

NIỆM PHẬT THẬP YẾU

(Vô Nhất đại sư Thích Thiền Tâm)

CHƯƠNG VI: ĐỆ LỤC YẾU

NIỆM PHẬT PHẢI ĐOẠN TUYỆT PHIỀN NÃO

Mục A. Luận đàm về tham phiền não

Tiết 34: Phương diện khai tâm

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm

Tiết 36: Đối trị tham vi tế

Mục B. Luận đàm về sân phiền não

Tiết 37: Phương pháp đối trị sân

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt thị phi

Tiết 39: Những lời khuyên răn về việc thị phi

Mục C. Luận đàm về si phiền não

Tiết 40: Nói chung về nghiệp si

Tiết 41: Phải diệt niệm buồn chán

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát

KHẢI ĐỀ

*Thanh sắc tài danh thế lợi trên
Bể trần chìm nổi kiếp vô liên!
Giai nhân kiệt sĩ chừ đâu vắng?
Dấu sử nghìn thu để hận nhiều!
Hương Tàn tranh đuổi khắp giang san
Cổ xót, mây thương, cuộc thảm tàn!
Lầu Hán vui trăng ai đó mấy?
Hơn thua thù hận thuở nào tan?*

*May gặp Như Lai ánh huệ không
Nước dương quyết rửa sạch mê lòng!
Đã lên non pháp quên tìm báu
Lần lựa đi về tiếc uổng công!
Vượt hết non cao vực thẳm rồi
Bên đường bỗng thấy sắc hoa tươi
Mới hay siêu đọa do mình cả
Mà cõi mười phương cũng huyễn thôi.*

Mục A. Lược đàm về tham phiên não

Tiết 34: Phương diện khai tâm

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm

Tiết 36: Đối trị tham vi tế

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (1)

Tiết 34: Phương diện khai tâm (1)

- Đã là phàm phu, tất còn ở trong vòng phiền não, bị nó mê hoặc sai khiến, lắm lúc không tự chủ được. Phiền não có nghĩa: "**khuấy động thiêu đốt**" làm cho tâm niệm không yên, ngăn trở bước tu hành, nên gọi nó là phiền não chướng. Pháp thân huệ mạng ta bị phiền não phá hại, nên cũng gọi nó là phiền não ma.
- Có những Phật tử tuy ăn chay, bố thí, tụng kinh, niệm Phật, nhưng chỉ chú ý về hình thức, không quan tâm đến việc dứt trừ phiền não vọng duyên. Nên biết, nếu phiền vọng tăng một phần, tất đạo tâm phải thối một phần, dù có tụng kinh niệm Phật cũng không được thanh tịnh. Cho nên trong Kinh Pháp Bảo Đàn, đức Lục Tổ đã bảo:

Người mê tu phước chẳng tu đạo

Bảo rằng tu phước ấy là đạo

Bố thí cúng dường phước không lường

Nơi lòng ba ác vẫn còn tạo.

- Chữ “Đạo” của đức Lục Tổ nói, chỉ cho chân **tâm thanh tịnh**. Tất cả đường lối tu hành đều là phương tiện trở về chân tâm ấy. Chứng được chân tâm mới hoàn phục tánh bản giác, thoát nỗi khổ luân hồi, mà điểm căn bản để tu chứng là phải dứt trừ phiền não vọng niệm.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (2)

Tiết 34: Phương diện khai tâm (2)

- Trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương, đức Phật cũng dạy: "Bậc sa môn hành đạo đừng giống như con trâu kéo chiếc cối xay, thân tuy hành đạo mà tâm đạo chẳng hành. Nếu tâm đạo được hành, cần gì dùng thân hành đạo?"
- Niệm Phật, sám hối, ngồi thiền, lễ bái, kinh hành, đều là phương tiện phá trừ vọng nghiệp, mở rộng chân tâm. Nếu thân, miệng áp dụng hình thức ấy, mà lòng còn đầy vọng nghiệp chướng tham, sân, si, thì đâu gọi là hành đạo?
- Trái lại, tuy không dùng hình thức đó, nhưng tâm vẫn luôn luôn trong sáng như gương nguyệt hồ thu, mới thật là người hành đạo.
- Khi xưa vua Hạng Chí hỏi Tổ Bát Nhã Đa La rằng:
 - - Các vị tu hành khác đều tụng kinh, sao Ngài lại không tụng?
 - Tổ đáp:
 - - Bần tăng hơi thở ra không tiếp xúc các duyên, hơi thở vào không ở trong ám giới, thường chuyển thứ kinh ấy đã ngàn muôn ức quyển rồi!"

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (3)

Tiết 34: Phương diện khai tâm (3)

- Tổ muốn nói rằng mình hằng tụng vô tự tâm kinh, tâm kinh ấy là chẳng trụ trước muôn duyên bên ngoài, và bên trong hằng vắng lặng không thấy có năm ấm, mười tám giới, cả tướng trong, ngoài, chính giữa cũng đều dứt tuyệt. Đây là ý nghĩa "tâm hành đạo".
- Tuy nhiên, cũng đừng chấp theo điều nói trên, mà bác bỏ ăn chay, bố thí, sám hối, niệm Phật, tụng kinh. Bởi các sự kiện ấy về mặt **huệ** nó giúp cho hành giả mau tiêu nghiệp chướng, sớm ngộ bản tâm; về mặt phước nó lại khiến cho người tu được quả báo đẹp vui, sanh về các cõi lành, hoặc miền Tịnh Độ để tiếp tục đường tu không còn thoái chuyển. Mà **phước, tuệ** lưỡng toàn mới thành Phật được.
- Cho nên các bậc đại Bồ Tát tuy đã ngộ suốt nguồn tâm, nhưng vẫn tu muôn phước để trang nghiêm Phật độ. Như đức Di Lặc Bồ Tát tuy đã lên ngôi Nhất Sanh Bồ Xứ, xong mỗi ngày vẫn sám hối sáu thời để cầu tiêu trừ tế chướng, mau chứng quả Diệu Giác của Phật Đà.
- Nên biết lời dạy trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương và lời của Tổ Bát Nhã Đa La ở trên, chỉ có tánh cách phiến diện hoặc bán dụ, để phá trừ lối tu chấp tướng quên tâm mà thôi.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (4)

Tiết 34: Phương diện khai tâm (4)

- Để kết lại vấn đề, người tu tịnh nghiệp ngoài phương diện niệm Phật, trì chú, tụng kinh, sám hối, còn phải chú trọng về phương diện "khai tâm". Muốn cho tâm mở mang sáng suốt, để giúp kết quả niệm Phật mau thành tựu được sanh về Tây Phương, phải dứt trừ phiền não.
- Nếu nhận thức sâu thêm, câu niệm Phật tuy là tướng mà cũng chính là tánh, bởi lý không ngoài sự, tức niệm là Phật, tức niệm là tâm.
- Cho nên trong sáu chữ hồng danh, phước huệ gồm đủ, sự lý viên dung, vừa đưa người tu mau đến thể viên giác diệu tâm, vừa khiến hành giả được tịnh báo vãng sanh cõi Phật.

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (1)

- Các phiền não về tham không ngoài sự đắm nhiễm ngũ dục lục trần. Từ cội gốc tham, sanh ra các chi tiết xấu khác như: bòn sẻn, ganh ghét, lường gạt giả dối... gọi là Tùy phiền não.
- Ngũ dục, chỉ cho năm món nhiễm gồm: sắc dục, tiền của, quyền danh, ăn mặc, ngủ nghỉ. Lục trần là: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NẢO (5)

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (2)

- Trong lục trần đã thâm nhiếp ngũ dục, nhưng sở dĩ lập riêng danh từ ngũ dục, là muốn nêu ra năm món nhiễm nặng của chúng sanh trong cảnh lục trần.
- Lục trần nói với tánh cách bao quát, ngũ dục với tánh cách đặc biệt. Nơi đây nói thêm lục trần là để chỉ cho các thứ nhiễm khác mà trong ngũ dục không có như: thích âm nhạc ca hát, mê tiểu thuyết nhăm nhí v.v...
- Khi tâm tham nhiễm ngũ dục lục trần khởi động, cách đối trị tổng quát, là nên quán sát thuần thực bốn lý: Bất Tịnh, Khổ, Vô Thường, Vô Ngã.

1. "Bất Tịnh": Là chỉ cho thân không sạch, tâm không sạch, và cảnh không sạch. (1)

- **Thân không sạch**, là phải quán xét thân ta và người bên ngoài nhờ có lớp da che giấu, bên trong chỉ toàn những thứ hôi tanh như nhớp như: thịt, xương, máu, mủ, đờm, dãi, phần, nước tiểu v.v... Đã thế mà các thứ như nhớp bên trong còn bài tiết ra cửu khiêu bên ngoài. Suy xét kỹ, sắc thân của chúng sanh không có chi đáng ưa thích.
- **Tâm không sạch**, là khi tâm sanh tham nhiễm tất nó đã thành xấu xa như bợn, chẳng khác chi hồ nước trong bị cáu bùn làm bẩn đục.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (6)

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (3)

1. "Bất Tịnh": Là chỉ cho thân không sạch, tâm không sạch, và cảnh không sạch. (2)

- Tâm không sạch (2)
- Hồ nước đục không thể soi bóng sắc cây núi trời mây, tâm như bọt mắt hết thần thông trí huệ. Nên nhớ câu:
*Biết tu hành chớ phí uổng công.
Tâm bình tịnh thần thông trí huệ!*
- Người đã phát nguyện bước lên đường tu, phải lập chí lần lần dứt trừ tâm phiền não nhiễm dục từ thô đến tế.
- Cảnh không sạch, là cảnh giới cõi ngũ trược này đầy đầy bùn đất, đá sỏi, chông gai, lại dung chứa vô số chúng sanh từ thân đến tâm đều như bọt. Cho nên cảnh Uế Độ này không có chi đáng say mê tham luyến.

2. "Khổ": Là chỉ cho thân khổ, tâm khổ và cảnh khổ. (1)

- Thân khổ, là thân này đã như nhóp, lại bị sự sanh già bệnh chết, nóng lạnh, đói khát, vất vả cực nhọc chi phối, làm cho khổ sở không được tự tại an vui.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (7)

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (4)

2. "Khổ": Là chỉ cho thân khổ, tâm khổ và cảnh khổ. (2)

- **Tâm khổ**, là khi tâm ta khởi phiền não, tất bị lửa phiền não thiêu đốt, gây phiền não trói buộc, roi phiền não đánh đuổi sai khiến, khói bụi phiền não làm tăm tối nhiễm ô. Cho nên người nào khởi phiền não tất kẻ đó thiếu trí huệ, vì tự làm khổ mình trước nhứt.
- **Cảnh khổ**, là cảnh này nắng lửa mưa dầu, chúng sanh vất vả trong cuộc mưu sinh, mỗi ngày ta thấy trước mắt diễn đầy những hiện trạng nhọc nhằn bi thảm.

3. "Vô Thường": Là thân vô thường, tâm vô thường và cảnh vô thường. (1)

- **Thân vô thường (1)**: là thân này mau tàn tạ, dễ suy già rồi kết cuộc sẽ phải đi đến cái chết. Người xưa đã than:

Nhớ thuở còn thơ dong ngựa trúc.

Thoát trông nay tóc điểm màu sương.

- Mưu lược đồng mãnh như Văn Chủng, Ngũ Tử Tư;

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (8)

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (5)

3. "Vô Thường": Là thân vô thường, tâm vô thường và cảnh vô thường. (2)

- Thân vô thường (2)
 - sắc đẹp dễ say người như Tây Thi, Trịnh Đán,
 - Kết cuộc:
Hồng nhan già xấu, anh hùng mất.
Đôi mắt thư sinh cũng mỗi buồn.
- Tâm vô thường, là tâm niệm chúng sanh thay đổi luôn luôn, khi thương giận, lúc vui buồn. Những niệm ấy xét ra huyễn hư như bọt nước.
- Cảnh vô thường, là chẳng những hoàn cảnh xung quanh ta hằng đổi thay biến chuyển, mà sự vui cũng vô thường.
- Món ăn dù ngon, qua cổ họng rồi thành không; cuộc sum họp dù đầm ấm, kết cuộc cũng phải chia tan; buổi hát vui rồi sẽ vắng; quyển sách hay, lần lượt cũng đến trang cuối cùng.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (9)

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (6)

4. "Vô Ngã" nghĩa là không có ta, không tự thể, tự chủ. Điều này cũng gồm có thân vô ngã, tâm vô ngã và cảnh vô ngã. (1)

- Thân vô ngã là thân này hư huyễn không tự chủ, ta chẳng thể làm cho nó trẻ mãi, không già chết. Dù cho bậc thiên tiên cũng chỉ lưu trụ được sắc thân trong một thời hạn nào thôi.
- Tâm vô ngã, chỉ cho tâm hư vọng của chúng sanh không có tự thể; như tâm tham nhiễm, niệm buồn giận thương vui thoát đến rồi tan, không có chi là chân thật.
- Cảnh vô ngã là cảnh giới xung quanh ta như huyễn mộng, nó không tự chủ được, và bị sự sanh diệt chi phối. Đô thị đổi ra gò hoang, ruộng dâu hóa thành biển cả, vạn vật luôn luôn biến chuyển trong từng giây phút, cảnh này ẩn mất, cảnh khác hiện lên.

Khi quán xét từ thân tâm đến cảnh giới đều bất tịnh, khổ, vô thường, vô ngã, hành giả sẽ dứt trừ được tâm tham nhiễm. Bởi chúng sanh thiếu mất trí huệ, thường sống trong sự điên đảo, không sạch cho là sạch, khổ cho là vui, vô thường cho là thường, vô ngã cho là ngã, rồi sanh ra mê say đắm nhiễm, nên đức Phật dạy phải dùng bốn pháp này để quán phá bốn sự điên đảo đó.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (10)

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm (7)

4. "Vô Ngã"(2)

- Chẳng hạn như phần uế, ta cho là thối tha như nhớt, nhưng loài chó lợn vì nghiệp mê nhiễm, thấy là thơm sạch ngon, nên đua nhau tranh giành.
- Sự dục nhiễm ở nhơn gian, loài người cho là vui sạch đáng ưa thích, nhưng chư thiên cho là hôi tanh như nhớt, chẳng khác chi ta thấy loài chó lợn ăn đồ ô uế.
- Sự dục nhiễm của chúng sanh rất si mê điên đảo đại khái là như thế, nên người tu phải cố gắng lần lượt phá trừ.

Tiết 36: Đối trị tham vi tế (1)

- Như trên đã lược nói qua sự tham ngũ dục thô phù dễ thấy. Ngoài ra còn mối tham nhiễm ẩn sâu vi tế, mà người tu cần phải lưu tâm.
- Chẳng hạn như số tiền trăm vạn không làm cho tham, nhưng số bạc triệu tỷ có thể khiến phải động tâm;
- Sắc đẹp tầm thường dễ dàng lướt qua, song giai nhân tuyệt mỹ có năng lực giục người mê lụy.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (11)

Tiết 36: Đối trị tham vi tế (2)

- Cho đến các vị tu mà còn đắm ưa chuỗi tốt; tượng đẹp, hoặc cảnh giới lành, cũng thuộc về tâm tham nhiễm.
- Phải nên xem đó là những phương tiện, hoặc cảnh nhân duyên như huyễn, chớ sanh lòng tham trước.
- Để phân tích tâm trạng này, xin đưa ra ba câu chuyện với tánh cách hiểu dụ từ cạn đến sâu:
- 1- Thuở xưa bên Trung Hoa có một vị quan nổi tiếng là thanh liêm, ai đưa vàng bạc lo lót, cũng đều nghiêm trách không nhận.
- Nhưng độ nọ, một nhà hào phú vì muốn nhờ giải quyết việc riêng có tánh cách đặc biệt, nên hối lộ đến mười vạn quan tiền. Vị quan liền thâu nhận.
- Sau đó người bạn hỏi duyên cớ, ông đáp: "Số tiền mười vạn có thể thông cảm với thần minh", (tiền chí thập vạn khả dĩ thông thần).
- Vị quan trên chỉ có thể thanh liêm được với số tiền nhỏ, nhưng không thanh liêm nổi với số tiền quá lớn. Đây là lòng tham nhiễm ẩn sâu.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NẢO (12)

Tiết 36: Đối trị tham vi tế (3)

- 2- Lại câu chuyện đời Minh. Một hôm Liên Trì đại sư ngồi nói chuyện với khách tăng. Ông khách than:
 - - Người tu đời nay hầu hết đều đắm nhiễm về danh lợi.
- Đại sư nói:
 - - Tôi thấy Ngài là bậc thanh khiết, vì từ trước đến nay đã chối bỏ hết danh lợi người ta đem đến cho mình.
- Khách tăng nghe xong gương mặt thoáng lộ nét hoan hỉ. Vị tăng này tuy không thích những danh vọng thông thường, nhưng còn ưa được tiếng thanh cao tuyệt tục. Đây là tâm tham nhiễm thâm trầm vi tế.
- 3- Thêm một chuyện trong thiền môn. Có bà lão nhiều đạo tâm, cất ngôi tịnh am lo đầy đủ tứ sự cúng dường ủng hộ một vị tham thiền tu niệm. Qua hai chục năm, một hôm bà lão dặn bảo cô con gái rằng:
 - - Bữa nay, sau khi đem cơm cho sư thợ trai xong, con thừa lúc bất ngờ ôm ngay sư mà hỏi: "Lúc này như thế nào? Sư trả lời ra sao, con vào đây thuật lại cho mẹ rõ.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (13)

Tiết 36: Đối trị tham vi tế (4)

- Cô con gái y như lời, ôm sư gạn hỏi. Sư đáp:
- - Khô mộc ỷ hàn nham, tam đông vô noãn khí.
- Với câu này, ý sư muốn bảo: "Mình chẳng mảy may động tâm về sắc dục, ví như cây khô nương tựa gộp đá lạnh, lại ở vào ba tháng mùa đông, tìm một chút hơi ấm cũng không có."
- Cô con gái trở vào thuật lại, lão bà không vui, bảo: "
- - Thật uổng công ta hai mươi năm lo lắng, không ngờ chỉ ủng hộ một kẻ phàm phu!
- Nói xong, lão bà ra đuổi nhà sư đi, rồi châm lửa đốt luôn cái am.
- Thật ra, tu đến trình độ của sư, đời nay cũng ít có. Còn lão bà vốn một vị Bồ Tát, hành động đốt am là muốn khai ngộ cho thiền sư. Tại sao thế? Bởi sư tuy không động tâm về sắc dục, nhưng còn thấy mình thanh tịnh, còn trụ tâm nơi tướng vắng lặng không không của thiền định, tức chưa được đại triệt đại ngộ.
- Để phân tích thêm cho rõ, thiền môn có ba cửa ải phải vượt qua là: Bản Tham quan, Trùng quan và Lao quan.

MỤC A. LƯỢC ĐÀM VỀ THAM PHIỀN NÃO (14)

Tiết 36: Đối trị tham vi tế (5)

- Người tu thiền tham thoại đầu đến khi phá được nghi tình, tỏ suốt ý tây lai, nhìn rõ mặt mày trước khi cha mẹ chưa sanh, tức đã vượt qua cửa ải thứ nhứt, gọi là "Phá Bản Tham".
- Đến trình độ này, dù đã dứt được tướng tâm hư vọng từ vô thủy, nhưng còn cảnh giới năng sở đối đãi của quán trí, hãy chưa tuyệt tướng quên tình. Cho nên tuy đã vô tâm cùng thể sự, nhưng đối với đại đạo vẫn cách một lớp cửa dày dặn trập trùng. Cổ đức bảo:

Chớ gọi vô tâm nguyên thật đạo.

Vô tâm còn cách một trùng quan!

- Chính là ý này. Nhà sư trên tuy đã đạt đến cảnh giới khá cao, nhưng hãy còn trụ tâm nơi tịnh tướng. Đây cũng là một sự tham nhiễm vi tế, mà người tu cần phải dứt trừ.
- Người niệm Phật cũng thế. Phải rõ tất cả sắc tướng đều như huyễn, dù tu đến cảnh giới nhứt tâm, thấy hoa sen báu, các tướng tốt, hoặc chư Phật Bồ Tát hiện thân, nên biết đó chẳng qua là do nhân lành cảm quả lành, cứ an nhiên đừng đắm nhiễm tham trước, cũng không nên phủ nhận. Như vậy mới gọi là hiểu ngộ lý: "Như thật bất không" của tạng tâm.

Mục B. Lược đàm về sân thiền nào

Tiết 37: Phương pháp đối trị sân

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt thị phi

Tiết 39: Những lời khuyên răn về việc thị phi

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (1)

Tiết 37: Phương pháp đối trị sân (1)

- Trong các phiền não, duy có sân hận tương trạng rất thô bạo, phá hoại hành giả mạnh mẽ nhất. Nên người xưa đã bảo: *"Nhứt niệm sân tâm khởi, bá vạn chương môn khai"* Câu này có nghĩa: khi khởi một niệm giận hờn, tức đã mở muôn ngàn cửa chương ngại.
- Chẳng hạn như lúc đang niệm Phật, ta chợt tưởng đến người ngoài bực ác khắc nghiệt xấu xa, đối đãi với mình nhiều điều không tốt; hoặc nhớ việc người thân cận phản phúc gây rối làm khổ mình, liền buồn giận bức rức không an.
- Từ nơi tâm trạng đó, miệng tuy niệm Phật, nhưng lòng phiền muộn, vọng tưởng sôi nổi. Có người bỏ chuỗi thôi niệm, xuống nằm gát tay suy nghĩ vẫn vơ. Có kẻ lại buồn tức đến quên ăn bỏ ngủ, muốn gặp ngay người đó la hét một hồi, hoặc tìm cách trả thù cho đã giận. Tâm niệm sân hận nó phá hại người tu đến như thế.
- Muốn đối trị giận hờn, phải khởi lòng từ bi. Kinh Pháp Hoa nói: **"Lấy đại từ bi làm nhà, nhu hòa nhẫn nhục làm áo giáp, tất cả pháp Không làm tòa ngồi."**
- **[Mọi việc như huyễn]**: Phải nghĩ rằng: ta cùng chúng sanh đồng là phàm phu chìm trong biển khổ sanh tử, tất cả đều do nghiệp phiền não, mà phiền não vốn hư huyễn không có thật. Như một niệm sân hận, trước khi chưa khởi nó từ đâu đến, lúc tan rồi lại đi về đâu?

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (2)

Tiết 37: Phương pháp đối trị sân (2)

- [Sân hận trước tiên là ta khổ]: Khi giận hờn ta tự làm khổ cho ta trước, vì đã nổi lửa phiền não thiêu đốt lấy mình, mà cũng không thể cải hóa làm lợi lạc chi cho người. Như thế có phải là si mê vô ích chăng?
- [Phải thương hại kẻ ác]: Lại nên nghĩ: người có hành động xấu làm tổn hại cho ta, kẻ đó vì mê muội đã gây nhân ác tất phải chịu quả khổ. Họ đáng thương hơn là đáng giận, bởi nếu sáng suốt biết rõ lẽ tội phước, tất không khi nào lại dám làm điều ấy.
- Ta là Phật tử, phải áp dụng giáo lý đức Thế Tôn để tự cởi mở sự ràng buộc oan trái cho mình, vì mục đích tu hành là cầu sự giải thoát an vui, chứ không phải tìm lối khổ. Đối với hành động tàn hại đó, ta phải xót thương tha thứ, nhu hòa nhẫn chịu và xem mọi việc đều hư huyền không không.
- Nên nhớ lời cổ nhơn:
*"Lửa sân si tam độc,
đốt hết rừng công đức.
Muốn hành Bồ Tát đạo,
giữ thân tâm nhẫn nhục."*

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (3)

Tiết 37: Phương pháp đối trị sân (3)

- Từ bi là nước tịnh mát mẻ, tưới tắt lửa phiền não; Nhẫn nhục là áo giáp bền chắc ngăn tắt cả mũi tên độc; Pháp không là ánh sáng phá tan khói mù tối tăm. Biết dùng ba điều này để dứt trừ sân hận, tức đã vào nhà Như Lai, mặc áo Như Lai và ngồi tòa Như Lai vậy.

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt Thị phi (1)

- [Phải nghĩ ai ai cũng bị thị phi, nên ta cũng vậy có gì đáng lạ]
 - Hàng phàm phu vì chưa chứng vào chân tâm bình đẳng, còn ranh giới phân biệt giữa ta và người, nên trong đời sống, sự hơn thua phải quấy khen chê có đến muôn ngàn, không ai tránh khỏi.
 - Dù cho chư Phật Bồ Tát vì lòng đại bi thị hiện giữa cõi trần để độ sanh, cũng phải chịu cảnh thị phi thương ghét.
 - Cổ ngôn có câu:

Thù hơn bồi hậu vô hơn thuyết.

Na cá hơn tiền bất thuyết hơn!

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (4)

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt Thị phi (2)

- Lời này ý nói: *"không có ai chẳng bị kẻ khác chỉ trích chê bai sau lưng, nhưng ở trước mặt người ta không nói ra mà thôi."* Đây là câu thành ngữ xác thật, do sự kinh nghiệm của người xưa.
- Những sự thị phi làm cho hành giả, nếu không sáng suốt bình tĩnh, nhiều khi phải xao động sanh phiền não, rất chướng ngại cho đường tu. Cho nên ở đây nêu ra vấn đề này để tìm cách phá giải.

■ [Muốn dứt trừ thị phi, phải y theo ba sự kiện]:

- **Điều thứ nhất:** Phải xét sửa lỗi mình, đừng nhìn nói lỗi người. (Bản thân ko thị phi người)
 - ✓ Ví như con trâu đen thấy cò trắng đứng trên mình thì dễ yên; khi con quạ bay đến đậu lại lấy sừng quơ đuổi; nó không ngờ mình còn đen nhiều hơn con quạ.
 - ✓ Phàm phu cũng thế, thích lời khen, ghét tiếng xấu, ưa bươi móc điều dở của người, không dè mình cũng nhiều lỗi lầm, chẳng có chi là tốt đẹp!
 - ✓ Cho nên nguyên tắc của người tu là phải tự phản tỉnh xét sửa lấy mình, đừng nên nhìn nói điều dở của người. Xét sửa lỗi mình thì càng ngày càng sáng, nhìn nói lỗi người tất càng gây thêm việc trái oan.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (4)

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt Thị phi (2)

- Muốn dứt trừ thị phi, phải y theo ba sự kiện:

- Điều thứ hai: Khi bị sự thị phi khinh báng, nên an nhẫn, đừng tìm cách biện minh. (1)

- ✓ Ví như tờ giấy trắng bị vết mực làm lem, cứ để yên, nó chỉ dơ một chỗ đó rồi lần lần phai nhạt; nếu lấy đồ lau chùi, tất sẽ hoen ố cả toàn diện.
- ✓ Luận Niệm Phật Bảo Vương Tam Muội nói: *"Bị oan ức chớ cầu biện minh, nếu biện minh tất oán hận càng sanh."*
- ✓ Bởi người đã cố tâm nói xấu, ta biện minh tức là cho kẻ đó nói sai, dĩ nhiên sẽ sanh sự oán thù tranh cãi, mà vô tình lại làm cho quần chúng hay biết, và để ý nghi ngờ mình.
- ✓ Thông thường, người mới tu hay thấy mình phải kẻ khác quấy.
- ✓ Người tu hơi lâu, thấy mình và kẻ khác đều có phải có quấy.
- ✓ Người tu càng lâu, duy chỉ thấy mình quấy. Tại sao thế?

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (5)

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt Thị phi (3)

- Điều thứ hai: Khi bị sự thị phi khinh báng, nên an nhẫn, đừng tìm cách biện minh. (2)
 - Bởi khi việc khinh báng xảy ra, nếu hiện tại mình không sai quấy tất kiếp trước cũng lỗi lầm, nên đời nay phải chịu quả.
 - Giả sử kiếp trước ta không có biệt nghiệp trực tiếp gây nên lỗi, thì cũng do cộng nghiệp tội ác, mới đồng sanh trong cõi ngũ trược này.
 - *"Đã mang lấy nghiệp vào thân. Cũng đừng trách lẫn trời gần trời xa."* Lời của cụ Nguyễn Du nói, cũng thâm hợp với lý đạo.
- Điều thứ ba: Người tu phải giữ vững lập trường, tin chắc lý nhân quả, đừng xao động vì tiếng hay dở bên ngoài. (1)
 - [1. Thị phi không làm ta siêu hay đọa, tốt hay xấu] (1)
 - Kinh Pháp Cú nói: *"Ngọn núi cao đứng vững giữa cơn giông tố. Người chân chánh an nhiên giữa tiếng thị phi."* [cây ngay ko sợ chết đứng]

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (6)

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt Thị phi (4)

- Điều thứ ba: Người tu phải giữ vững lập trường, tin chắc lý nhân quả, đừng xao động vì tiếng hay dở bên ngoài. (1)

[1. Thị phi không làm ta siêu hay đọa, tốt hay xấu] (2)

- Tất cả tiếng khen chê bên ngoài không làm cho ta tốt hoặc xấu, siêu hay đọa, mà tốt xấu siêu đọa đều do nơi ta.
 - Nếu ta gây nhân lành dù người có khinh là xấu xa tội ác, ta vẫn được siêu thăng.
 - Trái lại, ta gây nhân ác, tuy người quý trọng ngợi khen, ta vẫn phải chịu đọa lạc.

2. [Thị phi rồi cũng tự hết]: (1)

- Do hiểu lẽ này, một thiền sư Việt Nam đã viết ra những lời thi ý tứ rất thanh tân siêu thoát:

Thị phi ngôn trực triêu hoa lạc

Danh lợi tâm tùy dạ vũ hàn!

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (7)

Tiết 38: Cách đoạn tuyệt Thị phi (5)

- Điều thứ ba: Người tu phải giữ vững lập trường, tin chắc lý nhân quả, đừng xao động vì tiếng hay dở bên ngoài. (2)

2. [Thị phi rồi cũng tự hết]: (2)

Hoa lạc, vũ tinh, sơn tịch tịch

Nhất thanh đề điểu hựu xuân tàn.

Tạm dịch:

Thị phi tiếng rụng theo hoa sớm

Danh lợi lòng băng với bão đêm!

Mưa tạnh, hoa rơi, non vắng vẻ

Chim kêu xuân lại quá bên thềm.

Đừng quan tâm đến danh lợi thị phi, hãy để cho nó rơi theo hoa sớm, lạnh với mưa đêm, rồi tan biến lần lần. Kìa một tiếng chim kêu, một mùa xuân đã qua, sao ta không lo tu tập?

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (8)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (1)

- Điều thứ ba: Người tu phải giữ vững lập trường, tin chắc lý nhân quả, đừng xao động vì tiếng hay dở bên ngoài. (2)

[3. Đừng tin thị phi]

- Cổ ngữ nói: *"Kinh mục chi sự do khủng vị chân, bối hậu chi ngôn khởi túc thâm tín; nhĩ khả đắc văn, khẩu bất khả đắc ngôn dã."* Câu này có nghĩa: *"Việc thấy trước mắt còn e không đúng với sự thật, thì lời nói sau lưng đâu đáng để tin? Cho nên sự thị phi tai có thể được nghe, nhưng miệng không nên nói."*
 - Tiếng thị phi lắm khi phát xuất từ sự nghi làm, hiểu làm, nghe làm, rồi ở trong nhà nó là hình con chuột, khởi cửa ngõ nó biến thành hình con dê, ra tới ngoài đường lại hóa thành hình con trâu; nguyên khởi thật không có chi, nhưng khi đồn đãi đến người thứ mười, thì người đồn lần thứ nhứt nghe cũng phải kinh sợ!
 - Nhiều khi tiếng chê bai lại có do lòng hơn thua ganh ghét, với sự cố tâm trả oán, hoặc dìm kẻ có nhiều phương diện hơn mình.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (8)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (1)

- Điều thứ ba: Người tu phải giữ vững lập trường, tin chắc lý nhân quả, đừng xao động vì tiếng hay dở bên ngoài. (2)

[3. Đừng tin thị phi]

- Tánh ưa nói nhiều và tâm tật đố thị phi, nhứt là phái nữ, rất dễ khởi phạm; khi họ kính thương, thì người đó mau thành tiên Phật, lúc họ khinh ghét, kẻ ấy cũng dễ hóa yêu ma.
- Một sư cụ thuộc bậc tiền bối đã nói: “Mấy bà mấy cô có nhiều đức tin hơn phái nam, việc hành đạo phần đông siêng năng tinh tấn. Nhưng công đức tu niệm được bao nhiêu, đều bị cái miệng nó đốt hết cả!
- Với ý niệm ngăn những điều làm lỗi của thị phi để giữ gìn cho công đức tu hành không bị hủy tổn, và tránh những ác báo về sau, xin dẫn lời hay của người xưa, cho đến lời răn dạy của Phật, Tổ để cùng nhau khuyên nhắc.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIÊN NÃO (9)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (2)

* Một buổi nhàn hạ, Đường Thái Tông hỏi bề tôi là Hứa Kính Tôn rằng:

- - Trẫm thấy khanh phẩm cách cũng không phải là phường sơ bạc, sao lại có nhiều tiếng thị phi chê ghét như thế?
- Kính Tôn thưa:

- Tâu bệ hạ! Mưa mùa xuân tầm tã như dầu, người nông phu mừng cho ruộng đất được thấm nhuần, kẻ bộ hành lại ghét vì đường sá bùn lầy trơn trượt.

Trăng mùa thu trong sáng như gương, hàng tao nhân mừng gặp dịp thường du ngâm vịnh, nhưng bọn đạo tặc lại ghét vì ánh nguyệt quá rõ ràng!

Như trời đất là vô tư, mà cơn nắng mưa thời tiết còn bị thế gian trách hận ghét thương, thì hạ thần đâu phải người vẹn toàn, làm sao tránh khỏi sự chê bai chỉ trích?

Cho nên ngu ý trộm nghĩ: đối với tiếng khen chê, nên bình tâm suy xét, đừng vội tin nghe. Nếu vua tin nghe lời thị phi thì tôi bị giết; cha mẹ tin nghe lời thị phi tất con bị hại;

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIÊN NẢO (10)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (3)

- Anh em vợ chồng tin nghe lời thị phi, sẽ phải chia lìa; thân bằng hàng xóm tin nghe lời thị phi rồi đi đến chỗ đoạn tuyệt. Miệng lưỡi thị phi thật độc hơn rồng rắn, bén hơn gươm đao, giết người không thấy huyết!
- Hứa Kính Tôn sử sách chê là gian thần, nhưng dù sao lời nói của ông cũng chí lý đáng làm gương khuyên nhắc cho hậu lai, nên vẫn được người đời truyền tụng.

❖ Kinh Pháp Hoa nói:

- "Sau khi Như Lai diệt độ, người nào thọ trì đọc tụng kinh này, sẽ được phước báo trong đời hiện tại. Nếu kẻ nào thấy người thọ trì kinh này, vạch bày những lỗi lầm của người đó, hoặc có thật, hoặc không có thật; kẻ ấy sẽ mang nghiệp quả, ghê lác, đui mù, và những ác báo như trước đã nói." (Đại lược)
- Như lời Phật dạy, ta thấy chẳng những khinh hủy người tụng Kinh Pháp Hoa, mà khinh hủy kẻ trì chú niệm Phật và đọc tụng các kinh điển Đại Thừa khác, cũng đều mang tội nặng.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIÊN NẢO (11)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (4)

- * Kinh Phạm Võng Bồ Tát Giới nói: (ta Thị phi người là khẩu nghiệp)
- "Nếu Phật tử nào, tự miệng rao nói tội lỗi của Bồ Tát xuất gia, Bồ Tát tại gia, Tỳ Khưu, Tỳ Khưu Ni; hoặc bảo người rao nói tội lỗi; hoặc từ nhân, từ duyên, từ cách thức, cho đến từ nghiệp, rao nói những tội lỗi trong Phật pháp; Phật tử này phạm Bồ Tát Ba La Di tội."
- Lại nói: "Nếu Phật tử tự phô dương tài đức của mình mà dìm chê điều hay tốt của người, làm cho người bị khinh chê; Phật tử này phạm Bồ Tát Ba La Di tội."
- Lại nói: "Chúng sanh mỗi ngày ba nghiệp tạo vô lượng tội, nhứt là khẩu nghiệp." (Đại lược)
- Đức Thế Tôn từ bi chỉ đường tội phước rõ ràng, mà hàng Phật tử chúng ta bởi quá si mê, nên có nhiều người đã lãng quên; vì lòng tật đố thị phi, gây biết bao khẩu nghiệp!
- * Trong Kinh Đại Tập, Như Lai bảo: (ko nên chê bai thị phi)
"Nếu hàng vua quan đánh mắng người xuất gia giữ giới hoặc phá giới, sẽ mang tội đồng như làm cho trăm ức thân Phật ra huyết. Nếu thấy người mặc áo cà sa, không luận kẻ giữ giới hay phá giới, nên sanh tâm tưởng như Phật."

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (12)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (5)

- Kinh Đại Tập đã nói như thế, thì hàng Phật tử xuất gia cho đến tại gia nếu có làm lỗi, tất sẽ chuốc lấy khổ báo riêng về phần họ, ta chỉ sanh tâm thương xót chớ không nên khinh chê. Niệm tôn trọng thương xót khiến thêm lớn phẩm lành, tâm khinh mạn chê bai, lại đi vạch nói việc thị phi của người, chỉ tổn phước đức mình, và đa mang phần khổ lụy!
- Cho nên người biết tu, hằng thủ phận, lo xét ngó vào mình để tự sửa chữa. Trái lại, mình còn nhiều làm lỗi mà không xét nghĩ, lại đi vạch nói chê bai người, là kẻ chưa ý thức về việc tu.
- (Còn ta bị thị phi là phước)
- Cổ ngôn có câu: "Ngã khuy nhưn thị họa, nhưn khuy ngã thị phước." Câu này hàm ý nghĩa: "Ta làm tổn người là họa, người làm tổn ta là phước."
- Đối với người tu, khi bị kẻ khác thị phi khinh báng, nên sanh tâm nghĩ rằng: kẻ ấy là người đem phước đến cho mình. Tại sao thế? Bởi chúng ta từ vô thủy đến nay gây ra tội chướng vô biên, nếu bị một lời khinh chê, tất được giảm bớt một phần tội nghiệp. Đó chẳng phải là điều phước lợi cho mình ư?
- Còn kẻ khinh báng tất sẽ chịu quả khổ, ấy là lẽ dĩ nhiên, bởi họ mê làm tự chuốc lấy tai họa.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (13)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (6)

- * (Với người: ko thấy lỗi thế gian – Ko thị phi)
- Lại để chỉ rõ thế nào là chân tu, cùng tư cách của bậc chân tu, xin dẫn chứng thêm một đoạn trong bài kệ Vô Tướng, Kinh Pháp Bảo Đàn của đức Lục Tổ:

Nếu là bậc chân tu

Không thấy lỗi của đời.

Nếu như thấy lỗi người

Mình chê, là kém dở!

Người quấy, ta đừng quấy

Ta chê, tự có lỗi.

Muốn phá tan phiền não

Hãy trừ tâm thị phi

Thương ghét chẳng để lòng

Nằm thẳng đôi chân nghỉ!

(Pháp Bảo Đàn Kinh, Vô Tướng kệ)

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (14)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (7)

* (Với người: ko thấy lỗi thế gian – Ko thị phi)

- Những hàng con Phật hoặc xuất gia hoặc tại gia, đều tự xem mình là người tu hành lo đạo.
- Nhưng làm thế nào biết được ai là chân tu, giả tu? Về điều này, đức Lục Tổ đưa ra một cách giáo nghiệm rất đơn giản, Ngài bảo: "Nếu là bậc chân tu, không thấy lỗi của đời."
- Mà thật thế, bậc chân tu luôn luôn tự nhìn để sửa lỗi, trụ nơi tịch định; dứt hẳn lòng ngã hơn phân biệt, có tâm tư đâu nghĩ đến việc hay dở tốt xấu của người!
- Kẻ giả tu trái lại, tâm hơn ngã hơn thua ganh ghét đầy đầy, mở miệng ra là phê bình chỉ trích, nói điều hay dở của thế gian; rất cách xa với đạo.
- Bởi thế, khi còn thấy lỗi người rồi khinh báng chê bai, tất nhiên tỏ ra mình đã kém dở trước nhất, vì tâm hãy còn vọng động phân biệt, thiếu đức trí huệ từ bi, sẽ chiêu cảm lấy tội báo về sau.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (15)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (8)

* (Với người: ko thấy lỗi thế gian – Ko thị phi)

- Người quấy mắc người, ta đừng quấy, nên học bậc trí nhưn, để lòng trong sáng như gương, việc sắp đến không đón trước, việc đã qua chẳng luyến mơ, tâm linh sáng suốt bình đẳng khắp mọi nơi, sẽ có sự diệu ứng vô cùng!
- Nếu động niệm ganh ghét, nói lời khinh chê, thì bên trong chân tánh đã bị nhiễm ô, bên ngoài lại chuốc lấy việc oán thù tranh chấp, sự sai lầm tội lỗi càng thêm.
- Cho nên muốn được an nhàn khỏi phiền não, đừng phê luận việc phải quấy của người. Câu "Hãy trừ tâm thị phi" còn có ý nghĩa sâu là: **trừ tứ cú, tuyệt bách phi**. "Nằm thẳng đôi chân nghỉ", tức là cảnh giới đại giải thoát, chỉ cho sự tham học đã xong, đói thì ăn, mệt nằm ngủ.
- (Với ta: ko quan tâm đến khen chê)
- Bậc chân tu luôn luôn có lập trường sáng suốt vững chắc, không quan tâm đến sự khen chê thương ghét bên ngoài.

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIÊN NÃO (16)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (9)

- (Vớì ta: ko quan tâm đến khen chê)
- Như thuở xưa Nghĩã Thanh thiền sư sau khi đắc pháp vớì ngài Phù Sơn, đến ngụ nơi chùa của Viên Thông Tú hòa thượng. Tuy ở trong đại chúng nhưng sư không tham thiền hỏi đạo, mỗi ngày chỉ nằm ngủ.
- Vị tăng chấp sự đem việc ấy bạch lại. Ngài Viên Thông cảm tích trượng đến tăng đường, thấy sư đang nằm nhắm mắt liền quở rằng:
 - - Nơi đây không có thừa cơm gạo để cho thượng tọa ăn rồi nằm ngủ!
 - Sư nói: - Thế thì hòa thượng bảo tôi phải làm gì?
 - Thông hỏi: - Sao không đi tham thiền?
 - Đáp: - Thức ngon chẳng giúp gì cho người đã ăn no.
 - Hòa thượng bảo: - Có nhiều người không bằng lòng thượng tọa.
 - Sư nói: - Giả sử bằng lòng, thì tôi sẽ được gì?

MỤC B. LƯỢC ĐÀM VỀ SÂN PHIỀN NÃO (17)

Tiết 39: Những lời khuyên răn về thị phi (10)

- Thấy lời nói khác thường, ngài Viên Thông hỏi tiếp:
- - Thượng tọa đã từng tham kiến vị nào?
- Đáp:
- - Tôi từ nơi ngài Phù Sơn đến đây.
- Hòa thượng nói:
- - Thảo nào ông lại chẳng cứng đầu! Liền nắm tay nhau cả cười, rồi đi về phương trượng.
- Sau Nghĩa Thanh thiền sư nói pháp cho ngài Đầu Tử Ngung. Vào hôm mừng bốn tháng năm, niên hiệu Nguyên Phong thứ sáu đời Tống, thiền sư tám gậy rồi lên pháp tòa từ biệt đại chúng, lưu bài kệ xong, liền buông bút tọa hóa.
- Như Nghĩa Thanh thiền sư tác phong phóng khoáng, sống chết tự do dường ấy, có phải Ngài đã lãnh hội câu: "Thương ghét chẳng để lòng. Nằm thẳng đôi chân nghỉ" đó ư?
- **(HẾT MỤC B)**

Mục C. Lược đàm về si phiền não

Tiết 40: Nói chung về nghiệp si

Tiết 41: Phải diệt niệm buồn chán

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (1)

Tiết 40: Nói chung về nghiệp si (1)

- Người tu khi với sự lý của mọi vấn đề không thể hiểu minh bạch, rồi từ đó dẫn sanh tất cả điều mê hoặc, khiến cho tâm niệm chẳng yên, đó là lúc nghiệp si nổi lên.
- Chẳng hạn như trong khi đang tu, thoát nhớ có kẻ nói phải niệm chừng nào nhứt tâm bất loạn mới được vãng sanh, nay xét mình khó nổi đến trình độ ấy, công hành đạo e luống uổng, rồi sanh ý phân vân, đó là hiện tượng của nghiệp si.
- Si mê là nguồn gốc của tất cả phiền não. Tham, Sân do Si, mà Mạn, Nghi, Ác Kiến cũng đều do Si.
 - Như khi khởi niệm: sự hành đạo siêng nhọc của ta, chưa chắc người xuất gia đã bằng; đó là **Ngã Mạn phiền não**.
 - Lúc niệm Phật, bỗng sanh ý nghĩ: cõi Cực Lạc trang nghiêm dường ấy, mình nghiệp dày phước mỏng, biết có được vãng sanh hay chẳng? Đó là **Nghi phiền não**.
 - Ác kiến là sự thấy hiểu cố chấp xấu ác, gồm năm điều Thân kiến, Biên kiến, Tà kiến, Kiến Thủ kiến, và Giới Thủ kiến.

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (2)

Tiết 40: Nói chung về nghiệp si (2)

- Như đang tu hành, chợt nghĩ: thể chất mình vẫn yếu, hôm nay lại nghe mỗi nhọc, nếu niệm Phật thêm lâu nữa sợ e phải đau; đó là **Thân kiến**.
- Hoặc nghĩ: chết rồi như đèn tắt, nếu có đời trước sao mình không nhớ? Tốt hơn là nên tu tiên để được sống lâu không chết. Đây là đoạn kiến và thường kiến trong **Biên kiến**.
- Hoặc suy tưởng tại sao có người làm lành lại mạng yếu, chết một cách dữ dằn; kẻ làm nhiều điều ác lại sống lâu, chết rất tốt đẹp yên ổn? Vậy thì tu hành đâu có ích lợi chi! Đây là lối chấp **Tà kiến**, không thấu suốt lý nhân quả ba đời.
- Có kẻ lại nghĩ: trước kia mình tu theo cách luyện điển của giáo phái khác, mới ít tháng liền có sự biến đổi; nay sao niệm Phật đã lâu mà không thấy chuyển động gì? Đây là **Kiến Thủ kiến**, tức là chấp lấy sự nhận thức sai lầm của mình.
- Hoặc lại suy nghĩ; bên đạo khác họ sát sanh vẫn cầu được về Thiên Đường; mình cũng cầu sanh Cực Lạc, vậy cần chi phải giữ giới sát? Đây là **Giới Thủ kiến**, tức sự chấp hiểu lầm lạc về giới pháp.
- Hình thức của nghiệp si rất nhiều; nhưng người tu Tịnh Độ cần nhất là phải y theo kinh Phật, và đặt trọn vẹn đức tin vào đó. Đối với đạo lý sâu xa, điều nào không biết thì nên tìm hỏi nơi bậc thiện tri thức.

MỤC C. LỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (3)

Tiết 40: Nói chung về nghiệp si (3)

- Nghiệp si dễ khiến cho người lạc mất chủ hướng khi bị các thuyết khác đả phá, mà môn Tịnh Độ lại là pháp thâm diệu khó tin hiểu. Theo kinh luận, người niệm Phật nên y theo ba lượng để củng cố lòng tin.

1. **Lý Trí Lượng:** là sự suy lường tìm hiểu của lý trí.

Chẳng hạn như suy nghĩ: Các thế giới đều do tâm tạo, đã có cõi người thuộc phần nửa nghiệp thiện ác, tất có tam đồ thuộc nhiều nghiệp dữ, và các cõi trời thuộc nhiều nghiệp lành. Như thế tất cũng có cõi Cực Lạc do nguyện lực thuần thiện của Phật, và công đức lành của chư Bồ Tát cùng những bậc thượng thiện hơn.

2. **Thánh Ngôn Lượng:** là giá trị lời nói của Phật, Bồ Tát trong các kinh luận.

Đức Thế Tôn đã dùng tịnh nhãn thấy rõ y báo, chánh báo cõi Cực Lạc, và diễn tả cảnh giới ấy trong các kinh Tịnh Độ. Các bậc đại Bồ Tát như Văn Thù, Phổ Hiền đều ngợi khen cõi Cực Lạc và khuyên nên cầu vãng sanh. Người Phật tử nếu không lấy lời của Phật, Bồ Tát làm mực thước, thử hỏi còn phải tin ai hơn?

3. **Hiện Chứng Lượng (1):** là lối tìm hiểu do sự thấy biết hoặc chứng nghiệm hiện thật, để khởi lòng tin.

MỤC C. LƯỢNG ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (4)

Tiết 40: Nói chung về nghiệp si (4)

3. **Hiện Chứng Lượng (2):** là lối tìm hiểu do sự thấy biết hoặc chứng nghiệm hiện thật, để khởi lòng tin.

Trong Tịnh Độ Thánh Hiền Lục đã chứng minh rất nhiều vị niệm Phật được vãng sanh, và ở Việt Nam ta cũng có nhiều Phật tử tu Tịnh Độ được về Cực Lạc.

Chẳng những thế, mà hiện tiền khi tịnh niệm các vị ấy cũng thấy cảnh Tịnh Độ hiện bày. Nếu không có cõi Cực Lạc, và không có Phật A Di Đà tiếp dẫn, thì làm sao những vị ấy thấy rõ và được kết quả vãng sanh?

- Trên đây là ba lượng mà hành giả Tịnh Độ phải y cứ để giữ vững lòng tin.
- Lại theo Ấn Quang pháp sư, người niệm Phật không nên đem sự tu Tịnh Độ thỉnh giáo các vị thiện tri thức bên Thiền Tông. Bởi lối đáp của những vị ấy đều đi về bốn phận, tức là nói về lý tánh, mà Tịnh Độ thì thuộc về tướng tông.
- Vì chỗ chủ trương khác nhau như thế, nếu kẻ sơ học chưa dung thông tánh tướng, e không được lợi ích chi, mà còn tăng thêm lòng nghi ngại phân vân bất nhứt.

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (5)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (1)

Có một chi tiết trong nhà đạo, nguyên nhân cũng chỉ vì nghiệp si, mà nhiều người thường hay vướng mắc. Nhân tiện xin nói rộng thêm để các hành giả được sự bền chí trên đường tu niệm.

- Người hoài bão tâm thương đời, hay kẻ có lòng lo đạo, trên đường chí nguyện thường thường phải trải qua ba giai đoạn.
 - Giai đoạn thứ nhất là tâm nhiệt thành sốt sắng.
 - Giai đoạn thứ hai là niệm buồn rầu chán nản.
 - Giai đoạn thứ ba là lòng bi trí tùy cơ.
- Nhưng thông thường, những vị hữu tâm ấy hay bỏ cuộc và tiêu tán chí niệm ở đoạn hai, ít ai đi đến đoạn ba. Vượt đoạn hai để đi đến đoạn ba là người có tâm bi trí rộng lớn, như con thần long khi bay lên mây xanh, lúc ẩn nơi lòng biển cả.
- Nhà Nho gọi điều này là: "*dụng chi tất hành, xả chi tắc tàng*" Đây là ý nói: "bậc chân nho đời hữu đạo thì đem đạo lưu hành, đời vô đạo lại lui về ở ẩn."

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (6)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (2)

- Như đức Khổng Tử khi đem đạo thánh hiền truyền hóa, các vua thời Đông Châu không ai chấp nhận, Ngài lui về viết sách dạy học trò, chí thương lo cứu đời không khi nào bị thối giảm. Kẻ chưa thấu hiểu thời tiết cơ duyên, chưa suốt được đạo lý này, thường hay chán buồn bi phẫn!
- Trước tiên hãy thử nhìn xét tâm niệm ấy qua phương diện thế gian.
 - Ta thấy có nhiều vị lúc tuổi trẻ khí huyết phương cương, nhìn đời như hoa mộng, tâm nhiệt thành sốt sắng, quyết chí xây dựng nếu không cho thiên hạ, thì ít nhứt cũng cho người xung quanh hay cá nhân mình được một cuộc đời tươi đẹp như lý tưởng.
 - Nhưng khi trải qua nổi thăng trầm vinh nhục, rước lấy bao cuộc thất bại chua cay, đi sâu vào đời thấy rõ hơn tình sơ bạc, thì đâm ra chán nản. Lúc trước nhiệt thành hăng hái bao nhiêu, bây giờ lại lạnh lùng dè dặt bấy nhiêu!
 - Có người lại muốn đóng cửa tránh duyên xa lánh tất cả.
- Tâm trạng này có thể mượn mấy câu sau đây để diễn tả:

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (7)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (3)

*Lỡ làng nước đục bụi trong
Trăm năm để một tấm lòng từ đây.*

Hay:

*Thôi thà đừng biết cho xong
Biết bao nhiêu lại đau lòng bấy nhiêu!*

Hoặc:

*Chuyện đời thấy vậy thì hay vậy
Thà ẩn non cao chẳng biết nghe.*

- Nước đục bụi trong? Đây là chỉ cho người ngay thẳng thành thật bị vu báng nghi ngờ, kẻ thủ đoạn khéo bề ngoài lại được tin nghe quý trọng! Và còn biết bao sự đảo lộn khác nữa!
- Có người lại bảo: thà làm kẻ ngu dốt mà còn được niềm vui, hiểu biết chi nhiều để thêm buồn lòng nhọc trí!
- Thi sĩ Tản Đà đã nhìn xét đời bằng câu:

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIÊN NÃO (8)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (4)

Giang hà nhật hạ hơn giai trước

Thiên địa lô trung thực hữu tình?

- Nước sông giang hà càng xuống lại càng đục, đời càng mạt, đạo đức càng suy, trong trời đất ai là người có chân tình?

- Chí sĩ Phan Bội Châu lúc tuổi trẻ, từng than thở:

Lương bằng hải khoát thiên trường hận

Sơn thủy vân thôn vụ thổ sầu!

- Nước non đã tối tăm bởi mây khói ngoại xâm, mà trong vùng bể rộng trời xa lại không tìm thấy bóng người đồng chí, tình cảnh thật đáng buồn!
- Nhưng đến lúc sắp tắt hơi, ông cũng còn buông ra mấy lời hận thương chán nản: "Trời xanh thánh chúa hỡi ơi! Tiếc bấy trong tâm vui Khổng, Mạnh! Non nước dân tình đường ấy! Thà ra ngoài thế bạn Hy Hoàng!" (Thiên hồ nhi! Đế hồ nhi! Khả tích hung trung mai Khổng, Mạnh. Dân như thử! Quốc như thử! Ninh ư thế ngoại tác Hy, Hoàng!)

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (9)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (5)

- Đại khái đường tâm nguyện của con người dễ bị nản buồn thối chuyển là thế! Và vì lẽ này mà Khuất Nguyên bị phẫn đem thân tự trầm; Giới Tử Thôi giận hờn cam chịu chết thiêu nơi rừng vắng.
- ❖ Trong giới tu hành cũng thế. Câu: "Học đạo thì cần chung tắc đãi", câu này ý nói: thông thường việc học đạo trước siêng năng, sau hay sanh biếng trễ vô hình đã chỉ rõ sự tiến kiến xác đáng của người xưa.
 - Lắm người khi mới phát đạo tâm, lòng tín thành sức dũng mãnh dường như Bồ Tát, nhưng lần lần trong do nghiệp lực, ngoài bị cảnh duyên, ý khinh mạn bị biếng trễ nổi lên, mỗi niệm đều là chúng sanh.
 - Đại khái phần đông vì chưa nhận thức rõ cuộc đời ngũ trược, nên khi chạm mặt với sự thật, dễ bị thối tâm.
 - Bởi thế nhiều tăng ni do thấy trong đạo có những sự sai lầm, hoặc hàng thiện tín có những phiền não cố chấp nặng, nên sanh niệm thối chuyển. Từ ý niệm đó họ hoàn tục, hoặc tiêu tán chí nguyện độ tha, thích ở ẩn để tự tu, không muốn gây duyên hoằng hóa.

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (10)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (6)

- Và nhiều Phật tử tại gia bởi thấy có những tăng ni hành không đúng pháp, rồi nản chí bỏ đạo không muốn tiếp xúc với người xuất gia; hoặc sanh lòng ngã mạn, bảo chỉ quy y Phật, Pháp, không quy y Tăng.
- Lại nhiều bà Phật tử khi nghe phong thanh thầy mình có điều gì, chưa thấu đáo tình lý việc ấy ra sao, đã vội bỏ ăn chay niệm Phật tụng kinh. Họ chưa nắm vững lẽ đạo, không biết rằng tu cho mình chớ đâu phải tu cho thầy, bỏ tu hành chỉ tự làm thiệt hại, nào có tổn thất đến ai?
- Luận chung, những tâm niệm bi phần buồn chán như trên đều sai lầm, thiếu lập trường vững chắc. Bởi dù đời hay đạo, bậc chân chánh thiện lương tuy là ít, nhưng chẳng phải không người. "Mía sâu có đốt, nhà dột có nơi", đừng lấy có một phần tử lỗi lầm, mà cho rằng tất cả đều sai quấy.
- Lại: "**Nhơn hư đạo bất hư**", dù tất cả người đều sai lạc, đạo vẫn là con đường sáng suốt làm bước tiến tốt đẹp cho mình. Và, trước khi phê bình người nên tự xét mình đã được hoàn hảo chưa, hay sự thật còn kém hơn kẻ mình chỉ trích.

MỤC C. LỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (11)

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán (7)

- Nên có lượng xót thương xả thứ, đem lòng trách người trách mình, dùng tâm thứ dung mình mà thứ dung cho người. Chớ lấy đá liệng kẻ lỗi lầm, khi chính mình cũng còn nhiều lầm lỗi.
- Lại tiêu điểm trước tiên của đường tu là lo cứu mình, tìm lối tự giải thoát. Nếu vì một đối tượng nào bên ngoài mà bỏ luôn cả chính mình, có phải là mê muội chẳng?
- Cho nên người tu có sự nhìn thấu suốt, hằng lo giữ đúng như bốn phận; tự sanh lòng trung thật, từ bi, xả thứ, then cho mình nghiệp chướng hãy nhiều, thương cho người còn ở trong vòng chìm mê phiền não, luôn luôn nắm vững chí nguyện, gắng tìm phương tự độ độ tha.
- "Từ bi hỷ xả là nhà, trí huệ, phương tiện là cửa", không vì chúng sanh nhiều phiền não, đường tu nhiều trở ngại gian lao mà thối thất đạo tâm.
- Có sự nhận thức như thế, là đã vượt qua nổi chướng ngại nơi giai đoạn hai, mà bước lên chỗ bình thản của giai đoạn ba vậy.

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (12)

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát (1)

- Nghiệp tham, sân, si biểu hiện dưới nhiều hình thức, không thể tả xiết! Nơi đây chỉ nói tổng quát bốn điều căn bản để đối trị những nghiệp ấy:

1. Dùng tâm đối trị:

- Người mê với bậc giác ngộ chỉ có hai điểm sai biệt: tịnh là chư Phật, nhiễm là chúng sanh.
- Chư Phật do thuận theo tịnh tâm nên giác ngộ, đủ thần thông trí huệ; chúng sanh bởi tùy nơi trần nhiễm nên mê hoặc, bị sống chết luân hồi.
- Tu Tịnh Độ là đi sâu vào Niệm Phật Tam Muội để giác ngộ bản tâm, chứng lên Phật quả. Vậy trong niệm Phật, nếu thấy bất cứ một niệm vọng động nào khác nổi lên, liền phải trừ ngay và trở về tịnh tâm. Đây là cách dùng tâm để đối trị.

2. Dùng lý đối trị: (1)

- Nếu khi vọng niệm khởi lên, dùng tâm ngăn trừ không nổi, phải chuyển sang giai đoạn hai là dùng đến quán lý.

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (13)

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát (2)

2. Dùng lý đối trị: (2)

- Chẳng hạn như khi tâm tham nhiễm nổi lên, quán lý: Bất tịnh, khổ, vô thường, vô ngã.
- Tâm giận hờn phát khởi, quán lý: Từ bi hỷ xả, nhẫn nhục nhu hòa, các pháp đều không.

3. Dùng sự đối trị:

- Những kẻ nghiệp nặng, dùng lý đối trị không kham, tất phải dùng sự, nghĩa là dùng đến hình thức. Thí dụ, người tánh dễ sân si, biết rõ nghiệp mình, khi phát nóng bực sắp muốn tranh cãi, họ liền bỏ đi và uống từ từ một ly nước lạnh để dần cơn giận xuống.
- Hoặc như kẻ nặng nghiệp ái, dùng lý trí ngăn không nổi, họ lựa cách gần bậc trưởng thượng, làm Phật sự nhiều, hoặc đi xa để lãng quên lần tâm nhớ thương.
- Câu: "**Dám xa xuôi mặt mà thưa thốt lòng!**" thật ra chính là "**càng xa xuôi mặt, càng thưa thốt lòng!**" Bởi tâm chúng sanh y theo cảnh, cảnh đã vắng tức tâm mất chỗ nương, lần lần sẽ phai nhạt.

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (14)

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát (3)

4. Dùng sám tụng đối trị:

- Ngoài ba cách trên từ tế đến thô, còn có phương pháp thứ tư là dùng sám hối trì tụng để đối trị. Sự sám hối, niệm Phật, trì chú hoặc tụng kinh, mà giữ cho đều đều, có năng lực diệt tội nghiệp sanh phước huệ.
- Vì thế thuở xưa có nhiều vị trước khi thọ giới hay sắp làm Phật sự lớn, thường phát nguyện tụng mấy muôn biến Chú Đại Bi, hoặc một tạng Kinh Kim Cang Bát Nhã.
- Bên Trung Hoa các cư sĩ khi hợp lại Niệm Phật đường để kiết thất, nếu ai nghiệp nặng niệm Phật không thanh tịnh, hay quán Phật không được rõ ràng, vị pháp sư chủ thất thường bảo phải lạy hương sám.
- Đây là cách đốt một cây hương dài, rồi thành kính đánh lễ hồng danh Phật sám hối, cho đến khi nào cây hương tàn mới thôi. Có vị suốt trong thời kỳ kiết thất bảy ngày hoặc hai mươi một ngày, toàn là lạy hương sám.
- Bốn cách trên, hành giả tùy trường hợp mà đối trị tổng quát ba nghiệp tham sân si. Nếu bền bỉ chí tâm, thì không việc chi chẳng thành tựu. **(HẾT CHƯƠNG VI)**

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (14)

Mục A. Lược đàm về tham phiền não 203

Tiết 34: Phương diện khai tâm

Tất cả đường lối tu hành đều làm sao phải đạt tâm thanh tịnh; Phải dứt trừ phiền não, vọng duyên;

Tu phước (ăn chay, bố thí, sám hối, niệm Phật, tụng kinh) mà ko tu huệ (tức là tham sân si mạn ko đoạn trừ) - ko được tâm thanh tịnh

Tu huệ mà ko tu phước thì nghiệp chướng khó tiêu:

KL: Phước huệ song tu

Tiết 35: Đối trị dục nhiễm: Bất tịnh, Khổ, Vô thường, Vô Ngã

Tiết 36: Đối trị tham vi tế

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (14)

Mục B. Lược đàm về sân phiền não 216

Tiết 37: Phương pháp đối trị Sân 216

Tiết 38: cách đoạn tuyệt Thị phi 219

Tiết 39: Những lời khuyên răn về việc Thị phi 222

Mục C. Lược đàm về Si phiền não 231

Tiết 40: Nói chung về nghiệp Si 231

Tiết 41: Phải diệt niệm Buồn chán 235

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát 241

MỤC C. LƯỢC ĐÀM VỀ SI PHIỀN NÃO (14)

Tiết 42: Cách đối trị tổng quát (3)

4. Dùng sám tụng đối trị:

- Ngoài ba cách trên từ tế đến thô, còn có phương pháp thứ tư là dùng sám hối trì tụng để đối trị. Sự sám hối, niệm Phật, trì chú hoặc tụng kinh, mà giữ cho đều đều, có năng lực diệt tội nghiệp sanh phước huệ.
- Vì thế thuở xưa có nhiều vị trước khi thọ giới hay sắp làm Phật sự lớn, thường phát nguyện tụng mấy muôn biến Chú Đại Bi, hoặc một tạng Kinh Kim Cang Bát Nhã.
- Bên Trung Hoa các cư sĩ khi hợp lại Niệm Phật đường để kiết thất, nếu ai nghiệp nặng niệm Phật không thanh tịnh, hay quán Phật không được rõ ràng, vị pháp sư chủ thất thường bảo phải lạy hương sám.
- Đây là cách đốt một cây hương dài, rồi thành kính đánh lễ hồng danh Phật sám hối, cho đến khi nào cây hương tàn mới thôi. Có vị suốt trong thời kỳ kiết thất bảy ngày hoặc hai mươi một ngày, toàn là lạy hương sám.
- Bốn cách trên, hành giả tùy trường hợp mà đối trị tổng quát ba nghiệp tham sân si. Nếu bền bỉ chí tâm, thì không việc chi chẳng thành tựu. **(HẾT CHƯƠNG VI)**

A religious painting depicting a group of Buddhist figures on a small boat navigating a turbulent, dark sea. The figures are dressed in traditional robes of red, orange, and white. A large, bright white sail is visible behind them, and a bright light emanates from the center of the boat. The scene is dramatic, with white-capped waves and a dark, stormy sky. The text is overlaid on the top right and bottom of the image.

**Giác hải hư không khởi
Ta Bà nghiệp sóng trào
Ai muốn lên bến giác
Cực Lạc sẵn thuyền về**

THUYỀN TỬ TẾ ĐỘ - TRỰC VANG TÂY PHƯƠNG