, nhiều kiếp, chớ không phải do thần khải hay một vị tổ vị Phật nào mà lịch sử mập mờ, không chỉ cho chúng ta một cách hành đạo nào.

- Tin nơi Pháp-Bảo, căn bản là Tứ-Diệu-Đế, là chân-lý bất di bất dịch của Chư-Phật, có thể đưa chúng-sanh đến nơi dứt khổ. Khi vừa đắc đạo Ngài đã chọn Giáo-pháp làm thầy. Lẽ đó Phật-tử phải tôn thờ Pháp-Bảo như Đức-Phật. Đức-Phật có dạy: "Kẻ ở gần Như-Lai theo nắm chéo y Như-Lai nhưng không thấy Pháp, kẻ đó cũng như cách xa Như-Lai muôn dặm. Còn người ở xa Như-Lai muôn dặm nhưng thấy Pháp, người đó cũng như ở kẻ cận Như-Lai".

- Tin theo Tăng Bảo là những Bạc xuất gia tu tập đúng theo Chánh-Pháp, là Bạc có tâm từ-bi, hỷ, xả là Bạc có bốn-phận bảo tồn Giáo-pháp của Đức-Phật cho tròn đủ 5000 năm.

Thánh Tăng là Bạc đã giác-ngộ. Phạm-Tăng còn dính mắc trong thế gian cần gìn giữ chiếc bè Giới - Định - Huệ nếu không nó sẽ rã-rời và thầy Tỳ-Khưu phải bị chìm xuống đáy sâu.

- Tin nơi Nghiệp Quả: Tội Phước Chính Tà. Không nên vội tin một điều gì để dễ sa vào Tà-Kiến.

- Tin có Đạo quả Thánh-Nhân, có Niết-Bàn là nơi dứt khổ.

- Tin có Lục-đạo là Trời, Người, Nga-quí, Súc-sanh, A-Tu-La, Địa-ngục.

- Tin nơi quả của Thiên-Định nhất là Minh-Sát-Tuệ để hủy diệt phiền-não, tẩy trừ ô-nhiễm tiềm tàng.

- Tin nơi công phu tu tập không phải là vô-ích và trước sau gì cũng đến mục đích cuối cùng nếu ta thực hành đúng và không nản chí.

---o0o---

CHÂN-LÝ

"Thành đạt Chân-lý là động cơ tối cần để bước vào vòng Thánh Vực. Vô-Minh là vết nhơ, làm hoen ố và tai hại hơn tất cả bận nhơ. Tư cách dứt khoát chỉ đến với những kẻ hoàn toàn trong sạch". (*Dhammapada* - 243)

"Chân-lý chỉ có một. Không hề có chân-lý thứ hai gây ra dị biệt giữa vị Thánh này với vị Thánh khác. Thật ra chân-lý không nhiều mà cũng không khác biệt". (*Sutta Nipāta*)

Đức-Phật nói, trong con người có khả năng có thể thành đạt chân-lý nếu biết chuyển hóa Trí Tuệ Phạm nhân sang trí tuệ Thánh nhân. Nghĩa là nhờ vết mờ Vô-Minh, người mới có thể trực nhận thực chất của mọi sự vật. Đức-Phật thuyết: "Chân-lý là mặt trăng còn giáo-lý của Như-Lai là ngón tay chỉ mặt trăng. Đừng hiểu lầm ngón tay là mặt trăng". Như thế Giáo-lý là cái bóng của chân-lý có thể diễn tả, còn chẳng có ngôn ngữ nào để giải thích chân-lý tuyệt đối và chỉ kẻ nào chứng nghiệm được nó mới hiểu nó.

Quan-niệm về chân-lý thật vô cùng phức tạp. Mỗi Tôn-giáo hay triết thuyết diễn tả và ý thức chân-lý dưới nhiều hình thức khác nhau:

- Phái Duy Vật cho rằng chỉ có vật chất là thực tế, là Chân-lý. Vì tất cả hiện tượng tinh thần đều xuất phát từ các vật thể thấy được, nghe hay sờ mó được.

- Phái Duy Tâm chủ trương "Vạn-vật do tâm tạo". Ngoài tư-tưởng chẳng có thế gian. Tư cách lớn nhỏ, cao, thấp, dài, ngắn, tốt xấu, phải quấy của mỗi sự vật đều do tâm ấn-định chớ chẳng có gì tuyệt đối, bền bỉ cả.

- Nhất nguyên thuyết nói: Cái nguyên lý đầu tiên, hình thành vũ trụ là Chân-lý cùng tột, trong khi Đức-Phật xác định không một ai biết được chúng-sanh khởi điểm từ lúc nào?

- Phiếm Thần Luận cho rằng quyền năng thiên nhiên là Chân-lý cao cả hơn hết.

- Độc Thần Giáo dạy rằng: Uy lực của Đấng Hóa Công là Chân-lý Tối thượng nên dự trù nhiều cảnh Thiên đàng hay cực lạc để con người an hưởng sau khi chết.

- Đa Thần giáo thì không cần biết Chân-lý là gì và chỉ tin-tưởng nơi ân huệ của các Thần Linh giúp người đời tránh khỏi những tai họa trong kiếp sống.

Đức-Phật Thích-Ca nhận định Chân-lý một cách khoa-học thực tiễn hơn. Đem ra ánh sáng một nền tảng Chân-Lý của Chư Phật là Tứ-Diệu-Đế, chẳng sao tìm thấy Chân-lý giải thoát ngoài Tứ-Diệu-Đế. Nhiều nhà Tâm lý học không chịu khảo sát toàn diện hệ thống của Tứ-Đế, chỉ nhìn sơ qua sự khô ròi vội phê phán sai lầm cho rằng Phật Giáo là Đạo Yếm thế Bi quan.

Đức-Phật thuyết:

"Dù các Đấng Toàn-giác có xuất hiện trên thế-gian hay không, những thảm trạng: Vô-Thường, Khổ-Não, Vô-Ngã vẫn luôn luôn tồn-tại". (*Anguttara Nikāya*)

Người tu Phật biết rõ nguồn gốc của cái khổ là Vô-Minh, Ái-Dục rồi quyết tâm diệt chúng bằng cách thực hành theo Bát-Chánh-Đạo. Nghĩa là dám đương đầu với nỗi khổ, không bi-quan nản chí.

Thế gian là cái kho không lồ tích trữ đầy tội lỗi khổ đau.

Người đời chỉ được tương đối bình an trong giấc ngủ và khi bừng mắt thì sự khổ đã lảng vãng quanh mình. Một Triết gia kể lại câu chuyện lý thú như sau: Người nô-bộc của ông Bá Hộ làm lụng cực nhọc tới ngày, than trách số phận và mong kiếp sau được giàu có sang trọng hơn. Tới y nằm mộng thấy mình được làm vua, có người hầu kẻ hạ hầu hạ hưởng lộc đế vương. Sáng ra y lại cắm đầu vào việc tô tở. Có ông khách đến chơi hỏi: "Chắc chú khổ lắm phải không?" Y đáp: "Trời đất có đêm có ngày. Ban đêm lúc tôi ngủ được làm vua, sung sướng đủ điều. Ban ngày làm việc cực nhọc như vậy thì có chi là khổ".

Còn ông chủ Bá Hộ thì keo kiệt, tham lam, tháo vát, tính toán bận rộn suốt ngày. Tới ngủ ông ta mơ thấy đi ở đợ, bị người sai khiến chửi mắng, sáng ra ông than: "Thật khổ quá, ngày đêm gì tôi cũng không được chút bình an". Người khách tới chơi nói: "Trời đất làm vậy rất công bằng chớ sao? Ban ngày ông làm chủ thì tối làm tớ có chi lạ đâu". Chuyện này ngụ ý trong đời chẳng mấy ai hoàn toàn vui hay hoàn toàn khổ. Tuy nhiên, ông Bá Hộ khổ nhiều hơn tên thầy tớ là vì ông quá tham lam giàu rồi còn muốn giàu thêm.

Đây là nói về người đời, hễ giàu có sang trọng chừng nào, thì càng khổ sở, vì ham muốn được nhiều thêm, lo gìn giữ sợ trộm cướp nên mất cả tự do. Còn bậc hiền giả có nếp sống thanh bần ít bận rộn. Tuy thiếu thốn về vật chất, nhưng rất tự do về tinh thần, không bị ràng buộc bởi lợi danh nên ít khổ.

PHÁP (*Dhamma* hay *Dharma*)

Danh từ Pháp rất quan trọng và cũng rất tế nhị. Nếu muốn nhận xét đúng theo tinh thần Phật Giáo. Pháp là bất cứ một sự việc gì, một trạng thái, một hiện tượng tinh thần hay vật chất, phát sanh thường xuyên trong con người hay ngoài sự vật, ngoài Niết-Bàn Pháp (*Nibbāna Dhamma*) và Không Gian Pháp (*Akāsa Dhamma*) là không biến đổi nên gọi là Vô Vi Pháp. Còn tất cả Pháp Hữu vi khác đều vô thường biến đổi. Chính trạng thái vô thường là nguyên nhân tạo ra muôn vàn thống khổ, hối tiếc, than van. Các Pháp Hữu Vi cũng được gọi là Chúng-sanh Pháp.

Tuy cả hai Thiện Pháp và Ác Pháp đều Vô Thường, nhưng Thiện Pháp là nấc thang cần thiết đưa người tới giải thoát, trái lại Ác Pháp đưa người xuống hố sâu.

Có vô số Pháp xuất hiện và biến mất thường xuyên trong mỗi con người, bởi vậy có khi chúng ta là Thiện, có khi là Ác, có khi Từ-Bi, có khi Bạo Tàn.

Hành giả theo dõi liên tục các Pháp sanh diệt trong tâm mình. Cố gắng diệt trừ những Tâm Bất Thiện, cố vun-bồi những Thiện Tâm Từ-Bi, Tinh-Tấn, Nhẫn-Nhục. Muốn vậy, chúng ta cần biết đến những Pháp căn-bản là:

Năm Pháp Chương ngại:

- Tham-Dục
- Sân-Hận
- Hôn-Trầm
- Hoài-Nghi
- Phóng-Tâm.

Năm Pháp này làm cho Tâm ta bất an và là trở ngại lớn cho những ai thực hành Thiền-Định.

Năm Uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức; là những vật liệu đã tạo thành cơ thể vô thường này.

Sáu bản chất Chủ quan: Lục-Căn - Nhãn, Nhĩ, Tỉ, Thiệt, Thân, Ý

Sáu yếu tố Khách quan: Lục-Trần - Sắc, Thinh, Hương, Vị, Xúc, Pháp

Hành giả phải kiểm soát và chế ngự Tâm, khi Lục-Căn tiếp xúc với Lục-Trần đừng để cho Tâm móng vọng Tham lam hay Sân-hận.

Hủy diệt được những Ác Pháp kể trên, khiến tâm hành giả trở nên trong sạch, vắng lặng, sáng suốt rồi tiếp-tục tiến lên để thành đạt những Pháp cao thượng.

Hành giả đi sâu thêm vào nội tâm, kiểm soát sự Sanh Diệt của thân Ngũ-Uẩn theo Pháp Tứ-Niệm-Xứ:

- Quán Thân thấy Bất Tịnh.
- Quán Thọ trực nhận được Khổ-Não.
- Quán Tâm thấy sự Vô Thường Sanh Diệt.
- Quán Pháp thấy mọi sự vật đều theo nhân duyên hợp thành, dầu ta muốn không già nó vẫn già. Muốn không bệnh hoạn nó vẫn bệnh hoạn, muốn đừng chết cũng có ngày chết. Tánh Vô-Ngã phát sanh rõ-rệt trong tâm hành giả. Hành giả thấu triệt được thể nào là Chân-lý tuyệt đối. Khi đến trạng thái này, mọi hành giả đều có cặp mắt nhìn sự vật này giống như nhau là:

"Tất cả những gì có sanh, đều mang sẵn mầm móng của sự hoại diệt".

(Dhammacakkappavattana Sutta - Chuyện Pháp Luân Kinh)

Cặp mắt nhìn thấy sự vật như vậy gọi là Pháp Nhãn (*Dhamma Cakkhu*), và hành giả đã bước vào giòng Thánh-Vực đã đắc quả Tu-Đà-Hườn và không lâu với sự tinh-tấn Hành-đạo, hành giả sẽ cởi bỏ tất cả mọi ràng buộc và được giải thoát khỏi vòng Sanh Tử Luân-Hồi.

Đây chính là mục đích mà Chư-Phật đã đạt đến rồi giáo hóa lại cho chúng-sanh để cùng được giải thoát như Ngài.

Chúng ta là những tín đồ của Đức-Phật, có diễm phúc được thừa hưởng lời Giáo-hóa thậm thâm vi diệu, thì chúng ta phải cố gắng từng giờ từng phút để đạt đến mục đích cuối cùng. Sau đây, chúng ta đem ra chỉ dẫn lại để cứu độ những chúng-sanh hữu duyên, để cùng hướng về đấng Cha Lành mà thực-hành Chánh-Đạo. Đó là hạnh nguyện cao cả mà người Phật-tử chân-chánh cần phải thực-hành.

---o0o---

- CHUNG -

Sau đây là Phật Ngôn có liên quan đến trạng thái giải thoát.

Ngày nọ có vị trời (Chư-Thiên) đến hầu Phật và hỏi:

"Bạch Đức Thế-Tôn, những người thường lai vãng chốn rừng sâu, những Bậc Thánh-Nhân có đời sống đạo hạnh, mỗi ngày chỉ dùng một lần.

Tại sao các vị ấy trông có vẻ tự tại? Xin Đức Thế-Tôn từ mẫn chỉ dạy cho".

Đức Thế-Tôn đáp:

"Những vị ấy không than-van sầu muộn những chuyện đã qua, Không nóng nảy, khát-khao những gì chưa đến,

Chỉ tập trung tâm trí vào hiện tại,
Do đó, các vị ấy được Tự Tại".

Nhận định về Phật Giáo, học giả *Georges GRIMM* viết như sau:

"Cửa Trường-cửu không mở rộng cho con người đang say ngủ trong giả tạm".

"Cõi Siêu-việt, không dành cho những kẻ đang chìm đắm dưới bùn nhơ.
Hạnh-phúc khó tìm ra trong Dục-Lạc".

"Tư cách an vui tuyệt đối chỉ có ngoài những hiện tượng phù du cấu tạo,
ngoài tối mê và cõi chết".

"Giáo-lý của Đức-Phật là một lối đi chính đáng đưa tới mục đích Siêu-thoát
cuối cùng. Đặc biệt con đường này, khác hẳn tất cả phương thức được xây
dựng theo truyền thống, tập quán cố hữu mơ hồ".

"Thành đạt trình độ Viên-mãn tuyệt vời đó, rất nhọc nhằn, kham khổ. Nhưng
với người có đức tự tin, giàu nghị lực, từ tâm, nhẫn-nại, cố tiến tới từng
bước một, tuy chậm-chạp nhưng vững chắc, thì sớm muộn gì cũng tới đích".

"Mỗi bước theo dấu chân của Đức Như-Lai là một giai đoạn hạnh-phúc an-
lành tuyệt diệu không sao phủ nhận được".

---o0o---

HẾT