

Đạo đức trong nếp sống người Phật tử

Tỳ kheo Thích Minh Châu

(<http://www.zencomp.com/greatwisdom/uni/index.htm>)

Nhân ngày Lễ Phật Đản năm nay, chúng tôi xin trình bày về đề tài: "Nếp sống Phật Giáo", một đề tài mà chính Đức Bổn Thích Ca đã giảng thuyết nhiều lần, nhưng cụ thể và rõ ràng là trong các bài Kinh Đức Phật dạy người con trai của mình là La Hầu La, sau khi La Hầu La xuất gia. Những bài Kinh này đều có bản dịch trong Trung bộ Kinh II, Kinh thứ 61 và 62 và trong Trung bộ Kinh III, kinh thứ 147.

Kinh này đã được Vua A Dục, thế kỷ thứ tư trước Công nguyên khắc trên bia ký Bhabra, kêu gọi mọi người xuất gia và tại gia Phật tử cần phải tụng đọc Kinh này.

Chúng ta không phải là con trai Đức Phật như La Hầu La, nhưng đều là người con tinh thần của Đức Phật. Những lời chí tinh và đầy trí tuệ của Đức Phật. Những lời dạy chí tinh và đầy trí tuệ của Đức Phật đối với La Hầu La, cách đây gần ba ngàn năm tại Ấn Độ cũng là lời dạy đối với tất cả chúng ta, những con người Phật Việt Nam, xuất gia cũng như tại gia, nam cũng như nữ, trẻ cũng như già.

Hôm nay, nhân ngày Đại Lễ Phật Đản trang trọng, chúng ta hãy cùng nhau suy ngẫm về những lời giáo huấn của Đức Phật về nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo.

Đức Phật nói: "Này, La Hầu La, nhà ngươi nghĩ thế nào? Mục đích của cái gương là gì?"

La Hầu La trả lời: "Bạch Thế Tôn, mục đích là để phản tỉnh"

"Cũng vậy, Đức Phật dạy: "Này La Hầu La, sau khi phản tỉnh nhiều lần, hãy hành thân nghiệp, sau khi phản tỉnh nhiều lần, hãy hành khẩu nghiệp, sau khi phản tỉnh nhiều lần, hãy hành ý nghiệp".



Nếp sống đạo là nếp sống luôn luôn có phản tỉnh, không buông trôi, không phóng túng. Cái gương mà Đức Phật nói không phải là cái gương soi mặt, mà là cái gương tâm hồn soi chiếu lại mọi ý nghĩ, lời nói và việc làm của mình có hợp hay không với nếp sống đạo; nếp sống Phật

giáo, tức là như lời Phật dạy La Hầu La, có hại hay không có hại đối với mình; đối với người, có lợi hay không có lợi, đối với mình và đối với người, đem lại hạnh phúc hay là gây ra đau khổ bất hạnh cho mình và cho người.

Vì sao Đức Phật lại khuyên chúng ta phải phản tỉnh nhiều lần?

Đó là do quá trình diễn biến của nghiệp, có thể chia làm ba giai đoạn: giai đoạn một là giai đoạn dụng tâm, cũng gọi là tác ý. Thông thường, chúng ta gọi là ý muốn. Thí dụ hôm nay là ngày Lễ Phật Đản. Nhưng ngay từ ngày hôm qua và trước nữa, có vị đã có ý muốn hôm nay đến chùa lễ Phật, nghe giảng, làm nhiều Phật sự và thiện sự khác. Nhưng cũng có những vị chắc chỉ là số rất ít nhân ngày Lễ Phật Đản lại muốn đi xem bói, xem toán, mong được "vào cầu" một chuyến để phát tài, phát lộc.

Ngay trong giai đoạn ý muốn này, chúng ta cũng phải phản tỉnh, phải xét xem muốn như vậy là đúng hay không đúng, hợp hay không hợp với nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo, có lợi lạc cho mình và cho người hay không, đem lại hạnh phúc hay là gây ra đau khổ, cho mình và cho người hay là cho cả hai.

Nếu trong giai đoạn ý muốn, quý vị phản tỉnh thấy vào ngày Lễ Phật đản mà đi xem bói xem toán là không thích hợp, là nêu gương xấu mê tín dị đoan cho vợ con, họ hàng bè bạn và những người khác thì quý vị hãy kiên quyết từ bỏ ý muốn đó đi. Ngược lại, đối với ý muốn đi chùa, lễ Phật, nghe thuyết giảng, làm nhiều Phật sự và thiện sự khác. Các vị phản tỉnh thấy ý muốn đó là tốt đẹp, đem lại an lạc cho mình và cho người khác, hiện nay cũng như về sau, thì quý vị hãy cương quyết thực hiện ý muốn đó, mà cũng chính vì tuyệt đại đa số các vị đã có ý muốn tốt đẹp đó, cho nên hôm nay chúng tôi có duyên lành thuyết giảng trong một hội chúng đồng đạo và hồ hởi như thế này.

Nếu mọi việc chúng ta làm, mọi lời chúng ta nói, mọi ý nghĩ của chúng ta đều được phản tỉnh xem xét cẩn thận ngay từ trong giai đoạn ý muốn, như lời Đức Phật dạy La Hầu La, thì bao nhiêu sai lầm, tội ác và bất hạnh đã không xảy ra trong thế giới đầy đau thương này.

Đức Phật nói: "Này La Hầu La, nếu trong khi phản tỉnh người biết "Thân nghiệp này ta muốn làm, thân nghiệp này của ta có thể đưa đến tự hại, có thể đưa đến hại người, có thể đưa đến cả hai, thời thân nghiệp này là bất thiện, đưa đến đau khổ. Một thân nghiệp như vậy, này La Hầu La, nhà ngươi nhất định chớ có làm. Này La Hầu La, nếu sau khi phản tỉnh, người biết: "Thân nghiệp này ta muốn làm, thân nghiệp này của ta không có thể đưa đến tự hại, không có thể đưa đến hại người, không có thể đưa đến hại cả hai, thời thân nghiệp này là thiện, đưa đến an lạc, đem đến quả báo an lạc. Một thân nghiệp như vậy là thiện, này La Hầu La, nhà ngươi nên làm".

Giai đoạn hai là giai đoạn một việc đã bắt đầu làm, đang làm. Ngay trong giai đoạn này, giai đoạn việc làm đang diễn biến, chúng ta vẫn tiếp tục phản tỉnh:

việc này chúng ta đang làm hợp hay không hợp với nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo, có gây thiệt hại cho mình, cho người khác, cho cả hai hay không, hay là ngược lại, có đem an lạc cho mình, cho người khác, cho cả hai hay không? Nếu qua phản tỉnh, xét thấy là không có hại cho mình, cho người, cho cả hai thì chúng ta hãy cương quyết tiếp tục việc làm đó, dù có khó khăn cản trở.

Cũng như ngày hôm nay, quý vị hoan hỉ đến đây lễ Phật, nghe thuyết pháp, làm nhiều thiện sự và Phật sự, trong lòng quý vị cảm thấy an lạc, hạnh phúc, trí tuệ các vị tăng trưởng. Nếu quý vị xét thấy đáng như vậy thì quý vị hãy yên tâm tiếp tục làm, trong ngày lễ Phật đản này cũng như trong các ngày lễ Phật khác, hay là mỗi khi có điều kiện.

Trái lại, có những việc quý vị đang làm, đang tiến hành, nhưng trong quá trình làm, quý vị xét thấy không có lợi cho mình, cho người, không có lợi cho cả hai, thì dù ý muốn ban đầu có tốt chăng nữa, quý vị cũng nên chấm dứt ngay công việc đó.

Đức Phật dạy La Hầu La rằng: "Này La Hầu La, khi nhà người đang làm một thân nghiệp, nhà người cần phản tỉnh thân nghiệp ấy như sau: Thân nghiệp này ta đang làm, thân nghiệp này của ta đưa đến tự hại, đưa đến hại người, đưa đến hại cả hai, thời thân nghiệp này là bất thiện, đưa đến đau khổ, đem đến quả báo đau khổ. Này La Hầu La, nếu trong khi phản tỉnh, nhà người biết thân nghiệp đang làm là bất thiện, như vậy thì nhà người hãy từ bỏ một thân nghiệp như vậy. Nhưng nếu, này La Hầu La, trong khi phản tỉnh, nhà người biết như sau: thân nghiệp này ta đang làm không đưa đến tự hại, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai, thời thân nghiệp này là thiện, đưa đến an lạc, đem đến quả báo an lạc, thân nghiệp như vậy, này La Hầu La, nhà người cần phải tiếp tục làm."

Giai đoạn ba là giai đoạn khi một việc đã được làm xong. Chúng ta cũng cần phản tỉnh xem, việc mà chúng ta đã làm có hợp hay không hợp với nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo, có gây thiệt hại hay không cho mình và cho người, có gây thiệt hại hay không cho cả hai, có đem lại an lạc và hạnh phúc hay không cho mình và cho người khác hay là cho cả hai. Nếu phản tỉnh và nhận thấy việc đã làm có gây thiệt hại cho mình và cho người khác hay là cho cả hai, thì chúng ta phải thành thật ăn ăn hối lỗi, trung thực bộc lộ lỗi lầm với vị đạo sư hay là với những người bạn đồng tu, đồng đạo của mình. Sau đó, hạ quyết tâm từ nay không làm lại một việc làm có hại như vậy nữa. Nhưng nếu, qua phản tỉnh, nhận thấy việc mình đã làm là hợp với nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo, đem lại hạnh phúc an lạc cho mình và cho người khác, hay cho cả hai, thì chúng ta thật sự hoan hỷ, sẵn sàng làm lại việc đó một lần nữa, nhiều lần nữa mỗi khi có điều kiện, vì hạnh phúc an lạc của bản thân mình và của mọi người.

Chính Đức Phật cũng đã khuyến cáo La Hầu La nên làm như vậy, sau mỗi việc làm của mình: "Này La Hầu La, sau khi nhà người làm xong một thân nghiệp,

nhà người cần phải phản tỉnh thân nghiệp ấy như sau: "Thân nghiệp này ta đã làm, thân nghiệp này của ta đưa đến tự hại, đưa đến hại người khác, đưa đến hại cả hai, thời thân nghiệp này là bất thiện, đưa đến đau khổ, đem đến quả báo đau khổ, nếu trong khi phản tỉnh, này La Hầu La, nhà người biết như sau: Thân nghiệp này ta đã làm, đưa đến tự hại, đưa đến hại người, đưa đến hại cả hai, thời thân nghiệp này là bất thiện đưa đến đau khổ, đem đến quả báo đau khổ. Một thân nghiệp như vậy, này La Hầu La, nhà người cần phải thưa lên, cần phải tỏ lộ, cần phải trình bày trước các vị Đạo sư, hay trước các vị đồng Phạm Hạnh có trí. Sau khi đã thưa lên, tỏ lộ, trình bày, cần phải phòng hộ trong tương lai".

"Lại nữa, nếu trong khi phản tỉnh, này La Hầu La, nhà người biết như sau: Thân nghiệp này ta đã làm, không đưa đến tự hại, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai, thời thân nghiệp này là thiện, đưa đến an lạc đem đến quả báo an lạc. Do vậy, này La Hầu La, nhà người phải an trú trong niềm hoan hỷ, tự mình tu học ngày đêm trong các thiện pháp".

Đối với mỗi việc làm của thân, tức là thân nghiệp, dù khi còn là ý muốn, hay là khi đang làm, hay là sau khi đã làm xong, Đức Phật đều khuyên La Hầu La cũng như tất cả Phật tử chúng ta đều nên tỉnh táo xem xét, là thiện hay là bất thiện, nếu là thiện, thì hãy tu học ngày đêm để tăng trưởng những việc làm thiện đó. Và nếu là bất thiện thì cũng hãy cố gắng ngày đêm để dứt bỏ, đoạn trừ, đề phòng, ăn năn, hối lỗi, để cho những pháp bất thiện đó không bao giờ còn tái phạm nữa.

Không những đối với việc làm nơi thân, mà cả đối với lời nói, đối với mỗi ý nghĩ chớm nở trong tâm mình, Đức Phật cũng đều khuyên chúng ta phản tỉnh xem xét là thiện hay bất thiện. Nếu là thiện, thì học tập phát huy tăng trưởng lên, nếu là bất thiện, thì phần đầu không mệt mỏi để diệt trừ, xóa bỏ. Và chỉ sau nhiều lần phản tỉnh như vậy đối với việc làm, lời nói và ý nghĩ của mình, chúng ta mới có thể tiến dần tới chỗ tất cả ba nghiệp của chúng ta, thân nghiệp, khẩu nghiệp, ý nghiệp dần dần được trong sạch sáng sủa, hoàn toàn hợp với nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo. Chúng ta, dần dần thực hiện theo đúng lời dạy của Đức Phật, như đã ghi trong Kinh Pháp Cú:

*"Không làm mọi điều ác,
Thành tựu các hạnh lành,
Tâm giữ ý trong sạch,
Chính lời chư Phật dạy".*

Tâm ý giữ trong sạch, phải là mối quan tâm thường xuyên và hàng đầu của mọi Phật tử chúng ta, xuất gia hay tại gia. Vì sao vậy? Thưa quý vị, đây là vì, thông thường, người ta suy nghĩ trước rồi mới nói, mới làm, tất cả chúng ta đều tâm niệm câu kệ I của Kinh Pháp Cú:

*"Ý dẫn đầu các Pháp,
Ý làm chủ, ý tạo,
Nếu với ý ô nhiễm,
Nói lên hay hành động,*



*Khổ não bước theo sau,
Như bánh xe vật kéo"*

Nghĩa là: Tâm ý đã bất thiện, như bản, đầy tham sân si, thì lời nói, hành động với tâm ý như vậy cũng sẽ bất thiện, như bản, đầy tham sân si, và đem lại quả báo đau khổ.

Trái lại, như Kinh Pháp Cú nói:

*"Nếu với ý thanh tịnh,
Nói lên hay hành động,
An lạc bước theo sau,
Như bóng không rời hình".*

Nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo, là nếp sống với tâm ý trong sạch. Đó cũng chính là nếp sống hạnh phúc. Một niềm hạnh phúc mình tự tạo cho mình, đem lại cho mình chứ không phải người nào khác, dù là cha mẹ, bà con cũng không làm được. Đó chính là ý tứ của câu kệ 43 trong kinh Pháp Cú:

*"Điều mẹ cha, bà con
Không có thể làm được,
Tám hướng chánh làm được,
Làm được tốt đẹp hơn!"*

Tâm hướng chánh là tâm thiện, tâm lành, tâm trong sạch.

Trái lại, con người có tâm bất thiện cũng là người bất hạnh nhất trên đời, một nỗi bất hạnh còn lớn lao hơn, đáng sợ hơn là điều ác kẻ thù đem lại cho mình nữa. Kinh Pháp Cú viết:

*"Oan gia hại oan gia,
Kẻ thù hại kẻ thù,
Không bằng tâm hướng tà,
Gây ác cho tự thân".*

Vì sao Kinh Pháp Cú lại nói như vậy? Đây là vì tâm bất thiện là kẻ thù ở bên trong, kẻ thù làm hại ngầm ngấm, cho nên cũng là kẻ thù đáng sợ hơn cả.

Có vị nêu câu hỏi: Làm sao giữ được cho tâm ý luôn luôn thiện lành trong sạch? Làm sao giữ cho tâm ý không còn nghĩ ác, nghĩ bất thiện? Làm sao đừng có tham sân si, bớt tham sân si, mặc dù vẫn biết tham sân si là sai trái, đau khổ?

Đó là một câu hỏi rất chính đáng, Đức Phật đã từng nói: "Rối ren thay loài người!" (Kinh Kandakara, Trung bộ II Kinh 51) . Có người biết hút thuốc là có hại nhưng vẫn hút, biết uống rượu là có hại nhưng vẫn uống. Đó là sức mạnh của thói quen, một sức mạnh đáng sợ. Cũng như một người đi mãi trong sương mai, thế nào áo cũng thấm sương. Muốn cho áo mình được khô, phải phơi phóng bao nhiêu ngày! Đối với tâm người cũng vậy. Tâm người nghĩ ác hay nghĩ thiện cũng thành thói quen. Mà đã thành thói quen, nhất là thói quen xấu thì cũng phải có công phu, mất thời gian mới trừ bỏ được.



Trước hết phải tự tạo cho mình một môi trường tốt với những môi trường tốt, những thiện trí thức, như sách Phật thường nói. Trong kinh Tiểu Kinh Mãn Nguyên (Kinh Trung Bộ số 110), Đức Phật giới thiệu cho chúng ta rõ thế nào là nếp sống của một người bất thiện. Một người bất thiện, là một người đầy những tánh bất thiện, như không có lòng tin, không biết xấu hổ, không biết sợ hãi, nghe ít, biếng nhác, thất niệm, kém trí tuệ. Người bất thiện suy tư như người bất chánh, suy tư tự làm hại mình, suy tư làm hại người khác, suy tư làm hại cả hai. Người bất thiện nói năng như người bất chánh: Nói láo, nói hai lưỡi, nói lời độc ác, nói lời phù phiếm. Người bất thiện hành động như người bất chánh, sát sanh, lấy của không cho, tà hạnh trong các dục. Như vậy, với những định nghĩa trên chúng ta biết ngay thế nào là người bất thiện và giúp chúng ta tự tránh không trở thành người bất thiện.

Phật tử thường xuyên đến đây Lễ Phật, nghe giảng kinh đọc sách Phật, cùng nhau nói chuyện đạo lý, làm các việc Phật sự và thiện sự, đó chính là tự tạo cho mình một môi trường tốt bài trừ niệm ác, nảy sinh niệm lành, niệm thiện. Một người làm thì khó, hay là mới bắt đầu làm thì khó. Nhưng nếu có tổ chức, nhiều người cùng làm và làm nhiều lần, thành quen, thành nếp thì công việc khó khăn mấy cũng sẽ hoàn thành tốt đẹp.

Có môi trường tốt rồi, có bạn bè tốt rồi, chúng ta còn phải nỗ lực bản thân nữa.

Kinh An Trú Tầm (Kinh thứ 20, Trung Bộ Kinh 1), dạy chúng ta phương pháp nỗ lực đúng đắn để nuôi dưỡng niệm lành, loại trừ niệm ác. Kinh An Trú Tầm nói có năm biện pháp tắt cả:

- Biện pháp thứ nhất: là lấy niệm lành xua đuổi niệm ác. Thí dụ, lấy niệm từ bi xua đuổi niệm sân giận Đức Phật dùng ví dụ người thợ mộc khéo, dùng một cái nêm hay (Ý nghĩ lành) đánh bật một cái nêm khác (ý nghĩ ác).

- Biện pháp thứ hai: Là ngắm nghĩ về hậu quả tai hại của niệm ác sẽ dẫn tới tội ác và sự trừng phạt. Cũng như một người quan sát thấy mình đang đeo xung quanh cổ một cái xác chó chết, sợ quá, liền vứt bỏ đi. Cũng như hiện nay, người nghiện thuốc lá suy nghĩ thấy hút thuốc có thể gây cho mình và con cái mình (ngủi khói thuốc) mắc bệnh ung thư, phát sợ bèn bỏ thuốc hút.

- Biện pháp thứ ba: là cố gắng, quên niệm ác đi, đừng nghĩ tới nó nữa. Phật lấy ví dụ một người nhắm mắt để khỏi phải thấy một vật gì đó có thể thúc đẩy mình làm ác.

- Biện pháp thứ tư: là hãy chặn giòng niệm ác lại, để cho nó giảm bớt sức mạnh. Đức Phật dùng ví dụ một người đang chạy, chuyển sang đi, rồi chuyển sang đứng, rồi ngồi, rồi nằm. Tôi có thể lấy ví dụ hút thuốc để minh họa lời Phật. Một người nghiện, thấy bao thuốc lá cầm ngay lấy, rút thuốc đánh diêm châm, hít hai ba hơi luôn. Bấy giờ thấy bao thuốc, khoan cầm lấy bao, và khi đã cầm lấy bao rồi, thì khoan rút điếu

thuốc ra, khoan châm diêm, hay là đã châm diêm rồi, thì khoan hít một hơi v.v... Bởi vì, mỗi khi dừng lại như vậy, chúng ta đều có thể phản tỉnh, nhớ đến lời dặn của thầy thuốc về thuốc lá gây bệnh ung thư như thế nào, lời nhắn của vợ hút thuốc tốn tiền như thế nào v.v... nhờ vậy, có thể ngăn không hút thuốc nữa.

- Biện pháp thứ năm: là dùng ý chí, nghị lực không chế niệm ác, không cho nó sanh khởi, Phật ví dụ một người khoẻ vật ngã một người yếu.

Trên đây là năm biện pháp không chế và loại trừ niệm ác, được Đức Phật giảng trong Kinh "An Trú tâm". Đó là những lời dạy thiết thực và cụ thể, mọi người đều có thể áp dụng trong cuộc sống hàng ngày. Một điều chúng ta cần ghi nhớ là tất cả các niệm đều vô thường, dù ác hay thiện, nếu nó không được nuôi dưỡng bằng những niệm tương ứng và nhất là việc làm tương ứng. Tôi lấy ví dụ niệm hút thuốc của người hút thuốc lá. Niệm hút thuốc đó được nuôi dưỡng bằng những niệm như là hút thuốc là vô hại, hút thuốc thêm sáng kiến, hút một điếu có thể giảm thọ vài ba giây nhưng cười một tiếng lại tăng thọ bảy giây v.v.. Nếu chúng ta không nuôi dưỡng niệm hút thuốc bằng những niệm như vậy, trái lại chống đối nó, bài trừ nó bằng những niệm như hút thuốc gây bệnh ung thư, hút thuốc hại phổi, hút thuốc tốn tiền v.v.. thì niệm hút thuốc có thể dần dần không còn chi phối chúng ta như trước nữa. Và chúng ta có thể tiến tới bỏ thuốc lá mà không gặp khó khăn gì.

Một điều nữa, chúng ta cũng cần ghi nhớ là niệm thiện nói chung mạnh hơn niệm ác, cũng như ánh sáng mạnh hơn bóng tối vậy. Niệm ác sở dĩ chi phối chúng ta được là vì chúng ta không biết nó là ác. Nếu nhận mặt nó được là ác, thì tự nhiên nó sẽ tan biến đi. Chính vì vậy, mà Kinh sách Phật khuyên chúng ta nên luôn luôn chánh niệm tỉnh giác, biết rõ mình đang nghĩ gì, nói gì, làm gì và ý nghĩ đó, lời nói đó, việc làm đó là thiện hay bất thiện, đem lại an lạc hay đau khổ cho mình và cho người. Có người nghĩ ác mà không biết mình là ác. Con người như thế rất khó tu tập bỏ ác làm lành. Cũng như có người làm điều thiện mà không biết mình làm điều thiện thì cũng rất khó tăng trưởng điều thiện.

Cuộc sống của người Phật tử phải là một cuộc sống tỉnh táo, biết thiện là thiện để phát huy điều thiện vốn có, học những điều thiện mình chưa có. Đồng thời cũng phải biết ác là ác thì mới loại bỏ điều ác mình đã phạm và phòng hộ những điều ác chưa sanh khởi. Nói tóm lại, tăng điều thiện vốn có, học những điều thiện chưa có, bỏ điều ác vốn có, tránh điều ác chưa có: đó phải là nếp sống tinh tấn của mọi Phật tử chúng ta.

Đó cũng là định nghĩa chữ "Chánh tinh tấn", Samma vāyama, trong Bát chánh đạo mà Đức Phật khuyên tất cả Phật Tử chúng ta cần phải hành trì. "Vị Thánh đệ tử sống tinh cần tinh tấn từ bỏ các pháp bất thiện, thành tựu các thiện pháp, nỗ lực kiên trì tinh tấn, không từ bỏ gánh nặng đối với thiện pháp". (Tăng Chi II, trang 18).

Trên đây, chúng tôi có nói dùng niệm thiện xua đuổi niệm ác. Các vị có thể hỏi đó là niệm thiện gì?

Các Kinh Phật thường dạy pháp tu "Tám chánh đạo" bằng chánh tri kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định, tám pháp môn tác thành con người toàn thiện, tám pháp môn xây dựng một nếp sống Phật giáo hoàn mỹ, thiết thực ứng dụng vào đời sống thực tại. Một con người chí thiện tất nhiên phải là con người có tri kiến chọn chánh có tư duy chọn chánh, có ngôn ngữ chọn chánh, có ba nghiệp chọn chánh, có sinh kế chọn chánh, có ý niệm chọn chánh và có thiên định chọn chánh.

Thực là sai lầm khi có một người nào đó buộc tội đạo Phật chúng ta như là tiêu diệt mọi tình cảm của con người, như là phi nhân bản! Trái lại, có thể nói đạo Phật là đạo nhân bản nhất bởi vì nó giúp cho mọi người phấn đấu để trở thành những con người hoàn thiện, những bậc Thánh trên thế gian này, những con người hội tụ một cách đầy đủ và hoàn mỹ nhất những đức hạnh từ bi và trí tuệ. Con người có trí tuệ và tình thương rộng lớn (từ bi): đó phải là hướng phấn đấu của tất cả chúng ta, vì đó là mẫu mực, của con người hoàn thiện theo quan điểm Phật giáo.

Đó là một hướng phấn đấu cụ thể, không có gì là viễn vông xa vời, Đức Phật và hàng bao thế hệ đệ tử đắc đạo của Ngài chứng tỏ con người mẫu mực hoàn thiện đó không phải là một cấu trúc không tưởng mà đã là, đang là, sẽ là những con người sống, thực tại nếu biết cố gắng phấn đấu theo con đường. Bát chánh đạo mà Đức Phật đã vạch ra.

Giá trị bất hủ của đạo Phật chính là ở chỗ nó vạch ra con đường cụ thể giúp cho mỗi người chúng ta trở thành con người hoàn thiện, con người sống hạnh phúc và tự do, con người mẫu mực về trí tuệ và tình thương rộng lớn.

Đó cũng chính là bức thông điệp mà Đức Phật để lại chúng ta: bức thông điệp kêu gọi mọi người chúng ta hãy phấn đấu để trở thành những con người hoàn thiện, những con người giải thoát khỏi ba độc Tham, Sân và Si, những con người tâm giải thoát và trí tuệ giải thoát, xứng đáng là học trò đức Phật, con đẻ tinh thần của Đức Phật.

Trong thế giới đầy hận thù này, chúng ta hãy sống không hận thù, hãy nêu gương sáng của cuộc sống đầy tình thương. Trong thế giới đầy bóng tối này, bóng tối của đe dọa chiến tranh, và nếp sống phi đạo đức, chúng ta hãy thắp lên ngọn đèn của trí tuệ, của hiểu biết và thông cảm.

Xã hội không nhìn chúng ta, đánh giá chúng ta qua sách Phật và tượng Phật, mà nhìn chúng ta, đánh giá chúng ta qua con người cụ thể của chúng ta, qua việc làm và lời nói



cụ thể của chúng ta, có thể hiện trung thành hay tương phản lại với ý tưởng từ bi và trí tuệ của Đạo Phật.

Đức Phật cũng vậy, Ngài nhìn chúng ta đánh giá chúng ta không phải qua tượng, tranh Phật, qua sách Phật ghi chép lời Ngài có đúng hay không, mà là qua nếp sống hàng ngày cụ thể của Tăng ni Phật tử chúng ta có thật là nếp sống đạo, nếp sống Phật giáo hay không. Nếu thật sự, chúng ta sống, ứng xử, hành động theo đúng những lời dạy của Phật, thì dù Đức Phật có nhập Niết Bàn cách đây ba ngàn năm, nhưng Ngài vẫn luôn luôn ở bên cạnh chúng ta, theo dõi hướng dẫn, khích lệ chúng ta.

Trong ngày lễ Phật Đản trang trọng này, chúng tôi hy vọng đó là niềm tin của tất cả chúng ta, và tất cả chúng ta sẽ sống theo niềm tin đó.

Kính chúc tất cả quý vị trọn hưởng một mùa Phật Đản tràn đầy Từ bi và Trí tuệ.

*Nam mô Bổn sư Thích Ca Mâu Ni Phật.
Tỳ kheo Thích Minh Châu*

Chân thành cảm ơn anh HDC đã có thiện tâm giúp đánh máy lại quyển sách này (11/99)

Đóa Hoa Tinh Thức

*Trời xanh rớt giọt hư không
Nắng vàng điểm nhẹ má hồng ngày xuân
Xua tan buốt giá vui mừng
Đóa hoa tinh thức chẳng ngừng đơm bông
Trang kinh ngọc, thẩm trong lòng
Đêm ngày vẫn nhớ chủ ông vẫn chờ
Nhu nhiên ánh sáng lừng lờ
Thắp hương chốn tổ viết từ chân kinh
Tự do, tự thể bên mình
Dung thông pháp giới, phàm tình quách nhiên*

Thích Thiện Hữu



Khóa Tu

Tịnh Nghiệp



Diệu Ngọc & Minh Liên

Hôm nay là sáng thứ bảy, tiết trời đã vào Hè cho nên tuy có mưa mà không lạnh.

Mới 8 giờ sáng mà một số bạn đạo quen thuộc đã có mặt tại chùa, kể thì bày bô đoàn, người thì lau chùi các bàn thờ, người thì sửa lại các bình bông... Đền trên các bàn thờ Phật đã được thắp lên sáng rực. Họ làm trong yên lặng cho nên không khí trong chánh điện vẫn giữ được nét trang nghiêm. Đặc biệt là số tượng ảnh đức Từ Phụ A Di Đà được phóng to và treo trên các cửa kiến chung quanh chánh điện như đang lung linh tỏa sáng... Tất cả những thứ đó là để chuẩn bị cho khóa tu hai ngày trong mùa Hè sẽ được khai giảng vào lúc 9 giờ sáng hôm nay.

Còn hơn mười phút nữa mới đến giờ khai mạc mà các tu sinh đã tập họp xong, khoảng năm sáu chục người xếp thành nhiều hàng dài đứng trước bàn thờ Tổ, một điều đáng chú ý là tất cả đều im lặng...

Đúng 9 giờ các Thầy đến....

Trước khi đánh ba tiếng chuông để xá Tổ, Thầy trụ trì nhắc lại một số quy định cho khóa tu này. Thầy nói, như đã thông báo trước đây, khóa tu hai ngày kỳ này sẽ khác hơn những khóa tu trước: Các tu sinh sẽ kinh hành và tĩnh tọa niệm Phật suốt hai ngày, sẽ không có nghi thức thọ giới và xả giới như các khóa tu trước cho nên bất cứ ai, tùy hoàn cảnh, có thể vào tham dự bất cứ lúc nào và có thể rời đạo tràng bất cứ lúc nào. Đặc biệt, giữ im lặng là một quy định sẽ được áp dụng chặt chẽ trong khóa tu kỳ này. Ngoài giờ kinh hành niệm Phật hay tĩnh tọa niệm Phật các tu sinh phải giữ im lặng tuyệt đối cho dù trong giờ giải lao hay giờ thọ trai và làm vệ sinh sạch sẽ.

Theo ý của Thầy mà chúng tôi được hiểu là Thầy muốn tập cho các tu sinh tự thiết lập cho mình một cõi Tịnh Độ trong tâm ngay bây giờ, cho nên Thầy đã bỏ hết những thủ tục rườm rà và mong các tu sinh phải để

hết tâm trí vào câu niệm Phật. Vì mục đích của pháp môn tu Tịnh độ là cầu vãng sanh Cực Lạc, muốn được vãng sanh thì Tâm phải thanh tịnh và cách để tập cho cái Tâm được thanh tịnh là chuyên lòng niệm Phật. Nếu không tập cho cái tâm thanh tịnh ngay bây giờ thì phút lâm chung làm sao cưỡng lại được sự lôi kéo của cận tử nghiệp? Mà một khi cái tâm buông lung để cho cận tử nghiệp lôi kéo thì làm sao vãng sanh!

Trước khi dứt lời, Thầy mong rằng hai ngày tu niệm Phật ròng rã này sẽ đem lại lợi ích thiết thực cho mọi người... Nếu sau khóa tu kỳ này mà đạt được kết quả khả quan thì trong tương lai sẽ có những khóa tu tương tự.

Ba tiếng chuông ngân lên, mọi người xá tổ và chia làm hai hàng đi ra chánh điện đứng ngay hàng thẳng lối sau mấy dãy bồ đoàn đã được sắp sẵn...

Sau nghi thức "Niệm hương", "Tán Phật".... Đoàn người nối đuôi hàng một, chậm bước theo sau các Thầy, từng bước, từng bước trong âm vang của chuông, mõ và tiếng khánh thanh thoát giống như các buổi kinh hành niệm Phật ngày chủ nhật.

Im lặng... im lặng.... và im lặng...

Đã được Thầy nhắc nhở khi nãy cho nên mọi người chú hết tâm ý vào câu niệm Phật, chân bước khoan thai nhịp nhàng theo tiếng khánh, mặt thoát vẻ an nhiên tự tại trong không gian thoảng mùi trầm hương do người hộ đàn đốt lên từ ban sáng...

Trong bầu không khí trang nghiêm của ngôi chánh điện rộng thênh thang, trước có quý Thầy, chung quanh có tôn tượng chư Phật, chư Bồ tát và những ảnh tượng của đức Từ Phụ A Di Đà làm cho các tu sinh có cảm tưởng như mình đang đi giữa sự bao bọc chở che bởi suối nguồn tình thương bao la của chư Phật cùng Thầy, Tổ.

Đàn con đã lưu lạc từ muôn kiếp trong biển sinh tử luân hồi nay nhất quyết quay về, nhìn lên tôn tượng chư Phật, những người con Phật bỗng thấy lòng bình yên trong sự an lạc khó tả....



Ba tiếng chuông vang lên....

Thầy hướng dẫn đoàn người trở về vị trí cũ, sau các bồ đoàn rời ngôi xuống mà âm vang tiếng niệm Phật không hề ngưng.

Đi kinh hành niệm Phật để tập cho cái Tâm tĩnh trong cái thân động, và vì cái thân động cho nên Tâm dễ rơi vào trạng thái bị buông lung rồi chạy theo ngoại cảnh,

sẽ dễ dàng đánh mất chánh niệm. Còn bây giờ tỉnh toạ là tập niệm Phật trong hoàn cảnh cả thân và tâm đều bất động.

Cả hai phương pháp đều có lợi ích riêng, tập cho cái Tâm tĩnh trong cái thân động là để không rơi vào trạng thái đánh mất chánh niệm trong sinh hoạt hàng ngày, được như vậy thì người ta sẽ dễ dàng giữ được chánh niệm trong cái thân bất động, là trạng thái lúc lâm chung.... Người con Phật, tu theo Tịnh độ mà thực hành được điều này thì lo gì không được vãng sanh?

Nói thì dễ nhưng thực hành có được hay không lại là một chuyện khác, bởi vậy cho nên chiều ngày hôm đó Thầy đã cho các tu sinh nghe một thời pháp từ một đĩa DVD do Thầy Thích Giác Đăng giảng với đề tài "Người tu Tịnh độ cần biết", trong đó có một điểm mà chúng tôi lưu ý là sự quan trọng của việc hộ niệm lúc lâm chung.

Sở dĩ nói quan trọng là vì cái Tâm động hay tĩnh trong thời điểm đó sẽ quyết định đường đi của một người sau khi ngừng thở. Vào thời điểm đó, cái Tâm người ta sẽ bị dằng co giữa những thiện-ác, tốt-xấu và giữa lúc đó nếu có người hộ niệm nhắc nhở thì người ta sẽ dễ dàng buông bỏ tất cả, một lòng cầu vãng sanh...

Hai ngày tu qua thật mau....

Chiều hôm sau, sau nghi thức bế giảng khóa tu Thầy vui vẻ nói, bây giờ thì quý vị có thể tha hồ nói chuyện... Sở dĩ Thầy lập ra quy định giữ im lặng là vì Thầy mong rằng tất cả tập trung cao độ vào câu niệm Phật, không biết vô thường sẽ xảy đến lúc nào, nay gặp được cơ duyên thuận tiện, có cơ hội tu tập, nếu không tận dụng để cho trôi qua thì rất đáng tiếc.... Thầy cũng mong sau khóa tu kỳ này, mỗi người đều có được một chút tiến bộ trên bước đường tu theo Phật.

Để kết luận ở đây, chúng con, những người đã tham dự khóa tu này muốn nói lên sự biết ơn sâu xa đối với quý thầy, những người đại diện cho Đức Bổn Sư đã bỏ ngày giờ và công sức ra để dạy dỗ, hướng dẫn chúng con tu tập, chúng con nguyện sẽ không phụ lòng quý Thầy, vì kết quả mà khóa tu đem lại sẽ là hành trang quý báu của chúng con trên bước đường tìm về với đấng cha lành.....

Diệu Ngọc & MinhLiên
(Melbourne, Hè 2007)

