

HÀNH THẬP THIÊN

HÀNH THẬP THIÊN

LỜI NÓI ĐẦU

Ước vọng của nhân loại, khi sanh ra đời đều mong được mạnh khỏe, sống lâu, gặp nhiều may mắn. Nhưng mấy ai đã được toại nguyện? Sự thực đời người là một chuỗi dài đau khổ, phiền lụy về mặt vật chất, lẫn tinh thần, chẳng bao giờ có được phút giây an vui, hạnh phúc.

Con người vốn vô minh, mê mờ, sanh ra chấp đắm vật chất, nuôi lớn ngã mạn, tạo nhiều điều ác độc, không những trong đời này mà còn nhiều đời trước nữa. Do đó ngày nay chúng ta phải chịu quả báo khổ sở, mà không ai hay biết gì cả. Ta cứ mãi mê chạy theo danh lợi và tạo thêm nhiều ác nghiệp, tội lỗi.

Muốn chấm dứt hoàn cảnh khổ đau của đời sống, vượt thoát cảnh tù tội của thế gian, hoặc những tai nạn hiểm nghèo, những bệnh tật khó trị, những xung đột tỵ hiềm, nhỏ mọn, ích kỷ, dối trá, xảo quyệt, v.v... hãy tu Thập Thiện!

Thập Thiện là con đường đưa nhơn loại đến nơi hạnh phúc chân thật, và giúp con người thoát cảnh thường tình thế gian.

Thập Thiện rèn luyện con người trở thành người tốt cho xã hội hiện nay và mai sau, giúp tâm tánh con người thành điềm đạm, khiêm hạ, giản dị, có nhân cách hấn hời, và đủ sức nhẫn nại để vượt qua những cam go của đời sống.

Thập Thiện chuyển cảnh khổ đau, đời rét thành cảnh an vui, no ấm và đưa con người đến cảnh thuận duyên mãi mãi.

Thập Thiện giúp cho cuộc sống của chúng ta trở thành cuộc sống đạo đức, chân thật, làm gương tốt cho mọi người soi.

Thập Thiện giúp cho chúng ta không trở thành kẻ hung ác, sát nhơn, trộm cướp, hiếp dâm. Nhờ thế tâm hồn chúng ta không còn lo sợ tù tội thế gian và đọa ba đường ác.

Thập Thiện giúp cho thân, khẩu, ý thanh tịnh, không phạm lỗi lầm, tội ác. Người không tu Thập Thiện ba nghiệp tạo đủ mười điều ác; đó là nhơn quả khổ đau, là địa ngục. Địa ngục là con đường khổ đau nhất trong sáu nẻo luân hồi. Đâu có đợi xuống địa ngục mới khổ, mà ngay trong cuộc sống hiện tại này, nếu ai làm đủ mười điều ác, chắc chắn phải chịu một đời hoàn toàn đau khổ.

Chúng ta cứ xem những kẻ một đời làm ác (sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, nói thêu dệt, nói lưỡi đôi chiều, nói lời hung ác, tham lam, sân hận, và si mê), có lúc nào mà họ được an vui đâu? Dù họ ở vào địa vị nào trong xã hội, bản thân và tâm hồn của họ vẫn đen tối và đau khổ triền miên.

Phật dạy chúng ta tu Thập Thiện cốt là tạo nhân duyên, có đầy đủ phước báo để đời này được an vui, và kiếp sau cũng được giàu sang, sung sướng, thỏa mãn mọi nhu cầu của thế gian. Thập Thiện có ích lợi như vậy, nên ai có đủ duyên nghe Thập Thiện,

HÀNH THẬP THIÊN

được thấy Thập Thiên mà không chịu thực hành Thập Thiên, luống để cuộc đời đen tối và khổ đau, thật uổng phí vô cùng. Có kho báu không chịu đem ra dùng, mà đi chấp nhận một đời lang thang, làm kẻ cùng tử thì chúng ta quả là kẻ quá dại khờ.

Kính ghi,

Thích Thông Lạc

TU DUY

Con người đi vào đời với thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp, nên thường hay bị bệnh tật, hoạn nạn, hoặc những điều bất như ý. Họ sống với tâm đau khổ, luôn luôn giận hờn, thương ghét sợ hãi, v.v... Cuộc sống của con người là như vậy, cho nên chúng ta cần phải quán xét lại thân phận của con người, tức là suy tư về thân, tâm, hoàn cảnh, và tất cả mọi sự kiện, sự vật xảy ra... chung quanh cuộc sống, để thử xem đâu là nguyên nhân của khổ đau? Ai là người gây nên sự thống khổ ấy?

Ngày xưa, tại núi Linh Thứu, khi Ông Tu Bồ Đề mắc bệnh trầm trọng, ông liền suy tư: Cái đau khổ của thân từ đâu sanh ra? Từ đâu mà diệt? Nó sẽ đến chỗ nào?

Nghĩ như vậy, ông liền đến chỗ vắng vẻ, trải tọa cụ, ngồi kiết già, lưng thẳng, ý chơn chánh, chuyên một lòng suy tư về thân bệnh để cố tìm phương cách diệt trừ các thống khổ.

Khi Tôn Giả Tu Bồ Đề đang yên lặng suy tư để tìm phương pháp diệt trừ các thống khổ do bệnh tật của thân, thì Thích Đề Hoàn Nhơn biết được tâm niệm ấy, nên cùng người đệ tử của mình là Ba Giá Tuần đến chỗ Tôn Giả Tu Bồ Đề để trợ lực, giúp ngài soi thấu được nghiệp thân, và hướng dẫn ngài phương pháp Thập Thiên. Chỉ có phương pháp này mới cứu thân nghiệp khỏi bệnh tật và nạn tai.

Vừa đến nơi thì Ba Giá Tuần đọc bài kệ trợ duyên:

Nghiệp lành thoát các phước,

Ở tại núi Linh Thứu

Thường mắc bệnh cực trọng

Không ưa các căn bệnh

Trông dung nhan thượng tôn

Đã thu được phước lớn,

Trông đức đâu hơn đây.

(Kinh Tăng Nhất A Hàm)

HÀNH THẬP THIÊN

THẬP THIÊN

Vừa nghe câu kệ đầu Nghiệp lành thoát các phược, Tôn giả Tu Bồ Đề thấy rõ được thân bệnh của mình do từ ác nghiệp mà có. Ngài nhớ lại lời dạy của Đức Phật trong Kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo: Người nào muốn thoát khỏi thân bệnh, không bị tai nạn, và cầu mong cho gia đình được đầm ấm, yên vui, con cái hiếu thảo, vợ chồng hòa thuận, sống trong tình nghĩa yêu thương mặn nồng, tràn đầy hạnh phúc thì hãy tu Thập Thiên.

Thập Thiên là gì ? Thập Thiên là mười điều lành, thể hiện qua thân, khẩu, ý.

1.- Thân có ba nghiệp thiện:

không sát sanh

không trộm cắp

không tà dâm

2.- Khẩu có bốn nghiệp thiện:

không nói dối

không nói thêu dệt

không nói lật lọng (nói lưỡi đôi chiều)

không nói lời hung ác.

3.- Ý có ba nghiệp thiện:

không tham lam

không sân hận

không si mê

Tại sao hành Thập Thiên mà thoát khỏi bệnh tật, tai nạn, khổ đau của kiếp sống con người ? Muốn trả lời câu hỏi này, trước hết chúng ta phải lần lượt xét xem mười điều lành như thế nào.

1.- KHÔNG SÁT SANH

Người đời thường nói: Thà nghèo mà mạnh giỏi, còn hơn là giàu sang mà đau ốm. Mọi vật sanh ra trong vũ trụ không có con vật nào mà không sợ chết, sợ khổ đau và bệnh tật. Thế nên tha mạng chết cho người (ân xá), cho vật (không sát sanh) là một ân huệ lớn.

HÀNH THẬP THIÊN

Loài vật sắp bị giết mà được tha thì nổi vui mừng không thể tả được. Hòa Thượng Thiện Hoa dạy: Như khi chúng ta thả một con chim sắp bị cắt cổ, nhả một con cá sắp đem chặt kỳ, đánh vảy. Chim được sống vui mừng bay nhảy, cũng như cá khỏi chết hơn hờ lợi bơi. Vậy, không sát sanh mà còn phóng sanh, là nghiệp lành đứng đầu trong Thập Thiện.

Chúng ta ai cũng ham sống, sợ chết, lẽ đâu lại cướp mạng sống của loài vật? Thử hỏi chúng ta tự đặt mình vào hoàn cảnh con vật xem chúng ta có còn lòng dạ nào giết hại chúng không? Đừng mượn câu: Vật dưỡng nhân mà cho rằng trời sanh ra con vật để cho mình giết nó mà ăn thịt. Vậy nếu vào rừng mình bị cọp ăn thì có phải ta là Nhơn dưỡng vật không? Chớ có lý luận kiểu tham ăn (thịt chúng sanh) mà tạo cho đôi tay luôn vậy máu và tâm hồn hung ác. Hãy quán sát và so sánh: Chúng sanh giãy giữa trên thớt, dưới dao, chúng ta lăn lộn trong cơn bệnh ngặt nghèo, cơ thể rã rời, đau nhức. Niềm đau, nỗi khổ của ta và muôn loài cũng giống nhau không khác!

Muốn không sát sanh, chúng ta hãy chế ngự và khắc phục tâm mình, đừng chạy theo sự ăn ngon của khẩu nghiệp mà tạo tội lỗi, máu đổ thịt rơi như núi, như biển. Hãy quán chiếu nỗi khổ của chúng sanh cũng là nỗi khổ của mình để tránh sát sanh. Người tu còn phải quán chiếu ăn thịt chúng sanh như ăn thịt con mình, hay cha mẹ tiền kiếp của mình. Sát sanh là cái nhân của bệnh tật, khổ đau, hoạn nạn. Nợ máu xương phải đền bù bằng máu xương, dù trốn đi đâu cũng không khỏi.

Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo dạy: Nếu ai không sát sanh thì sẽ được mười điều lợi ích như sau:

- 1/. Tất cả chúng sanh đều kính mến.
- 2/. Lòng từ bi mở rộng đối với tất cả chúng sanh.
- 3/. Trừ sạch thói quen giận hờn.
- 4/. Thân thể thường được mạnh khỏe
- 5/. Tuổi thọ được lâu dài.
- 6/. Thường được Thiên Thần hộ trì.
- 7/. Ngủ ngon giấc và không chiêm bao, ác mộng.
- 8/. Trừ được các mối thù oán.
- 9/. Khỏi bị đọa vào ba đường ác.
- 10/. Sau khi chết được sanh lên cõi Trời.

Thật vậy, kẻ nào biết làm lành, làm phước, thường giúp đỡ, săn sóc người nghèo khổ, bệnh tật, tai nạn, khổ đau, v.v... thì tự thân mình ít bệnh tật, ít tai nạn. Nếu ai biết lo tạo phước lành thì ngay trong đời hiện tại thân thể được khỏe mạnh, tinh thần được thoải mái và tâm hồn lúc nào cũng an vui. Nếu thấy người nào được sung sướng, an vui, ít bệnh thì ta phải hiểu rằng đây là cái quả do nhân lành đời trước, và của đời này

HÀNH THẬP THIÊN

mà người ta được như thế. Là Phật tử, thọ năm giới hay mười cũng đều có giới bắt sát đi đầu. Không sát sanh, hại vật là hành động từ bi, là học theo hạnh nguyện từ bi của Bồ Tát đối với vạn vật trong vũ trụ.

Học hạnh từ bi của Phật thì chẳng những chúng ta không sát sanh hại vật, mà còn phải thực tập ăn chay, không ăn thịt chúng sanh. Người xưa đã nói: Kiến kỳ sanh bất nhẫn kiến kỳ tử Thấy nó sanh sống thì không thể nào nhẫn tâm giết hại cho đành. Tôi biết có nhiều người ở miền quê, hiểu đạo Phật, khi nuôi con gà, con vịt thì họ không muốn ăn thịt chúng vì thấy thương. Thấy thương nên ta phải ăn chay, ăn rau đậu, không ăn thịt, cá. Lúc đầu thì mình ăn chay kỳ, mỗi tháng hai ngày, sau đó lên bốn ngày, sáu ngày, mười ngày. Rất nhiều Phật tử sau một thời ăn chay một tháng mười ngày thì họ ăn chay kỳ, nghĩa là mỗi năm ăn chay suốt tháng giêng (Thượng nguơn), tháng bảy (Trung nguơn), tháng mười (Hạ nguơn).

Người tu sĩ xuất gia theo Phật mỗi khi ăn còn phải Tam Đề, Ngũ Quán. Tam Đề là ăn ba miếng cơm lạt, trước mỗi bữa ăn và thãm nguyện: Nguyện đoạn các điều ác, nguyện làm các điều lành, nguyện độ tất cả chúng sanh.

Tại Tu viện Chơn Như thì Tăng Ni và Phật tử nguyện như sau: Nguyện sẽ không làm khổ mình, nguyện không làm khổ người, nguyện cho tất cả chúng sanh không gây đau khổ cho nhau. Ngũ Quán là: Trong bữa ăn hôm nay, con nghĩ đến công lao khó khổ của bao nhiêu người làm nên thức ăn này, nguyện cố gắng tu tập tốt để xứng đáng thọ nhận thực phẩm này, nguyện ngăn ngừa những tội xấu ác, chỉ xin nhận thức ăn vừa đủ để nuôi thân, vì muốn thành tựu đạo giải thoát và cứu độ chúng sanh nên con xin thọ nhận thức ăn này.

Người tu sĩ của đạo Phật, khi đi kinh hành còn phải lưu ý tránh giẫm đạp, làm chết cỏ. Cỏ cây mà không làm tổn hại vô lý thì làm sao giết hại mạng sống cho đành? Cho nên người nào làm đồ chay mà đặt tên đồ mặn như Thịt Kho Tàu, Gà Xé Phay, Thịt Gà Xào Sả Ớt, Xá Xíu, Tôm Kho, Mắm Chay, v.v... là còn tâm thèm ăn mặn. Người đệ tử Phật muốn thoát sinh tử luân hồi mà còn ăn mặn thì tu ngàn đời cũng không giải thoát. Nếu ai bảo rằng Phật cho phép chúng ta, kể cả các tu sĩ, được ăn thịt chúng sanh nếu không thấy, không nghe, không nghĩ thì đó là lý luận của người sau để biện minh cho cái tâm thèm thịt, hợp thức hóa chuyện ăn mặn của mình, nghĩa là không giữ được giới cấm sát sanh. Trong kinh sách Nguyên Thủy, Đức Phật không có dạy điều đó. Đây là lời chân thật, xin các Phật tử phải ghi nhớ và hành trì để được phước báo và tu tập có kết quả tốt.

Trong kinh Nguyên Thủy bài kinh Jivaka dạy: Người cư sĩ cúng dường Phật và chư Tăng bằng thực phẩm động vật thì có năm điều phi công đức. Thế sao các cư sĩ lại cúng dường thực phẩm động vật cho chư Tăng? Như vậy có đúng không?

Đức Phật đã cấm đệ tử cư sĩ Giới thứ nhất không sát sanh. Thế sao các cư sĩ lại sát sanh, cúng dường thực phẩm động vật cho chư Tăng? Điều này có trái và mâu thuẫn lại với lời dạy giới cấm của đức Phật chăng?

Tóm lại, đạo Phật là đạo từ bi, thương yêu tất cả mọi người, mọi loài chúng sanh, kể cả cầm thú, côn trùng, cỏ cây, đất đá ... **Người đệ tử Phật giữ giới không sát sanh là giữ ĐỨC HIẾU SINH.** Thử tưởng tượng một ngày mà chúng ta không ăn thịt thì biết bao nhiêu sinh mạng được thoát chết! Nếu chúng ta có Làng Trường Chay thì mọi

HÀNH THẬP THIÊN

người đều giữ giới sát sanh thật dễ dàng. Người người giữ giới sát, nhà nhà giữ giới sát thì làm gì có chiến tranh, gây cảnh máu đổ thịt rơi, cửa nhà tan nát! Ngày xưa, vào những ngày rằm lớn, tại chợ Long Hoa, Tây Ninh, không có một nơi nào bán thịt, quả là một điều hy hữu.

Giết mạng thì phải đền mạng, đó là luật nhân quả. Thế nên Đức Phật dạy cho hàng cư sĩ, sau khi qui y thì phải từ bỏ sáu nghề cũng là để trau dồi đức hiếu sinh vậy. Không sát sanh mà còn phóng sanh thì phước đức vô lượng.

Để kết luận, tôi xin ghi lại đây bài thơ của cổ đức để sách tấn mọi người con Phật cố gắng hành trì giới bất sát:

Hàng ngày trong bát cơm ăn,

Oán sâu như bể, hận bằng non cao.

Muốn xem binh lửa thế nào,

Hãy nghe lò thịt, tiếng gào đêm thâu.

2.- KHÔNG TRỘM CẤP

Trộm cắp là do lòng tham lam, muốn được thanh thoi, an nhàn, có nhiều của cải ăn ngon, mặc đẹp mà chẳng cần phải làm lụng vất vả như bao nhiêu người khác.

Hòa Thượng Thiện Hoa dạy: Người không gian tham, trộm cắp là người yêu chuộng công bình, tôn trọng của cải kẻ khác như của mình. Tiền bạc là huyết mạch của con người, nếu không có nó đời sống sẽ vất vả. Nếu của cải mình làm ra mà bị người ta lấy hết thì mình có đau lòng không? Mình mất của thì mình xót xa, tiếc nuối, thì người mất của cũng đau khổ như thế. Có nhiều người bị trộm cắp mất hết của cải, vàng bạc, thất vọng đến nỗi phải quyên sinh. Vả lại của phi nghĩa thường vô ngộ trước ra ngộ sau, tiêu hao như nước soi, cát chảy. Mạnh tâm giành giật cho lắm, chết rồi cũng tay không.

Người không trộm cắp luôn sống an vui vì không sợ bị tù tội, hoặc có người thù oán mình. Nếu mọi người giữ giới không trộm cắp thì nhà nhà được an vui, của đánh rơi cũng không có ai lượm, quên đóng cửa cũng chẳng có ai mất đồ.

Nghe nói ngày xưa bên Trung hoa, thời vua Nghiêu, vua Thuấn, thái bình thanh trị, người ta ngủ cũng chẳng cần đóng cửa, đồ đạc có đánh rơi cũng không ai lượm, tôi thích lắm. Không ngờ ngày nay, tại các nước văn minh trên thế giới, nếu ai mất của, đi báo cảnh sát thì người ta cho biết có người nhặt được rồi. Tôi biết một Phật tử tại Nhật bảo rằng một hôm cô có việc cần đi gấp, cô rời khỏi nhà cả ngày, không khóa cửa, về nhà đồ đạc vẫn còn nguyên. Cô TH ở California nói, có một hôm, cô về nhà thì thấy cửa mở toang, cô hoảng sợ, không dám vô nhà, cô gọi cảnh sát đến, họ đưa cô vào nhà, lục soát khắp nơi, thấy không mất gì cả. Thì ra, khi rời khỏi nhà cô không khóa cửa, gió thổi mở tung cửa mà thôi. Tại Việt Nam, thỉnh thoảng ta cũng thấy đăng trên báo những tấm lòng vàng, lượm được gói tiền, hoặc cái bóp của ai đánh rơi,

HÀNH THẬP THIÊN

được thông báo để chủ nhân đến nhận lại. Nhưng những tấm lòng vàng ấy ngày càng hiếm hoi.

Người Phật tử thọ năm giới thì không bao giờ khởi ý trộm cắp, dù trái cà, trái bí, cây đinh, cọng kẽm, nếu người ta không cho thì mình không được tùy tiện lấy đi. Từ đó suy ra, tất cả những gì không phải của mình thì mình không được lấy, không nhận, không sử dụng. Bây giờ, giả sử có người lượm được tờ giấy bạc 50.000 đồng Việt Nam hoặc tờ giấy 100 đô la, đưa lên máy phóng thanh mà gọi chừng hai lần thì đến lần thứ ba sẽ có người nhảy ra nhận là mình mất (mặc dù người ấy không có tờ giấy bạc ấy!).

Trong cuộc sống hàng ngày, tại các xí nghiệp, nếu công nhân mà đi trễ, về sớm thì dễ bị sa thải. Công nhân viên làm việc mà lấy văn phòng phẩm đem về nhà để cho mình và gia đình mình xài là ăn cắp của công! Sử dụng máy photocopy để sao giấy tờ cá nhân của mình, thậm chí sao chụp tài liệu tu học để tặng bạn bè (nghĩ rằng mình làm phước, giúp người tu hành, sẽ được phước) không ngờ lòng tốt ấy cũng là ăn cắp của công, làm việc riêng. Có nhiều người đến sở làm mà đọc báo, đọc tiểu thuyết, nghe nhạc, trang điểm, hoặc cùng bạn bè ra quán cà phê tán gẫu hàng giờ ... tất cả đều ăn cắp giờ làm việc mà thôi.

Là Phật tử, thọ trì năm giới hay mười giới đều phải ghi nhớ điều ấy, nếu rơi trúng vào một trong những điều kể trên tức là phạm giới thứ hai: Không trộm cắp.

Kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo dạy: Nếu không trộm cắp mà còn bố thí thì sẽ được mười quả báo phước lành như sau:

1/ Tiền của có dư, không bị vua quan, giặc giã cướp mất, không bị nạn lụt trôi, lửa cháy, hay con cái phá tán.

2/ Được nhiều người kính mến và tin cậy.

3/ Không bị ai lừa dối gạt gẫm.

4/ Xa gần đều khen ngợi lòng ngay thẳng của mình.

5/ Lòng được an ổn, không lo sợ về sự tổn hại nào.

6/ Tiếng lành đồn xa.

7/ Ở chỗ đông người lòng không khùng khiếp.

8/ Tiền của, tánh mạng, nhan sắc, sức khỏe an vui, biện tài vô ngại.

9/ Thường sẵn lòng bố thí cho tất cả chúng sanh.

10/ Khi chết được sanh lên cõi Trời.

Thật vậy, làm phước, được phước. Chẳng phải mình mong cầu, mà phước ấy vẫn tự đến với mình. Lời Phật dạy: Bố thí bất trụ tướng thì phước đức như hư không. Điều này chúng tôi đã nghiệm thấy trong cuộc đời mình cũng như trong cuộc đời của các

HÀNH THẬP THIÊN

cư sĩ theo tu học với chúng tôi. Chẳng những mình không tham lam của người mà còn bỏ đồng tiền mò hôi nước mắt của mình ra để bố thí, cúng dường thì những người ấy không bao giờ lâm vào cảnh nghèo đói. Các Phật tử làm việc ở nước ngoài thường dễ bị thất nghiệp, vì hãng xưởng làm ăn, buôn bán ế ẩm, nhưng các Phật tử thuần thành, thường hành hạnh bố thí đều gặp may mắn. Họ không bị cho nghỉ việc, hoặc nếu có thôi việc ở nơi này thì họ liền tìm được một nơi khác còn tốt hơn chỗ cũ.

Người giàu sang mà bo bo giữ của, không làm phước, bố thí, giúp người nghèo khó, bệnh tật thì đêm nằm ngủ không yên. Có của cải quý báu trong nhà thì tối ngày không dám rời nhà nửa bước, sợ gia nhân ăn cắp, hoặc ăn trộm cạy cửa lấy đồ, đêm ngủ không yên, nghe tiếng động tịnh thì lại tỉnh giấc, nơm nớp lo sợ ăn cướp... **Giữ giới không trộm cắp là thực tập TÂM BUÔNG XẢ**. Tâm buông xả thì thành thoi, an nhàn, không có gì phải lo toan.

Vậy các Phật tử phải thường xuyên giữ giới không trộm cắp, và tập bố thí, buông xả thì thân tâm, an lạc, phước lành tăng trưởng.

3.- KHÔNG TÀ DÂM

Phàm con người sanh ra đều do dâm dục (Nhất thiết chúng sanh giai dĩ dâm dục nhi chánh tánh mạng). Dâm dục là nhơn sanh từ luân hồi, là ma chướng ngăn trở bước đường tu giải thoát. Thế nên, Đức Phật dạy rằng: Lòng dâm không trừ thì không ra khỏi trần lao (Dâm tâm bất trừ, trần bất khả xuất). Bởi vậy, muốn giải thoát mà không đoạn lòng dâm thì tu ngàn kiếp cũng không bao giờ giải thoát.

Ở đây, tu Thập Thiên, ta cần ngăn ngừa tà dâm chớ không phải tu rớt ráo như các bậc xuất thế. Người cư sĩ, đối với vấn đề sinh lý vợ chồng thì đó là chánh dâm, nhưng nếu hành dâm với người khác (không phải là vợ hay chồng của mình) là phạm tội tà dâm. Giữ được giới không tà dâm thì gia đình được đầm ấm, an vui, hạnh phúc, con cái học hành tốt. Những đứa trẻ bụi đời, sa chân vào cạm bẫy của băng đảng, xì ke, ma túy, hoặc làm đi điếm đa số đều xuất phát từ những gia đình mất hạnh phúc, hoặc chỉ còn một cha hay mẹ nuôi con mà thôi.

Sự dâm dục quá độ khiến cho sức khỏe hao mòn, đưa đến chỗ bệnh tật, từ những bệnh phong tình, hoa liễu, giang mai cho đến các bệnh nan y không có thuốc chữa như Sida (Aids). Nhìn lại lịch sử Việt Nam cũng như Trung Hoa ngày xưa, có vị vua nào mà sống lâu đâu (tam cung, lục viện với hàng trăm cung phi mỹ nữ) mặc dù có ngự y ngày đêm chăm sóc, bốc thuốc bổ cho vua. Trong lịch sử Việt Nam có vua Lê Ngọa Triều, nghĩa là vua ra chủ tọa phiên họp với triều thần, bá quan văn võ mà phải nằm chứ không ngồi dậy nổi!

Người giữ giới không tà dâm là người biết trọng nhơn, nghĩa với người phối ngẫu của mình. Xã hội Á Đông ngày xưa rất phong kiến, trọng nam, khinh nữ; cho phép người chồng có quyền có nhiều thê thiếp. Cho nên có câu tục ngữ: Trai năm thê, bảy thiếp, gái chính chuyên chỉ có một chồng. Thậm chí nếu cưới nhau ba năm mà không sanh con trai thì vợ chánh phải cưới vợ bé cho chồng để có con nối dõi tông đường. Ngày nay, các nước Âu Mỹ rất quý trọng người phụ nữ. Các ông chồng ở Âu Mỹ ăn cơm xong phải rửa chén là chuyện bình thường (vì cả hai cùng đi làm thì phải phân chia

HÀNH THẬP THIÊN

nhiệm vụ đồng đều), cắt cỏ, khiêng thùng rác to tướng ra đường, tưới cây, xách đồ nặng vẫn là chuyện của các ông. Người nữ cũng tham gia mọi lãnh vực trong xã hội, từ nghề tài xế Taxi, lái xe ủi đất cho đến làm luật sư, bác sĩ, lãnh đạo công ty, xí nghiệp, làm dân biểu, thượng nghị sĩ, Thủ Tướng, nữ hoàng, thậm chí còn đi vào không gian, thám hiểm các vì sao xa xôi. Thế mà các nước ở Trung Đông bây giờ người ta vẫn chèn ép người phụ nữ bằng tập tục bắt buộc người nữ ra đường phải lấy khăn che kín (để không ai nhìn thấy mặt mình), đàn bà còn bị đàn ông đánh đòn giữa chợ, còn đàn ông thì tha hồ, có bao nhiêu vợ cũng được! Tập tục gì quái đàng! Một Phật tử cho biết tại Hoa Kỳ, ngày nay, có tiểu bang nào đó, người chồng theo đạo Mormon muốn cưới bao nhiêu vợ cũng được. Họ còn phổ biến trên truyền hình, phỏng vấn cả mẹ lẫn con đều làm vợ ông ta, ảnh chụp chung quanh ông chồng có hàng chục bà vợ và hàng lố con! Quả là chuyện lạ của thế kỷ hai mươi mốt!

Tóm lại, người Phật tử giữ gìn giới không tà dâm là người biết tôn trọng nghĩa tình với người phối ngẫu, là biết bảo vệ sức khỏe bản thân, đem lại an vui, hạnh phúc cho gia đình, góp phần làm lành mạnh xã hội. Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo dạy rằng: Không tà dâm và giữ được tiết hạnh sẽ được bốn điều lợi ích:

Sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý) đều được vẹn toàn.

Đoạn trừ hết thảy những phiền não quý nhĩu.

Ở trong đời được người khen ngợi, được tiếng tốt.

Vợ con không ai dám xâm phạm.

4.- KHÔNG NÓI DỐI

Nói dối là nói không đúng sự thật, chuyện có nói không, chuyện không nói có. Sống trong xã hội, người nào nói dối là tự mình làm mất lòng tin của mọi người. Nói dối rất tai hại cho sự chung sống, nói dối quen miệng, trở thành cái tật, rất khó diệt trừ. Nói dối mà người ta biết được thì kể như mình bị cô lập, không còn ai muốn thân cận với mình, nghĩa là nói dối sẽ làm cho uy tín mình không còn nữa.

Hòa Thượng Thiện Hoa dạy: Người ta ở đời, dù nói đùa chơi, cũng không được nói dối, vì lẽ nói dối mà người ta biết mặt, về sau có nói thật người ta cũng không tin. Nhất là người học đạo, không nên nói dối, cho rằng mình chứng Thánh, hay đắc đạo. Nói như thế là phạm tội đại vọng ngữ sẽ đọa vào ba đường ác.

Kinh Vị Tăng Hữu Thuyết Nhân Duyên có kể câu chuyện năm vị tỳ kheo giả làm người tu hành đắc đạo. Họ đến một vùng đất lạ, cất một cái bụt cao, che phướn, lộng, rồi một người lên ngôi nghiêm trang, mắt lim dim, còn bốn người kia đi vào làng kêu gọi mọi người đến xem có một vị tiên tu hành đắc đạo, nếu ai đến lễ lạy, cúng dường sẽ được nhiều phước báu. Cứ thế mà họ thay phiên nhau đi quảng cáo đồng bạn của mình để được cúng dường. Kiếp sau đó, vào thời Đức Phật còn tại thế, có bốn người khiêng kiệu và một người bảo vệ kiệu của Hoàng Hậu đến nghe Phật thuyết pháp. Khi Hoàng Hậu đi nghe pháp thì cởi bỏ vòng vàng, nữ trang để trong kiệu. Năm người phụ trách kiệu xe thì nằm ngủ, ăn trộm đến ăn cắp tất cả nữ trang

HÀNH THẬP THIÊN

của Hoàng Hậu. Quân lính cho tra khảo đánh đập tàn nhẫn. Bà đến thỉnh ý Phật về nhân duyên gì mà có chuyện như thế. Đức Phật đáp rằng năm ông đó kiếp trước là năm thầy tu giả mạo, còn bà là một tín nữ sùng đạo, hết lòng cung kính cúng dường họ. Bây giờ họ phải làm lính khiêng kiệu cho bà để đền nợ trước. Nghe xong, Hoàng Hậu vô cùng kính hãi, sợ mang tội với thầy nên bảo tha và không cho họ khiêng kiệu nữa. Nhưng họ khóc lóc, quì lạy, năn nỉ: Xin lệnh bà rủ lòng thương xót, cho chúng con tiếp tục hầu hạ lệnh bà. Chúng con hứa từ nay sẽ cẩn thận không bao giờ dám ngủ quên như thế ... Hoàng Hậu thỉnh ý Phật thì Đức Thế Tôn trả lời: Nghiệp báo, họ trả nợ chưa dứt thì làm sao mà họ ra đi dễ dàng được.

Người nói dối để cứu người hay vật thì không phạm tội. Trong kinh có kể chuyện tiên thân Đức Phật là một vị sa môn, đang ngồi thiền trong rừng. Khi nhà vua và quân lính đi săn, đuổi theo con nai, đến chỗ sa môn thì mất dấu. Họ đến hỏi vị sa môn: Ông có thấy con nai chạy về hướng nào không? Vị thầy tu lẳng lặng, không nói. Quân lính nổi giận la hét và lôi thầy tu đến trước mặt nhà vua. Vua lập lại câu hỏi trên thì thầy ấy đáp như sau: ***"Thưa Đại Vương, tôi là kẻ tu hành, giữ gìn giới luật thì không được nói dối và cũng không được sát sanh. Nếu tôi nói không thấy là tôi nói dối, và phạm tội khi quân. Nếu tôi nói thật để Đại Vương giết con nai thì tôi phạm giới sát sanh. Xin Đại Vương tha thứ và cho tôi miễn trả lời câu hỏi này. Nếu Đại Vương bắt tội thì tôi sẵn sàng chịu chết chứ không thể nào trả lời cho Đại Vương được."***

Trong lịch sử Việt Nam, thời vua Quang Trung, khi quân lính truy lùng chúa Nguyễn Ánh, ông phải chạy vào chùa, xin nhà sư cứu mạng. Chùa nghèo và rất đơn sơ, sư đành cho khiêng một trong ba tượng Phật xuống đất và bảo Nguyễn Ánh lên ngồi trên bàn thờ, thế chỗ tượng Phật ấy. Khi quân lính đến hỏi: Nãy giờ ông có thấy ai chạy vào chùa không, thì nhà sư bình tĩnh trả lời: A Di Đà Phật! Bàn đạo bận tụng kinh, niệm Phật nên không nghe thấy ai cả. Sau một hồi lục soát, thấy không có ai thì họ bỏ đi. Nhà sư đã nói dối để cứu mạng người (sau này là vua Gia Long), cũng được xem là không phạm tội.

Kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo dạy: Người không nói dối được tám điều lợi ích như sau:

- 1/. Được thế gian kính phục.***
- 2/. Lời nói nào cũng đúng lý, được người, trời kính yêu.***
- 3/. Miệng thường thơm sạch, nói ra có mùi thơm, như hoa wu bát la.***
- 4/. Thường dùng lời êm ái, an ủi chúng sanh.***
- 5/. Được hưởng lạc thú như ý nguyện, và ba nghiệp đều trong sạch.***
- 6/. Lời nói không buồn giận, mà còn tỏ ra vui vẻ.***
- 7/. Lời nói tôn trọng, được người trời đều vâng theo.***
- 8/. Trí tuệ thù thắng, không ai hơn.***

HÀNH THẬP THIÊN

Tóm lại, là Phật tử chúng ta không được nói dối, vì nói dối sẽ làm mình mất đi hai đức hạnh: uy tín và thành thật.

5.- KHÔNG NÓI LỜI THÊU DỆT

Người đời thường hay trau chuốt lời nói. Khi kể lại một chuyện gì, muốn tạo sự chú ý của người, và tăng phần hấp dẫn của câu chuyện, người ta thường thêm mắm, giặm muối. Thí dụ kể lại chuyện đi câu cá: Hôm qua tôi câu được con cá lóc nặng gần một kilô. Thật ra người ấy câu được con cá tràu, nặng gần 500 gram. Hoặc chuyện chồng đánh vợ: Cái thằng cha ăn ở bất nhân. Nó lấy củi tạ mà đánh vợ nó. Thật ra, người chồng, trong khi gây gỗ, chỉ mới tát tai mà thôi.

Đi buôn thì vật xấu mà nói là tốt, hàng giả mà bảo là hàng thật và bán giá cao, gạt người mua khiến người ta mua đồ mà xài không được.

Vì một chút lòng hờn ghen liền dùng lời nói thêu dệt để cho đôi bên thù hận có thể giết hại lẫn nhau, làm tổn hại tánh mạng người khác. Chỉ vì một chút lòng ganh tị, hoặc thù vặt bèn dùng lời thêu dệt để lung lạc lòng người, hoặc quyến rũ, gạt gẫm người khác, làm tổn hại danh dự và tài sản, cốt để đem lại cho mình được nhiều lợi lạc và còn được tiếng thơm, tiếng tốt.

Ngược lại, người có lời nói đúng đắn, không thêu dệt, nói chánh lý, không dối gạt người, không làm tổn hại danh giá, tài sản và thậm chí cả tánh mạng của người, đó là người tốt. Người không nói lời thêu dệt sẽ được ba món công đức mà kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo dạy:

- 1/. Được người trí yêu mến.*
- 2/. Thường đáp được những câu hỏi khó khăn.*
- 3/. Được làm người có uy tín cao quý trong cõi Trời và cõi người.*

6.- KHÔNG NÓI LẬT LỌNG

Ở đời, có lắm kẻ mồm mép, vừa nói một lúc sau nói ngược trở lại; lấy quấy làm phải, lấy phải làm quấy, lật qua lật lại, tráo trở, như người nướng bánh phồng!

Những hạng người này ta nên tránh xa. Họ thường dục ba, dục bảy, đem chuyện người này nói ra, nói vào, bêu xấu, khiêu khích người khác để tạo bất hòa, thù hận. Họ còn đem chuyện của người này, gièm pha với người kia, có lúc nhạo báng, khinh chê làm cho đôi bạn thù hận, sanh mối tương tranh. Họ còn dùng môi mép, đứng trung gian gây ác cảm đôi bên để đi đến kiện thưa.

Người không nói lật lọng, không có làm phiền muộn bà con lối xóm, nên được thân bằng quyến thuộc, kẻ xa, người gần đều kính mến. Người không nói lưỡi hai chiều thường dùng lời êm ái, an ủi, khuyên giải và giúp cho bà con, xóm giềng được hòa thuận, thân yêu, khiến cho ai nấy cũng vui vẻ, an lòng. Người này đến đâu cũng được

HÀNH THẬP THIÊN

mọi người kính yêu, gặp khó khăn thì người ấy sẽ đứng ra thu xếp, hòa giải một cách dễ dàng.

Người không nói lật lọng là người luôn luôn đem lời nói hòa giải giúp cho mọi người sống trong xã hội được an vui, hạnh phúc. Ngày xưa, thời Tam Quốc, ở Trung Hoa có những người chuyên đi du thuyết. Họ là người học rộng, hiểu nhiều, nói lời hòa nhã, có sức thuyết phục. Họ thường được các vua cử sang nước khác để du thuyết, phân tích cho vua bên kia nghe ưu và khuyết của mỗi bên, những cái lợi và hại của việc đánh nhau, để cuối cùng thuyết phục được đối phương phải lui binh, hoặc hưu chiến. Ngày nay các quốc gia trên thế giới cũng có gởi Đặc Sứ, hoặc Sứ Thần đi sang nước khác (như Trung Đông, Nam Phi) để dàn xếp những vụ tranh chấp ... Tất cả những việc làm ấy là do tài năng của người có khả năng ăn nói khéo.

Kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo dạy: Kẻ nào nói lời hòa giải thì được năm điều không thể phá hoại:

- 1/. Được nhen bắt hoại, vì bản thân mình không bao giờ có ý hại người.***
- 2/. Được làm con trong dòng họ sum họp, vì nhen mình không gây chia rẽ bà con quyến thuộc của người.***
- 3/. Được đức tin bắt hoại vì nhen thuận theo nghiệp đời trước của mình.***
- 4/. Được pháp hạnh bắt hoại vì nhen chỗ tu của mình rất kiên cố.***
- 5/. Được thiện hữu tri thức bắt hoại vì nhen mình không hay nói dối người.***

Vậy người Phật tử tại gia phải giữ gìn giới không nói lật lọng, và thường hành hạnh nói lời hòa nhã, êm ái thì sẽ được phước đức lớn.

7.- KHÔNG NÓI LỜI HUNG ÁC

Nói lời hung ác là nói ác cho kẻ khác, nói người ta hung dữ, phao phản người, luôn luôn bươi móc việc xấu của người. Người nói lời hung ác là người cộc cằn, thô lỗ, mắng nhiếc nguyên rủa, thề thốt độc địa, khiến cho người ta lo sợ, hổ thẹn, và khổ sở trong lòng.

Thí dụ có người dùng lời ác độc, thề thốt tự hại mình mà trong lòng thì muốn cho người ta bị mắc lời thề ấy, hoặc hại người: Tôi mà có nói gian cho tôi chết đi. Kẻ nào nói gian cho Trời đánh nó chết đi, cho nó ra đường xe cán nó đi...

Người không nói lời hung ác là người biết dùng ái ngữ. Tục ngữ ta có câu: Nói ngọt, lọt đến xương,

hoặc: Lời nói không mất tiền mua, Lựa lời mà nói cho vừa lòng nhau.

HÀNH THẬP THIÊN

Người không nói lời hung ác thì nói lời ôn tồn, nhã nhặn, hàm chứa một tâm hồn đầy nhân ái, tha thứ, bao dung. Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo dạy rằng: Kẻ nào không nói lời hung dữ sẽ được tám món công đức:

- 1/. Không nói sai pháp.*
- 2/. Nói ra lời nào cũng có ích lợi.*
- 3/. Nói lời nào cũng đúng chơn lý.*
- 4/. Lời nói nào cũng khôn khéo.*
- 5/. Nói điều chi ai cũng vâng theo.*
- 6/. Lời nói nào thốt ra cũng được người ta tin dùng.*
- 7/. Nói điều chi cũng không có ai chê bai.*
- 8/. Nói ra lời nào cũng được yêu mến.*

8.- KHÔNG THAM MUỐN

Cái gốc của sanh tử, luân hồi là lòng ham muốn năm món dục lạc (tài, sắc, danh, thực, thù: tiền của, sắc đẹp, danh vọng, ăn uống và ngủ nghỉ) mà con người trong thế gian, không có ai tránh khỏi. Nếu tham muốn, mong cầu mà được toại nguyện thì sanh tâm vui mừng, hớn hở, còn ngược lại thì buồn khổ, sầu não.

Lòng ham muốn của con người thì vô tận, có một thì muốn được mười, chẳng bao giờ thấy đủ. Thế nên cả đời phải nhọc nhằn, lao khổ, nói rằng ráng làm đề sau này được sung sướng. Vậy mà cả đời chẳng thấy sung sướng chỉ vì lòng tham chứa đầy và người ta không bao giờ thấy đủ. Biết đủ thì thấy đủ, chờ cho đủ thì biết đến bao giờ? (Tri túc tiện túc, đãi túc hà thời túc).

Ham sắc đẹp thì phải tốn phí nhiều tiền bạc và sức khỏe, tinh thần suy nhược. Đó là chưa kể những người say mê sắc dục, cả đời chạy theo bóng dáng hình hài, bỏ phé gia cang, gia đình tan nát (Gió đưa bụi chuối sau hè, anh mê vợ bé bỏ bè con thơ). Muốn trừ tâm tham dục, cứ nhìn lại thân mình và thân người từ lúc còn trẻ cho đến bây giờ, ta thấy biết bao nhiêu đổi thay (vô thường). Quán cái thân này chứa nhiều thứ bất tịnh mà Đức Phật gọi là cái da hôi thối (nước miếng, đờm, dãi, ghèn, cứt ráy, phân, nước tiểu, mồ hôi ...). Nếu chưa đủ sức diệt trừ tâm ái dục thì phải tập cửu tướng quán (tử thi sinh thối, đòi bọ rút rĩa, chó sói, kên kên đến rĩa thịt, con người chỉ còn là bộ xương, cuối cùng thì cái xương ấy cũng rã tan và một cơn gió thổi là lớp bụi trắng tung bay, không còn lại dấu vết).

Tham tiền bạc thì phải đọa đầy thân xác, lao động vất vả, đầu tắt mặt tối (ban ngày không đủ, tranh thủ làm đêm, có khi làm luôn cả ngày cuối tuần). Nhất là những người làm thương mại, ăn không ngon, ngủ không yên, suy tư, tính toán đủ điều, sợ người ta giành mất phần lợi của mình ... Nhiều người được nghỉ lễ, nghỉ phép mà vẫn mang điện thoại theo trong mình để tiện việc liên lạc, nghĩa là cũng chẳng có ngày

HÀNH THẬP THIÊN

nào được nghỉ ngơi thanh thản. Người không ham muốn có nhiều tiền của là người ít muốn biết đủ, không có nhiều nhu cầu. Càng có nhiều nhu cầu càng khổ cực xác thân. Người tu hành thì ăn uống đơn giản (nhưng ăn đầy đủ chất bổ dưỡng, nhất là những người chỉ ăn một lần trong ngày), không cầu kỳ. Phải tập ăn cái gì cũng được, ngủ ở đâu cũng được, không cần phải ở nhà cao cửa rộng, đầy đủ tiện nghi, hoặc ăn cơm nhà hàng. Người tu sĩ chân chánh ngày xưa chỉ có ba y một bát, đi xin ăn, ai cho gì ăn nấy. Ngủ thì ngủ dưới gốc cây, và cũng rày đây mai đó, không bao giờ ở mãi một chỗ (tránh sự quyến luyến nơi mình đang ở).

Ham danh vọng, quyền cao, tước trọng thì phải chịu khó vào luồn ra cúi, đút lót, hối lộ mà vẫn nơm nớp lo sợ ngày nào đó sẽ có kẻ khác vào lấy mất ghế (chức vụ) của mình. Tục ngữ ta có câu: Càng cao danh vọng, càng dày gian nan. Đệ tử Phật không màng quyền cao chức trọng, không hãnh diện khi làm quốc sư, hoặc giữ chức vụ then chốt trong giáo hội, và cũng không chờ đợi ngày được tấn phong Hòa Thượng, Thượng Tọa. Đó là háo danh, vậy mà có người giữ một chức vụ nào đó trong giáo hội, hoặc làm trụ trì một ngôi chùa lớn thì chẳng bao giờ rời bỏ chức vụ ấy. Bởi vậy người ta bảo rằng các thầy làm công việc hành chánh, giữ chức vụ thì không có thì giờ tu!

Người cư sĩ mà bận rộn quá nhiều thì không có thì giờ lo cho thân mình, còn thì giờ đâu mà vui chơi với gia đình, vợ con. Đối với người ấy thì tu hành là một điều vô cùng khó khăn. Có Phật tử đến phân bua cùng với Thầy trụ trì: Bạch thầy, con cũng muốn tu lắm, con thấy không khí ở chùa trang nghiêm thanh tịnh, con thích lắm; nhưng mà công chuyện làm ăn khiến con không thể bỏ được, dù một ngày cũng không được. Buông tay ra là công việc sẽ bết tắt. Con sẽ ráng thu xếp, chừng vài năm thì con có thể đào tạo một số cán bộ nòng cốt...

Tham ăn uống món ngon, vật lạ (rắn, rùa, ba ba, cua đĩnh, ...) là hành hạ thân xác, khiến cho thân mắc phải những chứng bệnh nan y. Báo đặng có nhiều người ăn cá mà bị ngộ độc, nhiều nhà hàng trên thế giới, thỉnh thoảng cũng mua phải những hải sản mang bệnh khiến cho thực khách bị ngộ độc hàng loạt, phải đưa vào bệnh viện cứu cấp. Những người ham ăn, hốt uống thì sẽ bị bội thực, trúng thực, bắt bao tử, gan, thậm chí làm việc quá nhiều, không có thì giờ ngừng nghỉ, dễ mắc bệnh tiêu hóa, thận và tim mạch. Người cư sĩ dù chưa trường chay cũng ráng cố gắng giữ một số ngày chay định kỳ trong tháng. Ăn chay chẳng những thể hiện tình thương đối với loài vật mà còn có ích lợi thực tế cho bản thân. Thức ăn thực vật dễ tiêu hóa hơn thức ăn động vật. Đó là chưa kể trong thịt của loài vật, kể cả các loài cá, có mang sẵn mầm bệnh. Loài vật trước khi bị giết, nó đau đớn khổ sở, đem lòng thù hận, nếu ta ăn thịt chúng thì bản thân ta cũng bị ảnh hưởng.

Tham ngủ, ngủ nhiều, ngủ sớm, dậy trễ, thân thể lười biếng sanh ra bệnh béo phì. Ngủ nhiều thì trí tuệ tối tăm, con người trở thành biếng nhác, ít chủ động được mình, ý chí dường như không có. Người như thế dần dần trở thành kẻ ăn bám xã hội, giống như loài cây chùm gởi mà thôi.

Muốn chiến thắng sự ham muốn dục lạc ở thế gian thì phải có sức quán thông suốt và trí tuệ minh mẫn mới mong thành tựu hạnh siêu dục. Nhờ đó mà ta có thể sống cuộc đời tự túc, đơn giản, thanh tao và an nhàn. Ý thức rõ sự tai hại của tâm dục lạc và lợi ích thiết thực của tâm ly dục ([ly dục](#), [ly bất thiện pháp là con đường dẫn đến Sơ Thiên](#)), ta phải đem hết ý chí dũng mãnh để khắc phục tâm tham dục lạc và làm chủ

HÀNH THẬP THIÊN

những hoàn cảnh, đối tượng đầy chạ m bẫy chạ m đễ bao quanh ta. Có như vậy thì cuộc sống của ta mới đợc an nhàn. Đây là cuộc cách mạng tư tưởng, giúp cho ta thoát khỏi cảnh nghèo đói, đau khổ. Khuyến cáo của Liên Hiệp Quốc cho rằng nếu nước tư bản giàu sang mà không phí phạm (thức ăn thừa mừa đem đổ bỏ), từ trong gia đình cho đến ngoài xã hội, thì số lượng thực phẩm ấy cũng đủ nuôi sống dân nghèo đói ở Á, Phi.

Tu tập diệt trừ tâm tham dục thế gian không có nghĩa là cuộc sống ta mất đi, hay là sống như một người chán đời. Không tham dục nghĩa là không tham đắm, không dính mắc, chớ không phải đem quăng hết tài sản, của cải, hoặc làm biếng, không chịu làm ăn sanh sống như mọi người.

Nên nhớ, sự sống là trả nghiệp, chớ không phải là sự tham đắm, si mê về dục lạc. Kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo dạy rằng: Kẻ nào không tham đắm dục lạc thế gian sẽ đợc năm món công đức tự tại:

- 1/. Ba nghiệp thân, khẩu, ý đợc tự tại, vì nhưn các căn đợc đầy đủ.*
- 2/. Cửa cải đợc tự tại, vì tất cả giặc thù đều không làm hại đợc.*
- 3/. Phước đức tự tại, vì khi tâm muốn gì đều đợc như ý.*
- 4/. Ngôi vua tự tại, vì các của cải quý báu đều đợc người đem đến dâng hiến.*
- 5/. Đợc hưởng phần lợi gấp trăm lần mình đã định, vì kiếp trước mình không có lòng bõn xẽn.*

Người đệ tử Phật chẳng những từ bỏ tật tham lam, mà còn hành hạnh bố thí. Bố thí tức là hạnh buông xả. Buông bỏ, không chắt chửa tài sản của cải, mà còn chia xẻ cho người nghèo khổ, bất hạnh. Không màng công danh, phú quý, không bận tâm tranh danh đoạt lợi, hằng sống với tâm buông xả thì tâm trí thanh thoi, dạo chơi thanh thân, giấc ngủ an lành, ít bệnh, ít khổ. Người có nhiều tài sản, của cải, danh lợi thì sẽ mệt mỏi nhiều, và sẽ đi chậm hơn những người có ít tài sản trên hành trình đi về xứ Phật, tức là giải thoát khỏi sanh tử luân hồi.

9.- KHÔNG SÂN HẬN

Người tu theo Phật giáo phải thực hành cho kỳ đợc tâm không hờn giận. Đứng trước các đối tượng ta phải cố tránh đừng để mọi sự, mọi việc xảy ra. Phải luôn luôn giữ sắc mặt bình thường, nghĩa là nếu sắc mặt đang vui vẻ, gặp điều nghịch ý bỗng nhiên thay đổi, cau có, đỏ gay thì đó không phải là người tu. Người tu Thập Thiên lúc nào cũng giữ tánh nết hiền hòa, đừng để nổi cơn hung ác.

Kinh dạy: Một niệm sân tâm nổi lên thì trăm ngàn tai họa đến (Nhất niệm sân tâm khởi, bách vạn chướng môn khai). Người xưa cũng nói: Hãy dẫn tâm giận xuống, chỉ trong một giây mà thôi, để rời khỏi sợ cả trăm ngày, hoặc là Một đóm lửa sân cháy tiêu cả rừng công đức. Nếu không dẫn đợc cơn nóng giận, ta có thể nói hoặc hành động sơ hồ mà khi bình tĩnh ta sẽ thấy xấu hổ và ân hận vô cùng. Từ một chuyện nhỏ,

HÀNH THẬP THIÊN

không quan trọng, hoặc hiểu lầm, người ta có thể biến nó thành chuyện lớn. Như hai vợ chồng là bạn đạo trong nhóm tu học tại chùa, thấy ông chồng có vẻ sẵn đón một chị bạn trong nhóm, bà vợ nổi ghen. Thế là vợ chồng có chuyện cãi nhau, thành to chuyện, và sau đó thì họ không tu nữa, không đi chùa, không theo Ban Hộ Niệm. Nếu không có thầy và bạn can thiệp thì họ sẽ dẹp luôn bàn thờ Phật trong nhà! Đó là chưa kể có nhiều trường hợp sân hận nổi lên, người ta có thể tự tử hoặc gây án mạng, tạo cảnh tù tội chung thân.

Bởi vậy người tu hành phải ý thức sự sân hận là một tai họa lớn. Nó làm mất đi sắc tướng của người tu (tăng tướng), và mất lòng nhân ái của người thế tục. Chúng ta phải đem hết ý chí dũng mãnh để chiến thắng những cơn sân phát khởi ào ào như thác đổ. Muốn hoàn toàn làm chủ tinh thần, không để một phút giây sân hận, thì phải dùng trí tuệ quán xét cho thấu suốt ngọn nguồn của đối tượng để ngăn chặn chúng ở bên ngoài.

Thông thường người ta khuyên mình khi nóng giận thì đi uống một ly nước, nó sẽ hết. Thật ra, đi uống nước thì cơn giận có giảm xuống. Nhưng nó vẫn tiếp tục tuôn trào, nhất là khi ta ngồi thiền. Muốn diệt trừ tâm sân hận, ta phải thực hành hạnh từ bi. Tha thứ được cho người thì lòng mình mới an. Bình thường thì ta có thể tha thứ cho người lớn tuổi hơn hoặc đẳng cấp cao hơn ta thật dễ dàng, nhưng tha thứ cho người nhỏ tuổi hơn, hoặc ở cấp dưới thì ta khó tha thứ hơn. Phải quán chiếu để cảm thông nỗi khổ của người (Có lẽ tại vì anh ấy đang có chuyện buồn, nên mới có lời nói không tốt đẹp ấy, hoặc là chị ấy hiểu lầm ý mình nên mới buông ra những lời khiếm nhã như thế ...). Phải đặt mình vào trong hoàn cảnh của người thử xem mình phản ứng như thế nào?

Để diệt tâm sân, có vị thiền sư dạy hãy quán không, thân này là không, lời nói như gió thoảng, có gì đâu mà buồn, giận. Kể ra không phải dễ gì mà không cho được. Có một thiền sư khác thì dạy thực tập thiền quán trong khi giận như sau: Thở vào tôi biết tôi đang giận, thở ra tôi biết cái giận còn ở trong tôi; hoặc đọc thầm một bài kệ trong tâm, mỗi câu là một hơi thở ra vào. Phương pháp này cũng giúp cho ta thấy nhẹ, khỏe, cường độ cơn sân sẽ giảm ngay.

Thật ra, muốn diệt trừ sự sân hận trong tâm thì ta phải tập diệt ngã (chấp ngã nên mới sân: Nó còn nhỏ tuổi, đi tu học sau tôi, vậy mà mỗi lần tụng kinh thì nó đứng trước tôi; đã vậy tụng kinh còn hét lớn lên át hết tiếng của người khác...) và quán từ bi: Người ta không biết tu nên mới ăn nói hoặc hành động thiếu suy nghĩ như thế; còn mình hiểu đạo, tu tập lâu năm, chẳng lẽ mình cũng như vậy sao? Có gì đâu mà phải giận? Tôi xin nguyện tha thứ cho người. Nếu quán sát kỹ, thấy mình cũng có lỗi một phần nào (trong khi sân hận, lời qua tiếng lại, thì ai mà không lỡ lời, nói nặng, làm cho người kia đau khổ), ta hãy đến xin lỗi người ấy thì mọi gút mắc đều được giải tỏa, cả hai đều cảm thấy nhẹ khỏe, an vui. Nhớ chỉ nhận phần lỗi của mình, không đề cập đến lỗi của người. Chỉ nhìn thấy lỗi của mình, chứ thấy lỗi của người thì cái lỗi của mình đã gần kề. Nên nhớ phải thực tập để có đủ nghị lực (can đảm và chân thành) nói lên lời xin lỗi. Nói được lời xin lỗi xuất phát từ đáy lòng của mình (giống như khi mình thành tâm sám hối trước Phật) thì cũng như nước sôi đổ vào tuyết, những hờn giận chất chứa sẽ tan biến ngay.

Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo dạy rằng: Kẻ nào làm chủ được tâm sân thì sẽ được tám món công đức:

HÀNH THẬP THIÊN

- 1/. Tâm không tổn não.*
- 2/. Tâm không giận hờn.*
- 3/. Tâm không tranh giành.*
- 4/. Tâm được nhu hòa, ngay thẳng.*
- 5/. Tâm được từ bi như Phật.*
- 6/. Tâm thường làm lợi ích và an ổn cho chúng sanh.*
- 7/. Thân tướng được trang nghiêm, mọi người đều tôn kính.*
- 8/. Có đức nhu hòa, nhẫn nhục, sau được lên cõi Trời Phạm Thiên.*

10.- KHÔNG SI MÊ

Người không si mê là người biết phán đoán rành rẽ, nhận định một cách rõ ràng, đúng đắn, không biện minh che đậy sự mê mờ, dốt nát của mình và cũng không cố chấp vào kiến thức chủ quan của mình. Hơn nữa, người ấy còn sáng suốt, không tin những tà thuyết không hợp lý, nghĩa là người ấy không mê tín dị đoan.

Người không si mê là người có trí tuệ thông minh thấu suốt thuyết nhân quả, luân hồi nên không bao giờ tạo tội ác, và luôn luôn có những hành vi rất thiện, thường tu Thập Thiện và sẵn sàng mang lòng từ bi đến mọi người.

Người ấy thường quán xét vạn hữu, tìm rõ nguồn gốc vô minh, phá trừ tư tưởng dính mắc, chấp trước, tinh tấn hàng ngày tiến bước trên đường giải thoát nội tâm của mình.

Người có tâm tỉnh giác là người không si mê. Người tỉnh giác cao thì tâm được định tĩnh. Muốn được tâm tỉnh giác, trước phải phá cho được thù miên. Hôn trầm, thù miên, vô ký là trạng thái tâm trí mờ mịt, hoặc buồn ngủ, hay không nhớ, không biết gì cả. Đây là tình trạng chung của những người tu thiền, nếu không tỉnh thức thì hành giả sẽ buồn ngủ, ngủ gục, và rơi vào tình trạng mờ mịt, không hay biết gì cả. Một số người tu thiền, sau một thời gian tu tập, khi rơi vào tình trạng này họ cứ nghĩ rằng mình đã nhập định! Làm sao mà nhập định cho được khi con người còn đủ tham, sân, si (giữ giới không nghiêm minh)?

Đức Phật dạy con đường tu chứng phải trải qua tam vô lậu học là Giới, Định, Tuệ. Nhờ trì giới nghiêm nhặt, ngăn ác diệt ác pháp, sanh thiện, tăng trưởng thiện, hành giả Ly dục ly bất thiện pháp nhập Sơ Thiên (nhân giới sanh định, nhân định sanh tuệ). Cổ đức có nói:

Sân si, nghiệp chướng chẳng chừa,

Bo bo mà giữ tương đưa làm gì.

HÀNH THẬP THIÊN

Ngoài hôn trầm, thùy miên, người tu thiên còn phải tránh trạo cử (con người lúc nào cũng rọ rạy khó chịu, quay bên này, móc bên kia, suy tính đủ thứ), hoặc hối quá, nghĩa là ân hận mãi về một việc làm trong quá khứ.

Tóm lại, người Phật tử giữ giới không si mê trước tiên phải từ bỏ rượu. Rượu làm cho tâm trí mờ tối khiến cho ta có những lời nói và hành động sai lầm, tai hại. Trong khi tu tập thì phải duy trì giờ giấc công phu, ăn uống điều độ, không ăn phi thời. Không cố gắng thức khuya, dù là công phu, vì thân thể mệt nhọc, rã rời thì công phu cũng vô ích mà thôi. Nói một cách khác, hôn trầm thùy miên, và trạo cử, hối quá là những chướng ngại đưa đến si mê mà người Phật tử, nhất là những người tu thiên, cần phải ghi nhớ.

Nếu người hành Thập Thiên phá trừ được si mê thì sẽ thành tựu mười công đức như Kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo dạy:

- 1.- Được ý vui chơn thiện và bạn chơn thiện.*
- 2.- Tin sâu hơn quả, thà bỏ thân mạng chứ không làm điều ác.*
- 3.- Chỉ quy y theo Phật, không quy y theo Thiên Thần ngoại đạo.*
- 4.- Tâm được ngay thẳng chánh kiến.*
- 5.- Thường sanh lên cõi Trời, khỏi bị đọa ba đường ác.*
- 6.- Phước huệ không lường, thường tăng lên mãi.*
- 7.- Dứt hẳn đường tà, chăm tu chánh đạo.*
- 8.- Không còn lòng chấp ngã, bỏ hết nghiệp ác.*
- 9.- Trụ nơi chánh kiến.*
- 10.- Khỏi bị nạn dữ.*

THỂ HIỆN THẬP THIÊN

Người tu THẬP THIÊN thường chế ngự lòng buông lung của mình, bỏ các nghiệp dữ, quyết thành tựu các nghiệp lành, đó là thuận theo chánh đạo.

Thể hiện THẬP THIÊN chỉ có người trí mới ý thức sự lợi ích của nó đối với cuộc sống, nên quyết tâm thực hành cho bằng được. Nhờ sự hành THIÊN, chúng ta mới thoát khỏi sự khổ đau.

Muốn hưởng được phước báu thì hãy dứt trừ 10 nghiệp dữ, hằng ngày phải tinh tấn tu THẬP THIÊN, cứ mỗi lần bỏ xuống một nghiệp ác thì ngay đó nghiệp thiện hiện ra khiến tâm hồn mình được an vui.

HÀNH THẬP THIÊN

Biết được sự lợi ích của THẬP THIÊN (cho đời sống của mình và xã hội), hành giả phải quyết tâm nỗ lực thực hành đúng 10 điều lành của Đức Phật dạy. Cứ tiếp tục mãi trên đường xây dựng tu Thiện cho đến một ngày nào đó hoàn toàn là THIÊN, lúc bấy giờ ta sẽ được 4 ưu điểm mà Kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo dạy:

1. Thân và tâm của chúng ta trở thành tốt đẹp . Hành động thân, khẩu, ý biểu lộ đầy đủ đạo đức, lòng hiếu sát hung hăng sẽ biến dần, lòng từ bi bác ái hiện rõ . Đối với con người và loài vật đều thương xót bình đẳng, thường lấy ân trả oán, vì thế từ oán thù sẽ trở thành ơn nghĩa, thương yêu.
2. Khi tâm không còn giận hờn, dù bất cứ hoàn cảnh nào, có cảm tức đến đâu cũng không lộ vẻ giận hờn hoặc thù oán . Phải biết đây là sự tu nhẫn nhục để biến cải hoàn cảnh hung dữ trở thành hiền hậu . Lúc ấy con người không còn tranh đấu giết hại lẫn nhau mà chỉ có một lòng tương thân, tương ái mà thôi.
3. Chúng ta có đủ duyên mới được nghe bài thuyết pháp do Thích Đệ Hoàn Nhơn đã trợ duyên cho Tôn Giả Tu Bồ Đề bằng pháp môn THẬP THIÊN để thoát khỏi bệnh tật nơi thân mà còn hưởng được kết quả giải thoát nơi tâm hồn mình.
4. Khi hành giả quyết tâm thực hiện 10 điều lành, chắc chắn sẽ được sanh lên cõi Trời hưởng phước lạc đầy đủ.

Ngược lại, nếu ai không tu Thập Thiện mà còn mong đến đất Phật thì chắc chắn không bao giờ có được. Vì mười phương ba đời chư Phật và các bậc Thánh Hiền thoát khỏi vòng sanh tử, chứng quả Vô Thượng Bồ Đề, đều phải tu THẬP THIÊN và lấy THẬP THIÊN làm căn bản cho sự tu hành của mình.

THẬP THIÊN có công năng giúp cho chúng ta ngăn ngừa được các hành vi độc ác, nhờ vậy tất cả hoàn cảnh đều được yên lành vui tươi. THẬP THIÊN giúp cho thân, khẩu, ý chúng ta lần lần tiêu tội và được thanh tịnh. Do tâm hồn thanh tịnh nên con người mới thoát ly sanh tử và cuộc sống mới được hoàn toàn an vui trong mọi cảnh, dù thuận hay nghịch cũng trọn vẹn không chướng ngại.

Cho nên người tu THẬP THIÊN là người đầy đủ hạnh phúc nhất trần gian.

Khi vạn hữu không còn là chướng ngại của tâm hồn thì sự đau khổ cũng lần lần chấm dứt. Tư tưởng được an ổn và thường sống trong trạng thái bình thường thanh tịnh, thanh thân thì cơ thể bắt đầu không bệnh tật , tâm luôn thư thối an lạc, cuộc sống đầy đủ hạnh phúc. Đó là nhờ tu THẬP THIÊN tạo nên phước báu rõ ràng.

Hành THẬP THIÊN là cái nhân tránh khỏi bị đọa lạc vào chốn tam đồ khổ và luôn luôn được hưởng an vui trong cõi ta bà. Nếu ai có thể tiến sâu hơn sự THẬP THIÊN thì sẽ được vào Niết Bàn vĩnh cửu.

Do sự ích lợi của pháp môn này, chúng tôi thành tâm khuyên mọi người tu theo đạo Phật, trước tiên nên tu THẬP THIÊN, nó là nguồn gốc cơ bản giải thoát của Phật Giáo.

Bởi THẬP THIÊN là một pháp môn giúp cho mọi người sơ cơ mới biết tu hành, dễ đạt được kết quả giải thoát rất là vĩ đại. Nếu ai chịu khó thực hiện tiến tu pháp môn này hàng ngày, chắc chắn sẽ được giải thoát khỏi tâm hồn đau khổ thế gian.

HÀNH THẬP THIÊN

DUNG THÔNG

Lúc bấy giờ Ba-Giá-Tuần lên dây đàn, đến trước mặt Tôn Giả Tu Bồ Đề dùng lời ca và tiếng đàn nói lên phương tiện tu hành của cõi Trời Thích Đệ Hoàn Nhơn:

Kiệt hết thường không sát

Niệm niệm không rối loạn

Thì trần cấu ắt dứt

Mong sớm từ Thiên giác

Tâm bật qua dòng hữu

Hàng ma độ các kiết

Công đức như biển lớn

Mong chóng từ định dậy

Mắt định như hoa sen

Các hữu thường không dính

Không về làm quây về

Định không kịp thì dậy

Bốn dòng sông vô vi

Khéo hiểu không già bệnh

Đây thoát họa hữu vi

Cúi mong Tôn sớm dậy

Năm trăm Trời ở trên

Thích chủ đích thân đến

Muốn xem Tôn Nhan Thánh

Hiểu không xin mau dậy.

(Tăng Nhất A-Hàm)

Qua bài kệ trên, lời khuyên của Trời Thích Đệ Hoàn Nhơn dạy chúng ta phải dứt trừ sát sanh. Nhờ không sát sanh mà các kiết (sự ràng buộc) sẽ hết, các kiết dứt thì tâm không rối loạn và trần cấu đều chấm dứt. Bấy giờ nội tâm từ tình thức suy lý đến sự

HÀNH THẬP THIÊN

khổ đau, phiền lụy, sợ hãi đều vắng bật, tất cả vạn vật hữu không còn là chướng ngại của tâm, nghĩa là tâm không dính mắc với vạn vật, dù trong cảnh thuận hay nghịch đều vượt thoát khỏi, tức là hàng phục được các ma chướng bên ngoài cũng như chính trong tâm của mình, vì thế các kiết không còn phá phách nữa. Người tu hành được như vậy, công đức lớn như núi Tu Di, như biển cả không lấy gì so sánh được.

Tâm chúng sanh vốn không dính mắc, không phiền não, chỉ vì vô minh lầm chấp cái Ngã (Ta) và Ngã Sở (của Ta) nên có dính mắc, có phiền não.

Tâm chúng sanh thường sống trong Thường-Lạc-Ngã-Tĩnh, nhưng vì tham, sân, si ở bên ngoài khởi dậy khiến cho tâm mất bình thường, ví nó đang duyên theo sáu trần.

Muốn làm chủ được già bệnh thì phải giữ tâm an vui đừng để phiền não xen vào. Nhờ cố giữ gìn, tức là hành THẬP THIÊN thì thân dần dần sẽ ít bệnh tật. Kinh Tăng Nhất A-Hàm dạy: Thoát tai nạn hữu vi, nghĩa là tư tưởng không còn bị ảnh hưởng vật chất thế gian, đời sống không còn nô lệ cho vật chất.

Khi nghe xong lời ca tiếng nhạc của Ba Giá Tuần, Tôn Giả Tu Bồ Đề cất tiếng khen ngợi: Lời ca tiếng nhạc hòa hợp nhau không khác, giọng ca không lia tiếng đàn và tiếng đàn không lia giọng ca.

Hành THẬP THIÊN thân, tâm của chúng ta phải hoàn toàn hòa hợp với mọi đối tượng, nghĩa là chúng ta phải tùy thuận với tất cả chúng sanh. Phải hiểu chúng sanh tức là thân và tâm của mình, thân và tâm của mình tức là chúng sanh.

Tu THẬP THIÊN chúng ta phải ý thức sự dung thông với vạn hữu là một việc làm tối quan trọng của sự tu quán. Nếu hành giả không dung thông được thì sự thể hiện THẬP THIÊN chỉ có kết quả năm phần mười chứ không thể đạt được kết quả theo ý muốn.

Kinh Tăng Nhất A-Hàm dạy: Lành thay! Lành thay! Ba Giá Tuần! Nay ông dùng giọng ca và tiếng đàn hòa hợp đàn ca không khác, tiếng đàn không lia giọng ca, giọng ca không lia tiếng đàn, hai việc hòa hợp với nhau thành tiếng hay tuyệt.

Muốn giải thoát tâm hôn đau khổ phiền lụy, hành giả phải nhận thức rõ ràng THẬP THIÊN và DUNG THÔNG là một, nghĩa là phải tùy thuận lại đối tượng để giải quyết tâm lý mình một cách rất tế nhị và phi thường. Đó là một pháp môn mẫu nhiệm và cần thiết cho những ai muốn hưởng được hạnh phúc chơn thật trong cõi thế gian này.

THẬP THIÊN là pháp môn dung thông vạn hữu với tâm mình. Nhờ pháp môn này mà vạn vật thiên nhiên trong vũ trụ mới tùy thuận lẫn nhau, mới chung sống với nhau, mới hoàn mãn sự giải thoát nơi tâm hồn mình. Thể hiện như vậy, vạn hữu không còn là chướng ngại, nó là tâm mình, tâm mình là vạn hữu; THẬP THIÊN là tâm mình, tâm mình là THẬP THIÊN.

Ở đây chúng ta phải hiểu THẬP THIÊN, TÂM MÌNH và VẠN HỮU đều là ĐỊNH và DỤNG của một thể tánh vũ trụ. Thế nên từ động đến định, từ tịch đến chiếu thấy đều là nguồn giải thoát trong lòng hỷ tương nhân ái của mỗi chúng sanh.

HÀNH THẬP THIÊN

Có người hỏi: Tu Thập Thiên làm sao biết được thân không còn bệnh?
Đáp: Như chúng ta đã biết, có thân là có nghiệp, nghiệp thân phải ăn uống mới sống. Có nghiệp thân là có sanh tử, già yếu, bệnh tật ốm đau,...

Nghiệp căn bản của thân thường xảy ra trong ba thời: quá khứ, hiện tại, vị lai. Do tư tưởng hoạt động tác dụng mạnh tạo nên nghiệp thân ấy.

Tâm không sáng suốt tức là vô minh tạo ra những duyên hợp nên có thân. Vì vô minh nên tất cả chúng sanh đều mang thân nghiệp; thân nghiệp là biểu tượng vật chất, chịu nhiều thứ bệnh tật. Tâm là phần tinh thần cũng chịu ảnh hưởng của thân; chấp có thân nên khi thân đau ốm thì tinh thần khổ sở, lo lắng sợ hãi...

Muốn thoát khỏi bệnh tật của thân và sự đau khổ của tinh thần thì phải tu Thập Thiên, vì Thập Thiên là pháp môn buông xả những hành vi ác của thân, khẩu, ý. Nếu nghiệp ác dần dần buông xuống thì nghiệp thiện dần dần hiện lên.

Lúc hành Thập Thiên phải ý thức được nghiệp thiện đang bao trùm tất cả bệnh khổ và luôn cả sanh tử. Nếu từ thân, khẩu, ý xuất phát những điều thiện thì ngay đó có giải thoát bệnh tật, tai nạn, phiền não, khổ đau từ thân và tâm hồn mình một cách rõ rệt.

Ngược lại, khi thân, khẩu, ý xuất phát những điều ác thì liền đó có sự khổ đau, sân hận, âu sầu, lo lắng và bệnh tật.

Thân, khẩu, ý hành Thập Thiên thì từ khổ đau biến thành an vui; từ bệnh tật, đau ốm trở thành mạnh khỏe sống lâu. Bởi vì nghiệp thiện luôn luôn che chở, giải thoát cho chúng sanh khỏi cảnh đau khổ. Ví như có người chửi mắng mình, mình hành pháp nhẫn nhục không chửi mắng lại, thì cảnh đang động biến thành cảnh tịnh, cảnh khổ biến thành cảnh an vui.

Trời Thích Đê Hoàn Nhơn hỏi ông Tu Bồ Đề: Thế nào là nghiệp THIÊN bao trùm tăng giảm? Câu hỏi này có nghĩa là: Hành động Thiện có đem lại cho chúng sanh thoát khỏi bệnh tật, khổ đau hay không?

Chúng ta phải quan sát cho kỹ xem nguyên nhân nào sanh ra bệnh tật?

Khi rõ nguồn gốc của bệnh tật, tức là thông suốt nhân quả thì ta càng tin sâu Thập Thiên. Bắt đầu từ nay ta phải tích cực Hành Thập Thiên bằng cách:

1. Tất cả mọi sự kiện, sự vật dù lớn hay nhỏ mà đang ở trong hành động ác phải đình chỉ ngay tức khắc.
2. Hành Thập Thiên là phải biết nhẫn nhục, phải biết lấy ân báo oán, lấy tâm từ bi mà tha thứ mọi sự lầm lạc của kẻ khác.

Do sự việc này nên Thích Đê Hoàn Nhơn nói: Thập Thiên bao trùm bệnh khổ.

Lại nữa Thích Đê Hoàn Nhơn còn hỏi: Thân bệnh này từ đâu sanh ra?

HÀNH THẬP THIÊN

Thích Đệ Hoàn Nhon hé mở thêm cánh cửa giải thoát, giúp cho chúng sanh tư duy quán xét sâu hơn về thân nghiệp của mình. Chúng tôi xin nhường lại cho quý vị tự quán xét lấy thân bệnh của mình, do từ đâu sanh ra? Cái gì tạo nên bệnh? Ai làm thân bệnh? Thân bệnh hay tâm bệnh?

Bao nhiêu câu hỏi này chúng ta lần lượt quán xem. Nếu thân không có tâm thì thân không biết đau (như thầy ma) lấy gì gọi là thân bệnh? Nếu có tâm mà không có thân thì lấy đâu có bệnh, vì tâm vốn vô hình. Vậy cái bệnh này từ đâu đến?

Thích Đệ Hoàn Nhon còn hỏi Tôn Giả Tu Bồ Đề :Bệnh này do thân sanh hay ý sanh?

Thích Đệ Hoàn Nhon đã mở thêm cánh cửa cõi Trời để chúng sanh được bước vào. Nếu chúng sanh không chịu khó đem hết ý chí quán sâu và thể hiện Thập Thiện ngay trong đời sống hằng ngày của mình thì làm sao hưởng được phước báu và sanh vào cõi Trời.

Câu hỏi này rất hợp lúc, khiến cho những ai đang hành Thập Thiện đều phải nhìn nhận thực trạng vạn hữu trong vũ trụ vây quanh chúng ta là một chướng ngại to lớn.

Hành Thập Thiện chúng ta phải quán xét cho tường tận nguồn gốc của phiền não.

Đọc những đoạn kinh trong Tăng Nhất A-Hàm, chúng ta phải nhìn nhận đức Phật dạy chúng sanh đi theo con đường quán quá rõ rệt. Nhờ quán chiếu, chúng ta nâng trình độ hiểu biết về Phật pháp càng lúc càng thâm sâu.

Quán không phải là sự học tập theo kiểu học trò, QUÁN là sự tham cứu, là sự tự tri tự giác, tự mình khám phá và nhận đúng vạn hữu với mình không phải là hai. Khi hiểu được như vậy chúng ta mới có thể hòa mình với vạn vật thiên nhiên mà không còn thấy chướng ngại.

Những câu hỏi trên đây đức Phật biết rằng chúng sanh không đủ trí năng để tự khám phá, tìm tòi và khảo cứu về sanh, già, bệnh, chết. Tôn giả Tu Bồ Đề thay lời Phật trả lời những câu hỏi trên, khiến cho chúng sanh dễ hiểu, nhờ đó làm điểm tựa nghiên cứu và khám phá tới. Nhưng dù sao những câu trả lời này cũng là của đức Phật, của ông Tu Bồ Đề chứ không phải của chúng ta. Vì vậy chúng ta đừng lấy đó làm của mình, nhằm đi nhằm lại lối mòn của người xưa. Đó là lối tu lấy đá đè cỏ, đưa đến sự thể hiện Thập Thiện sẽ không Thiện. Tu hành như vậy dù cho đến một ngàn năm sau cũng không bao giờ tìm đến chơn hạnh phúc.

Điều quan trọng nhất trong việc tu quán, đầu tiên chúng ta phải mượn ý Phật, ý Tổ làm nơi nương tựa để rồi tự mình quán xét, tự mình mở cửa vũ trụ. Khi Quán đã thuần thực thì nguồn giải thoát hiện tiền nơi tâm hồn mình, bấy giờ chúng ta mới thật sự tự vươn cánh chim bằng thanh thang bay vút tận trời xa.

DUYÊN HỢP VÀ DUYÊN TAN

Lúc bấy giờ Tôn giả Tu Bồ Đề trả lời: Lành thay! Lành thay! Này Kiều Thi Ca! Pháp pháp tự sanh, pháp pháp tự diệt; pháp pháp loạn động, pháp pháp tự vắng bặt (Tăng Nhất A-Hàm).

HÀNH THẬP THIÊN

Đứng về phương diện triết lý Nhơn Quả của Phật giáo, thì vạn hữu do duyên hợp sanh ra, chứ không phải do một đấng vạn năng nào sanh. Vì thế sự đau, khổ, bệnh tật, tai nạn của chúng sanh không do một tác nhân nào khác gây ra, mà chúng sanh tự tạo cho mình.

Hội đủ điều kiện, vạn hữu mới được thành hình, nếu thiếu một nhân duyên thì cũng không thể sanh ra được. Ví như cây đèn, có tim, họng, ống khói, bầu đựng dầu, mà chỉ thiếu dầu, thì đèn cũng không cháy được. Cho nên tất cả bệnh khổ của chúng sanh đều do duyên hợp mà có, chứ không thể tự nhiên hoặc do may rủi. Sự thật hiển nhiên, tất cả các pháp trong thế gian phải hội đủ nhân duyên mới hình thành vạn vật. Kinh Tăng Nhất A-Hàm dạy :Pháp pháp tự sanh.

Khi quán xét cho kỹ về luật tuần hoàn sanh diệt trong vũ trụ, có sanh tức có tử, có tử tức có sanh; hạt giống sanh tử này chính chúng ta tự tạo. Kẻ tác bệnh, tác khổ cho chúng sanh không ai ngoài chúng ta. Thế mà mỗi khi có điều gì quá đau khổ, tai nạn quá hiểm nghèo thì chúng ta chỉ còn biết cầu nguyện Trời-Phật-Thánh-Thần. Nhưng làm sao những bậc ấy cứu khổ cho chúng ta được? Cầu nguyện chỉ là một phương pháp trấn an tinh thần, chứ các Ngài không giúp ta được. Kẻ làm ra cảnh khổ này chính là chúng ta thì chúng ta phải lãnh thọ.

Hết duyên, vạn hữu tự hoại diệt chứ không phải do ngẫu nhiên. Tất cả đều do duyên có, chứ không phải muốn chết là chết được, cũng như muốn sống là sống được.

Ví dụ như một cơn giông to gió lớn làm cây cối nhà cửa sụp đổ, người và vạn vật đều chết, đó là duyên tan. Duyên hợp thì sanh, duyên tan thì hoại diệt; vạn hữu thành hoại đều do duyên cả. Kinh Tăng Nhất A-Hàm dạy: Pháp pháp tự diệt.

Quán cho cùng lý mới thấy rõ vạn hữu thế gian toàn là duyên hợp và duyên tan, tạo thành rồi hoại diệt. Không có một sắc tướng nào của vạn hữu trong vũ trụ có một thực thể riêng biệt, toàn là các duyên thành và hoại, chứ không một ai diệt và tạo ra nó.

Bởi thế khi Đức Thế Tôn tu đã thành Phật nhưng vẫn không cứu khổ chúng sanh được. Ngài chỉ nhắc nhở, rằng cấm khéo léo khiến cho chúng sanh tự tu hành: ***Này các con! Các con hãy tự thấp đuốc lên mà đi, ta không đi thay thế cho chúng con được con đường ấy.*** Đọc đến đoạn kinh này, chúng ta phải ý thức lại chúng ta; sự ý thức này giúp cho chúng ta thoát khỏi muôn vàn sự đau khổ của tâm hồn.

Vạn hữu do duyên hợp tự sanh, cũng do duyên hợp tự diệt. Chỗ tự sanh tự diệt là chỗ động, vì thế vạn hữu luôn sống trong động, vì có động nên sinh ra vô số chúng sanh và cũng chính tư tưởng động của chúng sanh mới sinh ra dính mắc, chấp trước, chấp ngã. Thế nên cuộc sống con người mới có đau khổ , phiền lụy.

Ví như mình không có lòng tham thì làm gì có chửi mắng nhau, nếu không có sự hơn thiệt chửi mắng nhau thì làm gì có sự giận hờn. Rõ thấu như vậy thì ngăn được con sân, tâm hồn được thư thái an nhiên.

Dù duyên hợp lại trong ngoài mới có giận hờn, đau khổ. Nếu trong không, ngoài có hoặc trong có, ngoài không thì không có cơn giận hờn. Ngược lại, ngoài có trong cũng có thì giận hờn tất phải sanh ra. Đó là tâm trạng chung của chúng sanh.

HÀNH THẬP THIÊN

Bởi vậy một sự kiện gì xảy ra đều phải do hội đủ nguyên do. Cuộc đời là một trường duyên hợp-duyên tan, vì thế tâm hồn chúng ta luôn luôn chịu nhiều đau khổ, giận hờn, thương ghét, biệt ly và sanh tử.

Hành giả phải chịu khó gắng công nỗ lực quán xét, suy tư cho thấu suốt lý nhân duyên và phải nắm vững bản thể của vạn hữu vốn nó tự vắng bật. Ai đã trở về tư tưởng tịch lặng vắng bật thì sẽ chấm dứt ngay khổ đau phiền não và sanh tử. Khi tu đến trạng thái này gọi là giải thoát hoàn toàn.

Đường về bản thể vắng lặng của vạn hữu, chúng ta cần biết pháp đối trị và còn phải đem hết ý chí dũng mãnh thực hiện cho bằng được thì chắc chắn vạn hữu không còn là chướng ngại trong tâm.

Hầu hết chúng sanh đều có tâm hồn đau khổ, không việc này thì sự kiện khác. Hơn nữa cơ thể thường hay bệnh tật nhưng nặng nhẹ có khác. Người tu hành phải rõ lý nhân quả, tức là lấy cái không bệnh tật, cái không phiền não đối trị lại cái có bệnh tật, có phiền não.

Ngày xưa tại núi Nga Mi, ông Văn Thù Sư Lợi sai đồng tử đi hái thuốc, ngài bảo Con hãy ra rừng hái thứ thuốc nào không phải là thuốc thì mới trị được bệnh không phải bệnh.

Tu Bồ Đề dạy: Này Kiều Thi Ca! Cũng như có thuốc độc thì phải có thuốc trừ độc (Tăng Nhất A-Hàm). Tư tưởng của chúng sanh vốn mang chất độc, thường giết chúng sanh mà chúng sanh nào hay biết. Thuốc trừ độc có rất nhiều, nhưng phương thuốc đầu tiên là phương thuốc THẬP THIÊN. Nếu chúng sanh không chịu dùng thuốc này trừ bệnh độc phiền não thì sao giải độc được.

Nếu một ý tưởng khởi nghĩ đến (một sự kiện do tâm tham, sân, si chủ động) ngay lúc đó ta phải biết là tà niệm và phải có sự suy tư khác để đối trị ngay. Đó là dùng chánh niệm diệt tà niệm, có nghĩa là lấy tư tưởng chánh đập tan tư tưởng tà.

Người tu hành biết quán như vậy, liền phá tan được tâm tham, sân, si. Quán càng sắc bén bao nhiêu thì phá tan mây mờ đau khổ trong lòng bấy nhiêu.

Bát Chánh Đạo là con đường giải thoát, lấy chánh diệt tà, quét sạch rác rưởi tham, sân, si và giữ tâm hồn chúng sanh được bình thường, an lạc.

Tôn giả Tu Bồ Đề dạy :**Này Thiên Đế Thích! Pháp pháp loạn động, pháp pháp tự vắng bật, pháp pháp thường sanh pháp** (Tăng Nhất A-Hàm).

Từ mọi sự kiện này sanh ra mọi sự kiện khác, từ cơn sân của người này sanh ra cơn sân của người khác và của nhiều người, từ lòng sầu não của người này làm gợi lên lòng sầu não của kẻ khác ... Như vậy không phải: Pháp pháp thường sanh pháp sao?

Vạn hữu trong vũ trụ lúc nào cũng động. Tư tưởng của chúng sanh cũng vậy, từ suy nghĩ này đến suy nghĩ khác, suốt cả một đời người không bao giờ có được những phút giây dừng lặng, ngoại trừ lúc ngủ say. Kinh A-Hàm dạy :**Pháp pháp loạn động.**

HÀNH THẬP THIÊN

Tâm chúng sanh vốn không giận hờn đau khổ, tham lam chấp trước, rất thanh tịnh vắng lặng, nhưng vì sự tương quan tương giao với vạn hữu khiến nó phải động. Kinh A-Hàm dạy :Pháp pháp tự vắng bật.

Duyên hợp cũng như duyên tan rất sống động, do động nên sanh ra vạn hữu. Thế nên mỗi một chúng sanh đều có hai phần động rõ rệt, tinh thần và vật chất.

Vạn vật thiên nhiên trong vũ trụ đều động, chúng ta là một vật trong vạn vật thì làm sao bất động được. Vì bất động chẳng được nên tâm khởi phân biệt, do phân biệt mới có đối đãi, mới có đau khổ, giận hờn thương ghét...

Biết rõ tâm chúng sanh vốn thanh tịnh, nên chúng ta dùng tư tưởng chánh diệt tư tưởng tà, nhờ thế tâm hồn mới được an vui, bản thể thanh tịnh mới lần hồi hiện tiền. Kinh A-Hàm dạy: Lấy pháp trắng trị pháp đen tức là lấy tịnh diệt động. Nghĩa là khi tư tưởng tham-sân-si khởi lên, đó là tà kiến tà niệm, khiến cho tâm tư chịu nhiều đau khổ, sầu muộn giận hờn, thương ghét ... thì liền đó ta khởi nghĩ theo chánh pháp tức là tư tưởng chánh (chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ...). Nó giúp cho chúng ta trở về với trạng thái an vui thanh tịnh và phá tan được tâm tư phiền muộn đau khổ. Chúng ta lập lại một lần nữa để ghi nhớ lời dạy trong Kinh A-Hàm: Này Kiều Thi Ca! Pháp pháp loạn động, pháp pháp tự vắng bật; pháp pháp thường sanh pháp; pháp đen dùng pháp trắng trị, pháp trắng dùng pháp đen trị.

THỂ HIỆN QUÁN THẬP THIÊN

Kinh A-Hàm dạy: Bệnh sắc dục dùng bất tịnh trị. Thực vậy, đứng trước sắc, khi tâm tham dục khởi, ta phải dùng quán bất tịnh để đối trị. Nghĩa là phải suy tư quán xét cho thấu đáo tất cả vạn hữu đều có sắc tướng bất tịnh, dễ ô nhiễm, sinh ra mùi hôi thúi ghê tởm, dù cho chúng có những sắc tướng kêu gọi khiến cho tâm tham sắc dục dễ nổi lên.

Muốn làm chủ được tâm tham sắc dục không có pháp môn nào để chế ngự hơn là kinh nghiệm bản thân. Phải trực tiếp mắt thấy tai nghe mũi ngửi mùi, tay sờ mó vào sắc tướng của đối tượng đang phơi bày trước mắt ta những hình ảnh ghê tởm uế trước, hôi thúi và còn nhiều bất tịnh khác nữa. Nhờ có trực tiếp như vậy nên khi vừa thấy sắc là ta thấy ghê tởm ngay.

Muốn chế ngự và hàng phục tâm sắc dục, điều tối quan trọng là phải thông suốt: Ở đâu có khoái lạc, ở đó có khổ đau. Sự đau khổ nhắc cho chúng ta thức tỉnh trong sự mong cầu khoái lạc.

Xét về thân và tâm của mình, từ xương răng da tóc, đờm nhớt máu mủ, thầy đều bất tịnh. Về phần tinh thần, ta cũng dễ bị ô nhiễm, dính mắc các sắc tướng vạn hữu; vì thế chúng ta càng khởi tâm tham dục lạc thì càng thọ vô lượng thứ đau khổ.

Người tu Thập Thiên phải thể hiện đúng 10 điều lành của Phật dạy và còn phải nhìn thấu suốt thực chất sắc tướng của vạn hữu đang vây quanh chúng ta.

Người mang bệnh sân hận nặng muốn đối trị phải dùng từ tâm, nghĩa là chúng ta phải biết đem lòng từ bi tha thứ và thương xót những kẻ lầm lỗi, những người hung ác,

HÀNH THẬP THIÊN

gian tham, tật đố, v.v... Tại sao? Vì họ là người thiếu giáo dục đạo đức, không được ánh sáng chân lý soi chiếu vào tâm tư họ nên đời sống họ luôn luôn bám chặt vào vật chất chịu nhiều thứ đau khổ.

Chúng ta là người hành Thập Thiện phải thấu rõ lý nhân quả, thường dùng chánh kiến và luôn thực hiện lòng từ bi đối với mọi người. Nhờ vậy lòng đau khổ, sự giận hờn mới chấm dứt.

Ý thức được sự ích kỷ, nhỏ mọn của mình là thuốc độc giết chết tâm hồn, chỉ có lòng từ bi mới cứu chúng ta sống.

Muốn trị bệnh ngu si mà không chịu học Phật pháp thì không làm sao có trí tuệ giải thoát, không thể làm chủ được tư tưởng của mình và thấu suốt được vạn hữu. Và lại người ngu si không thể nào biết áp dụng phương tiện của Đức Phật dạy. Kẻ ngu si không đủ trí hiểu biết luôn luôn sống một đời đầy đau khổ sân hận, lúc nào cũng nô lệ cho vật chất.

Người hành Thập Thiện phải biết dùng pháp môn quán của Đức Phật đã giảng dạy suốt con đường A-Hàm tức Nhị Thừa. Pháp môn này dùng để đối trị tất cả tư tưởng phiền não. Khi thấu suốt con đường quán của Nhị Thừa, chúng ta mới thấu rõ là tất cả hiện tượng vạn vật thiên nhiên trong vũ trụ đều do duyên hợp tạo thành chứ không do một đấng vạn năng nào biến hóa ra.

Xét cho cùng tốt về cuộc sống của chúng ta, ta mới thấy ngã không, người không và vạn hữu đều không. Kinh A-Hàm dạy: *Này Thích Đê Hoàn Nhơn! Như vậy tất cả hiện tượng đều quy về không; không ta, không người, không thọ mạng, không sĩ phu, không hình tướng, không nam nữ.*

Ở đây chúng ta nghe Đức Phật dạy tất cả hiện tượng trong thế gian đều quy về không; không ta, không người, không thọ mạng, không sĩ phu, không hình tướng, không nam nữ, thế mà mọi vật trước mắt chúng ta sờ sờ mà bảo là không thì hóa ra lời dạy kia phi lý và mâu thuẫn với chính nó hay sao?

Muốn rõ lý sắc không, chúng ta phải có sự tư duy cho tường tận mới thấy vạn hữu là không. Ví dụ muốn dựng một cái nhà phải do nhiều thứ hợp lại như kèo, cột, vách, lá, phen, cửa, đòn dông hợp lại tạo nên một cái nhà. Nếu lấy một cây cột mà bảo đó là cái nhà thì không đúng.

Câu chuyện vua Malinda hỏi tỳ kheo Nagasena trong Kinh Malinda:

- *Thưa Đại Đức! Quý danh Ngài là gì?*

- *Tâu bệ hạ! Người ta gọi tôi là Nagasena, nhưng không có thật tôi.*

Nhà vua hỏi:

- *Nếu không có thật ngã thì ai cúng dường, ai truyền giáo, ai tham thiền, ai thực hành giáo lý và ai tu chứng Niết Bàn? Vậy cái gì mới thực là Nagasena? Hay tóc trên đầu là Nagasena chăng?*

HÀNH THẬP THIÊN

- *Tâu bệ hạ! Không phải tóc là tôi.*
- *Lông nơi thân là Nagasena chẳng?*
- *Tâu bệ hạ cũng không.*
- *Vậy thì sự cảm xúc, sự nhận biết vui buồn là Nagasena chẳng?*
- *Tâu bệ hạ cũng không.*
- *Vậy thì ngũ uẩn, tứ đại là Nagasena chẳng?*
- *Tâu bệ hạ cũng không.*
- *Như thế ngoài thân còn cái gì là Nagasena chẳng?*
- *Tâu bệ hạ cũng không có cái thân nào khác ngoài Nagasena.*

Vua Malinda hỏi xong, Nagasena hỏi lại:

- *Tâu bệ hạ! Ngài đến đây bằng gì?*
- *Bạch Đại Đức! Trẫm đến đây bằng xe*
- *Vậy bệ hạ có thể giải thích xe là gì chẳng? Có phải gọng là xe chẳng?*
- *Không phải thế.*
- *Cái trục lăn có phải là xe chẳng?*
- *Bạch Đại Đức không.*
- *Hai bánh có phải là xe chẳng?*
- *Cũng không.*
- *Vậy nhà vua nói các thứ đó có cái gì là xe không?*
- *Cũng không.*

Câu chuyện vua Malinda cho chúng ta thấy rõ ràng Phật giáo chủ trương con người không có bản ngã. Sinh mạng của con người chỉ kết hợp do tứ đại và tâm thức. Hay nói một cách khác hơn, con người do duyên hợp bởi đời sống vật chất và tâm lý. Đời sống vật chất gọi là sắc uẩn, đời sống tâm lý gọi là thọ, tưởng, hành, thức uẩn; gọi chung là Ngũ Uẩn.

Đứng về phương diện không gian, vạn hữu trong vũ trụ vốn giả hợp; còn về phương diện thời gian thì vạn hữu vốn sanh diệt không ngừng; cho nên thân ngũ uẩn tạm có gọi là sanh mệnh chúng sanh, khi ngũ uẩn tan rã thì gọi là sanh mạng chúng sanh chấm dứt hay chết.

HÀNH THẬP THIÊN

Vạn hữu mượn danh mà đặt tên, chớ không có thực tên, cũng như cái chúng ta thấy gọi là xe thì nó đâu có một bản thể chính yếu, ngoài các bộ phận như gong, bánh, trục, cãm, v.v... thì xe không thành hình được. Xe chỉ là một danh từ để chỉ sự kết hợp của các bộ phận ấy mà thôi. Tôn giả Tu Bồ Đề còn giảng những ví dụ giải thích cho chúng ta thấy vạn hữu do duyên hợp tạo nên, khi hết duyên thì duyên tan, nó sẽ hoại diệt. Ví như cây cỏ thụ xum xuê tàn lá, một cơn gió to cành lá phải xác xơ. Một vườn cây đang kết hoa nẩy nụ làm quả, một trận mưa đá, tuyết rơi làm hư hoại tất cả. Đó là duyên tan. Một cơn mưa to trút xuống, các cây cành đang héo úa gặp mưa liền đâm chồi nẩy tược. Đó là duyên hợp.

Khéo quán xét chúng ta đào sâu vào tự thể của vạn hữu, ta mới thấy rằng bệnh tật không từ đâu sanh, chẳng phải thân sanh mà cũng chẳng phải ý sanh. Vì thế bệnh tật không phải do thân hay do ý, mà chính là duyên hợp tạo nên. Pháp do duyên mà có, duyên hợp là động, động thì pháp sanh.

Pháp pháp tự diệt, nghĩa là hết duyên thì pháp tự hoại diệt, tự trở về bản thể của nó. Kinh A-Hàm dạy :Này Thích Đề Hoàn Nhơn! Pháp pháp loạn động, pháp pháp tự diệt. Ta trước kia mắc bệnh đau đớn khổ sở, ngày nay đã trừ được, không còn bệnh khổ. Lời dạy của Tôn giả Tu Bồ Đề, chúng ta nhận thức như thế nào? Có phải chăng khi suy tư quán xét liền thấu rõ cội nguồn của bệnh tật là hết bệnh chăng? Hay một duyên có gì mà ông Tu Bồ Đề bảo bệnh ông đã hết?

Khi dùng pháp Quán để thấu suốt cội nguồn của bệnh tật, để rõ được nguyên nhân này chỉ do duyên hợp nhiều đời và cũng như ngay trong đời hiện tại đang tạo tác. Nhờ thấu rõ cội nguồn của bệnh tật, nên tâm tư không còn lo ngại sợ sệt, thường nhìn thẳng vào bệnh tật, lòng không chút sợ hãi lo lắng. Dù duyên hợp lại thành bệnh tật, khổ đau vui buồn, thương ghét giận hờn ... Hết duyên tất cả phiền lụy đều tan hết.

Thấu suốt được lý này, hành giả phải chấp nhận bệnh tật, hoặc tai nạn. Không bao giờ sợ hãi và tìm cách trốn tránh. Lúc nào cũng vui vẻ trả nghiệp và luôn luôn tạo thiện nghiệp. Do lòng an vui chấp nhận các nghiệp khổ mà tinh thần dũng mãnh, can đảm chịu đựng những thử thách để rồi vượt qua, nghiệp khổ dần dần tan biến.

Nói đến duyên hợp, duyên tan mà không nói đến nhân quả là một điều thiếu sót quá lớn. Nhơn quả là do nghiệp lành, ác mà có. Muốn đổi trị quả khổ thì phải thấu lý nhơn quả, tức là biết rõ quả thiện ác đang chủ động tác động vào đời sống con người, khiến cho con người cực khổ thất điên bát đảo.

Vậy chúng ta phải thường hằng hành Thập Thiện, cố gắng gieo nhân lành. Khi nhân lành đầy đủ thì sự phiền não đau khổ sẽ chấm dứt. Muốn cứu nguy bệnh tật của thân, mưu tìm chơn hạnh phúc cho gia đình thì phải hành Thập Thiện. Hành Thập Thiện là chuyển từ nghiệp ác thành nghiệp thiện, chuyển điều dữ thành điều lành, khiến cho đời sống chúng ta hoàn toàn được thuận duyên. Nhờ đó mà cuộc hành trình về xứ Phật không còn trở ngại nữa.

Muốn hành Thập Thiện mà thiếu trí tuệ thì không bao giờ thực hiện được việc này. Muốn có trí tuệ chúng ta phải học Phật pháp, nhờ học Phật pháp trí tuệ mới sáng suốt, chánh kiến giải thoát của Phật mới thấm nhuần. Nhờ đó tâm hồn xuất sanh lòng từ bi, nhờ lòng từ bi mới dễ nhẫn nhục, nhờ có nhẫn nhục chúng ta mới thể hiện Thập

HÀNH THẬP THIÊN

Thiện dễ dàng. Chỉ có hành Thập Thiện quả ác mới chấm dứt, cuộc sống mới được an vui hạnh phúc.

Tóm lại, con người muốn thoát khỏi bệnh tật khổ đau, tai nạn hiểm nghèo thì không có phương tiện hay pháp môn nào mau chóng bằng pháp môn Thập Thiện. Dù thuốc hay thầy giỏi cũng không tránh khỏi thân bệnh, dù bậc vua chúa hay các y-sư giỏi nhất cũng không thoát khỏi bệnh tật và phải chịu chung luật sanh tử.

Thế nên học Phật pháp mà biết khôn khéo áp dụng vào đời sống hằng ngày thì thân bệnh sẽ không còn nữa và tâm thường được an vui.

Chúng ta hãy nghe bài kệ của Tôn giả Tu Bồ Đề để gắng công tu tập Thập Thiện:

Hãy nói như lời này

Căn bản thấy đầy đủ

Người trí được an ổn

Nghe Pháp dứt các bệnh

Kinh Tăng Nhất A-Hàm

Chúc quý vị tu tập thành công để luôn luôn sống an vui hạnh phúc.

Tu Viện Chơn Như