TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Những lời gốc Phật dạy - Tập 2 - Phần 2

ISSN: 2734-9195 09:57 02/08/2023

> Nếu các bạn tu tập giữ gìn tâm không phóng dật, chỉ có một ngày, một đêm thôi, mà các bạn có thể sống 100 trăm ngàn năm được cảm thọ nhất hướng an lạc và các bạn chỉ còn có một kiếp này mà thôi (nhất lai), không còn trở lui kiếp làm người nữa.

Tiếp theo: Những lời gốc Phật dạy - Tập 2 - Phần 1

BẢY CÁCH DIỆT LẬU HOẶC BẰNG PHÁP NHƯ LÝ TÁC Ý

LỜI PHẬT DẠY

*"**Này các Tỳ Kheo, do như lý tác ý, các lậu hoặc chưa sanh không sanh kh được trừ diệt.***

Này các Tỳ Kheo: 1/ Có những lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ. 2/ Có phòng hộ được đoạn trừ. 3/ Có những lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn phải do kham nhẫn được đoạn trừ. 5/ Có những lậu hoặc phải do tránh né đ hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ. 7/ Có những lậu hoặc phải do tu tập đu

CHÚ GIẢI:

Trên đây là lời dạy của đức Phật về pháp môn như lý tác ý. Pháp môn như lý tác ý dùng để tu tập tâm vô lậu.

Trong Đạo Phật, quả chứng cao nhất là tâm vô lậu. Tâm vô lậu tức là chứng quả A La Hán. Ở đây, pháp này dạy chúng ta tu tập tâm vô lậu, tức là tu tập để hết khổ đau. Pháp môn của Phật rất thực tế và cụ thể như vậy. Thế mà, trong Phật giáo lại có pháp môn khác không dạy tâm vô lậu mà dạy kiến tánh thành Phật, khi kiến tánh thành Phật xong, nhưng tâm vẫn chưa hết lậu hoặc. Vậy, thành Phật mà còn lậu hoặc sao? Và như vậy, Phật nghĩa như thế nào? Là Giác ngộ ư! Giác ngộ Phật Tánh, giác ngộ thế giới này là huyễn giả ư! Hiểu biết là một lẽ

khác, còn muốn sống được tâm bất động là một việc tu tập hết sức mình. Xin các bạn trả lời đi!? Đấy là một sự hiểu sai lệch của tà đạo bằng sự tưởng tượng của họ. Phải không các bạn?

Đứng trước tình trạng Phật giáo hiện nay, Kinh sách Phật giáo Nguyên Thủy đúng hay kinh sách Đại Thừa đúng? Muốn trả lời những điều này chính xác chỉ có những người tu tập tâm vô lậu. Vậy, Phật giáo hiện giờ tu sĩ bên nào tâm vô lậu, làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi?

Giá trị của tu sĩ là chỗ tâm vô lậu. Người nào tâm vô lậu mới xác định Phật giáo đúng, sai thì chúng ta mới đủ lòng tin. Phải không các bạn?

Phật giáo tu tập vốn để đạt được tâm vô lậu, chứ đâu phải niệm Phật để cầu vãng sanh Cực Lạc Tây Phương. Thế mà, lại có pháp môn Tịnh Độ chuyên niệm Phật A Di Đà để đạt được nhất tâm (Thất nhật nhất tâm bất loạn chuyên trì danh hiệu A Di Đà). Nhưng khi đạt được nhất tâm thì một thế giới tưởng hiện ra. Người niệm Phật tưởng đó là thế giới Cực Lạc có thật. Họ đâu biết rằng đó là một ảo giác do tưởng uẩn hiện ra. Người ta tưởng rằng: Khi niệm Phật được nhất tâm thì lậu hoặc sẽ hết. Điều này rất sai, khó tin vì niệm Phật được nhất tâm là nén lậu hoặc chứ không phải diệt lậu hoặc. Vì thế, tu như vậy làm sao hết lậu hoặc được. Phải không các bạn?

Xét lại kinh sách Nguyên Thủy, những bài pháp dạy chúng ta tu tập trực tiếp diệt lậu hoặc một cách cụ thể và rõ ràng, đó là pháp môn "Như Lý Tác Ý", xin các bạn lưu ý! Và pháp môn như lý tác ý mới chính là pháp môn của Phật giáo. Các bạn phải sáng suốt, nhận định cho rõ ràng đừng để ngoại đạo lừa đảo các bạn bằng những tà kiến, tà thiền, tà định, tà niệm Phật, v.v..

Muốn đạt được tâm vô lậu thì chúng ta có bảy cách tu tập bằng pháp môn như lý tác ý sau đây:

+ Phương cách thứ nhất, đức Phật đã dạy**: *"Có những lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ"***. Như vậy pháp thứ nhất là phải dùng "***tri kiến***" để diệt trừ lậu hoặc. Vậy tri kiến là gì?

Tri kiến là sự hiểu biết bằng ý thức. Nhờ có ý thức, chúng ta mới dùng pháp Như Lý Tác Ý, nhờ pháp môn như lý tác ý mà lậu hoặc mới được đoạn diệt. Nhưng tri kiến có hai mặt:

1/ Tà tri kiến, tức là tri kiến ác.

2/ Chánh tri kiến, tức là tri kiến thiện.

Tri kiến thiện còn gọi là chánh tri kiến, nhờ tri kiến tác ý một thiện pháp để phá vỡ đi một ác pháp, phá vỡ một ác pháp tức là đoạn trừ một lậu hoặc.

Muốn có tri kiến thiện thì chúng ta phải thấy, nghe và gặp các bậc Thánh, các bậc Chơn nhân; phải thuần thục pháp của các bậc Thánh, của các bậc Chơn nhân; phải tu tập pháp của các bậc Thánh, của các bậc Chơn nhân mà trong kinh thường dạy: "***Này các Tỳ Kheo, ở đây có kẻ phàm phu ít nghe, không được thấy các bậc Thánh, không thuần thục pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh,, không được thấy các bậc Chơn nhân, không thuần thục pháp các bậc Chơn nhân…".*** Cho nên, phải tuệ tri các pháp cần phải tác ý và tuệ tri các pháp không cần phải tác ý. Vậy, các pháp cần phải tác ý là pháp gì? Các pháp không cần tác ý là pháp gì? Xin các bạn lưu ý kỹ ở điểm này mới biết áp dụng đúng pháp như lý tác ý.

Các pháp cần tác ý là: ly tham, ly sân, ly si; từ bỏ tâm tham, từ bỏ tâm sân, từ bỏ tâm si; đoạn diệt tâm tham, đoạn diệt tâm sân, đoạn diệt tâm si, v.v..

Các pháp không cần tác ý là ngũ triền cái: tham, sân, si, mạn, nghi; ngũ dục lạc: danh, lợi, sắc, thực, thùy, v.v..

Ví dụ: Khi tâm tôi có sân tôi biết tâm tôi có sân. Và tôi biết rằng: sân là một ác pháp làm cho tâm tôi đau khổ. Cái biết được tâm sân và sự khổ đau là tri kiến tác ý. Nhưng muốn đoạn dứt được sự đau khổ ấy (lậu hoặc) thì tôi phải "***như lý"*** giải thoát mà "***tác ý"*** có nghĩa là tâm sân là khổ đau, tâm không sân là tâm không khổ đau. Vậy tôi phải tác ý như thế nào?

"***Tâm như cục đất phải lìa xa tham, sân, si".*** Đó là câu trạch pháp dùng tri kiến như lý tác ý để đoạn diệt lậu hoặc. "***Tâm sân là tâm đau khổ hãy lìa ra khỏi thân tâm ta"*** hay "***Sân là lậu hoặc ta không chấp nhận ngươi, ngươi hãy lìa khỏi nơi đây".*** Đây là những câu chọn lựa đúng đặc tướng mỗi hành giả mà pháp Thất Giác Chi gọi là Trạch Pháp Giác Chi dùng tri kiến như lý tác ý để diệt trừ các lậu hoặc.

Chúng ta nên đọc lại đoạn kinh dưới đây sẽ thấy đức Phật đã dạy rất rõ ràng và cụ thể về cách thức dùng tri kiến tác ý:

"***Này các Tỳ Kheo, thế nào là lậu hoặc do tri kiến được đoạn trừ?".***

"***Này các Tỳ Kheo, ở đây có kẻ phàm phu ít nghe, không được thấy các bậc Thánh, không được thuần thục pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không được thấy các bậc Chân nhơn, không tu tập pháp các bậc Chân nhơn, không được thuần thục pháp các bậc Chân nhơn, không tuệ tri các pháp cần phải tác ý, không tuệ tri các pháp***

không cần phải tác ý; vị này không tuệ tri các pháp cần phải tác ý, vì không tuệ tri các pháp không cần phải tác ý nên tác ý các pháp không cần phải tác ý và không tác ý các pháp cần phải tác ý".

"***Này các Tỳ Kheo, và thế nào là các pháp không cần phải tác ý mà vị ấy tác ý?".***

"***Này các Tỳ Kheo, nghĩa là các pháp do vị ấy tác ý mà dục lậu chưa sanh được sanh khởi, hay dục lậu đã sanh được tăng trưởng; hay hữu lậu chưa sanh được sanh khởi, hay hữu lậu đã sanh được tăng trưởng, hay vô minh lậu chưa sanh được sanh khởi, hay vô minh lậu đã sanh được tăng trưởng. Những pháp ấy là những pháp không cần phải tác ý mà vị ấy tác ý".***

"***Này các Tỳ Kheo, và thế nào là các pháp cần phải tác ý mà vị ấy không tác ý?".***

"***Này các Tỳ Kheo, nghĩa là các pháp do vị ấy tác ý mà dục lậu chưa sanh không sanh khởi, hay dục lậu đã sanh được trừ diệt; hay hữu lậu chưa sanh không sanh khởi, hay hữu lậu đã sanh được trừ diệt, hay vô minh lậu chưa sanh không sanh khởi, hay vô minh lậu đã sanh được trừ diệt. Những pháp ấy là những pháp cần phải tác ý mà vị ấy không tác ý... Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ".***

Đọc đoạn kinh trên đây, chắc các bạn sẽ rút ra được một pháp môn tu tập diệt lậu hoặc bằng tri kiến tác ý rất thực tế và cụ thể. Phải không các bạn?

Chúng tôi xin trích ra đoạn kinh này để các bạn tự nhận biết thiền định của Phật là một loại thiền xả tâm chứ không phải loại thiền ức chế tâm như các Tổ đã hiểu lầm, rồi kiến giải sai lệch ý Phật, khiến cho con đường Phật giáo mất dấu. Và hiện nay, các Tổ đã để lại một rừng kinh sách Đại Thừa và Thiền Tông dẫn dắt tín đồ Phật giáo vào mê hồn trận của thiền định tưởng. Hèn chi, càng tu thì danh lợi càng nhiều. Danh lợi càng nhiều thì chùa to Phật lớn càng phát triển và bản ngã càng to. Bản ngã càng to nên thường tranh luận hơn thua, chống trái nhau, v.v..

Thật là buồn cười, họ chỉ biết lý luận để dìm Phật giáo chân chánh, nhưng không ngờ lại vạch lưng cho người khác xem vết sẹo của mình mà không biết xấu hổ.

Chúng ta cũng nên cảm thông với họ, vì Phật giáo truyền thừa qua nhiều vị Tổ và đi qua nhiều nước trên hành tinh này thì chắc chắn phải có sự sai lệch. Có sự sai lệch thì chúng ta phải cùng nhau chung lưng đấu cật để chỉnh đốn sửa lại

làm cho những gì của Phật giáo đã bị ném bỏ được dựng lại cho đúng đắn và tốt đẹp hơn. Những gì sai làm ảnh hưởng xấu đến tinh thần của tín đồ, thì những người chịu trách nhiệm chính là quý Tăng Ni và quý Cư sĩ. Các bạn hãy dẹp bỏ cái gánh nặng của tư tưởng cho rằng cái gì của các Tổ cũng đều đúng hết.

Nguy hại nhất là các vị Tổ có chút ít tu tập, có khả năng viết và biên soạn những kinh sách để truyền thừa, nhưng vì sự tu tập chưa đến nơi đến chốn, chỉ sống bằng tưởng giải thì sự truyền thừa này dễ làm lệch con đường Phật giáo. Các bạn thấy có đúng không? Chúng ta rất kính trọng thương mến các Tổ, nhưng không phải vì vậy mà những điều các Tổ làm sai lệnh Phật giáo mà chúng ta phải nghe theo.

Do hiểu được tâm lý người sau, nên trước khi đức Phật nhập Niết Bàn, Ngài di chúc lại cho các đệ tử sau này: "***Hãy lấy giới luật và giáo pháp Ta làm Thầy, làm chỗ nương tựa vững chắc...Giới luật còn là Phật pháp còn, Giới luật mất là Phật pháp mất".*** Bởi thế, khi thấy Tăng Ni và cư sĩ sống phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới thì dù họ tu pháp tối thượng nào, chúng ta cũng biết ngay là họ đang tu pháp môn của tà đạo. Phải không các bạn?

Thưa các bạn! Phật giáo sai lệch, Phật giáo đen tối là tín đồ Phật giáo phải chịu thiệt thòi, phải chịu nhiều cay đắng, phí công sức, phí của cải vô ích. Có đúng như vậy không các bạn? Vậy, chúng ta là những tu sĩ và cư sĩ Phật giáo biết rất rõ những sự sai trái này mà nỡ nhẫn tâm nhìn tín đồ Phật giáo tu hành lạc vào pháp mê tín, lạc hậu và sống trong những ảo tưởng, tưởng giải, trừu tượng mơ hồ của thế giới siêu hình, của Phật tánh ảo tưởng mà chúng ta đành lòng làm ngơ sao các bạn?

+ Phương cách thứ hai, để tu tập tâm vô lậu bằng pháp Như Lý Tác ý, đức Phật đã dạy: "***Có những lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ".*** Như vậy, pháp thứ hai là phải dùng tác ý"***phòng hộ"*** để diệt trừ lậu hoặc. Vậy phòng hộ nghĩa là gì?

Phòng hộ nghĩa là giữ gìn bảo hộ sáu căn: mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý. Vậy bảo hộ sáu căn như thế nào?

Khi bước ra khỏi thất thì nên như lý tác ý "***Mắt phải nhìn xuống bước đi, không được nhìn qua nhìn lại, liếc dọc liếc ngang"*** hoặc "***Tai phải lắng nghe bước đi, không được nghe âm thanh bên ngoài".*** Đó là dùng pháp như lý tác ý để phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý. Chúng ta hãy lắng nghe lời Phật dạy:

"***Này các Tỳ Kheo, thế nào là các lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ?***

Ở đây, có Tỳ Kheo như lý giác sát, sống phòng hộ với sự phòng hộ con mắt.

Này các Tỳ Kheo, nếu Tỳ Kheo ấy sống không phòng hộ với sự phòng hộ con mắt, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não có thể khởi lên. Nếu sống phòng hộ với sự phòng hộ con mắt, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa.

Tai, mũi, miệng, thân, ý đều phải phòng hộ như vậy. Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ".

Chúng tôi xin nhắc lại các bạn: Pháp phòng hộ sáu căn như ở trên đây là pháp phòng hộ như lý tác ý. Nhưng muốn phòng hộ sáu căn mà không giữ hạnh độc cư thì chúng tôi tin rằng các bạn khó mà phòng hộ sáu căn được, dù bạn rất chuyên cần tu tập pháp như lý tác ý, mà cứ buông lung phóng dật nói chuyện, thì chất lượng tu tập sẽ không đạt được hay chỉ là dậm chân tại chỗ mà thôi.

+ Phương cách thứ ba, tu tập tâm vô lậu bằng pháp Như Lý Tác ý đức Phật đã dạy**: *"Có những lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ"***. Như vậy, pháp thứ ba là phải dùng tác ý "***thọ dụng"***để diệt trừ lậu hoặc. Vậy thọ dụng nghĩa là gì?

Thọ dụng là chấp nhận những vật dụng cần thiết vừa đủ để giữ gìn cơ thể không đói khổ, rét lạnh, muỗi mòng, nắng, gió, mưa, bão, che đậy kín đáo, không được trần truồng, v.v..

Ví dụ 1: Một người ngồi thiền bị muỗi mòng cắn đốt mà cứ cố gắng ngồi chịu đau, ngứa rất là khổ sở, nhưng lại tác ý theo kiểu tà tư duy: "***Ta đang ngồi thiền bị muỗi mòng cắn là để trả nhân quả đời trước, cố gắng giữ tâm bất động mặc cho muỗi mòng cắn"***. Còn nếu người ấy tác ý theo kiểu chánh tư duy: "***Ta ngồi thiền bị muỗi mòng cắn, ta nên thọ dụng màn che, để diệt trừ lậu hoặc do muỗi mòng tạo ra".***

Ví dụ 2: Khi ta bị bệnh, sức tu tập làm chủ bệnh chưa trọn vẹn, có nghĩa là câu hướng tâm như lý tác ý: "***An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô****..."* chưa có hiệu lực thì ta nên tác ý thọ dụng thuốc thang để bệnh đau được giảm thiểu tối đa và hết bệnh, tức là tác ý thọ dụng thuốc để làm cho lậu hoặc được đoạn diệt. Tu tập như vậy là do thọ dụng để đoạn trừ lậu hoặc. Đúng như lời đức Phật đã dạy dưới đây:

"***Này các Tỳ Kheo. Thế nào là các lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ?***

Ở đây, có Tỳ Kheo như lý giác sát, sống thọ dụng y phục, chỉ để ngăn ngừa lạnh, ngăn ngừa nóng, ngăn ngừa ngứa, ngăn ngừa sự xúc chạm của ruồi muỗi, gió, sức nóng của mặt trời, các loại bò sát, chỉ với mục đích che đậy sự trần truồng...

Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng món ăn khất thực không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức, không phải để tự làm đẹp mình, mà chỉ để thân này được sống lâu và được bảo dưỡng, để thân này khỏi bị thương hại, để hỗ trợ thân này sống đúng Phạm hạnh. Nghĩ rằng: (Như lý tác ý) Như vậy ta đã diệt trừ các cảm thọ cũ và không cho khởi lên các cảm thọ mới, và ta sẽ không có lỗi lầm, sống được an ổn.

Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng sàng tọa, chỉ để ngăn ngừa lạnh, ngăn ngừa nóng, ngăn ngừa sự xúc chạm của ruồi muỗi, gió, sức nóng của mặt trời, các loại bò sát, chỉ để giải trừ nguy hiểm của thời tiết, chỉ với mục đích sống độc cư an tịnh.

Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng dược phẩm trị bệnh chỉ để ngăn chặn các cảm giác khổ thống đã sanh để được ly khổ hoàn toàn.

Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không thọ dụng như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não có thể khởi lên. Nếu vị ấy thọ dụng như vậy các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa.

Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ".

Thưa các bạn! Chúng ta nên lưu ý lời dạy trên đây của đức Phật. Nếu chúng ta không hiểu lời dạy này thì chúng ta chẳng khác gì các Tăng, Ni của Đại Thừa, Thiền Tông, Mật Tông, Tịnh Độ Tông, v.v.. sống lợi dưỡng, phi Phạm hạnh. Ở đây, chúng ta tác ý thọ dụng cho một đời sống Phạm hạnh, có nghĩa là phải sống thiểu dục tri túc, ba y một bát, tứ sự vừa đủ không được cất giữ thừa dư. Và thọ dụng như vậy, mới đúng nghĩa của một bậc Thánh Tăng đoạn trừ lậu hoặc.

+ Phương cách thứ tư, tu tập tâm vô lậu bằng pháp Như Lý Tác ý mà đức Phật đã dạy: "***Có những lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ"*.** Như vậy, pháp thứ tư là phải dùng tác ý"***kham nhẫn"*** để diệt trừ lậu hoặc. Vậy kham nhẫn nghĩa là gì?

Kham là chịu đựng; nhẫn là nhịn nhục. Vậy kham nhẫn có nghĩa là nhịn nhục chịu đựng bất cứ một ác pháp nào xảy đến.

Ví dụ 1: Như mùi hôi thối xông lên, khiến cho chúng ta rất khó chịu, nhưng chúng ta vẫn kham nhẫn an nhiên không bị chi phối tâm, vẫn sống một cách tự nhiên không hề than trách như thế này, như thế khác. Muốn đạt được tâm như vậy chúng ta phải dùng pháp Như Lý Tác Ý: "***Tâm phải bất động, mùi hôi thối là hương trần. Hương trần là pháp vô thường lúc có, lúc không ta chẳng hề sợ hãi. Hương trần hãy đi! Đi!!! Ta không hề sợ hãi ngươi".*** Hoặc chúng ta tác ý câu khác "***Tâm phải thanh thản an lạc trước mùi hôi thối, tránh né là hèn yếu" ...***

Ví dụ 2: Ở một nơi có ruồi muỗi nhiều chúng ta vẫn sống, vẫn thản nhiên, nhưng biết giữ gìn vệ sinh ngăn và chặn chúng tạo thành một môi trường không ô nhiễm thanh tịnh, chứ không tránh né. Đó là chúng ta kham nhẫn và thiện xảo, chứ không phải vì vậy mà tránh né và tìm cách diệt chúng với lòng thiếu sự thương yêu.

Kham nhẫn có nhiều đối tượng như: thời tiết nóng lạnh, đói khát, ruồi muỗi, mạ lỵ, phỉ báng; các cảm thọ đau đớn, nhức nhối, sung sướng, thích thú, sợ hãi lo lắng, phiền não, giận hờn, v.v.. Tất cả những đối tượng trên đây khi gặp đều phải kham nhẫn.

Chúng ta hãy đọc lại đoạn kinh dưới đây, mà đức Phật đã dạy kham nhẫn để đoạn trừ lậu hoặc một cách rõ ràng và cụ thể hơn:

"***Và này các Tỳ Kheo, thế nào là lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ?***

Này các Tỳ Kheo, ở đây, có Tỳ Kheo như lý giác sát, kham nhẫn lạnh, nóng, đói khát, sự xúc chạm của ruồi muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loài bò sát; kham nhẫn những cách nói mạ lỵ, phỉ báng.

Vị ấy có tính kham nhẫn các cảm thọ về thân, những cảm thọ thống khổ, khốc liệt, đau nhối, nhức nhói, không sung sướng, không thích thú, chết điếng người.

Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không kham nhẫn như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy có thể khởi lên. Nếu vị ấy kham nhẫn như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa.

Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ".

Nếu đoạn kinh này không được giảng trạch rõ ràng qua kinh nghiệm của một người tu chứng, thì chúng ta chỉ còn biết kham nhẫn, chịu đựng bằng cách ức chế tâm trước các ác pháp và các cảm thọ. Phải không hỡi các bạn?

Ở đây, khi đức Phật dạy đến chỗ kham nhẫn để đoạn trừ lậu hoặc thì Ngài đã không quên trang bị cho chúng ta một phương pháp tuyệt vời để kham nhẫn. Đó là pháp môn Như Lý Tác Ý. Chúng tôi đọc lại đoạn kinh mà đức Phật chỉ dạy cách thức đoạn trừ lậu hoặc bằng pháp môn Như Lý Tác ý cho các bạn. Các bạn hãy lắng nghe: "***Này các Tỳ Kheo, do như lý tác ý, các lậu hoặc chưa sanh không sanh khởi, và các lậu hoặc đã sanh được trừ diệt".***

Khi tu tập để diệt trừ lậu hoặc với tri kiến, với phòng hộ, với thọ dụng, với kham nhẫn, với tránh né, với trừ diệt và với tu tập, thì đều phải dùng pháp Như Lý Tác Ý. Nếu không dùng pháp Như Lý Tác Ý mà tu tập bảy pháp trên đây để diệt lậu hoặc thì đó là ức chế tâm, chứ không phải đoạn diệt lậu hoặc.

Tóm lại, bài kinh "***Tất Cả Lậu Hoặc"*** là đức Phật dạy cho chúng ta bảy cách diệt lậu hoặc bằng pháp môn "***Như Lý Tác Ý".*** Xin các bạn lưu ý và nhớ kỹ cho bài kinh này, chỉ có một nghĩa duy nhất, không còn có nghĩa nào khác nữa. Con đường tu theo Phật giáo khi đoạn trừ tất cả lậu hoặc là chứng đạo. Thiền định của Đạo Phật là một loại thiền định nhắm vào chỗ đau khổ của con người, tu tập để đẩy lui và diệt chúng ra khỏi thân tâm. Những pháp môn tu tập như vậy không có khó khăn, không có mệt nhọc các bạn ạ! Chỉ cần bạn có ý chí, có nghị lực, có gan dạ là tâm các bạn sẽ vô lậu hoàn toàn. Vì thế, đức Phật dám xác định thời gian tu tập: 7 ngày, 7 tháng, 7 năm là thời gian cuối cùng ai cũng có thể làm được, chứ không phải chỉ có người căn cơ cao mới tu tập được

+ Phương cách thứ năm, tu tập tâm vô lậu bằng pháp Như Lý Tác Ý. Đức Phật đã dạy**: "*Có những lậu hoặc phải do tránh né được đoạn trừ*".** Như vậy, pháp thứ tư là phải dùng tác ý "***tránh né***" để diệt trừ lậu hoặc. Vậy tránh né nghĩa là gì?

Tránh né có nghĩa là không dám gần gũi, tránh xa, không dám gặp mặt, không dám ở gần. Người xưa dạy: "***chọn Thầy mà học, chọn bạn mà chơi. "Thói thường gần mực thì đen, anh em bạn hữu ta nên chọn người".*** Tránh những người bạn xấu ác, tránh những người uống rượu say sưa, tránh những người hung ác, nói dối, nói lời hung ác, tránh những người trộm cướp, tà dâm lấy vợ người khác, tránh những người gian xảo, tránh những con thú vật dữ, v.v.. Trong Đạo Phật dạy chúng ta sống độc cư, đó là mục đích tránh né với những người ác, những lời nói ác, những lời nói xấu người khác, v.v..

Hãy đọc lại đoạn kinh mà đức Phật đã dạy chúng ta tránh né các ác pháp để thân tâm không bị lậu hoặc tác động:

"***Và này các Tỳ Kheo, thế nào là các lậu hoặc phải do tránh né được đoạn trừ?"***

“***Này các Tỳ Kheo, ở đây Tỳ kheo như lý giác sát tránh né voi dữ, tránh né ngựa dữ, tránh né bò dữ, tránh né chó dữ, rắn, khúc cây, gai gốc, hố sâu, vực núi, ao nước nhớp, vũng nước. Có những chỗ ngồi không xứng đáng ngồi, những trú xứ không nên lai vãng, những bạn bè ác độc mà nếu giao du thì bị các vị đồng Phạm hạnh có trí nghi ngờ, khinh thường; vị ấy như lý giác sát tránh né chỗ ngồi không xứng đáng ấy, trú xứ không nên lai vãng ấy và các bạn độc ác ấy”.***

“***Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tránh né như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy có thể khởi lên. Nếu vị ấy tránh né như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa”.***

“***Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do tránh né được đoạn trừ”.***

Đoạn kinh này dạy chúng ta tránh né bằng sự tác ý hướng tâm hằng ngày để khi gặp cảnh mà biết phòng ngừa kịp thời.

Thưa các bạn! Trên đây là pháp tránh né để diệt lậu hoặc. Vậy các bạn đến đây tu hành để diệt lậu hoặc hay để nuôi lậu hoặc?

Các bạn về đây là có một mục đích cao cả, sống như Phật, sống như Pháp, sống như Giới, sống như chúng Thánh Tăng. Vậy mà các bạn còn thích hội họp nói chuyện, còn thích kết bè kết bạn, còn thích ăn, thích ngủ... Như vậy, các bạn có tránh né không? Các bạn có làm đúng lời dạy của đức Phật không?

Muốn hết lậu hoặc thì phải sống độc cư cho trọn vẹn, phải sống đúng giới hạnh. Nếu sống không đúng như vậy, thì tu theo Phật giáo đâu có ích lợi gì các bạn ạ!? Chỉ uổng cho một đời người chẳng ích lợi cho mình mà còn mang tiếng lừa đảo người khác nữa. Không tu thì thôi mà đã tu thì phải tu cho đúng pháp của Phật, đừng tu theo pháp của Tổ Sư mà cho rằng tu theo pháp của Phật thì chúng tôi e rằng các bạn sẽ có tội rất nặng, trước khi chết các bạn phải sống một khoảng đời trong thảm trạng thương đau trên giường bệnh, dù các đệ tử của các bạn có che giấu gì thì làm sao che giấu được với người có trí tuệ Tam Minh.

Cho nên, người có trí tuệ Tam Minh quan sát biết các Tổ tu hành đến đâu; biết tất cả các pháp môn của các Tổ nào tu hành chỉ rơi vào tưởng định, thần thông tưởng, trí tuệ tưởng, thế giới tưởng, Phật Tánh tưởng, Cực Lạc tưởng, Niết Bàn tưởng, v.v..

Người có trí Tam Minh biết các Tổ trước khi chết, bị nhân quả hành hạ xác thân khổ đau như thế nào? Biết rất rõ tâm các Tổ tu hành còn tham, sân, si hay đã

chấm dứt tham, sân, si, v.v.. Thấy biết rõ như thật, không có gì che giấu người có trí Tam Minh. Do đó, chúng tôi khẳng định pháp môn tu hành hiện giờ của Đại Thừa và Thiền Đông Độ là những pháp tưởng. Xin các bạn nên lưu ý điều này, vì chọn sai pháp sẽ đưa các bạn vào đường cùng, có khi bị điên khùng cho đến chết.

+ Phương cách thứ sáu, tu tập tâm vô lậu bằng pháp Như Lý Tác Ý mà đức Phật đã dạy: "***Có những lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ".*** Như vậy, pháp thứ sáu là phải dùng tác ý "***trừ diệt"*** để diệt trừ lậu hoặc. Vậy trừ diệt nghĩa là gì?

Trừ diệt là làm cho sạch không còn nữa. Toàn câu trên đây nghĩa là: Có những lậu hoặc cần phải trực tiếp đoạn trừ lậu hoặc cho thật sạch.

Ví dụ 1: Chưa đến giờ ăn mà bụng đói muốn ăn thì nhất định không ăn. Ăn phải đúng giờ, chứ không thể ăn phi thời được. Và sự quyết định không ăn đó bằng phương pháp như lý tác ý: "***Phải từ bỏ tính tham ăn uống phi thời. Muốn làm một vị Thánh Tăng mà ăn uống phi thời thì nghĩa lý gì là một Thánh Tăng?".***

Ví dụ 2: Chưa đến giờ ngủ mà muốn đi ngủ thì nhất định không đi ngủ, nhất định không ngủ phi thời, nhưng không ngủ phi thời thì không phải dễ. Phải không các bạn? Muốn không ngủ phi thời thì phải có phương pháp diệt trừ, phá hôn trầm, thùy miên. Hôn trầm, thùy miên cũng là một lậu hoặc như các lậu hoặc khác. Muốn diệt trừ nó có nhiều phương pháp, nhưng ở đây đức Phật dạy bằng phương pháp như lý tác ý: "***Hôn trầm, thùy miên là một trạng thái ngu si, ta phải từ bỏ xa lìa, đoạn diệt, làm cho thật sạch".***

Khi bị hôn trầm thùy miên tấn công thì chúng ta vừa đi kinh hành, vừa tác ý: "***Với tâm định tỉnh tôi biết tôi đi kinh hành, chân trái bước. Với tâm định tỉnh tôi biết tôi đi kinh hành, chân phải bước".***

Trên đây là những lậu hoặc cần phải trực tiếp diệt trừ như: Tâm tôi có tham thì tôi biết tâm có tham. Tâm có tham thì cần phải diệt trừ bằng câu pháp hướng: "***Tham là ác pháp là khổ đau hãy đi, đi!"*** hoặc "***Tham không phải là ta. Ta không chấp nhận ngươi, ngươi hãy đi, đi!".***

Tâm tôi có sân thì tôi biết tâm có sân. Tâm có sân thì cần phải diệt trừ bằng câu pháp hướng: "***Sân là ác pháp là khổ đau hãy đi, đi!"*** hoặc "***Sân không phải là ta. Ta không chấp nhận ngươi, ngươi hãy đi, đi!".***

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy:

“***Và này các Tỳ Kheo, thế nào là các lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ?***

Này các Tỳ Kheo, ở đây, Tỳ Kheo như lý giác sát không có chấp nhận dục niệm khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận. Không cho tồn tại dục niệm ấy; không có chấp sân niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận. Không cho tồn tại sân niệm ấy; không có chấp các ác bất thiện pháp luôn luôn khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận. Không cho tồn tại các ác bất thiện pháp ấy.

Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không trừ diệt như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy có thể khởi lên. Nếu vị ấy trừ diệt như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa.

Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ”.

Lời dạy trên đây rất rõ ràng, muốn diệt trừ các lậu hoặc này thì phải có đầy đủ nghị lực, phải có sự quyết chí, gan dạ ngăn chặn không để tâm làm theo dục. Nguyện chết bỏ chứ không làm nô lệ, tay sai cho dục. Có quyết tâm cao như vậy thì mới thắng được dục.

+ Phương cách thứ bảy, tu tập tâm vô lậu bằng pháp Như Lý Tác Ý. Đức Phật đã dạy: “***Có những lậu hoặc phải do tu tập được đoạn trừ”.*** Như vậy, pháp thứ bảy là phải dùng tác ý “***tu tập”*** để diệt trừ lậu hoặc. Vậy tu tập nghĩa là gì?

Tu tập là dùng ý thức tư duy, suy nghĩ cái đúng, cái sai, cái thiện, cái ác, v.v.. Chọn lựa từng câu tác ý cho hợp với đặc tướng của mình, hoặc chọn lựa những hành động nội ngoại của thân, để tạo thành niệm. Nhờ nương niệm ấy tu tập tỉnh giác, nhờ tỉnh giác an trú thân tâm, nhờ an trú thân tâm mới xả ly tham, sân, si, mạn, nghi được.

Thưa các bạn! Muốn tu tập để đoạn diệt lậu hoặc thì các bạn phải biết các pháp nào tu tập trước tiên. Vậy, pháp môn trước tiên để các bạn tu tập là pháp nào, các bạn có biết chăng? Có lẽ các bạn sẽ trả lời: Tứ Chánh Cần, Tứ Niệm Xứ, hay Định Niệm Hơi Thở, v.v.. Không phải đâu các bạn ạ! Pháp các bạn đầu tiên mới vào tu tập là pháp môn Bảy Giác Chi [1]. Vậy Bảy Giác Chi là gì? Bảy Giác Chi gồm có là:

1- Trạch Pháp Giác Chi

2- Niệm Giác Chi

3- Tinh Tấn Giác Chi

4- Khinh An Giác Chi

5- Hỷ Giác Chi

6- Định Giác Chi

7- Xả Giác Chi

Muốn tu tập đoạn diệt lậu hoặc thì Trạch Pháp Giác Chi là pháp môn tu tập thứ nhất. Tại sao nó là pháp môn tu tập thứ nhất? Muốn biết tại sao nó là pháp môn tu tập thứ nhất thì phải hiểu nghĩa.

Vậy Trạch Pháp Giác Chi là gì? Trạch Pháp Giác Chi có nghĩa là chọn lựa pháp môn tu tập để được giác ngộ giải thoát. Người tu tập mà không biết chọn pháp môn tu hành là người thiếu cân nhắc, thiếu tư duy, thiếu sáng suốt, thường nhẹ dạ, yếu lòng, dễ bị người khác lừa đảo. Những người như vậy là những người mê tín, cuồng tín trong tôn giáo. Hầu hết một số người chỉ tin theo pháp môn Đại Thừa và Thiền Tông nên không chịu nghiên cứu, vì thế tu gần chết mà chẳng giải thoát được những gì, suốt đời chỉ tu tập, nhưng cuối cùng tay trắng cũng là tay trắng.

Bởi vậy, muốn tu tập thì phải chọn lựa pháp, chứ không lẽ muốn tu mà đụng pháp nào cũng tu tập pháp nấy sao? Tu như vậy là tu trong ngu si, dễ bị người khác lừa đảo pháp giả. Do không trạch pháp, dễ rơi vào cạm bẫy của tà pháp ngoại đạo. Vì không biết trạch pháp nên tín đồ Phật giáo đã rơi vào rọ lưới của Đại Thừa và Thiền Đông Độ. Biết bao nhiêu công sức và tiền của đồng bào Phật tử đổ vào nơi đây như núi như rừng, nhưng xét cho cùng thì chẳng có ích lợi gì, chỉ là một tâm lý thư giãn của những người cuồng tín.

Phật giáo Nguyên Thủy dạy chúng ta bắt đầu vào pháp tu tập là phải biết chọn lựa pháp. Chọn lựa pháp tức là Trạch Pháp Giác Chi. Vì qua kinh nghiệm tu hành của đức Phật ngày xưa, khi đi tu Ngài chỉ biết tin mù quáng theo lời dạy của các vị Bà La Môn, cho nên sáu năm khổ hạnh nơi rừng già, thân mình tiều tụy đi hết muốn nổi như sắp chết, mà chẳng được lợi ích gì cho kiếp đời khổ đau.

Sau khi tự tìm ra đường lối tu tập thì Ngài cảm thấy như không có gì khó khăn và mệt nhọc, chỉ cần biết cách xả tâm đúng như bảy trường hợp trên đây. Và trường hợp cuối cùng để xả tâm bằng những pháp môn tu tập, nhưng phải dùng pháp như lý tác ý đi song hành theo bảy trường hợp xả tâm.

Khi bắt đầu vào pháp tu tập thì phải sử dụng pháp Bảy Giác Chi, dù là sống đời sống Phạm hạnh vẫn phải sử dụng Giác Chi cho đến pháp tu cuối cùng để nhập các định và thực hiện Tam Minh cũng phải dùng Bảy Giác Chi, nhưng nó không phải là Bảy Pháp Giác Chi mà là bảy năng lực Giác Chi. Đây, chúng ta hãy đọc

đoạn kinh này thì thấy rõ ràng là đức Phật đã dạy:

1/ "Này các Tỳ Kheo, ở đây, Tỳ Kheo như lý giác sát tu tập Niệm Giác Chi, Niệm Giác Chi này y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

2/ "Này các Tỳ Kheo, ở đây, Tỳ Kheo như lý giác sát tu tập Trạch Pháp Giác Chi, Trạch Pháp Giác Chi này y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

3/ "Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tu tập như lý giác sát tu tập Tinh Tấn Giác Chi, Tinh Tấn Giác Chi này không y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

4/ "Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tu tập như lý giác sát tu tập Khinh an Giác Chi, Khinh an Giác Chi này không y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

5/ "Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tu tập như lý giác sát tu tập Hỷ Giác Chi, Hỷ Giác Chi này không y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

6/ "Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tu tập như lý giác sát tu tập Định Giác Chi, Định Giác Chi này không y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

7/ "Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tu tập như lý giác sát tu tập Xả Giác Chi, Xả Giác Chi này không y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, y hướng đến từ bỏ".

"***Này các Tỳ Kheo, nếu vị ấy không tu tập như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy có thể khởi lên. Nếu vị ấy tu tập như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa".***

"***Này các Tỳ Kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do tu tập được đoạn trừ".***

Đọc bài kinh trên, chúng ta thấy đức Phật dạy tu tập xả tâm rất tỉ mỉ. Mỗi tâm niệm trong ta khởi lên ở nhiều góc độ ác pháp khác nhau. Do đó, đức Phật đã chia làm bảy cách đoạn diệt lậu hoặc, tùy theo mỗi lậu hoặc dùng pháp tác ý mà diệt chúng. Có pháp môn tu tập trực tiếp diệt lậu hoặc như vậy, thế mà trên đường tu tập chúng ta còn gặp biết bao thứ lậu hoặc rất cứng đầu và khó trị. Cho nên, nhìn lại pháp tu tập của các Tổ sư thấy rõ chỉ Đại Thừa và Thiền Tông là những loại pháp môn tránh né, trốn chạy lậu hoặc. Tu như vậy, dù có tu

muôn kiếp cũng chẳng đi đến đâu, chỉ uổng phí một đời tu mà thôi. Các bạn cứ suy ngẫm lại xem có đúng không?

Bài kinh trên đây là một bài kinh rất tuyệt vời giúp cho mỗi hành giả đoạn trừ lậu hoặc tận gốc.

TỰ XÉT MÌNH BIẾT MÌNH CÓ CHỨNG ĐƯỢC QUẢ A LA HÁN HAY KHÔNG?

LỜI PHẬT DẠY

"Này Bà La Môn, thật sự là vậy. Này Bà La Môn thật khó trú xứ xa vắng tr khăn đời sống viễn ly! Thật khó thưởng thức đời sống độc cư! Ta nghĩ rằng Kheo chưa chứng thiền định".

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh này chỉ cho chúng ta thấy rằng: Đời sống nơi hoang vắng, đời sống viễn ly và đời sống độc cư, bản chất con người khó mà sống được. Vì con người sống trong dục lạc và ác pháp như vậy, thì cảnh hoang vắng rừng rú sẽ làm rối loạn tâm trí của họ. Vậy đời sống nơi hoang vắng như thế nào? Đời sống viễn ly như thế nào? Đời sống độc cư như thế nào?

+ Đời sống nơi hoang vắng là sống nơi rừng rú, nơi nghĩa địa, nơi cánh đồng mông quạnh, nơi hòn đảo giữa biển khơi, v.v..

+ Đời sống viễn ly là đời sống không nhà cửa không gia đình, đơn thân, đơn chiếc, sống độc thân một mình, v.v..

+ Đời sống độc cư là đời sống không giao thiệp với ai, không thích tập họp, không thích nói chuyện, không thích giao du, không thích qua lại, không thích tranh luận, không thích bạn bè, v.v..

Đời sống như vậy không thích hợp với người thế gian, người phàm phu, người còn ham vui, người còn ham thích dục lạc, v.v.. Cho nên, họ không thể sống như vậy được. Ngược lại, chỉ có những bậc hướng đến Thánh quả A La Hán thì mới sống được như vậy.

Tự xét mình có thích sống trong ba trường hợp này thì người ấy sẽ tu tập chứng quả A La Hán chỉ trong một đời này, còn ngược lại, thì rất khó chứng quả A La Hán. Chúng ta hãy đọc đoạn kinh kế tiếp dưới đây thì sẽ thấu hiểu rất rõ ràng:

"***Này Bà La Môn, xưa kia khi Ta chưa chứng ngộ Chánh đẳng giác, khi còn là Bồ Tát, Ta nghĩ như sau: "Thật khó kham nhẫn những trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu! Thật khó khăn đời sống viễn ly! Thật khó thưởng thức đời sống độc cư! Ta nghĩ rằng: Rừng núi làm rối loạn tâm trí vị Tỳ Kheo chưa chứng thiền định!".***

"***Này Bà La Môn, rồi ta suy nghĩ: "Những Sa môn hay Bà La Môn nào, thân nghiệp không thanh tịnh, sống trong các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu, do nguyên nhân nhiễm trước, thân nghiệp không thanh tịnh, những tôn giả Sa Môn hay Bà La Môn ấy làm cho sợ hãi, khiếp đảm, bất thiện khởi lên. Ta không có thân nghiệp không thanh tịnh, sống tại các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu. Thân nghiệp ta thanh tịnh. Ta là một trong những bậc Thánh".***

Đoạn kinh trên đây đã xác định rõ ràng: "***Thân nghiệp không thanh tịnh, những tôn giả Sa Môn hay Bà La Môn ấy làm cho sợ hãi, khiếp đảm, bất thiện khởi lên".*** Chỗ chúng ta cần hiểu là thân nghiệp không thanh tịnh. Vậy thân nghiệp không thanh tịnh là gì?

Thân nghiệp không thanh tịnh có nghĩa là thân còn thích dục lạc như ăn uống phi thời, thân hay bệnh tật đau yếu, thân thích dâm dục, thân hay đốt lửa giết hại chúng sanh, thân lười biếng ưa thích ngủ nghỉ, thân hay làm những điều ác làm chết và đau khổ các loài chúng sanh, thân đi đứng không nhẹ nhàng đằm thắm, thân còn đỏ mặt tía tai, thân còn muốn co tay đánh người khác, vật khác, v.v.. Nói chung thân nghiệp không thanh tịnh gồm có ba hành động chính:

1- Thân có những hành động ác như trộm cắp cướp giựt lấy của không cho.

2- Thân ưa thích dâm dục, ưa thích nói chuyện người khác phái, thân có hành động thủ dâm.

3- Thân giết hại chúng sanh, làm cho chúng sanh đau khổ.

Khi nào thân nghiệp thanh tịnh thì không còn những hành động ác đó nữa. Cho nên, trong kinh Giáo Giới La Hầu La đức Phật dạy phải luôn luôn phản tỉnh lại thân hành nghiệp của mình, nếu thân hành nghiệp của mình làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai thì nhất định chết cũng không làm, còn thân hành nghiệp nào không làm khổ mình, khổ người và khổ cả hai thì mới làm. Nếu một người tập như vậy thì họ ở những chỗ xa vắng hoang vu, không hề sợ hãi.

Chúng ta hãy lắng nghe tiếp đức Phật dạy: "***Này Sa Môn hay Bà La Môn nào có khẩu nghiệp không thanh tịnh... ý nghiệp không thanh tịnh… Có mạng sống không thanh tịnh, sống trong các trụ xứ xa vắng, trong***

rừng núi hoang vu, do nguyên nhân nhiễm trước, mạng sống không thanh tịnh, những tôn giả Sa Môn hay Bà La Môn ấy làm cho sợ hãi, khiếp đảm, bất thiện khởi lên...".

Đoạn kinh trên chúng ta nên lưu ý: "***Khẩu nghiệp không thanh tịnh, ý nghiệp không thanh tịnh"***. Vậy khẩu nghiệp không thanh tịnh và ý nghiệp không thanh tịnh nghĩa là gì?

- Khẩu có bốn nghiệp không thanh tịnh:

1. Nói lời hung ác.

2. Nói không thật, nói dối nói xảo trá.

3. Nói đâm thọc, nói xấu người, nói vu khống người.

4. Nói lưỡi hai chiều, nói lật lọng.

- Ý có ba nghiệp không thanh tịnh:

1- Ý tham dục, ham muốn cái này, cái kia, xan tham, v.v..

2- Ý sân hận, thù oán, ghen ghét, tị hiềm, tật đố, v.v..

3- Ý si mê, lười biếng ham ngủ nghỉ, hôn trầm thùy miên vô ký.

Bây giờ các bạn đã hiểu rõ thân, khẩu, ý nghiệp không thanh tịnh là do những thân, khẩu, ý hành của các bạn còn làm những điều ác trên đây. Vậy, muốn cho thân, khẩu, ý nghiệp thanh tịnh thì các bạn không nên làm những điều ác như trên đã dạy. Vậy muốn cho thân hành, khẩu hành và ý hành không làm ác thì chúng ta hãy nghe đức Phật dạy La Hầu La: "***Này La Hầu La, con nghĩ thế nào? Mục đích của cái gương là gì?***

- Bạch Thế Tôn mục đích của cái gương là để soi, để phản tỉnh lại mình.

- Cũng vậy, này La Hầu La, con phản tỉnh hay soi lại nhiều lần nơi thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp, ý hành nghiệp của con.

- Khi soi vào thân hành nghiệp và con muốn cho thân hành nghiệp của con phải làm gì, thì con phải soi lại thân hành nghiệp như sau: "Thân hành nghiệp này của con có thể đưa đến tự hại; có thể đưa đến hại người; có thể đưa đến hại cả hai; thân hành nghiệp này là bất thiện, đưa đến đau khổ, đem đến quả báo đau khổ".

Này La Hầu La, khi con nghĩ như vậy, nhất định con không nên làm, nhất định con từ bỏ, nhất định con cần phải thưa lên, cần phải tỏ lộ

trình bày trước các vị Đạo sư hay trước các vị đồng Phạm hạnh. Sau khi đã tỏ lộ trình bày cần phải phòng hộ trong tương lai.

- Còn ngược lại, khi con soi lại thấy thân hành nghiệp này của con không có thể đưa đến tự hại, không có thể đưa đến hại người, không có thể đưa đến hại cả hai, thì thân nghiệp này thiện, đưa đến an lạc. Một thân nghiệp như vậy, này La Hầu La, con nên làm, cần phải tiếp tục làm. Do vậy, này La Hầu La, con phải an trú trong niềm hoan hỷ, tự mình tiếp tục học ngày đêm trong các thiện pháp".

Chúng ta nên theo lời dạy này mà phản ảnh lại thân hành, khẩu hành và ý hành của mình để thân hành, khẩu hành và ý hành của mình được thanh tịnh. Khi thân hành, khẩu hành và ý hành của mình được thanh tịnh là chúng ta đã đạt được tâm bất động giải thoát, tức là chứng quả vô lậu A La Hán. Như vậy, quả A La Hán đâu phải tu tập có khó khăn gì. Phải không các bạn?

Khi thân hành, khẩu hành và ý hành của mình đã thanh tịnh thì sống bất cứ nơi đâu ta cũng không hề sợ hãi, như đức Phật đã xác định: "***Này Bà La Môn, Ta tự quán sát mạng sống hoàn toàn thanh tịnh này, tự cảm thấy lòng tự tin được xác chứng hơn, khi sống trong rừng núi".***

Đoạn kinh trên đã xác định cho chúng ta thấy một số Tăng Ni và cư sĩ theo tu học tại tu viện Chơn Như, căn tánh còn phàm phu tục tử, tham ăn, thích ngủ, ham nói chuyện, v.v.. Đời không muốn bỏ mà đạo lại muốn thêm. Đời vẫn còn đắm danh, tham lợi mà muốn hướng đến Thánh quả A La Hán thì làm sao chứng Thánh được. Phải không các bạn?

Không tự xét thấy lỗi mình, mà cứ thấy lỗi người, và còn bảo rằng*: "**Tu Viện Chơn Như sao không thấy ai tu chứng quả A La Hán",*** hoặc "***Những người theo tu học tại tu viện Chơn Như rơi rụng như sung".*** Tu mà đời không chịu bỏ thì như sung rụng là đúng chứ sao? Quả A La Hán dành cho những người sống đúng hạnh, tu tập đúng pháp, chứ không phải tu ăn, tu ngủ, tu phá hạnh độc cư, v.v**..**

KHIẾP ĐẢM VÀ SỢ HÃI

LỜI PHẬT DẠY

"***Này Bà La Môn, xưa kia khi Ta chưa chứng ngộ chánh đẳng giác, khi còn là nhẫn những trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu! Thật khó khăn đời số độc cư! Ta nghĩ rằng: Rừng núi làm rối loạn tâm trí vị Tỳ Kheo chưa chứng t***

Này Bà La Môn, rồi Ta suy nghĩ: "Những Sa môn hay Bà La Môn nào, thân trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu, do nguyên nhân nhiễm trước, thâ Sa Môn hay Bà La Môn ấy làm cho sợ hãi, khiếp đảm, bất thiện khởi lên. T sống tại các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu. Thân nghiệp Ta thanh

Này Sa Môn hay Bà La Môn nào có khẩu nghiệp không thanh tịnh... Có ý không thanh tịnh, sống trong các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu, không thanh tịnh, những tôn giả Sa Môn hay Bà La Môn ấy làm cho sợ hãi, k

Này Bà La Môn, Ta tự quán sát mạng sống hoàn toàn thanh tịnh này, tự cả sống trong rừng núi".

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh trên đây vừa trả lời và vừa xác chứng về câu hỏi thứ nhất của các bạn: "***Thưa Thầy chúng con có tu chứng quả A La Hán trong đời này không?"***

Thường đặt ra câu hỏi là có câu trả lời, nhưng câu hỏi này đã có câu trả lời rồi, các bạn không chú ý mà thôi. Câu hỏi này có bốn điều nghi ngờ và một điều thiếu lòng tin:

1- Một là nghi mình không đủ khả năng tu tập.

2- Hai là nghi Thầy tu tập chưa tới nơi tới chốn.

3- Ba là không tin pháp mình đang tu tập.

4- Bốn là thiếu lòng tin nơi mình, nơi Thầy.

Phần đông những tu sĩ hay cư sĩ về tu tập tại tu viện Chơn Như, hay hỏi Thầy trong đời này mình có tu chứng quả A La Hán hay không?

Nếu thẳng thắn trả lời câu hỏi này có hai điều bất lợi cho người hỏi:

1- Nếu nói rằng được thì người này sinh ra ngã mạn, cống cao, tham vọng tu tập quá sức khiến cho cơ thể thành bệnh, v.v..

2- Còn bảo rằng tu không được thì lại sinh ra lười biếng, tu lấy có hình thức chứ tâm ý không còn nhiệt tâm, nhiệt huyết tu tập.

Còn riêng chúng tôi tu hành là để tìm sự giải thoát cho cuộc đời đầy đau khổ của mình chứ đâu phải để làm ông thầy bói mà nói chuyện vị lai cho mọi người. Thế mà mọi người không tự tin nơi mình, không lấy mình làm chỗ nương tựa vững chắc cho mình; không lấy mình làm hòn đảo cho chính mình, mới có những câu hỏi như vậy. Vì pháp Phật không có thời gian, đến để mà thấy... Không tu tập thì thôi mà đã tu tập thì có kết quả giải thoát ngay liền. Như vậy các bạn không đủ lòng tin hay sao?

Đã không tin nơi mình thì làm sao tu chứng quả A La Hán được. Phải không các bạn?

Để thay câu trả lời của chúng tôi bằng lời dạy của đức Phật trong đoạn kinh dưới đây: "***Ở nơi trú xứ xa vắng, trong rừng rú hoang vu mà chúng ta không sợ hãi, khiếp đảm. Đó là vì thân nghiệp của chúng ta thanh tịnh. Thân nghiệp của chúng ta thanh tịnh thì chúng ta là một bậc Thánh"***. Đây lời xác chứng của đức Phật, xin các bạn đọc lại trọn đoạn kinh trên thì sẽ biết rõ ràng, các bạn tu chứng hay không tu chứng quả A La Hán đều biết không cần phải hỏi Thầy.

CHỨNG QUẢ A LA HÁN

LỜI PHẬT DẠY

"***Này Bà La Môn, rồi Ta suy nghĩ: "Những Sa môn hay Bà La Môn nào, có trong các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu, do nguyên nhân nhiễm ý, những tôn giả Sa Môn hay Bà La Môn ấy làm cho sợ hãi, khiếp đảm, bất có tâm sân hận ác ý, sống tại các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu trong những bậc Thánh có từ tâm, sống tại các trụ xứ xa vắng, trong rừng n La Môn, Ta tự quán sát Ta có tâm từ như vậy, Ta cảm thấy lòng tự tin được rừng núi".***

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh trên đây xác chứng khi tâm chúng ta còn "***tham, sân, si (hôn trầm thùy miên), mạn, dao động, tâm không an tịnh, nghi hoặc, do dự, khen mình, chê người, run rẩy, sợ hãi, ham muốn lợi dưỡng, cung kính, danh vọng, biếng nhác, kém tinh tấn, thất niệm, không tỉnh giác, không định tỉnh, tâm bị tán loạn, liệt tuệ, đần độn, v.v.. thì sẽ sợ hãi, khiếp đảm, sống tại các trụ xứ xa vắng, trong rừng núi hoang vu".***

Những người có một trong những tâm trạng trên đây, là không thể tu chứng quả A La Hán trong đời này. Đó là lời xác định của đức Phật. Vậy, trong đời này chúng ta có thể tu chứng quả A La Hán bằng cách cần phải tiêu diệt tâm trạng sợ hãi.

Vậy, bây giờ có một người hỏi bạn: "***Trong một đời này tôi có thể tu chứng quả A La Hán được không?"***

Bạn sẽ thành thật trả lời câu hỏi của chúng tôi: "***Bạn có còn ham thích ăn, thích ngủ, thích hội họp, thích nói chuyện không?''***

Nếu bạn trả lời không thì bạn có thể tu chứng quả A La Hán, còn nếu bạn trả lời có thì bạn không thể chứng quả A La Hán được. Chừng nào bạn tu tập sống đúng những Phạm hạnh trên thì tự bạn cũng xác định được sự tu tập của mình, chứ cần gì bạn phải hỏi. Phải không các bạn?

Theo lời Phật dạy trên đây lấy tiêu chuẩn sợ hãi và khiếp đảm để xác định sự tu chứng quả A La Hán hay không chứng quả A La Hán cũng không khó khăn.

Một người còn sợ hãi và khiếp đảm là còn vướng mắc những tâm trạng như: thân, khẩu, ý không thanh tịnh, tâm chúng ta còn tham ăn, tham ngủ, không sống độc cư trọn vẹn, tham, sân, si (hôn trầm, thùy miên), mạn, dao động, tâm không an tịnh, nghi hoặc, do dự, khen mình, chê người, run rẩy, sợ hãi, ham muốn lợi dưỡng, cung kính, danh vọng, biếng nhác, kém tinh tấn, thất niệm, không tỉnh giác, không định tỉnh, tâm bị toán loạn, liệt tuệ, dần độn, v.v.. Đó là những điều khiến tâm sợ hãi và khiếp đảm. Tâm còn mang những trạng thái trên đây là không thể tu chứng quả A La Hán được. Cho nên, khi đặt câu hỏi: Trong một đời này mình có tu chứng quả A La Hán hay không? Thì nên tự hỏi lại mình. Mình có sống và làm chủ tâm mình, không còn bị các ác pháp trên đây chưa?

KHÔNG PHÓNG DẬT

LỜI PHẬT DẠY

"***Này các Thích tử, đâu phải là nửa tháng! Ở đây đệ tử của Ta trong 10 đêm 9 ngày, trong 8 đêm 8 ngày, trong 7 đêm 7 ngày, trong 6 đêm 6 ngày, tron 4 đêm 4 ngày, trong 3 đêm 3 ngày, trong 2 đêm 2 ngày, trong 1 đêm 1 n dật, nhiệt tâm tinh cần như lời Ta dạy, vị ấy thực hành, vị ấy có thể sống 1 100 ngàn năm, 100 trăm ngàn năm [2], được cảm thọ nhất hướng an lạc. V quả Nhất lai, quả Bất lai hay quả Dự lưu, không có sai chạy".***

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh trên đây đã xác định được tầm quan trọng của tâm không "phóng dật" như thế nào? Các bạn có biết chăng?

Nếu các bạn tu tập giữ gìn tâm không phóng dật, chỉ có một ngày, một đêm thôi, mà các bạn có thể sống 100 trăm ngàn năm được cảm thọ nhất hướng an lạc và các bạn chỉ còn có một kiếp này mà thôi (nhất lai), không còn trở lui kiếp làm người nữa.

Tâm không phóng dật là mục đích tối hậu của Phật giáo trên đường tu tập giải thoát. Tâm không phóng dật là một trạng thái tâm bất động. Bất động không có nghĩa là ức chế tâm. Tâm bất động với phương pháp như lý tác ý xả tâm ly dục ly ác pháp. Tâm bất động với Chánh tư duy tìm đạo lý có những công đức gì thì nên che giấu, không được phô bày, nhưng có lỗi lầm nào thì nên phát lồ sám hối. Tâm bất động với phương pháp ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp. Tâm bất động với cuộc sống không làm các pháp ác, luôn làm các pháp thiện tức là sống đời sống không làm khổ mình, khổ người, khổ chúng sanh.

Tu theo Phật giáo chẳng có chi nhiều, chỉ có tâm bất động, tức là tâm không phóng dật như lời Phật đã dạy ở trên đây.

Đã có nhiều bài pháp nói về tâm không phóng dật, nhưng bài pháp này, đức Phật đã xác định cho chúng ta thấy rõ thời gian tu tập chỉ có một ngày, một đêm, tâm không phóng dật thì vị ấy có thể hưởng cảm thọ nhất hướng lạc 100 trăm ngàn năm.

Sự lợi lạc lớn như vậy cho đời sống của chúng ta, cớ sao chúng ta không tu tập? Đời sống luôn luôn lúc nào cũng lo lắng, sợ hãi về đói khát, lạnh nóng; lúc nào cũng lo lắng sợ hãi về bệnh tật, khổ đau; lúc nào cũng lo lắng về sự vô thường sống chết.

Cuối đoạn kinh này, đức Phật đã kết luận bằng những câu hỏi: "***Này các Thích tử, như vậy không được lợi ích cho các ông sao? Như vậy khó được lợi ích cho các ông sao? Vì rằng trong đời sống liên hệ đến sự sợ hãi về đau khổ, trong đời sống liên hệ đến sự sợ hãi về chết. Có khi nào các ông thực hành ngày trai giới đầy đủ tám chi phần?".***

Thưa các bạn! Lời Phật dạy trên đây là nhắc các bạn. Đời đâu có gì là hạnh phúc, toàn là khổ đau. Phải không các bạn?

Vậy, sao các bạn không chịu tu tập mà còn ham chi thế tục. Đời có gì là hạnh phúc đâu mà bám lấy, không chịu bỏ xuống.

Chỉ có một đêm một ngày các bạn Thọ Bát Quan Trai giữ gìn tâm không phóng dật mà thọ hưởng hạnh phúc an lạc 100 trăm ngàn năm. Như vậy các bạn nghĩ sao? Chọn đời hay chọn đạo? Tu dễ hay tu khó các bạn ạ! Khó dễ là tại nơi tâm của các bạn, chứ con đường tu hành nào có khó, dễ ở đâu? Chỉ có bền chí như người mài sắt thành kim "*Chí công mài sắt có ngày nên kim*". Phải không hỡi các bạn?

ÁC NGHIỆP

LỜI PHẬT DẠY "***Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, ác nghiệp được làm, á***
Này Mahàli, do nhân tham, do duyên tham, ác nghiệp được làm, ác nghiệp c
Mahàli, do nhân sân, do duyên sân, ác nghiệp được làm, ác nghiệp được tiế
nhân si, do duyên si, ác nghiệp được làm, ác nghiệp được tiếp tục làm.

Này Mahàli, do nhân phi như lý tác ý, do duyên phi như lý tác ý, ác nghiệ
tiếp tục làm.

Này Mahàli, do nhân tà hướng, do duyên tà hướng, ác nghiệp được làm, ác
ngược lại thì thiện nghiệp được làm, thiện nghiệp được tiếp tục làm".

CHÚ GIẢI:

Đoạn kinh này đức Phật đã xác định hướng đi và pháp hành của chúng ta trên đường tu tập từ khởi đầu đi đến rốt ráo. "***Do nhân gì, do duyên gì, ác nghiệp được làm, ác nghiệp được tiếp tục làm? Và "do nhân gì, do duyên gì, thiện nghiệp được làm, thiện nghiệp được tiếp tục làm?".***

Khi rõ được lời dạy này, chúng ta sống là tu, chúng ta tu là sống. Cho nên, biết sống là tu, biết tu là sống thì cuộc sống này là Thiên Đàng, Cực Lạc, Niết Bàn. Đã là Thiên Đàng, Cực Lạc, Niết Bàn thì còn đến chùa tụng kinh, niệm Phật, ngồi Thiền để làm gì? Nếu để cầu về cõi Thiên Đàng, Cực Lạc và Niết Bàn thì chỉ là những người mất trí mà thôi! Cõi Thiên Đàng, Cực Lạc và Niết Bàn là cõi tưởng. Vậy, các bạn có nên cầu về đó chăng? Có cõi đó đâu mà cầu. Phải không các bạn?

Cực Lạc, Thiên Đàng và Niết Bàn là ở tại tâm chúng ta. Khi chúng ta biết: "*Do nhân tham, sân, si, do duyên tham, sân, si, ác nghiệp được làm, ác nghiệp được tiếp tục làm? Và do nhân vô tham, vô sân, vô si, do duyên vô tham, vô sân, vô si, thiện nghiệp được làm, thiện nghiệp được tiếp tục làm?".*

Khi chúng ta biết: "*Do nhân như lý tác ý, do duyên như lý tác ý, thiện nghiệp được làm, thiện nghiệp được tiếp tục làm?".* Phật pháp rất thực tế, nó là nền

đạo đức nhân bản - nhân quả giúp cho con người xây dựng hành tinh sống này trở thành cõi Cực Lạc, Thiên Đàng và Niết Bàn. Có đúng vậy không các bạn?

Nếu mọi người đều hiểu Phật Pháp một cách rất cụ thể như lời Phật đã dạy trên đây, thì chúng tôi tin chắc rằng mọi người trên thế gian có một cuộc đời an lạc tuyệt vời.

Chúng tôi ước nguyện cho mọi người trên hành tinh sớm được gặp những lời dạy quý báu này để mọi loài sống và được hưởng một mùa xuân vĩnh cửu.

TÂM KHÓ TRỊ

LỜI PHẬT DẠY "***Tâm phàm hay dao động Khó chế, khó nhiếp phục Kẻ trí khiến tâm chánh Như thợ khéo nắn tên".*** *(Kinh Pháp Cú 33)*

CHÚ GIẢI:

Tâm con người rất khó chế ngự, chế ngự tâm là một việc làm hết sức thiện xảo, phải biết rõ đặc tướng, hành tướng, nhân tướng của tâm mình, thì mới uốn nắn nó được. Cho nên, tất cả pháp môn của Đạo Phật là những phương pháp huấn luyện tâm, muốn huấn luyện tâm cũng giống như người huấn luyện voi, cọp, chó, ngựa, v.v..

Huấn luyện tâm thì chúng ta phải dùng ý thức. Ý thức tác ý để chế ngự, để nhiếp phục, để dụ dỗ và để dẫn dắt nó theo lộ trình thiện pháp. Tâm chúng ta như con trâu rừng hoang dã, rất khó trị. Như chúng ta cũng thấy, những nhà huấn luyện voi, cọp, chó, khỉ, vượn, heo, dê, ngựa, chim, v.v.. làm xiếc. Loài vật hoang dã còn huấn luyện được huống là tâm chúng ta. Phải không các bạn?

Đường đi không khó mà khó chỉ vì lòng người còn ham dục lạc thế gian, không bền chí.

Chúng ta nên đọc kỹ lại bài "***Định Niệm Hơi Thở",*** thì sẽ thấy đó là một phương pháp dẫn và dụ tâm.

Chúng ta hãy đọc kỹ lại kinh Tứ Niệm Xứ, thì sẽ thấy đó là phương pháp vừa nhiếp phục vừa dụ tâm.

Chúng ta hãy đọc kỹ lại kinh Thân Hành Niệm, thì sẽ thấy đó là phương pháp vừa tỉnh thức cũng vừa tạo lực tâm.

Chúng ta hãy đọc kỹ lại bài kinh Song Tầm, thì sẽ thấy đó là phương pháp ngăn ngừa tâm ác.

Chúng ta hãy đọc kỹ lại bài kinh An Trú Tầm, thì sẽ thấy đó là phương pháp đoạn diệt tâm ác.

Nếu chúng ta hiểu rõ mỗi pháp mà áp dụng mỗi tâm niệm thì kết quả ngay liền như đức Phật đã nói**: *"Pháp Ta không có thời gian, đến để mà thấy…"***. Đúng vậy, chỉ có những người tu sai pháp tức là tu tập ức chế tâm thì không thấy mà thôi, hay tu tưởng thế giới siêu hình thì mới có thời gian vô lượng kiếp.

Chú thích: [1] Chúng ta phải hiểu và phân biệt cho rõ ràng Bảy Giác Chi có hai phần: 1- Bảy pháp Giác Chi; 2- Bảy năng lực Giác Chi. [2] Cách đếm số ngày xưa trong thời đức Phật

(còn tiếp)

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