

Những lời gốc Phật dạy - Tập 1 - Phần cuối

ISSN: 2734-9195

11:59 01/08/2023

Điều tâm là một việc làm rất khó, nếu ai có tu tập thì mới biết. Khó, vô cùng khó là phải điều tâm cho đúng cách, nếu điều tâm không đúng cách thì bị ức chế tâm; ức chế tâm là tự làm khổ mình, con đường tu hành chẳng đi đến đâu cả.

tiếp theo: Những lời gốc Phật dạy - Tập 1 - Phần 3

HẠNH ĐỨC VÀ TRÍ ĐỨC

LỜI PHẬT DẠY HẠNH ĐỨC

“Này Mahanama!

1- Vị Thánh đệ tử nào thành tựu giới hạnh, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy.

2- Vị Thánh đệ tử nào hộ trì các căn, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy.

3- Vị Thánh đệ tử nào có tiết độ trong ăn uống, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy.

4- Vị Thánh đệ tử nào chú tâm cảnh giác, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy.

5- Vị Thánh đệ tử nào đầy đủ bảy diệu pháp, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy.

6- Vị Thánh đệ tử nào hiện tại lạc trú bốn thiên, thuộc tầng thượng tâm, nhọc, chứng đắc không phí sức, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy.

TRÍ ĐỨC

7- Vị Thánh đệ tử nào nhớ đến các đời sống quá khứ sai biệt, như một đời, hai đời, ba đời, như vậy thuộc về Trí Đức của vị ấy.

8- Vị Thánh đệ tử nào với thiên nhãn thuần tịnh, siêu nhân, thấy sự sống của người hạ liệt kẻ cao sang, người đẹp đẽ kẻ thô xấu, người may mắn kẻ bất may, như vậy thuộc về Trí Đức của vị ấy.

9- Vị Thánh đệ tử nào với sự đoạn tận các lậu hoặc, tự mình ngay trong hiện tại, ngay trong hiện tại vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát như vậy thuộc về Trí Đức của vị ấy. Đệ tử được gọi là Minh cụ túc, Hạnh cụ túc, Minh Hạnh Cụ Túc”.

(Kinh Trung Bộ, tập 2, trang 47, 48)

CHÚ GIẢI:

Lúc bấy giờ đức Phật chia pháp môn của mình ra làm hai phần:

- Phần thứ nhất là Hạnh Đức.

- Phần thứ hai là Trí Đức.

Vậy Hạnh Đức nghĩa là gì? Hạnh Đức là những hành động thân, miệng không làm khổ mình, khổ người, gồm có những pháp sau đây:

HẠNH ĐỨC

1- Giới hạnh: Người tu sĩ và người cư sĩ nào tìm về tu viện Chơn Như tu tập và giữ gìn giới hạnh nghiêm chỉnh, không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào. Đó là vị ấy đã thể hiện Hạnh Đức của mình, như lời đức Phật đã dạy: ***“Vị Thánh đệ tử nào thành tựu giới hạnh, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy”***. Như vậy giới luật là ***“Hạnh Đức”*** của người tu sĩ và người cư sĩ. Xin các bạn nên ghi nhớ: Người tu sĩ và người cư sĩ nào phạm giới, phá giới là những người không có Hạnh Đức.

2- Hộ trì các căn: Người tu sĩ và người cư sĩ nào tìm về tu viện Chơn Như tu tập và biết hộ trì các căn: mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý, làm cho nó không dính mắc sáu trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp tức là sống độc cư trọn vẹn, không hề phá hạnh độc cư thì người ấy đang thể hiện Hạnh Đức của mình như đức Phật đã dạy: ***“Vị Thánh đệ tử nào hộ trì các căn, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy”***. Ở đây, phần đông tu sĩ và cư sĩ về Chơn Như tu tập, đều phá hạnh độc cư, thích đi nói chuyện. Cho nên, những người tu sĩ và cư sĩ này không có hạnh đức, vì thế họ tu hành chẳng tới đâu, chỉ tu hành cho có hình thức.

3- Tiết độ trong ăn uống: Người tu sĩ và người cư sĩ nào đã tìm về tu viện Chơn Như tu tập mà biết tiết độ trong ăn uống, có nghĩa là không ăn uống phi thời, chỉ ăn ngày một bữa. Đó là người đang thể hiện Hạnh Đức của mình như đức Phật đã dạy: ***“Vị Thánh đệ tử nào có tiết độ trong ăn uống, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy”***. Ăn ngày một bữa tuy vậy cũng không phải dễ các bạn ạ! Cho nên, họ vừa ra khỏi cổng chùa là đã ăn uống phi thời. Cho nên, Hạnh Đức về ăn uống không phải dễ, đối với những người còn mang đầy ắp thân kiến, sợ thân bệnh, sợ thân chết, v.v.. Xin các bạn lưu ý: Muốn tìm sự tu tập để được giải thoát thì ăn uống là Hạnh Đức rất cần thiết cho các bạn. Các bạn ăn uống phi thời thì công phu tu tập của các bạn chỉ hoài công vô ích.

4- Chú tâm cảnh giác: Người tu sĩ và cư sĩ nào biết chú tâm cảnh giác từng tâm niệm, từng đối tượng của mình để ngăn và diệt các pháp ác, đó là người đang thể hiện Hạnh Đức của mình như đức Phật đã dạy: ***“Vị Thánh đệ tử nào chú tâm cảnh giác, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy”***.

Thưa các bạn! Chú tâm cảnh giác là một pháp môn tuyệt vời, nhưng các bạn có biết nó là pháp môn gì không? Đó là Định Vô Lậu trên Tứ Niệm Xứ. Định Vô Lậu trên Tứ Niệm Xứ là Hạnh Đức của vị tu sĩ và của vị cư sĩ, vì vậy nó là một Hạnh Đức rất quan trọng trong sự tu tập đi đến cứu cánh hoàn toàn.

5- Đầy đủ bảy diệu pháp: Người tu sĩ và cư sĩ nào đã tu tập đầy đủ bảy diệu pháp, như bảy diệu pháp mà chúng tôi đã giảng ở một bài trước, trong tập sách này (xin các bạn vui lòng đọc lại), thì người ấy đang thể hiện Hạnh Đức của

mình như đức Phật đã dạy: **“Vị Thánh đệ tử nào đầy đủ bảy diệu pháp, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy”**. Bảy diệu pháp là bảy phương pháp tu tập để thực hiện Hạnh Đức của một tu sĩ và của một cư sĩ Phật giáo xứng đáng là đệ tử của đức Phật. Xin các lưu ý cho.

6- Hiện tại lạc trú Bốn thiên: Người tu sĩ và người cư sĩ nào đã tu tập đầy đủ thiên pháp thì nhập Hiện Tại Lạc Trú Bốn Thiên không có khó khăn và mệt nhọc, là người ấy đang thể hiện **“Hạnh Đức”** của mình, như đức Phật đã dạy: **“Vị Thánh đệ tử nào hiện tại lạc trú bốn thiên, thuộc tầng thượng tâm, chúng đắc không khó khăn, chúng đắc không mệt nhọc, chúng đắc không phí sức, như vậy thuộc về Hạnh Đức của vị ấy”**. Hiện tại lạc trú Bốn Thiên là phương pháp tu tập để thực hiện Hạnh Đức của người tu sĩ và của người cư sĩ Phật giáo. Nhờ có hạnh đức này mới xứng đáng là đệ tử của đức Phật. Xin các lưu ý cho.

TRÍ ĐỨC

Vậy Trí Đức nghĩa là gì? Trí Đức là những hành động tâm ý thức không làm khổ mình, khổ người, gồm có những pháp sau đây:

7- Nhớ đến các đời sống quá khứ sai biệt, như một đời, hai đời và nhiều đời... Người tu sĩ và người cư sĩ nào thể hiện được tâm thức (thức uẩn) nhớ đến nhiều đời, nhiều kiếp của mình trong quá khứ, là người ấy đang thể hiện **“Trí Hạnh[2]”** Túc Mạng Minh của mình, như đức Phật đã dạy: **“Vị Thánh đệ tử nào nhớ đến các đời sống quá khứ sai biệt, như một đời, hai đời ... cùng với các nét đại cương và các chi tiết, như vậy thuộc về Trí Đức của vị ấy”**. Ở đây, chúng ta cần phải phân biệt cho rõ ràng. Trong thân chúng ta có ba thức để hiểu biết, suy tư và ghi nhớ nghĩ:

1. Ý thức thuộc về sắc uẩn, có sự ghi nhớ, nhớ lại, suy tư và hiểu biết, nhưng bị hạn cuộc trong không gian và thời gian. **2. Tưởng thức** thuộc về tưởng uẩn có sự tưởng nghĩ, ghi nhớ, nhớ lại không bị không gian và thời gian hạn cuộc, nhưng không được vô tận. **3. Tâm thức** thuộc về thức uẩn có sự ghi nhớ, nhớ lại vô cùng tận không bị không gian và thời gian hạn cuộc. Trí Đức thứ nhất là Túc Mạng Minh do tâm thức ghi nhớ lại nhiều đời nhiều kiếp của mình.

Người tu sĩ và người cư sĩ nào thể hiện thiên nhãn thuần tịnh, siêu nhân, thấy sự sống chết của chúng sanh. Vị ấy biết rõ rằng chúng sanh người hạ liệt, kẻ cao sang, người đẹp đẽ, kẻ thô xấu, người may mắn, kẻ bất hạnh... đều do hạnh nghiệp của chúng, là người ấy đang thể hiện **“Trí Hạnh”** Thiên Nhãn Minh của mình. Như đức Phật đã dạy: **“Vị Thánh đệ tử nào với thiên nhãn thuần tịnh, siêu nhân, thấy sự sống chết của chúng sanh. Vị ấy biết rõ rằng**

chúng sanh người hạ liệt kẻ cao sang, người đẹp đẽ kẻ thô xấu, người may mắn kẻ bất hạnh... đều do hạnh nghiệp của chúng, như vậy thuộc về Trí Đức của vị ấy”.

Người tu sĩ và người cư sĩ nào thể hiện với sự đoạn tận các lậu hoặc, tự mình ngay trong hiện tại với thắng trí chứng ngộ, chứng đạt và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát là người ấy đang thể hiện ***“Trí Hạnh”*** Lậu Tận Minh của mình. Như Đức đã dạy: ***“Vị Thánh đệ tử nào với sự đoạn tận các lậu hoặc, tự mình ngay trong hiện tại với thắng trí chứng ngộ, chứng đạt và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát như vậy thuộc về Trí Đức của vị ấy”.***

Tóm lại, đoạn kinh này đức Phật đã xác định cho chúng ta thấy rằng Phật giáo chỉ là một con đường đạo đức dạy làm Người, làm Thánh chứ không có gì là thiên định huyền bí, cao siêu, vi diệu, thần thông, pháp thuật siêu việt như mọi người nghĩ tưởng. Đạo Phật cũng không chấp nhận và cũng không nương tựa vào Thần, Thánh, Tiên, Phật hoặc Bồ Tát, tà ma, quỷ quái để cầu cạnh, van xin, cúng bái, tế lễ, v.v.. mà chỉ là những Đức Hạnh, Trí Hạnh sống hằng ngày của mỗi con người, ai cũng có thể tu tập được, rất thực tế và cụ thể. Những Đức Hạnh, Trí Hạnh ấy giúp cho loài người có một đời sống an vui và hạnh phúc. Những Đức Hạnh và Trí Hạnh đó được gọi bằng những danh từ rất tuyệt hảo: ***“Minh Cự Túc, Hạnh Cự Túc, Minh Hạnh Cự Túc”.***

Để kết thúc đoạn kinh này, đức Phật đã chỉ thẳng giáo pháp của Ngài là nền đạo đức bằng trí tuệ của loài người: ***“Như vậy này Mahanama, vị Thánh đệ tử được gọi là Minh Cự Túc, Hạnh Cự Túc, Minh Hạnh Cự Túc”.***

KINH BÁT THÀNH

LỜI PHẬT DẠY

“Bạch Tôn Giả Ananda, có pháp độc nhất gì do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giác tuyên bố, nếu có Tỳ Kheo nào không phóng dật, nhiệt tâm tinh cần sống chưa giải thoát của vị ấy được giải thoát, hay các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, pháp an ổn khỏi các ách phược, chưa được chứng đạt được chứng đạt?”.

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh trên đây do gia chủ Dasama hỏi Tôn Giả Ananda có một pháp gì độc nhất của đức Phật được tu tập để đi đến kết quả giải thoát hoàn toàn chấm dứt tái sinh luân hồi không?

Như các bạn đã biết, pháp của Phật có rất nhiều, có đến ba mươi bảy pháp môn tu tập từ thấp đến cao. Thế mà, gia chủ Dasama lại hỏi có một pháp độc nhất nào chỉ tu tập pháp này sẽ đi đến cứu cánh, thì biết trả lời làm sao các bạn nhỉ? Nhưng ông Ananda đã thay đức Phật trả lời câu hỏi này: **“Không phải chỉ có một pháp độc nhất mà có đến cả tám pháp độc nhất, pháp nào cũng tu tập đi đến kết quả giải thoát rốt ráo”**. Cho nên, bài kinh này được lấy tên là Kinh Bát Thành trong Trung Bộ Kinh, tập II, trang 30.

Nhưng kinh Bát Thành này đã bị người sau thêm vào Bốn Định Vô Sắc. Bốn Định Vô Sắc là bốn loại định tưởng. Bốn loại định tưởng thì không thể nào tu tập đi đến rốt ráo được, vì chính đức Phật đã nhập các loại định tưởng này còn phải bỏ mà trở về tu tập Bốn Định Hữu Sắc mới thấy được sự giải thoát làm chủ sanh, tử chấm dứt luân hồi.

Bốn loại định vô sắc này được cộng chung lại với tám pháp đầu tiên là 12 pháp, như vậy bài kinh này đúng ra phải có tên là **“Thập Nhị Thành”** chứ đâu gọi là **“Bát Thành”** được. Đó là cái sai thứ nhất trong bài kinh này, do các vị Tổ Sư kết tập kinh.

Cái sai thứ hai là đoạn kết của bài kinh này: **“Bạch Tôn Giả Ananda, như người tìm một kho tàng cất giấu, trong lúc tìm được 11 kho tàng cất giấu. Cũng vậy bạch Tôn Giả, như ngôi nhà người ta có đến 11 cửa, khi ngôi nhà bị cháy, thì chỉ do một cửa người ta cũng có thể thoát ra một cách an toàn. Cũng vậy, bạch Tôn Giả, chỉ với một cửa bất tử trong 11 cửa bất tử này, con có thể đạt được sự an toàn cho con”**.

Tựa kinh đề là “Bát Thành” mà kết luận là “Thập Nhất Thành”, còn trong bài kinh này thì nêu ra 12 pháp tu tập. Kinh viết như vậy có nhất quán không? Các bạn nghĩ sao về những việc làm của các bậc tôn túc ngày xưa? Họ có thấy khi kết tập kinh sách Phật là một trách nhiệm với Đạo Phật và con người đời sau không?

Trong một bài kinh Nguyên Thủy mà còn thêm bớt, làm sai lệch như thế này thì cả tạng kinh Nguyên Thủy hiện có hẳn phải còn sai biết bao nhiêu lần trong ấy. Như thế, kinh sách Đại Thừa là kinh phát triển làm sao chúng ta tin được. Phải không hỏi các bạn? Cho nên, đức Phật bảo: **“Đừng có tin kinh tạng...”**. Vậy mà các bạn cứ gặp bài kinh nào nói Phật thuyết là các bạn tin ngay, tin một cách mù quáng, mê mờ, bị lừa đảo mà không biết. Thật đáng thương cho các bạn.

Qua kinh nghiệm tu hành, chúng tôi xét thấy trong bài kinh này có nêu ra tám pháp môn độc nhất tu tập đi đến cứu cánh hoàn toàn là đúng lời dạy của đức

Phật. Tám pháp này gồm có:

THỨ NHẤT: SƠ THIỀN LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

SƠ THIỀN

“Sơ Thiền này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ được lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyện pháp này, do hoan hỷ pháp này, vì phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui ở pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác.”

CHÚ GIẢI:

Đây là pháp độc nhất thứ nhất trong tám pháp, các bạn nên lưu ý đó là Sơ Thiền. Cho nên, chỉ cần nhắm vào Thiền thứ nhất mà tu tập để tâm bạn hoàn toàn ly dục ly ác pháp. Các bạn không cần phải thay đổi pháp môn nào khác, vì nó là pháp độc nhất đi đến cứu cánh. Nhớ lại năm xưa, chúng tôi cũng từ pháp môn này mà đi đến rốt ráo. Vì lúc bấy giờ, chúng tôi không được ai hướng dẫn, nên chỉ biết như lý tác ý ly dục ly ác pháp và cuối cùng, chúng tôi viên mãn công đức tu hành với pháp độc nhất Sơ Thiền này.

THỨ HAI: NHỊ THIỀN LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

NHỊ THIỀN

“Thiền thứ hai này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ được lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyện pháp này, do hoan hỷ pháp này, vì phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui ở pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác.”

Này Gia chủ như vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác, tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Khi Sơ Thiền đã nhập được thì Nhị Thiền không còn có khó khăn nữa. Ở đây, chúng ta phải hiểu pháp môn Nhị Thiền mà đức Phật gọi là pháp môn độc nhất.

Độc nhất ở đây không có nghĩa là duy nhất có một pháp này tu từ đầu đến cuối mà thành tựu đạo giải thoát. Nếu giới luật chưa nghiêm chỉnh thì các bạn phải biết mình còn phải tu bao nhiêu pháp nữa thì giới luật mới được nghiêm chỉnh. Khi giới luật được nghiêm chỉnh, lúc bấy giờ các bạn mới ôm một pháp độc nhất này. Cho nên, độc nhất ở đây là một trạng thái thân tâm thanh tịnh trong giới luật. Các bạn có hiểu chưa? Vì tâm có nghiêm chỉnh trong giới luật thì pháp Như Lý Tác Ý mới có hiệu quả.

THỨ BA: TAM THIỀN LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

TAM THIỀN

“Tam Thiền này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là thành, thời sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở hoặc. Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyện pháp này, đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh đời này.

Này Gia chủ như vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, Giác tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Ở đây, các bạn nên lưu ý đoạn kinh này: ***“Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ được các lậu hoặc”***. Vững trú có nghĩa là giữ gìn tâm ở trong trạng thái Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, v.v.. Bất cứ các bạn ở một trong tám trạng thái này, tiếp tục đoạn trừ các lậu hoặc, nếu đoạn trừ xong thì các bạn liền chứng quả A La Hán, chứ không phải còn tu tập pháp môn nào nữa.

THỨ TƯ: TỨ THIỀN LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

TỨ THIỀN

“Tứ Thiền này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành, thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này, do chấp thủ pháp này, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lại luân hồi.”

Này Gia chủ, như vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, Bậc Đạo Sư tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Ở đây, các bạn nên lưu ý ở đoạn kinh này: ***“Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này”***. Do tham luyến và hoan hỷ trạng thái pháp này nên lậu hoặc chưa đoạn trừ được. Trong trạng thái Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, Tứ Thiền, v.v.. đều có trạng thái hỷ lạc, khinh an khiến cho hành giả thích thú quên ăn, quên ngủ, quên tất cả. Do tâm còn ham thích nên lậu hoặc diệt không sạch mặc dù trạng thái khinh an, hỷ lạc đó do ly dục và định sanh. Pháp ly dục và định là pháp hữu vi nên các pháp đó đều vô thường chịu sự đoạn diệt. Các bạn hãy đọc lại đoạn kinh này thì rõ: ***“Tứ Thiền này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành, thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”***.

Cho nên, các bạn còn ham thích trạng thái của pháp ấy nên lậu hoặc không thể đoạn trừ được. Chính thích thú trạng thái ấy là lậu hoặc. Khi gặp bất cứ một trạng thái nào dù đúng hay sai các bạn cũng nên xả bỏ thì lậu hoặc mới đoạn trừ tận gốc.

THỨ NĂM: TỪ TÂM LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

TỪ TÂM

“Từ tâm này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp thời sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyện pháp này, do hoan hỷ phàm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi ph

Này Gia chủ như vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giác, Giác tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Nói đến Từ, Bi, Hỷ, Xả là người ta nghĩ ngay Tứ Vô Lượng Tâm, cho Tứ Vô Lượng Tâm là một pháp môn, nhưng không ngờ Tứ Vô Lượng Tâm là một cái tên chỉ chung cho bốn pháp môn độc nhất của Đạo Phật, từ pháp môn đó tu tập đi đến cứu cánh mà không cần phải tu tập những thiền định nào cả. Khi pháp môn đó tu tập thành tựu tâm vô lậu là có đủ Bốn Thiền và Tam Minh. Cho nên, em trai ông Cấp Cô Độc chỉ do tu một pháp độc nhất **“*Từ Tâm*”** mà chứng quả A La Hán.

Khi chúng ta dùng pháp như lý tác ý tu tập tâm từ, từ tâm được hiện bày thì có một trạng thái thanh tịnh, an lạc, thương yêu hòa mình trong sự sống của muôn loài hiện ra, do đó mà ngũ triền cái và thất kiết sử bị đoạn diệt.

Ở đây, các bạn nên lưu ý bốn pháp độc nhất này không phải như bốn thiền ở trên khi nhập phải dùng bảy năng lực Giác Chi. Pháp Tứ Vô Lượng Tâm chỉ có dùng pháp như lý tác ý đánh thức tình cảm yêu thương sâu kín tận trong tâm của con người. Nó gồm có: 1- Từ tâm; 2- Bi tâm; 3- Hỷ tâm; 4- Xả tâm. Tùy theo đặc tướng của các bạn mà chọn lấy một trong bốn pháp này tu tập.

Các bạn đâu có ngờ rằng bốn pháp Tứ Vô Lượng Tâm này là bốn Pháp tuyệt vời trong Phật giáo, nó giúp các bạn trở thành những bậc Thánh một cách dễ dàng không có khó khăn các bạn ạ!

THỨ SÁU: BI TÂM LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

BI TÂM

“Bi tâm này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khởi phải trở lại, vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, bậc A La Hán, Chánh Giác tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Bi tâm là một pháp tu tập lòng thương xót trước cảnh thương tâm, bất hạnh của chúng sanh. Nếu một người tu tập rèn luyện được lòng thương xót tất cả chúng sanh, khi lòng thương xót ấy hiện tiền thì tất cả ác pháp như tham, sân, si, mạn, nghi đều vô tác dụng vào tâm mình. Do đó, tâm vô lậu hoàn toàn và chứng quả A La Hán ngay liền. Người chứng quả A La Hán đều có đầy đủ thiền định và Tam Minh.

Các bạn đừng hiểu lầm là khi tu tập Bi Tâm rồi còn phải tu tập bốn Thiền và Tam Minh nữa. Hiểu như vậy là sai các bạn ạ! Vì trạng thái Bi Tâm đã có đầy đủ thiền định và Tam Minh, mặc dù bạn chưa bao giờ có một phút tu tập Thiền định.

THỨ BẢY: HỖ TÂM LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

HỖ TÂM

“Hỗ tâm này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khởi phải trở lại, vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, bậc A La Hán, Chánh Giác tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Nếu bạn chọn Hổ tâm tu tập rèn luyện, khi Hổ tâm thành tựu thì tâm tham, sân, si, mạn, nghi không còn nữa, do lòng hoan hỷ của bạn đã đoạn trừ các ác pháp. Nhờ đó, tâm bạn vô lậu hoàn toàn, chứng quả A La Hán. Khi chứng quả A La Hán với tâm hổ thì bạn không cần phải tu tập thiền định và Tam Minh gì cả, vì

chính trong tâm hỷ của bạn đã đầy đủ Bốn Thiện và Tam Minh, bạn có thể thực hiện giờ nào cũng được, không có khó khăn, không có mệt nhọc.

THỨ TÁM: XẢ TÂM LÀ PHÁP ĐỘC NHẤT TRONG KINH BÁT THÀNH

XẢ TÂM

“Xả tâm này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi thì sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyện pháp này, do hoan hỷ được nắm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, k

Này Gia chủ như vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, Bậc Giác tuyên bố ...”.

CHÚ GIẢI:

Nếu bạn chọn lấy pháp Xả tâm mà tu tập và rèn luyện tâm mình, khi tâm xả thành tựu thì bảy năng lực Giác Chi xuất hiện, lúc bấy giờ các bạn muốn nhập thiền nào thì các bạn sẽ tác ý theo trạch Pháp Giác Chi thì nhập ngay thiền ấy và thực hiện Tam Minh không có khó khăn không có mệt nhọc. Bởi vì xả vô lượng tâm ác thì tất cả lậu hoặc sẽ được đoạn trừ. Khi lậu hoặc đã trừ diệt xong thì các bạn chứng quả A La Hán, không cần phải tu tập pháp môn nào khác nữa.

Trên đây là tám pháp độc nhất mà các bạn tự lựa chọn cho mình một pháp phù hợp với đặc tướng, để tiện việc tu tập cho đến nơi đến chốn.

Thưa các bạn! Các bạn nên nhớ kỹ và hãy xét lại thân tâm của các bạn trong giai đoạn ôm một pháp độc nhất này tu tập. Nếu các bạn cảm thấy mình có đủ khả năng để ôm một pháp độc nhất thì nên tu tập, còn nếu thấy khả năng chưa đủ thì đừng nên. Nếu các bạn miễn cưỡng tu tập sẽ bị ức chế tâm, và tu như vậy dễ thành bệnh hơn là thành đạo. Một người mới vào tu theo Phật giáo thì không được phép tu tập một pháp độc nhất mà phải tu tập nhiều pháp, vì tu tập nhiều pháp nên không bị ức chế tâm. Tu ức chế tâm có hai điều nguy hiểm:

1. Căng đầu, căng mặt, căng thần kinh thành bệnh.
2. Rơi vào tướng định, tướng tuệ phát triển, kiến giải tướng giải lung tung. Con đường tu giải thoát bế tắc, biến người tu sĩ Phật giáo trở thành những vị thầy phù thủy, thầy cúng, thầy bùa, thầy thuốc trị bệnh, trừ tà yểm quỷ, v.v..

Kinh Bát Thành chỉ dành riêng cho những bậc giới luật nghiêm túc, tâm không phóng dật, như trên đã nói, chứ không phải để cho những người phá giới, phạm giới, tâm còn phóng dật. Các bạn nhớ kỹ, như kinh đã dạy: **“Nếu có Tỳ Kheo nào tâm không phóng dật”**. Xưa đức Phật sáu năm tu tập khổ hạnh trong rừng già, Ngài đã sống một đời sống Phạm hạnh chưa từng có một tu sĩ nào sống được như vậy. Vì thế, thân tâm Ngài quá thanh tịnh, giới luật quá nghiêm túc. Do đó, Ngài trở về với pháp Sơ Thiền độc nhất ly dục ly bất thiện pháp, Ngài thành tựu giải thoát nơi chính pháp môn này. Xin các bạn đọc lại bài Đại Kinh Saccaka thì rõ.

Bây giờ xin các bạn vui lòng đọc lại đoạn kinh Bát Thành trên đây thì hiểu rõ ràng: **“Nếu có Tỳ Kheo nào không phóng dật, nhiệt tâm tinh cần sống hành trì pháp ấy, thời tâm chưa giải thoát của vị ấy được giải thoát, hay các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, đi đến đoạn trừ, hay pháp an ổn khỏi các ách phược, chưa được chứng đạt được chứng đạt”**. Đọc hết đoạn kinh này, chúng tôi xin nhắc lại, các bạn cần phải lưu ý câu duy nhất: **“Nếu có Tỳ Kheo nào tâm không phóng dật”**. Bốn chữ **“Tâm không phóng dật”** các bạn nên biết đó là một giai đoạn tu tập sống chết với tâm tham, sân, si của bạn bằng nhiều pháp môn cho đến khi nào tâm thuần phục, không phóng dật thì bạn mới dám ôm một pháp độc nhất. Các bạn có hiểu chưa?

Chúng tôi đưa bài kinh Bát Thành này ra đây có ba điều rất quan trọng để các bạn cần phải lưu ý:

- Thứ nhất: Không nên tin trọn vẹn vào kinh sách, vì kinh sách được kết tập là do các Tổ, nhưng các Tổ thêm vào và pha trộn các pháp môn của ngoại đạo, làm cho kinh sách Phật mất hết giá trị giải thoát chân thật của nó.

- Thứ hai: Phải biết khả năng và đặc tướng của các bạn khi chọn tu tập một pháp môn độc nhất nào hay phải tu tập nhiều pháp môn. Nếu chưa nắm vững được điều này thì nên tập sống đúng đời sống Phạm hạnh, giới luật nghiêm trì, chứ đừng nên tu tập pháp môn nào khác cả, vì nếu có tu tập bất cứ một pháp nào cũng chỉ là ức chế tâm mà thôi. Ngày xưa, các Tổ không có người tu chứng hướng dẫn nên các Ngài tuy tu tập theo pháp môn của Phật, nhưng đã biến pháp môn của Phật thành pháp môn ức chế tâm của ngoại đạo. Đó là một lỗi lầm rất lớn của các Tổ, làm cho người đời sau mất đường lối tu tập theo đúng Chánh Phật pháp.

- Thứ ba: Pháp môn độc nhất của Phật ở đây đã khiến cho những nhà học giả điên đầu, không thể hiểu được, nhất là lời dạy này: **“Vị ấy đoạn trừ năm hạ phần kiết sử, được hoá sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui lại đời này nữa”**. Nếu đoạn kinh này không được giải thích rõ ràng thì

mọi người sẽ nghĩ rằng Đạo Phật có thể giới siêu hình. Nếu dựa vào kiến giải của những nhà học giả cho rằng Đạo Phật có thể giới siêu hình thì rất oan uổng cho Phật giáo, khiến cho Phật giáo tự mâu thuẫn lại với nó.

Phật giáo cho rằng không có thể giới siêu hình là vì chủ trương tự lực vượt thoát khổ đau, không nhờ tha lực: **“Tự thấp đuối lên mà đi”**. Bởi vì, nếu có thể giới siêu hình thì phải có tha lực, mà có tha lực thì sẽ có sự bất công. Có sự bất công thì trong cuộc đời này đau khổ sẽ không bao giờ hết và như vậy bốn chân lý loài người của Phật giáo không còn là chân lý nữa. Và thế gian này sẽ không còn có công bằng và công lý, chỉ còn là một cuộc sống bất công. Tôn Giáo chỉ là một mảnh khoé lừa đảo bằng hình thức cầu khẩn, cúng tế, bái lạy, v.v.. Các đấng thiêng liêng ảo tưởng của các tôn giáo gia hộ tai qua, nạn khỏi, bệnh tật tiêu trừ, chỉ là những trò bịp bợm, chứ thế gian này khổ cũng không bao giờ hết khổ. Và cũng vì vậy, mà nền đạo đức nhân bản – nhân quả của con người không bao giờ có được.

Muốn biết rõ Phật giáo không có thể giới siêu hình qua đoạn kinh Bát Thành này, thì chúng tôi xin rút ra và giải thích một pháp trong tám pháp của kinh Bát Thành, chẳng hạn như bài pháp thứ nhất là pháp Sơ Thiền. Xin các bạn vui lòng đọc lại đoạn kinh này: **“- Ở đây này gia chủ, Tỳ kheo ly dục ly bất thiện pháp chúng và trú thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ. Vị ấy suy tư và được biết: “Sơ Thiền này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành, thời sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ được các lậu hoặc. Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này, vị ấy đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui đời này. Đây gia chủ như vậy là pháp độc nhất, do Thế Tôn, bậc Trí Giả, Kiến Giả, Bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác tuyên bố ...”**.

Qua đoạn kinh này chúng ta cần lưu ý đoạn: **“Sơ Thiền này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành, thời sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt”**.

Bốn Thánh Định là Thiền Hữu Sắc, Thiền Hữu Sắc là pháp hữu vi do ý thức tu tập làm nên (do suy tư tác thành), và như vậy bốn Thiền là pháp vô thường, mà pháp vô thường là phải chịu sự hoại diệt (thời sự vật ấy là vô thường chịu sự đoạn diệt).

Đoạn kinh trên đã xác định cho các bạn thấy rất rõ trạng thái Sơ Thiền trong tâm các bạn không phải là trạng thái vĩnh hằng mà chỉ là một trạng thái thọ

hưởng phước thiện trong một thời gian nhất định. Khi thọ hưởng phước thiện do diệt năm hạ phần kiết sử hết thời gian nhất định thì trạng thái ấy bị hoại diệt vì nó là pháp hữu vi vô thường.

Thưa các bạn! Trạng thái ấy không phải là cảnh giới siêu hình như các bạn tưởng. Khi nào các bạn nhập Sơ Thiền là bạn cảm nhận trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh có tầm, có tứ, có hỷ, có lạc, có nhất tâm, do ý thức bạn biết rất rõ như vậy làm sao là cảnh giới siêu hình được. Ngoài ý thức, thân và tâm của bạn thì không có cái biết và cái cảm nhận trạng thái Sơ Thiền đó. Khi thân tâm bạn hoại diệt mất thì trạng thái hỷ lạc của Sơ Thiền cũng không còn. Trạng thái hỷ lạc của Sơ Thiền không còn thì làm sao bảo rằng có cảnh giới Sơ Thiền Thiên được. Không có cảnh giới Sơ Thiền Thiên thì làm sao bảo rằng có thể giới siêu hình được. Phải không hỡi các bạn? Các bạn cứ suy ngẫm lại rồi mới tin lời chúng tôi nói. Nếu các bạn nhập định và có Tam Minh thì khỏi cần chúng tôi phải giải thích, vì các bạn cũng thấy rõ như chúng tôi.

Điều đặc biệt ở đoạn kinh này là nhập vào cho được trạng thái Sơ Thiền và an trú trong trạng thái đó, đừng lìa khỏi trạng thái đó, dù bất cứ có những pháp ác nào tác động vào thân tâm bạn, bạn cũng đừng rời bỏ trạng thái này, như đoạn kinh đã dạy: **“Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ được các lậu hoặc”**. Các bạn nên lưu ý bốn chữ: **“vững trú ở đây”**. Nếu các bạn có được cơ thể còn khỏe mạnh không bị chết một cách đột ngột và cứ luôn luôn an trú nơi trạng thái này thì các bạn sẽ đoạn trừ được tất cả các lậu hoặc và chứng quả vô lậu A La Hán. Còn nếu các bạn có cơ thể suy yếu hay bệnh tật, chết thành linh, lậu hoặc chưa đoạn trừ thì các bạn nên vững trú nơi trạng thái Sơ Thiền này, vì trong trạng thái Sơ Thiền là các bạn đã đoạn trừ năm hạ phần kiết sử, như kinh đã dạy: **“Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này (Sơ Thiền), do hoan hỷ pháp này (Sơ Thiền), vị ấy đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử”**.

Khi đã đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử tức là nhập Sơ Thiền, lúc bấy giờ cơ thể không may bị bệnh chết thì trạng thái Sơ Thiền này được tưởng thức tu tập tiếp để đoạn diệt lậu hoặc. Khi lậu hoặc được đoạn diệt sạch thì trạng thái Sơ Thiền này liền mất và thay thế vào trạng thái Niết Bàn. Khi ở trạng thái Niết Bàn thì không còn tương ưng với chúng sanh nữa, nên không còn tái sanh làm người, như trong kinh đã dạy: **“được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui đời này”**. Ở đoạn kinh này, có nhiều người đã hiểu lầm hai chữ **“hoá sanh”** vì cho rằng có hóa sanh là phải có một thế giới siêu hình. Họ hiểu rằng: Hóa sanh là biến hóa sanh ra cũng giống như người thị hiện thân thông một thân biến ra nhiều thân. Thật ra, chữ hoá sanh ở đây phải hiểu nghĩa là tướng uẩn. Khi thân tứ đại này mất là sắc uẩn diệt; sắc uẩn diệt thì bốn uẩn

kia cũng đều diệt theo, chỉ còn nghiệp tiếp tục luân hồi tái sanh. Nhờ tu tập nhập được Sơ Thiền nên năm hạ phần kiết sử đoạn diệt nên nghiệp thế gian đã bị muội lược, không còn tương ưng với nghiệp chúng sanh, do đó không thể tái sanh luân hồi. Con người vốn do năm uẩn duyên hợp tạo thành nên không có một linh hồn thường còn bất biến. Vì thế, khi sắc uẩn diệt mà nghiệp không tương ưng với nghiệp chúng sanh thì không tái sanh được, tại vì hành giả đã đoạn dứt năm hạ phần kiết sử. Khi đoạn trừ năm hạ phần kiết sử thì từ trường thiện do sự đoạn trừ năm hạ phần kiết sử phóng xuất ra và bảo vệ sắc uẩn làm cho sắc uẩn không bị hư hoại, giống như một người đang ngủ nằm mộng. Khi một người tu hành thân tứ đại chết thì không nên đem thiêu đốt, chỉ nên đem chôn cất nơi khô ráo để giúp cho người ấy tiếp tục tu tập bằng tưởng uẩn. Tu tập bằng tưởng uẩn giống như trong chiêm bao thấy tu tập vậy, nhưng lúc bây giờ sắc uẩn phải không bị hư hoại; nếu sắc uẩn hư hoại do một nhân duyên gì thì người ấy không còn tu tập được và như vậy duyên người ấy đã thọ hết phước báo đoạn diệt năm hạ phần kiết sử.

Mọi người đều dễ hiểu lầm chỗ hóa sanh trong bài kinh này. Trong kinh Nikaya, có nhiều bài kinh nhắc đến chỗ hóa sanh này, nếu không phải là một người tu chứng thì không thể hiểu được. Cho nên, sự hiểu biết của các nhà học giả đã biến Phật giáo thành một tôn giáo có thế giới siêu hình: có linh hồn, thần thức hay Phật tánh giống như tất cả các tôn giáo khác. Hiểu như vậy, thì Phật giáo sẽ tự mâu thuẫn lại nó, lúc thì nói 33 cõi Trời là cõi tưởng, lúc thì nói hóa sanh vào cõi Trời Sơ Thiền, Nhị Thiền, Tam Thiền, Tứ Thiền, v.v.. Khi người ta không hiểu hai chữ **“hóa sanh”** thì nghĩ tưởng rằng phải có cõi siêu hình mới có hóa sanh. Thật ra, hai chữ hóa sanh còn nằm trong bốn loại sanh của loài thực vật và động vật trên hành tinh này. Bốn loại sanh này gồm có:

1. Thấp sanh như loài rong rêu, cỏ cây, loài động vật sanh nơi ẩm thấp.
2. Noãn sanh như loài thảo mộc (hạt giống), loài động vật như chim, thú sanh trong trứng.
3. Thai sanh như loài người, loài thú sanh ra con.
4. Hoá sanh không phải là những Thần, Tiên biến hoá như trong truyện Tàu, như các phù thủy trong truyện cổ tích Tây Phương. Hoá sanh là một sự hợp duyên của qui luật nhân quả tạo thành vạn vật trong vũ trụ; hóa sanh là một sự hợp các gen tạo thành người, vật như các nhà khoa học. Các nhà tu theo Phật giáo có đủ bảy năng lực Giác Chi dùng thực hiện sự hóa sanh nghĩa là phối hợp các gen tạo thành người, vật và vật dụng theo ý muốn của mình, giống như chúng ta hợp các duyên tạo thành nhà cửa, đồ vật dụng như: bàn, ghế, tủ, giường, chông, v.v.. Cho nên, đừng hiểu hóa sanh là khi chết linh hồn biến hoá vào cảnh giới siêu hình.

Chữ hóa sanh ở đây có nghĩa là tâm bám chặt ở trạng thái Sơ Thiền hoặc luôn luôn giữ tâm sống trong trạng thái ấy thì các lậu hoặc lần lượt cũng sẽ được đoạn trừ, như kinh dạy: **“Vị ấy vững trú ở đây đoạn trừ được các lậu hoặc”**. Và nếu chưa đoạn trừ được các lậu hoặc mà lỡ mất thân (chết) thì tiếp tục tu tập bằng tưởng thức như trên đã nói. Tu tập bằng tưởng thức được là nhờ nhập được Sơ Thiền; nhờ Sơ Thiền mà diệt được năm hạ phần kiết sử; nhờ diệt được năm hạ phần kiết sử nên phát sinh từ trường bảo vệ thân tứ đại không bị hư hoại, nhờ đó mà tưởng thức thay thế ý thức tu tập cho đến khi lậu hoặc diệt sạch, như kinh dạy: **“Và nếu các lậu hoặc chưa được đoạn trừ, do tham luyến pháp này, do hoan hỷ pháp này, vị ấy đoạn trừ được năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh, nhập Niết Bàn tại cảnh giới ấy, khỏi phải trở lui đời này”**. Như vậy, chỉ cần được nhập Sơ Thiền thì chúng ta cũng vào được Niết Bàn, tức là cũng đã đi đến nơi đến chốn.

Bài kinh này dạy tám pháp độc nhất, chỉ cần tu một pháp là đã đi đến cứu cánh giải thoát hoàn toàn, không cần phải tu cả tám pháp. Nhưng ở đây, chúng tôi xin các bạn lưu ý, các bạn nên nhớ tùy theo khả năng của mình có đủ sức kham nhẫn một pháp này hay không? Nếu không đủ sức thì các bạn tu tập cũng chỉ hoài công mà thôi.

NIỆM PHẬT

LỜI PHẬT DẠY

“Ở đây, này Mahànàma, Thánh đệ tử tùy niệm Như Lai, trong khi ấy, tâm không bị sân chi phối, tâm không bị si chi phối; trong khi ấy, tâm vị ấy được Như Lai. Và này Mahànàma, một vị Thánh đệ tử, với tâm chánh trực, liên pháp tín thọ, được hân hoan liên hệ đến pháp. Người ấy có hân hoan nên hỷ”

Người có hỷ, nên thân được khinh an. Với thân khinh an, người ấy có cảm thọ, tâm được định tĩnh”.

“Này Mahànàma, về vị Thánh đệ tử này, được nói như sau: “Với mọi người sống bình đẳng. Với mọi người não hại, vị ấy không não hại. Nhập được pháp Phật là vậy”.

(Kinh Tăng Chi tập 3 trang 16)

CH GIẢI:

Muốn tu Tứ Bất Hoại Tịnh thì phải tu Định Vô Lậu, tu Định Vô Lậu tức là thể hiện pháp môn Tứ Niệm Xứ, thể hiện Tứ Niệm Xứ tức là trên thân, thọ tâm và pháp

mà tu tập, sống và làm việc giống như thân, thọ, tâm, pháp của đức Phật; nhưng muốn tu tập cho được tốt thì các bạn phải tùy theo đặc tướng thân, thọ, tâm và pháp của các bạn mà niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng và niệm Giới được triển khai mạnh, quét sạch tất cả các lậu hoặc, diệt ngã, xả tâm, ly dục, ly ác pháp.

Tu như vậy gọi là tu Định Vô Lậu câu hữu (kết hợp) với pháp Tứ Bất Hoại Tịnh, tức là tu Định Vô Lậu thân, thọ, tâm và pháp để sống và làm đúng như đức Phật đang sống và đang hành. Đúng như pháp mà đức Phật đã dạy không được làm sai lời dạy của pháp. Đúng như đời sống chúng Thánh Tăng đang sống đang hành và đúng như giới luật đã dạy không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất nào cả.

Tứ Bất Hoại Tịnh là bốn pháp hay là bốn đối tượng gương hạnh thanh tịnh của Đạo Phật, để làm bốn chỗ chúng ta lấy thân, thọ, tâm và pháp của mình nương theo đó giữ gìn tu tập sống đúng đời sống giải thoát của bốn chỗ này, khiến cho thân tâm chúng ta thanh tịnh, nên đức Phật gọi pháp môn này là Tứ Bất Hoại Tịnh.

Tứ Bất Hoại Tịnh có nghĩa là bốn pháp tu tập giúp cho thân tâm thanh tịnh, thân tâm thanh tịnh tức là sự giải thoát của Đạo Phật, sự giải thoát của Đạo Phật có nghĩa là tâm ly dục ly ác pháp, tâm ly dục ly ác pháp có nghĩa là không làm khổ mình, khổ người, không làm khổ mình, khổ người là một đạo đức nhân bản của Đạo Phật, một đạo đức tuyệt vời biến cảnh thế gian này thành cảnh Cực Lạc, Thiên Đàng.

Trong kinh sách Nguyên Thủy đức Phật dạy tu Tứ Bất Hoại Tịnh là có bốn cách niệm:

- Cách thứ nhất: Niệm Phật.
- Cách thứ hai: Niệm Pháp.
- Cách thứ ba: Niệm Tăng.
- Cách thứ tư: Niệm Giới.

1- NIỆM PHẬT:

a) Niệm Phật như thế nào?

Các kinh sách Đại Thừa và các nhà học giả Phật giáo dạy niệm Phật là niệm danh hiệu Phật như:

- Nam Mô Phật Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni hay Nam Mô Ứng Cúng Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn.

b) Niệm Pháp như thế nào?

Kinh sách Đại thừa dạy niệm Pháp là tụng kinh, tụng chú, v.v..

c) Niệm Tăng như thế nào?

Kinh sách Đại thừa dạy niệm Tăng là cúng dường trai tăng y áo, thực phẩm, tiền bạc và tứ sự.

d) Niệm Giới như thế nào?

Kinh sách Đại Thừa dạy niệm Giới là mỗi tháng tụng giới hai ngày vào ngày 14 và ngày 30.

Cho nên, hiện giờ trong các chùa theo tưởng giải của các nhà học giả Phật giáo Đại Thừa dạy Tăng Ni và các cư sĩ niệm Phật rất ồn náo, niệm tất cả những danh hiệu của chư Phật mà các nhà học giả tưởng tượng ra vô số tên Phật. Thậm chí, như bộ Tây Du Ký của Ngô Thừa Ân tưởng tượng viết theo kiểu tiểu thuyết bốn thầy trò Tam Tạng thỉnh kinh Đông Độ, đó là những nhân vật giả tưởng, không có thật, thế mà bộ kinh Hồng Danh sám hối lại ghi những nhân vật đó vào để chư Tăng, những ngày 14 và ngày 30 mỗi tháng đều niệm và lạy hồng danh chư Phật đó, để xin sám hối cho tiêu tội. Trong kinh sám hối Hồng Danh có cái tên Đấu Chiến Thắng Phật. Đấu Chiến Thắng Phật tức là Tôn Hành Giả, Tôn Hành Giả còn có tên là Tề Thiên Đại Thánh. Tề Thiên Đại Thánh là một loài khỉ đột, nhà tiểu thuyết tưởng tượng ra chứ không có thật, thế mà các Tổ Sư Đại Thừa xem đó là có thật nên biên soạn kinh Sám Hối Hồng Danh ghi tên thầy trò Đường Tăng vào để bắt Tăng, Ni và nam nữ cư sĩ niệm Hồng danh các vị ấy và lạy mồn đầu gối. Thật là buồn cười cho quý Tăng, Ni và cư sĩ u mê ngu si bị lừa đảo mà không hay biết bị lừa đảo.

Niệm Phật như kiểu này dù có niệm muôn ngàn kiếp thì thân tâm cũng không bao giờ thanh tịnh, một bằng chứng hiển nhiên mà ai cũng thấy, quý thầy và quý Phật tử trong các chùa quanh năm suốt tháng không có ngày nào mà không tụng kinh niệm Phật, nhưng chúng ta xét lại xem số tu sĩ và cư sĩ hiện giờ tụng kinh niệm Phật thân tâm có thanh tịnh hay không? Hay tâm còn tham, sân, si như các người khác. Như vậy, gọi là niệm Phật thân tâm được thanh tịnh, thân tâm thanh tịnh chỗ nào? Đó là tưởng giải của các nhà học giả dạy sai ý Phật, nên người đời sau tu mà không có kết quả, biến cảnh chùa nơi tu hành thanh tịnh thành chỗ cúng tế, niệm danh hiệu Phật. Khi tụng kinh niệm Phật thì

chuông, trống, mõ làm inh ỏi ồn náo, tụng kinh như ca hát ý ê, ý à ... giọng ca giọng thấp, trầm bổng nghe như hát bộ. Kinh sách Đại Thừa biến dẫn Tứ Bất Hoại Tịnh thành pháp môn tụng niệm, nói cách khác là biến thành ca nhạc Phật giáo, để ru hồn tín đồ vào thế giới siêu hình mê tín, gây tinh thần tiêu cực, tựa nương vào thế giới tưởng, khiến cho Phật giáo mất hết ý nghĩa tự lực giải thoát, cho nên tín đồ hiện giờ nghe vị Thầy nào tụng niệm ê a giọng cao, giọng thấp thì rất thích, nghe như nghe âm nhạc thế gian và còn thích hơn vì thỏa mãn được tình cảm thân thương của mình đối với những người thân đã khuất.

Từ cái hiểu sai, dẫn đến sự tu sai, khiến cho Phật giáo suy thoái không còn người tu chứng đạo, chỉ còn là vọng ngữ huyền thoại nói láo chuyền nhau.

Niệm người ta hiểu nghĩa của nó là lặp đi lặp lại một câu kinh, một danh hiệu Phật bằng ý không lời hoặc phát ra lời nói, họ còn hiểu sai hơn nữa là nhờ câu niệm Phật để ức chế tâm không vọng tưởng như trong kinh Di Đà dạy: “...*Thất nhứt nhất tâm bất loạn chuyên trì danh hiệu A Di Đà Phật, dữ chư Thánh chúng hiện tại kỳ tiền*”, có nghĩa là niệm Phật A Di Đà từ một ngày cho đến bảy ngày, tâm không loạn tức là không có vọng tưởng thì thấy Phật Di Đà và Thánh Chúng hiện ra trước mặt, báo cho biết trước khi lâm chung, đức Phật và Thánh Chúng sẽ phóng hào quang rước về cõi Cực Lạc Tây Phương. Hiểu như vậy, nên Thầy Tổ nào cũng có một xâu chuỗi, lúc nào cũng lần chuỗi niệm Phật.

Từ chỗ hiểu sai Tứ Bất Hoại Tịnh các nhà học giả Đại Thừa và Thiền Đông Độ đã biến thành một pháp môn ức chế tâm, pháp môn ức chế tâm chẳng giúp cho người tu giải quyết được gì cả mà còn thêm bệnh.

Niệm trong Tứ Bất Hoại Tịnh có nghĩa là tư duy, quán xét, suy ngẫm về thân, thọ, tâm và pháp của đức Phật, sống như thế nào mà tâm hồn thanh thản an lạc giải thoát, cho nên niệm có nghĩa là tâm tâm niệm niệm về đời sống của đức Phật, Ngài sống như thế nào mà tâm không phóng dật? Ngài sống như thế nào mà không làm khổ mình, khổ người?

Khi mà tâm niệm của chúng ta như vậy khiến cho tâm chúng ta đặt lòng tin trọn vẹn ở đức Phật, do đó, đức Phật sống như thế nào thì chúng ta sẽ cố gắng sống như thế nấy, đức Phật làm như thế nào thì chúng ta sẽ cố gắng làm như thế nấy. Sống và làm đúng như Phật thì tâm chúng ta thanh tịnh, không còn phóng dật tức là tâm ly dục ly ác pháp, tâm ly dục ly ác pháp tức là tâm giải thoát hay nói một cách khác hơn là làm chủ cuộc sống, tâm bất động trước các pháp, như vậy, mới gọi là niệm Phật thân tâm bất hoại tịnh.

Đây là một bài kinh dạy cách thức niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng và niệm Giới rõ ràng, chỉ vì các nhà Đại Thừa chẳng chịu nghiên cứu kinh sách Nguyên

Thủy, tự kiến giải rồi dạy niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng và niệm Giới theo tướng giải, khiến cho người tu tập ức chế tâm thành bệnh. Niệm Phật cầu vãng sanh Cực Lạc đâu không thấy mà chỉ thấy bệnh đau quá hiểm nghèo. Hòa Thượng Thiền Tâm là người xương minh pháp môn Tịnh Độ chuyên rỗng niệm Phật, không biết Ngài niệm Phật ức chế tâm như thế nào mà trước khi chết Ngài đã ói ra máu, chúng tôi cũng có một người đệ tử cũng tu ức chế tâm để tịnh chỉ hơi thở cũng khắc ra máu đông đông. Muốn niệm Phật cho đúng thì chúng ta nên lắng nghe đức Phật dạy niệm Phật: **“Ở đây, này Mahànàma, Thánh đệ tử tùy niệm Như Lai, trong khi ấy, tâm không bị tham chi phối, tâm không bị sân chi phối, tâm không bị si chi phối; trong khi ấy, tâm vị ấy được chánh trực, nhờ dựa vào Như Lai”**. Đoạn kinh trên đây, đức Phật đã xác định cách thức niệm Phật rất rõ ràng **“Tùy niệm Như Lai”** có nghĩa là tâm Như Lai không tham, không sân, không si thì người sống (niệm Phật) như Phật không nên để tham, sân, si chi phối. Khi tâm không bị tham, sân, si chi phối thì tâm được chánh trực. Danh từ **“chánh trực”** ở đây, chúng ta phải hiểu nghĩa cho rõ ràng. Chánh trực có nghĩa là tâm ngay thẳng, tâm ngay thẳng tức là tâm thanh thản, an lạc và vô sự là Tâm không phóng dật.

Chúng ta hãy lắng tai nghe tiếp đức Phật dạy: **“Và này Mahànàma, một vị Thánh đệ tử, với tâm chánh trực, liền được nghĩa tín thọ, được pháp tín thọ, được hân hoan liên hệ đến pháp. Người ấy có hân hoan nên hỷ sanh. Người có hỷ, nên thân được khinh an. Với thân khinh an, người ấy có cảm giác lạc thọ. Người có lạc thọ, tâm được định tĩnh”**.

Đoạn kinh trên đây, đã xác định cho chúng ta thấy kết quả cách thức sống như Phật sẽ hiện ra những trạng thái gì?

Khi sống như Phật, tâm được thanh thản, an lạc và vô sự thì liền có một niềm tin nơi đức Phật khởi lên trong ta, vì thế kinh xác định trạng thái đó bằng những danh từ ngắn gọn: **“liền được nghĩa tín thọ”** nhưng rất đầy đủ ý nghĩa cho những ai thực hiện đúng lời dạy này, còn những người sống không đúng như Phật thì chẳng hưởng được những kết quả này. Vì thế, Phật dạy: **“Pháp ta không có thời gian đến để mà thấy”**.

Khi trong ta có trạng thái lòng tin Phật khởi lên, nếu ai có thực hiện được mới biết trạng thái này, một trạng thái tuyệt vời của người có lòng tin như thật. Còn bây giờ, chúng ta chưa có trạng thái này, nói tin Phật chứ chúng ta chưa có tin như thật. Khi nhận được cảm thọ lòng tin này thì ngay đó tâm hân hoan thích thú pháp niệm Phật. Vậy hân hoan thích thú pháp niệm Phật là gì? Nghĩa là chúng ta luôn luôn thích sống như Phật, có nghĩa là tâm không còn ham muốn một vật gì hết, ngay cả chuyện ăn uống cũng không còn ham muốn ăn uống gì

cả. Tâm sân cũng vậy, không còn một pháp ác nào tác động vào thân tâm, làm ta không thể nổi sân được và si cũng vậy lúc bây giờ không còn ham thích lười biếng ưa ngủ nghỉ, có nghĩa là trong trạng thái tín thọ không còn hôn trầm, thùy miên, vô ký nữa mà rất siêng năng sống như Phật. Cho nên, đoạn kinh dạy: “**Được hân hoan liên hệ đến pháp**”. Cụm danh từ này có nghĩa là vui mừng thích thú sống như Phật.

Khi trong tâm có trạng thái thích sống như Phật thì một trạng thái khác hiện lên, đó là trạng thái niềm vui mừng khởi lên trong ta như kinh dạy: “**Người ấy có hân hoan nên hỷ sanh**”. Niềm vui mừng hiện rõ trong ta thì cơ thể ta an lạc và nhẹ nhàng như không còn trọng lượng, bước đi rất thoải mái, thân không còn đau nhức hay mệt mỏi gì cả, một trạng thái của thân an lạc vô cùng, nên kinh dạy: “**Người có hỷ, nên thân được khinh an**”. Đúng vậy, người có niềm vui thì thân được nhẹ nhàng an lạc. Khi thân được nhẹ nhàng an lạc thì toàn bộ thân tâm có được một cảm giác thọ lạc một cách kỳ lạ mà không thể nói ra được, vì không có danh từ nào để diễn tả, chỉ có người nào tu tập đến những trạng thái này mới cảm nhận được như người uống nước nóng lạnh tự biết, không thể người ngoài cuộc biết được. Đoạn kinh đã xác định rõ ràng: “**Với thân khinh an, người ấy có cảm giác lạc thọ**”. Trong trạng thái lạc thọ này, hành giả mới xác định được tâm định tĩnh. Từ lâu, mọi người ai cũng nói tâm định tĩnh, nhưng chưa ai biết được trạng thái tâm định tĩnh như thế nào? Trải qua bao nhiêu trạng thái mới thấy được tâm định tĩnh. Với tâm định tĩnh này, các bạn sẽ nhập thiền định không có khó khăn, không có mệt nhọc. Tu tập được tâm định tĩnh không phải dễ đâu các bạn ạ!

Sống như Phật, cuối cùng chúng ta mới có được trạng thái tâm định tĩnh như trong kinh dạy: “**Người có lạc thọ, tâm được định tĩnh**”. Nếu tâm bạn chưa có lạc thọ thì không bao giờ bạn có được tâm định tĩnh.

Sau khi được tâm định tĩnh thì các bạn mới có một cuộc sống bình thản trước mọi ác pháp và mọi cảm thọ; chừng đó chúng ta mới không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh như thật; chừng đó tâm chúng ta mới bất động thật sự trước các ác pháp và các cảm thọ. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: “**Này Mahànàma, về vị Thánh đệ tử này, được nói như sau: “Với mọi người không bình thản, vị ấy sống bình thản. Với mọi người náo hại, vị ấy không náo hại. Nhập được pháp lưu, vị ấy tu tập niệm Phật là vậy”**”. (Kinh Tăng Chi tập 3 trang 16).

Đến đây, các bạn đã thấy rõ phương pháp niệm Phật của Phật giáo Nguyên Thủy không giống phương pháp niệm Phật của kinh sách Đại Thừa. Niệm Phật của kinh sách Đại Thừa là phương pháp niệm Phật ức chế tâm nhằm chế ngự

vọng tưởng “*Thất nhứt nhất tâm bất loạn...*”. Đó là một phương pháp niệm Phật của ngoại đạo, chúng ta tu theo Phật thì hãy ném bỏ nó vì đó là phương pháp tu tập sai. Xin các bạn cần lưu ý để tránh sự lừa đảo của ngoại đạo.

Trên đây là một trong những bài kinh đã xác định đức Phật dạy niệm Phật rõ ràng, “***Dựa vào Như Lai***” có nghĩa là sống giống như Như Lai thì đó là niệm Phật đúng nghĩa. “***Dựa vào Như Lai***” còn có nghĩa là tất cả oai nghi đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín, ăn, uống, mặc y, mang bát, v.v.. đều có mặt Như Lai đang theo mình từng bước, từng việc làm, từng oai nghi tế hạnh.

Người niệm Phật luôn luôn lúc nào cũng thấy Phật ở bên mình nên cẩn thận phòng hộ sáu căn, giữ gìn nghiêm chỉnh không dám lơ đãng, lúc nào cũng cảnh giác đề phòng. Do tu tập như nên tâm thanh tịnh, tỉnh giác trong chánh niệm. Nhờ đó, mà tâm được định tĩnh. Tâm được định tĩnh thì tâm nhu nhuyễn, dễ sử dụng nên nhập các định không có khó khăn, không có mệt nhọc như trong kinh Phật đã dạy.

2- NIỆM PHÁP:

Niệm Pháp như thế nào?

Niệm Pháp theo kiểu các nhà học giả Đại Thừa dạy: “***Nam Mô Pháp***”, tức là tụng kinh, tụng chú. Trong các chùa hiện nay, ngày bốn thời tụng niệm: Tối tụng kinh cầu an, cầu siêu; khuya công phu tụng chú Thủ Lăng Nghiêm cúng nước; trưa cúng cơm chim đại bàng; Chiều công phu thí thực gạo muối cúng cô hồn tụng kinh Mông Sơn. Niệm Pháp như vậy, dù cho có niệm đến 1.000 năm, 1.000.000 năm, thân tâm của quý vị cũng không thanh tịnh.

Niệm Pháp theo kinh Nguyên Thủy dạy, có nghĩa là phải tư duy suy nghĩ những pháp mà đức Phật đã dạy như: Tứ Bất Hoại Tịnh, Tứ Chánh Cần, Tứ Niệm Xứ, Tứ Như Ý Túc, v.v.. cách thức sống và tu tập như thế nào rồi theo đó sống và tu tập cho đúng pháp như vậy gọi là niệm Pháp.

Ví dụ: đức Phật dạy: “***Ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp***”, theo lời dạy này, ngày ngày tâm tâm niệm niệm luôn luôn cảnh giác giữ gìn và ngăn ngừa các pháp ác, nếu lỡ có các pháp ác nào sanh ra thì mau mau tìm cách diệt nó, không được để trong tâm kéo dài sự khổ đau giận hờn phiền toái bất toại nguyện, khiến cho tâm thanh thản an lạc nhẹ nhàng thoải mái yên ổn, đó chính là chúng ta niệm Pháp, niệm Pháp như vậy mới có kết quả giải thoát ngay liền, khiến cho tâm thanh tịnh nên gọi là niệm Pháp thân, tâm bất hoại tịnh.

Pháp của đức Phật có 37 phẩm trợ đạo, chúng ta nên chọn trong 37 phẩm trợ đạo này với một pháp môn nào phù hợp với đặc tướng của mình, rồi lấy đó thực hành áp dụng vào cuộc sống hằng ngày, để xây dựng cho mình có một đạo đức làm người mà không làm khổ mình, khổ người, đây là niệm pháp bất hoại tịnh.

Đây, chúng ta hãy lắng nghe một đoạn kinh mà đức Phật đã dạy niệm Pháp: “**Lại nữa này Mahànàma, Thánh đệ tử tùy niệm Pháp: “Pháp được Thế Tôn khéo thuyết, thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được những bậc trí tự mình giác hiểu!”**”.

Đoạn kinh trên đây đức Phật khéo nhắc nhở chúng ta phải nghiên cứu kỹ “**giáo pháp phải thiết thực hiện tại**” nghĩa là giáo pháp không có mơ hồ trừu tượng, không có ảo tưởng mê tín, không có nói chuyện trên trời dưới đất, thế giới siêu hình, linh hồn ma quỷ thần thánh, không nói chuyện thần thông pháp thuật bày trò lừa đảo, v.v..

“**Không có thời gian, đến để mà thấy**”, có nghĩa là Pháp của Phật không phải tu nhiều đời nhiều kiếp như kinh sách Đại thừa dạy: “**Tu phải nhiều đời nhiều kiếp, tu vô lượng kiếp**”. Lời dạy ấy là lời nói sai. Pháp của Phật là đạo đức làm người, nếu chúng ta không sống như pháp thì không đạo đức. Không đạo đức là sống trong các ác pháp. Sống trong các ác pháp là khổ đau, là không giải thoát. Cho nên, pháp không có thời gian, hễ nếu ai sống đúng như pháp thì có giải thoát ngay liền. Cho nên, đức Phật dạy: “**Đến để mà thấy**”.

Pháp của Phật rất thực tế như vậy. Cho nên, ai sống được như pháp là niệm Pháp, chứ không phải niệm pháp là tụng kinh, xin các bạn lưu ý cho. Sống như pháp của Phật sẽ đưa chúng ta từ loài động vật chuyển thành con người, từ con người chuyển thành Thánh nhân “**Có khả năng hướng thượng**”.

Thưa các bạn! Khi chúng ta sống đúng như pháp thì tâm tham, sân, si không chi phối được ta, nên hoàn toàn thân tâm ta được giải thoát. Vậy chúng ta hãy lắng nghe Phật dạy niệm Pháp: “**Này Mahànàma, trong khi vị Thánh đệ tử tùy niệm Pháp, trong khi ấy, tâm không bị tham chi phối, không bị sân chi phối, không bị si chi phối**”. Đúng vậy, chúng ta sống đúng như pháp đã dạy thì tâm tham, sân, si không còn tác động được nên thân tâm được thanh thản an lạc và vô sự. Thân tâm được thanh thản, an lạc và vô sự mà trong kinh dạy tâm vị ấy được chánh trực: “**Trong khi ấy tâm vị ấy được chánh trực, nhờ dựa vào Pháp**”.

Khi tâm được thanh thản, an lạc và vô sự thì lòng tin đối với chánh pháp của Phật mới được đầy đủ trọn vẹn: “**Và này Mahànàma, Thánh đệ tử với tâm**

chánh trực, được nghĩa tín thọ”.

Khi lòng tin chánh pháp được hiện tiền thì tâm ta hân hoan rất thích thú ưa pháp muốn tu mãi, muốn không rời pháp. Do đó, đức Phật xác định: **“Được pháp tín thọ, được hân hoan liên hệ đến pháp”.**

Khi tinh tấn siêng năng ôm pháp tu tập thì niềm vui trong ta sinh khởi: **“Người có hân hoan nên hỷ sanh”.**

Khi niềm vui trong ta sinh khởi thì cảm giác toàn thân nhẹ nhàng an lạc, nên đoạn kinh xác định: **“Người có hỷ nên thân được khinh an”.**

Khi cảm giác toàn thân nhẹ nhàng an lạc thì thân tâm có một trạng thái lạc thọ tuyệt vời, đến đây người nào có tu tập mới cảm nhận được: **“Với thân khinh an, vị ấy cảm giác lạc thọ”.**

Khi chúng ta cảm giác thân tâm lạc thọ đầy đủ thì tâm lúc nào cũng không phóng dật, luôn luôn bất động định tĩnh. Chúng ta nghe Phật dạy: **“Với tâm định tĩnh nhu nhuyễn, dễ sử dụng”.** Đây là tâm định tĩnh mà trên con đường tu tập từng giờ, từng phút mà chúng ta mới thấy được: **“Người có lạc thọ, tâm được định tĩnh”.**

Để kết luận phương pháp niệm pháp chỗ tâm bất động chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: **“Này Mahànàma, về vị Thánh đệ tử này được nói như sau: “Với mọi người không bình đẳng, vị ấy sống bình đẳng. Với mọi người có não hại, vị ấy sống không não hại. Nhập được pháp lưu, đó là vị ấy tu tập niệm Pháp”.** (Kinh Tăng Chi tập 3 trang 18).

3- NIỆM TĂNG:

Niệm Tăng như thế nào?

Nếu theo kinh sách của các nhà học giả Đại Thừa dạy: **“Nam Mô Tăng”** và cứ như vậy mà niệm thì dù có tu trăm muôn ngàn kiếp thì thân tâm này cũng chẳng thanh tịnh. Nam Mô Tăng như vậy là một pháp ức chế tâm, khiến cho tâm bị dồn nén tham, sân, si, mạn, nghi, càng tu thì tâm này càng tham, sân, si dữ tợn khi gặp chướng ngại pháp.

Nam mô Tăng theo nghĩa của kinh sách Đại Thừa dạy là trai tăng cúng dường y áo, thực phẩm, thuốc thang, giường nằm, nhà ở, tứ sự, v.v.. nhờ cúng dường như vậy, nên thọ được phước báu hữu lậu vô lượng. Điều này không đúng với đường lối tu tập của Đạo Phật, đó là lối niệm Tăng của Đại Thừa, không đúng chánh pháp của Phật.

Theo kinh sách Nguyên Thủy, muốn tu pháp niệm Tăng cho đúng thì trước tiên phải chọn những vị Tăng nghiêm trì giới luật. Những vị Tăng nghiêm trì Giới luật là những vị sống thiểu dục tri túc, ba y một bát, sống không có chùa to Phật lớn, sống xa lìa những vật chất tiện nghi đầy đủ, sống không có ăn mặc sang đẹp, sống thường đi xin từng miếng mà ăn, sống không cất giữ tiền bạc của cải tài sản, thường lấy gốc cây làm giường nằm, sống ngày một bữa, không có ăn uống phi thời.

Chọn được những vị Tăng như vậy, chúng ta tôn kính những bậc này và xin họ làm Thầy. Từ đây, chúng ta có ngọn đuốc soi đường, hằng ngày ta quan sát tư duy qua gương Thánh hạnh đạo đức của họ và chúng ta tập sống như họ, để biết nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, để biết đẩy lui các chướng ngại pháp trong tâm, để biết thương yêu hòa hợp với mọi người, để biết chịu phần thiệt về mình, luôn luôn bắt chước các đức hạnh của chúng Tăng, sống theo gương Thánh đức của chúng Tăng. Chính những vị Tăng này là thân giáo đang dạy chúng ta tu tập bằng những bài pháp không lời, họ là những người tu chứng. Ngược lại, những vị Tăng phá giới, phạm giới, bẻ vụn giới thì chúng ta xem họ như những tu sĩ Bà La Môn không đáng cho chúng ta cung kính và cúng dường.

Tư duy quán xét những đức hạnh sống của chúng Thánh Tăng để lấy đó làm gương sống tu tập ly dục ly ác pháp, đó mới chính là chúng ta niệm Tăng. Niệm Tăng như vậy, có ích lợi cho mình, cho người rất lớn, sẽ không làm khổ mình, khổ người; niệm Tăng như vậy thân tâm mới thanh tịnh; niệm Tăng như vậy mới gọi là niệm Tăng Bất Hoại Tịnh.

Đây là lời đức Phật dạy chúng ta cách thức niệm Tăng: ***“Lại nữa này Mahànàma, Thánh đệ tử tùy niệm Tăng: “Diệu hạnh là chúng đệ tử Thế Tôn. Trục hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Ứng lý hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Chánh hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Tức là bốn đôi tám vị. Chúng đệ tử Thế Tôn này đáng được cung kính, đáng được tôn trọng, đáng được cúng dường, đáng được chấp tay, là vô thượng phước điền ở đời”.***

Đoạn kinh này đức Phật nêu ra rất rõ các hạnh của vị Thánh Tăng để chúng ta lấy đó làm gương mà sống theo cho đúng. ***“Diệu hạnh, Trục hạnh, Ứng lý hạnh, Chánh hạnh”***. Muốn biết rõ các hạnh này thì chúng ta nên hiểu từng hạnh một.

a) Diệu Hạnh:

Vậy diệu hạnh nghĩa là gì? Diệu hạnh là những oai nghi tế hạnh của một tu sĩ đều được dạy trong bộ giới luật đức Thánh hạnh của Phật. Xin các bạn hãy đọc

bộ sách Văn Hoá Truyền Thống từ tập 1, 2, 3, 4, 5... thì sẽ rõ. Điều hạnh là những hành động ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp của Tứ Chánh cần; là những hành động từ, bi, hỷ, xả của Tứ vô Lượng Tâm.

b) Trục Hạnh:

Vậy Trục hạnh nghĩa là gì? Trục hạnh là những hành động trực tiếp làm chủ bốn sự đau khổ trên thân, thọ tâm và pháp có nghĩa là làm chủ sinh, già, bệnh, chết chấm dứt luân hồi. Trục hạnh chính là những hành động Tứ Thánh Định, Tứ Như Ý Túc và Tam Minh.

c) Ứng Lý Hạnh:

Vậy Ứng lý hạnh nghĩa là gì? Ứng lý hạnh là hành động sống hằng ngày tương ứng đúng lý với hành động của Phật, của Pháp, của chúng Thánh Tăng và của Giới Luật, đó là những hành động sống Tứ Bất Hoại Tịnh.

d) Chánh Hạnh:

Vậy Chánh hạnh nghĩa là gì? Chánh hạnh là những hành động sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh. Chánh hạnh tức là tâm thanh thản, an lạc và vô sự.

Tóm lại, một người tu tập pháp môn Tứ Bất Hoại Tịnh sẽ có đủ bốn hạnh trên đây. Người có đủ bốn hạnh trên là người toàn thiện, là người làm chủ nhân quả, là người vượt ra khỏi không gian vũ trụ, là người không còn bị chi phối bởi qui luật của nhân quả.

Khi chúng ta niệm Tăng đúng pháp như vậy thì tâm không bị tham, sân, si chi phối, do đó tâm được thanh thản, an lạc và vô sự như đức Phật đã dạy: ***“Này Mahànàma, trong khi Thánh đệ tử tùy niệm chúng Tăng, trong khi ấy, tâm không bị tham chi phối, không bị sân chi phối, không bị si chi phối, trong khi ấy tâm vị ấy được chánh trực, nhờ dựa vào tùy niệm chúng Tăng”.***

Khi tâm được thanh thản, an lạc và vô sự thì tất cả những trạng thái tín thọ, vui mừng, hoan hỷ, khinh an, lạc thọ và định tĩnh lần lượt xuất hiện đầy đủ. Khi sống đúng niệm chúng Thánh Tăng như vậy thì sự tu tập giải thoát đâu phải là sự khó khăn. Phải không các bạn?

Chúng ta hãy lắng nghe cho kỹ những lời Phật dạy: ***“Và này Mahànàma, một vị Thánh đệ tử, với tâm chánh trực, được nghĩa tín thọ, được pháp tín thọ, được hân hoan liên hệ đến chúng Tăng. Người có hân hoan nên hỷ***

sanh. Người có hỷ nên thân được khinh an. Với thân khinh an, vị ấy cảm giác lạc thọ. Người có lạc thọ tâm được định tĩnh”.

Khi sống đúng như chúng Thánh Tăng thì tâm chúng ta bất động trước các ác pháp và các cảm thọ tức là tâm chúng ta ly dục ly ác pháp hoàn toàn nhập vào dòng Thánh như kinh dạy: **“Này Mahànàma, về vị Thánh đệ tử này, được nói như sau: “Với mọi người không bình đẳng, vị ấy sống bình đẳng. Với mọi người có não hại, vị ấy sống không não hại. Nhập được pháp lưu, đó là vị ấy tu tập niệm chúng Tăng”.** (Kinh Tăng Chi tập 3 trang 19).

4- NIỆM GIỚI:

Niệm Giới như thế nào? Các nhà Đại Thừa dạy niệm giới, cứ mỗi nửa tháng một kỳ tụng giới vào ngày 14 hoặc ngày 30. Họ tập trung nhau lại tụng giới. Đó là cách thức của họ niệm giới của Đại Thừa. Niệm giới như vậy, dù họ niệm một triệu kiếp cũng không nghiêm trì được giới luật, cũng không thanh tịnh được thân tâm, chỉ là một hình thức lừa đảo tín đồ, xem như mình có giữ giới.

Họ đâu biết rằng Giới luật là hành động sống đạo đức của một vị Thánh Tăng, nếu họ tụng giới luật suông như vậy thì không có ý nghĩa và lợi ích gì cả, đó chỉ là hình thức che đậy cho sự phá giới của họ.

Cho nên, hầu hết các thầy Đại Thừa niệm Giới như vậy đều sống phá giới, phạm giới, bề vụn giới hết không còn một giới nào là họ không vi phạm.

Các nhà Đại Thừa hiểu không đúng pháp môn Tứ Bất Hoại Tịnh nên thực hành sai, do thực hành sai mà thân tâm ô nhiễm không thanh tịnh, cuối cùng tu Tứ Bất Hoại Tịnh mà thành Tứ Hoại Tịnh, không có giải thoát chút nào. Vậy niệm Giới như thế nào cho đúng?

Muốn niệm Giới cho đúng thì phải học giới luật cho thông suốt. Khi Giới luật đã học thông suốt thì chúng ta quán xét và tư duy những đức hạnh nào của giới dạy về đạo đức làm người và những giới luật nào dạy về giới đức làm Thánh. Chúng ta đã hiểu rõ các đức hạnh của giới xong, thì từ đó hằng ngày chúng ta quyết tâm phải sống cho đúng những đạo đức làm người và làm Thánh, nhờ có quán sát và tư duy theo từng hành động thân miệng ý của mình như vậy, nên sống đúng giới luật nghiêm túc, do sống đúng giới luật nghiêm túc nên thân tâm thanh tịnh ly dục ly ác pháp, từ đó thân tâm không hoại sự thanh tịnh.

Người tư duy quán sát và sống đúng giới luật như vậy nên gọi là niệm Giới Bất Hoại Tịnh, niệm như vậy mới gọi là niệm giới, chứ không phải niệm giới theo kiểu các nhà Đại Thừa tụng một bài giới là xong, niệm Giới như vậy, gọi là niệm giới Đại Thừa, chứ không phải niệm Giới Bất Hoại Tịnh.

Đây chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy niệm Giới: ***“Lại nữa này Mahànàma, Thánh đệ tử tùy niệm các giới của mình: “Giới không bị bẻ vụn, không bị sút mẻ, không bị vết chấm, không bị uế tạp, đưa đến giải thoát, được người trí tán thán, không bị chấp thủ, đưa đến thiên định”.***

Đoạn kinh này các bạn có nghe lời Phật dạy chẳng? Giới không bị bẻ vụn, không bị sút mẻ, không bị vết chấm, không bị uế tạp, lời dạy này giúp cho chúng ta xét thấy từng giới một của Phật xem coi có giới nào bị ai bẻ vụn, làm sút mẻ, làm cho có vết chấm, làm cho uế tạp giới thì chúng ta không chấp nhận những loại giới này.

Ví dụ: giới không ăn phi thời thì các Tổ sau này làm thành vết chấm là ăn ngọ. Bẻ vụn: chư Thiên ăn sáng; Phật ăn giờ ngọ; chúng sanh ăn sau giờ ngọ; ngựa quỳ ăn đêm. Làm uế tạp sáng ăn, trưa ăn, chiều ăn hoặc không ăn sáng, chiều thì lại uống sữa bột đường, v.v.. Các Nhà Đại Thừa do Giới bị bẻ vụn, bị sút mẻ, bị vết chấm, bị uế tạp nên tâm bị tham, sân, si chi phối, vì vậy nên thích sống trong chùa to Phật lớn, mỗi ngôi chùa cất hàng tỷ bạc, xe hơi tử lạnh, máy điều hòa không khí, tivi, điện thoại di động, v.v..

Ngược lại, niệm đúng như lời Phật dạy trong kinh Nguyên Thủy thì tâm không tham, sân, si chi phối thì lúc nào cũng thanh thân, an lạc và vô sự như đoạn kinh dưới đây Phật dạy: ***“Này Mahànàma, trong khi Thánh đệ tử tùy niệm Giới, trong khi ấy, tâm không bị tham chi phối, không bị sân chi phối, không bị si chi phối, trong khi ấy, tâm vị ấy được chánh trực, nhờ dựa vào Giới”.***

Khi niệm giới đúng pháp như giới thì tâm bất động, thanh thân, an lạc vô sự. Tâm bất động, thanh thân, an lạc vô sự thì các trạng thái giải thoát sẽ xuất hiện đầy đủ như: tín thọ, hân hoan, hỷ lạc, khinh an, lạc thọ và định tĩnh. Đây chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy: ***“Và này Mahànàma, một Thánh đệ tử, với tâm chánh trực, được nghĩa tín thọ, được pháp tín thọ, được hân hoan liên hệ đến giới pháp. Người có hân hoan nên hỷ sanh. Người có hỷ, nên thân được khinh an. Với thân khinh an, vị ấy cảm giác lạc thọ. Người có lạc thọ, tâm được định tĩnh”.***

Khi tâm định tĩnh nhu nhuyễn, dễ sử dụng thì chúng ta đã nhập vào dòng Thánh không bao giờ còn trở lui về thế tục nữa: ***“Này Mahànàma, về vị Thánh đệ tử này, được nói như sau: “Với mọi người không bình đẳng, vị ấy sống bình đẳng. Với mọi người có não hại, vị ấy sống không não hại. Nhập được pháp lưu, đó là vị ấy tu tập niệm Giới”.*** (Kinh Tăng Chi tập 3 trang 19).

Đây là một trong những bài kinh để xác chứng lời đức Phật dạy như vậy, mà các Tổ dám cả gan dạy sai, khiến cho người đời sau tu tập sai lạc, đó là các Tổ dạy sai pháp của đức Phật, còn những pháp các Tổ bịa đặt ra cũng đều gán cho là đức Phật thuyết. Bởi vậy, từ 25 thế kỷ nay người ta tu theo Đạo Phật chứ kỳ thật là người ta tu theo Đạo của các Tổ, cho nên hàng triệu vạn người tu hành mà chẳng có ai làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi.

Các bạn nên nhớ, nếu các bạn quyết tâm tu hành tìm cầu sự giải thoát của Đạo Phật, thì chỉ cần tu Tứ Bất Hoại Tịnh là các bạn cũng đã thành tựu viên mãn con đường tu tập có nghĩa là các bạn sẽ làm chủ bốn sự khổ đau của kiếp người: sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi, thì cần gì các bạn phải tu các pháp môn khác.

Còn chúng tôi nói tu Tứ Bất Hoại Tịnh câu hữu với Định Vô Lậu là vì các bạn nên tư duy, quán xét, suy ngẫm về Phật, Pháp, Tăng và Giới để các bạn thực hiện sống cho đúng như Phật như Pháp, như chúng Thánh Tăng và như giới luật đã dạy, để không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào, đó là cách thức quét sạch lậu hoặc trong các bạn nên mới gọi là câu hữu với Định Vô Lậu, chứ kỳ thực các bạn không có tu Định Vô Lậu mà tu Tứ Bất Hoại Tịnh.

Tóm lại, một người quyết tâm tu hành để tìm cầu sự giải thoát thì chỉ cần tu Tứ Bất Hoại Tịnh thì cũng đủ sự giải thoát rồi, đâu cần gì phải tu nhiều thứ cho mệt.

Ví dụ: mình quyết sống như Phật thì khi gặp chướng ngại pháp trong tâm, chúng ta nhất định không sân, không phiền não, không đau khổ, sống và làm y như Phật thì ngay đó thân tâm thanh tịnh hay nói cách khác là tâm bất động trước các pháp. Tu hành chỉ có như vậy mà thôi, thế mà chẳng ai làm được cả.

Pháp môn Tứ Bất Hoại Tịnh là một pháp môn tuyệt vời, nếu một người quyết tử tu tập thì sẽ có kết quả ngay liền, không còn phải chờ đợi kéo dài từ năm này đến tháng kia hoặc năm khác. Để kết luận bài pháp này bằng lời dạy của đức Phật: ***“Pháp được Thế Tôn khéo thuyết, thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được những bậc trí tự mình giác hiểu!”***.

ĐIỀU PHỤC TÂM MÌNH

LỜI PHẬT DẠY ***“Dạy người như thế nào? Hãy dạy mình như vậy Khéo điều, mó thay tự điều phục”***. (Kinh Pháp Cú XII: Phẩm Tự Ngã (159))

CHÚ GIẢI:

Thường ở đời người ta hay đem đạo lý này, đạo lý kia ra dạy người khác, nhưng chính bản thân chưa làm đúng những đạo lý ấy. Cho nên, đức Phật dạy:

“Dạy người như thế nào?”

Hãy dạy mình như vậy”

Điều tâm là một việc làm rất khó, nếu ai có tu tập thì mới biết. Khó, vô cùng khó là phải điều tâm cho đúng cách, nếu điều tâm không đúng cách thì bị ức chế tâm; ức chế tâm là tự làm khổ mình, con đường tu hành chẳng đi đến đâu cả. Điều phục được tâm mình tức là làm chủ được tâm. Làm chủ được tâm có nghĩa là tâm ham thích một việc gì thì không làm theo.

Ví dụ 1: Tâm muốn ăn, ngủ phi thời thì không làm theo ăn ngủ phi thời, đó là điều phục tâm.

Ví dụ 2: Tâm tức giận, sân hận một người nào đó, ta không làm theo như vậy, luôn giữ tâm thanh thản, an lạc và vô sự, đó là điều phục tâm.

Ví dụ 3: Khi thân bị bệnh đau nhức ta giữ tâm bất động, không dao động, không hề sợ hãi, không sợ chết, không lo bệnh nặng hay nhẹ, không đi bác sĩ uống thuốc này, thuốc nọ, để trấn áp tinh thần, v.v.. đó là điều phục tâm, chứ không phải điều phục tâm theo kiểu Đại Thừa và Thiền Đông Độ là tập trung tâm cho hết vọng tưởng.

Khi điều phục tâm được như vậy thì tâm được thanh thản, an lạc và vô sự. Khi tâm ta sống được an lạc và vô sự thì ta mới dạy người điều phục, như kinh dạy:

“Khéo điều, mới điều người

Khó thay tự điều phục”.

Bài kệ này hàm ý đức Phật dạy các đệ tử của mình, khi tu tập chứng đạo xong thì mới dạy người, còn nếu như tu chưa chứng đạo mà vội dạy người tu tập là dạy sai. Tại sao vậy?

Tại vì tâm mình còn như đồng rác bần, chưa tự điều phục được: ***“Khó thay tự điều phục”***. Vậy mà đi dạy người là dạy làm sao? Nhưng khi biết cách điều phục tâm, tâm không còn ương ngạnh tức là tâm không còn tham, sân, si. Tâm không còn tham sân si tức là tâm bất động; tâm bất động là tâm nhu nhuyển, dễ sử dụng; tâm nhu nhuyển, dễ sử dụng là tu đã xong. Chừng ấy, ta mới dạy người đâu có muộn. Phải không các bạn?

“Khéo điều, mới điều người

Khó thay tự điều phục”.

Mục đích tu hành của chúng ta là nhắm vào chỗ cứu mình ra biển khổ, chứ không phải làm thầy dạy người tu. Cho nên, khi tu chưa xong mà dạy người thì làm sao người tu cho được. Phải không các bạn?

Hai câu đầu của bài kệ trên đây xin các bạn lưu ý: Đây là lời nhắc nhở của đức Phật đối với những người tu chưa chứng mà đi giảng đạo. Phần đông các giảng sư dạy người tu rất hay, nhưng chính ông dạy ông rất dở.

Ví dụ: Các bậc tôn túc thường truyền dạy Phật tử phải giữ gìn năm giới, tám giới hoặc mười giới, nhưng trái lại các ông đều phạm tất cả các giới cấm này, không còn một giới nào mà các ông không phạm. Cho nên, Phật dạy:

“Dạy người như thế nào?

Hãy dạy mình như vậy”.

Ghi nhớ lời dạy trên đây, các bạn hãy nhìn xem các ông giảng sư thời nay có đúng như lời chúng tôi đã nói không?

Chú thích: [2] -Trí Hạnh là hành động của Trí Đức, nên ở đây là chỉ cho hành động Túc Mạng Minh, chứ không phải là Tam Minh, nhưng phải hiểu Trí Hạnh là một hành động trong Trí Đức, không thể gọi Trí Đức là Túc Mạng Minh được, mà phải gọi Trí Đức là Tam minh thì mới đúng nghĩa.

Trích từ sách: **Những Lời Gốc Phật Dạy** - Tác giả: **Trưởng lão Thích Thông Lạc**