



Những Chặng Đường Tu Học Của Người Cư Sĩ (Phần 1) *

ISSN: 2734-9195

17:01 28/01/2024

Một vị thầy mà giới luật nghiêm chỉnh là một vị thầy đã chứng đạt chân lý. Cuộc đời tu học của vị ấy không bao giờ phạm vào một giới nhỏ nhặt nào.

Những Chặng Đường Tu Học Của Người Cư Sĩ

Đức Phật đã dạy: “Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất”. Vậy xin thưa hỏi cùng quý phật tử: Hiện giờ giới luật còn, hay đã mất?

Những chặng đường tu học của người cư sĩ (Phần 1)

CHẶNG ĐƯỜNG THỨ NHẤT - THỌ TAM QUY NGŨ GIỚI

Muốn tín ngưỡng theo một tôn giáo nào, thì các bạn phải tìm hiểu, nghiên cứu tôn giáo ấy cho tường tận. Nếu tôn giáo đó là một chân lý của loài người, thì các bạn nên tin theo và sống đúng những lời dạy của tôn giáo ấy. Còn ngược lại, những tôn giáo xây dựng thế giới siêu hình, lấy nhất thần hoặc đa thần làm chỗ tín ngưỡng, đó là những tôn giáo ảo tưởng, thiếu thực tế, không cụ thể, thì các bạn cần nên xem xét lại, đừng quá vội tin. Nó không mang đến lợi ích thiết thực cho đời sống của các bạn, mà còn truyền đạt những tư tưởng mê tín, dị đoan, trùu tượng, lạc hậu, biến các bạn trở thành những người cuồng tin, mê tín, mù quáng, lạc hậu...

Cho nên, muốn vào đạo Phật, các bạn cũng đừng nên quên lời dạy trên đây, tức là các bạn phải tìm hiểu nghiên cứu cặn kẽ:

1- Phật là ai?

2- Pháp là gì?

3- Tăng là những người nào?

Các bạn đừng nhắm mắt tin theo, mà phải chọn mặt gửi vàng, đừng quá dễ dãi, để tâm hồn và tư tưởng trong sạch của các bạn bị ô nhiễm một lớp tư

tưởng ảo ảnh, mơ hồ của tôn giáo gieo vào, thì thật là tai hại cho một kiếp làm người của các bạn.

Cho nên, khi các bạn muốn thọ Tam Quy, Ngũ Giới, để trở thành người đệ tử của đức Phật, thì các bạn phải nghiên cứu về Phật giáo thật kỹ càng.

Muốn nghiên cứu về Phật giáo mà các bạn chỉ có đọc kinh sách phát triển, thì các bạn chẳng hiểu gì về Phật giáo bao nhiêu.

Muốn nghiên cứu về Phật giáo, mà các bạn thường đến chùa nghe thuyết giảng kinh sách, rồi các bạn tin theo và xin quy y Tam Bảo, điều này là điều sai các bạn ạ! Các bạn nông nổi sẽ lọt vào tà giáo ngoại đạo, chừng đó các bạn muốn bỏ tư tưởng tôn giáo đó thì thật là khó. Đó là một cuộc đấu tranh tư tưởng và làm cho các bạn rất khổ tâm.

Trước khi nghe thuyết giảng kinh sách, để nghiên cứu tôn giáo mình sắp theo, các bạn hãy chọn một vị thầy không phải ở cấp bằng cao học, mà ở giới hạnh tinh nghiêm. Cuộc đời tu hành của vị ấy không bao giờ phạm vào một giới nhỏ nhặt nào. Một vị thầy mà giới luật nghiêm chỉnh như vậy là một vị thầy đã chứng đạt chân lý.

Vị thầy ấy sẽ đầy đủ khả năng giúp các bạn tìm hiểu về Phật giáo không còn sợ sai lầm. Và tôn giáo bạn sẽ chọn là đúng với tâm ước nguyện của các bạn. Nó sẽ mang lợi ích thiết thực cho các bạn, trong cuộc đời của các bạn đang tìm về tôn giáo đó.

PHẦN THỨ NHẤT QUY Y TAM BẢO

Trước khi muốn quy y Tam Bảo, thì các bạn phải tìm hiểu QUY Y TAM BẢO nghĩa là gì? Cụm từ QUY Y TAM BẢO có hai phần:

1- Quy y

2- Tam Bảo

Bây giờ các bạn tìm hiểu từ thứ nhất: “quy y”. Vậy QUY Y nghĩa là gì?

Chữ “Quy” có nghĩa là trở về; chữ “Y” có nghĩa là nương tựa. Hai từ ghép chung lại là “quy y”, có nghĩa là trở về nương tựa. QUY Y người Trung Hoa dịch nghĩa từ tiếng Phạn *Namah*, dịch âm *Nam mô*.

Làm người ai cũng biết cha mẹ. Cha mẹ là chỗ nương tựa của con cái. Con cái được lớn khôn nên người đều nhờ nương tựa vào cha mẹ. Cha mẹ nuôi nấng con cái, cho ăn, học, tạo dựng cơ nghiệp, cưới vợ, gả chồng, trợ giúp làm nên sự nghiệp. Đây là cuộc sống miếng cơm manh áo, thuốc thang trị bệnh đều phải

nương tựa vào cha mẹ.

Ngoài những sự nương tựa này thì cha mẹ không thể làm chỗ nương tựa khác cho con cái của mình được. Đó là khi con cái bệnh đau, cha mẹ không thể đau thay thế cho con cái mình được; khi tâm sân hận, buồn rầu, đau khổ, cha mẹ cũng không thay thế sân, hận, buồn rầu cho con cái được; khi con cái chết, cha mẹ cũng không chết thay cho con cái mình được... Như vậy, có những điều không thể nương tựa vào cha mẹ được.

Vì thế, các bạn tìm một chỗ nương tựa để thoát ra mọi sự đau khổ mà không cha mẹ, hay bất cứ một người thân nào có thể giúp đỡ được.

Vì nỗi khổ là của riêng mọi người, không ai nương tựa vào ai để thoát khổ được, nên các bạn trở về nương tựa vào ba ngôi Tam Bảo. Nhờ nương tựa vào ba ngôi Tam Bảo mà các bạn thoát khổ, tức là các bạn làm chủ được sanh (đời sống), già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi.

Danh từ thứ hai: “TAM BẢO”. Vậy ba ngôi Tam Bảo như thế nào mà các bạn nương vào lại hết khổ?

Ba ngôi Tam Bảo gồm có:

1- Phật Bảo

2- Pháp Bảo

3- Tăng Bảo (16)

Ngôi thứ nhất: PHẬT BẢO

Vậy Phật Bảo là gì? Phật Bảo là một con người cũng bằng xương, bằng thịt, cũng do cha mẹ sinh ra, và sinh ra cũng từ nơi bất tịnh, giống như chúng ta vậy, rồi cũng được nuôi lớn lên bằng sữa, cháo, cơm và thực phẩm. Khi lớn lên có vợ, có con như mọi người. Ngài cũng khổ đau vì bệnh tật, vì giận hờn, phiền não, v.v... Nhất là sau khi đi dạo ra ngoài bốn cửa thành, Ngài trông thấy bốn cảnh đời đau khổ của kiếp người:

- *Cảnh thứ nhất:* Thấy một ông lão già yếu run rẩy, chống gậy đi đứng một cách khó khăn.

- *Cảnh thứ hai:* Thấy một người bệnh đau, khổ sở rên la, kêu khóc.

- *Cảnh thứ ba:* Thấy một người chết, mọi người thân đang kêu khóc thương tiếc.

- *Cảnh thứ tư:* Thấy một vị tu sĩ đi xin ăn, tự tại, thung dung.

Nhìn bốn cảnh này trong đời người quá đau khổ, Ngài nghĩ rằng, rồi đây mình cũng vậy, cũng phải đi vào cảnh khổ này. Cảnh khổ này không một ai thoát khỏi do quy luật nhân quả, nên Ngài quyết định bỏ cuộc sống thế gian, chấp nhận cuộc sống tu sĩ, để đi tìm cho được phương pháp tu tập giải thoát và làm chủ bốn sự đau khổ của kiếp người (sinh, già, bệnh, chết). Ngài đã thành tựu sự giải thoát này; Ngài đã chứng đạt được chân lý của loài người. Vì thế, bài pháp đầu tiên Ngài thuyết giảng là Bốn Chân Lý (Tứ Diệu Đế), cho năm anh em Kiều Trần Như.

Đạo Phật ra đời với bốn chân lý này, đem lại cho loài người một chương trình giáo dục đào tạo con người đầy đủ đạo đức nhân bản - nhân quả làm người, sống không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai.

Từ bốn chân lý này, Ngài đã làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi tái sinh. Chúng ta cũng là con người; cũng do từ cha mẹ sinh ra như Ngài, Ngài làm được, chúng ta làm được; Ngài tu tập giải thoát, chúng ta cũng tu tập giải thoát được! Ngài làm được bất cứ việc gì thì chúng ta cũng làm được tất cả những việc như thế. Vì Ngài là con người, chúng ta cũng là con người. Do lòng tin nơi con người quyết liệt như vậy thì không có việc gì mà chúng ta không thành công. Phải không quý Phật tử?

Do lòng tin Phật là con người thật, chứ không phải là một đấng Thánh thần, Bồ tát từ cõi nào đến đây. Nếu Ngài là một bậc Thánh (Bồ tát), từ cõi nào đến trái đất của chúng ta, như trong kinh sách phát triển đã dạy: Khi Ngài mới sinh ra, liền đi bảy bước, có bảy bông sen đỡ chân, và đưa tay chỉ trời, chỉ đất mà nói rằng: *“Thiên thượng thiên hạ, duy ngã độc tôn”*. Có nghĩa là: *“Trên trời dưới trời, Ta là người duy nhất”*.

Như vậy, rõ ràng Ngài là người đã chứng đạo, chứ không phải Ngài là một con người phàm phu giống như chúng ta. Cho nên, nếu Ngài là người đã tu chứng đạo và đến đây để độ chúng ta, thì chắc chắn chúng ta không thể tu tập làm chủ được như Ngài. Bởi vì Ngài là những bậc Thánh thần.

Sự thật không phải vậy. Kinh sách phát triển thường huyền thoại qua câu chuyện thần thánh hoá đức Phật. Một con người sinh ra như một Thánh nhân, vậy mà sau này phải 6 năm khổ hạnh, phải tu tập theo những pháp môn của ngoại đạo. Như vậy, rõ ràng chúng ta biết chắc rằng: Người đời sau đã huyền thoại một cách quá trớn, không đúng sự thật. Dựng lên một đấng Giáo chủ ảo huyền.

Suốt sáu năm trời tu tập, Ngài cũng không hiểu pháp nào là chánh pháp và pháp nào là tà pháp. Cho nên cuộc đời của Ngài cũng phải trải qua sự học và tu tập rất nhiều pháp môn của ngoại đạo.

Sáu năm khổ hạnh với các pháp môn của ngoại đạo, Ngài tu tập gần như sắp chết, như trong kinh sách nói rằng: *“Khi đức Phật khổ hạnh, sống ăn rất ít, do đó Ngài chỉ còn bộ xương bọc da, sờ da bụng đụng xương sống, sờ xương sống đụng da bụng”*. Cho nên chúng ta xét thấy lời nói này có khi quá trớn. Nếu mà chúng ta sờ da bụng đụng xương sống, sờ xương sống đụng da bụng thì chắc chắn không thể sống nổi.

Chúng ta biết rằng: Đức Phật có khổ hạnh tối đa, nhưng không thái quá như các tổ đã kết tập kinh có phần thêm bớt. Ngài là một người có trí tuệ sáng suốt, có thể lực mạnh mẽ, và một nghị lực phi thường khi tu khổ hạnh cũng như tu tập hơi thở. Chúng ta nhận xét điều này không lầm.

Sáu năm tu tập khổ hạnh, Ngài không tìm ra được sự giải thoát, nên bỏ tất cả các pháp môn của ngoại đạo và tự tìm ra một giáo pháp riêng cho mình. Và Ngài đã tìm thấy được chân lý, một con đường giải thoát thật sự. Vì thương tưởng chúng sanh, Ngài truyền lại cho chúng ta ngày nay con đường ấy.

Cho nên Phật Bảo là một con người thật, con người cũng như chúng ta, chứ không phải là con người ở cõi trời Đâu Xuất đến đây. Do lòng tin sự chân thật này, chúng ta tin chắc rằng chúng ta là những con người thì phải thực hiện được sự giải thoát này, không có khó khăn.

Do lòng tin chân thật của chúng ta khi nhận xét đúng đức Phật là con người thật, vì thế lòng tin ấy không còn ai thay đổi được. Cho nên, một đấng Giáo chủ là người đã chứng đạo ở cõi giới nào đến đây truyền đạo, thì điều đó chắc chắn chúng ta sẽ không tin theo đấng Giáo chủ đó.

Đọc lịch sử thế giới, chúng ta biết chắc trên hành tinh sống này, chỉ có một con người thật, là người nước Ấn Độ, đi tu, bỏ ngai vàng, danh lợi, bỏ vợ bỏ con, rồi tu thành Phật. Sau này mọi người cung kính tôn trọng Ngài mới thành lập ra Tôn giáo Phật giáo, chứ Ngài không có ý đồ đó. Một tôn giáo Phật giáo, trên đầu mọi người tín đồ không có thần thánh, không có Đấng Sáng Tạo, không có Đấng Vạn Năng và cũng không có Đấng Cứu Thế. Vì vậy, mọi người tu hành theo Phật giáo đều phải tự lực cứu mình, chứ không nhờ vào tha lực của ai cả.

Ngày nay, có những hệ phái Phật giáo tràn đầy tha lực thần quyền, thiếu thực tế, khiến cho chúng ta mất niềm tin, chỉ vì ở chỗ cúng tế lạy lễ, mang đầy hình thức mê tín dị đoan. Cho nên, chúng ta phải trở về cội nguồn tự lực của Phật giáo chân chánh nguyên thủy. Trở về cội nguồn tự lực của Phật giáo chân chánh nguyên thủy, tức là trở về với đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Trở về với đức Phật Thích Ca Mâu Ni là QUY Y PHẬT BẢO.

Hôm nay quý Phật tử đã hiểu đức Phật nào mà quý vị chọn quy y. Chỉ có đức Phật Thích Ca Mâu Ni, ngoài đức Phật Thích Ca Mâu Ni thì không có một vị Phật nào xứng đáng cho quý vị quy y. Vậy quý vị chấp tay lên trước ngực, hướng về tượng Phật, thầm nguyện xin quy y với Ngài. Sau khi thầm nguyện xong, quý vị đánh lễ Ngài một lạy.

Ngôi thứ hai: PHÁP BẢO

Vậy Pháp Bảo là gì? Pháp Bảo là những lời dạy của đức Phật, những kinh nghiệm trong khi tu tập đạt được chân lý, Ngài đem dạy lại cho loài người để thực hành đạt được kết quả giải thoát như Ngài. Tại sao Pháp Bảo của Ngài là chỗ nương tựa, để chúng ta không còn khổ đau nữa?

Có phải là pháp môn Niệm Phật Di Đà không? Có phải pháp môn ngồi thiền chẳng niệm thiện, niệm ác không? Có phải pháp môn tham thoại đầu, khán công án không? Có phải pháp môn niệm chú, bắt ấn, tụng kinh bái sám, lạy hồng danh chư Phật không?

Không! Đức Phật không có dạy những pháp môn như vậy, mà dạy chúng ta pháp môn Tứ Chánh Cần, tức là ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp. Pháp của Phật rất thực tế, Ngài dạy: *“Khi tâm có tham, tôi biết tâm có tham; khi tâm không tham, tôi biết tâm không tham”*. Tham là ác pháp, ác pháp thường mang đến sự khổ đau cho mình, cho người, cho cả hai. Vậy ngay đó, biết nó là ác pháp thì phải diệt, không được để nó trong tâm. Khi nương tựa vào pháp để diệt ác pháp thì tâm hết khổ đau. Vậy nương vào cha mẹ không hết khổ đau, mà chỉ có nương vào pháp mà hết khổ đau.

Khi thân bệnh đau nhức khổ sở, bất cứ một loại bệnh nào, nơi đâu trên thân thì chỉ cần nương vào pháp môn của Phật thì bệnh sẽ chấm dứt và thân không còn đau khổ nữa (Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu).

Ví dụ: Khi chúng ta bị nhức đầu, liền nhiếp tâm vào hơi thở và an trú trong hơi thở. Vậy an trú trong hơi thở như thế nào?

Trước tiên, chúng ta nhiếp tâm trong hơi thở: *“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”*. Sau khi chánh niệm tỉnh thức trong hơi thở, liền tiếp tục tác ý: *“An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra”*. Sau khi tâm an trú được trong hơi thở, thì bệnh nhức đầu đã tan mất.

Như vậy, nương vào cha mẹ làm sao hết bệnh đau đầu được, chỉ có nương vào pháp môn ngăn ác, diệt ác pháp mà lành bệnh. Như vậy, nương vào pháp của Phật làm chủ được bốn sự đau khổ của kiếp người: sanh, già, bệnh, chết; ngoài ra không còn có pháp nào để chúng ta nương tựa thoát khổ như vậy được.

Pháp môn làm chủ, thoát khổ lợi ích lớn như vậy, cho nên nó được gọi là đạo đức nhân bản - nhân quả, sống không làm khổ mình, khổ người; pháp môn đem lại lợi ích cho đời, cho xã hội như vậy, nên được gọi là Pháp Bảo.

Pháp môn lợi ích như vậy có xứng đáng cho chúng ta nương tựa không? Cho nên, quy y Phật Bảo không thể đầy đủ, trọn vẹn sự giải thoát của kiếp người, nên phải QUY Y PHÁP BẢO.

Ngôi thứ ba: TĂNG BẢO

Vậy Tăng Bảo là gì? Tăng Bảo là những vị tu sĩ Phật giáo tu hành đã chứng đạt chân lý, sống như Phật, giới luật nghiêm chỉnh, không hề vi phạm những lỗi nhỏ nhặt nào, thường làm gương sáng, hay làm ngọn đuốc Đức Hạnh cho mọi người soi.

Tăng Bảo là một vị Thánh Tăng, là người nêu cao Phạm hạnh của Phật giáo; là người mô phạm gương mẫu cho mọi người tu tập theo Phật giáo.

Cho nên, chọn được một vị Thánh Tăng không phải dễ, một người chứng đạt được chân lý đời nay quá hiếm, khó tìm, khó gặp. Khi tìm gặp thì phải nương tựa vào vị ấy. Nương tựa vào vị ấy tức là QUY Y TĂNG BẢO.

Chọn lựa một vị Thánh Tăng là phải chọn lựa như thế nào? Chọn lựa một vị Thánh Tăng là phải chọn một vị tu sĩ cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa, xuất gia sống không gia đình, không nhà cửa, tâm hồn trắng bạch như vỏ ốc, phóng khoáng như hư không, phải biết “thiểu dục tri túc”, tức là luôn luôn biết đủ, không bao giờ thấy thiếu một vật gì.

Trong đời sống làm người mà tìm thấy một vị Thánh Tăng như vậy mới xứng đáng là người làm gương, làm ngọn đuốc sáng soi đường cho mọi người đi.

Cho nên chọn lấy Tăng Bảo để quy y không phải dễ. Vô cùng khó, khó vô cùng, chứ không phải gặp vị tăng nào quý vị cũng đều quy y cả, miễn là có nghe đến bốn chữ QUY Y TAM BẢO là đủ.

Muốn tu học theo đạo Phật không phải đụng đầu nghe đó, mà phải chọn người thầy rất kỹ như lời đức Phật đã dạy: “Muốn tìm hiểu Phật giáo thì phải chọn một vị thầy tâm hết tham pháp, sân pháp, si pháp”.

Hay phải thân cận: “Được thấy các bậc Thánh, được thuần thực pháp các bậc Thánh, được tu tập pháp các bậc Thánh; được thấy các bậc chơn nhơn, được thuần thực pháp các bậc chơn nhơn, được tu tập pháp các bậc chơn nhơn”.

Chọn được một vị tăng như vậy mới xứng đáng là một vị thầy của mình. Nếu chọn không được một bậc thầy như vậy thì đừng nên quy y Tăng Bảo. Chờ khi nào chọn được Tăng Bảo xứng đáng mới quy y luôn cả ba ngôi Tam Bảo, còn chọn chưa được thì xin phật tử dừng lại, đừng vội vàng mà hiến cuộc đời mình cho tà pháp của ngoại đạo, thì thật là uổng phí cho một kiếp người.

Như vậy Tăng Bảo là ngôi thứ ba nhưng lại quan trọng nhất trong ba ngôi Tam Bảo. Nếu không có Tăng Bảo thì không bao giờ chúng ta giác ngộ chân lý được, không giác ngộ chân lý thì biết gì mà hộ trì chân lý. Chân lý không được hộ trì thì làm sao chúng đạt được chân lý.

Cho nên Tăng Bảo là một báu vật quý giá nhất trên đời này. Nếu đồng thời sinh ra cùng đức Phật, hay cùng một vị chứng quả A La Hán thì đó là phước báu vô lượng không thể nghĩ bàn.

PHẬT BẢO tuy quý, nhưng đức Phật đã tịch lâu rồi, khi tu tập gặp những khó khăn muốn thưa hỏi thì làm sao hỏi được. Người tu tập chỉ noi theo gương hạnh của Ngài qua lịch sử ghi lại mà thôi. Nếu chỉ quy y Phật Bảo thì chưa đủ, cho nên, chúng ta muốn tu tập trọn vẹn để đi đến giải thoát hoàn toàn thì ngoài Phật Bảo, một gương hạnh tốt trên đường đi đến giải thoát, còn cần phải có nhiều điều nữa.

PHÁP BẢO là chữ nghĩa kinh sách, là những bài pháp của đức Phật đã dạy, ngày nay được các vị tổ sư kết tập lại thành tạng kinh Nikaya. Chúng ta đều nương tựa theo những lời dạy này mà tu học, tu tập. Nhưng khi tu học gặp những khó khăn hay rắc rối, hỏi kinh thì kinh không thể trả lời được.

Vậy thì nương tựa vào pháp mà pháp không trả lời thì làm sao tu tập tới nơi, tới chốn được. Cho nên Pháp Bảo vẫn quý mà không quý bằng Tăng Bảo, vì có ưu mà còn có khuyết, tức là chưa hoàn toàn ưu hảo.

TĂNG BẢO là một con người đang sống như mọi người, nhưng là một người đã tu chứng đạt chân lý, nên người ấy có nhiều kinh nghiệm trên đường tu tập để hướng dẫn những người khác. Vì thế khi nương tựa (quy y) vào người này, thì được người ấy khai ngộ chân lý. Sau khi ngộ được chân lý xong, người ấy dạy chúng ta hộ trì chân lý. Chân lý được hộ trì thì không bao lâu chúng ta chứng đạt chân lý. Khi chúng đạt chân lý xong là chúng ta sẽ làm chủ: sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi.

Tóm lại, ba ngôi Tam Bảo chỉ có Tăng Bảo là lợi ích nhất, nhờ có Tăng Bảo mà mọi người mới thực hiện đúng Phật pháp, mới ngộ được chân lý, mới biết cách hộ trì chân lý, và nhờ đó mới chứng đạt chân lý. Nếu không có Tăng Bảo thì mọi người thực hiện sai pháp và cuộc đời tu hành của mình cũng chỉ là hình thức mà

thôi.

Vậy chúng ta hãy nhìn xem những tu sĩ Phật giáo hiện giờ, vì không có một vị thầy tu chứng đạt chân lý nên cứ dựa vào kinh sách tưởng giải ra tu tập, nên người đầu, người giữa và người cuối cùng đều là một chuỗi người mù, cho nên không có ai chứng đạt chân lý được.

Hôm nay các phật tử đã được nghe giảng về Ba Ngôi Tam Bảo rõ ràng và cụ thể. Vậy, quý phật tử hãy chọn lấy Ba Ngôi Tam Bảo cho tương ưng với tâm nguyện của mình.

Thầy xin nhắc lại: Phật Bảo là con người thật, không phải là con người mơ hồ, trừu tượng, tưởng tượng. Đó là một con người đã tu hành giải thoát, làm chủ bốn sự đau khổ của kiếp người: sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi. Ngài đã đạt được chân lý tối hậu, một mục đích Bất Động Tâm, một đường lối thoát ra bốn sự đau khổ của kiếp người.

Con người trong thế gian này khi đã hiểu đời là khổ, khổ như thật thì chắc ai cũng muốn thoát ra. Không có ai muốn sống trong cảnh khổ đau cả. Chỉ vì chưa biết đường lối thoát ra, nên đành lòng ôm chịu, chứ mọi người ai chẳng muốn an vui hạnh phúc, có ai muốn khổ bao giờ!

Cuộc sống hằng ngày luôn luôn bị chi phối bởi từng ác pháp, từng hoàn cảnh, từng sự việc, từng đối tượng, v.v... cho nên quý phật tử thường gặp những chướng ngại pháp, sinh ra phiền não, đau khổ, tức giận, thương ghét, ganh tỵ, oán hận, sợ hãi, v.v... có nhiều khi không chịu nổi phải tự tử, hoặc sa ngã vào đường trụy lạc, rượu chè, cờ bạc, v.v...

Làm người ai lại không bị bệnh tật. Tuổi càng cao thì thân càng già yếu, nay bệnh này, mai bệnh khác, đi đứng không vững vàng. Thân vô thường, sự thay đổi liên tục trong cơ thể chúng ta làm sao chúng ta không biết! Vì biết rõ sự thay đổi này, chúng ta không thể ngồi yên, trừ khi chúng ta như điếc, như đui, như ngây dại.

Khi chưa biết pháp, chúng ta đành cam phận ôm bốn sự đau khổ này trong lòng, còn khi đã biết pháp để thoát ra mọi sự khổ đau này, thì có ai dại gì ngồi đó chịu đựng bốn sự đau khổ đang dày vò chúng ta. Có phải vậy không quý phật tử?

Hôm nay, Thầy khéo nhắc nhở để quý phật tử hiểu được chánh Phật, Pháp, Tăng. Chánh Phật, Pháp, Tăng là Ba Ngôi Tam Bảo. Như vậy, sau khi nghe Thầy giảng về Ba Ngôi Tam Bảo rõ ràng, cụ thể, ích lợi thiết thực như vậy. Quý phật tử có điều gì nghi ngờ gì không? Có còn thưa hỏi nghĩa lý gì về Ba Ngôi Tam Bảo

này nữa không? Nghĩa lý của Ba Ngôi Tam Bảo này có xứng đáng để cho quý phật tử nương tựa không?

Theo Thầy thiết nghĩ: Ba Ngôi Tam Bảo này lợi ích rất lớn, đem lại sự bình an, yên vui cho mọi người. Vậy mọi người hãy đặt lòng tin ở đó, và chính nơi đó là nơi cứu cánh đến với mọi người.

Tóm lại, PHẬT BẢO là gương hạnh cho mọi người soi, là ngọn đuốc sáng soi đường cho mọi người đi. Mặc dù đức Phật không còn tại thế nữa, nhưng nhớ đến đức Phật là nhớ đến người đầu tiên đã đi tìm được con đường giải thoát này, để lại cho loài người ngày hôm nay.

Trên thế gian này, không một tôn giáo nào có PHÁP BẢO như Pháp Bảo của Phật. Vì nó là pháp môn tu tập dùng tự lực chiến đấu với giặc sanh tử luân hồi, nên đức Phật dạy: *“Tự lực thấp đuốc lên mà đi”*. Khi ngọn đuốc đạo đức giải thoát làm sáng tỏ sự sống không làm khổ mình, khổ người, khổ cả hai trong từng giây, từng phút; trong từng ngày, từng tháng, từng năm, biến cuộc sống đầy tội ác, đầy đau khổ trở thành cõi Thiên Đàng, Cực Lạc tại thế gian này, chứ không còn ở chỗ nào khác nữa.

Pháp Bảo chỉ dạy rất rõ ràng, nếu có một người nào thường ngăn ác, diệt ác pháp, sinh thiện, tăng trưởng thiện pháp, thì Thầy tin rằng người đó đã hiểu biết Phật pháp rồi, và không bao giờ tu hành sai pháp. Do đó, không có một ác pháp nào xâm chiếm thân tâm họ được.

Họ không bao giờ để nghiệp lực kéo dài một ngày, hai ngày, ba ngày, mà chỉ trong một tích tắc, một giây, một phút là họ lo diệt sạch, họ không để trong tâm của họ một chút phiền não, họ luôn thấy những điều đó là vô thường, là sự đau khổ. Trái lại, nếu chúng ta không biết, thì nó dày vò, nó dằn vặt trong tâm ta kéo dài một thời gian, rồi mới lắng dịu và mới hết, đó là chúng ta không biết pháp. Còn nếu chúng ta biết pháp của Phật, thì không bao giờ lại dại gì để cho tâm hồn chúng ta đau khổ, kéo dài từ ngày này sang ngày khác.

Ba ngôi Tam Bảo quý báu và lợi ích như vậy, giúp cho đời người có một cuộc sống thanh nhàn, an lạc, yên vui một cách thiết thực, cụ thể, không có chút mơ hồ, trừu tượng, ảo tưởng nào.

Pháp Bảo không phải là những pháp tu tập, tu học để có thần thông biết chuyện quá khứ, vị lai, biến hoá tàng hình bằng cách này hay bằng cách khác, có khi phóng quang, có khi đi qua đá, qua tường, qua núi, v.v... Những thần thông này chẳng có lợi ích thiết thực, vì nó chỉ là một trò ảo thuật mãi võ Sơn Đông theo góc chợ, hè phố bán thuốc dạo, nó không có lợi ích bằng pháp ngăn ác, diệt ác pháp.

Các con cứ suy nghĩ: Một vị tăng tu hành có thần thông, phép tắc, biết chuyện quá khứ, nói chuyện gia đình mình thật hay, hoặc nói chuyện tương lai của mình rất đúng không sai, nhưng thần thông này có lợi ích cho bản thân mình không? Cho nên quý Phật tử phải thấy Ba Ngôi Tam Bảo rất quý báu.

Thầy sẽ giảng cho quý Phật tử về pháp làm chủ sanh, già, bệnh, chết, để quý Phật tử hiểu rõ sự quý báu của PHÁP BẢO.

- Ví dụ 1: Quý Phật tử đang tức giận một điều gì đó, muốn cho cơn tức giận đó không còn trong tâm nữa, thì quý Phật tử lấy Định Niệm Hơi Thở sử dụng đề tài: *“Quán ly sân, tôi biết tôi hít vô; quán ly sân, tôi biết tôi thở ra”*. Tác ý và nhiếp tâm trong hơi thở như vậy, tâm sân liền tan biến.
- Ví dụ 2: Quý Phật tử đang bệnh đau bụng, muốn cho cơn đau bụng đó không còn trong thân nữa, thì quý Phật tử lấy Định Niệm Hơi Thở sử dụng đề tài: *“An tịnh thân hành, tôi biết tôi hít vô; an tịnh thân hành, tôi biết tôi thở ra”*. Tác ý và nhiếp tâm trong hơi thở như vậy, thì thân đau bụng sẽ dần dần hết đau.
- Ví dụ 3: Quý Phật tử cơ thể già yếu, suy mòn, muốn bỏ thân tứ đại này thì nhập vào Thiền Thứ Tư tịnh chỉ hơi thở, liền xả bỏ báo thân vào trạng thái thanh thân, an lạc và vô sự, thì ngay đó quý Phật tử chết trong tự tại, và đầy đủ sự an lạc, không có khổ đau như người thế tục.

Xét thấy Ba Ngôi Tam Bảo có lợi ích lớn cho đời người như vậy, xin quý Phật tử hãy chắp tay lên trước ngực, mặt hướng về tượng Phật và phát nguyện: *“Từ đây về sau con xin nguyện một lòng quyết tâm nương theo Ba Ngôi Tam Bảo, đời đời, kiếp kiếp không bao giờ rời bỏ. Xin đức Phật chứng minh cho chúng con”*.

Sau khi phát nguyện xong, xin quý Phật tử đánh lễ Phật ba lạy, để nhận thọ trì BA NGÔI TAM BẢO.

Lễ Phật xong, rồi quý Phật tử hãy ngồi xuống, nghe Thầy giảng tiếp.

Còn nữa... Tác giả: **Trưởng Lão Thích Thông Lạc** Trích sách: Những chặng đường tu học của người Cư sĩ - Nhà xuất bản Tôn giáo