

# TU TÂM VÀ DƯỠNG TÁNH



**HT.Thiện Hoa**

---o0o---

*Nguồn*

*<http://thuvienhoasen.org>*

*Chuyển sang ebook 24-07-2009*

*Người thực hiện :*

*Nam Thiên - [namthien@gmail.com](mailto:namthien@gmail.com)*

*[Link Audio Tai Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)*

## Mục Lục

- Quyển 1 - Tu Tâm
  - Tu là cội phúc
  - Tâm vương
  - Tâm sở
- Quyển 2 - Dưỡng Tánh
  - Lời Giới Thiệu
  - Phần mở đầu
  - Phần chính
    - Từ Bi
    - Trí tuệ
    - Bình Đẳng
    - Lợi tha
    - Nhẫn nhục
    - Hỷ xả
    - Thanh tịnh
    - Tinh tấn
    - Kiên-chí
  - Phần kết

---o0o---

## Quyển 1 - Tu Tâm

### Tu tâm Là Một vấn đề quan trọng:

*Người đời hung dữ, vì chẳng biết tu tâm  
Gia đình không hạnh phúc, vì chẳng biết tu tâm;  
Xóm, làng hay rầy rà kiện cáo vì dân quê chẳng biết tu tâm;  
Thế giới chiến tranh, tương tàn tương sát, vì nhân loại chẳng biết tu tâm;  
Phật tử tu hành bị thối chuyển, vì chẳng biết tu tâm.  
Con người có Tu Tâm, mới trở nên hiền từ,  
Gia đình có Tu Tâm, thân tộc mới được hạnh phúc.  
Quốc gia có Tu Tâm, nước nhà mới có thịnh trị.  
Nhơn loại có Tu Tâm, thế giới mới được hòa bình  
Phật tử có Tu Tâm, mới mau thành đạo chứng quả.*

*Thích Thiện Hoa*

---o0o---

## Tu Tâm

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

Thưa quý vị,

Tôi rất vui mừng, vì thấy mỗi ngày chủ nhật, quý vị bỏ thì giờ quý báu, để đến chùa lạy Phật nghe kinh, Một giờ quý vị lạy Phật nghe kinh, thì ngày ấy hay tháng ấy quý vị tránh được việc dữ, làm được điều lành. Một người tránh dữ làm lành, thì người ấy trở nên hiền từ. Cả gia đình đều tránh dữ làm lành, thì gia đình được hạnh phúc. Cả nước đều tránh giữ làm lành thì toàn dân có đạo đức, trở nên một nước thịnh trị. Cả nhơn loại đều tránh dữ làm lành, thì lo chi thế giới chẳng được đại đồng, nhơn loại không hưởng được hạnh phúc thái bình.

Hơn nữa, trong kinh Pháp Hoa Phật dạy: “ Người nào niệm “Nam mô Phật” thì người ấy (hột giống Phật đã gieo vào trong tâm điền của họ rồi, không sớm thì chầy) sẽ được thành Phật”. Huống chi quý vị thường đến chùa lạy Phật nghe kinh, thì có lý nào sau này chẳng được thành Phật quả.

Sách Đại học nói:”Dục bình thiên hạ, tiên trị kỳ quốc; dục trị kỳ quốc, tiên tề kỳ gia; dục tề kỳ gia tiên tu kỳ thân, dục tu kỳ thân, tiên chánh kỳ tâm”

Nghĩa là: Muốn cho thiên hạ được hòa bình thì trước phải mỗi nước được thanh trị; muốn cho mỗi nước được thanh trị, thì mỗi gia đình trước phải chỉnh đốn; muốn cho gia đình được chỉnh đốn, thì mỗi người trước phải tu thân; muốn tu thân, thì mỗi người trước phải sửa Tâm mình cho chơn chánh.

Bởi thế nên hôm nay tôi giảng về vấn đề “ Tu Tâm”

Thưa quý vị,

Người đời có hai điều thiếu thốn:

Thiếu thốn về vật chất- Người thiếu thốn về vật chất: Cơm không đủ ăn, áo không đủ mặc, nhà cửa trống trước rách sau, khổ sở về xác thịt.

Thiếu thốn về tinh thần- Người thiếu thốn về tinh thần thì tham lam, gian xảo, tật đố, kiêu căng v.v.. tạo đủ điều tội ác; không những có hại cho mình hay một đời mình, nhiều khi còn liên lụy đến bà con, hoặc có hại đến nhiều đời sao nữa, nên thiếu thốn về vật chất.

Xưa có vị Hiền triết, không nhà cửa, chỉ dùng cái thùng cây làm nhà ở: nhưng vì tinh thần nay đủ, nên vị Hiền triết ấy chẳng thấy chút gì khổ sở. Trái lại như ông Thạch Sùng, vua Kiệt, vua Trụ v.v... tuy đầy đủ về vật chất, nhưng thiếu thốn về tinh thần, nên tâm hồn vẫn đau khổ, làm nhiều điều tội lỗi tày trời! Song le, người đời chỉ lo thiếu thốn về vật chất, mà ít ai nghĩ ngợi và lo sợ nghèo thiếu về tinh thần! Hôm nay tôi hiến cho quý vị một món quà về tinh thần.

Thưa quý vị! Trong sách Nho, Thầy Mạnh nói: “ Nhon,nhon tâm giả; Nghĩa, nhon lộ giả; xả kỳ lộ nhi phát do, phóng kỳ tâm nhi bất tri cầu”. Nghĩa là: Nhon, là cái tâm của con người vậy; Nghĩa, là con đường của người đi vậy ( đi lên, đi xuống, qua lại, tới, lui v.v.. cũng theo đường mà đi). Tại sao người đời lại bỏ con đường của mình không chịu đi ( người đời làm việc gì cũng nhờ tâm: kinh dinh sự nghiệp lớn lao, cũng nhờ tâm suy tính; được tài hay trí giỏi công danh vĩ đại, cũng nhờ tâm lo lường); thế mà người đời lại bỏ cái tâm của mình, chẳng biết tìm cầu!

Nói đến đây, thầy Mạnh lại than rằng: “ Ai tai! Nhon hữu kê khuyến, xả nhi tắc tri cầu chi, hữu phóng tâm nhi bất tri cầu”: Rất thương thay cho người

đòi! Mất những vật nhỏ mọn như đồng xu, các bạc, con gà, con chó chẳng xứng đáng chi, mà họ còn biết tìm kiếm, huống chi cái Tâm là vật quý giá vô cùng: Làm Hiền nhân Quân tử cũng nhờ tâm; thành Phật làm Tổ cũng nhờ tâm, thế mà người đòi lại bỏ cái tâm của mình không biết tìm cầu. Thầy Mạnh Tử lại nói tiếp: “Học vẫn chi đạo vô tha, cầu kỳ phóng tâm nhi dĩ hĩ!” đạo học vẫn không có chi lạ, chỉ tìm kiếm cái phóng tâm của mình mà thôi!

Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật dạy: “Nhược bất thức tri tâm mục sở tại, tắc bất năng đắc hàng phục trần lao; thí như Quốc vương vi tặc sở xâm, phát binh thảo trừ, thị binh yếu đương trị tặc sở tại; sử nhữ lưu chuyên, tâm mục vi cụ”. Làm cho ông lưu chuyên sanh tử, là lỗi tại cái tâm và con mắt của ông. Vậy nếu ông không biết cái tâm cùng với con mắt ở chỗ nào, thì ông không thể hàng phục được phiền não trần lao. Cũng như vi quốc vương bị giặc xâm chiếm, đem binh dẹp trừ, nếu không biết được giặc ở chỗ nào, thì không bao giờ dẹp trừ được giặc.

Bởi thế nên người học Phật, muốn thoát ly sanh tử, ra khỏi luân hồi, điều cần yếu là phải biết tâm mình. Khi biết được chơn tâm và vọng tâm rồi, mới có thể lần hồi dẹp trừ vọng tâm, trở về với bản thể chơn tâm của mình được.

Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật lại dạy: “Tất cả chúng sanh từ hồi nào đến giờ, điên đảo đủ điều, là do hạt giống nghiệp sẵn có, nó dính liền nhau, như chùm trái ác xóa. Người tu hành không thể thành quả vị vô thương Bồ đề, mà chỉ thành Thinh văn Duyên giác và Thiên ma ngoại đạo v.v... là bởi không biết hai món “chơn” và “vọng”. Nếu các ông làm lộn tu tập theo vọng niệm, mà muốn chứng đạo quả Bồ đề, thì cũng như người nấu cát muốn thành cơm, dầu trải qua nhiều kiếp cũng không kết quả được”.

Trong kinh Lăng Nghiêm, Phật nhiều lần gạn hỏi ông A Nan, cái “Tâm” ở chỗ nào?

Ông A Nan đáp: Tâm ở trong thân, tâm ở ngoài thân, tâm núp trong con mắt, tâm ở chặn giữa v.v... đều không trúng cả.

Thưa quý vị! Chúng ta với Phật không khác, nhưng vì chúng ta chưa nhận được bản tâm của mình, nên làm chúng sanh; Chư Phật đã chứng được cái bản tâm ấy rồi, nên các Ngài thành Phật.

Vì vậy, thế hôm nay tôi giảng về vấn đề “Tu Tâm”

---o0o---

## Tu là cội phúc

*Người đời sớm phải tri cơ,  
Gương lu vì bụi, trăng mờ vì mây.  
Chở che nhờ đức cao dày,  
Dầu tu cho mấy chẳng tài tu tâm.*

## Tu và Tâm

Chữ "Tu" nghĩa là sửa; Sửa cái xấu trở lại cái tốt, sửa các dở trở lại hay, sửa cái quay trở lại phải, sửa phạm Thánh. Như nhà cửa hư hao, đất vườn u trệ, nay sửa lại cho tốt đẹp, như thế gọi là "Tu bổ" Thân thể lồi thòi hành vi bần thiêu, nay sửa lại cho đàng hoàng, như thế gọi là "Tu thân". Tâm tánh ô trược tham lam, tật đố, tà kiến, si mê v.v... nay sửa lại trở nên tâm tánh tốt đẹp, như thế gọi là "Tu Tâm",

"Tâm" là "cái hiểu biết phân biệt", cũng gọi là "phân tinh thần". Tâm không có hình tướng dài, ngắn, vuông, tròn, hay có màu sắc xanh, đỏ, trắng và vàng gì. Không thể dùng con mắt mà thấy được tâm; cũng không thể dùng tay chơn sờ đụng được tâm; chỉ o thấy cái tác dụng của nó, nên biết có tâm. Cũng như "điện", người ta không thể thấy nghe hay sờ mó được điện; chỉ do thấy cái tác dụng của nó mà biết có điện. Như cho điện vào neon, thì thấy đèn sáng, cho vào quạt thì thấy quạt xoay v.v.... Vì thế, nên người ta biết có điện- Tâm chúng ta cũng thế, vì nó có tác dụng thấy, nghe và phân biệt v.v... nên chúng ta biết có Tâm.

Tâm có chia làm hai phân; Chơn và Vọng. Đứng về phần chơn tâm (thế) thì không thể dùng lời nói luận bàn, hay tâm trí suy nghĩ được, mà cần phải tự chứng ngộ, nên trong kinh nói: " Rời tướng nói năng, rời tướng danh tự, rời tướng tâm duyên" Song đứng về phần "vọng tâm", thì có thể nói năng và phân biệt được.

Trong bài này, tôi chỉ bàn về "vọng tâm" (thức). Khi chúng ta hiểu biết và đẹp trừ được cái "vọng" rồi, thì "chơn tâm" hiện ra. Cũng như sóng lặng rồi, thì tánh nước bằng phẳng tự hiện.

Thưa quý vị! Như trên tôi đã nói: "Tâm không có hình tướng: dài, ngắn, vuông, tròn, hay xanh, đỏ, trắng, vàng gì, nên không thể dùng mắt thấy, tai

nghe, hay sờ mó được Tâm. Song nhờ thấy cái tác dụng của nó nên chúng ta mới biết có "Tâm".

Mọi người không phải chỉ có năm " giác quan" mà có đều đến tám cái "Biết", tức là tám cái Tâm. Theo Duy thức học gọi là "Tám thức" (tám cái Biết). Tám cái Tâm này đều có chủ quyền thống lãnh mỗi chỗ; cũng như mỗi ông Vua ngự trị mỗi nước, nên trong Duy thức học gọi là "Tám Tâm Vương".

---o0o---

### **Tâm vương**

1.- Trong lúc chúng ta mở mắt thấy các cảnh vật, biết được cảnh đây xanh, kia đỏ, đó trắng, nọ vàng v.v... Vì cái biết này thuộc về con mắt, nên trong Duy thức gọi là "Nhãn thức" (cái biết của con mắt).

2. – Lỗ tai chúng ta, khi nghe các tiếng, biết được tiếng hay, dở, phải, trái v.v... Bởi cái biết này thuộc về lỗ tai, nên trong Duy thức gọi là "Nhĩ thức" (cái biết của lỗ tai).

3.- Lỗ mũi chúng ta, khi ngửi mùi, biết được đây là mùi thơm hay hôi v.v... cái biết đó thuộc về lỗ tai, nên trong Duy thức gọi là "Tỷ thức" (cái biết của lỗ tai).

4.- Miệng chúng ta, khi nếm các vị, biết được vị này ngọt, lạt, cay, đắng, béo, bùi v.v... Cái biết này thuộc về lưỡi, nên trong Duy thức gọi là "Thiệt thức" (cái biết của lưỡi).

5.- Thân thể chúng ta, đụng lửa biết nóng, xuống nước biết lạnh, mặc đồ mỏng biết mát, mang đồ mỏng biết mát, mang đồ dày biết nực, đụng đá biết cứng, cầm bông biết mềm v.v... Vì cái biết này thuộc về thân, nên trong Duy thức gọi là " Thân thức" (cái biết của thân). Cả năm thức này, khi chứng được quả vô lậu thì nó chuyển thành "Thành sở tác trí".

6.- Trong khi chúng ta, mắt không thấy, tai không nghe, mũi không ngửi, miệng không nếm, thân thể không chạm xúc; nói cho gọn hơn, là trong lúc năm giác quan không tiếp xúc với trần cảnh, mà ý thức vẫn phân biệt tính toán: nhớ những cảnh đã qua, suy xét những điều chưa đến. Cái biết như thế, thuộc về "Ý thức". Như ngày hôm qua, chúng ta đi coi haut, tai không còn nghe tiếng Các Bồ tát Ma ha tát khi tu hành Bát nhã Ba la mật đa v.v... mà

trong ý thức vẫn còn mơ màng điệu bộ người haut, in như còn phưởng phất ở trước mắt, tiếng người ca như văng vẳng bên tai. Mặc dù không có cảnh vật hiện tiền phản ảnh vào 5 giác quan, mà ý thức chúng ta cũng vẫn tính toán phân biệt.

Một tỷ dụ nữa, như chúng ta chưa đi học, mà biết rằng mình học sẽ được, chưa làm ruộng, mà biết mình làm ruộng đây trúng hay thất, chưa buôn bán, mà có thể đoán trước rằng, buôn bán đây lời hay lỗ; nghĩa là, những việc đã qua, chưa đến hay hiện tại, chúng ta đều suy xét biết được. Nhưng cái biết như thế, trong Duy thức học gọi là "Ý thức" (cái biết của Ý), cũng gọi là "Đệ lục thức" (cái biết thứ 6).

Cái Ý thức này, công dụng của nó lợi hại vô cùng. Nếu nó suy nghĩ tính toán những việc hay, tốt, thì thân chúng ta sẽ làm điều lành, miệng nói những lời phải, đều có lợi ích cho mình và người. Như các nhà tu hành khi niệm Phật, quán tưởng, tham thiền, nhập định v.v... cho đến lúc thành đạo, chứng quả, cũng nhờ công dụng của "đệ lục thức" này. Đến khi chúng được quả vô lậu, thì ý thức trở thành "Diệu quán sát trí"

Ở thế gian, kinh doanh được sự nghiệp lớn lao, hay làm những điều núi lở, sóng nghiêng, tội ác tày trời, cũng đều do ý thức này suy nghĩ lợi hại cả; nên trong Duy thức nói: " Công vi thủ, tội vi khôi". Nghĩa là; luận về công thì thức này có công hơn; còn nói về ác thì thức này cũng đứng đầu.

7.-Quý vị đã rõ, mỗi người đều có 6 cái biết, nói bằng cách khác là 6 món cảm giác. Vậy bay giờ đây, chúng ta nên suy xét sâu thêm một tầng nữa: cái ý thức kia, tuy ở trong 3 thời quá khứ, hiện tại và vị lai, nó đều có công năng phi thường hơn 5 thức trước, nhưng có khi nó bị gián đoạn. Như khi chúng ta ngủ mê, hoặc cheat giấc hay những lúc bị chụp thuốc mê, lúc ấy không phải cheat, nhưng không biết chi cả, và những người tu Vô tướng định v.v... lúc bay giờ cũng không còn tính toán phân biệt gì nữa. Đây là những bằng chứng trong khi ý thức bị gián đoạn.

Qua các thời gian ấy, thì ý thức (cái biết thứ 6) lại khởi lên phân biệt như thường. Vậy trong lúc nó bị gián đoạn, chắc phải nương về một nơi nào? Chỗ ấy, theo Duy thức học gọi nó là "ý căn" ( nghĩa là cái gốc của ý thức thứ 6). Tôi xin tỷ dụ để quý vị dễ hiểu, như đám cỏ cú kia, bị đá đè hay nắng rụi, đến lúc người ta dời viên đá nơi khác, hoặc gặp mưa xuống thì cỏ nức mọng mọc chồi. Cho biết trong lúc cỏ rụi, là nó chỉ trở về củ của nó, ẩn ở dưới đất mà thôi. Nếu cỏ kia không có củ, thì không làm sao nức mọng

mọc chồi được. Còn ý thức thứ 6 cũng thế, khi không có phân biệt nó không phải mất hẳn mà chỉ trở về với gốc của nó là thức thứ bảy, nên trong Duy thức cũng gọi là "Ý căn" (gốc của ý thức). Theo tiếng Phạn gọi là "Mạt na thức".

Công năng của thức thứ bảy này là thường thường chấp Ta khác với người. Chúng ta đi, đứng, nằm, ngồi, không lúc nào quên được mình (ta). Khi đối với người nói chuyện, vừa mở miệng ra là đã nói "Tôi" (ta). Hay những lúc tình cờ cây rơi (rout), hoặc bị người đánh v.v... thì ta ngẫu nhiên đưa tay đỡ, tránh. Đây là những bằng chứng thức này cũng bảo thủ cái ngã (ta).

Lại nữa, khi sanh về cõi Trời, thì thức này chấp mình là Trời, sanh về cõi người, chấp mình là người, cho đến sanh làm loài vật, thì chấp mình là loài vật. Tóm lại, từ phàm đến Thánh, không một vị nào chẳng chấp có Ta, chỉ trừ những vị đã chứng được "Sanh-không trí"- Thức thứ bảy này, lại có công năng đem các pháp hiện hành, huân chứa vào một cái kho vô tận (Tàng thức); rồi từ cái kho ấy, đưa chúng từ các pháp ra, khởi hiện hành. Nếu không nhờ thức thứ bảy này, huân tập những việc thấy, nghe, hay, biết vào kho vô tận (Tàng thức), thì chúng ta không thể ký ức lại được một việc gì cả.

Như người nhiếp ảnh, nếu anh không đem cuộn phim ấy cất một nơi nào, thì đến khi muốn rọi lại, không bao giờ rọi được. Song chiếu lại được, thì biết anh có đem cuộn phim ấy cất. Thức này cũng thế, khi chúng ta đọc một bộ sách, hay nghe một việc gì, nếu không có thức này đem cất chứa vào kho vô tận, thì lúc xem qua khỏi mắt, tai hết nghe; nghĩa là, đến khi cảnh vật hiện tiền không còn nhớ lại một việc gì cả. Bởi có nhớ lại được, nên biết rằng nó có chứa đựng một nơi nào vậy.

Thế nên thức thứ Bảy này, cũng có tên là "Truyền tông thức" (truyền vào và tông ra). Đến khi chúng được quả vô lậu, thì thức này đổi tên là "Bình đẳng tánh trí"

8.- Thưa quý vị! Cứ theo chánh giác và chánh lý mà phán đoán: đã có cái "năng phân biệt chấp ta" tức là thức thứ Bảy, thì cố nhiên phải có "cái ta bị chấp" là thức thứ Tám. Cũng như nói "tôi cầm viết"; đã có cái tay cầm, nhứt định phải có vật bị cầm. Vì thế nên thức thứ Tám cũng có tên là "Ngã ái chấp tàng" (bị thức thứ Bảy chấp làm ta).

Như trên đã nói: "Thức thứ bảy đem các pháp hiện hành luân chứa vào một nơi". Nếu đã có kẻ đem chứa, thì nhứt định phải có chỗ để chứa. Cũng như có người đem cát đổ vào kho, thì phải có cái kho để cất. Chúng ta từ nhỏ đến



lớn, hoặc đọc được 100 bộ sách, hay làm không biết bao nhiêu công việc, trải qua trong một thời gian năm mươi năm, không nghĩ đến thì thôi, nếu một phen hồi tưởng lại những sách ta đã đọc và những việc ta đã làm, thì nó vẫn hiện rõ ràng, in tuồng như mới đọc và mới làm.

Một bằng chứng nữa: Chúng ta đi từ Nam chí Bắc. Xem không biết bao nhiêu phong cảnh, hay du loch thế giới, thấy những vật lạ thường, khi trở về nhà, các cảnh vật ấy không còn thấy nữa; nhưng một phen nhớ lại, thì thấy rõ ràng như ở trước mắt, vẫn còn ló lờ lang tuàn tự. Như thế thì biết rằng, phải có cái kho bằng tinh thần vô hình và vô at65n ( Tàng thức) để chứa đựng bao nhiêu hình ảnh của những cảnh ta đã xem, những sách vở ta đã đọc và những việc ta đã làm.... Nếu không có cái kho vô tận này, để chứa giữ lại, thì những sách ta đã đọc và những cảnh ta đã xem và thôi đọc; nghĩa là phải quên liền khi các cảnh vật không còn hiện tiền phản ánh vào bộ óc nữa. Về sau chúng ta muốn nhớ lại cảnh vật đã qua, hay một bộ sách đã đọc, cũng không bao giờ nhớ được.

Vì thế nên biết phải có một cái kho vô hình chứa giữ lại. Cái kho ấy theo Duy thức gọi là "Tàng thức", nghĩa là "cái thức chứa"; vì nó chứa căn thân, khí giới và chủng tử các pháp vậy; cũng tên là "Đệ bát thức" (cái biết thứ tám). Theo tiếng Phạn gọi là "A lại da thức".

Đến khi chúng được quả vô lậu, thì thức này đổi tên là "Bạch tịnh thức", hay gọi là "Đại viên cảnh trí".

Thưa quý vị! Cố nhơn có làm một bài kệ, để cho chúng ta nhớ cái tài năng hay tác dụng của tám thức như sau:

Bát cá đệ huyenh, nhứt cá si

Độc hữu nhứt cá tối linh ly

Ngũ cá moan tiền tố mãi mại

Nhứt cá gia trung tác chủ y.

Nghĩa là: Trong tám an hem, thức thứ Bảy là si mê (ngã si), duy có thức thứ Sáu, rất khôn lanh (công vi thủ, tội vi khôi); còn Năm thức trước như người làm công ở ngoài cửa, chỉ lo buôn bán, tiếp rước khách hàng (tiếp xúc với 5 trần cảnh); một mình thức thứ Tám làm ông chủ nhà (chứa đựng).

Xem bài kệ này chúng ta có thể biết qua được khả năng của 8 thức, mà thức thứ 6 và thức thứ 7 là lợi hại hơn hết. Nếu thức thứ Bảy si mê, Bồ tát Ma ha tát Bồ tát Ma ha tát chấp ngã, thức thứ Sáu suy tính làm những việc tội ác, thì chúng ta muôn kiếp trầm luân, không bao giờ thoát ly sanh tử luân hồi được. Vì thế nên người tu Phật, lúc nào cũng phải dùng thức thứ 6 và thức thứ 7, quán nhơn vô ngã, để phá trừ si mê chấp ngã, dứt phiền não chướng; rồi quán pháp vô ngã, để phá trừ pháp chấp, dứt sở tri chướng. Khi ngã chấp và pháp chấp hết rồi, tức là phiền não chướng và sở tri chướng đã dứt, thì chúng được hai quả thù thắng là: Bồ đề và Niết bàn.

Vì thế nên trong Duy thức học nói: "Lục, thất nhơn trung chuyển; ngũ bát quả thượng viên". Nghĩa là: trong lúc tu nhơn, thì chỉ dùng thức thứ 6 và thức thứ 7; đến khi kết quả thì cả 5 thức trước, và thức thứ 8 cũng được viên thành.

Vì 5 thức trước như người làm công, không có quyền, còn thức thứ 8 chỉ có tài chứa đựng; duy có thức thứ 6 và thức thứ 7 này, nếu có công thì nó hạng nhứt, mà có tội nó cũng đứng đầu. Người học Phật đối với hai thức ấy, lúc nào cũng phải can thận và sửa đổi, như thế gọi là "Tu Tâm".

---o0o---

### **Tâm sở**

Thưa quý vị! Từ trước đến đây, chúng tôi căn cứ theo tác dụng hiện thật của các giác quan và sách Duy thức mà giải thích, thì mọi người không những có 5 cái biết, mà phải có đến 8 cái Biết: Cái biết xem của mắt, cái biết nghe của tai, cái biết ngửi của mũi, cái biết nếm của lưỡi, cái biết cảm xúc của thân, cái biết phân biệt, so đo của ý thức, cái biết chấp ngã (ta) của thức thứ 7 và cái biết giữ gìn chứa lại của thức thứ 8.

Tám cái biết này, có sức tự tại và tự chủ, cũng như ông Vua, nên trong Duy thức gọi là "Tâm vương". Nhưng nếu chỉ có một ông Vua, thì dầu tài hay trí giỏi đến đâu, cũng không thể làm gì được, nên ngoài Vua ra, còn phải nhờ Quân thần, binh tướng mới có thể đánh Nam dẹp Bắc, sửa trị nước nhà, hoặc kinh doanh sự nghiệp vĩ đại trong nước.

Tám thức tâm vương cũng thế, nếu chỉ có tâm vương (vua) mà không có tâm sở (9quần thần) thì tâm vương này cũng như người làm vua mà không có binh tướng; thì không thể tạo tác những điều tội ác hay từ thiện được. Bởi

thế nên ngoài 8 thức tâm vương này, còn có 51 món sở hữu của tâm vương, theo Duy thức học gọi tắt là "Tâm Sở"

Trong 51 món tâm sở, chia làm sáu đẳng phái: 1, biến hành, 2. Biệt cảnh, 3. Thiện (lành), 4. Căn bản phiền não, 5. Tùy phiền não, 6. Bất định. Trong đây có hai đẳng quan trọng như là : Lành (thiện) và "Dữ" (phiền não).

Hai đẳng này, rất nghịch nhau và thường chiến tranh nhau luôn. Mỗi khi đạo binh hiền lành chiến đấu thắng được giặc phiền não (ác), thì chúng ta trở nên Hiền như Quân tử, hoặc thành Bồ tát hay Phật. Trái lại, nếu bên ác là giặc phiền não, chiến đấu được thắng, thì chúng ta mất tự chủ, nó sai sử chúng ta phải say mê theo tử, sắc. Cụ thợ Thiện Hiệ lại thừa Phật rằng:

, tài, khí v.v..mất hết tự do làm cho tánh tình ta xấu xa, thấp hèn cử chỉ đê tiện, hành vi tồi tàn, trở thành kẻ tiểu nhân, hoặc đoạ địa ngục, ngạ quỷ hay súc sanh.

Thế nên người tu hành, điều cần yếu là luôn luôn lúc nào cũng chiến đấu làm sao cho thắng được giặc phiền não ở tâm mình, như thế gọi là "Tu Tâm".

Vậy chúng ta cũng nên biết rõ, đạo binh hiền từ ở nơi tâm ta, có bao nhiêu binh sĩ, tên họ tánh tình, hình dáng và tài năng thế nào? Rồi chúng ta cũng phải biết giặc trong tâm ta, có bao nhiêu tên, đầu đảng là ai, tên họ tánh tình, hình tướng và tài năng của giặc ra sao? Khi biết được tài năng binh mình, thấy rõ được sức giặc, thì chúng ta mới mong thắng được giặc. Hôm nay tôi xin tuân tự kể bày, để quý vị được rõ. Trong tâm ta, về khối Ác là giặc phiền não có 30 tên.

---o0o---

### Căn Bản Phiền Não

1.- Tham là tham lam. Người tham lam, tánh hay để ý dòm rình những cái gì họ ưa thích: tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, miếng ăn, chỗ ở v.v... Rồi họ lập mưu này kế nọ, để tìm kiếm cho được, được mấy cũng không vừa, nên tục ngữ có câu: " Bể kia dễ lấp, túi tham khó đầy!". Tham cho mình, rồi tham cho bà con quyến thuộc. Nói rộng ra, tham cho cả quốc gia, xã hội của mình.

Cũng vì lòng tham, mà như loại tranh giành xâu xé cướp bóc giết hại lẫn nhau, chịu không biết bao nhiêu điều thống khổ. Tham không những có hại

cho mình về hiện tại. Tham không những có hại cho mình về hiện tại, mà còn liên lụy đến người và về tương lai nữa là khác.

Phật-tử tự xét mình, nếu có tâm tham lam, phải tập tánh thiếu dục tri túc, bỏ dần lòng tham đi; như thế gọi là "Tu Tâm".

2.- Sân là nóng nảy. Người có tánh nóng nảy, gặp những việc trái ý thì nổi nóng lên, trong tâm bực tức, không an, ngoài mặt nhăn nhó, xấu xí vô cùng, mắt đỏ tía hoặc tái xanh. Bộ dạng thô bỉ, thốt ra lời nói thiếu nhã nhặn, có khi đánh đập hoặc chém giết người. Phật tử chúng ta, mỗi khi nổi sân lên, các cố lấy kiến rọi mắt mình, thật "ngộ" hết sức...không phải là Phật-tử chút nào! Tánh "nóng nảy" rất có hại: làm cho ánh em chẳng ưa, trong gia đình không được hòa nhã, ngoài xã hội chẳng được kính yêu. Nhiều người vì nóng nảy mà đánh đập vợ con. lắm khi phải mang bệnh tật suốt đời, hoặc giết hại đồng bào, chủng loại. Cũng có người vì quá nóng nảy mà làm hư danh giá, quyền lợi và cả đời tu của mình. Trong kinh Hoa-Nghiêm, Phật dạy : "Nhứt niệm sân tâm khởi, bách vạn chướng moan khai": Một niệm lòng sân hận nổi lên, thì trăm ngàn cửa nghiệp chướng đều mở ra. Thuở xưa, ông Uất-Đầu-Làm-Phất, vì sân mà phải đọa làm con phi-ly trùng. Ông Độc Giác Tiên Nhon cũng vì sân, mà mất cả năm phép thân thông. Trong kinh nói: "Nhứt sân chi hóa, năng thiêu vạn khoảnh công đức chi sơn". Nghĩa là: một đóm lửa sân, có thể đốt hết muôn mẫu rừng công-đức. Chúng ta thấy, trong hàng Phật tử, có người phát tâm tu được 5,7 năm hoặc đôi ba năm, cũng có thể gọi là người có công với Đạo. Một khi gặp cảnh nghịch, nổi sân lên rồi bỏ hết: Phật pháp không tưởng, việc Đạo cũng chẳng làm, trái lại còn tìm cách phá hoại. Thật "đốn củi ba năm chỉ tiêu trong một giờ", rất uổng cho công trình tu tập bao nhiêu năm của người ấy!

Tổ xưa có quờ rằng: "Sân si nghiệp chướng không chừa, bo bo mà giữ tương đưa gì!" Sân rất có hại như thế, hàng Phật tử chúng ta phải tu pháp nhẫn nhục để lần lần dẹp lòng sân; như thế gọi là "Tu Tâm".

3. SI là si mê (có chỗ gọi là vô minh). Đối với sự vật hiện tiền, tâm tánh mờ ám, không có trí huệ sáng suốt để phán đoán việc hay, dở, tốt, xấu lợi hại v.v... nên mới làm những điều nhiễm ô tội lỗi, có hại cho mình, và người (theo thế tục gọi là "dại" hay "ngu"). Cái Si này thường ám ảnh trong tất cả việc làm, hại người chẳng phải nhỏ, mà nhứt là khi tham và sân.

Như anh chàng thanh niên kia, biết cô mỹ nơn nọ bị ho lao và có bệnh truyền độc... Nhưng đến khi si mê ám ảnh, thì anh không còn thấy vi trùng lao và bệnh truyền độc nữa.

Một người tham tiền, đánh bài bạc, mê đề, vì si mê ám ảnh, nên đến lúc thua hết của tiền mà cũng không chán.

Có một người vì lòng tham, si nổi lên, giữa lúc ban ngày đông người, vào tiệm giựt vàng.

Lính bắt được hỏi: "Anh không thấy lính tráng ở chung quanh và không sợ tù tội sao?" Anh trả lời rằng: "Lúc đó tôi chỉ thấy vàng thôi; nếu thấy lính tráng tội, thì tôi đâu dám làm như thế!"

Đây là những bằng chứng, trong lúc tham, vì có si mê ám ảnh, nên anh chàng thanh niên kia phải mang bệnh ho lao và truyền độc; người đánh bài bạc mới hết cửa hết nhà; anh giựt vàng kia mới mang gông cùm tù tội! Nếu trong lúc ấy, được sáng suốt, phân biệt lợi hại, thì anh thanh niên kia có thể thắng lại được dục vọng của mình, đâu có lâm bệnh hiểm nghèo như thế; người đánh bài bạc, cậu giựt vàng, có thể thắng được lòng tham, không đến nỗi bị hết cửa và mang tù tội. Cho biết trong lúc tham mà có Si, thì có hại rất lớn! Khi nóng giận cũng vậy, nếu trong lúc nóng giận mà sáng suốt, biết suy xét việc lợi hại, lúc ấy có thể dẫn bớt sự nóng giận ít nhiều! Trái lại vì bị si mê ám ảnh, nên nói càn làm bướng, đến khi hết giận rồi thì tội lỗi quá nhiều! Nên lời tục nói: "A□n nóng mất ngon, giận lắm mất khôn" là vậy.

Có nhiều người trong lúc nóng giận, đánh đập vợ con đến tàn tật, phá hoại nhà cửa cho đến tiêu tan, hoặc uống thuốc độc hay trầm mình, để cho thoát kiếp thân đau khổ! Những tai nạn như thế, đều do si mê ám ảnh cả.

Tổ sư có dạy rằng: "Bất úy tham sân khởi, duy khùng tự giác trì!; nghĩa là không sợ tham và sân nổi lên, mà chỉ sợ mình tự giác ngộ chậm. Nói cho dễ hiểu, là không sợ tham, sân mà chỉ sợ si mê đó thôi. Nếu tham, sân nổi lên, mà ta sáng suốt phán đoán kịp thời, không có si mê, thì tham sân kia cũng chẳng làm gì được. Người học Phật phải dẹp trừ lòng si mê của mình, lúc nào cũng phải sáng suốt đối với tất cả mọi việc. Như thế gọi là "Tu Tâm".

4.- MẠN là ngã mạn công cao. Nói theo lối thông thường có hơi thô một chút là "phách lối" lấn lướt, hiếp đáp người. Vì ý tiền tài, tài năng và quyền thế của mình mà khinh rẻ người, chẳng kính người già cả, không kể người phước đức. Bởi hiêu hiêu tự đắc, coi không có người (mục hạ vô nơn) nên

chẳng ai ưa. Vì lòng ngã mạn, cho mình hơn ai hết, không kính phục người, nên bị tôn đức. Vì thế mà phước lành tôn giả, tội lỗi càng thêm, nên phải sanh tử luân hồi, không bao giờ cùng tột. Người học Phật nên tự kiểm thảo mình, nếu có ngã mạn cống cao thì phải cố gắng dẹp trừ đi. Như thế mới phải là Phật tử, và như thế mới gọi là "Tu Tâm".

5.-NGHI là nghi ngờ. Đối với đạo lý chơn chánh, lại nghi ngờ không tin. Những pháp tu giải thoát và điều phước thiện, lại do dự chẳng làm. Nó chướng ngại lòng tin, cản trở việc từ thiện. Nghi có ba: 1-Nghi mình. Như nghe nó: "Tu hành sẽ được giải thoát", rồi từ nghi ngờ: không biết mình đã có tu được hay không? Vì lòng nghi ngờ, do dự ấy, nên không chịu tu. 2.- Nghi người; nghĩa là nghi người dạy mình. Như có người dạy ta: "Làm lành được phước, làm ác sẽ bị tội". Chúng ta nghi: không biết người ấy nói có thiệt hay không? Bởi nghi nên không làm 3.- Nghi pháp; như nghe lời Phật dạy: "Người chí tâm niệm Phật, từ một ngày cho đến bảy ngày được nhứt tâm, thì người ấy đến khi lâm chung, sẽ được Phật Di Đà tiếp dẫn, sanh về nước Cực lạc", rồi họ nghi rằng: phương pháp ấy không biết kết quả có đúng như vậy hay không? nên họ chẳng siêng tu.

Nói tóm lại, vì lòng nghi ngờ, nó cản trở nhiều điều tiến triển. Những người có tánh đa nghi, đối với bạn bè, họ thấy không có ai là người tin cậy. Trong gia đình họ thấy không có người nào là thân mật. Phật tử nên cẩn thận đề phòng mọi việc, nhưng phải cương quyết dẹp trừ tánh nghi ngờ. Như thế gọi là "Tu Tâm".

6.- THÂN KIẾN là chấp nhận thân ngũ ấm, tứ đại giả hợp này là "Ta". Hoặc nghe theo lời tà giáo nói: "Người có 3 hồn, 7 vía, linh hồn, thể phách v.v..." rồi chấp 3 hồn 7 vía v.v... đó là Ta. Vì chấp "Ta thật có", nên kiếm món này vật nọ để cho ta ăn, sắm kiệu kia cách nọ để cho Ta mặc, lo cất nhà cửa, mua ruộng vườn để cho Ta dùng, tranh danh đoạt lợi, mỗi mỗi cũng vì Ta! Không những lo cho Ta, mà lại lo cho cả gia đình, quyền thuộc, quốc gia và xã hội của ta nữa. Vì "chấp Ta" mà tạo ra nhiều tội lỗi: lo tranh danh đoạt lợi cho ta hưởng, xâu xé cướp giựt nhau để cho quốc gia xã hội Ta dùng. Vì thế, nên thế giới đạn bay như mưa, bom nổ như pháo, máu chảy thành sông, xương chát tợ núi!

Hàng Phật tử chúng ta, phải sáng suốt quan sát thân giả này giả hợp không có thật có. Hễ phá trừ thân kiến rồi, (chấp Ta) thì tánh ích kỷ vị ngã không còn, nên không tạo những điều tội lỗi vì bản ngã nữa. Như thế gọi là "Tu Tâm".

7.-BIÊN KIẾN là chấp một bên, hoặc chấp chết rồi còn hoài, hay chấp chết rồi mất hẳn.

Một, vì chấp có Ta, nên có người chấp "Ta" chết rồi còn hoài không mất: Người chết vẫn sanh làm người, thú chết sanh trở lại thú, Thánh nhơn chết trở làm Thánh nhơn. Vì chấp như vậy, cho nên chẳng sợ tội ác, và cũng không cần tu thiện; bởi họ cho tu cũng vậy không tu cũng vậy. Do chấp cái "Ta" thường còn không mất có hại như thế, nên trong kinh Phật gọi là "Thường kiến ngoại đạo".

Hai, có người chấp "chết rồi mất hẳn". Vì họ thấy bầu thế giới mênh mang, không gian vô tận, chết rồi là mất chớ có thấy tội phước gì đâu! Thấy đời sống của mình chết rồi không còn giá trị chi hết, nên mặc tình làm những điều tội lỗi. Họ nói rằng: "Tu nhơn tích đức già đời cũng chết; hung hoang bạo ngược tận số cũng không còn". Biết bao người vì chấp chết rồi là hết, nên mỗi khi gặp cảnh nghịch lòng, nhứt là tình duyên trắc trở, họ không trầm tĩnh sáng suốt tìm phương pháp để xử trí. Cứ cho chết rồi là hết đau khổ, nên họ tự liều mình với chén thuốc độc hay dòng sông sâu! Chớ họ không biết rằng chết rồi đâu có phải là hết khổ! Bởi chấp chết rồi mất hẳn có hại như vậy, nên trong đạo Phật gọi là "Đoạn kiến ngoại đạo".

Thật ra người chết không phải thường còn và cũng không phải mất hẳn, mà theo nghiệp lực lành hay dữ luân hồi.

Người Phật tử phá trừ hai món chấp trên, như thế gọi là "Tu Tâm".

8.-KIẾN THỦ là bảo thủ sự hiểu biết sai lầm của mình. Đây có hai cách: 1.- Hành vi của mình sai lầm, ý kiến lại thấp thỏi, nhưng không tự hiểu biết, lúc nào cũng bảo thủ cho mình là hay giỏi, đúng đắn hơn hết, ai nói cũng chẳng nghe. 2.-Biết mình như thế là sai, nói như vậy là dở, nhưng cứ bảo thủ cái sai và cái dở ấy, không chịu thay đổi.

Như có người, ông bà trước đã lỡ theo tà đạo, nay con cháu vẫn biết đó là tà, nhưng cứ theo như vậy mãi không đổi. Họ bảo rằng: "Xưa sao nay vậy!". Hay như có người, cha mẹ trước đó có làm nghề tội lỗi, qua đến đời con, cứ bảo thủ nghề ấy, không chịu thay đổi.

Nói cho rõ hơn, là những tục lệ trong thế gian, như mỗi năm phải làm trâu bò để tế thần; khi người chết phải làm heo bò cúng kiến, mỗi kỳ tuần tự hay giỗ quây, phải đốt giấy tiền vàng bạc áo quần kho phước; mỗi năm phải hội

hộp để cúng tà thần ác quỷ v.v... Người học Phật phải dẹp trừ "kiến thủ", như thế gọi là "Tu Tâm".

9.- GIỚI CẤM THỦ là giữ theo giới cấm của ngoại đạo tà giáo. Cấm một cách vô lý không phải nhân giải thoát mà chấp là nhân giải thoát. Như bên An Độ có những phái ngoại đạo leo lên cây cao nhảy xuống, gieo mình vào lửa v.v... có đạo mỗi năm phải giết một người tế thần; như đạo của anh Vô Nãi, phải giết cho đủ 1.000 người mới đắc đạo. Người học Phật phải dẹp trừ "giới cấm thủ", như thế gọi là "Tu Tâm".

10.- TÀ KIẾN là chấp theo lối tà. Phàm chấp những cái gì không chọn chánh đều thuộc về tà kiến. Nói bằng cách khác là "mê tín". Như thờ đầu trâu, đầu cọp, bình vôi, ông táo, xin xăm, bói quẻ, coi ngày, tìm huyết, buộc tom, đeo niệt, coi sao, cúng hạn v.v... Thật ra người học đạo nên coi chỗ tạo nhơn của mình lành hay dữ, chánh hay tà mà thôi, chớ không nên coi bói làm gì. Nói rộng ra thì gồm cả bốn chấp trên đều về tà kiến.

Hàng Phật tử phải dẹp trừ "Tà kiến", như thế gọi là "Tu Tâm".

---o0o---

### Tùy Phiền Nãi

Thưa quý vị! Mười món phiền nãi tôi vừa kể trên, trong kinh gọi là "Thập thiết". Nghĩa là 10 món này xiềng-xích này nó xiềng- xích trói cột chúng-sanh không giải-thoát được sanh-tử luân hồi; cũng kêu là "thập-sử", vì nó sai sử chúng ta làm nô lệ cho thất tình lục dục lẫn lộn trong ba cõi (Dục-giới, Sắc giới, Vô-sắc-giới) và quanh quẩn sáu đường (Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, Thiên, Nhơn, A-tu-la) chịu khổ. Người học Phật phải phá trừ 10 cái xiềng xích này thì mới được tự do giải thoát và mới khỏi làm nô lệ cho thất tình, lục dục. Như thế gọi là "Tu Tâm".

Mười món trên đây, trong Duy-thức gọi là căn bản phiền nãi; nghĩa là 10 món phiền nãi gốc. Từ 10 món phiền nãi gốc này, sanh ra 20 món chi-mạt phiền nãi sau đây, trong Duy thức gọi là "Tùy phiền nãi", nghĩa là phiền-nãi chi-mạt từ nơi gốc mà sanh ra.

11. Phẫn là tức giận. Do đối với nghịch cảnh, trước hết nổi nóng lên (sân), kế đó sanh ra tức giận nghẹn ngào, nói chẳng ra tiếng, hoặc tuôn ra nước mắt lộ ra gương mặt hầm hừ, bộ dạng hung hăng, mặt tánh ôn hòa nhã nhặn. Vì tức giận nên mới đánh đập chưởi mắng người, làm những điều tội lỗi. Vì tức



giận mà đập bàn, vỗ ghế, la ó ray rà, mất hết tư cách của người Phật-tử. Vì tức giận mà đánh người một cách tàn nhẫn; chẳng biết đã tay; giết người như chém chuối, không chút đau long!... Cũng có người tức giận bởi tình duyên trace trở, mà đâm ra liều mình tự tử, uống thuốc độc hay trầm mình, hoặc giết con, đốt chồng v.v... như trên mặt báo thường kể.

Hàng Phật-tử chúng ta ôn hòa nhã nhặn; mỗi khi long tức giận nổi lên, phải định tâm niệm Phật, để dần nó xuống. Như thế gọi là "Tu Tâm"

12.-Hận là hờn. Có 2:1. –Hờn mát, nghĩa là hờn một chút thôi. 2.-Hờn thiệt, nghĩa là gặp việc gì trái ý, hờn hoài không bỏ. Người có tánh hờn mát, thì hay hờn lắm, dù là việc không đáng, nhưng chỉ hờn trong giây lát thôi. Còn người hờn thật, thì ít hay hờn, nhưng mỗi khi hờn, thì ít có bỏ qua được. Như lời tục nói "Hờn thâm xương"

Vì gặp nghịch cảnh, trước sanh ra nóng giận, sau khi giận không bỏ qua được, nên mới có "Hờn". Vì hờn nên ôm ấp oán thù. Bởi ôm ấp oán thù, cho nên lập mưu này kẻ nọ, để gặp cơ hội thuận tiện đặng trả thù. Như lời tục nói "Thù xưa chẳng đợi trời chung" là vậy.

Cái "Hờn" này tuy nó ngấm ngấm, mà dễ sợ lắm! Cũng như lửa than, mỗi khi gặp bối hay bụi nhùi, có hơi gió thổi, thì nó cháy phừng lên. Người ôm long "hờn oán" cũng thế: Nó chỉ ngấm ngấm trong tâm mà thôi, mỗi khi có người chọc gheo đến, hoặc gặp những việc trái ý, mặc dù chẳng xứng đáng chỉ, nhưng cũng nổi nóng lên làm dữ.

Người đáng lúc ôm ấp cái "hờn", thì gặp cảnh nào cũng hướng mắt, thấy ai cũng muốn gây. Gặp những người như vậy, chúng ta không nên chọc gheo đến họ. Phật-tử chúng ta, quán sát cái "Hờn", có hại như thế, và trong lúc ta hờn người, sẽ nặng long mình! Sách nói: "Oán gia nghi giải bất nghi kiết" (việc oán thù nên cởi mở, không nên trói cột). Suy xét như vậy mà dẹp trừ dần đi. Như thế gọi là "Tu Tâm".

13- Nỗi là buồn rầu, bout rout. Vì gặp những việc trái ý trước nóng giận và hờn, bởi không bỏ được, nên mới có buồn. Buồn man mác, bout rout nơi long không vui được, hiện ra ngoài gương mặt buồn buồn! Cần cần, cười rừi, hoặc chẳng muốn nói cười. Ai có hỏi đến thì nói xuôi xị, nếu ai động đến thì gây liền.

Cái buồn man mác này tuy không ra gì, chớ khó long lắm! Nhứt là khi tụng kinh, niệm Phật nó thường nổi lên. Nếu chúng ta không hỷ xả được, thì nó làm cho ta buồn mãi không vui, có nhiều khi phải thôi chí với đạo.

Chúng ta cũng nên phân biệt cho rõ: Nóng (sân), Giận (phân), Hờn (hận). Buồn (nã), bốn món tâm sở này khác nhau, từ hành tướng cho đến công-năng đều khác. Nếu không khác, thì sao có 4 danh từ khác nhau. Tôi xin tạm thí-dụ để quý vị dễ nhận: Sân (nóng) cũng như lửa rom, nó chỉ cháy bùng lên, một cách cấp tốc. Giận cũng như lửa củi, phùng phùng cháy tới, khó dập tắt liền được. Hờn, cũng như lửa than, không lên ngọn mà vẫn cháy hoài, nóng lắm. Buồn, cũng như ngọn lửa tàn, tuy hết cháy chớ nó còn vùi trong tro nóng, và cũng nóng hằm cả buổi mới nguội.

Hàng Phật-tử chúng ta cố gắng dập tắt lửa long, không còn chút gì ham nóng; làm sao cho tâm mình mát mẻ như nước ao A-Nậu (thanh lương thủy). Như thế gọi là "Tu Tâm".

14.- Phú là che giấu tội lỗi của mình. Mình làm điều gì sai quấy, không chịu phát-lờ sám hối; vì sợ người ta biết rồi xấu hổ, mất danh tiếng và quyền lợi của mình, nên che giấu. Đâu biết rằng "ai cho khỏi lỗi"; người có lỗi mà biết phát-lờ sám hối là một điều hay, làm cho ai nấy điều chứng biết tội lỗi của mình; từ đó về sau mình không dám làm nữa. Cũng như cái áo dơ có giặt, thì áo mới sạch, nhột được mỡ rửa, thì nhột mới mau lành. Trái lại, che giấu thì tội lỗi càng thêm; trong lòng ăn năn buồn bã không an. Cũng như mụn ghẻ không chịu mỡ rửa, thì nó đau nhứt nhiều ngày, áo dơ chẳng giặt thì mùi hôi không hết. Bởi thế, người tu Phật có lỗi không được che giấu mà phải phát-lờ sám hối, tội ấy mới được trong sạch. Theo thường lệ, Phật-tử mỗi tháng phải phát-lờ sám hối hai lần, là ngày 14 và 29( tháng thiếu 28), thì tội nghiệp mới được tiêu trừ. Như thế mới gọi là "Tu Tâm".

15.- Tật là tật đó, ganh ghét. Thấy người có tài hay, danh tiếng tốt, đức cao quyền trọng, mình sanh lòng đố kỵ ghen ghét. Thấy người vinh hiển, mình lấy làm xôn mắt, chướng tai, trong lòng xôn xang khó chịu, lộ ra cử chỉ nhún trề, háy nguýt, kiếm chuyện nói xấu, làm cho giảm danh giá của người. Đây là tánh tiêu nơn, người tu Phật phải cố dẹp trừ tâm tật đó. Như thế gọi là "Tu Tâm".

16.- Xan là bòn xén rít-rắ.; người đời kêu là hà tiện. Có tiền của rất nhiều, nhưng không chịu đem bố thí giúp đỡ cho ai; từ vật nhỏ cho đến vật lớn, dù gặp người đói rách hoạn nạn cũng mặc tình. Biết được nghề hay, hay nghề

được giáo pháp, không chịu chỉ dạy cho người; dù có dạy cũng sơ sài mà thôi; thà cheat đem theo. Chớ không muốn dạy người. Làm bộ tịch như người quê mùa nghèo khó, ăn không dám ăn, mặc không dám mặc. Chứa đẽ của cải, đến đòi hỏi thú vị, hư mục rồi đem đồ bỏ; tiền bạc để mới ăn, rồi trách đất kêu trời, chớ chẳng bỏ thí một xu, hay cho người một lon gạo.

Người tánh tình-rít rắm ấy, hiện đời không ai ưa, sau cheat rồi làm loài nga quỉ. Hàng Phật-tử chúng ta, phải tự xét lấy tâm mình, nếu có tánh bòn xén về tài sản hay giáo pháp phải mau sửa đổi đi. Như thế gọi là "Tu Tâm".

17.-Cuồng là dối gait người. Vì cầu danh-lợi, nên dối hiện như người thật thà, hiền hậu, hoặc làm như người tu hành có phước đức lắm. Miệng Phật tâm rắn, lập những hạnh lạ thường, làm nhiều điều khác chúng, bày những việc không thật, gait gấm, phỉnh phờ người, để trông cầu danh tiếng tài lợi. Người học Phật phải tự kiểm điểm mình, nếu có tánh dối trá ấy, phải sửa đổi liền đi. Như thế gọi là "Tu Tâm".

18.-Kiêu là kiêu căng. Y□ mình giàu có, quyền thế, danh vọng, hoặc tài hay rồi kiêu-căng, phách lối coi người không ra gì, khinh người không thèm tiếp, gặp người chào hỏi chẳng trả lời; hiêu hiêu tự đắc, mục hạ vô nhơn. Người có tánh kiêu-căng thì chẳng ai ưa tự tổn âm- đức của mình. Phật tử chúng ta, tự xét lấy mình nếu có tánh kiêu căng này phải mau sửa đổi. Như thế gọi là "Tu Tâm"

19.-Siểm là bợ đỡ, dua nịnh. Đối với người có quyền thế hoặc giàu có v.v...bợ đỡ, nịnh hót, chịu uốn cho được lòng người. Làm bộ cung kính và khen ngợi người, trau chuốt lời nói không thật, để lợi dụng tiền của quyền thế hoặc công lao của người. Phật tử chúng ta, tự xét lấy mình, nếu có tánh bợ đỡ dua nịnh, phải sửa đổi đi. Như thế gọi là "Tu Tâm" .

20.-Hại là làm tổn hại. Đối với các loài hữu tình đã không có lòng từ bi thương xót, lại làm tổn hại chúng nó. Mặc dù những loài vật ấy không động phạm đến mình, nhưng hễ gặp đến thì vẫn muốn giết hại, như cào cào châu chấu v.v... nếu không ngắt cánh, thì cũng bẻ giò. Một tỷ-dụ nữa: như trái cây của người, những trái dùng được thì hái ăn đã đành, còn những trái non nót, ăn không được cũng bẻ phá. Tánh phá hại này làm tổn hại đức "Bi" của mình. Người học Phật cần phải sửa đổi. Như thế gọi là "Tu Tâm"

21.-Vô Tàm là không biết hổ.

22.- Vô Quý là không biết thẹn. Nghĩa là: làm việc sai quấy, đối với lương tâm mình không biết hổ, đối với người khác mình không biết thẹn. Thấy người Hiền không biết kính trọng, gặp việc phải chẳng màng. Bởi làm việc quấy không sợ người chê cười, nên tội ác mỗi ngày càng thêm lớn. Người không biết hổ thẹn, thì không đủ tư cách làm người, bị chúng khinh cười, không còn giá trị.

23.-Điệu cử là lao chao. Tâm tánh lao chao không được trầm tĩnh. Nhiều khi thố lộ nơi thân: nhip vé rung đùi, đứng ngồi lật đật. Phát hiện nơi miệng: nói năng lấp bắp, cười cợt không ngừng. Người tánh neat lao chao, thì không ra người lớn. Nếu người có tư cách Đại nhơn, như là nhà Tu sĩ, phải cố gắng hàng phục tâm điệu-cử này. Nếu thắng được nó, thì mới trở nên người đàng hoàng, đứng đắn. Tu như thế gọi là "Tu Tâm".

24.- Hôn Trầm là mờ mịt. Như trong lúc chúng ta nghe kinh, ngồi nghe một hồi rồi mơ màng, ngủ không phải ngủ, vì tai vẫn nghe nói pháp vắng vắng; nhưng không nghe rõ vị Giảng-sư nói gì. Một tỷ-dụ khác: như trong lúc chúng ta ngồi yean, tưởng Phật hay niệm Phật, tưởng niệm một hồi tâm mơ màng rồi ngủ gục, không còn biết tưởng niệm gì nữa cả.; mặc dù tay đương lần chuỗi, miệng vẫn niệm Phật.

25.-Tán Loạn là rối loạn. Tâm nghĩ xằng xiêng tán mát, phân biệt lằng xằng, rong ruổi theo cảnh trần. Bởi tán loạn nên tâm không định, vì tâm không định, nên không phát sanh trí huệ, do không trí huệ, nên không đoạn được vô minh phiền não. Phiền não không đoạn thì không bao giờ thành đạo, chứng quả được. Tỷ dụ như cái đèn bị gió xao, không đứng yean, nên không sáng tỏ. Bởi không sáng tỏ, nên không phá trừ tối tăm. Tâm tán loạn làm chướng ngại chánh định và huệ. Người học Phật phải cố gắng dẹp trừ. Như thế gọi là "Tu Tâm"

Thưa quý vị! Bạch Thế Tôn! Ba món tâm so83: điệu cử (lao chao), hôn trầm (ngủ gục) và tán loạn này, in tuồng không hại chi lả; nhưng đối với người tu hành, nó rất chướng ngại! Ví trong khi tụng kinh, niệm Phật, tham thiền, quán tưởng, thì phần nhiều bị tâm sở điệu cử và tán loạn nổi lên: Nghĩ nhớ xằng xiêng, hết chuyện này đến chuyện khác. Có khi những chuyện đã qua 5,10 năm về trước, song đến lúc tụng kinh, niệm Phật, thì nó đua nhau khởi lên không sót một việc. Khi biết đó là tán loạn, là vọng tưởng, hành giả liền dẹp trừ không tưởng đến, nhưng vừa bỏ được chuyện này, thì nó khởi lên chuyện khác. Hoặc những việc làm ăn hằng ngày, đến khi tụng kinh, niệm Phật nó lại nổi lên hết. Khi dẹp trừ tâm sở tán loạn (vọng tưởng) vừa êm êm,

thì tâm sở hôn trầm (ngủ gục) lại nổi lên. Hành giả phải cố gắng để tâm, cử niệm, dẹp trừ được hôn trầm (ngủ gục) thì tán loạn nổi lên.... Tán loạn, điều cử và hôn-trầm 3 món tâm sở này, thay nhau khuấy nhiễu người mới tập tu thiền, niệm Phật không ít. Thắng được Bạch Thế Tôn! món tâm sở này không dễ, mà có thắng nó mới được thành công. Hành giả phải trải qua một thời gian hơi lâu và dụng công nhiều mới thắng được.

26- Phóng Dật là buông lung, không biết tự kềm thúc lấy mình. Tánh nghinh ngang không trọng kỷ luật, không giữ giới pháp của mình đã thọ. Nói năng, giỡn cười tự do muốn làm gì thì làm, người khuyên nhắc không nghe, nên ác nghiệp mỗi ngày càng tăng, phước lành tổn giảm. Người đời vì tánh buông lung cờ bạc rượu trà, ăn chơi phá tán, nên nhiều khi của cải tiêu tan, thân thể bệnh hoạn. Người tu Phật, phải dẹp trừ tánh buông lung này, thì tu hành mới được thành công. Tu như thế gọi là "Tu Tâm"

Quý vị cũng nên phân biệt một chút, để cho rõ hành tướng của Bạch Thế Tôn! món tâm sở này:

1.- Điều cử là tâm lao chao; 2- Tán loạn là tâm vọng tưởng, rối loạn; 3- Phóng data là tâm buông lung. Tôi xin tỷ dụ để cho rõ 3 món tâm sở này:

1.- như con ngựa cột ở trong chuồng, tuy đứng một chỗ, nhưng đầu và mình vẫn lắc qua, lắc lại, như thế là dụ cho tâm lao chao. 2- Con ngựa không còn bị cột đứng một chỗ nữa, nó chạy tới chạy luii lăng xăng trong chuồng, như thế dụ cho tâm tán loạn. 3.- Đến lúc ngựa tồng chuồng, rong ruổi theo cái, hoặc phá hại khoai b81p của người v.v...như thế dụ cho tâm buông lung. Hành tướng của Bạch Thế Tôn! món tâm này, khác nhau như thế.

27.- Bất Tín là không tin. Không tin như quả tội phước, không tin giáo pháp chơn chánh của Thánh Hiền, không tin điều hay lẽ phải. Vì không tin cho nên không làm, vì không tin cho nên sanh ra biếng nhác, ưa thích những điều ô nhiễm, làm cho tâm tánh đen tối. Hàng Phật-tử phải trừ tâm bất tín. Như thế gọi là "Tu Tâm"

28. Giải Đãi là biếng nhác, trễ nãi. Bất luận việc nhỏ hay việc lớn, đều biếng nhác không muốn làm. Giả sử có làm thì cũng sơ sài, cầu thả hoặc nửa chừng rồi bỏ, làm chừng nào rồi cũng được. Trong giới sĩ, nông, công, thương các nghề nghiệp, nếu người có tánh giải đãi thì công việc khó thành, dầu có thành cũng không được tốt đẹp. Người tu hành do dãi dãi nên lâu được thành đạo, chứng quả. Vô số kiếp về trước, Phật Thích Ca và Đức Di Lặc, hai ngài đồng thời tu hành. Đức Thích Các Bồ tát Ma ha tát khi tu hành

Bát nhã Ba la mật đa nhờ tinh tấn mà thành Phật trước Đức Di Lặc một tiểu kiếp. Ngài Di Lặc do giải đãi, nên hiện nay vẫn còn làm Bồ tát. Chúng ta phải trừ tánh giải đãi của mình, thì sự tu hành mới chóng thành công đắc quả. Tu như thế gọi là "Tu Tâm".

29.-Thất Niệm là không nhớ. Nghĩa là không chăm chú, để ý đến công việc làm của mình. Vì quên mà hư hỏng nhiều việc lớn lao! Người tu thiền hoặc niệm Phật, vì không nhớ chánh niệm nên vọng niệm dễ sanh. Bởi thế, người tu Phật phải định tâm, chú ý và dẹp trừ thất niệm (quên chánh niệm). Như thế gọi là "Tu Tâm"

30.- Bất Chánh Trí là hiểu biết không chánh đáng. Nghĩa là hiểu tà vạy, hiểu mê lầm. Vì hiểu lầm nên mới làm sai; có khi cũng vì hiểu lầm mà phải xích mích với nhau. Thế nên người học Phật, phải hiểu biết rõ ràng và chánh đáng. Khi tiếp xúc một việc gì, phải phán đoán và suy xét cho kỹ, để tránh những sự hiểu lầm hoặc không chánh, có thể mới tránh khỏi được những hành vi không hay. Biết sửa đổi như thế gọi là "Tu Tâm" .

---o0o---

### Thiện Tâm Sở

Thưa quý vị! Tôi đã kể rõ 30 tên giặc phiền não, nào tên họ, tài năng và hành tướng của chúng một cách tường tất rồi, bây giờ tôi xin nói qua đạo binh hiền từ ở trong tâm chúng ta. Đạo binh này chẳng khác nào như các vị Trung-thần Nước nhà được thịnh-trị, dân chúng được hưởng hạnh phúc thái bình an lạc, vua giữ vững được ngai vàng, đều nhờ các vị Trung thần. Chúng ta được làm Quân-tử, hay thành Thánh Hiền, cũng nhờ đạo binh hiền từ ở nơi tâm chúng ta, thắng được giặc phiền não vậy.

Đạo binh này có 11 anh.

1. Tín là tin. Trong kinh nói : " Lòng tin là mẹ sanh ra các công đức". Vì có tin như quả, tội phước, nên mới bỏ dữ làm lành, có tin tu hành sẽ được giải thoát, nên mới quyết tu; tin giữ giới có nhiều công đức, khổ đọa trong tam đồ ác đạo, cho nên mới phát nguyện giữ giới. Trong Duy-thức chép: " Đức tin cũng như hạt châu thanh thủy, hay làm cho nước được trong . Đức tin này, nó làm cho tâm mình được thanh tịnh". Do có tin nhân quả, tội phước nên mới hăng hái bỏ những việc ác và ưa làm việc lành. Vậy đức tin là điều cần yếu của người tu hành (mê tín thuộc về ác kiến tâm sở)

2. Tinh Tấn là siêng năng, chăm ham. Đối với việc dũ siêng năng dứt trừ, với việc lành siêng năng làm theo. Người học trò nhờ siêng năng nên mau giỏi. Người làm ruộng nhờ siêng năng nên thu góp luau thóc được nhiều. Người đi buôn nhờ siêng năng nên của tiền mau phát thịnh. Người làm thợ nhờ siêng năng nên công nghệ mỗi ngày thêm phát đạt. Người tu hành nhờ siêng năng, mà mau được thành đạo, chứng quả. Thuở xưa Đức Thích Các Bồ tát Ma ha tát khi tu hành Bát nhã Ba la mật đa nhờ siêng năng, nên mới thành đạo trước đức Di Lặc. Nói tóm lại, siêng năng là một đức tính tốt, cần thiết cho tất cả mọi người, để dùng trong tất cả trường hợp (siêng năng cò bạc ,rượu trà, coi hát v.v.. là phóng dật tâm sở (buông lung) thuộc về phiền não, chớ không phải thiện tâm sở, xin quý vị chớ lộn ).

3. Tàm là tự mình xấu hổ.

4. Quý là thẹn với người. Phạm làm việc gì có tội lỗi, đối với lương tâm mình biết xấu hổ, đối với người rất thẹn thường; như chúng ta tham lam, gian lận một vật gì của ai, đối với mình lấy làm xấu hổ: " Ta là Phật tử đã thọ giới pháp của Phật dạy, không được tham lam trộm cướp, mà lại còn tham lam, gian trá làm sự tội lỗi như thế ư!". Đối với người khác, mình hết sức thẹn thường; như trong lúc chúng ta uống rượu, tự xét rằng: " Ta là Phật tử đã hứa trước Đức Phật và Chư Tăng không uống rượu, mà hôm nay ta lại uống rượu say sưa như vậy, thì ta đâu còn phải là Phật tử nữa, nên hết sức hổ. Đối với những bạn đồng quy y, thọ giới có ai say sưa như ta không? Rồi thẹn thường với người.

Nói tóm lại, biết hổ thẹn là đức tính tánh tốt. Người biết hổ thẹn mới mong tránh được những tội lỗi và mới có thể tăng tiến trên đường lành. Đã là Phật tử, chúng ta nên có và phải có hai đức tánh này (Hổ và Thẹn) để áp dụng trong những lúc, chúng ta làm những điều tội lỗi. Biết hổ thẹn như thế gọi là "Tu Tâm"

5. Vô Tham là không tham lam. Đối với tiền tài không tham, vì biết các pháp là vô thường; sắc đẹp không muốn vì quán thân là bất tịnh; danh vọng chẳng màng, vì biết thọ là khổ, mà chỉ an phận tùy duyên. Do không tham lam nên không giành giựt, bởi không giành giựt nên không đánh đập, chém giết nhau. Nếu tất cả mọi người trên thế giới đều không tham lam; không xâm chiếm thị trường, không xâm chiếm đất đai lẫn nhau, thì chắc chắn thế giới sẽ hòa bình an lạc.

6. Vô Sân là không nóng nảy, giận hờn. Sân hận là một điều hại lớn. Kinh Hoa-Nghiêm nói: "Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chướng môn khai". Nghĩa là một niệm sân hận nổi lên thì trăm ngàn tội chướng đều sanh ra. Ngạn ngữ có câu: " Ăn nóng quá mất ngon, giận tức lắm mất khôn". Không sân hận" là một anh kiện tướng đẹp trừ được giặc phiền não sân hận. Muốn cho đức tánh không sân hận có nay đủ lực lượng để dẹp trừ lòng sân, thì cần phải tu pháp quán Từ-bi hay Nhẫn nhục là nhịn chịu các điều nhục nhã, không sân hận. Duy có đức từ bi và nhẫn nhục, mới rưới tắt được lửa sân hận. Chúng sanh nhiều kiếp sanh-tử luân hồi, bởi không thắng nổi lòng sân. Chư Phật được tự tại, giải thoát, là do dứt trừ được lòng sân tận gốc. Bởi thế nên Phật tử chúng ta phải tập tánh không sân hận. Như thế gọi là "Tu Tâm".

7. Vô Si là không mờ ám, si mê. Đối với tất cả việc, lúc nào cũng có trí huệ sáng suốt, suy xét, phán đoán việc tà, chánh, hay, dở, phải, trái v.v...Do đó, việc làm mới chánh đáng, tránh khỏi những điều tai hại, vừa lợi ích cho mình và người ở hiện tại cũng như ở tương lai.

8. Khinh An là thân tâm nhẹ nhàng, thơ thới, làm việc vui vẻ, không mờ mịt (hôn trầm) nặng nề, được khoan khoái yên vui. Người mà thân tâm được nhẹ nhàng, thơ thới, thì trí huệ mới sáng suốt, học hành mau nhớ, tu niệm mau thành công, suy nghĩ chuyện gì cũng mau lẹ. an vui.

9. Bất Phóng Dật là không buông lung, biết tự kiềm thúc lấy mình, để tiến trên con đường chơn tánh. Lo làm các việc lành, không buông lung cờ bạc, rượu trà, phá trai, phạm giới, làm những điều ích kỷ tổn non. Người học Phật biết tự kiềm thúc lấy mình, mới gọi là người biết "Tu Tâm".

10. Hành Xả là làm mà không cố chấp. Có hai: 1.\_ Nếu gặp những cảnh trái ngược, làm cho ta đau khổ, phải xả bỏ ngay đi, thì ta mới được hết khổ. Tỷ như bị người chọc giận, nếu ta cố chấp mãi, thì trong lòng ta sẽ bực tức, nặng nề khó chịu. Nếu ta liền hỷ xả, thì sẽ thấy lòng ta nhẹ nhàng vui vẻ. 2.- Mỗi khi ta làm được điều lành, không nên cố chấp và ghi nhớ mãi. Nếu cố nghĩ đến việc lành ta đã làm, nhiều khi sanh ra tánh tự cao, rồi sẽ đi dần đến chỗ tự kiêu hay tự đắc, hoặc cho như thế là đủ rồi không làm nữa. Tỷ dụ như ta cho người ăn xin một trăm đồng bạc, nếu ta nhớ mãi thì chút nữa có người khác đến xin, ta quyết không cho, vì ta nhớ vừa mới cho một trăm đồng rồi. Trái lại, nếu cho rồi mà không ghi nhớ, thì một lát sau có người khác đến xin, ta có thể cho nữa, nhờ ta biết xả, không nhớ mình đã cho vậy.



10. Bất Hại là không làm tổn hại người và vật. Đối với mọi người và mọi vật, nếu chúng ta không làm được lợi cho họ thì thôi, chớ không nên làm tổn hại. Vì người khác làm tổn hại mình, mình đã không chịu, thì chúng ta chớ nên làm tổn hại người. Không làm tổn hại người và vật, là chúng ta tạo cho mình một nhân tốt, sẽ đưa đến đức tánh từ bi của Phật.

Tóm lại, chúng ta biết nuôi dưỡng 11 đức tánh Thiện này, như thế là "Tu Tâm".

### Điều Cốt Yếu Nhất Là Hằng Ngày Chúng Ta Nên Tự Kiểm Thảo Tâm Niệm Của Mình.

Thưa quý vị! Chúng ta đã hiểu rõ trong tâm mỗi người đều có 11 anh tướng lành và 30 tên giặc phiền não. Quý vị đã biết hình dạng, tên tuổi và tài năng, binh tướng của ta và của giặc rồi. Vậy chúng ta thường ngày, nên tự kiểm thảo từng giờ, từng phút: khi một tâm niệm nổi lên, chúng ta xem xét nó là thiện hay ác, Cũng như người cầm binh ra chiến trường, vừa thấy bóng người thấp thoáng, phải quan sát cho kỹ, đây là binh tướng của ta hay của giặc. Có thể mới khỏi cái hại "nhận giặc làm con" và mới mong dẹp trừ được giặc.

Như trong lúc chúng ta thấy tiền của, sắc đẹp danh vọng v.v... sanh lòng "tham muốn", đó là tham tâm sở hiện ra, nó là giặc phiềnnão. Chúng ta phải mau mau trừ đi, như thế gọi là "Tu Tâm"

Trong lúc chúng ta gặp cảnh trái nghịch, "nổi nóng" (sân), "tức giận" (phản) lên, "oán hờn" (hận) và "buồn bã bực tức" (nã) thôi đạo, nản lòng, đó là phiềnnão yam sở hiện ra. Nó là giặc đến hại ta, nó sẽ đốt tiêu rừng công đức và phá hoại thành Niết bàn của ta. Ta nhiều kiếp sinh tử luân hồi cũng vì nó. Vậy người Phật tử phải mau trừ đi; như thế gọi là "Tu Tâm".

Trong lúc chúng ta làm điều tội lỗi, phá trai, phạm giới mà không hổ thẹn với lương tâm, không thẹn với chúng bạn, thế là hai món phiềnnão "không hổ" và "không thẹn" hiện ra. Nó là giặc phá hại, chúng ta phải lập tức trừ đi.

Đến giờ tụng kinh, niệm Phật hay đến ngày lễ phải đi chùa lễ Phật nghe kinh, mà chúng ta thấy trong người đã dượt chẳng muốn đi; đó là tâm sở "giải đãi" là giặc; hay chỉ muốn đi coi hát, hoặc đánh bài v.v... đó là tâm sở "buông lung", thuộc về giặc phiềnnão, chúng ta phải trừ đi, như thế gọi là "Tu Tâm".

Trong lúc chúng ta làm đi62u tội lỗi mà che giấu, không chịu phát lồ sám hối; đó là tâm sở "phú" thuộc về giặc phiền não. Khi chúng ta thấy người có tài năng, danh vọng, hay được lợi lộc, mà sanh lòng ghen ghét không ưa; đó là tâm sở "tật đố", cũng thuộc về giặc phiền não.

Khi chúng ta biết được việc hay, không chịu chỉ dạy cho người, hoặc thấy người thiếu thốn về vật chất, mình có của mà không giúp đỡ; đó là tâm sở "bỏn xẻn" thuộc về phiền não. Nếu giặc phiền não cường thịnh, thì nó sẽ phá hại chúng ta vô cùng vô tận.

Trong lúc tụng kinh, niệm Phật mà thấy tâm mình lao xao không yên tĩnh, hoặc miệng nói lấp bắp, nói chuyện gì cũng không đáng chuyện gì, ngồi đâu thì nhíp đùi, rung vế, hoặc đứng ngồi không tề chỉnh; đó là "điệu cử tâm sở". Còn nghĩ tưởng xằng xiêng là "tán loạn tâm sở".

Trong lúc tụng kinh, niệm Phật mà tâm tánh mơ màng, nặng nhọc (ngủ gục) đó là "hôn trầm tâm sở" thuộc về giặc phiền não; trái lại nhẹ nhàng khoan khoái, tụng niệm sáng suốt là "khinh an tâm sở" thuộc về đạo bình lành.

Xin xăm, bói quẻ, cầu thần, đảo qui, làm những điều mê tín, dị đoan, đốt vàng bạc, giấy tiền, lều đài kho phướng, chấp chặc theo thành kiến của mình, không tin lời nói phải, hoặc làm theo tục lệ cổ truyền không chánh đáng, giữ gìn theo những giới cấm tà đạo; như thế đều thuộc về "tà kiến" (ác kiến) tâm sở. Đó là giặc phiền não, chúng ta phải mau dẹp trừ. Như thế gọi là "Tu Tâm".

Đối với người, ta dùng những mưu mô để lừa dối, nói năng xảo trá, đó là "cuồng tâm-sở", thuộc về phiền não; hoặc nói những lời nịnh hót, bợ đỡ, người hỏi không đáp, là "siểm" và "kiêu tâm sở"; có ý khinh rẽ, hiếp đáp lán lướt người, là "ngã main tâm sở". Trên đây thuộc về giặc phiền não cả, chúng ta phải diệt trừ. Như thế gọi là "Tu Tâm".

Mỗi khi chúng ta thấy việc đạo, sốt sắng ra làm, là "tinh tấn tâm sở"; đến giờ tụng kinh niệm Phật siêng năng, là "tinh tấn tâm sở", thuộc đạo bình lành. Lỡ làm điều gì tội lỗi đối với mình hết sức hổ, với người hết sức thẹn, đó là "tàm" và "quí" tâm sở, cũng thuộc về lành. Thấy vàng bạc, của cải, danh vọng, sắc đẹp không tham, đó là "vô tham tâm sở", thuộc bình tướng lành. Đối với cảnh nghịch, lòng không nóng nảy, giận hờn, đó là "vô si tâm sở", cũng thuộc về lành. Gặp một việc gì, ta sáng suốt phán đoán hay dở, lợi hại, là "vô si tâm sở". Không cờ bạc rượ trà phá trai phạm giới, buông lung phóng đảng đó là "bất phóng dật tâm sở". Gặp những việc người ta làm cho

mình đau khổ mà mình hỷ xả; làm được việc gì hay, tốt, có công đức mà không chấp trước (nghĩ đến) là "hành xả tâm sở". Không giúp ích được người và vật thì thôi, chớ không làm tổn hại, đó là "bất hại tâm sở". Trên đây đều thuộc về đạo binh hiền từ của chúng ta, chúng ta nuôi dưỡng làm cho nó mạnh mẽ thêm lên, mới mong thắng được giặc phiền não trên kia. Như thế gọi là "Tu Tâm"

Nói tóm lại, hàng ngày và từng giờ từng phút, chúng ta phải thường tự kiểm thảo tâm mình như thế. Mỗi khi có một niệm nổi lên, chúng ta phải thường tự kiểm thảo tâm mình như thế. Mỗi khi có một niệm nổi lên, chúng ta phải xét ngay coi là thiện hay ác. Nếu ác, thì chúng ta phải mau mau dẹp trừ; còn thiện, thì chúng ta phải làm sao cho nó thêm tăng trưởng. Nếu giặc phiền não nổi lên, mà chúng ta để cho nó tự do hoành hành, không sớm dẹp trừ, thì nó sẽ phá tan nước Công đức, cướp đoạt thành Niết bàn của chúng ta; làm cho ta thành kẻ đê hèn và nô lệ cho vật dục, hoặc phải đọa trong ba đường dữ là Địa ngục, Ngạ quỷ và Súc sanh.

Trái lại, đạo binh từ thiện trong tâm chúng ta, nếu chúng ta biết nuôi dưỡng nó. Làm cho nó được mạnh mẽ, hùng dũng, thì nó sẽ đánh tan được giặc phiền não, giữ gìn nước Công đức, bảo thủ thành Niết bàn, làm cho ta trở nên hiền, thánh hay Phật.

Đạo binh hiền từ, kháng chiến với giặc phiền não trong nội tâm chúng ta như thế, không những từng ngày, từng giờ mà phải luôn luôn từng phút từng giây; không phải một năm hai năm, mà phải nhiều đời nhiều kiếp, mới thắng được giặc phiền não, thành quả vị Phật. Thành một vị Phật như thế, thật đâu có phải dễ, vì thế nên gọi là "Phật bảo". Bởi thế nên, chúng ta dù suốt đời lạy Ngài đi nữa, cũng chưa xứng.

Có người nghĩ rằng: "Tu hành là việc khó, mà phải trải qua ba vô số kiếp mới thành Phật thì lâu quá, ai làm được!"

Thưa quý vị! Sách nói: "Thế thượng vô nan sự, đô lai tâm bất chuyển". Nghĩa là: Trên đời không có việc chi khó, chỉ tại tâm mình không chuyên cần. Nếu không ai làm được, sao Đức Phật Thích Các Bồ tát Ma ha tát khi tu hành Bát nhã Ba la mật đa và nhiều Đức Phật khác lại thành được. Phật đã dạy rằng: " Kia là trượng phu, thì ta đây cũng vậy, chớ nên tự khinh mình mà lui suit". Người nghĩ sợ như thế, chẳng khác nào như người học trò lớp

năm, mà trông lên địa vị Thạc sĩ hay Bác sĩ, rồi họ thôi chí và nói rằng: "Học đến hai mươi mấy năm mới đậu Thạc sĩ ai học được!". Thật ra ông Thạc sĩ lúc đầu tiên cũng học lớp năm như ai vậy. Tuy biết rằng đường dài, nhưng tùy theo sức mình, tu được bao nhiêu, sẽ được lợi ích bấy nhiêu. Như người học lớp năm; khi lên nhứt, thì vẫn thấy lợi ích học ở lớp nhứt, cho đến khi lên trung học, đại học, v.v... thì đều có lợi ích ngang các cấp ấy; học được lớp nào cũng đều có lợi ích cả. Dù Bác – sĩ hay Thạc sĩ, trong lúc đầu tiên cũng học ở lớp thứ tư lớp năm như ai. Như quý vị đạo hữu thọ ngũ giới thì chỉ thấy ích lợi ở ngang năm giới; đến khi thọ giới Bồ Tát, thì được lợi ích ở giới Bồ Tát. Dù thành quả Phật cao siêu, song lúc đầu tiên, quý Ngài cũng như chúng ta vậy.

Thứ quý vị! Thắng được giặc phiền não, không phải là một việc dễ, phải trải qua một thời gian lâu xa đến 3 vô số kiếp mới hoàn toàn thắng được; có thắng được mới thành Phật. Vậy chúng ta trong lúc thấy những người tu hành còn tham sân v.v... chớ nên trách họ. Vì còn phiền não cho nên họ mới tu. Nếu hết phiền não thì họ đã thành Phật rồi, cần gì phải tu nữa. Cũng như còn kháng chiến tức là còn giặc; đã còn giặc thì có khi thắng trận, mà cũng có lúc bại trận. Người ở trong vòng tu hành cũng thế, có khi thắng được giặc phiền não, mà cũng có lúc giặc phiền não thắng. Vậy chúng ta không nên trách: "người tu sao còn tham, sân v.v..."

Thưa quý vị! Chúng ta từ hồi nào dean giò , bị giặc phiền não xâm chiếm, cướp mất chủ nhơn ông (chơn tâm). Nó trói cột, xiềng xích, làm cho ta mất tự do; bị nó sai sử, đầy đọa bắt ta làm nô lệ cho thất tình lục dục, mất độc lập. Vậy chúng ta phải nỗ lực dùng đạo binh hiền từ, kháng chiến cho thắng được giặc phiền não ở nội tâm, phá tan xiềng xích nô lệ, lấy lại thành Giải thoát, đem trở về chủ nhơn ông (chơn tâm). như thế mới thật là độc lập, mà có độc lập, ta mới được tự do.

Nếu như nước nhà được độc lập, dân chúng được tự do, mà tâm ta hãy còn bị phiền não trói buộc, thất tình lục dục sai sử, gây tạo những điều tội ác, thì ta không sao khỏi bị gông cùm tù tội. Dù cho nước nhà có thật độc lập, dân chúng được tự do hoàn toàn, mà ta vẫn bị xiềng xích gông cùm nô lệ cho vật chất như thường, không được tự do và độc lập chút nào cả.

Vậy dám mong, tôi cùng quý vị, cố gắng kháng chiến cho hoàn toàn thắng được giặc phiền não ở nơi tâm mình, để khỏi làm nô lệ cho thất tình, lục dục, để được giải thoát như Phật. Như thế mới hoàn toàn tự do độc lập. Và được như thế, là do chúng ta biết "Tu tâm".

# NAM MÔ ĐẤU CHIẾN THẮNG PHẬT

Giảng Sư

THÍCH THIỆN HOA.

---o0o---

## Quyển 2 - Dưỡng Tánh

### *Lời Giới Thiệu*

Sau khi tập "Tu Tâm" của Thượng-tọa Thích Thiện Hoa ra đời đã được giới Phật tử hoan nghinh tìm đọc. Từ ấy đến nay Tập "Tu Tâm" đã được tái bản nhiều lần. Lý do sự mến chuộng của độc giả Phật tử là ở cách viết rõ ràng, giản dị, hợp căn cơ của phân đông độc giả.

Để tiếp tục công việc biên khảo đã mở đầu với những kết quả tốt đẹp như thế, lần này nhà xuất bản Hương Đạo chúng tôi xin hân hạnh giới thiệu tập "Dưỡng Tánh" cũng cùng một tác giả là Thượng-tọa Thích Thiện Hoa biên soạn.

Sau khi tập "Tu Tâm" ra đời; tác giả nhận thấy cần viết tiếp tập "Dưỡng Tánh" vì "Tu" và "Dưỡng" là hai phương diện của một vấn đề chung, vấn đề tu dưỡng của người Phật-tử, và cần được bổ khuyết cho nhau. Nhưng từ ấy đến nay, đã mấy năm qua, vì bận nhiều công việc, nên hôm nay tác giả mới hoàn thành được hoài bão của mình.

Trong tập này, tác giả nêu lên những tánh mà mọi người đều có sẵn ở trạng thái tiềm tàng và cần trau giồi, nuôi dưỡng, nếu muốn thành Phật. Những đức tính ấy là từ bi, trí tuệ, bình đẳng, lợi tha, nhẫn nhục v.v... Những điều mà có khá được căn bản này, tác giả đã dựa vào giáo lý để biên khảo, chứ không phải là những sáng kiến riêng của mình. Điều ấy không có gì lạ, vì chưa ai dám có tham vọng thay Phật đặt ra những giáo lý mới bao giờ.

Đặc điểm của tập sách này là ở cách trình bày sáng sủa, giản dị, sát thực tế của nó. Tác giả đã nêu lên những sự việc, những tâm trạng thường xảy ra trong đời sống hằng ngày, những nhận xét tinh vi, xác thực về tâm lý. Vì thế, mặc dù nói về giáo lý, tập sách này không mắc phải cái bệnh thầy trường tượng khô khan, xa vời...

Vì những đặc điểm trên, chúng tôi hân hạnh giới thiệu tập "Dưỡng Tánh" này với quý độc giả, nhất là với quý vị đã có tập "Tu Tâm" rồi. Trông mong quý vị sẽ tìm được nhiều điều bổ ích cho sự tu học của mình. Tác giả thường nói: "Biết dễ, nói dễ, mà làm không phải là dễ". Nên khi viết tập này, tác giả không có cái cao vọng ngây ngô rằng độc giả xem xong tập này và thực hành trong năm, ba năm là sẽ thành Phật. Vấn đề tu hành để được giác ngộ và giải thoát đòi hỏi nhiều thời gian, nhiều đời kiếp, nhiều nhân duyên, nhiều kiên tâm, trì chí, chứ không phải đọc suông vài tập sách là đủ. Tác giả chỉ có một ước ao rất nhu mì, nhưng cũng rất tha thiết, là sau khi đọc xong tập sách này, quý vị sẽ thấy phấn khởi trong việc tu hành, sẽ tin tưởng mãnh liệt rằng mình có thể thành Phật, và bắt tay ngay vào việc Dưỡng Tánh với một sự tinh tấn có phương pháp và dũng mãnh vô cùng.

**Hương Đạo**

---o0o---

### ***Phần mở đầu***

Vấn đề Tu Tâm và Dưỡng Tánh khác nhau và bổ khuyết cho nhau như thế nào?

Trong đời sống hằng ngày, chúng ta thường nghe hay thường quen miệng nói đến hai chữ "tu dưỡng" chẳng hạn như: "Con nên tu dưỡng tánh tình để thành người có đức hạnh" hay: "Nó hư, vì khôn gbiết tu tâm, dưỡng tánh". Hai tiếng "tu dưỡng" thường đi đôi với nhau, nên chúng ta thấy dường như chúng nó giống nghĩa nhau, có một phạm vi, một tác dụng riêng biệt. Tu là sửa, mà dưỡng là nuôi. Người ta sửa cái xấu, mà nuôi cái tốt. Sửa là trừ, mà nuôi là cộng; tu có tánh cách tiêu cực, dưỡng tánh có tánh cách tích cực. Một bên tiêu trừ cái xấu, một bên bồi bổ cái tốt. Một bên làm cho hết hư, một bên làm cho thêm nên. Mọi sự vật trong đời tương đối này đều có phần xấu và phần tốt. Đối với cái xấu ta phải tu, đối với cái tốt ta phải dưỡng. Chẳng hạn, khi ta trồng một cây gì, công việc của chúng ta có hai phần lớn: bắt sâu bọ, trừ nước phèn, nước mặn: đó là tu hay sửa. Bỏ phân, tưới nước ngọt, cho nó đủ thoáng khí và ánh nắng mặt trời: đó là bổ hay dưỡng. Tu bỏ một cái cây, cho nó đơm hoa kết trái, là thế.

Công việc trồng cây Bồ-đề trong mỗi người chúng ta cũng tương tự như thế, nhưng tất nhiên là phải tốn nhiều công phu tu bổ hơn, vì nó rất khó trồng. Nó khôn gchịu được "bóng rợp si-mê" của rừng Vô-minh, mà phải có ánh

sáng của "mặt trời Trí-tuệ"; nó không chịu được nước phèn, nước mặn của "ao Sân hận, độc ác", mà phải có nước ngọt của "suối Từ-bi"; nó không chịu được xú khí của "đống rác Phiền-nã ô trọc", mà phải có không khí trong sạch của "bầu trời Thanh tịnh". Nó không thể sống trên một miếng đất lồi lõm, nơi cao nơi thấp của "triền núi bất bình đẳng" mà chỉ sống giữa "đồng bằng Bình đẳng". Nhưng ở đây, chúng ta phải coi chừng trâu bò của "anh chàng trọc phú Tham-lam" thường thả rong ăn phá: để ngăn đón chúng dẫm đạp, ta phải làm một cái "hàng rào Trì-giới", hay xây một cái "thành Tự-tại". Ta lại phải luôn luôn tìm bắt cho hết những con "sâu ích kỷ, giải-đãi, tiêu cực, nghi ngờ"; trong công việc này, ta cần nhờ sự giúp sức của những con "kiến Lợi-tha, Nhân nhục, Tích cực, Tinh-tấn" để diệt trừ, từ trong trứng những con sâu bọ kia.

Tóm lại, trong việc trồng cây Bồ-đề này, mặc dù phức tạp, nhưng có thể chia ra làm hai loại chính: một loại là bài trừ những ảnh hưởng xấu ở chung quanh, gọi là Tu; một loại là bồi bổ cho cái mầm quý báu của cây Bồ-đề mỗi ngày mỗi lớn mạnh, gọi là Dưỡng.

Hai loại công việc ấy, người trồng cây Bồ-đề không được xem loại nào trọng, loại nào khinh, loại nào cần thiết, loại nào bỏ qua. Tu mà không Dưỡng thì kết quả khó toàn vẹn.

Nhưng chúng ta đừng nên thấy công việc trồng Bồ-đề này khó khăn, phức tạp mà ngã lòng, thôi chí. Không có công việc gì tốt đẹp, vĩ đại mà không khó khăn. Không có hoa hường nào là không có gai. Vì sợ gai mà ta không dám hái hoa hường sao? Cây Bồ-đề, một khi nhờ công phu tu dưỡng của ta mà đơm hoa kết trái thì công dụng của nó thật vô cùng lớn lao. Không phải riêng ta mà muôn ngàn người đều được hưởng thụ. Sách có nói: "Nhất như tác phước, thiên như hưởng, độc thọ khai hoa, vạn thọ hương". (Một người làm phước, thiên người được hưởng; một cây được trồng hoa, muôn cây đều được thơm lây).

Trong tập "Tu Tâm", chúng tôi đã nói rõ nội dung và phương pháp "Tu Tâm" như thế nào rồi. Trong tập này chúng tôi chỉ trình bày về vấn đề "Dưỡng tánh".

Nhưng "Dưỡng tánh" đây là dưỡng tánh gì? Tất nhiên không phải là tánh tình tâm thường có tốt có xấu của chúng ta, cũng không phải tánh Thiện mà thầy Mạnh Tử thường nói. Tánh đây là tánh Phật!

Tánh Phật ở đâu mà dưỡng? –Thưa, nó có sẵn trong mỗi người chúng ta. Phật dạy:"Nhất thể chúng sanh giai hữu Phật tánh": Tất cả chúng sanh đều có Phật tánh. Song vì chúng sanh không biết dưỡng tánh Phật của mình, để cho nó bệnh hoạn, gầy mòn, tiều tụy, nên nó không có sức để phát sinh những đức tính phi thường và đưa chúng ta đến quả vị Phật. Vì không biết dưỡng tánh Phật nên từ vô thi đến giờ, chúng ta bị trầm luân trong biển khổ sanh tử, vĩnh kiếp làm chúng sanh.

Tất cả các vị Thánh-hiền vì biết nuôi dưỡng tánh Phật, diệt trừ tánh chúng sanh, nên đã trở thành Bồ tát hay Phật. Nay nếu chúng ta không sớm lo dưỡng tánh Phật của mình, thì từ đây về sau, chúng ta cũng vẫn quanh quẩn mãi trong nẻo tối luân hồi, trôi lăn trong biển sầu nước mắt.

---o0o---

### **Phần chính**

Những tánh gì cần phải dưỡng?

*Như phân đầu đã nói, tánh đây là tánh Phật. Tánh Phật cũng gọi là Bồ-đề, Niết-bàn, Chơn-tâm, Chơn-như, Viên-giác v.v...*

*Tánh Phật không có một chút cấu bẩn mà hoàn toàn trong sạch; tánh Phật không giới hạn mà rộng rãi mênh mông như vũ trụ, tánh Phật không đứt đoạn, mà vĩnh viễn trường tồn như thời gian: tánh Phật không có ngược điểm mà đầy đủ công năng, diệu dụng.*

*Tánh Phật có nhiều đặc điểm, có nhiều màu sắc, có nhiều khía cạnh, không thể nói xiết được. Sau đây chúng tôi chỉ trình bày một số ít những đức tánh Phật của các kinh điển thường nói đến thôi.*

---o0o---

### **Từ Bi**

#### **I. Định nghĩa**

Từ bi là do hai chữ "Từ" và "Bi" ghép chung lại. Theo trong kinh Phật, "Từ" là lòng thương yêu, thường đem vui cho tất cả chúng sanh (Từ năng dữ nhất thể chúng sanh chi lạc)."Bi" là lòng thương xót, thương dứt trừ đau khổ cho hết thảy chúng sanh (Bi năng bạt nhứt thể chúng sanh chi khổ). Trong "Tứ vô lượng tâm" (bốn món tâm rộng lớn không lường được), thì Từ-bi đứng đầu. Hai chữ Từ –bi sắp theo văn phạm Trung hoa, thì ý nghĩa



không nghịch, nhưng theo tiếng Việt chúng ta thì nên để Bi trước và Từ sau, vì "Bi" là nhân mà "Từ" là quả, cũng như "xả là nhân mà hỷ là quả". Tại sao thế?- Vì nếu có lòng thương yêu, muốn ban vui cho chúng sanh, trong khi họ đang bị đau khổ dày vò, thì cái vui ấy chỉ là cái vui gắng gượng. Vậy muốn cho họ hưởng sự vui vẻ đầy đủ, trước phải trừ giùm đau khổ cho họ, rồi cho vui. Như thế, cái vui mới được hoàn toàn.

---o0o---

## **II. Tánh chất của Từ Bi**

### **Từ-bi rất bao la và bình đẳng**

Trong đời hay trong các học thuyết, tôn giáo khác cũng thường nói đến tình thương yêu, lòng bác ái. Nhưng những danh từ này chứa đựng một nội dung hẹp hòi, có khi đó chỉ là tình yêu thương vợ con, gia đình quyến thuộc, bạn bè; rộng hơn thì ra đến quốc gia, chủng tộc là nhiều. Chữ Từ-bi của đạo Phật không có phạm vi, nó bao la, vô tận. Nó lan từ gia đình, xã hội, chủng tộc, nhân loại ra đến toàn thể chúng sanh, cây cỏ. Nó không có thân sơ, bạn thù, xa gần, mạnh yếu; nó lan bằng như nước, chỗ nào thấp thì nước chảy đến trước, nhận được nhiều, chỗ nào cao thì chảy đến sau, nhận ít, nhưng bao giờ cũng đồng đều ở trên mặt. Kẻ nào đau khổ nhiều thì được cứu nhiều, kẻ nào đau khổ ít thì cứu ít, nhưng mục đích bao giờ cũng làm cho mọi người, mọi vật đều thoát khổ và yên vui bằng nhau. Lòng Từ-bi rất bình đẳng, không có cao hạ, gần xa, nặng nhẹ. Nhưng vì chúng sanh có loại khổ nhiều, có loại khổ ít, nhân loại cũng có kẻ cực nhiều, có kẻ cực ít, cho nên lòng từ-bi cũng tùy theo trường hợp, tùy theo căn bệnh, mà gia giảm ít nhiều để san bằng biển khổ. Như thế, ta nhận thấy rằng tinh thần từ-bi bao giờ cũng bình đẳng, nhưng trong thực hành thì có sai khác tùy trường hợp, có nơi cần trút nhiều tình thương, có nơi vừa phải, có nơi ít. Và đó, mới thật là bình đẳng.

---o0o---

### **Từ-bi rất sáng suốt.**

Từ -bi không những bao la, bình đẳng, mà còn sáng suốt vô cùng. Lòng thương ở ngoài đời có nhiều khi rất mù quáng. Khi thương thì trái ấy cũng tròn, khi ghét thì bồ hòn cũng méo. Thương thì xấu cũng thành tốt, ghét thì tốt cũng hóa xấu. Nhất là tình yêu, lại càng mù quáng hơn. Trong báo chí, không ngày nào là không có năm, ba vụ chém nhau, giết chết nhau vì tình yêu. Tình yêu và thù oán đi song song nhau. "Không yêu được thì

ghét", một nhà tâm lý Pháp đã nói rất đúng như thế. Tình yêu thương giữa đời sở dĩ mù quáng như thế, là vì nó xuất phát từ thất tình lục dục, là vì nó dựa lên tình thương mình, lên cái ngã.

Trí tuệ của Phật đã đánh tan cái ngã, cho nên Từ-bi của Phật không dựa lên cái ngã hẹp hòi. Do đó, từ-bi rất sáng suốt. Từ-bi nhờ trí-tuệ soi sáng, nhận thấy được rằng toàn thể mình, mình là toàn thể; chúng sanh mặc dù chia ra làm sáu loại: Thiên, Nhân, A-tu-la, nga quý, súc sanh, địa ngục, nhưng tựu trung vẫn đồng một bản thể như nhau như chất ướt mặc dù khi đông thành nước đá, khi tan thành nước, khi biến thành hơi, khi tụ thành mây, khi hóa thành mưa, cũng có chung một tánh: Tánh ướt. Chúng sanh từ vô thi, quay lộn trong sáu đường, tiếp nối muôn triệu kiếp, đã từng làm cha mẹ anh chị em, thân bằng quyến thuộc của nhau, cho nên phải thương yêu nhau.

Nói một cách tổng quát thì Từ-bi là tình thương phát xuất từ sự sống, trở lại thương sự sống và quyết tâm trừ dứt đau khổ đã bám víu vào sự sống, trong muôn hình vạn trạng. Sự sống đã bao la bình đẳng, sáng suốt, thì từ-bi cũng bao la, bình đẳng, sáng suốt.

---o0o---

### **III.Công năng của Từ-bi**

Từ-bi không phải là một lý thuyết suông; không phải là một lý tưởng tốt đẹp để cho người đời nhìn ngắm. Nó không phải là một sức mạnh thụ động, mà là cả một sức mạnh hoạt động không ngừng. Từ-bi là nguồn gốc của muôn hạnh lành; những hành động tốt đẹp đều do lòng Từ-bi mà ra cả. Trước hết, vì từ-bi nên ta bố thí, do bố thí mà dứt được lòng tham lam, bòn xén. Vì từ-bi nên ta trì giới, do trì giới mà ta không sát sanh hại vật. Vì từ-bi nên ta nhẫn nhục, nhờ nhẫn nhục mà ta dập tắt được tánh nóng giận, thù hận. Vì từ-bi nên ta tinh tấn, do tinh tấn mà ta trừ được lười biếng. Vì từ-bi nên ta chuyên tâm định tĩnh, do định tĩnh mà ta hết bồi rối loạn động. Vì từ-bi nên ta luyện trí-tuệ, do luyện trí tuệ mà mê lầm tiêu tan.

Nhờ từ-bi mà muôn vật đỡ bị sát hại, đau đớn; nhờ từ-bi mà nhân loại đỡ chiến tranh; nhờ từ-bi mà loài người bớt thù oán; nhờ từ-bi mà người nghèo bớt đói lạnh, người giàu bớt tham lam; nhờ từ-bi mà người ngu được khai ngộ, người độc ác trở lại hiền lành, người sợ hãi trở lại yên tâm.

Tóm lại, nhờ từ-bi mà cõi Ta Bà này bớt tiếng than khóc, bể sâu vui nước mắt, nụ cười nở lại trên môi.

---o0o---

#### **IV.Gương Tư-bi của Đức Bồn Sư Thích Ca**

Để có một bằng chứng cụ thể về lòng từ-bi và công dụng của nó, chúng ta hãy hướng nhìn lại đời sống của đức Bồn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật. Ngài đã vì lòng từ-bi, muốn cứu độ chúng sanh đau khổ nên Ngài đã thành Phật. Từ khi lên bảy, trong cái tuổi mà người ta thường bảo là tuổi không biết tội nghiệp (Cet âge sans pitié), chính lúc ấy Đức Thích Ca đã rơi lụy xuống đường cây, khi Ngài nhận thấy cảnh giành giựt giết hại nhau giữa sanh vật để bảo tồn sự sống riêng của chúng. Càng lớn lên, lòng thương của Ngài càng mở rộng. Ngài không thể thấy một con chim bị bắn mà cứu, một con cừu bị què chân mà không bồng nó lên. Vì lòng thương rộng lớn, Ngài lìa bỏ tình thương nhỏ hẹp của gia đình, lìa bỏ ngôi vàng lộng lẫy, lìa bỏ danh vọng cao sang; chính vì lòng từ-bi mà Ngài đã nằm sương gói tuyết, không quản gian nguy trong lúc đi tìm đạo cứu đời. Chính vì lòng từ-bi mà 49 năm Ngài không ngừng thuyết pháp một ngày. Chính vì lòng từ-bi mà Ngài đặt gót chân trên khắp cõi A□n Độ rộng lớn. Chính vì lòng từ-bi mà Ngài đã quên già yếu, thuyết pháp độ sinh cho đến phút cuối cùng trước khi lìa thế. Chính vì lòng từ-bi mà Ngài đã phát đại nguyện:"Ta nguyện đem thân ta chịu hết cả hằng hà sa số khổ đau của chúng sanh" hay:"Nêu còn một chúng sanh nào chưa thành Phật thì ta quyết chưa thành Phật". Chính vì lòng từ-bi mà Ngài đã tuyên bố những câu nói rất hùng dũng:"Nếu ta không vào địa ngục thì ai vào địa ngục?" hay những câu nói đầu khoang hòa, độ lượng, đã và sẽ là khuôn vàng thước ngọc cho muôn đời:"Với người dữ, ta nên ở lạnh, với người câu nệ, ta không nên câu nệ, với người gian tham, ta chớ nên gian tham. Hãy lấy từ-bi đáp lại nộ khí, lấy thành thực đáp lại điêu ngoa, lấy lành đáp dữ".

---o0o---

#### **IV.Người Phật tử phải nuôi tánh từ-bi như thế nào trong đời sống hàng ngày**

Tánh từ-bi đã nằm sẵn trong tâm mỗi chúng ta. Chúng ta không cần cần phải cầu xin, mua chuộc nó ở một vị chúa tể nào, thần linh nào cả. Hạt giống ấy đã nằm sẵn trong tâm hồn chúng ta. Nhưng nó đang bị phủ lấp dưới bao lớp sân hận, tham lam, ích kỷ, nên không thể đâm chồi nảy mống, trôi đầu lên được. Vậy, công việc đầu tiên của người dưỡng tánh từ-bi là phải phanh gở lần những lớp chướng ngại, để cho mầm từ-bi nảy lên. Khi nó đã

nhô lên khỏi mặt đất, chúng ta phải tìm mọi nhân duyên, mọi cơ hội thuận tiện cho nó chóng đâm chồi nảy lá. Công việc không phải chỉ trong năm ba ngày, một tháng, một năm, mà suốt cả đời. Cũng không phải chỉ săn sóc nó trong những cơ hội thuận tiện lớn lao, mà bỏ mặc nó trong những hành vi, cử chỉ nhỏ nhặt tầm thường hằng ngày. Có nhiều người có thể làm được những việc từ thiện lớn lao, như mở nhà thương, phát chẩn bần, tốn từng chục vạn bạc, thế mà khi thấy một người đau, một người đói hay lạnh rên xiết trước mặt mình, lại đành đoạn làm ngơ. Có người có thể nhảy xuống sông cứu người chết đuối, bỏ bạc ngàn mua chim, mua cá phóng sinh, thế mà vẫn điềm nhiên ngồi nhìn một con kiến vô tội sắp chết chìm trong ly nước, hay một con chuồn chuồn sắp bị đũa nhỏ của mình ngắt cánh ngắt đuôi. Chúng ta hãy coi chừng, hãy tìm hiểu lý do của tâm trạng hành động nói trên. Có khi đó là do quan niệm sai lầm tưởng rằng làm những việc vĩ đại, lớn lao mới là từ thiện, mới là từ bi, còn những việc nhỏ nhặt thì ai làm cũng được, có làm hay không làm cũng không có hậu quả gì; có khi đó là do tánh háo thắng, ham danh chuộng lợi mà làm. Nếu thế thì không phải là dưỡng tánh từ bi, mà trái lại là vùi dập nó sâu thêm dưới lớp si mê, dục vọng của lòng mình.

Muốn dưỡng tánh từ bi, ta phải làm tất cả việc lành, tránh các việc dữ, dù to dù nhỏ, dù trước mặt muôn người, hay chỉ một mình ta, dù được khen hay bị chê, dù dễ hay khó.

Muốn dưỡng tánh từ bi ta phải tiếp xúc, gần gũi với những cảnh khổ đau của đời. Những người ở luôn trong những dinh thự nguy nga, khó biết được cái cảnh nửa đêm chồn con dưới túp lều tranh khi mưa dột, cái cảnh trốn nắng dưới mái nhà tôn khi nửa trưa, Những người luôn luôn ngồi trên xe ngựa, khó nghe được những tiếng rên khóc bên lề đường, trong xó chợ. Những người ăn mặc ấm áp, sang trọng khó cảm nhận được cái lạnh buốt đến tận xương tủy của những kẻ rách rưới trần truồng. Những kẻ luôn luôn ngồi trước bàn tiệc cao lương, mỹ vị, khi nghe được những tiếng rú, tiếng thét hãi hùng, những cái dẫy dựa đón đau của những gia súc bị làm thịt dưới nhà bếp. Cho nên, muốn trao dồi tình thương, phải gần gũi với cảnh khổ. Thái tử Sĩ-đạt-ta ở trong cung vua, mà cứ nằn nặc xin Phụ Vương ra xem ngoài bốn cửa thành là vì thế. Có thấy, có cảm, có chia sẻ cái khổ cho nhau, mới thương nhau. Có thương nhau mới tìm cách cứu khổ cho nhau. Có cứu khổ được khổ cho nhau thì tình thương mới thêm phân khởi và phát triển. Tình thương càng phân khởi và phát triển thì ta còn cảm ơn những kẻ đau khổ đã tạo nhân duyên cho tình thương của ta mở rộng và hoạt động mạnh mẽ. Chính những kẻ đau khổ là phước điền nuôi dưỡng lòng từ bi phát sinh và

lớn mạnh. Đất hoạt động, đất sống của từ bi là cảnh khổ. Ly cảnh khổ, cây từ bi sẽ mất sanh lực và không thể đâm hoa kết trái được. Cảnh khổ không phải chỉ có trong loài người, mà chung cho cả sinh vật. Cho nên người dưỡng tánh từ bi không phải chỉ cứu giúp loài người đỡ khổ mà còn biết thương yêu gia súc, xem chúng như những người giúp việc trong nhà, tránh làm đau khổ chúng một cách vô ích. Hãy nghĩ rằng chúng cũng có tình mẫu tử, có dạ trung thành, biết đau khổ, biết lo sợ. Chúng ta không nên hắt hủi, hành hạ chúng nó. Chúng ta cũng không nên tìm thú vui trong những cuộc săn bắn hay câu cá. Những ai có thể vui thích được trước cảnh tượng đau đớn hãi hùng của những con thú, con chim, con cá, bị bắn giết, sẽ quen dần với những cảnh giết chóc, tàn bạo giữa người và người.

Cho đến cây cỏ, người dưỡng tánh từ bi cũng không nên tàn phá một cách vô ích. Nên nhớ rằng nó cũng có sự sống, và đã có sự sống tất nhiên muốn bảo tồn sự sống. Những kẻ bứng cây sống, trồng cây chết, ngắt hoa, bẻ lá, phá cành mà không có một mục đích gì cả chỉ để thỏa mãn cái tánh ưa thích tàn phá, những người ấy cũng đã làm tổn hại lòng từ bi của mình nhiều lắm. Lòng thương yêu cây cỏ, giúp cho ta nhận thấy được lẽ huyền vi của sự sống, thông cảm với cái chung của muôn vật và trực nhận được cái bản thể của vũ trụ.

Tóm lại, làm được tất cả các việc trên, từ nhỏ đến lớn, từ dễ đến khó, không bao giờ thoái chuyển ngã lòng; mở rộng mãi lòng từ bi cho nó bao trùm được cả pháp giới: Như thế là dưỡng tánh từ bi của Phật, mà mỗi chúng ta đều có sẵn ở trạng thái tiềm tàng trong tâm chúng ta.

---o0o---

## **Trí tuệ**

### **I. Định nghĩa**

Trí-tuệ là cái tánh sáng suốt xét soi cùng khắp không bị ngăn che, trở ngại. Trí-tuệ tiếng Phạn gọi là "Prajna", tiếng Trung hoa dịch âm là Bát nhã, hay Đại trí-tuệ. Để chỉ rõ cái rộng lớn, linh diệu, hiệu quả của trí-tuệ, nhiều khi trong Kinh còn gọi là Bát nhã Ba la Mật, nghĩa là trí tuệ sáng suốt cùng tột và chắc chắn sẽ đưa người tu hành đến quả vị Phật.

Nếu vô minh là cái màn đen tối bao trùm vạn vật, làm cho chúng sanh không nhận được sự thật của vũ trụ vạn hữu và do đó làm cho chúng sanh phải đau khổ, thì trí-tuệ trái lại, là cái khí giới duy nhất có công dụng phá tan được

màn vô minh ấy, làm cho chúng sanh thấy rõ được sự thật vũ trụ vạn hữu, và thể nhập vào sự thật ấy để sống một cuộc sống an vui, tốt đẹp.

Nói về trí-tuệ, trong kinh Di giáo, Phật có dạy: "Người có trí tuệ không tham trước, tự tại, sáng suốt, tránh khỏi hố hầm tội lỗi; trí tuệ chân thật là chiếc thuyền kiên cố, đưa chúng sanh khỏi biển khổ sông mê, là ngọn đèn sáng soi miền hắc ám, là liều thuốc chữa được muôn ngàn bệnh tật, là chiếc búa sắt đập tan rừng phiền não, là lưỡi dao bén cắt đứt lưới vô minh".

---o0o---

## **II.Sự sai khác giữa tánh thông minh hiểu biết của đời và trí-tuệ của Phật**

Khi nói đến trí-tuệ, nhiều người tưởng làm trí-tuệ theo nghĩa trong đạo Phật cũng như sự thông minh hiểu biết của thế gian, nhưng chỉ khác là trí-tuệ của Phật rộng rãi, sáng suốt hơn. Thật ra, sự thông minh hiểu biết của thế gian và trí tuệ của Phật có nhiều điểm sai khác. Do sự sai khác đó, giáo lý kinh điển Phật giáo phân biệt hai thứ trí tuệ: Trí-tuệ thế gian và trí-tuệ trong đạo Phật. Trí tuệ thế gian: là cái biết của thế gian, cái biết còn nhiều sai lầm, sơ sót khiến cho người ta cứ trôi lăn mãi trong ba cõi sáu đường.

---o0o---

### **III.Trí-tuệ thế gian có thể chia làm hai thứ:**

Có thứ thông minh láu lỉnh, thấy rộng biết nhiều, nhưng bất thiện; nó chỉ biết phụng sự cho dục vọng, ích kỷ, thỏa mãn bản ngã hẹp hòi, làm tay sai cho cái ác. Cái biết này thật là nguy hiểm hơn cả cái ngu si nữa, vì nó làm cho con người mất hết cả lương tri, ác hơn cầm thú. Cho nên Đức Phật bảo rằng cái thông minh này là một cái nạn lớn trong tám nạn.

Có thứ thông minh mẫn tiệp, hiểu biết đâu là thiện nên làm, đâu là ác nên tránh, biết làm những điều lợi ích cho nhân quần xã hội. Tuy thế cái biết này không giúp cho con người thoát ra ngoài vòng khổ não, luân hồi. Vì thế cho nên gọi là trí-tuệ thế gian.

---o0o---

### **IV.Trí-tuệ trong đạo Phật: Có hai thứ:**

Hữu lậu trí: cái trí chưa có năng lực đoạn các phiền não hữu lậu. Nghĩa là trong lúc ở địa vị phàm phu tu như, tuy dùng trí-tuệ quán sát thân bất tịnh, thọ là khổ, tâm vô thường pháp vô ngã, nhưng rồi lúc nào cũng thấy là tịnh, là vui, là thường là thật ngã, còn bị phiền não hữu lậu lấn áp, không thể phá trừ được.

Vô lậu trí: cũng gọi là Bát nhã trí; Trí này đã phá trừ các phiền não hữu lậu, đạt đến chỗ rốt ráo thanh tịnh, nhưng chỉ khi đặng thánh quả mới có, trí này có hai phần:

Về phương diện "thể" tức là căn bản trí, cũng gọi là thật trí, vô phân biệt trí, như lý trí, chơn trí v.v... Kinh nói: "Như Lai dùng căn bản trí (vô phân biệt trí) duyên chơn như, tâm và cảnh không hai, không có năng sở", hay nói: "Dùng thật trí thấy rõ thật tướng của các pháp".

Về phương diện "dụng", tức là hậu đắc trí. Sau khi đặng căn bản trí rồi mới có trí này, cũng gọi là quyền trí, sai biệt trí. Kinh nói: "Đức Như Lai dùng quyền trí, thấu rõ các pháp sai biệt, giáo hóa chúng sanh".

---o0o---

## **V.Công năng của trí-tuệ**

Người ta sống trong đời như thể đi trong đêm tối, như chèo ghe giữa biển mênh mông, không biết đâu là bờ bến. Trí-tuệ thế gian là ngọn đèn soi sáng khoảng đường ta đi, là địa bàn chỉ phương hướng cho ta đến. Người hơn vạn vật, làm chủ được muôn loài là nhờ trí-tuệ, nên văn minh tiến bộ về vật chất của nhơn loại như ngày nay cũng nhờ trí tuệ.

Nhưng dù văn minh đến đâu thì loài người cũng không vượt thoát được cảnh giới Ta-bà này, cũng vẫn còn đau khổ, vẫn còn chịu sự chi phối của bệnh tật, già yếu, chết chóc, sầu thương...

Muốn thoát khỏi cảnh khổ thế gian, phải nhờ trí-tuệ của Phật. Trí-tuệ của Phật có nhiều công năng, diệu dụng khác với thế gian trí. Dựa theo tánh cách của công năng, diệu dụng ấy. Duy thức học chia trí-tuệ ra làm bốn loại, có bốn tên khác nhau: Khi ở địa vị phàm phu, còn trong vòng mê muội, thì mỗi người có 8 thức và 51 món tâm sở, đến khi chứng đặng Thánh vị thì tâm thức và 51 món tâm sở ấy đều chuyển thành trí. Thức thứ 8 là A-lại-gia, có công năng gìn giữ thân mạng, chủng tử và thế giới. Khi đạt đến địa vị vô lậu

thì thức này biến thành "đại viên cảnh trí": Trí sáng suốt như bức gương lớn và tròn đầy, chỉ thị cho thể tánh chơn như.

Thức thứ 7 là Mạt-na, có công năng thường chấp ngã, khi đạt đến địa vị vô lậu, biến thành "bình đẳng tánh trí": nhận thức các pháp là đúng với tánh bình đẳng vô giá của nó.

Thức thứ 6 là ý thức có công năng phân biệt so đo, khi đạt đến địa vị vô lậu, biến thành "diệu quán sát trí": Năng lực quán sát thần diệu.

Năm thức trước (Nhãn thức, Nhĩ thức, Tỷ thức, Thiệt thức, Thân thức) có công năng tiếp xúc trần cảnh, khi đạt đến địa vị vô lậu, biến thành "thành sở tác trí": Có năng lực nhận thức cùng khắp, thành tựu mọi công việc.

---o0o---

## **VI.Gương trí-tuệ của Đức Bổn Sư Thích Ca**

Đức Phật, cũng được gọi là đấng Giác-ngộ. Danh từ này được nhân loại từ xưa đến nay công nhận và tôn xưng.

Đức Phật Thích Ca, ngay từ khi còn thơ ấu đã tỏ ra trí-tuệ hơn người. Lúc mới 7 tuổi, một hôm đi xem lễ cày, thấy cảnh tương tàn tương sát giữa sanh vật, Ngài nhận chân được nỗi khổ của kiếp sống, và cái định luật khắc nghiệt của cõi đời là sự sống chông lên sự chết của muôn loài muôn vật. Ngài chỉ học một mà biết mười, nên đã làm cho các vị giáo sư, phải ngạc nhiên và bái phục, tôn Ngài lên làm thầy dạy lại họ. Mỗi lần dạo thăm một cửa thành là Ngài tìm được một sự thật đen tối của cõi đời:Nào đau, nào già, nào chết. Nhưng biết sự thật ấy không phải để mà biết, hay đành xuôi tay bất lực, hay khóc than một cách tiêu cực. Ngài không dừng cái biết của Ngài tại đó, mà còn đẩy xa ánh sáng trí tuệ của mình, tìm tới nguyên nhân đau khổ. Tìm được nguyên nhân đau khổ rồi, Ngài lại tìm phương pháp để dứt trừ nguyên nhân đau khổ. Đến đó Ngài cũng chưa chịu dừng nghĩ, mà còn tìm một cảnh giới an vui vĩnh cửu. Tất nhiên công cuộc tìm tòi và thành tựu mỹ mãn ấy không phải dễ dàng. Ngài phải rời bỏ tất cả những gì quý báu thân yêu, lần lộn tìm thầy, tìm bạn để học hỏi, đi hết xứ này đến xứ khác, nghe ở đâu có một vị đạo sĩ, triết gia thông minh xuất chúng là Ngài đến thụ giáo, không quản ngại đường xá xa xôi, núi rừng hiểm trở. Nhưng đến đâu, Ngài cũng thấy cái biết của họ chưa tột cùng, còn có những nỗi thắc mắc chưa được giải quyết. Trước tình thế ấy, đành chịu đầu hàng vô minh chẳng?-Không thể như thế được!Ngài quyết tâm phá tan màn vô minh mới thôi! Không thể



nhờ ai dạy cho mình phương pháp diệt khổ hoàn toàn, đem vui viển đượ, thì Ngài tự mình tìm lấy. Từ đó, ngày đêm Ngài tham thiền, nhập định quên ăn bỏ ngủ, trong suốt 49 ngày dưới gốc Bồ đề. Và một buổi bình minh kia, Trí-tuệ của Ngài đã bừng sáng, chiếu khắp mười phương, soi thấy suốt từ quá khứ đến vị lai, thấy được bản thể của vũ trụ rõ ràng như thấy bàn tay mình. Từ đó, Ngài đã thành đấng Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

---o0o---

## **VII. Người Phật tử phải trau dồi trí-tuệ như thế nào trong đời sống hằng ngày?**

Mỗi chúng ta đều có sẵn cái mầm trí-tuệ, cái chất trí-tuệ của Phật. Nhưng cái mầm ấy không được vun trồng, sẵn sóc, thiếu đất, thiếu nước, thiếu không khí nên không nảy sanh đượ cây Bồ đề; cái chất trí-tuệ ấy, như ngọc lẫn trộn trong đá, không đượ mài dũa nên ánh sáng không phát ra.

Muốn có đượ trí-tuệ như Phật, chúng ta phải tu theo các pháp mà Phật đã chỉ bày. Những pháp này nhiều không xiết, nhưng chúng ta nên lựa vài pháp môn thông thường có thể thực hiện đượ trong đời sống hằng ngày của chúng ta.

Trước tiên chúng ta phải biết nghe, biết thấy (Vãn). Không phải chỉ nghe những điều thiết yếu của Phật dạy, thấy những điều thiết yếu trong kinh điển là đủ. Trong đời sống hằng ngày, chúng ta có thể nghe thấy những điều bổ ích quanh ta. Nói một cách khác là ta phải luyện khiếu quan sát để rút ra những bài học Phật pháp quý báu. Trong khi nghe, thấy, quan sát, chúng ta cố gắng đừng để cho dục vọng, ích kỷ dính vào cái thấy, cái nghe, cái quan sát của ta. Đừng yêu, đừng ghét, đừng thiên vị cái mà dục vọng, lòng tự kỷ yêu ghét thiên vị. Nói một cách khác là đừng để cho cái "ta" hẹp hòi bắt buộc ta chỉ mở mắt nhìn cái nó thích, nghe cái nó ưa, và nhắm mắt bịt tai, không cho lọt vào mắt ta, tai ta cái nó không ưa, không thích. Đừng sợ sự thật, đừng sợ ánh sáng, nhất là khi sự thật ấy có thể làm mất lòng "cái ta", khi cái ánh sáng ấy làm chói mắt "cái ta". Ở đời biết bao nhiêu người có mắt không thấy, có tai mà không nghe, vì mắt, tai bị cái màn của thói quen, thành kiến, quyền lợi, thất tình bản ngã che lấp.

Vậy trước khi nghe, khi nhìn, hãy vén cái màn đen tối ấy lên đã.

Nghe thấy, quan sát một cách sáng suốt, khách quan cũng chưa đủ để thấy rõ đượ sự thật nằm bên trong sự vật. Phải dùng trí để suy nghiệm. (Tu) xét soi

tất cả mọi khía cạnh, chia sẽ sự vật để thấy được cái lỗi, cái nguyên lý của nó. Phải luôn luôn đặt những câu hỏi: "Vì sao", "thế nào", "rồi sao nữa". Bất luận một lời, một cử chỉ, một hành động gì, trước khi làm, ta cũng phải dùng trí-tuệ để soi xét cho thấu đáo ngọn ngành. Thí dụ khi ta thích ăn ngon, thích ngủ nhiều, ta phải tự hỏi xem những tánh xấu ấy rồi sẽ đưa đến kết quả gì, có làm cho ta tiến bộ hay thoái hóa; ta nhận xét xem có ai thích ăn, ngủ nhiều mà thành tựu trong đời họ không. khi ta muốn đắm mình vào cờ bạc rượu chè, hút sách, ta phải tự hỏi xem có người nào mê say những thứ ấy mà thân hình không bạc nhược, tinh thần không sa đoạ, gia đình không tan nát không. Khi ta nói dối trá, lừa đảo người này, bóc lột kẻ khác, ta hãy nghiệm xem kết quả của những hành động ấy sẽ thế nào, người ta coi trọng ta mãi chẳng, ta có được người đời kính mến chẳng, ta có được mãi mãi yên thân với những hành động xấu xa ấy chẳng. Khi ta nóng giận, kiêu mạn, ta hãy hồi tam nghĩ lại xem những tánh xấu ấy đã tàn hại cuộc đời chung và đời riêng tới mức nào. Nếu dứt trừ được những tánh ấy, tâm hồn ta sẽ nhẹ nhàng, thư thái như thế nào, cuộc sống giữa xã hội sẽ dễ thở, an vui như thế nào? Tóm tắt một lời, là phải dùng trí tuệ trong mọi ý nghĩ, lời nói, cử chỉ, hành động trong mọi địa hạt, hoàn cảnh, trong mọi thời, mọi thế. Hãy nên nhớ luôn rằng si mê là gốc của muôn tội lỗi, trí-tuệ là gốc của muôn hạnh lành. Tổ sư có dạy một câu rất thâm thúy: "Bất úy tham, sân khởi, duy khùng tự giác trí" (không sợ tham sân nổi dậy, mà chỉ sợ trí-tuệ, tự giác chậm chạp, không phát lộ). Nói một cách khác là ta hãy luôn luôn cảnh giác, tỉnh táo, sáng suốt, dùng đuốc trí-tuệ soi sáng luôn luôn đời ta. Hãy làm cho trí-tuệ của ta luôn luôn bừng dậy bằng những câu hỏi về nguyên nhân, kết quả, thực tại, quá khứ, tương lai... Hỏi luôn hỏi mãi, không bao giờ chưa rõ mà thôi hỏi. Không bao giờ chịu nhận một lời giải đáp nửa chừng mà không tìm cách làm cho nó đầy đủ, rõ ràng. Hỏi mãi, hỏi hoài, hỏi cho đến bao giờ không còn gì để hỏi nữa mới thôi.

Nhưng ở đây chúng ta cũng nên tỉnh táo, đề phòng những cạm bẫy nguy hiểm của dục vọng của cái "Ta", của Vô minh, nghĩa là có những câu giải đáp như những liều thuốc ngủ, không giải đáp gì cả mà chỉ thoa dịu, vỗ về ru ta ngủ, để ta đừng hỏi nữa. Có những câu giải đáp không trả lời thẳng cho câu hỏi để mở rộng sự hiểu biết, mà chỉ nhằm tăng bốc "cái ta", làm thỏa mãn dục vọng, nâng cao cái ngã mạn, ngã ái, khiến cho lý trí ta mỗi ngày mỗi lu mờ, không còn khả năng sáng suốt để nhận rõ đâu là phải, đâu là trái, đâu là hay, đâu là dở nữa.

Nhưng ngược lại cũng nên đề phòng một khuyết điểm thứ hai là sự ham chuộng tìm biết sự thật để thỏa mãn tánh tò mò, cái biết suông, biết để mà biết, cái biết vô trách nhiệm.

Cái biết của người trau dồi trí-tuệ, là cái biết dựa lên tình thương, lên từ bi, cái biết làm thế nào cho mình, cho nhân loại, chúng sanh thoát ra ngoài vòng đau khổ, cái biết đem lại an vui cho tất cả, cái biết của "xuất thế gian trí".

Biết chân chính cũng chưa đủ. Cần phải thực hành theo cái biết ấy (Tu). Biết, mà có thật hành, mới có thật nghiệm; có thật nghiệm, thật chứng mới thật là biết. Thật hành là cái lò để luyện thép trí-tuệ, là viên đá để mài ngọc trí-tuệ. Không thật hành thì cái biết ấy chỉ là cái suông, không đủ sức để đuổi xa tà niệm, phá tan màn vô minh, thân chúng lý vô ngã, thể ngộ pháp vô sanh.

Muốn trau dồi trí-tuệ cho nó kết quả, người Phật tử phải thật hành theo pháp tam vô lậu học: Giới, định, huệ.

Giới là ngăn chặn, đón giữ tà niệm, vọng tâm không cho nó phát sinh. Giới là bức thành cao ngăn giặc phiền não, là đạo quân tinh nhuệ dẹp trừ Ma vương. Giới là bóng đèn bao bọc ngọn đèn trí-tuệ, không cho gió vô minh làm xao động hay thổi tắt.

Định là phép làm cho thân tâm định tĩnh; là tham thiền nhập định. Định như ngọn đèn khi hết bị gió làm chao động, tập trung được ánh sáng, soi chiếu được xa. Định như ly nước được để yên một chỗ, làm cho bao nhiêu cái bọt đều lắng xuống đáy ly. Định như mặt nước hồ im lặng, phẳng lì có thể phản chiếu được rõ ràng bầu trời cây cỏ...

Huệ là sự soi sáng, sự phát ra ánh sáng với bao nhiêu diệu dụng của nó, làm cho kẻ tu hành thấy biết được rõ ràng thật tướng của nhân sinh, vũ trụ nguồn gốc của đau khổ, con đường đưa đến giải thoát hoàn toàn.

Khi đã biết được đúng đắn, cùng khắp, rõ ràng như thế, gọi là "Chánh kiến trí". Trí-tuệ khi đạt đến trình độ hiểu biết này thì nghiêm nhiên trở thành "Chánh đẳng Chánh giác" hay Phật.

Làm được như thế, gọi là dưỡng tánh trí-tuệ của Phật mà mỗi chúng ta đều sẵn có ở trạng thái tiềm phục trong ta.

# Bình Đẳng

## I. Định nghĩa

Bình là bằng, là ngang nhau không cao, không thấp, không trên không dưới; đẳng là sắp hạng, là cấp bậc. Bình-đẳng là sắp ngang nhau, là xem như nhau, không thấy có cái này cao, cái kia thấp, không thiên vị hạng người này, trừ bỏ hạng người kia.

Tánh bình-đẳng của Phật là một tánh bình-đẳng tuyệt đối, bình-đẳng xét ngay từ trong thể tánh của vũ trụ, ngay từ trong cội gốc của cuộc đời là sự sống: mọi sự sống bất luận dưới hình thức nào đều có giá trị ngang nhau, đều được tôn trọng như nhau; mọi sinh vật, tất cả chúng sinh, đều có Phật tánh và đều có thể thành Phật.

---o0o---

## II. Tánh chất bình-đẳng của Phật

Chúng ta thường nghe nói đến bình-đẳng ở ngoài đời. Cách mạng Pháp 1789 nêu cao khẩu hiệu "Tự do, Bình-đẳng, Bác ái", và quyết tâm thực hiện cho được ba điểm ấy, mà những nhà cách mạng cho ba lý tưởng đẹp đẽ nhất của loài người. Ba lý tưởng ấy cho đến ngày nay, nhân loại vẫn chưa thực hiện được. Riêng về phương diện bình-đẳng, chúng ta phải lấy làm buồn rầu mà tuyên bố rằng: Nhân loại còn xa mục tiêu ấy quá! Hiện nay, trong nhiều xã hội, vấn đề bất bình-đẳng dựa lên huyết thống, quyền lợi vẫn còn tồn tại. Trong nhiều nước, vấn đề kỳ thị chủng tộc, chia rẽ màu da, vẫn chưa được giải quyết xong.

Nhưng một ngày kia dẫu cho nhân loại có thực hiện lý tưởng bình-đẳng như đã nói trên, thì cái bình-đẳng ấy đem so với cái bình-đẳng của Phật cũng còn hẹp hòi, cũng còn bất bình-đẳng. Cái bình-đẳng ấy chỉ là bình-đẳng trong phạm vi loài người, áp dụng cho loài người, chứ không có bình-đẳng chung cho muôn vật, áp dụng cho toàn thể chúng sanh như bình-đẳng của Phật.

Đối với Phật, thì muôn vật và người, người và Phật đều bình đẳng như nhau, vì mọi loài đều cùng chung một cái luật: luật nhân quả. Không một loài nào được hưởng ân huệ riêng, cũng không một loài nào bị thiệt thòi riêng. Hễ ai tạo nhân lành thì được quả đẹp, ai tạo nhân ác thì chịu quả xấu. Chúng sanh nào nhiều tham dục, sân hận, si mê thì bị sống trong cảnh giới đen tối khổ

sở; chúng sanh nào cõi lòng trong sạch chứa từ bi, có trí tuệ... thì sống trong cảnh giới sáng sủa, an vui...

---o0o---

### **III.Công năng của tánh bình-đẳng**

Tánh bình-đẳng chung cùng, rộng rãi, sâu xa ấy, đã tạo cho cõi đời không biết bao nhiêu là kết quả quý báu. Tánh bình-đẳng ấy làm cho mọi người được đặt ngang hàng nhau, mọi giai cấp trong xã hội được san bằng, mọi bất công được tiêu trừ, mọi áp chế dựa lên huyết thống, màu da, chủng tộc, quốc độ được ngăn chặn. Tánh bình-đẳng ấy làm cho những người ở trong địa vị tối tăm, thấp kém thêm nhiều tin tưởng ở ngày mai, thêm nhiều hăng hái trong công việc cải tạo hoàn cảnh của mình; trái lại, nó làm cho những người ở địa vị cao sang, quyền quý bớt tánh tự cao tự đại, bớt tánh ý lại vào giai cấp của mình, Nó làm cho mọi người giàu cũng như nghèo, sang cũng như hèn, gần gũi, thông cảm với nhau hơn, bớt oán nhau, bớt khinh nhau, biết tôn trọng nhân phẩm của nhau, quyền sống của nhau.

Do sự bình-đẳng trong từ bi, trong sự sống, trong Phật tánh, loài người biết yêu thương loài vật hơn, không thấy mình có độc quyền giết hại sinh vật, không có cái tự cao tự đại, cho rằng muôn vật sinh ra là để phụng sự cho mình, để sống, chết cho mình. Hơn nữa, tánh bình-đẳng, trong khi đặt chúng sinh và Phật ngang nhau, đã tạo cho loài người một lòng tin vô bờ bến ở khả năng thành Phật của mình, và lòng hăng hái trong công việc Phật hóa ấy.

---o0o---

### **IV.Gương bình-đẳng của Đức Bổn Sư Thích Ca**

Đức Phật là người đầu tiên trong nhân loại đã phản kháng chế độ giai cấp và đã phá đổ thành trì chia cách dân tộc AnĐộ ra làm bốn giai cấp: Bà la môn, Sát đế ly, Tỳ xá gia và Chiên đà la. Chính Đức Thích Ca trong khi tìm đạo, đã nói với một người chăn cừu như thế này:"Mỗi người sinh ra không mang sẵn dấu "Tin Ca" (dấu riêng của hạng quý phái) trên trán, không mang sẵn giai cấp trong dòng máu cùng đỏ và trong nước mắt cùng mặn như nhau".

*"Một người sinh ra không phải liền thành Bà la môn hay Chiên đà la (dòng hạ tiện) mà chính vì sở hành người ấy tạo thành một người Chiên đà la hay Bà la môn.*

Trong Giáo hội của Ngài, cũng như trong công cuộc giáo hóa chúng sinh, Đức Phật không bỏ một ai, dù là hạng nghèo khổ, hạ tiện như người gánh phân, không thiên vị một ai, dù đó là một vị Đế vương oai phong lẫm liệt. Kinh Đại Niết bàn đã tán thán tánh bình-đẳng của Đức Phật như sau:

*"Đức Như Lai không những chỉ thuyết pháp cho các hạng người quyền quý như vua Bạt-đề-ca mà cũng thuyết pháp cho hạng người bần cùng như ông Ưu-bà-ly; không riêng thọ lãnh sự cúng dường của những người giàu có như ông Tu-đạt-Đa mà cũng thọ lãnh sự cúng dường của hạng người nghèo khổ như ông Thuần Đà; không riêng cho phép các hạng không có tánh tham gia như Ngài Ca Diếp xuất gia mà cũng cho phép được xuất gia những người nhiều tánh tham như ông Nan Đà. Không những thuyết pháp cho hạng người an tịnh không dự việc đời, mà cũng thuyết pháp cho vua Tần Ba Ta La trong lúc đang lo việc nước. Không những thuyết pháp cho hạng thanh niên 25 tuổi mà cũng thuyết pháp cho ông già 80 tuổi; không những thuyết pháp cho ba Hoàng hậu Mạt Ly mà cũng thuyết pháp cho dân nữ Liên Hoa".* Trong sinh thời của Đức Phật, mặc dù đã đạt đến một địa vị Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác, được toàn thể người đời, từ giai cấp hạ tiện đến giai cấp vua chúa, tăng lữ sùng mộ bái phục, thế mà Ngài vẫn khoác chiếc áo vá trăm mảnh, mang bình bát đi khát thực hết nhà này đến nhà khác, như bao nhiêu đệ tử của Ngài, đi đâu về cũng tự múc nước rửa chân lấy. Gia tài của Ngài cũng chỉ vồn vẹn có 8 món đồ cần thiết như những đệ tử của Ngài: Cái quạt để che đầu, hai bộ y, cái gậy, đôi giếp, cái dao cạo, bình bát, cái lưới lọc nước, cây kim may. Dựa lên tinh thần bình-đẳng tuyệt đối ấy, Đức Phật đã chế ra cho các vị Tăng già một lối sống hoàn toàn là bình-đẳng, mà ngày nay trong các xã hội tư xưng là bình-đẳng nhất cũng không thể theo kịp. Đó là lối sống lục hòa: cùng ở trong một hoàn cảnh như nhau, cùng chia những quyền lợi đồng đều như nhau, cùng nói những lời hòa nhã như nhau, cùng giữ những giới luật như nhau, cùng giải bày những cái thấy nghe, hay biết cho nhau, cùng duyệt xét phê bình những tình ý của nhau trong sự ôn hòa, thông cảm.

Đức tánh bình-đẳng ấy đã được truyền dạy qua các đệ tử của Ngài và đã cảm hóa họ một cách sâu xa, cho nên họ cũng có những cử chỉ và lời nói đẹp đẽ chẳng khác gì cử chỉ lời dạy của Đức Bổn Sư Thích Ca.

A Nan, một hôm đến xin nước của một thiếu nữ giòng Chiên đà la; người này thưa:

- *"Thưa Ngài hãy tránh ra, vì con là giòng họ Chiên đà la".*

- A Nan trả lời: "*Tôi đến đây xin nước uống, tôi không xin giai cấp!*"

Vua A Dục đã trả lời cho một vị đại thần như sau, khi vị này ngăn cản Vua không cho Vua đánh lễ các vị Tỳ-kheo:

*"Nếu lấy huệ nhãn của Phật mà xem xét thân thể, thì biết thân ông vua và thân mọi người giống nhau, cũng là da, thịt, xương; khác nhau chỉ có cái phù hoa bề ngoài. Nhưng cốt yếu ở đời là lòng đạo đức. Về phương diện này thì trong thân người hèn hạ nhất ở đời cũng có thể có. Chính lòng đạo đức ấy, người có trí, gặp đâu cũng phải tôn trọng, vái lạy".*

Người Phật tử phải nuôi dưỡng tánh bình-đẳng như thế nào trong đời sống hằng ngày.

Mỗi người đều có sẵn Phật tánh, tất nhiên cũng đã có sẵn cái mầm bình-đẳng của Phật. Nhưng cái mầm ấy đã bị vùi sâu dưới bao nhiêu lớp bất công, bất bình-đẳng, dưới bao nhiêu giai cấp, tập quán, thành kiến của xã hội. Từ xưa đến nay nhân loại đã dựa lên quyền lợi, tài trí, để là tiêu chuẩn phân định từng bậc, thứ lớp trong xã hội: người giàu, người có tài trí, người thuộc giòng quý phái thấy mình có quyền đứng cao hơn kẻ khác, được hưởng quyền lợi nhiều hơn kẻ khác, có quyền bắt kẻ dưới phải phục dịch cho mình, có quyền khinh bỉ những ai không được như mình. Tiêu chuẩn ấy làm cho xã hội chia rẽ, bất an, người trên khinh kẻ dưới, người dưới oán kẻ trên, người mạnh hiếp kẻ yếu, người yếu thù kẻ mạnh. Muốn cải thiện xã hội, phải đặt tiêu chuẩn lên đạo đức; phải lấy tinh thần bình-đẳng của Phật giáo làm nòng cốt trong đời sống xã hội. Trước tiên, người Phật tử phải nêu cao gương sáng: phải thương yêu tất cả mọi người, đừng phân biệt thân sơ, cao hạ; đừng thấy giàu sang mà trọng, nghèo hèn mà khinh; đừng bợ đỡ kẻ quyền quý, đừng giẫm đạp kẻ thế cô. Đến chùa, chỉ nên thấy mọi người là Phật tử như mình, là đạo hữu, không thấy chức tước, giàu sang hay nghèo hèn của họ. Ai có đạo đức, có tu hành, thì đều được kính trọng như nhau. Ưu Bà Ly xuất thân là một kẻ gánh phân, thế mà vẫn được Đức Phật nhận vào đại chúng và được vua chúa đương thời kính lạy, vì đạo đức của Ngài.

Ngoài xã hội, chúng ta cũng áp dụng tinh thần bình-đẳng ấy. Mọi người, mặc dù ở địa vị nào đều là người, nghĩa là đều có nhân phẩm, đều được trọng. Nhưng ai có đạo đức, biết giúp ích xã hội, biết dẹp lòng vị kỷ, biết yêu đồng loại, biết hy sinh vì nghĩa vụ, những người ấy đều được chúng ta kính mến, mặc dù họ ở trong hoàn cảnh nào, từng lớp xã hội nào.

Riêng ta đối với ta, đừng bao giờ tự cho là quan trọng hơn người, cao hơn người, phải được săn sóc, chiều chuộng hơn người.

Trong giai đoạn đầu, phải đặt ta ngang hàng với bao nhiêu "cái ta" khác ở chung quanh. Dần dần, phải tập xóa nhòa biên giới giữa ta và những cái ta khác trong nhóm loại, không thấy có cái ta nào là đáng quý hơn cái ta nào.

Trong giai đoạn thứ hai, phải tập xóa nhòa biên giới giữa cái "ta là người" với những cái ta là của chúng sanh, đừng thấy cái ta của giống người cao hơn cái ta của chúng sanh, đừng thấy cái ta nào là đáng quý hơn cái ta nào.

Trong giai đoạn thứ ba, phải tập xóa nhòa cái quan niệm "ta là chúng sanh", mà ta chỉ nên thấy ta là một sự sống, ta có một sự sống.

Trong giai đoạn thứ tư, phải tập xóa nhòa biên giới giữa sự sống của ta và sống không của ta, đừng thấy có cái sống riêng biệt, mà chỉ thấy có cái Sống chung cùng, toàn thể, trong ấy cái sống của ta chan hòa, đồng hòa với tất cả.

Làm như thế là dưỡng "tánh bình-đẳng" của Phật, mà mỗi chúng ta đều sẵn có ở trạng thái tiềm tàng trong ta.

---o0o---

## **Lợi tha**

### **I. Định nghĩa**

Lợi là ích lợi; tha là người khác. Lợi tha là làm tất cả những gì có lợi cho người khác và vật khác. Lợi tha là phản nghĩa của ích kỷ, của lợi kỷ. Trong đạo Phật, lợi tha là một vấn đề tối quan trọng, nó làm chứa đầy hết công việc của một người Phật tử. Một công việc gì chỉ có tánh cách lợi kỷ, thì công việc ấy không phải là một công việc có giá trị có thể giúp người Phật tử tiến bước trên đường đạo. Người Phật tử không bao giờ chỉ thấy có mình mà không thấy có người, có vật khác, chỉ làm lợi cho mình mà không làm cho người hay vật khác.

---o0o---

### **II. Tánh chất lợi tha của Phật**



Trong đạo hay ngoài đời đều có lợi tha. Trong lịch sử nhân loại, không biết bao nhiêu là gương hy sinh cao cả của những bậc anh hùng, chí sĩ, bác học, triết gia, đã giúp ích đắc lực cho nhân loại. Nhưng dù sao, những hành vi lợi tha này cũng còn thiếu sót một vài khía cạnh; hoặc nó thiên về phần vật chất nhiều hơn tinh thần, hoặc nó hạn cuộc trong phạm vi một đời sống, hoặc nó còn thấy có nhơn, có ngã, có kẻ làm ơn và kẻ mang ơn.

Lợi tha trong đạo Phật gồm đủ cả hai phương diện vật chất và tinh thần-nhất là tinh thần- thể gian và xuất thể gian, hiện tại và vị lai; nó không thấy có nhơn và có ngã, không phân biệt kẻ làm ơn và người mang ơn. Lợi tha trong đạo Phật có nhiều thứ:

---o0o---

### **1.Lợi tha về vật chất: Có hai thứ là ngoại tài thí và nội tài thí**

- Ngoại tài thí là đem những vật thực, đồ đạc, tiền của, của mình cho người hay vật
- Nội tài thí là lấy sức lực, tài năng, thời giờ, thân mạng của mình làm lợi ích cho người hay vật.

### **2.Lợi tha về tinh thần: Cũng có hai thứ:**

- Vô úy thí là làm cho người hay vật hết lẳng, sợ hãi, khi họ đang gặp một tai nạn hay đang sống trong cảnh lo lắng phập phồng. Nói một cách khác là trấn tĩnh người và vật, đem lại cái yên ổn cho tâm hồn họ.
- Pháp thí là đem giáo pháp của Phật ra giảng dạy cho người xung quanh làm cho họ rõ biết đường lối tu hành để thoát ra khỏi cảnh sanh tử luân hồi. Trong hạnh bố thí, muốn cho được rốt ráo, đầy đủ mọi phương diện, thì phải bố thí Ba la mật, là một trong sáu phép tu của những vị theo hạnh Bồ tát.
- Bố thí Ba la mật là bố thí mà không vì danh, vì lợi riêng, không phân biệt kẻ quen, người lạ, kẻ thân, người thù, kẻ sang, người hèn, không so đo số lượng bố thí là ít hay nhiều là quý hay không; không chấp ta là người bố thí, kẻ kia là người thọ thí. Phép bố thí này dựa lên trí tuệ, từ bi và bình-đẳng của Phật. Nhưng tánh trên này đã không hạn cuộc trong không gian và thời gian, đã san bằng nhân và ngã, thì phép bố thí này cũng phải có tánh cách rộng rãi tuyệt đối như thế.
- Nhưng lợi tha không phải chỉ hạn cuộc sống trong sự bố thí, dù hình thức bố thí ấy rốt ráo, đầy đủ bao nhiêu.

Lợi tha còn nằm trong những thể thức, phương tiện khác như:

- Ái ngữ nghĩa là dùng lời nói nhẹ nhàng, êm ái đầy yêu thương trong khi tiếp xúc với người chung quanh. Nhờ lời nói ôn tồn dịu ngọt ấy mà người đối thoại với ta thêm lòng tin, càng hăng hái làm việc, cảm thấy được sống trong một làn không khí hòa thuận tin yêu.
- Lợi hành là làm tất cả những điều có lợi ích cho mọi người, (làm chứ không phải bố thí) như dạy người học, giúp công ăn việc làm, tìm cách nâng cao đời sống của đồng loại v.v...
- Đồng sự là cùng làm công việc với người, cùng sống trong hoàn cảnh của họ để hiểu họ, nâng đỡ, cảm hóa họ, dần dần hướng họ về con đường đạo đức, tươi sáng.

Bốn cách làm lợi ích cho người như thế, gọi là tứ nhiếp pháp (bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự).

---o0o---

### **III.Công năng của lợi tha**

Như trên đã nói, nhờ lợi tha mà, về vật chất, người chung quanh ta được no ấm, có nơi ăn chốn ở, về tinh thần, đỡ lo sợ, sống an vui, có đạo đức, tin tưởng ở đời sau và có thể giải thoát được cảnh giới tối tăm này để sống ở một cảnh giới tốt đẹp hơn.

Tánh lợi tha càng rộng lớn thì lợi ích càng lan xa, từ một vùng đến một tỉnh, từ một tỉnh đến một nước, từ một nước đến nhiều nước; từ người đến vật, từ vật đến cỏ cây.

Tánh lợi tha không những chỉ ích lợi cho người khác mà cũng lợi ích rất nhiều cho chính người làm lợi tha nữa. Nhờ lợi tha mà người ta mở rộng lòng từ bi, trau dồi trí tuệ, áp dụng tánh bình-đẳng của Phật.

---o0o---

### **IV.Gương lợi tha của Đức Bổn Sư Thích Ca**

Không phải nói nhiều, ai cũng đã biết Đức Thích Ca Mâu Ni thị hiện xuống cảnh ta-bà này là vì lòng lợi tha rộng lớn muốn cứu độ chúng sanh. Ngài đã lìa bỏ gia đình, ngôi báu, danh vọng cũng vì muốn làm lợi ích cho chúng sanh. Ngài thuyết pháp trong suốt 49 năm cũng chỉ vì muốn cho tất cả mọi người đều được thành Phật như mình. Suốt đời, Ngài chỉ đeo đuổi một

mục cao cả là tự giác, giác tha, tự độ, độ tha, tự lợi, lợi tha. Từ ý nghĩ, lời nói, đến việc làm, Ngài đều hướng về mục đích ấy. Ngài không từ bỏ một việc làm, một cử chỉ nhỏ nhặt nào, nếu nó có thể đem lại lợi ích cho chung quanh. Ngài đã khâu kim cho một người già, giả giận dữ để đuổi một con nai xa nơi nguy hiểm; dạy cách cày bừa có hiệu quả cho một người làm ruộng. Khi Ngài đã già yếu mà vẫn không ngừng đi thuyết pháp độ sanh. Các đệ tử khuyên Ngài hãy tịnh dưỡng, nhưng Ngài gạt đi và nói một câu đầy ý nghĩa:

- Các người đừng khuyên ta như thế, ngày nào ta còn tại thế thì ngày ấy phải không vô ích.

---o0o---

## **V. Người Phật tử phải dưỡng tánh lợi tha như thế nào trong đời sống hàng ngày**

Mỗi chúng sanh đã có Phật tánh, thì tất nhiên cũng đã có tánh lợi tha, là một khía cạnh của tánh Phật.

Chúng ta hãy noi gương lợi tha của Phật Thích Ca để nuôi dưỡng tánh lợi tha của ta. Đừng bao giờ từ chối một việc lợi tha nào, dù nhỏ bao nhiêu. Lượm một hòn đá giữa đường, quăng một cành gai vào bụi, đều là những công việc đáng làm cả. Nói một lời dịu dàng hòa hảo, an ủi vỗ về người lo sợ, buồn phiền, với một vài câu phấn khởi đó là những việc lợi tha không nên bỏ. Chỉ bày cho người chung quanh những điều hay lẽ phải; hướng dẫn họ đi dần dần vào trong Đạo; làm cho họ hiểu rõ giá trị của giáo lý Phật Đà mà dốc lòng tu tập: đó là những việc làm lợi ích mà người Phật tử không thể lơ là được.

Từ những việc làm lợi ích tâm thường ấy, chúng ta tập tiến dần trên con đường lợi tha, làm những việc ích lợi quan trọng hơn. Nếu chúng ta giàu tiền của, chúng ta hãy bỏ ra để giúp việc mở trường học, nhà thương, dưỡng đường, ký nhi viện, ấu trĩ viện, dưỡng lão viện, làm đường xá, cầu cống, đào sông ngòi... Nếu không có tiền của, chúng ta hãy làm những nội thí như đi dạy lớp bình dân, góp một số giờ vào các dưỡng đường, ký nhi, ấu trĩ hay dưỡng lão viện. Nếu chúng ta trí thông minh hơn người, có ý chí mạnh mẽ, thì quyết tâm học tập để trở thành những nhà trí thức lành mạnh, có tâm hồn xây dựng, những nhà bác học, triết gia nhất tâm phụng sự cho đời.

Với một chí nguyện lớn hơn nữa, chúng ta quyết tâm tự giác tha, tự độ để độ tha. Làm được như thế, nuôi dưỡng tánh lợi tha đến trình độ viên mãn, ấy là chúng ta thành Phật.

---o0o---

## **Nhẫn nhục**

### **I. Định nghĩa**

Nhẫn nhục do chữ "Ksānti" (sản đề) trong Phạn ngữ mà ra. Nhẫn là nhịn, là nín, là chịu đựng; nhục là sỉ nhục, là nhơ nhuốc, xấu hổ. Nhẫn nhục là nhịn nhục, chịu đựng những điều nhục nhã xấu hổ, lao khổ, cho đến độ cùng tột rốt ráo. Nhẫn nhục là đức tánh trái lại với tánh nóng giận, oán thù.

Ở đây, chúng ta không nên ngộ nhận chữ nhẫn nhục như người ta thường hiểu ở đời. Nhẫn nhục ở đời là thứ nhẫn nhục không rốt ráo, chỉ có hình thức bên ngoài, chứ không đi sâu vào bên trong, nghĩa là trước một sự bất công, một điều sỉ nhục, người nhẫn nhục không tỏ ra phản đối trong lời nói, trong cử chỉ, nhưng trong lòng họ vẫn không dằn được cơn tức giận phần uất; thứ nhẫn nhục ấy không phải là nhẫn nhục của đạo Phật.

Vậy tánh chất của nhẫn nhục trong đạo p như thế nào, chúng ta xin trình bày ở đoạn dưới đây.

---o0o---

### **II. Tánh chất nhẫn nhục trong đạo Phật**

Nhẫn nhục theo giáo lý Phật Đà phải gồm đủ ba phần là: thân nhẫn, khẩu nhẫn, ý nhẫn. Nghĩa là ở nơi thân thì cam chịu đau khổ mà không đối phó lại bằng cử chỉ, hành động trả thù; ở nơi miệng không thốt ra những lời hung ác, nguyên rủa, và nhất là ở trong lòng thì cũng phải dẹp xuống, đánh tan cơn tức giận, nổi oán thù, không cho nó vược lên, vùng dậy. Nếu không dẹp được sự giận dữ, phần uất ở trong lòng thì chưa gọi được là nhẫn nhục theo nghĩa trong đạo Phật.

Hơn nữa, người theo pháp nhẫn nhục phải luyện cho đến trình độ không thấy có người làm mình khổ nhục, có nổi khổ nhục, và người chịu khổ nhục. Nhẫn nhục ở đây có tánh cách bao la rộng lớn, không phân chia biên giới, vì nó bắt nguồn từ lòng từ bi, từ trí tuệ và bình đẳng tuyệt đối của Phật tánh.

Cho nên người dưỡng tánh nhĩn nhục, muốn thành tựu phải dựa lên ba đức tính trên làm căn bản.

---o0o---

### **III.Công năng của nhĩn nhục**

Một trong những đại họa của cõi đời là tánh giận dữ, oán thù. Có thể nói một cách không quá đáng rằng lửa giận đã đốt thiêu một nửa cõi đời, một nửa công lao của loài người, từ ngày có nhân loại đến nay. Cho nên tánh nhĩn nhục là một phương thuốc thần diệu để dập tắt lửa sân hận.

Về phương diện cá nhân, người nhĩn nhục làm cho người chung quanh cảm mến, vì nét mặt hiền dịu, vì lời nói hòa nhã, vì cử chỉ khoan hòa. Người nhĩn nhục tâm trí được sáng suốt, xét đoán phải lẽ, không mắc những sai lầm lỗi đáng tiếc vì thiếu bình tĩnh. Thân tâm người nhĩn nhục luôn luôn được an lạc, nhẹ nhàng, và do những điều trên, người nhĩn nhục dễ thành tựu trong mọi công việc, trong đời mình.

Về phương diện gia đình, nếu mọi người trong nhà đều nhĩn nhục thì cảnh gia đình luôn luôn được hòa thuận, tin yêu, ấm cúng. Người ta thường nói:"Thuận vợ thuận chồng thì tát biển đông cũng cạn". Thiếu đức tính nhĩn nhục, sự hòa thuận trong gia đình không bao giờ có thể thực hiện được. Và không hòa thuận, thì gia đình trở thành một cảnh địa ngục nhỏ, mà mọi người đều muốn đạp đổ để thoát ra.

Về phương diện xã hội, nhĩn nhục làm cho mọi đoàn kết có thể thực hiện được, sự chung sống được êm đẹp, chiến tranh không xảy ra, hòa bình được củng cố, cõi đời sẽ trở thành một lạc địa.

Về phương diện tu hành, nhĩn nhục như là một hòn đá thử vàng, như là một lò luyện kim khí, nó làm cho người tu hành luôn luôn phải cảnh giác, đề phòng trước những nghịch cảnh. Nó bắt buộc kẻ tu hành luôn luôn phải vận dụng lòng từ bi, ánh sáng trí tuệ, tinh thần bình đẳng để phá tan giận dữ, oán thù. Nó dẹp dần ngã mạn, ngã ái và công phá luôn thành trì cuối cùng của chúng sanh là cái ngã. Do đó, người tu hành chúng được vô ngã vô sanh.

---o0o---

### **IV.Gương nhĩn nhục của Đức Bồ Sư Thích Ca**

Sức chịu đựng của Đức Thích Ca trong bước đi tìm đạo của Ngài thật là một gương sáng cho chúng ta. Từ một vị Thái tử sống trong nhung lụa, Ngài trở thành một kẻ không nhà, lặn lội hết khu rừng này đến ngọn núi khác, chịu lạnh chịu nóng, nhịn đói nhịn khát, tìm học tất cả mọi người, không sợ nhục nhã, xấu hổ khi phải hỏi những điều mình chưa biết. Khi tu khổ hạnh với bọn ông Kiều Trần Như, thấy không có kết quả, Ngài rời họ, trở lại ăn uống như thường và đã bị họ chế giễu, khinh bỉ; nhưng Ngài vẫn điềm nhiên như không, chỉ một dạ quyết tâm tu học.

Khi đắc đạo, trở thành một Đấng Chí-tôn, Ngài bị Đề Bà Đạt Đa nhiều lần quấy phá, nào thả voi dữ, nào lăn đá từ sườn núi cao xuống mình Ngài, nhưng không một lần nào Ngài tỏ ra vẻ phẫn nộ, bực tức. Khi bị thương nhẹ nơi chân vì hòn đá của Đề Bà Đạt Đa lăn xuống, Đức Phật đã điềm nhiên bảo các đệ tử rằng: Đề Bà Đạt Đa là thiện hữu tri thức của Ngài, nhờ Đề Bà Đạt Đa mà Ngài mau thành Phật. Khi bị ngoại đạo âm mưu sai người đến nhục mạ Ngài giữa đại chúng, Phật lặng thinh để cho người ấy nhiều mắng. Cuối cùng, Ngài chỉ hỏi lại một câu nhưng hàm bao nhiêu ý nghĩa thâm thúy, mà chúng ta cần phải nhớ lấy nằm lòng trong khi tập tánh nhẫn nhục. Ngài hỏi người nọ:

- Khi người đem cho ai một món gì mà họ không nhận, thì người làm thế nào?
- Thì tôi đem về!
- Ở đây cũng vậy, ta không nhận những lời nhục mạ của người. Người hãy mang về đi!

Hơn ai hết, Ngài hiểu rõ công dụng lớn lao của nhẫn nhục nên trước khi nhập Niết Bàn, Đức Phật đã dặn các đệ tử:

-"Nếu có người đến chặt tay chân các ông, hoặc xẻo mũi cắt tai v.v... các ông cũng phải nhiếp trì tự tâm, chớ nên móng niệm sân hận mà làm trở ngại đạo Bồ đề của các ông, và chớ thốt ra lời nói hung ác, mà bị lửa sân hận đốt thiêu rừng công đức của các ông..."

Phật còn tán thán những người nhẫn nhục với một câu nói đẹp đẽ như sau:

"Người nào ngăn được phẫn nộ sắp phát ra, như dừng được chiếc xe đang chạy nhanh, như thế mới được gọi là thiện ngự, ngoài ra chỉ là kẻ cầm cương mà thôi".

## **V. Người Phật tử phải nuôi dưỡng tánh nhẫn nhục như thế nào trong đời sống hàng ngày?**

Trước tiên, người dưỡng tánh nhẫn nhục phải nên nhớ luôn điều này: không phải vì để được người đời tán thán, khen ngợi mà ta nhẫn, không phải vì sợ sệt trước oai lực của kẻ khác mà ta nhẫn, không phải vì mong được chức tước quyền lợi mà ta nhẫn, không phải vì lười nhác, muốn buông xuôi tay cho khỏe trước cuộc đời bất công mà ta nhẫn, không phải vì không biết nhục nhã, thiếu nhân cách mà ta nhẫn. Nếu vì lý do trên mà ta nhẫn, thì cái nhẫn ấy còn nguy hại hơn sự phẫn nộ, vì nó là tay sai đắc lực của dục vọng: tham lam, kiêu mạn, hèn nhác, ích kỷ... Ta nuôi dưỡng tánh nhẫn nhục là vì một đại nguyện, một mục đích cao quý, một tình thương lớn lao, một trí tuệ sáng suốt. Ta nhẫn nhục là vì muốn trau giồi đức tánh, muốn đối trị cái bệnh nóng giận do tham lam, ích kỷ, ngạo mạn, si mê gây ra.

Cái nhẫn trên lá cái nhẫn đê hèn, cái nhẫn dưới mới là nhẫn cao quý, đúng theo ý nghĩa của giáo lý. Cái nhẫn dưới mới là nhẫn mà chúng ta cần nuôi dưỡng hằng ngày. Mặc dù đứng trước một hoàn cảnh như thế nào, cử chỉ chúng ta luôn luôn dịu dàng, nhã nhặn, lời nói chúng ta luôn luôn ôn tồn, điềm đạm, ý nghĩ chúng ta luôn luôn sáng suốt để phân tách vì đâu có cảnh ấy, vì sao chúng ta không nên nóng giận. Ta phải luôn luôn vận dụng đến tình thương, là một thứ nước cam lồ có thể dập tắt bao nhiêu lửa dữ.

Ở đời có hai nguyên nhân làm cho người ta dễ giận hơn ai hết, đó là tánh tham lam và kiêu mạn. Mất của, mất danh, mất ngủ... nên sanh ra giận; thấy người ta phạm đến lòng tự cao, tự đại, tự mãn, tự ái của mình, nên sanh ra giận. Cho nên, muốn nuôi dưỡng tánh nhẫn nhục thì trước tiên phải cảnh giác, đề phòng luôn luôn hai tánh xấu ấy. Phải tỉnh táo, đừng để mắc mưu chúng nó. Chúng rất quỷ quyệt, rất nhiều mưu mô. Có khi chúng mượn tiếng nói của bôn phận, danh dự, quyền lợi chung để bắt ta phải hờn giận oán thù, có khi chúng tỉ tê bên tai ta trong đêm vắng, có khi chúng to tiếng buộc tội hành động nhẫn nhục của ta là nhu nhược, hèn nhát, cho nên, chúng ta phải biết rõ hành tướng của những tánh xấu ấy, phải điều phục được chúng, mới có thể thực hiện tánh nhẫn nhục một cách có hiệu quả.

Mỗi khi một nỗi bực bội, chán chường, oán tức sắp nổi dậy, chúng ta hãy bình tĩnh đọc đi đọc lại mấy câu thơ dưới đây:

"Nhẫn, nhẫn, nhẫn, trái chủ oan gia từng thử tận!

Nhiều, nhiều, nhiều thiên tai vạn họa nhứt tề tiêu;

Mặc, mặc, mặc, vô hạn thần tiên từng thử đấ;

Huru, huru, huru, cái thế công danh bất tự do".

(Nhẫn, nhẫn, nhẫn- thân nhẫn, miệng nhẫn, tâm nhẫn- thì những điều trái chủ oan gia từ đây đứt dây hết. Nhịn, nhịn, nhịn, thì ngàn tai muôn họa đều tiêu tan, Nín, nín, nín, thì cảnh giới thần tiên vô hạn cũng do đây mà được, Thôi, thôi, thôi, thì những công danh lớn lao nhất trên thế giới cũng không làm gì được ta).

Làm được như thế, trong mọi địa hạt, trong mọi hoàn cảnh, trong mọi thời gian thì tánh nhẫn nhục của Phật đã sẵn có ở trạng thái tiềm phục trong ta sẽ được hoàn toàn biểu lộ.

---o0o---

## **Hỷ xả**

### **I. Định nghĩa**

Hỷ là vui hay muốn nói cho đủ là tùy hỷ: vui theo, cùng vui với người khác. Phản nghĩa của hỷ là u (buồn phiền).

Xả là bỏ, không chấp, không ghi giữ trong lòng. Phản nghĩa của xả là cố chấp.

Hỷ xả là hai hạnh lành, có hai nghĩa, hai phạm vi, nhưng thường người ta hay nói chung với nhau, vì chúng nó có tương quan mật thiết, làm nhân làm quả cho nhau.

Trong một tầng bậc thấp thì xả làm nhân cho hỷ, nghĩa là muốn vui theo với người, muốn làm cho người vui, thì trước tiên mình phải đừng chấp, phải xả bỏ những điều ngang trái, những điều thiệt thòi sỉ nhục mà người khác đã làm cho ta. Nếu ta chưa có thể bỏ qua những điều ấy được thì không thể nào ta vui được và làm cho người khác vui được.

Nhưng trong một tầng bậc cao hơn, hỷ cũng cần phải xả. Nếu chấp chặt cái hỷ ấy, cho nó là nấc thang cuối cùng mà không rời nó để tiến lên nữa, thì cái hỷ ấy rất dễ trở thành u.

---o0o---



## **II. Tánh chất của hỷ xả trong đạo Phật**

Hỷ của đạo Phật không có nghĩa là vui đùa một cách vô tư, không phải là không cho cái gì là quan trọng, không phải là "phớt qua" tất cả, để được vui cười một cách ào ạt, sôi nổi "rồi ngày mai ra sao thì ra". Hỷ đây không phải là buông thả cõi lòng để vui theo những cảnh dục lạc ở đời, cũng không phải là tán thành, tùy hỷ để cho người ta làm quấy, làm ác.

Hỷ của đạo Phật là vui theo những điều chân thiện, mỹ; là vui vì thấy người khác tạo nhân lành, được quả tốt; là vui vì mình làm cho người và chúng sanh được vui. Cái vui ở đây phát sanh từ lòng từ bi, bình-đẳng, chứ không phải là vì một lý do ích kỷ nào khác, cái vui bao la rộng lớn toàn thiện, có tánh cách giải thoát, thanh tịnh, chứ không phải hẹp hòi, thiên cận. Cái xả ở đây cũng không phải chỉ là sự tha thứ, khoan dung đối với những ai đã làm ta đau khổ; không phải chỉ là sự vứt bỏ ra khỏi lòng ta những bực bội, xót đau mà người khác đã gieo vào lòng ta; không phải chỉ là bỏ qua những gì trái tai gai mắt đối với ta. Xả ở đây có tánh cách tuyệt đối, nghĩa là bỏ ra ngoài tất cả, không chấp trước một cái gì, dù là vật chất hay tinh thần, dù là xấu xa hay tốt đẹp, dù là ở địa vị phàm phu hay đã chứng được quả thánh. Nếu còn chấp trước nắm giữ một cái gì là còn cái ngã, mà còn cái ngã là còn tất cả, nghĩa là còn chưa giải thoát.

Nói như thế không có nghĩa là người tu hành phải nhắm mắt bịt tai để không thấy, không nghe gì cả; không phải là đứng dưng trước mọi sự mọi vật như đá, như gỗ, không phải là không làm gì cả, đứng khoanh tay như tượng đá-Không! người theo hạnh Xả vẫn thấy, vẫn nghe, nhưng không đắm sắc, mê thanh, không để cho mình vương vẩn vào cái thấy cái nghe ấy; người theo hạnh Xả vẫn làm việc, làm việc nhiều hơn ai cả, nhưng vẫn không thấy mình có làm gì cả, nhất là khi làm được những việc có kết quả tốt đẹp.

---o0o---

## **III. Công năng của Hỷ xả**

Nếu đem so sánh với tánh nhẫn nhục thì Hỷ xả còn cao hơn một bậc. Tánh nhẫn nhục làm cho ta không phát ra nóng giận, bực tức, làm cho ta có sức chịu đựng những khổ nhục, đau xót ở đời; nó cản ngăn cái xấu không cho phát ra. Còn tánh Hỷ xả làm cho lòng ta nhẹ nhàng thư thái phát ra cái vui hồn nhiên trong sáng. Nhẫn nhục như người đang gánh một gánh nặng, phải luôn luôn cố gắng đi cho đến đích. Hỷ xả như người đã trút được gánh nặng, thân xác nhẹ nhàng, tâm hồn khoan khoái, vui vẻ, không bận tâm về

một điều gì nữa. Nhẫn nhục như người điều phục voi dữ, luôn luôn phải đề phòng, lao tâm khổ trí, để cho nó khỏi phá phách. Hỷ xả như người cỡi ngựa hay đã thuần, có thể thành thoi ngao du đây đó, mà không cần chú ý đến con vật mình đang cỡi.

Do đó, người có tánh Hỷ xả, bao giờ nét mặt cũng vui tươi, nụ cười luôn luôn nở rộng trên môi, tâm hồn sáng sủa, phóng khoáng như một gian phòng rộng, mà tất cả các cửa đều mở toang cho ánh sáng không khí tràn vào. Người Hỷ xả luôn luôn được cảm mến và được tiếp đón nồng hậu khắp nơi, vì đã gây được tín nhiệm và đem không khí hòa vui lại cho mọi người.

Riêng đối với mình, người có tánh Hỷ xả không bao giờ bị phiền não quấy nhiễu, không có thù địch ngăn lại, được nhiều trợ duyên cho nên dễ tiến bước trên đường đạo và mau chứng quả Bồ đề.

---o0o---

#### **IV.Gương Hỷ xả của Đức Bổn Sư Thích Ca**

Hình ảnh Đức Bổn-sư đã được người đời sau tạc lại trong các pho tượng với nụ cười hiền hòa, thanh thoát ở trên môi. Nụ cười ấy tượng trưng cho lòng từ bi, hỷ xả của Ngài. Một pho tượng không có được nụ cười ấy cũng như không có được đôi mắt tượng trưng cho trí tuệ, pho tượng ấy chưa phải là tượng Đức Bổn Sư Thích Ca, vì nó thiếu mất những đức tánh căn bản cần thiết đã đưa Ngài lên địa vị Phật, và đã làm cho người đời sau phân biệt được Ngài với các vị Giáo chủ khác.

Về vật chất, Đức Phật trước khi xuất gia đã hoan hỷ xả bỏ những gì quý báu nhất mà người phàm phu ít có thể có được: đai vàng, điện các, ăn ngon, mặc ấm, ngọc ngà, châu báu, vợ đẹp, con ngoan...

Về tinh thần, Ngài xả bỏ tất cả những gì xấu xa mà con người có thể có, do vô minh, di truyền, tập quán, nghiệp báo gây nên. Ngài bỏ qua tất cả những ác ý và hành động nhiều hại Ngài, của bọn Đề bà đạt đa, A xà thế, chàng Vô não, cô gái ngoại đạo độn bụng vu oan cho Ngài... Ngài đã không chấp nhất, buồn phiền, mà còn thường xót tế độ cho họ.

Ngài xả bỏ luôn tất cả những kết quả tốt đẹp mà Ngài đã thành tựu, làm tất cả mọi việc quý báu trên đời mà vẫn tự thấy không làm gì cả. Ngài hoan hỷ bỏ dần, bỏ dần cho đến khi không còn gì để bỏ nữa. Ngài bỏ ra, bỏ ra tất cả, với một nụ cười trên môi, một nỗi thanh thoát trong lòng. Ngài vui cái vui

của người khác, vui như cái vui của người mẹ khi thấy con nhỏ bập bẹ nói những tiếng đầu tiên, hay bước những bước chập chững. Cái vui của Ngài không phân biệt thân sơ, không có từng bậc cao thấp, thoát ra ngoài vòng bỉ, thử, bao giờ cũng hồn nhiên trong sáng. Nỗi vui ấy đã được thể hiện trong nụ cười bất tận ở trên đôi môi những pho tượng của Ngài, và đã làm cho tất cả Phật-giáo-đồ trên thế giới cảm mến, kính yêu.

---o0o---

## **V. Người Phật tử phải dưỡng tánh Hỷ xả như thế nào trong đời sống hằng ngày?**

Trước tiên trong phạm vi thấp nhất, người Phật tử phải tập tánh khoan hòa độ lượng, biết tha thứ những lỗi lầm của người chung quanh. Đừng ghi vào lòng, đừng chấp nệ những lời nói, cử chỉ, hành động không đẹp đẽ của người khác đối với ta. Hãy nghĩ rằng đó là những điều sơ xuất vì vô tình hay vụng về mà ra. Nếu ta có bằng chứng về lòng xấu xa, độc ác của người muốn hại ta đi nữa thì cũng nên tự nhủ rằng những người ấy đáng thương hơn đáng trách, vì họ thiếu sáng suốt, thiếu căn lành; và sự thiếu thốn ấy sẽ đem lại cho đời họ nhiều đau khổ lắm rồi ta không nên làm cho họ đau khổ hơn nữa. Nếu ta ôm ấp những nỗi bực tức oán thù thì ta chỉ tạo cho ta thêm nhiều đau khổ, như ta bị bắn trúng mũi tên độc mà không chịu rút ra. Ta sẽ mất ăn mất ngủ, mất thì giờ, mất bình tĩnh trong công việc làm ăn, tu học. Ta sẽ ung độc đời ta một cách khờ dại, vô ích; và ung độc luôn cả gia đình, xã hội trong ấy ta đang sống nữa.

Tiến lên một tầng cao hơn, ta phải tập biến dần tánh thù ghét ra thành tánh hoan hỷ. Thấy người khác thành công, ta không ghen ghét, dù đó là kẻ đã làm cho ta đau khổ! Trái lại, ta còn vui mừng với họ, hoan hỷ tán thán sự thành công của họ, nhất là khi sự thành công ấy tiến về nẻo thiện, hướng đến mục đích giải thoát.

Tiến lên một tầng cao hơn nữa, ta phải tập xả bỏ những gì ta quý báu dù vật chất hay tinh thần. Có bỏ bớt hành lý nặng nề, ta mới đi xa được, mới lên cao được. Nếu ta ôm giữ một cái gì, thì cái ấy chỉ làm vướng chân ta, níu ta lại. Trong đời, ta thường thấy những người giàu có bao nhiêu, chức phận bao nhiêu, lại bận bịu, vương vẩn bấy nhiêu, như chim vướng phải lưới, càng gỡ càng mắc thêm.

Về phương diện tu hành cũng thế, những người chứng được quả này quả nọ khác mà chấp chặt quả ấy thỏa mãn với sự thành công của mình, những

người cố chấp như thế, không bao giờ tiến được xa. Cho nên người Phật tử phải tập xả dần, xả tất cả. Con tầm sở dĩ thành bướm bay lượn đó đây, vì nó đã rời bỏ cái kén, dù đó là một cái kén bằng tơ vàng óng ánh, ấm áp, đẹp đẽ mịn màng vô cùng. Cùng một nghĩa ấy, Đức Phật có dạy: "Niệm mà không chấp có niệm mới là niệm, hành mà không chấp có hành mới là hành, nói mà không chấp có nói mới là nói, tu mà không chấp có tu mới là tu" (Kinh 42 chương).

Nhưng xả mà buồn rầu thì tốt hơn là đừng xả. Xả không phải là một sự hy sinh thường làm cho người hy sinh phải đau khổ. Xả mà còn tiếc nuối, còn than thở cho cái mà mình đã bỏ đi, xả với bộ mặt buồn rầu, than khóc như kẻ đi đưa đám ma, xả như thế nào có ích gì?

Xả phải đi đôi với hỷ. Phải xả với vẻ mặt hân hoan, vui mừng như người tù khi tháo gỡ xiềng xích. Ta sung sướng, vui mừng vì thấy mình nhẹ nhàng, khoan khoái hơn trước. Xả là một cử chỉ tháo gỡ để được giải thoát, cho nên ta vui mừng; chứ không phải là một sự trói buộc mà phải khóc than. Phát triển được tánh hỷ xả như thế, tức là dưỡng tánh hỷ xả của Phật mà ta đã sẵn có, ở trạng thái tiềm tàng trong ta.

---o0o---

## **Thanh tịnh**

### **I. Định nghĩa**

Thanh là trong, Tịnh là sạch. Thanh-tịnh là tánh trong sạch, không vương cấu bẩn, nhơ nhớp, là tánh trầm lặng, không nao động ồn ào. Thanh-tịnh là tánh đã được gạn lọc khỏi những gì xấu xa ô uế tạp nhạp, lẫn lẫn trong cõi đời ô trọc này.

Không phải ở được nơi yên tĩnh, mát mẻ, mà đã cho đó là thanh-tịnh. Không phải chỉ ăn mặc sạch sẽ, tắm gội luôn luôn mà đã vội tưởng đó là thanh-tịnh. Thanh-tịnh của đạo Phật là trong sạch từ bên ngoài đến bên trong, từ thể chất đến tinh thần, từ lời nói tới việc làm.

---o0o---

### **II. Tánh chất thanh-tịnh trong đạo Phật**

Như trên đã nói, thanh-tịnh theo nghĩa đạo Phật là sự trong sạch, vắng lặng hoàn toàn về mọi phương diện.

□ Thân thanh-tịnh: thân thể phải luôn luôn tắm rửa sạch sẽ, không chải chuốt vuốt ve, cũng không tô son trét phấn. Áo quần phải luôn luôn thay giặt, không rách rưới, nhưng cũng không xa hoa, lòe loẹt, kiêu cách. Thức ăn uống phải giản dị, không rượu chè, trộm cướp, sát hại, dâm ô, hút sách, không cao lương mỹ vị. Chỗ nghỉ ngơi phải hợp vệ sinh, không giường cao nệm ấm, không trướng rũ, màn che.

□ Khẩu thanh-tịnh: Lời nói luôn luôn chân thật, không thêm không bớt, không ngọt như mật, không cay như tiêu, chua như dấm; không suồng sã, bõn cợt như bướm hoa; không sùng sộ, gằm thét như hùm như hổ; không hỗn hào như hổ như beo; không độc dữ như rắn, như rít; không nhọn hai đầu như đòn xóc; không sắc bén như gươm đao; không nặng nề như búa tạ. Trái lại, lời nói trong trường hợp nào cũng phải trong sạch, ôn tồn, đúng đắn, lợi ích cho mọi người, mọi vật ở chung quanh.

□ Ý thanh-tịnh: Ý là phần quan trọng, chi phối tất cả những lời nói, cử chỉ, hành động, đời sống của con người. Ý trong sạch, thì đời sống dễ trong sạch, ý nhiễm ô thì đời sống bị xấu xa, hoen ố. Ý trong sạch là thế nào? Là không vẩn đục bởi những tánh tham lam giận dữ kiêu căng, si mê, nghi ngờ. Mỗi khi ta suy nghĩ, tưởng nhớ một điều gì, mà tư tưởng ta không bị trộn lẫn bởi những tánh xấu nói trên, như thế là ý nghĩ ta được thanh tịnh. Ý ta không nhiễm mùi hôi tanh của những tánh ấy, không nghe tiếng gào thét, kêu gào, xúi giục, của dục vọng; ý ta trong sáng như thủy tinh, vắng lặng như mặt nước hồ im; ý ta chói sáng mặt trời Trí tuệ, thơm ngát hương Từ bi, như thế là ý thanh-tịnh.

□ Hành động thanh-tịnh: Việc làm không vì danh lợi riêng cho mình, không vì thù oán, không vì khoe khoang, không vì dâm ô; nói tóm lại là không vì dục vọng mà làm, như thế là hành động thanh-tịnh. Người có hành động thanh-tịnh không mưu mô lừa đảo, không ý mạnh hiếp yếu, không ý giàu hiếp nghèo, không ý thế hiếp cô. Người có hành động thanh-tịnh không xu nịnh ai, không bợ đỡ ai, không sợ hãi ai để phải làm theo ý muốn bất chính của họ. Người có hành động thanh-tịnh bao giờ cũng thẳng thắn, đường đường, chính chính, không bao giờ có một hậu ý đen tối nào trong lúc làm việc.

---o0o---

### **III. Công năng của thanh-tịnh**

Như chúng ta đã thấy: mặc dù con người có Phật tánh nhưng vẫn mê mờ và trôi lăn trong cảnh giới tối tăm đau khổ, là vì con người đầy cả dục vọng, con người bị nhiễm ô, tánh Phật bị che lấp dưới bao nhiêu lớp bụi bặm

của tánh xấu. Nên chúng ta cần phải có một đời sống thanh-tịnh. Ta phải mượn thanh-tịnh làm một cái chổi để quét bao nhiêu rác rến đang bao phủ lấy ta từ trong và ngoài, từ trên xuống dưới. Tánh Phật như nước trong, đục vọng như cẩu bản làm đục nước trong. Muốn làm cho tánh Phật không bị nhiễm ô, phải cần đến thanh-tịnh.

Thanh-tịnh rất cần thiết cho người tu hành. Thiếu đức tánh ấy, thì dù cố công trì chí bao nhiêu trong việc tu hành cũng vô ích, như nấu cát mà mong thành cơm. Dù ta có bao nhiêu việc bố thí lợi tha mà tâm ta thiếu thanh-tịnh, thì những việc làm ấy cũng mất hết ý nghĩa cao quý và hiệu quả của chúng.

Người thanh-tịnh sẽ có một đời sống nhẹ nhàng, thanh thoát, tâm không bận bịu một ý nghĩ đen tối nào; thân khoan khoái, dễ chịu. Người thanh-tịnh đi đến đâu như mang theo một vầng ánh sáng, một làn khí trong, như tỏa ra một mùi hương mát dịu. Người thanh-tịnh chẳng khác gì một đóa hoa sen, "gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn". Với cánh trắng, nhị vàng, hương dịu, nó được người đời quý chuộng mến yêu, đặt lên bàn thờ tôn kính như thế nào, thì người thanh-tịnh cũng được như thế ấy.

---o0o---

#### **IV. Gương thanh-tịnh của Đức Bồ Sư Thích Ca Mâu Ni**

Khi còn tại gia, Đức Thích Ca sống giữa cảnh xa hoa, trong cung đàn tiếng nhạc, trong nệm gấm, mền nhung, giữa hương sắc đục lặc, thế mà Ngài vẫn không bị nhiễm ô, chìm đắm trong biển xa hoa, sa lầy trong vũng bùn nhục dục ấy. Ngài là hòn ngọc quý, rơi trong bùn mà không nhiễm bùn. Như đóa hoa sen quyết trời đầu lên khỏi đám bùn thối tha. Ngài quyết thoát ra khỏi cảnh đục lặc ô uế trong cung vui để sống cuộc đời phóng khoáng, thanh thoát. Trong khi đi tìm đạo, mặc dù sống trong cảnh tối tăm nguy hiểm, Ngài vẫn luôn luôn giữ tâm ý trong trắng bình thản. Trước khi thành đạo, Ngài còn bị Ma Vương đem cung đàn tiếng nhạc, đem hương sắc mỹ nhân đến khuấy phá Ngài dưới gốc Bồ đề, nhưng bao nhiêu cố gắng phá hoại của ma vương đều vô ích, tâm hồn Ngài vẫn trong sáng như gương, bình thản như mặt nước hồ thu, mà gió dục vọng không còn đủ sức để thổi lên nữa.

Đức tánh thanh-tịnh của Ngài đã có mặc dù Đức Phật đã nhập diệt trên hai ngàn rưỡi năm mà đức tánh thanh-tịnh của Ngài còn phảng phất trong cõi trời Á Đông trong các đền chùa, điện tháp. Mỗi khi chúng ta đến viếng một cảnh chùa theo đúng chánh pháp, chúng ta thấy trong người nhẹ nhàng,

khoan khoái; chúng ta nghe như bao nhiêu tiếng kêu gào của dục vọng lắng xuống, im đi, để nhường chỗ cho một nỗi thanh thoát êm đềm lan dần trong tâm hồn ta.

---o0o---

## **V. Người Phật tử phải dưỡng tánh thanh-tịnh như thế nào trong đời sống hằng ngày?**

Như chúng ta đã thấy, tánh chất của thanh-tịnh bao gồm tất cả mọi phương diện của đời sống. Cho nên, muốn dưỡng tánh thanh-tịnh, chúng ta không thể chú trọng đến phần vật chất mà bỏ phần tinh thần, hay ngược lại, chú trọng phần tinh thần mà bỏ vật chất. Đừng bắt chước những người ngụy biện, hay bừa bãi, thường nói rằng: "tu là cốt ở tâm, hình thức không đáng kể. Ta thanh-tịnh ở trong lòng là đủ rồi". Nói như thế là không nhận rõ ảnh hưởng mạnh mẽ của hoàn cảnh. Nếu chúng ta muốn có thanh-tịnh mà sống giữa cảnh xa hoa trụy lạc, thường ngày bày ra trước mắt ta bao nhiêu trò ô uế, rót vào tai ta bao nhiêu nhạc điệu, lời lẽ dâm ô, xông vào mũi ta bao nhiêu mùi vị béo bùi, đập vào mình ta bao nhiêu tơ lụa mơn trớn, nếu sống trong cảnh ấy mà ta không bị nhiễm ô, thì ta là một vị thánh. Những thánh nhân ở đời này thật quá hiếm hoi; cho nên ta rất dễ thành quỷ sứ.

Hoàn cảnh thanh-tịnh bên ngoài giúp ta dễ thanh-tịnh bên trong. Tất nhiên trong cõi đời đã gọi là ô trọc này, khó có cảnh hoàn toàn thanh-tịnh. Nhưng trong phạm vi tương đối, ta có thể tạo ra, hay tìm kiếm một hoàn cảnh tạm gọi là thanh-tịnh được. Ta tập sống có vệ sinh, điều độ, thứ tự. Ta tập xua đuổi những ý nghĩ xấu xa, đen tối. Ta tập hành động theo lẽ phải, theo bác ái, vị tha. Ta tìm những kinh sách có những tư tưởng trong sáng, tiến bộ để đọc, tìm thầy bạn có đạo đức để học hỏi kết giao, ta tìm những cảnh chùa theo đúng chánh pháp để tới lui tu dưỡng.

Trong khi chúng ta tìm được một hoàn cảnh tạm gọi là thanh-tịnh, hành động những việc có tánh cách thanh-tịnh rồi, chúng ta đừng vội thỏa mãn, yên trí là chúng ta đã tiến bước trên con đường thanh-tịnh. Chúng ta cần phải đề phòng những ý nghĩ nhỏ nhiệm sâu kín, đen tối, xấu xa lén chen vào trong những công việc tốt đẹp của chúng ta, làm cho chúng trở thành hữu lậu, nhiễm ô. Sau đây là vài ba thí dụ thường thấy hằng ngày: Chẳng hạn khi ta cho kẻ hành khất một vài đồng bạc, vì lòng thành thật thương xót họ. Đó là một việc thiện quý báu; nhưng bên cạnh động lực chính ấy, ta còn có ý

mong cho người xung quanh biết mình là kẻ nhân từ. Như thế là bố thí mà còn bị phiền não tham danh chen vào.

Khi một người hành khất đeo riết ta xin cho được, ta bực tức vất vào nón người ấy vài đồng để khỏi bị quấy rầy, như thế là bố thí mà không phải vì từ thiện, mà là vì sân hận. Khi ta giúp đỡ ai một điều gì, mà ta mong ước một ngày kia người ấy sẽ giúp đỡ lại ta, như thế là làm việc lợi tha với mục đích ích kỷ.

Khi ta mang ơn của ai mà vội vàng tìm cách để trả ơn, vì sợ để lâu ơn sẽ nặng, hay người làm ơn sẽ có dịp nhờ vả ta nhiều hơn, như thế là trả ơn mà động lực chính là bội bạc.

Khi ta là một kẻ giàu có, hay có địa vị cao mà ta ăn mặc xoàng xĩnh, rách rưới với dụng ý để cho người ta trầm trồ, khen ngợi, như thế là ta làm vẻ nhu mì với dụng ý khoe khoang.

Khi ta làm điều gì hay đẹp, do sự háo thắng hay cốt cho mọi người khen ngợi, như thế là ta ngạo mạn, muốn được hơn người.

Khi ta đến chùa, thành thật vì mục đích muốn hiểu đạo và cầu giải thoát, nhưng vì đến chậm hay thiếu chỗ, ta phải đứng lạy sau người, hay ngồi nghe giảng vào hàng ghế cuối, hay ăn uống không được trọng đãi v.v... ta đâm ra buồn phiền trách móc: "Tôi như thế này mà nhà chùa để tôi đứng sau, ngồi dưới, xem thường, xem khinh v.v..." Như thế là đến chùa để tìm thanh-tịnh mà lại hóa ra đi ôm áp thêm phiền não, ô trược.

Những thí dụ trên cho chúng ta thấy hoàn cảnh thì thanh-tịnh, việc làm thì đẹp đẽ, mà động cơ thì bất tịnh, nhiễm ô.

Vậy trong đời sống hằng ngày, mỗi lúc nghĩ, mỗi lúc nói, mỗi lúc làm, mỗi lúc nằm, ngồi, đi, đứng, chúng ta phải luôn luôn tự xét xem đã thanh-tịnh chưa. Trong trường hợp những nhiễm ô thô thiển dễ trừ, ta hãy mạnh dạn trừ ngay; trong trường hợp những nhiễm ô sâu xa, vi tế khó trừ, ta hãy tập phép quán "nhị không" để phá trừ ngã chấp và pháp chấp. Làm được như thế là ta đã dưỡng tánh thanh-tịnh của Phật mà mỗi chúng ta đều sẵn có, ở trạng thái tiềm tàng trong ta.



## Tinh tấn

### I. Định nghĩa

Tinh là tinh chuyên, thuần nhất, không xen tạp, Tấn là đi tới không thối lui.

Tinh tấn là luôn luôn chuyên tâm nhất trí, cố gắng không ngừng để tiến tới một mục đích toàn thiện, tốt đẹp, sáng sủa, an vui. Theo nghĩa thông thường, tinh tấn nghĩa là siêng năng, chuyên cần. Nhưng trong chữ tinh tấn có hàm nghĩa chuyên cần, siêng năng để đạt một mục đích chân chính tốt đẹp, mục đích giải thoát chứ không phải siêng năng, chuyên cần trong mục đích không tốt đẹp, hẹp hòi, ích kỷ. Người học sinh chuyên cần học hành thi đỗ, để có chức cao, quyền quý, vợ đẹp, hưởng lộc nhiều, như thế không được gọi là tinh tấn. Chàng si tình, chuyên tâm trì chí làm những việc kinh thiên động địa để được lòng người yêu, như thế không phải là tinh tấn. Người ham mê cờ bạc, ặc dù đã ngồi luôn hai đêm hai ngày, đầu đã nặng lưn mỏi, vẫn cố gắng chăm chú ngồi đánh thêm mấy ván nữa, như thế không gọi được là tinh tấn.

Tánh chất của tinh tấn trong Đạo Phật là như sau đây:

---o0o---

### II. Tánh chất của tinh tấn

Tinh tấn trong Đạo Phật có những tánh chất và phạm vi rõ ràng, đặc biệt như sau:

1. Tinh tấn đàn áp những điều ác chưa sanh.- Những điều ác còn tiềm phục trong ta, ta đừng cho chúng phát sanh ra. Chẳng hạn từ trước đến nay ta chưa bao giờ trộm cướp, gian tham, cờ bạc, rượu chè, thì từ nay về sau, ta phải tinh tấn giữ gìn cho những tánh xấu xa ấy cũng không bao giờ phát sanh.

2. Tinh tấn diệt trừ những điều ác đã phát sanh.- Như khi ta đã lỡ tạo những điều ác, trộm cướp, dâm dật, rượu chè v.v... ta phải siêng năng quyết tâm từ bỏ, đừng cho chúng tiếp tục nữa.

3. Tinh tấn làm phát sanh những việc lành chưa phát sanh.- Như từ trước đến nay, ta chưa giúp đỡ người nghèo khổ, chưa bình vực kẻ yếu hèn, chưa đi chùa lễ Phật, bây giờ ta quyết tâm thực hiện những điều ấy.

4. Tinh tấn làm tăng trưởng những việc lành đã phát sanh.- Như từ trước đến nay ta đã giúp đỡ người nghèo khổ, đã bình vực kẻ yếu hèn, đi chùa lễ Phật, tu tâm dưỡng tánh, bây giờ ta tiếp tục làm những công việc tốt đẹp ấy nhiều hơn nữa.

Tóm lại, tinh tấn là siêng năng, chăm chú, cố gắng không dừng nghỉ trong công việc diệt trừ, chận đứng cái xấu, cái ác, và làm phát sanh, tăng trưởng cái đẹp, cái thiện, với mục đích cuối cùng là sự giải thoát hoàn toàn.

---o0o---

### **III.Công năng của tinh tấn**

Tinh tấn là một động lực mạnh mẽ thúc đẩy ta tiến mau trên đường thiện. Không có tinh tấn thì dù ta có sáng suốt bao nhiêu, có nhân từ, đức hạnh bao nhiêu, có dự định bao nhiêu chương trình tốt đẹp, ta cũng không làm được việc gì có ích lợi cho đời ta và cho xã hội. Tinh tấn như dầu xăng trong bộ máy xe hơi. Máy dù tốt, người lái dù giỏi, mà không có xăng, chiếc xe hơi vẫn nằm ỳ một chỗ.

Những bậc vĩ nhân, những đấng cứu thế, danh lưu muôn thuở nhờ luôn luôn tinh tấn, với một ý chí dũng mãnh, quyết tâm giúp ích cho đời. Thất bại không làm cho họ ngã lòng. Trở ngại không làm cho họ thôi chí. Nhờ tinh tấn, họ đã chiến thắng tất cả, từ ngoại cảnh đến nội tâm, nhờ tinh tấn, họ đã đạt được những nguyện ước tốt đẹp, cao quý nhất của nhân loại và nêu cao gương sáng cho hậu thế soi chung.

Một nhà tây triết có nói:"Thế giới này thuộc về những ai có ý chí và nghị lực". Tinh tấn chính là ý chí và nghị lực sắt đá của những ai muốn tiến đến địa vị Phật đà.

Người tu hành không có tinh tấn chẳng khác gì kẻ muốn vượt qua bể rộng mà chẳng có thuyền bè. Bao nhiêu những đức tính quý báu đã nêu lên trong tập sách này: Từ bi, Trí tuệ, Bình-đẳng, Lợi tha... sẽ trở thành những tiếng nói suông, không có tác dụng gì cả, nếu thiếu tinh tấn. Cho nên lời dặn cuối cùng của Đức Phật Thích Ca với các đệ tử , trước khi từ giã cõi đời để nhập Niết Bàn là:

"Hỡi các đệ tử! Hãy tinh tấn lên để được giải thoát".

---o0o---

#### **IV. Gương tinh tấn của Đức Bồ Sư Thích Ca Mâu Ni**

Nếu ở đời này có một gương tinh tấn rực rỡ, cao quý nhất, thì đó là gương tinh tấn của Đức Bồ Sư Thích Ca.

Với ý nguyện vĩ đại và cao xa nhất mà người đời chưa ai từng nghĩ đến là tự giải thoát ra khỏi sanh tử luân hồi, và tìm con đường giải thoát ấy cho toàn thể chúng sanh, với ý nguyện ấy, Đức Phật đã cương quyết lìa bỏ cung điện, ra đi trong đêm tối. Ngai vàng, điện ngọc, vợ đẹp con ngoan, không níu chân Ngài lại được; thành cao, hố hiểm, quan quân không ngăn chặn được bước tiến của Ngài; thâm sơn cùng cốc, rừng thiên nước độc không làm Ngài nản lòng; giông tố bão bùng, nắng mưa, đói rét không làm Ngài nhụt chí. Một khi đã ra đi, Ngài không bao giờ quay đầu nhìn lại quá khứ yên vui để tiếc nuối. Con đường của Ngài là ở trước mặt, là ở trên cao, luôn luôn phải nhìn lên, bước tới. Đạt được mục đích này, Ngài tiếp tục tiến đến mục đích khác, luôn luôn để lại sau mình những bước đã đi qua mà không bao giờ quay trở lại. Mỗi bước đi là mỗi bước tiến. Lúc chưa tìm được Đạo, Ngài quyết tâm tìm cho được Đạo. Khi đã tìm được Đạo rồi, Ngài quyết tâm dẫn dắt chúng sanh lên đường Đạo ấy. Tự giác rồi giác tha, và đeo đuổi mãi công cuộc ấy cho đến bao giờ giác hạnh viên mãn: đó là những công việc đã thành tựu nhờ tinh tấn.

Có ai đã có được một ý chí dũng mãnh như Ngài: tìm đạo cho đến quên ăn, quên ngủ, chết lịm ở giữa rừng vì đói khát?

Có ai đã nói được một câu quyết liệt, đầy nghị lực sắt thép như Ngài "Nếu không chứng được Đạo quả, thì dù thịt nát xương tan, ta quyết không rời khỏi chỗ ngồi này."?

Có ai đã ngồi tham thiền 49 ngày liền dưới gốc Bồ đề giữa khoảng rừng già u tịch, mà không một phút thôi chuyển?

Không! Không một ai khác ngoài Đức Bồ Sư Thích Ca Mâu Ni

Gương tinh tấn nghị lực siêng năng ấy gây được bao nhiêu ảnh hưởng tốt đẹp quý báu cho đời, và nhất là cho các đệ tử Ngài: Tổ Sư Đạt ma ngồi tham thiền chín năm xây mặt vào tường không nói; Ngài Thần Quang, đứng cầu Pháp cho đến nổi tuyết ngập đến gối; Ngài Huyền Trang vượt mây mười vạn dặm đường trong giá tuyết và nắng lửa từ Trung Hoa sang Ấn Độ để thỉnh kinh...

Thật là những gương sáng của tinh tấn, nghị lực, kiên nhẫn, đã gây biết bao khích lệ trong lòng chúng ta và làm cho chúng ta càng thêm phấn khởi và quyết tâm trên đường tu học.

---o0o---

## **V. Người Phật tử phải trau dồi tánh tinh tấn như thế nào trong đời sống hằng ngày?**

Trước tiên muốn trau dồi tánh tinh tấn cho có kết quả, chúng ta phải đề phòng những trường hợp sau này:

Tánh háo thắng, là một tánh xấu có thể làm trở ngại rất nhiều trong công việc trau dồi tinh tấn của ta. Có nhiều người vì tánh háo thắng muốn tỏ ra có tài đức hơn người, nên muốn làm những việc vĩ đại tày trời; những sức lực tài năng của họ có hạn, nên dù có cố gắng, tinh tấn bao nhiêu cũng vô ích:

"Dã tràng xe cát biển đông,

Nhọc lòng mà chẳng nên công cán gì!"

Chẳng hạn, có anh chàng mới tập lợi, nghe người ta thách bơi qua sông rộng cũng nhận lời thách đó ấy. Anh ta dù có cố gắng đem hết sức lực ra để bơi cũng không thoát khỏi tai nạn chết chìm ở giữa sông.

Điều thứ hai cần đề phòng là sự hấp tấp nóng nảy, muốn mau đạt được kết quả. Sự gì, vật gì cũng đều cần có một thời gian để phát triển, trưởng thành. Ta quên sự thật ấy, thì không làm được việc gì có kết quả hết. Bắt cây mạ non phải trở bông kết hạt bằng cách bỏ thật nhiều phân, tưới thật nhiều nước, nhóm gốc nó lên, kéo dài lá nó ra v.v... bao nhiêu công phu chăm sóc ấy chỉ đem đến một kết quả tai hại là làm cho nó chóng chết yểu, chết non. Người mới tập đọc mà đã tìm những sách triết lý uyên thâm để đọc, thì dù có công tri chí, đêm ngày nghiền ngẫm, không rời quyển sách, rốt cuộc cũng không hiểu gì hết và đâm ra chán nản ngã lòng. Người muốn diệt trừ ngay một lúc tất cả tánh xấu của mình, nào trộm cướp, trai gái, rượu chè, khoe khoang, kiên mạn... người ấy cũng chẳng khác gì đưa trẻ trong một phút cao hứng, vào rừng quyết tâm trừ cho hết thú dữ, hay một người lính đơn thân độc mã xông vào trận mạc của địch quân. Những người ấy, dù có tinh thần cố gắng nỗ lực bao nhiêu cũng không thoát khỏi tử thần đang chờ đón họ.

Cho nên muốn sự tinh tấn có kết quả tốt đẹp, cần phải làm việc một cách có phương pháp, phải loại trừ tánh háo thắng, tánh nóng nảy gấp gáp, đừng tham lam bắt cá hai tay. Ta có thể đặt mục đích cao xa, nhưng hãy tuân tự mà tiến, hết bước này đến bước khác; đi từ gần đến xa, từ thấp đến cao, từ dễ đến khó. Hãy tiến lên một cách đều đặn, đừng có khi chạy thật mau, rồi có khi chỉ ngồi nghỉ để thở, hay mệt quá nằm xuống luôn không dậy nữa!

Trong công việc diệt trừ tánh ác, nuôi dưỡng tánh thiện, để đi dần đến mục đích giải thoát, là phải sắp đặt một chương trình dài hạn: ta phải tìm tới tất cả những quân địch trong người ta là những tánh xấu gì, kể chúng nó ra cho rõ ràng; ta lại tìm những chiến hữu trong người ta là những tánh tốt gì, nếu thiếu ta phải tiếp viện ở bên ngoài vào; rồi ta tuân tự mở những mặt trận, diệt trừ hết địch quân này đến địch quân khác (tánh xấu), đừng cho chúng liên kết, tập hợp với nhau, vì như thế chúng sẽ tạo một sức chống đối mạnh mẽ, khó diệt trừ. Mỗi khi một tánh ác bị loại trừ, ta thay vào một tánh thiện đối lập lại, và cứ như thế cho đến khi nào không còn một tánh ác nào trong ta nữa, mà chỉ toàn là những tánh thiện.

Ta hãy kính cẩn lắng nghe Đức Bổn Sư Thích Ca dạy: " Ta hãy tinh tấn nỗ lực thêm lên mãi, để đạt mục đích cao thượng nào ta chưa đạt được, để làm chủ các phép nào ta chưa làm chủ được, để thực hiện những đức tính nào mà ta chưa thực hiện được. Siêng năng tinh tấn thì không việc gì là khó. Giọt nước tuy nhỏ mà thường chảy cũng làm xuyên thủng đá. Nếu các thầy hành đạo mà tâm còn biếng nhác, trễ lười, thì đạo quả khó thành, ví như người dùi cây lấy lửa, cây chưa nóng mà đã thôi không dùi nữa, thì lửa làm sao có được? Thế cho nên các thầy phải chuyên cần tinh tấn".

Nếu ta làm được những điều như Phật đã dạy, là ta dưỡng tánh tinh tấn của Phật mà ta đã sẵn có, ở trạng thái tiềm tàng trong ta.

---o0o---

## **Kiên-chí**

### **I. Định Nghĩa**

Kiên-chí là tánh bền bỉ, dẻo dai, quyết tâm đeo đuổi cho đến cùng chí nguyện, mục đích mà mình đã vạch sẵn. Kiên-chí khác với tinh tấn. Tinh tấn là sự nỗ lực tiến tới, là sự cố gắng, ra sức làm việc. Nó có nghĩa như chữ "cần" của bên Nho. Kiên-chí có hàm nghĩa tiếp tục luôn luôn, đều đều, dù gặp bao nhiêu trở ngại, khó khăn đến đâu cũng không thôi chuyển, bền chí

làm cho thành tựu công việc. Nó có nghĩa như chữ "chuyên" bên Nho. Kiên-chí cũng rất cần thiết cho sự tu hành, như tinh tấn, có nhiều khi lại quan trọng hơn cả tinh tấn nữa. Nho có câu:"Cần bất như chuyên".

---o0o---

## **II.Tánh chất của kiên chí**

Như trên đã nói, tánh chất của kiên-chí là sự dẻo dai, bền bỉ. Nó khiến người ta bám sát vào công việc không biết mệt, không biết chán, không sợ gian khổ, không lao lung trước một trở ngại nào cả. Nó chỉ thấy mục đích cần tiến tới, không thấy gì ở chung quanh, không theo cái sau bỏ cái trước, không bỏ dở công việc nửa chừng. Nó đi dần, đi dần, không vội vã, nhưng cũng không bao giờ trì hoãn. Như con tằm ăn lá dâu, mỗi khi một ít mà bao nhiêu thúng lá dâu đều tiêu hết; như nước, mỗi khi một giọt, mà đá phải thủng. Sức mạnh của nó chính là ở sự liên tục, sự bền bỉ.

---o0o---

## **III.Công năng của kiên-chí**

Kiên-chí là một điều kiện tất yếu để thành công. Công việc càng lớn lao thì kiên-chí càng phải có nhiều. Không có công việc nào lớn hơn công việc Phật hóa. Công việc này đòi hỏi bao nhiêu đời kiếp, bao nhiêu gian lao để chiến thắng Ma vương. Nó phải vượt qua bao nhiêu trở ngại khó khăn. Vì những lẽ ấy, kiên-chí luôn luôn phải sẵn sàng ứng phó với mọi trường hợp, để động viên tinh thần, đuổi xa mọi chán nản, nghi ngờ bị quan. Nó như một viên tướng trung kiên, luôn luôn có mặt bên cạnh vị quốc chủ để đề phòng mọi sự phản trắc, mọi sự dấy loạn. Nó như là một vị lương y giỏi, có thể đuổi xa mọi bệnh hoạn, giữ cho thân chủ của mình luôn luôn được tráng kiện, đủ sức lực để tiến hành mọi công việc ở đời. Không có kiên-chí thì mọi công tác sẽ bị bỏ dở nửa chừng, và tài năng đều trở thành vô dụng.

---o0o---

## **IV.Gương kiên chí của Đức Bồ Sĩ Thích Ca Mâu Ni**

Đức Phật Thích Ca sở dĩ được gọi là Đấng Đại hùng, Đại lực, vì Ngài đã thắng được bao nhiêu trở lực trên đường đi đến địa vị Phật. Mà những trở lực ấy nào phải ít ỏi gì! Chúng rộng lớn như trời như bể; vượt qua chúng còn ngàn lần khó hơn vượt qua Hy Mã Lạp Sơn. Thế mà Ngài vẫn bền tâm chiến

đầu, vững lòng chịu đựng, dẻo dai tiến lên, không một phút thối chí, nãn lòng. Trên đường Ngài đi, chỉ có những bước tiến tới, không một bước trở lui. Khi còn ở trong cung điện, phải chiến đấu chống những tập quán xấu xa, mục nát, trụy lạc, những dây nhợ răn chắc của tình yêu ích kỷ của gia đình; khi ra đi, phải chiến đấu chống thiên nhiên hiểm độc, chống si mê dày đặc tối tăm của cõi đời; sau khi thành Đạo, phải chiến đấu chống những mưu mô thâm độc, những oán ghét căm thù của bao nhiêu ngoại đạo đầy dẫy đang hoành hành ở xứ A□n Độ lúc bấy giờ. Trước bao nhiêu trở ngại ấy, Ngài đã không một chút sờn lòng, nãn chí, Ngài cương quyết thực hiện cho đến cùng chí nguyện lớn lao của mình là tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn.

Gương kiên chí vững bền vĩ đại ấy thật đáng cho muôn đời soi chung, nhất là đối với những người con Phật là chúng ta.

---o0o---

## **V. Người Phật tử phải nuôi dưỡng rèn luyện đức kiên-chí như thế nào trong đời sống hằng ngày?**

Như chúng ta đã biết: Tập làm người đã khó, tập làm Phật lại càng muôn ngàn lần khó hơn. Công việc khó khăn ấy đòi hỏi một đức kiên-chí hết sức lớn lao. Thiếu đức tánh ấy, chắc chắn chúng ta không bao giờ đi đến kết quả. Vì thế trong mọi công việc hằng ngày dù nhỏ nhất bao nhiêu, chúng ta cũng phải luyện tập sự chịu đựng bền bỉ. Kiên-chí như là một sợi dây để khâu những hạt ngọc làm thành chuỗi. Sợi giây không quý bằng hạt ngọc, nhưng không có nó những hạt ngọc rời, dù quý bao nhiêu, cũng không thành chuỗi được.

Ta đừng bao giờ vội vã, hấp tấp, sốt ruột. Cứ tuân tự mà tiến. Chạy mau sẽ ngã đau; vội vã sẽ vấp vấp, đổ vỡ; sốt ruột sẽ làm hư việc, mất công. Nên nhớ luôn luôn rằng "cuộc đời không hoàn thiện". Muốn có một kết quả hoàn thiện, tất phải trải qua những cái xấu xa vây bọc, cản đường. Nếu chúng ta thiếu bình tĩnh, thiếu nhẫn nại, thiếu kiên tâm, ta sẽ hất đổ tất cả, và hất đổ luôn cả công việc quý báu ta đang làm chưa xong.

Nhiều khi chỉ một phút chán nản, mất bình tĩnh mà đại cuộc trở thành tro bụi, và suốt đời phải sống trong ân hận. Người nuôi dưỡng, luyện tánh kiên nhẫn như kẻ trèo thang cao, phải cẩn thận từng cử chỉ tay nắm, chân bước. Hễ sẩy chân, sút tay là nguy hiểm đến tánh mạng; hễ dừng lại nửa chừng là bao nhiêu nấc thang mình đã bước trở thành vô dụng, vì mục tiêu không đạt đến.

Người tu hành đừng tưởng rằng khi mình làm việc thiện, việc tốt thì mọi người sẽ hoan hô, tán thành mình. Không đâu! Trái lại, có nhiều khi mình còn bị người đời tấn công phá ta mình nhiều hơn nữa. Càng đi đến gần thành công nào, thì trở ngại lại càng nhiều hơn chừng ấy. Tục ngữ có câu: "Càng cao danh vọng, càng đầy gian nan". Trong kinh Phật cũng thường dạy: "Phật cao một thước, ma cao một trượng". Công việc tu hành của chúng ta, cũng như cuộc chạy đua có trở ngại: Càng đến gần mức, trở ngại càng nhiều, rào càng cao, hố càng nguy hiểm.

Vậy cho nên, hành giả càng bước dài trên đường đạo, càng thu lượm nhiều kết quả, lại càng thận trọng, lo toan, càng động viên thêm nhiều nghị lực, sức chịu đựng bền bỉ, trường kỳ.

Ta cố gắng rèn luyện nuôi dưỡng thể nào tánh kiên-chí của ta cứng chắc như sắc thép, vững vàng như bàn thạch, không chút nao núng trước mọi nổi thử thách, gian nguy, ta làm được như thế, thì dù con đường đi đến quả vị Phật có gian lao, hiểm trở, xa xăm bao nhiêu cũng có ngày ta đặt chân đến được.

"Ồ đời chẳng có việc gì khó, Người ta lập chí phải nên kiên".

---o0o---

### **Phần kết**

#### **Kết quả tốt đẹp của người dưỡng tánh: Tự giải thoát**

Những đức tánh chúng ta đã thấy ở phần chính: Từ Bi, Trí tuệ, Bình-đẳng, Lợi tha, Nhẫn nhục, Hỷ xả, Thanh-tịnh, Tinh tấn và Kiên-chí là những đức tánh căn bản đưa Đức Bồn Sư Thích Ca đến quả vị Phật.

Nếu kể những đức tánh phụ khác, thì không biết bao giờ cho hết. Nhưng mặc dù không kể ra một cách rành mạch, những đức tánh ấy vẫn đã được nhắc đến, điếm qua, trong khi chúng ta bàn đến những đức tính căn bản ở trên; chúng liên lạc mật thiết với nhau cả.

Đứng về phương diện tuyệt đối mà nói, thì đức tánh nào cũng có hàm chứa, bao gồm những đức tánh khác. Chẳng hạn như trong Từ bi vẫn có bóng dáng của Trí-tuệ, Bình-đẳng, Lợi tha, Hỷ xả, trong Hỷ xả vẫn có bóng dáng của Nhẫn nhục, Lợi tha, Từ bi, Thanh-tịnh, Tinh tấn... Nhưng khi chúng ta tách riêng một đức tánh nào để nói là chúng ta muốn soi sáng riêng khía cạnh ấy, chiếu lớn nó ra để nhìn thấy cho rõ hơn. Vậy thôi!



Thế nên, người ta có thể trưởng dưỡng cái đức tánh căn bản mà có thể thành tựu luôn những đức tánh khác. Thí dụ chúng ta chỉ chuyên tâm trau dồi tánh Từ bi và Trí-tuệ, mà những đức tánh khác tự nhiên phát lộ.

Nhất là đối với những người sơ cơ, mới bắt đầu tu dưỡng thì nên lựa những đức tính tương đối ít khó khăn mà trau luyện trước. Chẳng hạn tập tánh Nhẫn nhục, Hỷ xả, hay Tinh tấn, Lợi tha trước rồi dần dần luyện những tánh khác sau. Như thế, ta sẽ tránh được sự rợn ngợp vì thấy nhiều quá, mà không dám khởi sự tu hành, hay bỏ dở nửa đường vì sợ gặp nhiều khó khăn quá, như người thấy núi cao quá không dám leo, hay mới leo lên nửa chừng, thấy hiểm trở quá nên leo xuống.

Trong mọi công việc, khó nhất là những bước đầu. Ta vượt qua những khó khăn ban đầu, và thấy có kết quả, ta sẽ phấn khởi và mạnh dạn tiếp tục tiến tới, lâu ngày trở thành thói quen.

Điều quan trọng nhất là phải kiên tâm, trí chí, luôn luôn cố gắng vươn lên, hay nói theo danh từ đạo Phật là phải Tinh tấn. Với tinh tấn, không có gì là không làm được.

Trong việc lập chí để thành Phật, tất nhiên sự kiên tâm phải bền vững như sắt đá. Không năm bảy tháng, đôi ba năm mà ta đạt kết quả. Cũng không phải vài ba mươi năm, hay một đời mà ta có thể thành Phật. Công cuộc tu hành phải tiếp tục từ kiếp này sang kiếp khác, từ đời này sang đời khác.

Mặc dù con đường đi đến mục đích cuối cùng lâu dài, diệu vợi như thế, nhưng mỗi một chặng đường mà ta vượt qua được là một thành công, đem lại cho ta nhiều phần thưởng xứng đáng trong lúc ta còn làm người. Chẳng hạn, nếu ta chưa có được Từ bi, Trí-tuệ tuyệt đối như Phật, thì trong phạm vi tương đối, ta cũng có được một tình thương rộng lớn, một trí sáng chân chánh, tô điểm cho cuộc đời ta có ý nghĩa. Nếu ta chưa có được tánh Hỷ xả, Thanh-tịnh tuyệt đối như Phật thì trong phạm vi tương đối, ta cũng có được nỗi vui vẻ trong sạch, làm cho đời ta thanh thoát nhẹ nhàng.

Nói một cách khác, tánh Phật càng nhiều và càng lớn mạnh trong ta, thì ta càng thoát dần ra khỏi ngục Tối tăm và Đau khổ của Đời, tháo gỡ dần xiềng xích, dâ nợ mà Ma vương, chúa tể của Dục vọng và Xấu xa đã trói buộc ta từ bao nhiêu kiếp trước. Với sự phát triển của tánh Phật, ta dần dần lấy lại được tự do mà ta đã mất, làm theo ý nghĩ chân chính của ta, chứ không bị Dục vọng sai sử, hành hạ như một tên nô lệ.

Tự do càng mở rộng, ta lại càng vượt ra ngoài những chi phối của hoàn cảnh. Đến trình độ mà ta đã vượt ngoài sự chi phối của thời gian và không gian, sự múa rối của quỷ vô thường, sự đe dọa của cái vòng lẩn quẩn Luân hồi; đến trình độ mà ta có thể làm tất cả mọi việc không bị ngăn ngại, sống một cuộc sống vĩnh cửu, an vui, trong sáng, đến đó là ta đã được tự tại giải thoát. Ta đã đến đích cuối cùng: Ta đã thành Phật.

---

### Mười công đức ấn tống kinh, tượng Phật

Một là những tội lỗi đã tạo từ trước, nhẹ thì được tiêu trừ, nặng thì chuyển thành nhẹ.

Hai là thường được các Thiên thần ủng hộ, tránh được tất cả tai ương hoạn nạn, ôn dịch, nước, lửa, trộm cướp, đao binh, ngục tù

Ba là vĩnh viễn tránh những quả báo phiền khổ, oan cừu oan trái của đời trước cũng như đời này.

Bốn là các vị hộ pháp thiện thân thường gia hộ nên những loài dạ xoa ác quỷ, rắn độc, hùm beo tránh xa không dám hãm hại.

Năm là tâm được an vui, ngày không gặp việc nguy khốn, đêm ngủ không thấy ác mộng. Diện mạo hiền sáng, mạnh khỏe an lành, việc làm thuận lợi, được kết quả tốt.

Sáu là chí thành hộ pháp, tâm không cầu lợi, tư nhiên y thực đầy đủ, gia đình hòa thuận, phước lộc đời đời.

Bảy là lời nói việc làm, trời người hoan hỷ, đến đâu cũng được mọi người kính mến ngợi khen.

Tám là ngu chuyển thành trí, bình lành mạnh khỏe, khốn nghèo chuyển thành thịnh đạt. Nhàm chán nữ thân, mệnh chung liền được nam thân.

Chín là vĩnh viễn xa lìa đường ác, sanh vào cõi thiện, tướng mạo đoan nghiêm, tâm trí siêu việt, phước lộc tròn đầy.

Mười là hãy vì tất cả chúng sanh trồng các căn lành. Lấy tâm cầu của chúng sanh làm ruộng phước điền cho mình. Nhờ công đức ấy đạt được vô lượng

phước quả thù thắng. Sinh ra nơi nào cũng thường được thấy Phật, nghe pháp, phước huệ rộng lớn, chứng đạt lục thông, sớm thành Phật quả.

---o0o---

**HẾT**