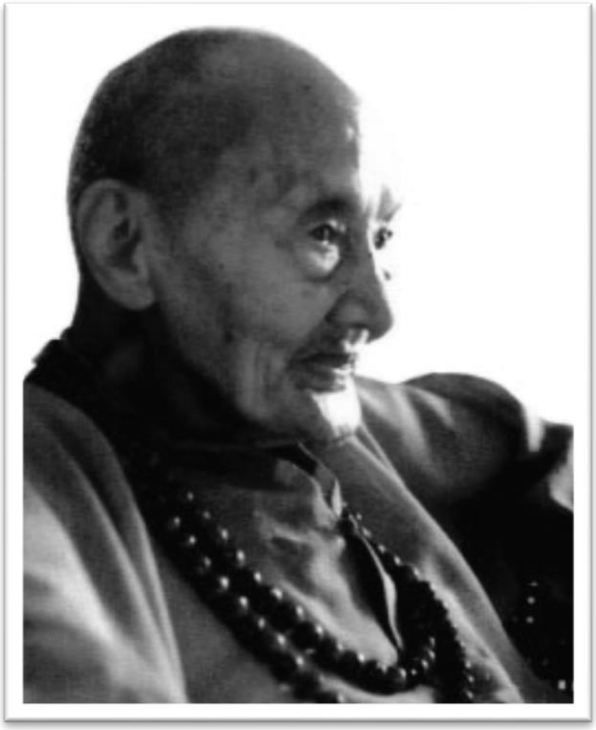
CẨM NANG TU HÀNH

Cao Tăng Quảng Khâm

CẨM NANG TU HÀNH

Cao Tăng Quảng Khâm



Việt dịch: Ban Phiên Dịch Vạn Phật Thánh Thành

Hiệu đính: Cư sĩ Nguyên Hằng và Nguyên Thường

Dẫn Nhập

Tập Cẩm Nang này đúc kết tinh hoa những lời dạy của vị Thánh Tăng cận đại - Hòa Thượng Quảng Khâm (1892-1986). Là người đã giác ngộ, mỗi lời dạy của Ngài trực tiếp phá vỡ vô minh, khiến ta giác ngộ như Ngài.

Kinh Hoa Nghiêm dạy rằng: *"Chúng sanh như người bệnh, Thiện tri thức như bác sĩ, lời dạy của Thiện tri thức như thuốc hay. Thuốc hay thì đắng, nhưng trị lành được bệnh."*

Bởi vậy, trong tập Cẩm Nang này, bạn sẽ thấy mỗi lời dạy của Ngài đều vô cùng sâu sắc, trực tiếp, nhưng đơn giản; ngắn gọn, dễ hiểu mà hàm súc. Đây là điểm then chốt dị biệt giữa lời nói của người đã ngộ Đạo và người chưa tỉnh giác.

Người còn mê muội thì cần lời giảng cao xa, sâu sắc, dùng trò chơi trí thức chữ nghĩa nhưng thiếu thực dụng nội tại. Những lời dạy của Hòa Thượng Quảng Khâm là những lời mà không ai có thể bắt chước đặng, bởi vì những lời ấy được lưu xuất từ một nội tâm thâm chứng và một cuộc đời chân thật thực nghiệm, *"sống"* trong sự thâm chứng ấy mỗi ngày. Ngài chỉ ăn một bữa Ngọ và chỉ ăn trái cây; ngủ thì ngủ ngồi; áo mặc thì chỉ một vài bộ. Ngài rất ít lời, không nói chuyện dông dài, bàn luận thế sự tạp nhạp. Cả đời, vật sở hữu của Ngài hoàn toàn là không. Không có xe hơi, chẳng có trương mục ngân hàng hay thẻ tín dụng, nhà riêng, Tivi, tủ lạnh, radio.... tất cả Ngài đều không có. Chính bởi vì, và chỉ có cuộc sống rỗng không như vậy nên Ngài mới thực sự an trụ trong cảnh giới Chân Không của tự tâm. Đây thật là điều quý báu để chúng ta, kẻ hậu học, nhất là người xuất gia, phản tỉnh và thức tỉnh.

Đối tượng trọng tâm của tập Cẩm Nang này là người xuất gia, nhưng hoàn toàn ứng dụng cho người tại gia. Khi đọc Cẩm Nang, bạn hãy hình dung như có một vị Tăng già hiền từ, chín mươi tuổi ngoài, đang nói chuyện cùng mình vậy.

Sách này, đọc là để áp dụng. Đây không phải là tiểu thuyết, truyện, hay sách nghiên cứu để tăng kiến thức. Khi được đọc để áp dụng như thuốc lành trị bệnh hay như gậy đỡ chân, thì tập Cẩm Nang này sẽ giúp chúng ta đổi cái nhìn, sửa thói hư tật xấu, trừ suy nghĩ lầm lẫn, hướng dẫn bước tu đúng đắn. Khi đó, ánh sáng bất tận của Chánh Pháp sẽ chắc chắn tràn ngập nơi nơi trong tâm bạn và những gì quanh bạn.

Tiểu Sử Cao Tăng Quảng Khâm

Cao Tăng Quảng Khâm sinh vào đời nhà Thanh, năm Quang Tự thứ 18 (1892). Ngài họ Hoàng, tên tục là Văn Lai, quê ở Phúc kiến, Trung Hoa.

Gia đình Ngài rất nghèo, đến độ anh ruột Ngài không có đủ tiền để cưới vợ. Năm Ngài bốn tuổi, vì không đủ sức nuôi dưỡng Ngài, cha mẹ Ngài phải đem Ngài bán làm con nuôi cho gia đình họ Lý ở Tấn giang. Hai ông bà họ Lý là người rất tốt, cả đời sống bằng nghề trồng trọt. Họ thương yêu Ngài như con ruột vậy. Bà Lý là người tin Phật sâu xa, suốt đời trường trai. Bà thường đem Ngài lên chùa cầu nguyện bởi từ nhỏ Ngài thường bệnh hoạn, thân thể yếu ớt.

Năm Ngài chín tuổi, bà Lý qua đời; hai năm sau dưỡng phụ Ngài cũng nối gót từ trần, khiến Ngài bỗng chốc trở thành cô nhi. Bấy giờ, bà con họ hàng ai nấy đều tranh dòm, chờ chực để chiếm đất đai ruộng vườn, tài sản của gia đình họ Lý để lại. Điều ấy khiến Ngài, một trẻ thơ, cảm nhận sâu xa mùi vị chua chát của thói đời và tánh vô thường của mọi sự. Trong đầu Ngài nảy sinh ý niệm thoát trần: Ngài đem hết của cải đất đai nhường lại cho bà con, rồi một mình tìm tới Chùa Thừa Thiên ở Phúc Châu xin xuất gia.

Bấy giờ, phương trượng Chùa Thừa Thiên là Hòa Thượng Chuyển Trần, dạy Ngài quy y, tu khổ hạnh với thầy Thụy Phương. Ngài được phân phối cho việc lao tác, trồng rau, nhổ cỏ....; đây là những việc công quả tập sự dành cho người muốn xuất gia.

Đến năm 19 tuổi, do nhiều nhân duyên đặc biệt, Ngài đã qua Nam Dương *(Indonesia)*. Ở đây, vì không có trình độ học vấn nên Ngài phải làm việc lao động chân tay. Một hôm, nhân cùng đồng bạn lên núi đốn củi, Ngài nói với bạn về trực giác linh cảm của mình rằng chiếc xe vận tải chở củi sẽ lật ở dốc núi, nhưng không ai tin. Không lâu, chiếc xe quả nhiên bị lật thật. Điều này khiến bạn Ngài ngạc nhiên, bảo rằng: *"Có được trực giác như vậy sao anh không chịu tu hành, phát triển tâm linh, sau này độ thế?"* Nghe qua, Ngài như chợt tỉnh, liền đáp thuyền về lại Trung Hoa. Bấy giờ Ngài đã 35 tuổi, sau gần 16 năm sống ở Nam Dương.

Về lại Chùa Thừa Thiên, Ngài chính thức xuống tóc, lạy Hòa Thượng Thụy Phương làm Thầy; pháp danh của Ngài là Chiếu Kính, tự Quảng Khâm. Sau khi xuất gia, Ngài chuyên chú tu khổ hạnh, ăn những thức không ai thèm ăn, làm những việc không ai chịu làm, thường luôn ngồi Thiền, một lòng niệm Phật. Có một thời gian Ngài giữ trách nhiệm Hương Đăng *(thắp nhang, quét tước điện Phật)* và đánh bảng thức chúng mỗi sáng. Nhiều

lần Ngài ngủ say quá nên trễ nãi việc đánh bảng. Điều này khiến Ngài vô cùng hổ thẹn, sám hối sâu xa trong lòng, rồi từ đó lập chí ngủ ngồi.

Năm 1933, sau sáu năm làm Sa di tu khổ hạnh, bấy giờ Ngài mới đi cầu thọ giới Tỳ Kheo nơi Hoà Thượng Diệu Nghĩa, Chùa Từ Thọ, Phủ Điền. Thọ Giới rồi, Ngài liền xin phép Phương Trượng Chuyển Trần đi ẩn tu, lúc ấy Ngài vừa đúng 42 tuổi. Bấy giờ, một thân một mình với ít áo quần và hơn 10 ký gạo, Ngài nhắm núi Thanh Lương, tỉnh Tuyền Châu, tiến bước. Nơi ấy, Ngài tìm thấy một thạch động ở giữa sườn núi, đủ rộng để an thân. Động này vốn là nơi mãnh hổ thường lui tới; thế nhưng khi gặp hổ, Ngài chẳng hãi sợ. Ngài bảo cho chúng biết ý định muốn dùng động này để tu hành và khuyên chúng hãy tìm nơi khác. Lạ thay, hổ như hiểu ý Ngài, rõ lời người. Ngài lại vì hổ mà thuyết Tam Quy y; hổ nghe rồi vẫy đuôi đi mất. Không lâu sau, hổ ấy đem bầy hổ lại: nào hổ mẹ, hổ con... đùa giỡn, gần gủi với Ngài như gia súc vậy. Bởi thế, sau này người dân quanh đấy gọi Ngài là Phục Hổ Hòa Thượng.

Bấy giờ, Hòa Thượng ở sơn động ngày ngày tọa Thiền, niệm Phật; chẳng bao lâu lương thực cạn sạch, Ngài bèn hái trái cây rừng để ăn. Trong núi, ngoài hổ còn có khỉ, vượn. Lạ thay, bọn ấy thường hay đến động; chúng lại đem cả hoa quả cây trái lại cúng dường Ngài nữa!

Hòa Thượng thường hay nhập Định. Có lần Ngài nhập Định đến vài tháng, không ăn uống, không động đậy thân thể; thậm chí hơi thở dường như dứt tuyệt. Có người gần đấy thấy vậy thì lầm tưởng rằng Ngài đã viên tịch, nên tức tốc cấp báo với Hòa Thượng Chuyển Trần để lo việc hỏa táng. May thay, lúc ấy có vị cao tăng là Đại Sư Hoằng Nhất đang ở chùa gần đấy, nghe được tin trên bèn cùng Hòa Thượng Chuyển Trần lên núi xem hư thực. Tới nơi, Đại Sư Hoằng Nhất biết Ngài đang nhập Định, liền gõ ba tiếng khánh, đánh thức Ngài dậy từ trạng thái Thiền định. Tin Ngài nhập Định lan truyền khắp nơi khiến ai ai cũng tán thán.

Tháng ngày qua như tên bắn, thấm thoát Hòa Thượng đã ở trên núi Thanh Lương được 13 năm. Bấy giờ Ngài, đã 54 tuổi (1945), trở về Chùa Thừa Thiên. Hai năm sau, 1947, Ngài rời Đại Lục, đáp thuyền tới Đài Loan. Ở đây, bắt đầu quãng đời hoằng Pháp của Ngài:

- 1948, Ngài xây một ngôi chùa nhỏ ở Đài Bắc, tên là Quảng Minh Tự.

- 1951, xây Quảng Chiếu Tự.

- 1952, Ngài tìm thấy một thạch động ở núi Thành Phước rất đặc biệt: khi mặt trời và mặt trăng mới mọc thì ánh sáng chiếu thẳng vào cửa động. Bởi thế, Ngài đặt tên là Nhật Nguyệt Động và quyết định ở đấy ẩn tu. Nơi ấy xưa nay vốn không có nước, nhưng từ khi Ngài vào

ở bỗng có một suối nước mát tự nhiên vọt lên kế bên. Trên đỉnh núi ấy, Ngài dựng một chòi tranh để ở. Một đêm nọ, có con trăn khổng lồ bò lại chòi tranh cầu Pháp; Ngài liền vì nó thuyết Pháp và truyền Tam Quy y.

- 1955, tín đồ ở Đài Bắc cúng dường Ngài một cuộc đất do hỏa sơn tạo nên; Ngài bèn xây Thừa Thiên Tự ở đó.

- 1963, Ngài hưng kiến Tường Đức Tự; xây Quảng Long Tự ở núi Long Tỉnh.

Đến năm 1964, Ngài đã ở Đài Loan được 17 năm. Trong suốt thời gian ấy, Ngài đã nhập định ba lần và mỗi lần lâu hơn cả tháng. Hằng ngày, Ngài chỉ ăn một bữa và chỉ ăn trái cây; Ngài không ăn đồ nấu nướng hay chiên xào gì cả. Vì vậy, tín đồ gọi Ngài là Thủy Quả Hòa Thượng - *Ông Thầy Ăn Trái Cây*. Trừ khi trời mưa, thường thì mỗi đêm Ngài đều ngồi tọa Thiền cho tới sáng ở ngoài vườn hay trong rừng, chứ không ngủ trong phòng như người khác. Đấy là những công hạnh đặc biệt của Ngài.

Năm Ngài 80 tuổi, có lần Ngài biểu thị cho đại chúng biết ý định *"Xả Báo, Nhập Định"* của Ngài. Lúc ấy các đệ tử vô cùng khẩn thiết, cầu xin Ngài tiếp tục từ bi trụ thế. Bấy giờ Ngài vì tùy thuận chúng sanh nên trì hoãn việc Nhập Định, tiếp tục công cuộc độ sinh. Từ ấy Ngài đi Nam Đầu, Đài Trung, Gia Nghĩa, Hoa Liên, v.v... hoằng Pháp độ chúng.

Đến năm 84 tuổi, Ngài bắt đầu cấm túc, ở luôn tại chùa Thừa Thiên trên núi Thanh Lương không còn xuống núi nữa. Công cuộc xây chùa vẫn tiếp tục nhưng do các đại đệ tử của Ngài chủ động: trùng tu Chùa Thừa Thiên, xây Quảng Thừa Nham (1974), Diệu Thông Tự (1982).

Năm Ngài 94 tuổi (1985), Ngài chủ trì Tam Đàn Đại Giới, truyền giới cho hơn 2.500 vị Tăng, Ni và cư sĩ; tạo thành một pháp hội trang nghiêm vĩ đại nhất ở Đài Loan lúc bấy giờ.

Bấy giờ tuy đã gần kề trăm tuổi, Ngài vẫn sống rất đơn giản, đạm bạc; lời nói của Ngài bình dị, khiêm nhường; bước đi của Ngài vẫn vững chãi, không cần dùng tới gậy chống, không nhờ người đỡ tay Nếu ai gặp Ngài lúc ấy sẽ thấy thân Ngài vô cùng nhẹ nhàng, linh hoạt; động tác thanh thoát. Ngài vẫn y nhiên ngủ ngồi, không nằm; và vẫn ngồi ngoài vườn lộ thiên tĩnh tọa mỗi đêm. Bấy giờ thức ăn trái cây của Ngài phải được nghiền thành chất lỏng để dễ ăn.

Cuối năm 1985, Ngài trở về Chùa Thừa Thiên. Ngài thị hiện có bệnh; cự tuyệt mọi thứ ẩm thực, thuốc men; cũng không tiếp kiến tín đồ.

Ngày Tết Nguyên Đán năm ấy, 1986, Ngài triệu tập tất cả đệ tử ở các chùa và tu viện khắp nơi lại để phú chúc, phân phối hậu sự. Ngài chỉ bảo việc hỏa táng, phân chia linh cốt tại Thừa Thiên Tự, Quảng Thừa Nham, và Diệu Thông Tự, đồng thời trả lời mọi nghi vấn của tín chúng.

Sáng ấy, sau giờ thọ trai, Ngài quyết định xuống Diệu Thông Tự ở Cao Hùng.

Hôm sau, mồng hai Tết, khí lực của Ngài vô cùng suy nhược.

Mồng ba Tết, thể lực của Ngài bình phục. Ngài cùng đại chúng lên điện niệm Phật. Ngài lại nói chuyện một cách thong dong tự tại với các tín đồ đệ tử; tinh thần vô cùng sáng suốt và lạc quan như không có chuyện gì xảy ra.

Sáng mồng bốn Tết, Ngài gọi tất cả đệ tử cùng Ngài ra bên ngoài điện đón nắng. Ngài nói với một đệ tử, thầy Truyền Văn, rằng: *"Ngươi được rồi đấy, nhưng bọn họ [đại chúng] còn chưa xong đâu!"*

Mồng năm Tết (ngày 13 tháng 2 năm 1986), Ngài ngồi xếp bằng yên định, tinh thần hòa hoãn, chẳng chút xao động; rồi dạy các đệ tử đồng thanh niệm Phật.

Vào hai giờ chiều hôm ấy, Ngài bảo đại chúng: *"Vô lai vô khứ, một hữu sự!" (chẳng đến chẳng đi, chẳng việc gì)*; rồi nhìn đại chúng gật đầu, mỉm cười. Không lâu sau, đại chúng thấy Ngài ngồi yên bất động liền đến bên quan sát kỹ, mới hay Ngài đã an nhiên theo tiếng niệm Phật, viên tịch rồi.

Nhìn lại cả đời Ngài, xuất thân tuy nghèo khổ nhưng bản tánh tự an, ngay thật, bình dị; đến khi xuất gia, Ngài thật sự buông bỏ vạn sự, chân thành ẩn tu, thực hành đủ thứ khổ hạnh gian khó. Bởi nhân địa chân thật như vậy, nên kết quả là cảm ứng bất khả tư nghị - sau khi xuống núi, tới Đài Loan hoằng dương Phật Pháp, Ngài đã tiếp độ không biết bao nhiêu chúng sanh, từ người đến thú, từ Dương giới đến Âm giới, từ hữu tình đến vô tình... Và, nhất là sự viên tịch vô cùng tự do tự tại của Ngài - một minh chứng hùng hồn nhất về sự diệu kỳ của Phật Pháp, cũng như về khả năng thành tựu sự giải thoát, đạt Đạo của những bậc chân tu, thật hành.

Thầm nguyện Hòa Thượng sẽ không xả bỏ đại nguyện, tiếp tục chèo thuyền từ bi trở lại cõi này để không ngừng đưa lớp lớp chúng sanh tới bờ bên kia, đến nơi an ổn, vô úy, vô ưu não!

CHƯƠNG I: TU HÀNH

A. Tu hành: Tìm lại "bản lai diện mục"

- Pháp môn mà ta tu học là Pháp Vô Thượng, là pháp chẳng có hình tướng gì, bởi vì nó là pháp ở trong tâm.
- Xuất gia tu hành là vì mục đích tìm lại bản lai diện mục - khuôn mặt thật của mình trước khi được cha mẹ sanh ra. Khi các bạn chưa sáng tỏ việc này thì trí tuệ chưa khai mở, cũng giống như mặt trăng bị mây đen che kín, không thể hiển xuất quang minh được.
- Tu hành là vì giải thoát, không bị chìm đắm trong luân hồi. Coi bạn có thể tu đến chỗ Ngũ Uẩn *(Sắc, thọ, tưởng, hành, thức)* đều *"không"* chăng?
- Tu hành thì cần trừ tham, sân, si; đạt đến chỗ thân, khẩu, ý đều trong sạch.
- Từ thuở vô thỉ tới nay, nghiệp chướng mà mình tạo ra thì đầy ngập như núi cao. Ngày nay các bạn xuất gia tu hành thì cần phải tiêu trừ nghiệp chướng của mình đi. Nếu không khéo tu hành, mà ngược lại, tạo tội nghiệp, thì núi cao nghiệp chướng kia ngày càng đắp cao thêm; vĩnh viễn bạn không còn cách gì thoát khỏi vòng sanh tử.

B. Cục đá cột chân người tu

1. Tham, Sân, Si

- Hễ bạn khởi tâm động niệm thì tự mình đã sai lầm rồi đó, là bởi do cái *"ngã"*, cái *"tôi"* tồn tại. Đây là niệm rất vi tế; chỉ do niệm này bắt đầu khởi dậy, mà tất cả ý nghĩ khác dấy lên.
- Cứ chê người khác sai, người khác xấu, còn mình thì luôn luôn đúng, luôn tốt; nghe người ta nói mình tốt thì vui, thì thích; bị người khác chê xấu thì khó chịu, thì rầu; đó đều là nhân-ngã tướng, thấy thật có mình, có người. Khi tu hành mà còn có tướng nhân-ngã như thế thì không thể yên ổn tu hành. Khi còn ngã tướng thì làm gì cũng thấy có cái *"ta"*, coi cái *"ta"* này trọng lắm, phân định ranh giới *"ta"* và *"bọn họ"* rõ ràng lắm. Như vậy thì chẳng có lợi gì cho việc tu, mà ngày ngày lại do đó phát sinh phiền não.

- Nếu bạn đắm trước, chấp chặt vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp *(hình sắc, âm thanh, hương thơm, mùi vị, chạm xúc, và ý tưởng)* thì trí tuệ không thể khai phát đặng.
- Tai các bạn lúc nào cũng thích nghe, nghe xem có ai nói xấu mình chăng; mắt lúc nào cũng thích nhìn hình sắc đẹp đẽ; đó là những thứ không có lợi cho việc tu.
- Không trừ sạch tham, sân, si, thì không có cách gì khai trí tuệ đâu!
- Chỉ cần tham một thứ gì đó là đủ khiến ta trở lại vòng luân hồi rồi!
- Tham một thứ thì nhiều thêm một thứ. Ít đi một vọng niệm thì bớt đi một chút nghiệp, lại tăng thêm một phần giải thoát.
- Không nên nổi lòng tức giận, dù nhỏ như sợi lông; nếu không mình chẳng thể nhập đạo được.
- Nếu bạn vẫn còn lòng yêu đương, tình ái trong quan hệ phụ mẫu, bạn bè, đồng sự, bà con..., thì trăm ngàn vạn kiếp bạn vẫn mãi ở trong luân hồi. Nếu có hạt giống Phật thì sự tu hành tương đối mau hơn.
- Không nên để những thứ xấu xa, rác rến chất đầy đầu não, thật là thống khổ đấy! Không nên yêu thích cái đẹp. Hãy mặc cái y này [áo cà sa của chư Tăng, Ni] mà trực tiếp tới cõi Tây Phương. Nếu bạn thích [mặc áo] đẹp thì sau này khi ở Tây Phương sẽ tự nhiên có y phục đẹp mặc vào, không cần phải may phải mua. Có người chưa tới Tây Phương nhưng hiện đã có hình dáng như ở đó rồi.

2. Ngã mạn

- Không nên học tánh cứng đầu, cố chấp.
- Không nên có ngã chấp (*luôn nghĩ tới cái "ta", luôn cho rằng "ta" đúng*). Có ngã chấp thì trí huệ không khai mở. Đừng nên sanh lòng cống cao ngã mạn bởi vì nó chướng ngại đường Đạo.
- Không dẹp sạch ý niệm về *"ta"* và *"người"* thì không cách gì giải thoát. Sư phụ vốn dạy mình pháp môn giải thoát; Ngài nói Pháp không phải để thu nhập nhân tài.

- Người có tài năng mà không khéo tu hành nên cứ nghĩ lăng xăng, tính toán việc này việc nọ. Tu hành là tu ở sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; là mặc áo thô, ăn cơm đạm, coi thử bạn có khả năng tu luyện để đầu óc được thanh tịnh hay chăng.

3. Thiện ít. Ác nhiều

- Trong tâm, thế lực xấu ác thì mạnh, còn khuynh hướng tốt thì yếu.

  Thế tốt thì nói: *"Tôi là tốt lắm đây!"* Thế xấu thì nói: *"Tôi là tốt nhất đây!"* Tư tưởng xấu ác luôn đứng đầu, lấn át tư tưởng thiện; nên thiện chung cuộc bị ác đè bẹp. Đó là điều không tốt.

- Từ thuở vô thủy đến nay, do ý niệm thiện trong lòng ta ít ỏi còn ý niệm xấu ác lại nhiều, nên tự tánh trong sạch [Phật tánh] bị che phủ, không xuất hiện được. Bởi vì niệm ác tích lũy ấy mà ta cứ khởi vọng niệm, thích ngủ, thích hưởng thụ... mà không cách gì đề kháng được. Đó chính là nghiệp chướng; do đó mình phải tu để chế phục nó. Nếu không, dù bạn đi đây đi đó nghe giảng, bạn chỉ là nghe vô một đống mà phiền não thì vẫn đầy dẫy, chẳng chỗ nào thông đạt.

- Khi nghiệp chướng tới thì phiền não khởi. Khi không chánh niệm thì tà niệm khởi. Lúc ấy, bạn thấy người nào cũng không hợp nhãn; thấy việc gì cũng chẳng vừa lòng. Có người vì vậy mà muốn rời bỏ chùa, hoặc có người cảm thấy không có ý vị gì nên muốn hoàn tục. Thật ra, không cần biết bạn có lý hay vô lý, hễ bạn khởi phiền não là bạn đã sai lầm rồi đó!

- Không sợ hãi thì tâm mới an định. Khi tâm sợ hãi thì không thể an định.

  Sợ hãi là tâm lý chỉ cho mình cảm nhận thôi, người khác không cảm thấy như mình; do đó, chỉ có mình là bất lợi. Khi mình không tự chủ thì mới sợ. Sợ quá, sợ hoài, thì sanh phiền não. Khi ấy, tâm không an định thì sẽ chẳng còn Đạo Tâm tu hành nữa.

C. Nẻo chánh để tu hành

1. Trừ tướng

- **Hỏi**: Thưa Thầy, khi thực hành mới thấy không giản dị!

Đáp: Đừng nói là *"không giản dị."* Bạn cứ làm thì sẽ hết sức giản dị!

Hỏi: Nhưng con là kẻ phàm phu cho nên...

Đáp: Nói mình là *"phàm phu"*, tức là chấp trước!

Hỏi: Nhưng con không có tu hành gì...

Đáp: Đừng nên nói không có tu hành [rồi không tu]. Bạn cần phải có lòng tin, rằng: *"Tôi cũng có khả năng thành Phật. Tôi cũng có khả năng tu tới nơi tới chốn."* Nghĩ như vậy thì bạn mới tinh tấn hơn. Đừng nên cứ thường nói: *"Tôi, tôi..."*; bởi chính nó [quan niệm về *"tôi"*] tác quái, làm chướng ngại bạn đấy!

- Xưa kia có một vị quan từ chức, xuất gia tu hành. Ông ta sợ người khác biết được thân phận của mình do đó không hề tiết lộ thân thế cao quý *(người có chức vị cao, ăn mặc đầy đủ, thì rất dễ bị đọa lạc vì phú quý không thể vĩnh cửu)*. Ông ta làm đủ thứ việc thấp kém như lau chùi, quét dọn...; không ai biết thân thế của ông. Một ngày nọ, ông ta quét dọn rồi khai ngộ! Ông ta biết ra là xưa kia mình đã từng làm bể bao nhiêu cái chén cái bát của chùa, do đó cấp tốc bồi thường cho chùa.

  Chính vì ông ta không có ý niệm về cái *"tôi" (ngã tướng)* nên mới được khai ngộ. Bởi vậy, hãy trừ sạch ngã tướng.

- Cần phải không có tâm phân biệt thì mới trừ nỗi ngã tướng. Khi còn chấp chặt vào ý niệm về *"tôi"*, thì tu chẳng đến đâu. Trừ được ngã tướng thì trí huệ mới khai phát.

- Tu hành, không thể chấp trước. Chấp trước tức sanh phiền não.

  Tu Đạo là cần trừ tham, sân, si; đạt tới thân, miệng, ý thanh tịnh.

- Muốn trừ cái cái chấp về *"tôi"* thì phải từ nơi mặc áo thô, ăn cơm đạm mà dụng công - giảm bớt ham muốn, không có tâm phân biệt, không suy nghĩ về mình, về người, về chúng sanh, hay về thọ mạng.

- Mọi thứ đều là anh - tôi tranh chấp mà ra. Coi xem bạn có thể tu đến chỗ chẳng còn anh - tôi, mình - người chăng?

Bạn cần tu nhẫn. Nhẫn nhục, nhẫn nại là căn bản, gốc rễ của việc tu. Nếu bạn không thể tu nhẫn, thì chỉ uổng công mang ngoại biểu, hình tướng người xuất gia.

- Đừng nên cho mình lúc nào cũng đúng. Thái độ như vậy không thể tu tâm.
- Tu hành không cần có ý niệm về *"tôi"*. Không nên kể lể mình hồi xưa, lúc chưa xuất gia, thì có chức phận thế này, địa vị thế nọ. Nếu làm vậy thì không thể buông bỏ mọi thứ, không thể tu Đạo. Khi đã xuất gia thì chẳng còn chức phận, địa vị, học lực, bằng cấp, tài năng...; mọi người đều như nhau cả.
- Tốt thì mỉm cười, xấu cũng mỉm cười; bởi tốt hay xấu đều do tâm phân biệt đặt bày ra. Do đó, đừng phân biệt.

  Khi gặp việc khiến bạn cao hứng, vui vẻ, hãy tự hỏi: *"Ai đang vui vẻ?"* Khi gặp chuyện phiền não, hãy tự hỏi: *"Ai đang buồn lo?"*

- Khi bạn có ý nghĩ không tốt, hoặc khi có phiền não, thì hãy hướng về Đức Phật A Di Đà mà nói. Hễ những thứ ý niệm xấu ấy đến, thì đập nát chúng ngay.

  Do đó bạn cần niệm Đức A Di Đà, tự nói rằng: *"Phiền não! Hãy mau đi khuất, chẳng có việc gì cho bây cả!"* Đó là dùng tâm trị tâm vậy.

2. Xả bỏ tâm phân biệt

- Con đường tu cần phải trải qua gian khổ, như vậy mới có thể khai ngộ. Không nên hy vọng mọi người đối với mình tốt; nếu người tu chẳng vậy thì không khác gì người thế tục.
- Tu hành thì phải chịu thiệt thòi, thua lỗ; có vậy tu mới tiến bộ.
- Tu hành là làm những việc mà không ai chịu làm; luôn dũng mãnh, tinh tấn, chứ không phải tính toán, so đo rằng: *"Việc này đâu phải để tôi làm!"*; bởi đó là thái độ chẳng khác người đời.
- Làm những việc mà người khác không làm, đó là cách tu phước huệ. Tu hành không phải là làm việc tính toán so đo, không cần phải toan tính, sắp đặt.

- Điều tốt thì góp nhặt để học, điều xấu thì vất qua một bên. Tự mình trong lòng thông hiểu là đủ rồi; thuận theo đây mà tu hạnh nhẫn nhục Ba-la-mật. Tu thì đừng hỏi *"đúng"* với *"sai"*, đừng kể *"hữu lý"* hay *"vô lý"*.

- Tu thì đừng nói thị phi, ai đúng ai sai. Dù mình đúng lý mà người khác nói mình sai, mình cũng cứ tiếp nhận ý kiến ấy. Hễ bạn tự nhận mình sai - dù mình đúng - thì phiền não sẽ không khởi; bằng ngược lại, tâm bạn sẽ không an, phiền não sẽ kéo tới.

- Trên đường tu, có rất nhiều thứ không giống với đường đời, thế tục; do đó, đừng nên tranh chấp *"đúng"* với *"không đúng"*.

  Xưa, có hai người đồ đệ cùng tọa Thiền, một người ngồi rất nghiêm trang, còn người kia thì nghiêng qua ngả lại. Tuy nhiên, sư phụ của họ lại lấy roi quất người ngồi nghiêm trang. Nếu là người thời nay thì có lẽ y đã nổi giận, sanh phiền não rồi; nhưng người đệ tử ấy thì lại vô cùng xấu hổ, thỉnh vấn sư phụ khai thị dạy bảo.

  Tu hành không phải là tranh chấp *"đúng"* với *"sai"*. Tu hành cần phải có công phu nhẫn nhục; dù mình đúng mà bị trách là sai, mình cũng phải nhận chịu.

- Nếu bạn thật có lòng muốn tu, thì đó chính là phước của bạn; do vậy cần tu cả phước lẫn huệ. Mỗi người cần trừ sạch hết những nghiệp chướng đã tạo xưa kia, rồi đừng tạo thêm nghiệp mới nữa; như vậy thì phước, huệ sẽ tăng gia.

  (Phương pháp: Niệm Phật, lạy Phật, phát tâm làm việc lao tác ở chùa, không tính toán. Hễ tính toán thì sanh phiền não, tức là tạo thêm nghiệp mới)

3. Tâm kiên cố

- Khờ khạo mà tu hành, ngốc nghếch mà ăn uống, niệm Phật cho nhiều.

  Hôm nay là hôm nay. Ngày mai là ngày mai. Chuyện gì cũng đừng rớ tay, xỏ mũi vào. Đó chính là tâm kiên cố, chính là tu hành.

  Khi tu thì cứ tu, cần gì phải suy nghĩ, tính toán nào là đi học Phật học, lấy bằng cấp, làm này làm nọ? Đó đều không phải là chuyện tu hành.

- Sau này, khi tôi *(Hòa Thượng Quảng Khâm)* không còn, các bạn đừng buồn; chỉ nghe theo lời tôi mà niệm Phật, tu khổ hạnh. Đối với hoàn cảnh tốt hay xấu, đều không nên chấp trước, cần phải tùy duyên.

- Tu hành cần phải gạt bỏ cái thân. Áo quần, ăn uống, chỗ ở đều phải giản dị. Cần phải mặc áo thô, ăn cơm lạt. Nếu quá chú trọng đến ăn, mặc, ở, thì bạn nào khác gì người thế tục? Khi bạn coi nhẹ việc ăn, mặc, ở, thì mới trừ nổi tham, sân, si.

  Khi những thứ ấy [áo quần, ăn uống, nhà cửa...] quá sung túc, thì dục vọng sẽ phừng phừng, lòng tham sẽ cao ngất. Do đó, muốn buông bỏ thân tâm thì phải từ nơi ăn, mặc, ở hạ thủ công phu.

- Khi có chuyện tốt xấu gì bạn cũng đừng để hiện ra ngoài mặt. Như bạn sanh bệnh thì chớ để người khác biết bạn bị bệnh. Như tôi tuy có bệnh, tuy nhiên ai nhìn tôi cũng nói: *"Trông Thầy thân thể khỏe lắm"*; không ai biết tôi lúc ấy có bệnh cả.

4. Canh gác sáu căn

a) Mắt

- Khi thấy khuyết điểm, lỗi lầm của người khác, đừng nên khỏi tâm phân biệt, so sánh. Hãy quán sát chính mình. Ai ai cũng có Phật tánh cả.

- Không nên tối ngày cứ dòm ngó lỗi xấu của người. Phải thường xuyên tự nhìn xem mình có lỗi lầm, sai trái gì hay không. Tu như vậy mới không đi ngược lại với Đạo.

- Phàm thấy việc gì cũng đừng quá chấp tướng. Thấy tướng mạo tốt thì chớ sanh lòng vui thích, thấy tướng mạo xấu cũng chớ khởi phiền não.

b) Tai

- Tu hành cần phải tự tại. Đừng để tâm vào lời dư luận phê bình bạn này nọ. Nói bạn tốt, phê bình bạn xấu: Đây chẳng phải là người ta sai, mà thật ra là bạn không an định.

- Người khác phê bình bạn: Chính đây là nơi bạn phải tu.

- Tu hành cần có cảnh giới tới thử thách thì mình mới tu được. Tự tu, tự ngộ, phiền não là Bồ đề. Tu hành chính là tu ở chỗ đó. Khi có người công kích mà tâm bạn vẫn an nhiên, bình lặng, không nổi sóng gió thì đó là tu.

  Không phải nói rằng: *"Mỗi ngày tôi lạy Phật bao nhiêu lạy, niệm Phật bao nhiêu chuỗi"* và cho như thế là đủ. Phải biết đó là những nhân duyên thiết yếu, nhưng phải biết tu trong những lúc còn lại.

- Khi bạn quét chùa sạch sẽ rồi, có Thầy lại hằn học nói bạn quét chưa sạch. Nếu lúc đó bạn cùng Thầy ấy biện bác, giải thích, thì bạn còn tánh tình người tục. Nếu bạn chấp nhận lời mắng nhiếc, rồi trả lời: *"Vâng, tôi sẽ quét sạch ngay"*, thì đó là tu hành.

- Khi tu tới chỗ có chánh niệm, lòng sáng tỏ, thì tai bạn thích nghe lời tốt hay lời xấu, bạn đều cảm nhận rất rõ. Khi tai bạn chỉ thích nghe lời hay lời tốt, thì hãy đem lời xấu lại mà tu.

c) Miệng

- Khi nói, lời lẽ cần phải tinh (*chỉ nói điểm chính*) và giản (*đơn giản*). Khi lời không cần phải thốt ra, đừng nói!

- Tu hành đừng nên *"thị phi"*, đừng đặt điều.

- Trong đạo Phật, sợ nhất là nói thị phi. Người nói chuyện thị phi là người thị phi (*không đáng tin cậy*), chỉ tạo khẩu nghiệp. Tu hành chính là ở chỗ này mà tu thành, nếu không thì là người chỉ biết ăn ngày ba bữa.

- Đừng nói thị phi; vì nói thị phi thì sẽ dẫn tới thất bại, và khiến người khác không được yên ổn.

- Muốn nói gì về người khác, trước hết hãy tự hỏi lương tâm mình.

- Đừng phê phán người khác là sai, là có lỗi. Lời nói một khi thốt ra, bạn đã sai trái rồi. Do đó, cái miệng thật quan trọng lắm!

- Mỗi ngày phải tự huấn luyện để lòng đừng tham, đừng nói lăng nhăng.

  Khi mở miệng, hãy nói về Phật Pháp, cầu sanh Tây Phương. Chủng tử *"thói quen thế tục"* bạn đã trồng trong tâm quá đủ rồi; do đó, đừng nên tiếp tục nói những lời thế tục, thi phi nữa.

- Có người, khi nói thường làm cho người nghe phiền não, tâm không thể an định, khiến người nghe không biết phải xử lý làm sao cho đúng. Đã vậy, y còn làm người ta phải nghe y mà chẳng biết y có nghe cho họ chăng? Kết quả là người nghe phiền não, buồn bực, không cách gì giải khai nổi.

- Trong chùa, không được hai ba người tụm lại nói chuyện lăng nhăng; hoặc kết bè đảng, phê bình người này kẻ nọ, thị phi đúng sai, trong lúc họ không hiện diện. Nếu làm vậy sẽ dễ gây ra sự bất an trong chúng, phạm vào giới quấy nhiễu đại chúng.

- Tu hành cần phải trong ngoài nhất trí, không tự mâu thuẫn; nghĩa là không được *"khẩu thị tâm phi"* (*miệng nói một đằng, tâm nghĩ một ngả*).

- Tu hành phải chú ý đến khẩu nghiệp. Miệng tốt thì tâm mới tốt. Đừng cho rằng: *"Tôi miệng tuy không tốt nhưng lòng tốt"*.

  Sau khi xuất gia rồi, trong chùa vẫn có người nói chuyện thị phi, nhưng bạn đừng cùng bọn họ nói thị phi là đủ. Đừng nên cứ mở miệng là thị phi hoài. Người nào nói phiếm, lẻo mép về chuyện người khác thì y là người thị phi.

  Hễ có thời giờ rảnh rỗi, bạn hãy lạy Phật, niệm Phật.

- Khi bạn khởi phiền não, buồn lo, chớ nên kiếm người khác nói này nói nọ. Nói lui nói tới, thế nào bạn cũng mắc vào thói thị phi lăng nhăng. Tốt nhất là hãy lạy Phật cho nhiều để giải trừ phiền não.

- **Hỏi**: Nghe Thầy giảng [về tiết thực] nên con không dám ăn nhiều quá, ăn no quá; nhưng sức lực yếu ớt, con phải làm sao đây?

  Đáp: Cần ăn cho đủ. Chủ yếu là không tham, không chấp trước. Không phải là hễ thức nào ngon thì ăn nhiều một chút, thức nào dở thì ăn ít một tí. Đừng tham cầu hương, vị, xúc, pháp.

- Khi bạn khởi ý nghĩ xấu, đừng chấp trước nó; hãy tự nhủ thầm: *"Mình không nên nghĩ ác"*. Không thể dùng hình phạt, bởi vì hình phạt chỉ làm tổn hại chính mình mà thôi.

- Sự vật có tướng trạng thì dễ thấy. Việc vô hình vô tướng thì khó thấy *(như nói thị phi...)*. Ta cần có lòng cứng rắn, đừng để bị chúng lôi kéo.

- **Hỏi**: Có nghiệp mang theo thì làm sao khai trí tuệ?

Đáp: Niệm *"Nam mô A Di Đà Phật"* cho nhiều.

- Thân thể giả dối của chúng ta khó tránh bệnh tật. Tuy nhiên, thân bệnh là bệnh nhỏ. Có vọng tưởng, tham, sân, si mới là bệnh lớn. Còn vọng tưởng là còn tiếp nối chuỗi luân hồi, không dứt được vòng sanh tử.

  Để bảo đảm có được chánh niệm ở giây phút lâm chung, bình thường mình cần phải uống thuốc *"A Di Đà Phật"*; nếu không, chết rồi chẳng biết về đâu.

- Lúc đi, đứng, nằm, ngồi, phải luôn thể hội Phật pháp, giác ngộ đạo lý; vậy mới không uổng phí thời gian. Thời gian qua rất chóng, phải tận dụng nó để thể nghiệm. Nếu tu như vậy, ý nghĩ xấu mới không có cơ hội nảy sanh; không làm vậy thì sẽ không có được chánh niệm.

  Khi miệng không nói thì tâm suy nghĩ, nhưng đừng suy nghĩ những thứ có sắc tướng, hình bóng; phải suy nghĩ thứ ra ngoài sắc tướng.

5. Tâm trường viễn (*bền bĩ lâu dài*)

- Bạn cho tu hành dễ lắm sao?

  Bây giờ, việc chúng ta làm chỉ là thứ khổ công, khổ tu mà thôi. Bởi vì hiện tại chúng ta chưa đoạn được tham, sân, si; nên đây là giai đoạn tu luyện tâm trí. Chờ khi những thứ ấy bị đoạn không còn một mảy may, thì mới gọi là nhập Đạo.

- Tu hành không phải là việc dễ *"ăn"* như đậu hủ, bỏ vô miệng là có thể ăn ngay.

  Các bạn cần để 10 năm, 20 năm trì một câu *"A Di Đà Phật"* không buông lơi, cộng thêm công phu *"Tín, Nguyện, Hành"* mới được.

- Nếu các cô có Đạo tâm, từ từ tu tới 40, 50 tuổi, không có quái ngại, trở thành *"lão sư bà"*, thì lúc đó các cô mới có được một chút xíu tự tại, nhưng không phải là tự tại gì lắm. Nếu các cô không ngộ Đạo, thì dù đến 40, 50 tuổi, phiền não sẽ vẫn tràn ngập, dễ thành điên đảo.

- Tu hành cần giữ Trung Đạo (*trạng thái cân bằng*). Đừng quá gấp, đừng chậm; phải như *"tế thủy trường lưu"*, nước chảy từ từ mà không ngừng.

- Tu hành, phải giữ Trung Đạo bằng công phu "*buông bỏ*" và "*nhìn thấu*". Cần mặc áo thô, ăn cơm đạm, và không chấp trước vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Nhưng phải hành trì một cách tự nhiên, không phải miễn cưỡng; bày đặt không ăn cơm, không mặc áo dù trời lạnh, hay không ngủ nghỉ để chứng tỏ mình là một tay tu hành cừ khôi. Khi tu tới một trình độ nào đó, tự nhiên bạn sẽ không còn biết đói, không còn cần ngủ nghỉ nữa.

- Hãy tinh tấn, dũng mãnh tu hành. Tu tới lúc bạn không còn nhu yếu về ăn, mặc, ở, thì khi ấy bạn có thể lên núi bế quan; như thế thì may ra bạn có thể thành tựu. Nếu tu chưa tới trình độ như vậy mà bế quan, thì sau này sẽ gặp chướng ngại.

- Trong quá trình tu hành, nảy sanh phiền não là việc không tốt. Cần phải không có phiền não, lo âu, buồn vui, thì mới tốt.

- Nếu có thể mỗi ngày yên ổn, bình tĩnh để niệm Phật, lạy Phật, tu trì, không có chuyện gì xảy ra, là tốt rồi; chớ nên vọng tưởng chuyện này chuyện nọ.

  Khi không tạo tội lỗi, thì đó là công đức rồi!

- Hôm nay là hôm nay. Ngày mai là ngày mai. Hôm nay không xảy ra chuyện bất tường, có thể niệm Phật qua ngày, là đủ lắm rồi. Việc ngày mai, để ngày mai - chớ quái ngại, chớ âu lo.

D. Bản sắc của việc tu

- Trừ bỏ nhân-ngã tướng (*ý niệm và sự chấp trước vào quan niệm có mình và người*) là việc mà người tu phải làm cho thấu. Làm được, đó gọi là công phu thật. Nếu không làm được, bạn đi tới chỗ nào, chùa nào tu cũng vô ích. Tu tới trình độ như vậy, công phu của bạn mới thành tựu.

- Chuyện gì cũng là do "*tôi, anh, mình, người*" tranh chấp, phân tranh mà ra. Xem bạn có khả năng tu tới chỗ không còn "*mình - người*" chăng?

- Cứ nhậm vận mà làm, tùy duyên qua ngày, thì chuyện gì cũng chẳng quấy nhiễu được tâm bạn. Mọi thứ: ăn, uống, ngủ, nghỉ, mặc, ở, thị phi, vinh nhục... hãy lạnh lùng buông bỏ chúng đi. Khi quét sạch được những ngoại duyên ấy thì trí tuệ trong tâm sẽ tự nhiên khai phát.

- Tâm bình thường chính là Đạo: Mỗi ngày cứ giữ cho tâm đừng khởi phiền não, âu sầu, cũng không vui vẻ thái quá. Đối đãi với mọi người thì không tốt cũng không xấu, cứ tùy duyên mà kết mối giao hảo với họ. Nhưng chớ phan duyên, tức là đừng lợi dụng họ để thủ lợi.

  Lúc nào cũng phải chú ý đến sự khởi tâm động niệm, sự suy nghĩ của mình. Khi có ý tưởng xấu thì phải lập tức thức tỉnh, dẹp đi.

- Tu hành, cần tu với thái độ vô ngại, ví như con hạc làm tổ vậy. Con hạc không lo lắng gì về ăn uống cả; nó thích chỗ nào thì làm tổ chỗ đó. Khi nào muốn, nó lại tung cánh bay đi nơi khác. Đó là giống chim tự do, tự tại nhất.

  Khi tu, bạn phải có thái độ *"vô quái ngại"* ở mọi nơi, mọi chốn. Được vậy thì tâm mới an tĩnh, mới như như bất động.

- Tu hành, cần tu tới mức không còn quái ngại trong hoàn cảnh động hay tĩnh.

  Thế nào là *"động và tĩnh không còn quái ngại"*? Tức là ở trong hoàn cảnh động mà tâm bạn không động: Bạn không bị hoàn cảnh động bên ngoài ảnh hưởng làm tâm bạn lay chuyển, nghĩ ngợi. Và khi ở trong hoàn cảnh tĩnh lặng, bạn không có ý nghĩ là yên lặng.

  Phải dùng tiếng niệm Phật để quét sạch hai trạng thái bụi bặm đó, khiến liên hoa khai mở; như vậy mới đắc chánh niệm. Khi niệm Phật, bạn cần phải chuyển niệm - chuyển hóa, biến ác niệm thành chánh niệm.

- Việc gì cũng phải buông bỏ. Buông bỏ chính là công phu.

  Bình thường, đối đãi với việc gì cũng buông xả hết, không có vướng mắc, quái ngại vào việc gì. Đó là để tránh trường hợp lúc lâm chung, giây phút tối hậu, vọng tưởng nổi lên lôi kéo mình vào vòng luân hồi bất tận.

- Mục đích việc tu là để lúc chết, bạn không còn vướng bận, không còn quái ngại chuyện gì cả, chỉ thảnh thơi đem theo linh quang *(công đức trí huệ sáng suốt)* của chính mình mà thôi!

- Tu hành cần phải ở chỗ nào cũng tu như nhau, đâu đâu bạn cũng có thể tự tại. Tu là tu ở chỗ này đây.

- Tu hành, cần không để cho ngoại cảnh bên ngoài ảnh hưởng, lôi kéo tâm mình.

- Bạn cần chú ý tự tâm: Cần phải có niềm vui khởi dậy từ nội tâm chứ không phải là cái vui do hoàn cảnh tốt đẹp bên ngoài đưa đến. Do đó, bạn phải luôn quan sát tự tâm, xem xét sự suy nghĩ của mình, và đừng chú ý tới ngoại cảnh. Phải tu tới độ *"tôi chẳng có gì cả"* mới được.

- Tu hành là tu ở Phước lẫn Huệ. Tu tới lúc bạn lớn tuổi, *"lão"* rồi, thì Phước và Huệ sẽ đầy đủ; bấy giờ, mọi người sẽ cung kính bạn (*đừng tham được cung kính khi còn trẻ, lúc còn thiếu phước huệ*).

- Khi bạn tu chân thật, đúng đắn, thì dù bạn ở đâu người ta cũng sẽ tìm đến, ai ai cũng vui vẻ muốn cùng bạn đàm đạo.

- Cần tu đến chỗ chánh niệm lúc nào cũng hiện tiền. Có chánh niệm thì mới có khả năng phân biệt thế nào là đúng, thế nào là sai, rồi từ đó mà hành động.

- Tu hành, là tự mình tu. Tu tới lúc "*thể ngộ*", ngộ cái khổ ở Ta bà, cái khổ phải luân hồi. Hễ ngộ được một việc thì một chút trí tuệ sẽ xuất hiện.

- Tu hành, cần tu tới lúc có trí tuệ. Chuyện gì tới tay, bạn đều biết vận dụng nó. Khi nói, cần phải biết nói sao cho viên dung. Khi mình đã đứng vững rồi thì mới có thể khiến cho người khác tin theo và vui vẻ tiếp nhận.

  Có trí tuệ mới không tạo ác nghiệp. Do đó phải tập nuôi dưỡng tâm từ bi và thực hành hạnh Bồ Tát.

- Tu hành cần tu cho có tướng mạo từ bi. Tu làm sao để người khác có thể thấy được vẻ hiền hòa, từ bi trong ánh mắt của mình.

- Khi một người tu hành thành tựu thì những người khác sẽ được nhờ phước. Lúc đó ai ai cũng khởi tâm dũng mãnh, tinh tấn học theo gương người ấy.

  Khi ai nấy cũng đều muốn tu hành thì hãy cùng nhau khuyến khích, cùng nhau tu. Nếu không vậy thì mọi người sẽ khởi chuyện thị phi, sanh lòng đố kỵ, tranh chấp, và trở nên ngu si. Bấy giờ, việc tu ở chùa sẽ không còn yên ổn nữa.

- Tu cho tốt thì tự nhiên có người ủng hộ, chứ không phải bắt ép người ta mà được.

- Đừng nên hy vọng, mong cầu thí chủ lại cúng dường này nọ. Đừng ỷ lại vào thí chủ. Bạn chỉ cần nỗ lực tu hành. Khi tu thành tựu thì Thiên Long Bát Bộ đều tới ủng hộ bạn.
- Khi ngồi thiền, thấy cảnh giới tốt hay xấu đều đừng chấp trước, cũng đừng nói về nó.
- Phật Pháp thì không dính mắc, ngưng trệ nơi cảnh giới Lạc, Minh và Không.

  Khi thân khinh an, nhẹ nhàng, thì tâm sẽ hoan hỷ (*Lạc*); khi trong lòng ít vọng niệm thì tâm sẽ sáng suốt (*Minh*); và khi chẳng có một ý nghĩ hay vọng niệm sanh khởi thì đạt tới trạng thái Không.

  Nếu bạn vướng mắc ở cảnh giới Lạc thì đọa vào trời Dục Giới, chấp trước vào cảnh giới Minh thì kẹt trong trời Sắc Giới, và bám chặc vào cảnh giới Không thì mắc ở trời Vô sắc Giới.

CHƯƠNG II: KHỔ HẠNH

A. Vững lòng tin, tu khổ hạnh

- Nhân sinh có Bát Khổ: Sanh, Lão, Bệnh, Tử, Cầu bất đắc *(khổ do mong cầu mà không được toại ý)*, Ái biệt ly *(khổ vì phải xa lìa người mình yêu thương)*, Oán tằng hội *(khổ vì phải gần gũi người mình oán ghét)*, và Ngũ ấm xí thạnh *(khổ do bị tấm thân Ngũ ấm này khống chế)*.

  Nếu bạn có nguyện lực tu khổ hạnh thì sau này sẽ có chút thần thông, sẽ biết được chuyện này chuyện nọ. Lúc ấy, tự mình cảm biết, tự mình làm chủ.

- Nếu ai ai cũng có nguyện tu khổ hạnh, thì ai ai cũng có thể thành Phật, có thể được vãng sanh Tây Phương, được hóa sanh từ hoa sen. Các vị xuất gia thì tấm cà sa chính là y áo Tây Phương đấy.
- Cơm của người xuất gia phải đạm bạc; coi đây chính là một khổ hạnh.
- Tu hành cần phải chịu cực khổ. Càng chịu cực khổ thì càng có điều tâm đắc.

6. Khuyến khích tu hành

- Việc tu thì dựa vào sự thực hành của mình. Như uống nước, khi chưa uống thì bạn không biết mùi vị của nó; uống xong rồi mới biết mùi vị. Có thực hành mới đảm bảo được việc tu là chân thật.
- Đi, đứng, nằm, ngồi: bạn phải dùng nó để thể hội Phật Pháp. Ngày tháng qua mau như tên bắn, chớ phóng dật.

"Một ngày đã qua

Mạng cũng giảm dần

Như cá cạn nước

Thử hỏi gì vui?"

- Mạng người vô thường - một hơi thở ra mà không vào lại, đời người tức hết. Bởi vậy, mau mau dũng mãnh, tinh tấn; chớ buông lung, lơi lỏng. Hãy coi việc niệm Phật là gấp rút, khẩn trương nhất.

- Gia tài, của cải mọi thứ ta chẳng đem theo khi sanh ra, và cũng sẽ không mang theo lúc chết đi:

  "Mọi thứ chẳng đem được

  Chỉ có nghiệp tùy thân."

- Đừng nên vì những thứ ở ngoài thân mình mà lãng phí quãng đời trân quý của mình. Phải mau, sớm tu hành!

7. Hạnh Nguyện

- Niệm thiện, nghiệp thiện mình đem theo [*từ kiếp trước*] thì ít, mà niệm ác thì nhiều. Bởi vậy nay mình cần phải tu khổ hạnh để tiêu trừ nghiệp chướng. Vì thế không nên tham ngủ, tham ăn...; phải quét cho sạch những thứ niệm xấu ấy. Có chánh niệm thì sẽ ít phiền não.

- Khổ Hạnh là hạnh nguyện của lịch đại Tổ Sư, của Đức Phổ Hiền, Văn Thù, Quán Âm, Địa Tạng, các Đại Bồ Tát. Ngày nay mình bắt chước, học theo gương các Ngài.

- Khi Hòa Thượng Hư Vân đi ba bước một lạy triều sơn, Ngài một mình, một gậy, một bao ăn tạm qua ngày. Ngày nào lạy tới đâu thì tính tới đó, chuyện ngày mai thì để hôm sau tính. Tâm Ngài hoàn toàn không chấp trước vào đâu cả nên Long Thiên Hộ Pháp đều bảo vệ Ngài. Chúng ta thì không có nguyện gì cả. Nếu có nguyện thì việc gì cũng có thể làm tới nơi tới chốn.

- Tu khổ hạnh là để nuôi dưỡng cái Nguyện, xem bạn có hay không có Nguyện. Người ít nghiệp chướng thì mới có thể phát nguyện tu khổ hạnh. Chư Phật, Bồ Tát thành Đạo cũng bởi do nhờ Nguyện.

- **Hỏi**: Nhưng tôi không thể phát được nguyện khổ hạnh?

  Đáp: Nguyện không phải là "*tôi muốn như thế này, thế nọ*"; bởi như vậy thì vẫn còn cái "*ngã*", cái "*tôi*". Nguyện cần phải được phát một cách tự nhiên, và phải vì lợi ích của chúng sanh.

Như bản thân tôi, tôi có hề nói tôi ra sao đâu? Ngày nay dù có thành tựu, tôi cũng không biết được!

B. Làm sao tu khổ hạnh

- Thế nào là tu khổ hạnh? Tức là không so đo, tính toán mọi sự. Đối với chuyện hằng ngày, chớ khởi tâm phân biệt.
- Tu khổ hạnh tức là rửa sạch đầu óc, thay đổi chủng tử.
- Khổ hạnh không phải là việc giản dị, vì tu khổ hạnh là tu tâm.
- Khổ hạnh không phải là việc đơn giản, là cứ làm "*bừa*". Làm "*bừa*" không phải là biện pháp đúng. Nếu làm "*bừa*" thì dù có đến hết kiếp, rồi đầu thai trở lại cũng chẳng tới đâu.
- Việc làm khổ hạnh không có nghĩa là làm cho nhiều.
- Làm việc là để rèn luyện đầu óc suy nghĩ của bạn.
- Làm việc thì phải thong thả, không được quá gấp gáp, hấp tấp.
- Làm việc lâu ngày thì sẽ quen tay, khi ấy bạn có thể khai trí tuệ. Bấy giờ, công việc cần làm ra sao, bạn chỉ cần nhìn qua là tự nhiên biết ngay, không cần phải bóp trán, suy đi nghĩ lại mới biết.
- Muốn tu khổ hạnh, cần phải rèn luyện xem mình có khả năng xả bỏ thân này hay chăng.

  Thân này là giả tạm, nhất định sẽ bị hủy hoại; dù muốn cứu vãn cũng không có cách gì khôi phục.

  "*Xả bỏ thân này*" là thế nào? Tức là ăn cơm đạm, mặc áo thô, đắp ba lớp cà sa, không kể gì đến ăn ngon, mặc đẹp.

- Tôi dạy các bạn dựa vào Pháp môn Niệm Phật mà tu.

  Xưa, tôi ở trên núi tu hành thì chỉ tùy duyên. Hễ thức gì mọi chúng sanh ăn được thì loài người cũng có thể ăn được; đó gọi là đồ cúng dường tự nhiên của trời đất.

Nếu quá đói mà bạn cứ bướng bỉnh nhẫn chịu, thì thân thể sẽ hư hoại. Tu hành thì cần phải dụng tâm; không nên tu luyện những thứ cực đoan như không ăn uống như vậy.

- Tôi tu đến ngày nay, lòng cảm thấy rằng nếu vạn nhất, chẳng may mà tu trật tu sai thì thật nguy hiểm. Duy có môn Niệm Phật là tốt nhất.

- Thế nào là *"mặc áo thô, ăn cơm đạm"*?

  Không phải là chẳng ăn cơm đâu! Mà là ăn để no, chứ không phải ăn cho ngon. Mặc đủ ấm đủ che thân, chứ không phải mặc cho đẹp. Ngủ vừa để có đủ tinh thần là tốt rồi; chớ ham ngủ. Ngủ nhiều rất dễ bị hôn trầm, dật dờ, nặng nề.

  Nếu bạn bày đặt không ăn cơm, nhịn đói, thì sẽ khiến thân thể suy nhược, rồi khó an tâm tu được. Vậy là uổng phí cho bạn tới đây tu hành.

  Tôi xưa kia đã từng làm qua việc ấy [nhịn đói], nay già rồi mới biết là sai lầm.

- Rèn luyện ngủ ngồi là việc đòi hỏi thiện căn. Nó không có giản dị đâu! Đừng nói tới phương pháp, cách thức luyện tập nó, làm sao đối trị, v.v... Nói ra, các bạn thêm chấp trước. Đây là việc mà người có thiện căn có lòng muốn tu. Khi thực hành, hễ có chánh niệm thì tự nhiên sẽ thành công. Nhưng nếu lầm đường trật bước thì *"thân người mất đi, khó phục hồi"*. Đã có rất nhiều người lầm lẫn rồi đấy!

- **Hỏi**: Hòa Thượng thường dạy chúng con học theo gương các lịch đại Tổ Sư. Nhưng nếu hoàn cảnh quá tốt đẹp; ăn, mặc, ở đều không thiếu thốn gì, thì làm sao học gương chư Tổ?

  Đáp: Các bạn không nên tham lam, đắm trước vào mọi thứ [*ăn, mặc, ở*]; chỉ cần có thể sống qua ngày là tốt rồi.

  Đừng nói rằng có thức ăn cúng dường nhiều, rồi cắm đầu cắm cổ ăn, tự làm nô lệ cho cái miệng. Tuy nhiên cũng không được ăn quá ít, để bụng đói lả. Bạn phải lượng bụng mình mà ăn, ăn đủ vừa no là tốt rồi; chớ phân biệt đồ ngon đồ dở.

  Hiện tại, thực phẩm đều có chất hóa học, hoặc đã bị nhiễm hóa chất, thuốc sát trùng... Khi thức ăn thật sự là không thể ăn được, hoặc là hư hoại rồi, thì chớ ăn. Cứ ăn bừa, ăn cho nhiều vào thì có thể chết đấy!

C. Buông xả túi da thối này

- Túi da thối này là để ta mượn mà tạm ở. Nhưng cũng vì nó [thân này] mà ta tạo vô lượng vô biên nghiệp.

- Chúng ta, ai cũng do mang nghiệp mà sinh ra, do đó đầy rẫy bệnh khổ. Bớt sát sanh, niệm Phật nhiều, thì mới có thể tiêu nghiệp đặng.

- Khi thân thể có bệnh mà uống thuốc gì cũng chẳng lành, hãy niệm Phật thì bệnh sẽ lành, bởi Đức Phật A Di Đà là vị *"Vô Thượng Y Vương"* (*vị vua thầy thuốc cao tuyệt nhất*).

- Con người phải chăng có thể trốn được kiếp số và bệnh khổ?

  Thí dụ có người bị đau tim; nếu y chuyên tâm niệm Phật thì bệnh tim chắc chắn sẽ lành. Nếu y tuy niệm Phật mà vẫn còn muốn đi bác sĩ kiểm tra bệnh tình, thì niệm Phật trả về niệm Phật, bệnh không thể lành nổi *(thiếu thành tâm).* Nếu y có thể chuyên tâm trì niệm Phật hiệu thì bệnh sẽ lành, mà chính y cũng không hay biết nữa.

- Thân thể này giống như cái nhà; chắc chắn sẽ hư sụp. Lúc ấy dù có sửa chữa đến cách nào nó cũng sụp. Do đó chúng ta phải buông bỏ sự chấp trước vào thân thể giả dối này; đừng nên quá chăm sóc, lo lắng cho nó.

  Xét cho cùng, thân này là thứ huyễn hóa; tuy nhiên, chúng ta phải khéo léo lợi dụng nó để tu hành.

- Không nên quá quý tiếc thân này. Khi sanh bệnh, chớ quá quan tâm vì đó là một thứ thử thách. Quá quan tâm thân này nên mới bị thử thách.

  Khi bệnh, bạn phải càng thể hội sự vô thường của đời người. Khó ai tránh nổi sanh, già, bệnh, chết, và khổ. Do đó, càng phải nỗ lực, tăng sức tu hành.

CHƯƠNG III: RÕ NGHĨA

A. Hiểu biết, lập hạnh

- Người xuất gia nếu không dựa vào Phật Lý mà hành trì, mười người tu có đến chín kẻ sai.

- Người tu học Phật Pháp, không phải rằng: "*Thứ gì tôi cũng chẳng cần*". Như thế là đi lệch lạc rồi vậy.

- Hãy đọc Kinh Kim Cang cho nhiều, bạn sẽ không còn quá chấp trước.

- Nên đọc cho nhiều sách, truyện nói về Phật, Bồ Tát, lịch đại Tổ Sư, chư Cao tăng, Đại đức. Mình phải học hỏi gương các Ngài, tìm hiểu kinh nghiệm quá trình tu hành đã khiến các Ngài thành Phật.

  Con người là kẻ ở vị trí tu hành tốt nhất; bởi vì thành Phật hay đọa địa ngục đều từ nơi lúc làm người này định đoạt.

- Sau khi thọ Giới, học Phật Pháp, các bạn có gương tu hành của chư Tổ, lại có Kinh điển để tham khảo, hãy xem thử bạn có tìm được cho mình một con đường tu chăng.

  Sách vở thế tục ở đời, các bạn đã đọc cả rồi *(lúc chưa tu, còn ở ngoài xã hội)*; do đó chớ nên vì nó mà trở lại luân hồi trong cõi Ta Bà này.

- Khi có thời giờ rảnh rỗi, bạn hãy coi Kinh điển. Xem Kinh là để thấu hiểu, rồi dựa vào Kinh điển mà tu trì, thực hành; chứ không phải xem xong rồi đi tán dóc.

  Có người [xuất gia rồi] còn đi học [trường ngoài đời], thật chẳng khác gì kẻ thế tục cả. Khi không có trụ cột tu hành để nương tựa thì y càng học chỉ càng thêm loạn.

  Các bạn cần phải nắm lấy thời gian, đừng để ngày giờ trôi qua uổng phí. Hãy dành thời giờ để xem Kinh, lạy Phật, niệm Phật, ngồi Thiền, tụng Kinh.

- Kinh điển là con đường. Khi phiền não đến, hãy theo *"con đường"* này mà thông thoát. Nếu bạn biết dùng Kinh điển thì khi phiền não tới, *"phiền não tức là Bồ Đề*". Nếu bạn không biết vận dụng thì "*phiền não tức là Vô Minh"*.

Nếu phiền não tới mà bạn không biết giải thoát, thì bạn sẽ mắc cứng vào phiền não. Như thế thì cũng như uống lầm thuốc, hay uống phải thuốc độc vậy. Thuốc là tùy ý mình uống hay không uống. Bạn phải uống cho đúng thuốc, chớ uống lầm độc dược. Nghĩa là sao? Nghĩa là bạn phải biết *"hồi quang phảng chiếu"*, xoay tâm lại để tự soi cõi lòng *(nhìn phiền não theo cái nhìn của chư Phật và Bồ Tát trong Kinh điển)*.

- Toàn bộ Tam Tạng Kinh là ở trong tâm ta. Giới, Định, Huệ cũng chỉ ở trong tâm này.

  Giới, Định, Huệ không phải là thứ để đem đi nói đi giảng. Đó là thứ dùng để thực hành, để tu [phá] Ngũ Ấm. Tụng Kinh không phải đọc oang oang là xong đâu. Bạn phải thể hội cho được ý nghĩa của Kinh; nếu không thì uổng cho bạn đã xuất gia đấy.

- Thuyết Pháp chỉ là nói miệng. Bạn cần phải tu sao cho mình nhìn tới đó. Mình phải liễu ngộ mọi sự. Nếu không, bạn sẽ chấp trước nặng nề vào Kinh điển.

- Kinh giấu ở đâu? Kinh giấu ngay trong tâm chúng ta, nhưng cần mở khai trí tuệ thì mới biết được chúng. Nếu bạn không khai trí tuệ thì xem Kinh, bạn sẽ mơ mơ hồ hồ. Khi trí huệ khai mở, lúc xem Kinh bạn sẽ cảm thấy rất thành thục, rành rẽ, đồng thời bạn sẽ lĩnh ngộ được những chân lý khác nữa.

- Khi một lý thông suốt, mọi lý đều thấu triệt.

B. Công phu khuya và tối

- Bây giờ khi còn ở cảnh động, bạn hãy học cho rành nội dung quyển Thiền Môn Nhật Dụng Khóa Tụng (*tức là Kinh đọc hằng ngày, hai thời công phu*). Sau này, khi bạn ở cảnh tĩnh, bạn sẽ dùng được nó.

- Khi công quả, lao tác xong rồi, nếu còn dư thời giờ thì bạn hãy xem Kinh. Xem Kinh gì? Chỉ cần bạn liễu giải, thể hội hai thời công phu, rồi theo đó thực hành, thì nhất định bạn sẽ liễu thoát sanh tử.

- Bạn hãy khéo mà thể hội Tam Quy y: xem mình đã làm được tới nơi tới chốn chăng.

  Như *"Tự quy y Pháp, nguyện rằng chúng sanh, hiểu sâu Kinh Tạng, trí tuệ như biển*". Trí tuệ bạn thế nào mới sâu rộng như biển? Người ngoài nhìn một cái là họ biết ngay.

Chẳng phải Kinh điển là ở nơi giấy trắng mực đen vuông vức đâu; vì cứu cánh, chúng không phải là vật của [chân tánh] bạn.

Bạn phải xem bộ Kinh *"Vượt Ra Ngoài Hình Tướng Trong Kinh Điển"*, người biết đọc nó thì nhìn là biết ngay, ai không biết xem nó thì không thể biết được. Do đó, hễ niệm Phật, niệm tới một trình độ nào đó thì tự nhiên Kinh Tạng sẽ ở tại tâm bạn.

C. Gõ Chuông

- **Hỏi**: Phật là gì?

  Đáp: Phật không là gì cả. Ở đời *(xã hội)* mới có vật hình sắc, tướng mạo. Học Phật thì chẳng có vật gì cả.

- Thứ "không *sắc tướng"* tức là Sắc chẳng khác Không, Không chẳng khác Sắc; và cũng tức là *"chân không diệu hữu*". Ý nghĩa của nó là bên ngoài tuy nói có vật đó, nhưng trong tâm không *có* [quan niệm, hình bóng] vật đó.

  Tâm là *"không"*. Nếu trong tâm còn những thứ có sắc có tướng, thì phiền não sẽ từ đó nổi dậy.

- **Hỏi**: Thế nào là *"không"*?

  Đáp: Nếu bạn nhìn thấu được [mọi sự vật], thì đó là *"không"*.

- Tu hành, cần trong ngoài [tâm tư, hành động] phải nhất trí; không được *"khẩu thị tâm phi" (miệng nói một đằng, tâm nghĩ một nẻo).*

- Thấy, nghe, cảm, biết, là tác dụng của sáu căn: mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Tự tánh của mình thì ở đằng sau sáu căn này. Hằng ngày, tự tánh luôn ở ngay với mình.

- Làm thế nào để lòng được an ổn? Bạn cần phải vô tâm *(không có tâm).* Tâm *(chỉ chân tánh)* vốn không dựa vào đâu, và cũng không thể tìm nó ở đâu. Nhưng tâm này [chân tánh] vốn bao trùm hư không, biến khắp Pháp giới.

- Cái tâm ở hiện tại: không thể nắm bắt được.

  Cái tâm ở vị lai: cũng không thể nắm bắt được.

Cái tâm đã qua rồi: cũng không sao nắm bắt được.

- Khi nổi phiền não, khi lòng tức giận, bạn chớ chấp chặt, truy cứu, đeo đuổi chúng, hoặc tìm xem chúng từ đâu lại. Một khi chấp chặt vào chúng thì lòng bạn sẽ không thể khai mở, rồi vì thế chẳng thể yên lòng tiến tu được.

- Bất cứ việc gì tới, bạn phải nhìn thấu chúng, đừng chấp trước vào chúng. Quan trọng nhất vẫn là cột bốn chữ *"A Di Đà Phật"* nơi miệng mình.

- **Hỏi**: Con có đọc sách nói rằng: *"Người đã giác ngộ thì đã đoạn dứt những thứ ác tự mình tạo ra, nhưng y không đoạn trừ tánh ác".* Làm sao để thể hội câu này cho đúng đắn?

  Đáp: Phải tu phước đức. Thí dụ gặp người không có cơm ăn, thì mình cho người ấy chút cơm ăn. Phải luôn tìm cách giúp đỡ người hoạn nạn, khốn khổ; như vậy mới là phước huệ đều tu *(tức là đoạn dứt mọi thứ ác bằng cách tăng trưởng việc thiện)*. Và do đó, mình sẽ không còn làm việc ác nữa *(nhờ vậy, tánh ác tự nó tiêu tan, tâm không khởi ác niệm nữa).*

CHƯƠNG IV: PHÁP MÔN TỊNH ĐỘ

A. Tây Phương có Phật hiệu A Di Đà

- Chúng ta chỉ biết mình do cha mẹ sanh ra. Nhưng trước khi được cha mẹ sanh ra, mặt mũi mình ra sao? Sau khi chết đi, mình sẽ về đâu?

  Nay do nghe Phật Pháp, biết có Đức Phật hiệu A Di Đà là vị đã phát 48 lời nguyện rằng ai niệm danh hiệu của Ngài thì sẽ được tiếp dẫn về Tây Phương. Nếu Phật có nguyện như vậy thì ta cũng phải phát nguyện: Nguyện vãng sanh Cực Lạc.

  Ta phải tin chắc rằng thật có Thế Giới Cực Lạc, có Đức Phật Đại Từ Đại Bi A Di Đà; rồi phải luôn luôn niệm Phật để đến lúc lâm chung ta mới có chánh niệm. Khi hấp hối mà có khả năng niệm Phật thì Đức A Di Đà ắt sẽ đến tiếp dẫn. Nhưng nếu bạn vẫn còn ý nghĩ lưu luyến bất kỳ thứ gì, dù nhỏ như đầu kim, ngọn cỏ ở cõi Ta Bà này, bạn sẽ lại rớt vào vòng luân hồi.

- Cái nghiệp của Phật, Bồ Tát chính là lòng lo lắng cho chúng sanh của các Ngài.

- Khi cõi Ta Bà còn chúng sanh, thì còn Phật, Bồ Tát. Khi không còn chúng sanh, thì Phật, Bồ Tát cũng không còn.

- Mau mau tu để về Tây Phương, không thì ở đây khổ lắm! Ở đây bạn thấy nóng nảy, chứ ở Tây Phương thì thanh tịnh, mát mẻ.

- Trần gian đầy dẫy đấu tranh - mình phải tìm một nơi an lạc như Tây Phương của Đức Phật A Di Đà.

- Ta đã hồ đồ, mê muội lúc đầu thai. Giờ đây, ta cần phải sáng suốt tìm đường đi lúc chết, con đường ấy chính là Niệm Phật A Di Đà.

- Tứ Sanh *(bốn* loại *chúng sanh được sinh ra từ trứng, từ thai bào, từ nhiệt độ ẩm thấp, và từ sự biến hóa)* đều ở trong vòng luân hồi, không gián đoạn sanh tử. Nguyên do là bởi ý niệm tham lam, phiền não, vọng tưởng... khởi lên khi Lục Căn *(mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý)* tiếp xúc với Lục Trần *(hình, sắc, âm thanh, hương thơm, mùi vị, cảm xúc, pháp)*. Do đó Lục Căn tác hại lắm.

  Ngày nay, bạn mà có thời gian để tu hành là quý báu, khó được lắm đấy. Để xem bạn có tìm được con đường thoát sanh tử hay chăng. Nếu bạn quá chú trọng, chăm lo cái

thân xác này thì bạn chẳng phải tu hành niệm Phật đâu. Quá chăm sóc cái thân xác này, thì không có cách gì giải thoát nổi.

- Kinh A Di Đà nói tới Phật ở sáu phương - Đông, Tây, Nam, Bắc, Trên, Dưới - đều hiển xuất tướng lưỡi rộng dài, khiến Pháp âm trùm khắp tam-thiên-đại-thiên Thế Giới - chủ yếu đều quy nạp về Tây Phương.
- Tây Phương ở đâu? Ở trong tâm mình. Khi tâm vô sự, không phiền não, thì đó tức là Tây Phương.
- Tuy rằng thân ta hiện sinh ở cõi Ta Bà, nhưng nếu mình niệm Phật mà niệm tới lúc tâm tịnh, thì cõi Phật sẽ tịnh. Nghĩa là khi tâm thanh tịnh, không phiền não, không vọng tưởng, thì đó là Tịnh Độ - cõi Tịnh Độ ở ngay giữa Ta Bà - mà tâm tức là Tây Phương.
- Tây Phương Cực Lạc ở tâm ta. Mình cần phải niệm Phật cho tới chỗ tâm thanh tịnh; niệm một cách đầy chú ý, tập trung. Khi niệm Phật, bạn cần phải phát nguyện vãng sanh Tây Phương, rời bỏ trần gian khổ lụy. Chớ nên quá yêu quý, nâng niu cái thân xác thịt này.
- Mỗi thế giới cũng như mỗi hạt cát, trong đó có hằng hà sa số chúng sanh mà ai ai cũng có thể sanh về Tây Phương được cả.
- Hễ mình niệm Phật thì hoa sen [ở Tây Phương] sẽ nở ra. Do đó nói: *"Tâm khai [niệm Phật] thì hoa nở"*.
- Niệm Phật thì mới khiến ta thật sự thanh tịnh. Niệm Phật là con đường dẫn tới Tây Phương. Hễ niệm Phật thì mình sẽ tới được Tây Phương mà không cần phải mua vé tàu, ngồi phi cơ; bởi thuyền Pháp thì không có sắc tướng.

B. Niệm Phật

- Niệm Phật, tụng Kinh, xem Kinh và nói chuyện là bốn việc mà bạn chắc chắn làm hằng ngày. Tốt nhất là ít nói chuyện. Thời gian tụng Kinh và xem Kinh sách không nên nhiều hơn thời gian niệm Phật là tốt nhất. Niệm Phật vẫn là chủ chốt.
- Xem Kinh sách không cần phải quá nhiều. Phàm gặp việc gì, cứ một câu *"A Di Đà Phật"* là được. Để tránh chuyện thị phi, cứ một câu *"A Di Đà Phật"*.

Bạn hãy yên lặng, lắng lòng mà niệm Phật; niệm tới lúc ngủ thiếp luôn càng tốt. Khi tâm tới chỗ chuyên nhất - chỉ một niệm - thì bạn có thể siêu xuất Tam Giới, thẳng tới Tây Phương. Khi tu hành, bạn cần phải tập: mắt nhìn mà giả lờ như không thấy, tai nghe mà giả đò như không biết; chỉ thành thật niệm Phật.

- Không cần phải xem nhiều sách vở, chỉ cần niệm Phật cho nhiều. Khi trí tuệ khai mở, tất cả Kinh Tạng tự nhiên sẽ ở tại tâm bạn.

- Đi, đứng, nằm, ngồi, đều nên ở trong phạm vi niệm Phật.

  Khi định tâm lại niệm, bạn sẽ giác ngộ rằng chúng ta từ sáng tới tối, tâm luôn nhắm ra bên ngoài mà không bao giờ quán xét xem tâm mình có hướng về Phật A Di Đà hay không. Đừng để cho tâm bạn bị cột vào đám tín đồ, đệ tử, hoặc cảnh giới bên ngoài. Nếu bạn cột vào chúng thì sẽ bị chúng xoay chuyển, lôi đi mất. Đáng sợ lắm.

- Hiện tại các bạn không đủ chánh niệm, mười phần không được một, do đó thật là nguy hiểm. Khi bạn niệm Phật nhiều thì đó là Thiền sống.

  Có người nói là bế quan, nhưng họ đầy dẫy vọng tưởng, đầu não không chút thanh tịnh. Khi bạn ngồi tĩnh tọa lâu, thấy mệt thì nên đứng dậy đi rảo.

  Khi bạn niệm Phật mà rời được cảnh giới thì đó tức là Thiền. Bạn phải duy trì chánh niệm, bởi vì trong tâm bạn luôn còn rất nhiều chủng tử xấu xa.

- Khi niệm Phật mà không có chánh niệm thì lòng bạn luôn nghĩ này nghĩ nọ. Miệng niệm mà tâm hướng ngoại. Nếu bạn thật sự muốn, thì bạn mới làm cho tâm bạn chuyên nhất đặng. Nếu bạn không có lòng muốn tu, thì làm sao niệm Phật [cho thành công]?

- Niệm Phật mà rời xa được ngoại cảnh, cùng Phật tương ưng, thì mới biết tâm này và Phật giống nhau.

- Việc quan trọng nhất khi niệm Phật là phải nghe tiếng niệm cho rõ ràng.

- Niệm Phật tức là vào Trung Đạo, không có tốt, không có xấu.

  Tuy niệm Phật cũng là một chuyện huyễn hóa, nhưng nó thuộc về chánh niệm. Do đó, mình dùng huyễn [niệm Phật] để diệt huyễn [vọng tưởng].

- **Hỏi**: Niệm làm sao mới chuyên nhất?

Đáp: Đây cũng là chấp trước. Chỉ cần bạn đừng để ý gì tới vọng tưởng là được. Bởi vì mình tự nhủ lòng rằng: *"Đừng* khởi *vọng tưởng"*, nhưng vọng tưởng vẫn cứ tự dấy khởi. Do đó, hễ để ý tới vọng tưởng thì mình lại sanh thêm một vọng niệm, càng để ý tới nó thì nó càng tăng.

- Khi vọng niệm nổi lên, bạn đừng sợ. Hãy mặc kệ, đừng chú ý tới nó là xong. Cứ một lòng niệm *"A Di Đà Phật"*. Vọng niệm vốn không có thực thể, từ từ nó sẽ tan biến mất.

- Hễ nhớ tới niệm Phật thì niệm ngay; không nên chấp trước rằng tôi phải làm thế này thế kia. Niệm Phật là tuy niệm mà không *(chấp trước vào)* niệm.

- Niệm Phật mà còn thấy rằng mình đang niệm hay không niệm, thì đều là chấp trước.

- Niệm Phật thì phải tùy duyên. Phàm làm chuyện gì, ở đâu, lúc nào cũng nên tùy hoàn cảnh mà niệm Phật. Không phải nói rằng: *"Tôi cần niệm bao nhiêu, bao nhiêu hồng danh"*, hoặc *"Tôi đang niệm Phật, không thể làm việc được"*, hoặc *"Tôi đang bận rộn, chưa đi niệm Phật được..."*.

  Mỗi tâm niệm, mỗi ý nghĩ, bạn chớ xa rời cảnh giới Phật. Đi, đứng, nằm, ngồi, nhất cử nhất động, làm gì bạn cũng cứ niệm Phật. Khóc cũng niệm Phật, cất chân một bước cũng niệm Phật. Sức mạnh của việc niệm Phật vĩ đại vô song, có thể khiến bạn đắc Niệm Phật Tam Muội - một thứ Định không phải tầm thường.

  Khi sinh ra, mình đã mang theo trong người đầy dẫy nghiệp chướng. Do đó, chớ tạo thêm nghiệp mới để chết rồi lại mang đi; chẳng lợi ích chút nào cả.

- **Hỏi**: Niệm đức Phật hay Bồ Tát nào thì tốt nhất?

  Đáp: Tất cả mọi đức Phật và Bồ Tát đều tốt như nhau. Không phải niệm vị này thì tốt hơn niệm vị kia, đó đều là do bạn phân biệt, so sánh mà ra. Chư Phật, Bồ Tát cũng không nhất định cần bạn niệm tên các Ngài nữa.

- Niệm Phật tới chỗ tâm định, thì tức là Thiền. Nên nói:

  "Vừa Thiền, vừa Tịnh Độ,

  Mười người tu, mười người thành.

  Có Thiền, không có Tịnh Độ,

Mười người tu, chín kẻ lạc đường!"

Vừa tịnh tọa vừa niệm Phật, thì tương đối không đi lầm đường hoặc xảy ra nguy hại.

- Nếu tâm bạn còn tham muốn, ham thích, vương vấn chuyện gì, thì khi lâm chung việc đó sẽ hiện ra. Bấy giờ, nếu bạn thấy cảnh đó rồi nảy lòng yêu thích, sanh tâm truy đuổi nó, thì kết quả là bạn sẽ lọt thẳng vào vòng luân hồi.

  Nếu bạn biết dọn lòng trong sạch niệm Phật, thì khi lâm chung sẽ có hoa sen, Phật, Bồ Tát và cảnh giới thù thắng hiện ra. Do đó, lúc còn sống bạn cần phải tu để trừ cho sạch hết những ham muốn trần tục.

- **Khai thị lúc Phật thất:**

  Mục đích đả Phật thất là để độ chúng sanh vãng sanh Thế giới Cực Lạc.

  Cõi Ta Bà thì có sanh có diệt, cõi Tây Phương thì bất sanh bất diệt. Mình đi xuất ngoại thì cần tiền mua vé máy bay, chớ tới Tây Phương thì chỉ cần niệm Phật đến độ chuyên nhất, không còn sắc tướng *(chấp trước)*. Đó chính là "*bất sinh bất diệt*" vậy. Phải niệm Phật thì mới có chỗ để mình ký thác thân mạng này.

  Niệm Phật thì phải niệm niệm không xa rời Phật. Niệm cho rõ ràng, nghe cho phân minh, mỗi chữ mỗi chữ đều phải rõ. Tâm nhớ tưởng, tai lắng nghe, miệng thầm niệm; cứ thế mà nhiếp tâm chuyên chú nơi Phật hiệu. Hãy buông bỏ mọi chuyện bên ngoài, cứ nương theo tiếng niệm thì tâm sẽ tập trung, chuyên nhất. Bất kể là "*người niệm*" hay "*tiếng niệm*", bất kể là "*tôi niệm*" hay "*bạn niệm*"; đại chúng ai cũng nương theo tiếng niệm Phật thì tâm sẽ chuyên nhất. Tây Phương Cực Lạc lại cũng dựa theo tiếng niệm Phật này.

  Khi đả Phật thất, bạn chớ để cho ý niệm trần tục lôi kéo tâm mình. Nếu không chuyên tâm, thật uổng cơ hội quý báu này.

  Do vậy, hãy một lòng một dạ niệm Phật, chuyên chú vào tiếng niệm.

C. Niệm Phật có thể thấy Phật không?

- **Hỏi**: Phải chăng niệm Phật thì có thể thấy Phật?

  Đáp: Không thể có!

- **Hỏi**: Nếu vậy trong chương Đại Thế Chí Niệm Phật Viên Thông có câu: *"Nếu ai nhớ Phật, niệm Phật, thì bây giờ hoặc mai sau nhất định thấy Phật. Chẳng cần phương tiện gì cả, tự mình lòng dạ mở khai"* là ý gì?

  Đáp: Đúng! Lòng dạ mở khai tức là thấy Phật, thấy đặng vị Phật của tự tánh.

- Chư Phật và Bồ Tát đều có nguyện lực mà ta có thể dựa vào đó để tu hành. Vì thế, lúc đi, đứng, nằm, ngồi, bạn chớ rời tiếng niệm Phật. Khi niệm Phật thì mình mới tương ưng với Phật; đây là cảnh giới không có hình hài, sắc tướng gì cả.

  Đừng nên chấp trước, tự hỏi tại sao Đức A Di Đà không hiện hình ra tiếp dẫn!

D. Thầy Quảng Hóa tới tham phỏng

- Coi thầy công phu hành trì trình độ tới đâu, [tôi nói để thầy nghe] chớ khi lâm chung thầy cần không vương vấn, quái ngại bất kỳ việc gì thì mới vãng sanh được. Nếu thầy còn tham vọng muốn độ chúng sanh, thì tham muốn ấy cũng là một thứ chấp trước, một thứ quái ngại.

- Hòa Thượng hỏi: *Tây Phương ở đâu?*

  Thầy Quảng Hóa đáp: *Nói theo phương vị, thì nó ở phương Tây; nói theo thực tướng, thì nó ở tại lòng mình.*

- Hòa Thượng nói: *Hễ có Phật có Bồ Tát, thì có Tịnh Độ. Thầy phải giảng dạy sao cho người nghe có chỗ nương tựa để tu hành.*

  Đức Phật dạy rằng nếu người nào trong một ngày, hai ngày..., cho tới bảy ngày mà có thể niệm Phật đến chỗ *"nhất tâm bất loạn"*, thì Phật [A Di Đà] sẽ đến tiếp dẫn. Nhưng nếu không ăn không ngủ thì chẳng cần tới bảy ngày, chỉ bốn hay năm ngày là đủ rồi.

- Thầy Quảng Hóa nói: *Có lần tôi chứng kiến Đức Quán Âm hiện ra với tướng mạo trang nghiêm đẹp đẽ, cả chuỗi anh lạc của Ngài cũng tuyệt đẹp.*

  Hòa Thượng cười, nói rằng: *Thật sao? Ở đâu mà có Bồ Tát như thế?*

- Khi thầy độ chúng sanh, thầy cần phát nguyện rồi theo đó mà thực hành, như Đức Quán Âm, Phổ Hiền vậy. Tuy nhiên, đến khi lâm chung, thầy phải buông bỏ hết mọi thứ. Nếu nguyện của thầy chưa làm xong, thì thầy sanh trở lại đây để tiếp tục độ sanh; công đức này càng thù thắng, vĩ đại. Nguyện là thứ thầy ghi tạc ở trong lòng.

- Phật và Bồ Tát tuy đã thị hiện nhập Niết Bàn, nhưng thật sự các Ngài vẫn còn quanh quẩn, không rời những kẻ đang tu hành như chúng ta; có điều các Ngài không hiện ra thôi.

  Chỉ cần Kinh, Luật, Luận tồn tại, chư Phật và Bồ Tát có thể dạy mình.

  Đừng cho rằng không có ai truyền thọ, rồi không còn [Phật Pháp] gì nữa.

- Khi lâm chung, đừng nên để tâm muốn thấy hình tướng chư Phật, Bồ Tát.

  Cầu mà không thấy là việc tốt. Nếu cầu mà thấy, thì những hình tướng đó không đáng tin cậy đâu.

  Phải không mong cầu gì; chỉ tịnh tâm niệm Phật. Phật, Bồ Tát từ trong chân tâm thanh tịnh hiện ra thì mới thật đúng.

- Phải buông bỏ [sự chấp trước vào] tấm thân thối tha này. Tâm là tâm. Mặc kệ cái thân này biến thành tròn hay méo, đừng để ý lo lắng, chiều chuộng nó. Chẳng cần nói xa xôi, hễ có chứng đắc, thâu hoạch được cái gì thì vẫn còn chưa đúng. *(Ý Hòa Thượng muốn chỉ sự chấp trước của Thầy Quảng Hóa, rằng Thầy còn chấp vào sự kiện mình đã chứng kiến Đức Quán Âm hiện thân)*.

- Trong cái này *(Hòa Thượng chỉ vào tâm Ngài)*, chẳng có vật gì cả. Các vị đó *(Hòa Thượng chỉ nhóm cư sĩ tại gia đang ngồi nghe giảng)* thì vẫn còn đủ thứ.

  Hiện tại, các bạn đêm ngủ nằm mộng mà sáng ngày ra cũng là ở trong mộng.

  Các bạn hệt như đang đóng phim vậy; cuốn phim này dài lắm - cả đời bạn, nhưng chẳng khác gì giấc mộng ban đêm.

(Hòa Thượng khuyến khích Thầy Quảng Hóa niệm Phật bằng thực tướng - hình tướng chân thật thì không hình hài, không sanh diệt; tức là chân tâm? Đừng niệm Phật bằng sự tướng - còn chấp trước vào hình hài, sắc tướng, công việc trần gian thế sự).

- Ngày hôm nay tôi nói bấy nhiêu thôi. Người xuất gia thì sẽ lãnh hội được phần nào, chứ người đời thì không có ai hiểu.

  Xưa kia cổ nhân chỉ nói một câu là đủ, hôm nay tôi nói quá nhiều. Chờ khi về rồi, các bạn từ từ lãnh hội thì sẽ giác ngộ, thấu suốt hết.

CHƯƠNG V: VIỆC LÀM BA LA MẬT

A. Thẳng thắn

- Làm việc thế nào mới tốt?

  Mọi người cần cùng nhau chung sức làm. Không phải bạn nói ngoài miệng rồi sai khiến người khác làm; đó là thái độ cần tránh. Hãy từ tốn, ôn hòa giải thích cặn kẽ công việc, cách làm, cho người nghe hiểu rõ ràng. Ví như giải thích việc trồng hoa mà y không hiểu, bạn hãy làm cho y thấy; nếu không vậy thì công việc sẽ không thông suốt, cả bạn và y đều sanh phiền não.

- Khi sư huynh, sư đệ làm việc chung, hay khi phân phối công tác, các bạn phải dựa vào tinh thần Phật Pháp mà làm, phải lịch sự, lễ độ.

  Đừng nên lớn tiếng ra lệnh, sai cái này, chỉ cái nọ... như là cha sai con, chủ sai tớ; đó là cách thế tục, không tốt!

- Đừng sợ mích lòng người khác.

  Bạn làm quản lý thì phải ráng làm cho tốt. Hễ điều gì cần nói thì phải nói, đừng vì tình cảm riêng tư *(việc cần nói mà không nói)*, để tránh mắc cái lỗi trồng nhân sai lầm.

- Làm quản lý không phải dễ. Do đó hễ Thầy quản lý giao phó bạn chuyện gì, bất kể tốt, xấu, bạn hãy vui vẻ tiếp nhận, đừng nổi nóng. Như vậy, đầu óc mới sáng suốt.

  Điều tốt thì lượm về học, điều xấu thì vất một bên. Trong lòng thấu suốt rõ ràng là đủ. Cứ theo đây để tu hạnh Nhẫn nhục Ba-la-mật.

- Khi tu hành, bạn đừng hỏi *"đúng"* hay *"sai"*, cũng đừng quan tâm *"có lý"* hay *"vô lý"*. Đó là điểm khác biệt giữa người xuất gia và tại gia.

  Các bạn hãy nỗ lực tu hành. Có vấn đề khó khăn thì hỏi sư phụ, tôi sẽ giải đáp cho.

- Thầy quản lý nói bạn làm sao, bạn cứ làm vậy. Với thái độ này thì đầu óc bạn sẽ không nghĩ ngợi lăng xăng, và như thế sẽ dễ dàng tu hành.

- Nếu Thầy quản lý nói bạn làm việc mà Thầy lại làm sai, thì bạn chớ tranh cãi, cứ thuận theo ý Thầy mà làm, tự nhiên bạn sẽ thể hội được chân lý chuyện này.

- Việc gì không rành rẽ, bạn nên hỏi sư phụ hay sư huynh. Đừng vì sợ mất mặt rồi tự mình đặt bày làm càn.

- Mục đích bạn làm việc là để tiêu trừ nghiệp chướng của chính mình, không phải làm cho người khác. Khi nhiều người làm chung, hễ ai không biết, bạn hãy chỉ bảo cho người ấy. Nếu y làm không giỏi, bạn hãy tận tình giúp đỡ y.

  Đừng nên phân chia ranh giới giữa mình và người quá rõ rệt *(đây là việc "của tôi", kia là việc "của anh")*. Hễ người nào không làm, bạn chớ nổi nóng, bực dọc, mà hãy vui vẻ làm thay cho người ấy. Hãy luôn luôn có lòng từ bi *(độ lượng, biết tha thứ)*.

- Khi làm việc gì, bạn chớ tính toán lợi hại riêng tư.

  Hễ thấy việc gì làm chưa xong chưa tốt, bạn hãy tới làm. Đừng nói gì tới người khác *(chỉ trích, cật vấn sao anh không chịu làm...)*, vì công đức của việc làm là thuộc về bạn. Nếu bạn cứ nói tới người khác thì chỉ tạo thêm khẩu nghiệp.

  Làm việc là cách để mình tiêu trừ nghiệp chướng của chính mình, chứ không phải làm giùm ai khác.

- Làm việc gì mình cũng sẵn lòng tình nguyện *(không phải bị bắt buộc mới chịu làm)*, thì trí huệ sẽ phát triển.

- Việc làm công quả ở chùa hoàn toàn *"vô điều kiện" (không ai bắt ép, không ai yêu cầu, bạn muốn thì tình nguyện làm)*; do đó khi đã làm thì bạn chớ oán than, trách móc.

- Việc của mình thì mình cố gắng làm, đừng sai người khác khiến họ bực dọc. Làm cho người ta bực bội, khó chịu, thì mình sẽ không có công đức gì cả. Trường hợp người ta tự ý đặc biệt tới giúp mình thì khác.

- Đừng chấp trước gì cả, chuyện gì cũng tùy duyên.

  Khi có Thầy hay sư huynh lại giúp bạn, nếu bạn cảm thấy e ngại, sợ rằng tổn phước, hoặc nghĩ là không xứng đáng để người ta giúp đỡ, hoặc bạn sợ để người ta giúp mình thì họ sẽ hưởng hết phước đức; những ý tưởng như thế đều là chấp trước.

Muốn người khác có phước, trước hết, mình phải có phước thì mới nhường cho họ được chứ!

- Thầy quản lý vì có lòng quan tâm lo lắng cho ta nên Thầy mới quở trách, vạch rõ lỗi làm của ta cho ta biết.

  Thầy ấy chính là bậc thiện tri thức, người chỉ đường tu.

  Đừng vì bị mắng một tiếng mà liền khó chịu, bực dọc, sinh phiền não.

- Bạn hãy luôn vui vẻ tiếp nhận lời chỉ bảo, khuyên lơn, khuyến khích [hay phê bình, chỉ trích] của người khác. Đừng bao giờ phản kháng, ương ngạnh, bất phục; rồi kết đảng phân phái, kình chống, thù hằn nhau.

- Ví dụ bạn lau chùi bàn ghế, sư phụ nói bạn hãy lau chùi lại lần nữa, bạn có thể nghĩ rằng: "Tôi đã chùi sạch *như vầy rồi, sao Thầy còn bắt tôi chùi lại nữa?"* Đó là thứ suy tư của người đời, thế tục.

  Tu hành thì bạn cần có tâm thẳng thắn: *"Dạ, con sẽ lau lại ngay!"* Đây cũng là một thứ thử thách lòng bạn, xem bạn có tu tâm hay không. Do đó, tu hành quý ở trực tâm *(tâm thẳng thắn).* Đây chính là cách làm việc của người xuất gia.

- Nếu bạn biết làm việc, thì đi đâu bạn cũng tự tại.

- Hãy tận tình với trách nhiệm.

- Nếu cứ ăn no rồi làm biếng, không tròn bổn phận, thì khi phước báo cạn hết, nghiệp chướng ập tới, tự nhiên bạn sẽ không thể ở chùa nổi *(tức là phải hoàn tục)*.

B. Nhẫn nại

- Làm việc lao tác là để rèn luyện chính mình. Do đó, chỉ cần bạn làm là biết bạn như thế nào. Khi làm việc mà bạn biết bạn như thế nào, khi làm việc mà bạn chuyên tâm, thì đến lúc học Phật, niệm Phật, bạn cũng chuyên tâm, bạn sẽ tự thấy thấu suốt. Ví như khi quét dọn, ở đâu chưa sạch, dù là còn chút xíu bụi, bạn cũng tự biết, chẳng cần ai nói ra. Nhờ tánh chuyên tâm chú ý, nên bất kỳ việc gì, chỉ cần nghe qua một lần là bạn tự biết cách làm, và làm tốt.

- Làm việc lao tác, bạn cần biết nhẫn nại.

  Ví như khi quét dọn lau chùi, bạn làm thật sạch sẽ; thì đó cũng giống như bạn đã lau chùi tâm mình sạch sẽ, thanh tịnh vậy.

  Hãy vừa làm vừa niệm Phật, không nên lơ là, phóng dật.

  Đừng để ý thức, tâm tư, chạy lăng xăng thì thân, miệng, ý mới thanh tịnh.

- Khi làm gì, bạn hãy cẩn thận làm cho chu đáo, hoàn hảo việc ấy. Đừng nên tham lam, việc gì cũng làm, rồi kết quả là không việc nào xong cả!

- Việc gì cũng phải nhẫn nại; niệm Phật cũng thế. Cứ từ từ tu thì tâm sẽ hết phiền não; sau này sẽ không khác gì Đức Phật A Di Đà; vô cùng tự tại!

- Làm gì cũng chớ có lòng chấp trước, cố chấp.

- Có lúc gặp phải chuyện gì đó, mình muốn làm cho thật hoàn mỹ, thật lý tưởng; rồi quên bẵng người khác, không để ý tới họ. Đó là mình quá chấp trước vào công việc, quá truy cầu *(thành công)*.

- Mỗi ngày làm việc gì, hãy làm cho rõ ràng, với tâm lúc nào cũng hướng về Phật, cũng trên đường Đạo. Như vậy thì quét rác bạn cũng có thể ngộ Đạo, vì tâm bạn lúc ấy chính là đang quét bụi bặm vô minh.

- Các bạn làm việc biên chép sổ sách giấy tờ *(tại văn phòng của chùa)* thì kết được thiện duyên rất lớn với chúng sanh; khác hẳn với người đời khi họ cũng làm việc ở văn phòng hay công sở. Công đức của bạn cũng bằng với công đức tụng công phu buổi chiều vậy; cho nên bạn chớ so sánh rồi sanh lòng bực bội, phiền não.

- Đừng nên chấp trước vào hình sắc, tướng trạng; cũng đừng câu nệ chuyện ăn mặc, không vừa ý cái này, chẳng ưng ý cái kia. Nếu không, rốt cuộc bạn đã chẳng làm được việc gì giúp chùa mà lại còn bị áo quần, ăn mặc lôi cuốn.

- Mình cần xả thân làm bất kỳ việc gì cho chùa.

  Nếu quá lo lắng gìn giữ cái thân này, thì khó mà tu phước được; ngược lại, còn bị cái *"túi da"* thối tha này lừa mình nữa.

- Cứ theo lời tôi mà tu hành; vừa làm vừa niệm Phật.

Trừ hết chấp ngã và chấp pháp thì trí tuệ mới khai mở. Trí tuệ thì không có sắc tướng gì cả, không thể sờ mó, cầm nắm nó được. Nhưng nếu trí tuệ khai mở, tuy mình không biết, nhưng khi gặp việc gì, nhìn qua là mình thấu triệt, biết phải làm gì ngay. Đó là trí tuệ thật vậy!

- Việc niệm Phật phải được phối hợp với việc làm. Niệm Phật cho đến lúc tâm yên tĩnh, thì lúc ấy chính là tự tánh mình niệm, tức là nhất tâm rồi đó. Khi làm việc, cũng cứ niệm Phật; mà người khác thì không biết là mình đang niệm. Cứ chuyên tâm làm việc, đừng khởi vọng tưởng hay nghĩ ngợi gì khác, thì đó mới là nhất tâm, cũng là tâm Phật, hợp với Phật Đạo vậy.

  Chỉ khi có chánh niệm thì điều gì mình biểu hiện hay làm ra mới mang tính cách từ bi; quan điểm mình có cũng tự nhiên là chín chắn, đúng đắn. Đây cũng là tâm Phật vậy.

C. Khéo léo

- **Hỏi**: Sư phụ nói rằng chúng con không nên chấp trước. Nhưng nếu không chấp trước, thì công việc làm sao làm tốt được?

  Đáp: *"Không chấp trước vào* công *việc"* không có nghĩa là chểnh mảng, lơ là, thiếu trách nhiệm, bê bối, cẩu thả; cũng không phải là làm thục mạng, cắm đầu cắm cổ làm quá trớn; mà nghĩa là làm việc gì xong rồi thì coi như không có gì xảy ra cả.

  Khi lòng bạn còn để ý, còn quái ngại, lo nghĩ về công việc, không buông xả được, thì đó là chấp trước. Khi làm việc với thái độ không chấp trước thì mới làm tốt được. Hễ chấp trước, việc làm sẽ không tốt được; vì chấp trước thì thiếu trí huệ, mà làm việc cũng còn cần phải có Định-lực, cần phải có sự tập trung, chuyên chú nữa.

- Làm việc gì cũng cần dùng trí óc, suy tư cho thấu triệt; chứ không phải ai nói sao thì mình cứ y lời mà làm theo một cách cứng nhắc *(câu nệ, không biết uyển chuyển vận dụng).*

  Cần phải có năng lực phán đoán, biện biệt; đừng như con chó ngu dốt, thấy người ta quăng cục đá, nó không biết là quăng cái gì mà cũng chạy theo tha về.

- Làm gì cũng phải định trước kế hoạch; chớ có bê bối cẩu thả, làm qua loa lấy lệ rồi thôi.

  Phải xử lý những công việc và những đồ đạc trong chùa thật thích đáng, viên mãn. Như trồng một khóm cây, nếu bạn không quyết định kịp thời để trồng cho đúng lúc, thì cây sẽ chết khô; lúc ấy, lỗi lầm là ở bạn.

- Bớt dùng trí óc - nhưng không có nghĩa là đừng suy nghĩ về công việc, mà có nghĩa là việc gì tới tay, làm xong rồi thì thôi.

  Đừng nên khởi tâm phân biệt *(bàn bạc, khoe khoang, than vãn...)*, làm sanh ra đủ chuyện thị phi *(tranh chấp, cãi cọ, lý luận...)*. Đối với công việc thì như vậy; đối với người khác thì cũng lại như thế.

CHƯƠNG VI: HẠNH XUẤT GIA

A. Xuất gia để làm gì?

- Đã xuất gia rồi, bạn phải hiểu ý nghĩa của việc đi tu. Bạn phải tự chủ; chớ để người khác xỏ mũi lôi đi. Việc cần nghe thì nghe; việc chẳng đáng nghe, đừng nghe; mỉm cười là đủ.

- Hãy thường nhìn thấu tấm áo nâu sòng, tự sờ đầu trọc, mà cảnh giác chính mình: *"Ta là Tăng sĩ!"* Nếu không làm vậy, đôi khi bạn quên phắt, bất giác để tâm chạy rông, không còn là tâm của người xuất gia nữa.

- Sáng vừa thức dậy, bạn hãy lập tức sờ đầu mình, tự hỏi: *"Vì sao tôi đi tu?"*

  "Vì liễu sanh thoát tử, vì chấm dứt luân hồi!"

- Tu cho có đức hạnh là điều quan trọng nhất.

  Ở chùa để làm gì? Chính là để tu đức hạnh, tu cái bản lai diện mục.

  Bạn cứ xem xét những thứ chung quanh sư phụ thì sẽ hiểu ngay. Nghe xong việc gì, bạn cũng phải cố thể hội, chớ để thoáng qua tai.

- Những Tăng, Ni trẻ tuổi thì tình cảm còn nặng nề lắm. Nhưng thân đi tu thì đầu óc cũng phải đi tu. Ba nghiệp thân, miệng, ý của người xuất gia thì hoàn toàn khác hẳn của người tại gia. Bạn phải biết làm sao để liễu sanh thoát tử. Mục đích mình tu, điều mà mình đeo đuổi, chính là thoát khỏi vòng sanh tử!

B. Con đường siêu thoát của người tu

1. Trước và sau khi thọ giới

- Chưa hiểu thông Phật Pháp mà đã thọ Giới, thì rất dễ sanh tâm cống cao, ngã mạn.

- Bạn chớ mù mù mờ mờ xuất gia, rồi mù mù mờ mờ thọ Giới. Thọ Giới là vì cầu sám hối, không phải là lết cái thây đi, lết cái thây về.

Khi ở Giới đàn, bạn hãy ít nói, ít cùng người khác trao đổi *(hay phan duyên).* Hễ có thì giờ thì hãy lạy Phật, niệm Phật.

- Ở Giới đàn, người cầu thọ Giới tới từ mọi nơi, nên luôn luôn đông nghẹt. Phải nhớ rằng, mình đến đây không phải để thi đua với họ xem ai mặc đẹp hơn, ở tốt hơn, hay ăn ngon hơn!

- Khi đi thọ Giới, nếu bạn chịu khó, nhẫn nại, thì sẽ nhập Đạo được.

  Phàm chuyện gì [ở Giới đàn] cũng rất đơn giản; bạn chớ cùng người khác so sánh xem ai ăn ngon, ngủ tốt, hoặc chuyện này ra sao, chuyện nọ thế nào... Thọ Giới là lúc học oai nghi, quy cũ; chứ không phải là lúc bàn luận, nói chuyện thị phi, tạo khẩu nghiệp.

- Sau khi đã thọ Giới, bạn phải hoàn toàn khác biệt so với lúc chưa thọ Giới. Lấy Giới làm Thầy, làm thêm nhiều khổ hạnh, quét sạch, sửa đổi hết mọi thói hư tật xấu, dứt tuyệt mọi ý nghĩ xấu ác.

- Bạn phải luôn thường tụng Giới; như vậy mới không có những thứ ái tình yêu đương lăng nhăng.

- Có Giới Luật câu thúc, kềm giữ, thì bạn mới không dễ làm điều sai, chuyện quấy.

- Thọ Giới là thọ sự nhẫn nhục. Khi tai bạn nghe người ta chửi rủa hay khiêu khích, chọc tức mình, mà bạn chẳng để tâm vào, thì đó chính là Giới.

- *"Giới"* là giới nội *(tự răn chế mình)*, chứ không phải là giới ngoại *(kềm chế người khác).*

  Ngay lúc lòng bạn vừa dấy lên một ý niệm xấu ác, bạn hãy dùng Giới Luật để ngăn chặn nó lại. Đó gọi là lấy Giới làm Thầy.

- Cần phải học thuộc Tỳ Ni Nhật Dụng và ứng dụng hằng ngày.

- Khi chưa thọ Giới, vì không biết quy cũ, Giới Luật, nên bạn có phạm Giới; đó là không cố ý. Nay đã thọ Giới; hiểu Giới mà phạm Giới, thì đó là cố ý. Tội này nặng lắm. Thọ Giới rồi thì phải giữ Giới, hãy y theo Giới Luật mà tu hành.

- Thọ Giới không phải là thọ mấy cái giới-ba *(cái dấu đốt trên đầu)*. Giới là ở tâm. Do đó, khi biết mình làm điều gì sai quấy, hãy lập tức sám hối. Khi bạn trì Giới đàng hoàng, thì sẽ không còn tướng [hay quan niệm về] nam nữ nữa.

- Thọ Giới rồi thì phải đem Giới ra thực hành. Không phải thọ Giới xong là lên chức Đại Đức, Đại Pháp Sư. Giữa người tu với nhau không hề có sự phân chia cao thấp.

- Có nhiều người đi thọ Giới lại học được thêm lòng tham lam. Đến khi về chùa thì trở nên ham hưởng thụ, thích ăn ngon, mặc đẹp, ở chỗ tốt; không còn biết gì về dũng mãnh, tinh tấn nữa.

- Trong Giới Luật có dạy rõ quy củ của mọi việc, đến cả việc của Thầy chấp sự. Bạn phải học, đọc cho thấu đáo, thì mới không dễ phạm sai lầm; và sau này nếu có ra làm chấp sự, bạn mới làm việc tốt được.

- Giới là để răn chính mình; do đó, cầu sám hối cũng là Giới.

- Giữ Giới, nhưng đừng đi tới chỗ cực đoan, chấp trước. Nếu không, tuy mình có ý giữ Giới mà kết quả lại là bị Giới đẩy văng đi. Bởi vì, giữ Giới thì không sanh phiền não *(làm cho mình hoặc người khác phiền não, đau khổ)* và không xung đột với người khác.

2. Vứt bỏ danh lợi

- Khi bạn có tướng mình, tướng người *(phân biệt ranh giới giữa tôi và anh, của tôi và của anh)*, chắc chắn bạn sẽ dễ gặp tranh chấp. Tới chùa xuất gia, không phải là để đấu tranh, cãi vã. Xuất gia thì phải *"thống lý đại chúng"*, hòa hợp với mọi người; được vậy thì ai cũng tốt.

- Tới chùa xuất gia, không phải là để tranh chấp coi ai đúng ai sai. Thái độ đó rặt là thứ thế tục, lúc nào cũng chia ra mình và người.

- Đã xuất gia tu hành thì không cạnh tranh, ganh đua, cũng không cãi vã hơn thua, ít - nhiều, đúng - sai...; mấy thứ đó toàn là *"mùi"* danh lợi.

- Khi Hòa Thượng nói: *"Người xuất gia không được tham danh hám lợi. Vì hễ có lợi tất sẽ có hại, do đó, không được nuôi dưỡng lòng ham muốn danh lợi"*, thì có người hỏi: *"Vậy như hiện nay, danh tiếng của sư phụ vang lừng bốn biển thì sao?"*

Hòa Thượng trả lời: "Ta *cũng không hề hay biết gì tới nó, vì chúng đều là huyễn hóa. Không ai biết gì về mình là hay nhất!"*

Người hỏi gật gù: "Đó *mới chính là công phu chân thật!"*

3. Điều cái tâm này!

- Bây giờ các bạn tuy đã xuất gia, nhưng các bạn giống như ở tại biển cả mênh mông, tìm không ra lối thoát vậy.
- Người xuất gia cần phải vô sở cầu *(không có mong cầu gì cả)* và vô sở trụ *(không để cho tâm vướng vào bất kỳ chuyện gì, việc gì, hay quan niệm, tâm trạng, tình cảm gì)*.
- Bạn phải tu tánh: tức là sửa đổi tánh nết, thói quen xấu; cũng tức là tu Phật tánh. Mỗi người, ai cũng có Phật tánh thanh tịnh. Phật tánh này chính là Đạo.
- Bạn nên tùy thuận tánh tình của người khác *(chớ sinh xung đột)*, hòa hợp với mọi người.
- Xuất gia là để trị cái tâm lăng xăng như khỉ, sửa cái ý chạy rông như ngựa.
- Xuất gia thì phải dụng công làm việc trong mọi thời mọi lúc, phải niệm Phật để điều phục cái tâm.
- Người xuất gia nên niệm Phật cho nhiều, không nhất định là cứ phải ngồi Thiền; bởi vì khi công phu Thiền chưa chín muồi, bạn dễ bị dính vào ma sự.
- Người xuất gia cần phải xả thân: ai chửi rủa, hạ nhục, chê bai, dằn vặt, xử tệ..., bạn phải dửng dưng như không. Phải quét sạch sành sanh mọi quan niệm về tự ngã *(cái "tôi", của "tôi")* thì mới tu hành nổi.
- Đã xuất gia rồi, bạn phải dẹp sạch lòng tham lam ăn uống, ngủ nghỉ, ở sướng; như vậy thì bạn mới tu đặng phước, huệ. Đừng như người tại gia; đầy thứ tham luyến. Tăng là một trong ba viên ngọc *(Tam Bảo: Phật, Pháp, Tăng)*. Do vậy, là Tăng *(Ni)*, bạn phải tu cho giỏi cho tốt, mà duy chỉ có đạm bạc, đơn sơ thì mới có thể tu hành Giới, Định và Huệ.
- Chùa là đạo tràng công cộng. Những Tăng, Ni từ các chùa khác lại, nếu họ giữ được quy luật thì đều có thể ở lại chùa để tu.

- Công hạnh của người xuất gia là tu ở sắc, thọ, tưởng, hành, thức - năm Ấm; tu để khiến chúng đều *"không"*. Do đó, hãy mặc áo vải thô, ăn cơm đạm bạc. Điều này không có nghĩa là bạn tuyệt thực, mà nghĩa là ăn đủ no, mặc đủ ấm là tốt rồi, không được tham lam, đua đòi.

- Về chuyện ăn uống, đối với người xuất gia thì ai cho gì, nấu gì, thì ăn nấy. Không được chấp trước, kén chọn; không được ham ăn, thích ngon. Đồ ăn ít một tí, hư thiu một chút cũng vẫn ăn. Nếu cứ ham ăn, thích ngon, thì nghiệp của bạn không dễ tiêu trừ đâu. Nếu bạn còn khởi lòng tham ăn, thì luân hồi thoát không lọt! Kỳ thật, thức ăn gì nếu đem thử nghiệm thì cũng có thể tìm ra độc tố. Khi đại chúng ăn thức gì thì bạn ăn thức nấy là đủ rồi; đừng sinh bực dọc, khó chịu quái ngại đủ chuyện.

- Người xuất gia đừng bao giờ sợ chết. Chết thì về Tây phương, càng tốt chớ sao!

  Người tu cần phải có sức mạnh *"biến vạn sự thành vô sự"* mới được!

- Khoác trên mình tấm cà sa rồi, bạn phải tu đến chỗ không còn bị việc gì làm quái ngại, bận tâm. Không quái ngại, bận tâm về chuyện thế sự; không vướng lòng vào việc nhân tình... Hết thảy mọi sự, hễ quái ngại là thừa.

C. Tự độ

1. Chùa thập phương

- Chùa thì ai cũng có thể tới ở để tu được. Người tới trú phải giữ nội quy do chùa đặt ra. Bạn không được coi mặt người tốt xấu, rồi tự tiện làm theo ý mình, muốn cho ai trú thì trú.

- Khi có người tới trú ở chùa, bạn không được có tâm phân biệt, so sánh, chuyên môn kể lể chuyện xấu, lỗi lầm của người ấy. Làm vậy, bạn sẽ khiến người tu khó tu. Chỉ cần y tôn trọng, tuân theo nội quy của chùa là đủ rồi.

  Đừng nên so sánh, phân biệt vị này là đệ tử của ai, vị kia là đệ tử của ai. Hễ người nào tuân giữ Giới Luật, quy cũ, thì đều giống nhau hết. Ai ai cũng là đệ tử của Phật. Nếu bạn cứ chia ra rành mạch rằng: *"Thầy là người ở ngoài tới, tôi là đệ tử của Sư phụ ở chùa này..."*, thì bạn chẳng phải là thầy tu!

Là người xuất gia, bạn chỉ cần tu hành cho đúng với Giới Luật. Hễ bạn tu đàng hoàng thì đi tới đâu bạn cũng được mọi người cung kính, đến cả Thiên Long Bát Bộ cũng ủng hộ, bảo vệ bạn, và chùa ở nơi nào cũng đều là nhà của bạn!

2. Chỗ lầm lẫn

- Khi bạn tu hành, nhất định bạn phải tu ở chùa lớn *(đại tùng lâm)*. Tu ở những nơi có đại chúng đông đúc thì mới có thể rèn luyện thành bậc nhân tài.
- Khi tu, cần phải tu ở chùa lớn, đông chúng. Bởi vì chỉ ở chốn nhiều người bạn mới biết và học được kinh nghiệm từ những điểm xấu. Những người xấu ác trong chùa đều là những người chỉ đường để bạn biết mà tu tiến bộ hơn. Đa số các Tổ Sư đều xuất thân từ chỗ làm bếp, trồng rau, chẻ củi... trong chùa. Chính những chỗ không ai thèm chú ý tới, không ai giành làm, mới là nơi để bạn tu hành!
- Khi bạn tu ở chùa lớn, hãy chịu kham khổ về chuyện ăn, ở, mặc. Mắt bạn hãy làm như chẳng thấy gì, tai bạn làm như không nghe gì, giống hệt tên khờ. Cứ vậy mà tu thì Đức Hộ Pháp Vi Đà chắc chắn sẽ bảo vệ bạn. Sau này khi bạn đi đến đâu, ai thấy cũng kính trọng bạn như Phật vậy. Bấy giờ, bạn muốn xây chùa thì lập tức sẽ có người ủng hộ ngay.
- Ngày nay chúng ta đã có một ngôi chùa tốt, một đạo tràng lý tưởng để tu hành. Bạn chớ có vọng tưởng, tính toán coi ở chỗ nào còn có chùa tốt hơn.
- Khi lòng bạn không an định thì không cách gì bạn có thể tu hành được!
- Hỏi: Tôi muốn rời chùa này tới chùa khác tu, hiện nay có ba chỗ; không biết ý Hòa Thượng thì chỗ nào có nhân duyên với tôi?

  Đáp: Bạn ra đi là vì tâm bạn không an ổn hay là vì chùa không an ổn?

  Nếu tâm bạn không an thì dù bạn có chạy tới Tây Phương, bạn vẫn không an tâm.

  Khi tâm bạn lăng xăng, bứt rứt, chạy rông, mà bạn chuyển nó ngay tức thời, thì tâm sẽ an định. Do đó, giữ Giới Luật là việc cực kỳ quan trọng. Hễ bạn giữ Giới thanh tịnh thì tâm sẽ thanh tịnh. Khi tâm bạn không an ổn, nhìn việc gì bạn cũng có ngã tướng *(chấp chặt vào quan niệm về mình và của mình)*; do đó bạn phải nhìn mỗi một sự việc đều không phải là *"ta"*, và cũng không phải là *"của ta"*.

Muốn tới Tây Phương, bạn phải tu tới chỗ tâm không còn loạn, tức là vọng tưởng không ùn ùn nổi lên nữa. Khi đối diện với bất kỳ chuyện gì, lòng bạn cũng chỉ có một niệm thanh tịnh, thì đó chính là Tây Phương.

Tâm không an, thì vọng tưởng cứ lăng xăng mãi. Do vậy, bạn phải lấy tâm để an tâm; nếu không vậy thì làm sao *"an"*? Khi tâm bạn muốn chạy rông, hảy tự hỏi rằng nó muốn chạy đi đâu.

3. Thăm viếng học hỏi

- Ở Đài Loan không có chỗ nào để thăm viếng học hỏi, nên bạn hãy tự mình nghiên cứu chính mình là đủ.
- Đừng nên bồn chồn, bứt rứt, nóng nảy.
- Thiện tri thức ở đâu? Ở lòng mình!
- Khi lúa chín, đầu bông lúa nặng trĩu nên cong oằn xuống; khi lúa chưa chín thì đầu ngọn đứng thẳng vút (Người hiểu *Đạo, tu hành thành thục, thì hạ thấp mình xuống; còn người mới tu Đạo thì lúc nào cũng tự cao, không biết uốn mình).* Đối với người tu không tốt, bạn cũng phải tham phỏng học hỏi; bởi người tu xuất sắc thì hiếm khi tìm thấy, mà e rằng bạn cũng nhìn không thấu chỗ xuất sắc của người ta là ở đâu. Do đó, đi thăm viếng học hỏi người xấu cũng đúng; bởi vì thấy được điểm xấu, điều lỗi lầm của họ, bạn hãy dùng nó để tự cảnh giác, thức tỉnh chính mình; tự hỏi mình có lỗi lầm tương tự hay chăng, và tránh phạm lỗi ấy.
- Tham phỏng học hỏi là phải nghiên cứu điểm xấu, điểm hư của người ta. Họ phạm lỗi ấy ư? Mình phải tu sao để đừng phạm nó! Họ không tu đúng Giới Pháp; mình phải tu sao cho đúng Giới Pháp!
- Bạn xuất gia là vì mục đích tu hành, do đó đừng nên ra ngoài học thêm pháp thế gian. Những điều ở trường Phật Học Viện dạy chưa chắc hoàn toàn là Phật Pháp, Phật học, vì luôn bị xen tạp bởi những môn như Xã hội học, Kinh tế học, v.v... Nếu bạn cứ ở gần những môi trường như vậy, lâu dần thì tâm bạn sẽ không cách gì thoát ly nổi thế tục.
- Khi các bạn đến với đạo Phật, cạo đầu đi tu, hãy xem bạn có thể liễu sanh thoát tử hay không; đó là điều bạn chẳng thể không hiểu. Như đã đi tu lại còn muốn đi học

kiếm bằng cấp, thêm kiến thức; thử hỏi ở trường học có ai dạy bạn mặc áo thô, ăn cơm đạm, buông xả để tu hành chăng?

- Nhiều Tăng sĩ đã xuất gia rồi, lại đi học ở viện Phật Học. Sau khi tốt nghiệp, họ chỉ tăng trưởng lòng ngã mạn, tự cao tự đại, cứ muốn làm Trụ trì. Nhưng họ nhờ vào đâu để *"thống lý đại chúng"*, khiến mọi người hòa hợp, vui vẻ tu hành? Họ không làm sao có năng lực để cảm hóa tha nhân; cũng không ai chịu nổi họ. Do đó, bậc Tăng sĩ phải thiết thực tu hành khổ hạnh, niệm Phật cho nhiều, phước huệ song tu.

4. Quan hệ giữa người đồng tu

- Làm thân đồ đệ, nếu bạn biết Thầy của mình có lỗi lầm gì, dù lớn đến đâu, bạn cũng chớ nói với người khác. Bởi, nếu bạn làm như vậy thì đó cũng là một hành động lỗi lầm.

  Sau khi nghe người khác nói về lỗi lầm của vị Thầy của y, bạn đem những điều đã nghe ấy kể lể với mọi người, thì bao nhiêu tội của y đều quy vào thân bạn. Bởi vì đó là phạm lỗi nói điều xấu của các vị đồng tu.

- Đối với các huynh đệ đồng tu trong chùa, bạn không có gì phải sợ sệt cả. Hãy tôn trọng, cung kính lẫn nhau.

  Khi muốn nhờ ai làm việc gì, bạn đừng dùng thái độ ra lệnh *(như lớn tiếng, ra oai, nói cộc lốc)*, sai khiến họ giống như cha sai con, chủ sai tớ; bởi đó là thái độ của người thế tục.

  Mình là người tu hành, thì phải lấy Phật Pháp làm mô *phạm (tức là dùng lời nói nhỏ nhẹ, từ tốn, cung kính yêu cầu họ làm việc)*.

- Khi anh em huynh đệ ngồi với nhau, các bạn nên đàm luận về Phật Pháp. Đừng bàn tới mọi đề tài khác để tránh loạn tâm. Đừng nên tham gia tán gẫu, nói những chuyện vô nghĩa, phí thì giờ.

- Khi trong huynh đệ có người nói chuyện về Phật Pháp, thì đừng nên xen chuyện thế tục vào. Nếu không, càng nói càng lạc đề xa lắc. Hơn nữa, khi đã nói chuyện thế tục, thế nào bạn cũng đề cập tới chuyện ăn uống, thức này ngon, thức kia dở v.v...

- Hai chúng Tăng và Ni phải phân ra ranh giới cho rõ ràng. Các vị sống tới trăm tuổi cũng phải phân rành mạch như vậy. Trừ phi bạn đã khai ngộ, chứng quả, có được Định lực sâu dày; bằng không, bạn sẽ rất dễ phạm lỗi lầm, gây ra đủ vấn đề phức tạp.

- Khi Tăng và Ni nói chuyện với nhau, các vị không được mặt đối mặt, mắt ngó mắt. Khi Tăng và Ni cần trao đổi, đưa vật gì, thì hai bên cũng không được chạm tay nhau.

  (Sư phụ tu có Định lực; bằng *không, ta cũng không thể để mấy cô tới gần trong tầm một trăm bước nữa. Các vị bây giờ chưa có được một phần mười chánh niệm; do đó, các vị vẫn còn ở trong vòng rất nguy hiểm, nên cần phải chú ý cho kỹ).*

5. Nhẫn Nhục

- Thọ Giới tức là nhẫn nhục. Nếu bạn có thể nhẫn nhục chịu đựng hết mọi sự, thì bạn sẽ khó mà phạm Giới.

- Bạn phải tu nhẫn nhịn vì nhẫn là gốc của việc tu. Nếu không biết nhịn nhục thì chỉ uổng cho bộ áo nhà tu đang khoác trên mình. Bạn chớ luôn cho rằng hễ việc gì mình làm là đúng *(người khác là sai)*; thái độ ấy sẽ làm cho bạn khó tu tâm.

- Dựa theo lòng nhẫn nại mà tu hành thì mới là tu căn bản. Kết quả là đi tới đâu bạn cũng có năng lực cảm hóa người khác. Do đó, tu hạnh Nhẫn nhục mới có đức hạnh. Ai thấy bạn cũng sẽ sanh lòng hoan hỷ, và bạn có thể hóa độ họ.

- Sau khi đã xuất gia, bạn phải xem hạnh Nhẫn nhục là cao nhất, là số một. Những người nói xấu, chửi bới, chê bai, phê bình bạn, đều là những người chỉ đường cho bạn. Không có họ, bạn chẳng thể tiến bộ, chẳng thể thành tựu.

  Đừng cho rằng những nghịch duyên đó làm khổ bạn rồi sanh lòng ghét chúng, chán chúng, coi cái gì cũng không vừa lòng mình, thấy cái gì cũng gai mắt, rồi bạn nghĩ: *"Thôi, cuốn gói đi quách! Về nhà cho rồi!"* Nhưng biết đi đâu cho tốt? Cũng không thể đi cưới vợ, vì bạn biết làm vậy còn khổ hơn kia mà, nào khác gì sống ở địa ngục đâu?

- Khi bị ai công kích, phê bình, bạn nên nhẫn chịu. Dù có bị oan cũng ráng nhịn. Bạn còn phải cảm ơn người ta vì may mắn lắm mình mới được [phê bình] như vậy.

- Khi ai đem việc xấu ác, lỗi lầm mà đổ thừa, vu oan cho bạn; bạn cần phải nhẫn nại.

- Dù bạn có đúng lý mà người khác vu khống, nói càn rằng bạn sai bạn lỗi, thì bạn vẫn nên sám hối, xin lỗi người ấy (*đừng tranh biện)*; bởi vì tu hành chính là tu ở chỗ này.

  Phải quán sát như thế nào? Bạn phải quán những lời lẽ ấy như tiền bạc; và khi người kia phun lời xấu ác thì cũng giống như y đang vung tiền cho bạn vậy. Nếu khi những cảnh giới ấy tới mà bạn không nhẫn, không biết làm sao tu nhẫn nhục, thì chỉ sanh ra đủ thứ phiền não, bực bội mà thôi.

- Người đả kích, bài bác chửi rủa bạn, bạn cho rằng y xấu. Nhưng theo quan điểm tu Đạo, y quả là người giúp bạn. Bạn phải cảm ơn y. Y đem tiền ở cõi Cực Lạc tới tặng bạn, bạn không chịu nhận, lại chạy trốn, khóc lóc om sòm.

- Khi chuyện gì xảy đến với bạn, bạn cũng nhẫn nhịn được, thì tu mới tiến bộ. Dù bạn có đúng lý cũng đừng cãi cọ tranh biện; cứ sám hối, xin lỗi người ta là đủ. Đó là bạn đang tích tập công đức cho chính bạn vậy.

- Nhẫn nhục Ba-la-mật là hạnh mà khi bạn nhẫn nhục, bạn không cảm thấy và không cho rằng mình đang làm hạnh Nhẫn-nhục, không rêu rao là mình nhẫn nhục, và cũng không đè nén, dồn ép nội tâm *(nén sự giận dữ bên trong)*; vì đó toàn là có tướng trạng.

  Khi nhẫn nhục mà lòng bạn không hề có cảm giác gì, không thấy chuyện gì xảy ra; như khi có ai chửi rủa bạn, bạn không biết là họ chửi mình; thì mới đúng là hạnh Nhẫn nhục Ba-la-mật.

6. Một niệm cách biệt

- Nếu bạn không chịu thể hội Đạo, thì tuy là thầy tu, tâm bạn vẫn còn vất vưởng ở ngoại cảnh, xoay chuyển theo cảnh giới và sự việc bên ngoài, như thế vẫn còn rất nguy hiểm.

- Trong chùa cũng đầy dẫy chuyện thị phi, trắng đen, đẹp xấu. Người có trình độ thì nghĩ rằng: *"Chờ tôi tu khá khá, tôi sẽ lại độ các vị"*. Người không hiểu biết thì sẽ làm những việc hư, kết oán cừu thêm. *(Ý là xem bạn có thể chuyển biến ngoại cảnh hay không.)*

- Nếu có ai muốn hại bạn, bạn nên suy nghĩ: *"Có lẽ là hồi xưa mình có làm hại hắn ta; bây giờ mình không nên gây thêm oán cừu, mà phải độ hắn."*

Chuyện gì cũng có nhân quả, dù là việc nhỏ như một cây kim, một sợi chỉ, một lời nói - tất cả đều có nhân quả.

- Đừng bao giờ tập thói cố chấp.

- Có người hỏi: Cái bát của tôi bị bể; phải chăng cái bát cơm của tôi cũng mất luôn? *(Ý nói là bát bể, thì phải chăng cũng hết tu.)*

  Hòa Thượng đáp*: Đừng nên chấp trước. Nếu cái bát của cô bị người ta làm bể, rồi có nhân việc đó mà oán hận, muốn trả thù kẻ kia, thì rõ ràng là chỉ vì cái bát mà cô tạo oán cừu, gây hận thù với người khác vậy!*

- Khi nghiệp chướng ập tới, vô minh, phiền não dấy khởi, nếu bạn không có chánh niệm thì tà niệm sẽ nổi lên. Khi ấy, thấy ai bạn cũng gai mắt, bực dọc; thấy việc gì bạn cũng không hài lòng. Bạn chỉ muốn cuốn gói đi ở chùa khác; hoặc bạn cảm thấy đời tu vô vị, không có ý nghĩa gì, chỉ muốn hoàn tục cho xong chuyện.

  Bạn biết chăng: chỉ cần bạn nổi một niệm phiền não lên là bạn đã sai rồi, không cần phải bàn tới việc bạn có đúng lý hay không!

- Đừng tìm coi người ta có lỗi lầm hay không. Bạn phải tự thắp sáng cõi lòng, chiếu rọi tâm mình, hồi quang phản chiếu - xét xem mình đã làm tốt chưa.

  Tu là sửa đổi chính mình dựa theo chân lý, chứ không phải dựa vào người khác. Do đó, bạn phải cung kính, tôn trọng Tam Bảo *(hiện thân của chân lý).*

  Hễ là chúng sanh thì ai cũng có lỗi lầm hư xấu; nhưng hễ ngày nào biết sám hối, biết ăn năn sửa đổi, thì tốt liền. Dù là loài nở ra từ trứng, hoặc sanh ra từ thai bào, từ chỗ ẩm thấp hay từ sự biến hóa - tất cả đều có Phật tánh. Nhiều thứ súc sinh tánh rất linh thông, hơn cả con người nữa; nhưng chỉ tội là chúng không biết nói để chúng ta hiểu mà thôi.

- Bạn nhận thức được điều xấu của mình, đó là một việc rất tốt.

  Là người, ai ai cũng đầy một bụng phiền não; nếu không tự biết lỗi thì làm sao tu? Do đó, tu chính là từ đây, từ sự nhận thức này mà trừ khử phiền não. Nếu không vậy, mỗi ngày bạn cứ như cũ, chẳng thay đổi gì, cứ ăn, ngủ, làm việc, không tu để ngộ Đạo; thì tới già bạn vẫn hệt như bây giờ, mà đầu óc thì đầy nhóc những phiền não.

- Bạn cả ngày chỉ đầy rẫy niệm xấu, không có một chút chánh niệm; bạn không nghĩ về sắc *(thứ có hình tướng như sắc đẹp, áo quần, tiền bạc, chùa chiền, cơm canh...)*, thì cũng nghĩ tới thứ vô sắc *(có tên mà không có hình thể như danh, lợi, sung sướng, hưởng thụ, ý niệm, tư tưởng...)*.

- Hễ bạn tranh chấp, đấu tranh, cãi vã, tính toán hơn thua, thì tâm bạn không sao được yên. Đừng cho rằng người khác sai, mình đúng. Họ không sai, không lỗi đâu; mà chính bạn đã không biết tu hành. Chỉ vì lòng bạn có phiền não, tức bực, khó chịu, oán hờn, nên tâm mới không yên ổn. Cứ để sự việc trôi qua thì nó sẽ tan biến, và bạn mới có được chánh niệm.

- Người ta chê bai bạn xấu, bạn hư; bạn chớ nổi nóng, bực dọc, khó chịu. Họ khen bạn hay, bạn tốt; bạn đừng vui sướng, cao hứng. Trong cái dở luôn có cái hay, trong cái tốt luôn xen lẫn cái xấu.

- Người nào khen ngợi, ve vuốt, tăng bốc bạn thì người đó không phải là vị thầy tốt, không phải là bậc minh sư. Những ai nguyền rủa, mắng chửi bạn, bất kể bạn đúng hay sai; họ mới chính là những bậc minh sư. Lúc họ xử tệ với bạn chính là lúc họ giúp bạn thành tựu.

  Nếu khi bị chèn ép, xử tệ, mà bạn nghĩ rằng: *"Các ngài khinh thường tôi như vậy, nhưng tôi vẫn cứ tu để các ngài hiểu"*, thì bạn là người có chí khí; và như vậy, ắt có ngày bạn sẽ thành công.

- Bạn đúng lý mà y sai; cứ để cho y làm gì thì làm, coi như bạn là sai lầm vậy *(vì bạn có giải thích, có tranh cãi tới đâu, y cũng không thèm nghe; vậy cãi có ích gì?)*. Đó chính là bạn biết làm chủ chính mình, không bị người ngoài hay sự việc làm lay chuyển.

- Những cảnh giới mà bạn tiếp xúc bây giờ đều là do những hạt giống bạn trồng xưa kia, bây giờ chúng hiện ra thôi.

  Thấy người tại gia mặc áo quần đẹp đẽ *(tức là một thứ cảnh)*, thì có người tự nghĩ: *"Mình đi tu sao mà khổ thế này? Cái gì cũng không có, chỉ được mặc ba cái áo nâu sồng thô sơ này..."*; có người lại nghĩ khác: *"Ôi! Trong cõi Ta Bà khổ não này chỉ có ăn mặc đẹp đẽ đến thế mà thôi; có gì là hay, lạ đâu?"*

- Nhiều nữ tín đồ khi chưa xuất gia thì nhồi phấn, thoa son, kẻ mắt, vẽ mày...; bây giờ mấy cô làm Ni cô ở đây, chẳng ai còn vậy, coi tốt hơn!

- Hai người, một cô xấu xí, một cô đẹp tuyệt. Cô xấu xí thì biết mình xấu nên đánh phấn đánh son, trang điểm tươm tất lắm. Nhưng càng trang điểm bao nhiêu, càng xấu bấy nhiêu; không bằng để tự nhiên!

- Tu hành cần có năng lực chịu đựng - chịu khổ, chịu ăn cơm đạm, chịu mặc áo thô.

  Đời này, thế giới vật chất phong phú, muốn gì có nấy rất dễ dàng. Nhiều thứ do kỹ thuật tiến bộ nên không còn cần dùng tới tay chân nữa, nên vô cùng tiện nghi.

  Là người xuất gia tu hành, các bạn phải quan sát, suy tư về tấm gương tu hành của chư Tổ hồi xưa. Theo bước chân các ngài mà tu thì mới chấm dứt được sanh tử.

  Tôi *(Hòa Thượng)* xuất gia tu hành không phải vì mục đích hưởng thụ; tôi muốn tu sao cho việc ăn uống, ngủ nghỉ, áo quần thật đơn giản. Tôi thà là bị xã hội coi thường, cho rằng tất cả mọi thứ ở đây không thể bì được với người đời còn hơn.

  Khi được xã hội trọng vọng, thì giữa họ và mình sẽ sinh ra mối dây tình cảm, yêu mến, và rồi sẽ đưa tới nỗi khổ phải xa cách nhau; kết quả là tạo thành vòng luân hồi luẩn quẩn. Khi bạn bị xã hội khinh rẻ, coi thường, thì bạn sẽ bớt lòng phan duyên *(thích lấy cái này, sở hữu cái kia, giao kết với người này người nọ để trục lợi)*, bớt tâm vọng tưởng *(cứ nghĩ hết chuyện này đến chuyện khác, không hết chuyện này đến chuyện khác, không dứt)*, và dễ chuyên tâm dụng công hơn.

D. Độ người

1. Biết điều tốt của thí chủ

- Khi thí chủ quý trọng bạn, họ mới cúng dường. Vì thế, bạn nên có lòng tri ân, cảm kích, mà tu hành cho đàng hoàng.

- Như các bạn ăn mặc đơn sơ, đạm bạc, lại dám xả thân làm việc công quả cho chùa; người ngoài nhìn bạn họ sẽ nhận thấy rằng: *"Các vị tu sĩ này thật làm tôi cảm động; họ biết xả thân vì Đạo, vì chùa..."* và tự nhiên họ muốn cúng dường bạn. Như thế, vô hình trung, bạn đã độ họ, khiến họ trồng căn lành trong ruộng phước đức. Đây chính là hoằng Pháp, lợi sinh vậy.

- Người tu phải chịu cực chịu khổ, không được chấp trước vào quan niệm về *"tôi"* và cái *"của tôi"*, rồi sanh ra tật thích chải chuốt cho đẹp đẽ, ăn uống cho ngon lành, và

muốn mọi sự phải cho tiện nghi, sung túc. Thân mặc áo nâu sòng cho sạch sẽ, chỉnh tề là đủ; bởi người xuất gia mà sống quá sướng, quá hưởng thụ thì không người tại gia nào muốn cúng dường cả! Người tu mà biết chịu cực, sống kham khổ, thì thí chủ mới khâm phục, mới muốn cúng dường. Đời sống chỉ cần có cơm ăn no, có áo mặc ấm là đủ lắm rồi.

- Người xuất gia: chân đạp đất của tín thí, đầu đội trời của tín thí, thân mặc áo thí chủ cho, miệng ăn cơm thí chủ cúng, ngủ ở phòng thí chủ xây. Cứ tính là mỗi ngày bạn tu được một trăm đồng tiền công đức. Hễ bạn khởi tâm động niệm khiến thân miệng ý không thanh tịnh, thì khấu trừ đi ba mươi đồng. Thêm vào là tiền ăn uống đáng giá ba mươi đồng, tiền trú ngụ là hai mươi đồng, tiền ăn mặc đáng năm mươi đồng; tổng cộng là một trăm ba mươi đồng tiền công đức. Đấy, công đức tu hành bạn làm ra trong ngày không đủ để trả những phí tổn trên; vậy thì bạn còn có công đức gì nữa? Tín chủ cúng dường khó tiêu lắm!

- Muốn Tăng đoàn trang nghiêm, bản thân mình phải trang nghiêm. Bất cứ ở chỗ nào, lúc nào, mình cũng phải trang nghiêm. Thí dụ khi tụng Kinh, nếu người ta thấy chư Tăng, Ni vô cùng trang nghiêm, thì tự nhiên họ sẽ sanh lòng tín ngưỡng đối với Đạo, và không coi Phật giáo là thứ tiêu cực nữa.

2. Tiếp đãi tín đồ

- Bồ Tát là kẻ độ chúng sanh, do đó mình phải rộng kết duyên lành với chúng sanh. Hiện tại tôi còn sống, khi người ta tới bái kiến tôi thì các bạn phải ráng kết thiện duyên với họ. Thấy tín đồ nào, bạn cũng nên tiếp đón, chào hỏi; nhưng không được phan duyên *(dùng thủ đoạn tình cảm để kiếm lợi lộc riêng tư)*, không được cống cao ngã mạn rằng *"Tôi là người xuất gia, các vị chỉ là người tại gia!"* Bạn phải hiểu rằng tất cả mọi phí tổn cho sinh hoạt hàng ngày như ăn, ở, mặc của tôi đều là do thí chủ cúng dường mà ra.

- Khi có người kết duyên xấu với thí chủ, các bạn chớ có bị người ấy ảnh hưởng, khiến mình cũng kết duyên xấu với thí chủ. Bạn phải có năng lực nhận định phải trái, phải tự làm chủ chính mình; bởi chúng ta cần rộng kết duyên lành.

  Cho nên nói: *"Vị thành Phật, tiên kết nhân duyên"*; nghĩa là khi chưa thành Phật, trước hết, phải kết duyên lành với mọi người.

- Khi có tín đồ lại chùa, bạn hãy khéo dùng lời lành tiếp đãi họ, mời họ lạy Phật, ăn cơm, đi dạo coi chùa. Đó chính là kết duyên lành, và cũng là cách tu hành. Điều cốt yếu nhất là đừng bày đặt ra vẻ thanh cao, *"ta đây là Thầy"*. Cái đó không phải là tu hành gì cả. Tín đồ là người đang tu học, bạn là người tu thì phải hành Đạo Bồ Tát. Không nên tu thứ hành vi xấu; phải tập cử chỉ tốt. Khi có người bất lương đến chùa, bạn đừng để ý tới y là xong. Đừng nên cằn nhằn, cũng đừng chửi rủa người khác hoài. Tu hành thì phải tu cho tới lúc có trí tuệ; bấy giờ, hễ đụng chuyện gì, bạn cũng thấu suốt được ngay. Khi đó, nói chuyện gì bạn cũng có thể nói một cách viên dung. Khi mình đã đứng vững rồi, người khác sẽ do đó mà sanh lòng hoan hỷ tiếp nhận lời bạn, mà bạn cũng không tạo nghiệp.

- Tín đồ mang vật phẩm đến cúng dường, đó là vì họ muốn cầu phước. Vì vậy, dù vật nhỏ như một ngọn cỏ, bạn cũng phải vui vẻ tiếp nhận. Nếu khi thấy họ đem những thứ tốt đẹp lại cúng dường, rồi bạn sanh ra tham lam, thì bạn không thể ngộ Đạo được. Khi có người mang thức ăn dở đến, bạn đem nấu lại cho ngon lành, thì đó là bạn tu cả phước lẫn huệ! Nếu bạn không biết xử lý một cách thích đáng, ngược lại, cứ trách móc thí chủ đã cúng thức ăn hư thối; thì đó là tự bạn nổi phiền não và tự bạn tạo khẩu nghiệp mà thôi!

- Dù là người trong gia đình hay bà con của mình tới chùa ăn cơm, mình cũng nên khuyên họ cúng dường tiền cơm cho chùa để họ có quan niệm đúng đắn *(về nhân quả, nghiệp báo)*.

- Bạn nên lân mẫn, thương hết mọi chúng sanh; hãy nghĩ rằng họ và mình chỉ là một. Thí chủ lại tu, lại trồng thiện căn; mình phải lấy tâm Bồ-đề, tâm từ bi đối với họ mới đúng.

- Khi ai đang nói, bạn chớ ngắt lời hoặc nói xen vào. Chờ họ nói xong, mình hãy nói; đó gọi là lễ phép. Khi ứng tiếp, nói chuyện với thí chủ, bạn chỉ nên nói về Phật pháp. Khi họ muốn nói chuyện thế tục, bạn hãy xin lỗi mà nói rằng: *"Tôi không có thì giờ, xin mời bạn lên lễ Phật, hay tản bộ dạo chơi"*. Khi gặp người xấu, bạn chớ để ý tới y là tốt nhất; bởi vì hai đồng tiền mà đập vào nhau thì chắc chắn phải kêu lẻng kẻng.

- Quan hệ với người đời: bất quá họ chỉ xã giao mà thôi. Vì vậy, khi bạn ứng tiếp họ, tâm bạn phải biết tự chủ, luôn có Phật pháp [soi sáng]. Không nên cùng người thế tục đàm luận chuyện đời. Hãy đem Phật pháp lại so sánh.

- Nói những chuyện khôi hài nhưng đầy ý vị Phật pháp sẽ làm người nghe đỡ phiền não.

- Người tu hành mà không nói Phật pháp, lại đi đàm luận thế sự; đó nào phải là bổn phận của người xuất gia? Khi người tu mà còn nói chuyện trần tục của người đời, tức là y chưa đoạn được tục khí *(thói quen trần tục)*; thế thì làm sao y đủ tư cách bàn tới hai chữ *"tu hành"*?

3. Sự nghiệp của Bồ Tát

- Mỗi vị Thầy đều có một phương pháp độ sinh khác nhau; do vậy, bạn chớ tùy tiện chê bai, phê bình. Bởi nếu làm vậy, bạn sẽ tạo ảnh hưởng không tốt đối với lòng tin Phật pháp của người khác. Việc này có nhân quả đấy.

- Vì muốn độ chúng sanh nên mình phải hằng thuận, phải chiều theo chúng sinh, cũng giống như mình đánh lừa đứa nhỏ *(vì muốn cứu mạng nó)* vậy; mà phần lớn là để chúng sinh trồng căn lành trong ruộng phước.

  Tôi không đòi hỏi gì cả. Chúng sanh thấy tôi thì sinh lòng hoan hỷ; nhưng bản thân tôi, tôi không hề biết đến.

- Làm việc gì mình cũng phải rõ suốt chân lý của việc ấy thì mới lãnh đạo, dẫn dắt được người ta. Nếu mình không thông suốt chân lý, làm sao dẫn dắt người khác? Hiện tại, người tu cần dùng Phật pháp và sự thật để chỉ đạo, giáo hóa chúng sanh. Không vậy thì mọi việc đều biến thành thế tục; mình chẳng những không thể tùy thuận ai được mà lại còn mất đi lòng độ lượng nữa.

- Hoằng Pháp, lợi sanh: đây không phải là việc nói suông. Chỉ cần bạn tu trì cho tốt, thì tự nhiên khi nhìn bạn, ai cũng sanh lòng hoan hỷ, cung kính.

- Hoằng Pháp, lợi sanh tức là cần mình hy sinh thân xác này.

- Bạn phải làm một vị Bồ Tát. Không thể cho mình tốt là đủ, rồi mặc kệ người khác. Phải coi người khác là trọng yếu, còn mình thì sao cũng được. Phải làm lợi ích tha nhân. Khi bạn chỉ làm lợi ích cho riêng mình thì vô minh, phiền não của bạn sẽ đầy dẫy.

  Người xuất gia lấy lòng nhân từ làm gốc, lấy phương tiện làm dụng, lấy lòng đại bi làm thể. Tất cả [mọi căn lành, mọi pháp môn...] đều từ lòng từ bi mà phát sinh.

- Gia, ví như tập khí, thói quen, vô minh, phiền não, những chủng tử xấu của mình. Quốc, ví như đại chúng. Mình phải trị gia trước, rồi mới trị quốc sau. Nghĩa là trước hết, bạn hãy trừ sạch mọi thói hư tật xấu, vô minh phiền não của mình; rồi sau đó đem đức hạnh ra cảm hóa người khác, *"thống lý đại chúng"*.

E. Điểm tốt của việc tu

- Xuất gia là việc đại hiếu. Bạn cần phải báo đáp bốn ân lớn *(ơn cha mẹ, ơn thí chủ, ơn chư Phật, ơn Thầy)*, và cứu độ ba đường khổ *(địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh)*. Bạn sẽ độ thoát cha mẹ mình trong muôn vàn kiếp, không phải chỉ có cha mẹ đời này mà thôi.

- Bộ áo người tu không phải ai ai cũng mặc được. Chỉ có người phước khí mới mặc được.

- Một người xuất gia, dù y không tu hành gì lắm, chỉ biết ăn chay trường, không sát sinh, không có tội lỗi lớn, thì kiếp sau y có thể đầu thai làm người lại và tu hành tiếp. Y sẽ không bị rớt vào ba đường khổ hay bốn loại sanh *(sanh ra từ trứng, từ thai, từ nơi ẩm ướt, hay từ sự biến hóa)*.

- **Hỏi**: Khi một người xuất gia phá Giới, phạm tội ác vô biên, bị rớt vào địa ngục, phải chăng y còn tệ hơn người tại gia? Như vậy, chi bằng tu tại gia tốt hơn?

  Đáp: Xuất gia tu vẫn tốt hơn! Tuy y *(người xuất gia)* bị đọa lạc, nhưng khi y chịu hết quả báo, y có thể trở lại tu hành. Chắc chắn rồi y cũng xuất gia, bởi y đã trồng ít nhiều căn lành rồi.

- Người có căn cơ, thì sau khi đi tu, y hiểu rõ mọi chuyện, thể hội được điểm tốt cũng như điểm xấu giữa người xuất gia và người tại gia. Có người chẳng bao giờ thể hội được điều ấy.

- Sở dĩ bạn không thể nhìn thấy, không thể biết được điểm tốt của việc xuất gia, là vì bạn còn nghiệp chướng. Nếu nghiệp chướng ấy không tiêu trừ, thì khi bạn lâm chung, chúng sẽ hiện ra.

  Nhìn hời hợt thì người xuất gia chỉ biết ăn ngày ba bữa, làm vài chuyện này nọ. Kỳ thật, xuất gia là vì muốn trừ khử lòng tham lam, sân giận, si mê và tiêu trừ nghiệp chướng.

- Có người nói: *Mấy Thầy ăn chay nên nói luận điệu của người ăn chay; nếu ai cũng đi tu thì xã hội sẽ ra sao?*

  Hòa Thượng đáp: *Ai ai cũng đi tu thì chúng ta cùng nhau vãng sinh thế giới Cực Lạc ở Tây phương; như thế không phải là càng tốt hay sao?*

F. Đạo cao một tấc, ma cao một thước

- Nghiệp ác mình tạo ra từ nhiều kiếp thì cao ngất như núi. Đời này, khi mình đi tu, những ác nghiệp ấy có thể xuất hiện. Do đó, có lúc mình cảm thấy cái nghiệp sau khi xuất gia lại nhiều hơn lúc còn tại gia. Bấy giờ, mình cần có sức lực mạnh mẽ để vượt qua. Nếu mình không hàng phục được phiền não, lại khởi tâm động niệm, thì sẽ tạo thêm nghiệp mới.

- Xuất gia tu hành là việc không tầm thường.

- Việc xuất gia thì nhiều lắm. Khi những kẻ oán, thân, chủ nợ [ở kiếp trước] đến đòi nợ, thì mình sanh bệnh hoặc gặp đủ thứ chuyện rắc rối kéo tới. Nếu mình chẳng vượt qua được thì không cách gì an lòng tu Đạo được. Do đó, khi bạn bệnh khổ, hãy tự khuyến khích, sách tấn chính mình. Lạy Phật, niệm Phật nhiều hơn thì nghiệp chướng sẽ tiêu tan.

- Người tại gia nhìn [sinh hoạt người tu] nhưng không hiểu, nên cho là người tu khổ sở lắm. Đối với người có Đạo tâm không kiên cố, thì y coi đời tu như là cuộc sống ở địa ngục trần gian; y luôn cảm thấy việc gì cũng không tốt và không tự tại, lại sanh phiền não nhiều. Có nhiều vị tuy Đạo tâm kiên cố hơn, nhưng do hạt giống xấu gieo trồng từ nhiều kiếp trước, nên tuy nghe Sư phụ giảng dạy mà không để vào lòng gì cả. Ảnh hưởng của trần gian thế tục đối với họ thì còn nặng nề, sâu đậm lắm.

- Ở chùa mình, các bạn còn thấy người tới từ mọi nơi: nào là tướng mạo thế này, hình sắc thế kia... đủ cả. Những Tăng, Ni trẻ tuổi thì ý niệm về tình cảm yêu đương còn nặng nề lắm. Khi thấy những cặp trai gái đến, nếu các vị bị cảnh tượng ấy làm tâm dao động, rồi sanh lòng ước muốn, ưa thích, thì các vị sẽ dứt mất Đạo tâm *(tâm tu hành)*. Nếu các vị nhận định tâm trạng ưa thích của mình là tội lỗi, thì mới có Đạo tâm.

- Người xuất gia trẻ tuổi thời nay thật rất nguy hiểm. Họ rất dễ bị ngoại cảnh làm thay đổi chí hướng. Những người nửa đời xuất gia *(tức là đã kết hôn rồi)*, thì đã nếm hết mùi đời, nên đối với ngoại cảnh, họ có phần nào tự chủ hơn. Nhưng nếu người trẻ tuổi xuất gia mà chịu tu hành đàng hoàng thì trí huệ sẽ khai mở, rất dễ thành tựu.

G. Ni chúng

- Người nữ thiếu tu hành 500 đời. Nếu biết tu, các cô có thể ngay thân này, đời này được giải thoát. Nhưng các cô đừng quá coi trọng tấm thân; ăn no là tốt rồi, mặc ấm là đủ thôi, không cần ngủ thì chớ ngủ. Không làm như vậy thì chỉ có tham lam, tán loạn, mất Đạo tâm mà thôi.

- Sanh làm thân người nữ nhưng được xuất gia, được gặp bậc đại Thiện Tri Thức, lại được ở nơi đạo tràng mà yên ổn tu hành; các cô phải cảm nhận là mình vạn phần may mắn! Các cô nên mau mau tu trì, sửa đổi bản tánh nóng nảy, trừ bỏ ý nghĩ xấu ác, thay đổi quan niệm sai lầm xưa kia.

- Đài Loan vẫn còn tốt là vì các cô còn có thể xuất gia. Nếu không, e rằng người nữ trong xã hội chỉ đọa lạc mà thôi. Nay các cô xuất gia rồi, nếu còn không chịu tu, thì biết kiếp sau các cô có còn được thân người để tu hành nữa không?

- Đừng cho rằng các cô tu như vậy là cực khổ lắm, rồi sanh lòng ghét cái này, bực cái kia, thấy việc gì cũng sai cũng trật; lại nghĩ: *"Thôi, đi phứt cho rồi!"* Nhưng các cô đi, mà biết đi đâu? Cũng không thể đi lấy chồng, bởi như vậy thì rốt cuộc chỉ thêm đau khổ như sống ở địa ngục mà thôi!

- Nhiều cô đã mắc phải căn bịnh trầm trọng - bệnh nhiều tình cảm. Các cô không được tái phạm cái trò tình cảm dây dưa ấy, như là thích ngủ chung với nhau. *(Nếu cô này không chịu ngủ chung với cô kia, thì bị cô kia nói cô này không tốt với cô)*. Các cô phải ngủ riêng, tách rời một chút. Nếu các cô cứ cố chấp hoài thì chính là tà đó!

- Người nữ mà xuất gia được là chuyện khó rồi; sao các cô còn đòi hỏi đi đây đi đó để tham phỏng, học hỏi này nọ? Chỉ cần các cô học hỏi chính mình *(lúc khởi tâm động niệm, lúc có tham, sân, si, ngạo mạn, tà kiến)*. Các thầy thì mới nên đi tham phỏng học hỏi.

- Các cô phải hết sức tránh nói chuyện với người nam giới, với các Thầy.

Khi Hòa Thượng Quảng Khâm *(83 tuổi) muốn nhập Niết Bàn, Ngài có nói: "Các ni cô ở Đài Loan không thể chịu khổ - khổ ở đây ám chỉ mọi thứ khổ, ví như làm các thứ khổ hạnh, tu nhẫn nhục, hay lúc tinh tấn niệm Phật, lạy Phật… mà thân thể bệnh khổ, sức các cô không chịu nổi khổ cực, thì không cách gì chứng đắc được cả!"*

CHƯƠNG VII: XUẤT GIA VÀ TẠI GIA

A. Tại gia

- Tham lam, quyến luyến mọi thứ ở trần gian thì bạn sẽ mãi luân hồi trong bốn loài *(sanh ra từ trứng, từ bào thai, từ nơi ẩm ướt, từ sự biến hóa)*.
- Mọi thứ trong xã hội đều là sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Khi chưa xuất gia, ai cũng gieo trồng đủ thứ hạt giống của cõi trần gian tục lụy.
- Người đời ai cũng mong cầu hưởng thụ vật chất, ai cũng yêu thích đẹp đẽ; ăn mặc tươm tất. Người giàu thì có năng lực truy đuổi những thứ ấy; người không tiền thì cũng vì những thứ ấy mà lặn lội truy cầu.
- Hễ ai tham những thứ thanh, hương, vị, xúc, pháp, thì sẽ có phần luân hồi trong bốn loài.
- Người đời bị ngũ dục làm mê mờ. Chỉ vì muốn ăn ngon nên sát sanh để nuôi dưỡng thân mạng. Họ không biết rằng ăn thịt chúng sanh tức là ăn thịt chính họ. Bởi, ăn một cân thịt, bạn nhất định phải trả 16 lượng; đây là việc bạn không thể trốn tránh đặng. Do đó, cả một đời, người đời cứ phải trả nợ, đòi nợ, đời đời kiếp kiếp không thể thoát khỏi luân hồi. Huống chi những miếng thịt họ ăn có khi là thịt của chúng sanh mà xưa kia đã từng là cha mẹ của họ. Làm sao tâm mình có thể bất nhẫn đến như vậy?
- Người tại gia sát sanh để ăn thịt; chúng sanh bị giết đều là họ hàng quyến thuộc của họ trong nhiều kiếp trước. *"Mày giết tao, tao sẽ giết mày"*, cứ vậy mà có luân hồi sanh tử. Những người tại gia không hiểu biết, thiếu nhận thức, cho rằng nếu họ không sinh con đẻ cái thì mạng họ khổ lắm; tự than thở rằng mình không được như gia đình người khác, con cái đầy nhà. Họ nào ngờ rằng, không con cái tức là ít oan gia, nợ nần.

B. Xuất gia: Báo đền bốn ân lớn

- Hiếu thảo với chư Phật, chư Tổ, thì mới là có hiếu với cha mẹ.

- Bạn hãy khéo léo dùng mọi cách cho cha mẹ bạn hiểu Đạo. Nếu có lòng thành, tối thiểu họ sẽ được sanh lên cõi trời.

- Là người xuất gia, mình phải độ thoát bà con họ hàng của mình. Tối thiểu, hãy làm cho họ tin Phật, ăn chay trường, không sát sanh; như thế mới viên mãn bổn phận của mình.

- Ân cha mẹ sinh thành dưỡng dục lớn lắm, nếu không xuất gia tu hành thì khó đền đáp công ơn này. Đó là vì giữa cha mẹ và con cái vốn có thứ ân oán lẫn thân tình đan kết từ nhiều đời.

- Xuất gia muốn báo đáp bốn ân lớn thì bạn phải độ thoát cha mẹ bạn, khiến họ liễu sanh tử. Tuy nhiên, cha mẹ nào phải chỉ có ở đời này thôi đâu; mà cha mẹ có từ nhiều đời trước nữa, bất quá mình không biết đó thôi. Không tu thì làm sao hiểu được kiếp trước mình có nhiều cha mẹ như vậy? Nhưng bạn chớ khởi lòng thương nhớ cha mẹ vì khi hồi tưởng những kỷ niệm ấy đều là thứ sanh tử.

- Làm cha mẹ, ai cũng muốn con mình lấy vợ, sinh con, hệt như họ vậy - một cuộc đời đầy dẫy thương yêu, khổ, não. Nếu bạn là người tu hành, mà ham thích những việc ấy, thì sau này bạn sẽ tha hồ đóng vở tuồng ấy. Đây là những *"màn kịch"* mà bạn có thể diễn vô cùng tự nhiên, không cần phải học cách lễ, nghĩa, liêm, sỉ gì cả. Khi đọa lạc làm súc sinh, bạn sẽ diễn những tấn tuồng ấy tự nhiên hơn nữa.

- Cha mẹ càng tốt với bạn bao nhiêu, là họ càng có ân oán nhân duyên với bạn bấy nhiêu.

- Quan điểm của người tu thật khác xa so với quan điểm của người đời: *Cha mẹ càng thương yêu bạn, thì khi lâm chung, họ sẽ bịn rịn, không buông bỏ bạn được*. Nhưng bạn chớ vì thế mà sanh phiền não, trách móc cha mẹ bạn.

- Hãy chuyên tâm tu Đạo. Nếu không, bạn sẽ rơi vào vòng tình cảm yêu ghét, chịu cái khổ xa cách người mình thương mến; rồi do đó bị cuốn hút vào chuỗi luân hồi sanh tử. Thật nguy hiểm lắm!

- Bạn chớ chấp trước *(quyến luyến)* cha mẹ, bà con, anh em trong đời này. Họ đều là những chủ nợ, những người có ân oán với bạn từ nhiều kiếp trước cả.

- Mỗi người đều do nhân quả nên sinh ra; rồi vì nhân quả nên chết đi. Cha mẹ, bà con của mình đều ở trong vòng luân hồi; do đó, mình phải mau mau tu hành để độ thoát họ.

- Mình vì nghiệp nên sinh ra, nhưng chớ vì nghiệp mà chết đi.
- Phải tu - trên đền bốn ân lớn, dưới độ ba đường khổ. Tự mình phải tu cho được giải thoát thì mới có chỗ thành tựu.

C. Ở đời và đi tu

- Cha mẹ sinh ra ta nhưng họ không biết ta từ đâu lại. Bây giờ ta phải tìm cho ra con đường sanh tử mà mình đã từ đó tới; có nghĩa là ta phải liễu thoát sanh tử.

  Ở đời thì bất quá ta chỉ ăn ngày ba bữa rồi trôi theo dòng sanh tử mà thôi.

- Người đời cả ngày bận rộn làm việc là chỉ vì truy cầu danh lợi, địa vị; vì muốn hưởng thụ vật dục, ăn ngon, mặc đẹp, ở sướng.

  Người tu có làm việc thì cũng là để huấn luyện nội tâm. Do đó, công việc không cần quá nhiều, không nên gấp gáp; cũng không cần ai khen ngợi mình; không truy cầu, ước muốn bất cứ thứ gì. Chỉ mặc bộ áo của Tây phương Cực Lạc mà thôi.

- Đối với người tu, cảnh giới hoặc ngoại cảnh càng xấu thì càng tốt. Người tu càng trải nhiều gian khổ càng tốt. Đó là điểm khác biệt giữa người tu và người đời.
- Người tại gia có nỗi khổ mà người xuất gia cũng có nỗi khổ. Người đời khổ là vì họ không có được cái nhìn sáng suốt; người xuất gia khổ là vì muốn liễu sanh tử, muốn ra khỏi luân hồi.
- Người đời ngày ngày đều quay đi quay lại đeo đuổi mấy thứ tài, sắc, danh, thực, thùy (*tiền của, sắc đẹp,* danh *vọng, ăn uống, hưởng thụ hoặc ngủ nghỉ)*, và luôn bị ngoại cảnh làm ô nhiễm tâm tánh; hoàn toàn không làm chủ chính mình.

  Người tu thì cần rửa sạch những thứ cấu bẩn ấy. Người tu dù đời sống có chật vật nhưng tâm an ổn, sáng suốt là đủ.

  Khi còn ở đời, ai cũng chạy theo thứ hoa hòe bề ngoài. Có tiền thì sung sướng, không tiền thì khổ sở. Thế nên tính toán mọi cách để kiếm tiền. Rồi khi lòng truy cầu ham muốn nổi dậy thì tâm tánh sẽ hôn ám mê muội, hệt như kẻ say rượu vậy. Mọi việc ở đời đều không ra ngoài sự truy cầu, ham muốn; ai ai cũng vì kiếm ăn để sống cả.

Do đó, người xuất gia phải luôn phát khởi chánh niệm, suy tư đúng với chân lý; phải nói Pháp của Phật, như vậy mới giải thoát được.

- Người tu chúng ta đừng nên tham lam thì mới trừ được phiền não, sân giận, si mê. Không nên có phong cách như người đời: ăn thì phải ăn ngon, ngủ thì phải ngủ đủ.

  Người tu tự gọi mình là *"bần tăng" (sư nghèo),* là vì nếu cuộc sống càng giản dị bao nhiêu thì sự tu hành càng có tương ưng bấy nhiêu, chứ chẳng phải là càng giàu có sung túc hơn đâu! Nếu không như thế, cứ để lòng tham lam tồn tại, không chịu trừ khử thì dù bạn nói mình tu hành, nhưng vọng tưởng, phiền não từ lòng tham ấy vẫn ùn ùn kéo tới.

- Người xuất gia và người đời khác nhau xa lắm. Người tu chẳng nói *"đúng"* hay *"không đúng"*. Bởi vì *"đúng"* họ cũng nhận, mà *"không đúng"* họ cũng nhận. Cứ như vậy mà bạn tu hạnh Nhẫn-nhục, thì từ từ bạn sẽ trừ được ngã tướng.

- Ở ngay giữa xã hội mà tu *(ám chỉ người tại gia)*, thì không dễ tu. Bởi vì áp lực của người chung quanh sẽ làm bạn phải đồng ý theo họ. Nếu không, họ sẽ công kích bạn. Do đó, người xuất gia thì tu có dễ dàng hơn.

- Khi đã từng trải qua sóng gió trên trường đời, rồi mới vô chùa tiến tới một bước tu hành, làm hạnh Nhẫn nhục, thì bạn dễ hòa đồng với người khác lắm.

  Hãy phát lòng tin, rằng: *"Tôi nhất định phải thành Phật!"* Nói ra như thế tức là có chí hướng thành Phật, thì bạn mới có động cơ khiến mình tinh tấn tu trì.

  Đừng luôn khoe khoang, nói về chính mình, vì cái bản ngã sẽ làm chướng ngại việc tu.

  Ngoài đời, bạn thích mặc áo quần đẹp đẽ, nhưng vô chùa thì những thứ ấy không còn thích hợp nữa. Ở chùa, bạn mặc thứ y phục mà không người đời nào muốn mặc. Thói quen nóng nảy, giận dữ của bạn cũng phải sửa đổi một chút mới được. Cứ tu thì bạn sẽ cảm biết thấu suốt mọi sự.

- Xuất gia: có chánh niệm. Ngoài đời: chẳng có chánh niệm.

- Đi tu và ở đời khác nhau.

Sinh hoạt của người đời giống hệt như ban ngày nằm mộng, mà ban đêm cũng là mộng, chiêm bao giấc mộng sanh tử luân hồi.

- Người đời có thể hưởng thụ khoái lạc, đi chơi đâu đó, xem ra như là sung sướng lắm. Nhưng khi cơn vui qua rồi thì đầu óc lại quay cuồng với đủ thứ vọng tưởng, phiền não; tâm không thanh tịnh được.

  Người tu tuy áo quần, ăn uống, chỗ ở đều chẳng sung sướng gì, nhưng hễ khi làm xong việc gì mình cũng có thể ngồi xuống xếp bằng tĩnh tọa, niệm Phật, tu trì, tâm thần thanh tịnh, không phiền não, tức là có thể đưa tới chánh niệm.

- Áo quần, chỗ ở, ăn uống tuy không sung túc, nhưng mình tu hành thì có sự thanh tịnh. Khi tâm mình không có vấn vương mọi thứ, mọi việc gì; cứ mỗi ngày đều đều như vậy thì đó là chốn thanh tịnh. Người đời chỉ có thể ở trong chốn Ngũ Trược, xấu ác mà thôi.

- Nhiều người đời hy vọng con cái mình có nhiều bạn bè trai gái thì họ mới vui. Nhưng con cái đối với cha mẹ thì không chút lễ nghĩa gì, mà cha mẹ thì cũng rất dễ dãi với con cái. Nếu người xuất gia mà còn thói quen thế tục, thích kết nhiều bè bạn, thì sau này sẽ còn nhiều *"màn kịch"* để họ diễn nữa.

- Ở đời đa số con cái ai cũng ỷ lại cha mẹ, nên không biết trời đất to lớn ra sao. Khi xuất gia thì xung quanh toàn là sư huynh, sư đệ; người nào lo làm tròn bổn phận người nấy, mà mình cũng phải lo làm công việc được giao phó. Do đó ai cũng có tánh tự lập.

- Làm người mà chịu đi tu thì mới đáng giá. Bởi vì nếu không vậy, mình cứ ở xã hội, lập gia đình, sinh con đẻ cái, đến chết vẫn không buông xả được, và cũng không thanh thản ra đi được.

- Người đời lấy khổ làm vui; đến lúc già rồi thì sợ chết, không buông xả được con cháu.

  Người xuất gia chúng ta tuy tu khổ hạnh, nhưng nếu vừa làm vừa niệm Phật, thì lâu ngày chày tháng, ta sẽ thể hội được mọi chuyện trong sáu nẻo luân hồi. Khi ấy ta sẽ sung sướng là đã may mắn được xuất gia.

  Niệm Phật nhiều, đủ, thì trí tuệ sẽ khai phát, sẽ giác ngộ. Đến khi già mình sẽ không sợ chết vì mình đã có một thế giới Cực Lạc ở Tây phương để tới.

- Nghiệp chướng của các bạn chồng chất như núi cao; không xuất gia thì bạn nào có cảm giác tới nó. Những người thiếu hiểu biết ngoài đời thì luôn luôn đi trên con đường tạo nghiệp. Người xuất gia thì đi con đường hết nghiệp, tiến thẳng tới thế giới Cực Lạc.

  Cổ nhân dạy: "Một tấc Đạo, chín tấc ma" *(tức là Đạo thì ít mà ma hay nghiệp chướng thì nhiều)*. Do đó, người tu càng tiến bước thì bao thứ ác niệm, thói hư tật xấu, từ nhiều đời trước sẽ nổi lên. Lúc ấy, bạn phải càng chịu khó chịu khổ hơn nữa thì mới từ từ làm nghiệp chướng tiêu tan. Đến khi lâm chung, sen vàng sẽ hiện ra rước bạn về Tây Phương.

  Người đời thì làm sao hiểu được. Do đó, họ cứ ngày ngày đeo đuổi sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp - ngày ngày tạo nghiệp. Đến khi lâm chung, quỷ La-sát hiện ra bắt họ, thì họ không đi cũng không được.

- Bây giờ mình không xuất gia tu hành, thì khi già mình cũng như cha mẹ mình: đầy rẫy phiền não, rồi rớt vào vòng luân hồi. Do đó, xuất gia là phải rồi! Các bạn không nên chấp trước, chẳng chịu học tấm gương của người đi trước.

CHƯƠNG VIII: CẢNH GIỚI CỦA CHÚNG SANH

A. Tâm chúng sanh

- Vọng tưởng không có lảm chủ. Phật [mới là bậc] làm chủ [tâm].
- Tu làm sao mà về già càng tu càng không quái ngại. Hễ muốn vãng sanh thì chỉ nhắm mắt như ngủ là đi ngay. Chúng ta đêm nào ngủ cũng tựa như cái xác chết, chẳng biết chuyện gì xảy ra xung quanh. Sáng tỉnh dậy, mở mắt ra là lập tức bắt đầu tiến trình chấp trước; nhìn cái này là *"của ta"*, thấy cái kia là *"của mình"*...
- Các bạn không thể thấy được những thứ vô hình hài, vô sắc tướng; do đó không có hứng thú, không thích chúng. Vì vậy, các bạn chỉ ham thích truy cầu thứ có sắc tướng mà thôi.
- Lúc cha mẹ sinh bạn, bạn nào hay biết gì. Khi lớn lên một chút thì bạn bị *"dính bụi trần"*, chấp chặt quan niệm về cái ngã liền. Hễ chấp trước quan niệm về cái ngã thì sẽ có phiền não ngay. Tuy nhiên: *"Xưa nay không một vật. Làm sao dính bụi trần?"*
- Những vị ở cõi trời thấy chúng ta giống hệt như mấy con giòi đen, thứ giòi ở trong cầu tiêu. Đức Phật A Di Đà phát 48 đại nguyện là để tiếp độ ta tới thế giới Cực Lạc; nhưng ta cứ một mực tham luyến cõi Ta Bà, cho khổ là vui, hệt như mấy con giòi đen *(cho cầu tiêu ô uế là nơi đầy thú vị)*!

  Ta thấy cầu tiêu hôi hám không chịu nổi nên muốn vớt mấy con giòi ra, thả chúng vào chỗ nước trong trẻo. Nhưng lũ giòi ấy lại tham luyến cái cầu tiêu ô uế hơn mọi thứ, thà chết chứ không chịu đi đâu cả.
- Con người ta học làm điều xấu thì rất dễ, còn học làm chuyện tốt thì khó lắm.
- Bốn loài chúng sanh hễ ăn no rồi thì ngủ, tâm lúc nào cũng tán loạn.

B. Thói quen, tập khí

- Người thẳng thắn dễ khai mở trí tuệ.
- Cá tánh của mỗi người rất quan trọng.

  Tánh tình tốt, hiền hòa, thì đi tới đâu cũng hòa đồng được với mọi người, tùy thuận được người khác. Tuy nhiên, tùy thuận cũng có hạn lượng; bởi vì đối với người làm việc xấu thì mình không thể tùy thuận làm theo, mà phải kiên định lập trường, nguyên tắc hành động.

- Bản thân con người thì không xấu ác gì; chỉ có thói quen, tập khí là hư xấu. Ai cũng có thói hư tật xấu, chỉ khác là kẻ ít người nhiều mà thôi. Chỉ cần bạn hướng tâm tu Đạo là đủ. Hễ bạn có thể tha thứ cho ai, thì hãy tha thứ ngay. Đừng bao giờ cho người ta là hư xấu.
- Anh A có thói hút thuốc, đi đâu cũng phì phà khói thuốc. Anh B thì có thói đa nghi, lúc nào cũng nghi ngờ này nọ. Có lần A hút trước mặt B. Anh B tức giận, nghi rằng anh A khinh khi mình; thế là hai đàng sanh ra cãi vã, xung đột. May có anh C biết thói quen của hai người, nên đến giải hòa; khiến đôi bên từ đó sửa đổi, bỏ thói hút thuốc, bỏ tánh đa nghi.

  Bởi vậy, thói xấu mà mình không tự nhận biết để sửa đổi, thì chỉ gây phiền não cho người khác. Tâm đa nghi chỉ hại mình, chướng ngại việc tu. Khi thấy ai bất hòa, xung khắc, thì bạn chớ đổ dầu vào lửa khiến sự tình thêm rắc rối; mà phải luôn tìm cách giải hòa.

- Có người hay phê bình, chỉ trích, hoặc nói xấu người khác. Thật ra, y không tự hiểu việc làm của y là sai, mà y cũng không cố ý muốn chỉ trích, nói này nói nọ. Chẳng qua là do thói quen xấu mà y đã huân tập từ vô lượng kiếp về trước thúc đẩy, khiến y bất giác làm vậy.

  Trước kia có một người, khi nói chuyện với ai anh ta cũng luôn nhìn ngang liếc dọc, làm ra vẻ thần bí; khiến người khác khi nhìn anh ta thì họ có cảm giác như anh ta đang nói xấu ai đó. Kỳ thực, nào phải vậy. Đó chỉ là thói quen xấu mà thôi.

  Do đó, làm việc gì bạn cũng phải tự tại, tự nhiên; nếu không, bạn có thể rước đủ thứ phiền hà vô ích vào thân.

C. Danh lợi và chậm chạp

- Mỗi người, ai cũng đầy một bụng phiền não.

  Xưa kia ở Đại Lục *(Trung Hoa)*, hễ người nào càng cố công tu hành, càng có căn cơ, thì càng bị thử thách nhiều lắm. Có người cố ý dùng đủ thái độ vô lý lại chèn ép, khiêu khích người ấy. Hoặc có kẻ thấy người ấy gần hoàn thành một công trình gì đó thì tới phá hoại cho sụp đổ tan tành. Tuy nhiên, phải xem căn cơ của người ấy thế nào rồi mới thử thách được. Nếu thử thách người không có căn cơ, bản lãnh, thì y sẽ sanh phiền não.

  Ở Đài Loan thì khó mà thử thách ai. Bởi vì hầu hết các Ni cô đều xuất thân từ mái nhà ấm cúng của cha mẹ, quen thói nhõng nhẽo. Cho nên đối với họ, chỉ phải dùng toàn phương pháp thế gian mà thôi.

- Đời xưa, có vị Sư Phụ muốn thử coi công phu tu hành của đệ tử. Ngài bảo đệ tử mang ngược dép lại.

  Người có căn cơ, trí tuệ, liền quỳ xuống; thì sư phụ từ bi chỉ dạy. Người ngu si thì quả thật mang dép ngược lại ngay. Còn người không có căn cơ thì lập tức nổi đóa, sinh phiền não; cho rằng sư phụ sai lầm, cố ý làm cho y phiền não.

- Khi người có căn cơ nghe bạn nói về y *(phê bình, chỉ trích, mắng nhiếc)*, thì y biết rằng đó chính là lời sư phụ y đang dạy dỗ; do đó, y biết cầu sám hối.

  Khi người thiếu căn cơ nghe bạn nói về y, thì y lập tức đấu khẩu, hỏi gặng vì sao bạn dám nói động đến y; và rồi y sanh lòng tức tối, phiền não. Y sẽ nghĩ tới mái nhà ấm cúng của cha mẹ y, nào là được ăn ngon, mặc đẹp, lại được đi học..., những tấn tuồng cũ kỹ khiến y sẽ đọa lạc mãi trong luân hồi.

- Hễ việc gì tới mà mình tỉnh ngộ, thấu triệt, thì mình là người có căn cơ. Người không có căn cơ thì việc gì *(trái ý muốn, trái sở thích)* đến với y, y đều sanh phiền não, bực bội.

- Người không có căn cơ thì phiền não cả đống. Dù bạn cố ý giải thích, y cũng không thể hiểu.

  Không trừ phiền não thì chánh niệm *(sự suy tư đúng với chân lý hay Phật lý)* không thể hiện tiền.

CHƯƠNG IX: NHÂN QUẢ VÀ SÁM HỐI

A. Nhân quả

- Chỉ biết ăn uống mà không biết tu hành, thì ăn nhiều vào, khó mà tiêu [nghiệp] được.

- Vì sao con người luân hồi? Bởi vì Thất Tình *(bảy thứ tình cảm hay trạng thái tâm lý)*, Ngũ dục quá nặng nề.

  Khi bị Thất tình và Ngũ dục làm mê hoặc, thì cả ngày người ta chỉ biết truy đuổi tiền tài, sắc đẹp, danh vọng, quyền vị, ăn uống, hưởng thụ và ngủ nghỉ. Phiền não cũng theo đây mà sinh, rồi từ đó tạo đủ thứ nghiệp.

- Đừng cho rằng không có luân hồi. Có! Rất khổ!

  Khi xưa, hai ngài Hàn Sơn và Thập Đắc *(hóa thân của Bồ Tát Văn Thù và Phổ Hiền)* thấy người ta đang làm lễ cưới thì vỗ tay cười lớn, nói rằng: *"Bạn thấy chàng rể cưới bà ngoại của anh ta không? Xem kìa, tụi nó ăn thịt cô, dì của chúng đấy!"*

  Mấy người kia nghe vậy liền mắng hai Ngài rằng: *"Hòa Thượng điên cuồng! Nói bậy!"*

  Nhưng khi Ngài Hàn Sơn kêu tên một con heo, thì con heo ấy chạy tới phía Ngài liền; xác nhận là có luân hồi rồi!

- Những ai thích đẹp đẽ, đi giày cao gót, thì sau này [quả báo của tập khí đó] y tự nhiên sẽ đầu thai làm ngựa, không cần phải mang giày gì cả!

- Một người cứ ăn cho thật no thì đầu óc hôn trầm, cứ muốn ngủ. Hễ ngủ nhiều quá thì sau này [quả báo] làm thân rắn.

- Con trâu tuy làm việc cực nhọc mà nó lại không biết làm sao để thoát khổ. Làm thân trâu là nghiệp báo do kiếp trước làm quan *(công chức, nhân viên nhà nước)* không thanh bạch, không liêm khiết, nên kiếp này phải trả nợ.

  Có một người làm quan, rồi đem tiền của [kiếm được do làm việc bất chánh] trốn ra ngoại quốc. Cuối cùng y phải trả quả báo, đầu thai làm trâu ở Đài Loan này.

  "Một đời làm quan xấu.
  Chín kiếp làm trâu đền nợ."

Con trâu thì có hai sừng, mà cọp cũng phải kiêng sợ. Dần dần một ngày kia con trâu cũng sẽ hiểu biết. Như trâu cày ruộng bây giờ, cũng là giúp đỡ mình vậy.

- Khi ai làm điều gì tốt, thì bạn đồng ý, tán thành với y. Nhưng khi làm không tốt mà bạn cũng tán thành, thì tội bạn sẽ tăng lên gấp bội.

- Phải biết trân quý giấy trắng [có thể viết chữ]. Hễ tờ giấy nào có viết chữ Kinh điển thì đừng vất trong thùng rác; nên đốt nó đi. Đây cũng là một thứ đức hạnh.

- Hãy giữ gìn những chữ viết trên giấy hay trên áo; dù là một chữ nhỏ cũng phải quí giữ nó. Chữ thêu trên áo thì nên cắt ra rồi đốt đi, đừng vất vào thùng rác. Biết quý trọng chữ như vậy thì [quả báo] mới biết đọc chữ. Đó cũng là một đức hạnh vậy.

  Xưa kia, cổ nhân dạy trung, hiếu, lễ, nghĩa, liêm, sỉ; do đó sản sinh ra rất nhiều bậc Thánh. Ngày nay không ai dạy về những đạo đức nhân nghĩa ấy nữa nên thời đại trở nên hỗn loạn. Do đó, đối với các sách Kinh, luận dạy về đạo đức cổ xưa ấy, mình phải biết quý trọng.

- Đồ vật tốt mà bạn không biết sử dụng cho đúng đắn, đàng hoàng *(không biết giữ gìn, bảo trì)*, rồi làm nó hư đi thì đó là lỗi bạn. Bạn phải gánh chịu hậu quả hoặc quả báo.

- Khi xử lý, quyết định thi hành, hoặc tiến hành bất kỳ công việc gì, bạn phải hết sức cẩn thận, bởi vì cái gì cũng có nhân quả. Ví như những thức còn ăn được mà bạn lại vất đi hoặc để cho thiu thối, thì bạn phải chịu quả báo của việc làm ấy. Nhân quả thì không sai chạy mảy may, và không ai có thể chịu dùm quả báo của bạn:

  Việc sanh tử của người nào thì người nấy lo. Cơm ai ăn thì người đó no!

- Có đồ vật tốt thì chớ làm cho nó hư hỏng. *(Đừng cố ý làm hư; đừng lơ là, thiếu cẩn thận, thiếu tinh thần trách nhiệm; hoặc không chịu học hỏi phương cách đúng đắn để sử dụng hay bảo trì; cũng đừng chểnh mảng, bê bối, coi rẻ, chẳng quý trọng tài vật)*.

- Phật, Bồ Tát, La Hán, Trời, Người, A-Tu-La, Địa Ngục, Ngạ Quỷ, Súc Sanh, đều là do người mà ra. Ai tu hành đàng hoàng thì sanh vào đường tốt. Tu bê bối, phạm Ngũ Giới, thì đọa lạc đường ác.

B. Sám hối

- Khó được thân người, khó được nghe Phật Pháp. Nay được thân người, phải gắng tu hành cho đàng hoàng.

  Những vị ở Trời tuy hưởng phước đức, nhưng hễ họ khởi một ý niệm xấu thì sẽ bị đọa lạc. Đối với chúng ta, nếu mình có phạm tội lỗi, chỉ cần thành tâm sám hối thì cũng sẽ được trong sạch như người vô tội vậy. Cõi Người là cõi tu hành tốt nhất: được nghe Phật Pháp, được biết cách làm sao để tu.

- Khi ý niệm xấu khởi lên, nếu bạn chưa nói ra và chưa làm theo nó thì bạn có thể sám hối trong lòng, quyết không tái phạm.

- **Hỏi**: Khó mà giữ ý nghiệp cho thanh tịnh vì thói hư tật xấu tiêm nhiễm, tích tập từ kiếp vô thủy, nay gặp duyên xấu nên tự nhiên hiện khởi. Lúc ý niệm xấu ấy khởi lên, mình tức khắc sám hối, thì có phải chịu quả báo xấu không?

  Đáp: Ý niệm ác chỉ mới nghĩ trong tâm, nếu sám hối liền thì không có quả báo xấu lại. Nếu ý niệm xấu đã thể hiện ra nơi miệng *(khẩu nghiệp),* hoặc mình đã thực hành nó rồi *(thân nghiệp),* thì sẽ phải chịu quả báo. Mỗi giây mỗi phút mình phải có tâm sám hối; có tâm sám hối thì ý niệm lành mới khởi lên được.

- Nói với người tu thì phải xem căn cơ của họ ra sao rồi mới nói.

  Ví như đối với người có căn cơ thì mình nói: *"Phạm tội lỗi rồi, bạn có thể sám hối. Tội do tâm tạo ra, vì vậy hãy thành tâm mà sám hối."* Như thế thì người kia tuy có tội lỗi nhưng y có thể sám hối rồi trở lại thanh tịnh: không còn tái phạm, dụng tâm tu Chánh Đạo.

  Đối với những người không có căn cơ, mình nói thế không ổn. Bởi vì dạy họ như vậy, họ cho rằng cứ việc mặc tình tạo tội lỗi, rồi tâm sám hối là xong ngay. Vì thế họ vĩnh viễn không cách gì thành tâm sửa đổi lỗi lầm được, dù cho họ có sám hối mãi.

- Giới luật có đặt ra trường hợp ngoại lệ, không phải phạm nguyên tắc. Bạn phải học cho kỹ để tránh hiểu lầm.

  Nếu bạn vô ý phạm lỗi thì có thể sám hối. Cố ý phạm lỗi thì không thể sám hối *(Vô ý phạm lỗi là chỉ lúc chưa xuất gia, chưa biết Giới Luật. Cố ý phạm lỗi là chỉ sau khi*

đã xuất gia rồi). Sám hối một thứ tội gì đó không được vượt quá ba lần *(nghĩa là không được tái phạm quá ba lần)*.

- Đối với ý nghiệp thì mình không sợ niệm ác khởi lên; chỉ sợ là mình thức tỉnh, nhận biết nó chậm mà thôi. Do đó, hễ vừa khởi ác niệm thì phải lập tức sám hối ngay.
- Một khi đã phạm lỗi, mình phải luôn nhận rằng: *"Tôi làm lỗi"*; rằng *"Tôi xin sám hối"*; rằng *"Xin bạn hãy dạy tôi."* Đừng sanh phiền não thì mới hết ngã tướng, và không có ý niệm xấu ác dấy khởi.
- Một người càng tu hành bao nhiêu, càng luôn có cảm giác là mình cần phải sám hối bấy nhiêu.
- Cá lớn ăn cá nhỏ. Con người cũng như cá lớn: cái gì cũng ăn, dù là thịt cọp cũng ăn luôn; vì thế nên nghiệp chướng sâu dày. Nếu không khéo thành tâm sám hối, lạy Phật cho nhiều, thì đến lúc Đức Di Lặc hạ sanh ở cõi này, mình cũng không có chút căn lành gì đâu.

  Nếu biết tu hành, lạy Phật nhiều nhiều, cầu nguyện sám hối, rộng trồng căn lành, thì biết đâu tới lúc Đức Di Lặc hạ sanh, mình có thể được làm đệ tử của Ngài.

CHƯƠNG X: LỜI CUỐI

A. Thời đại đã thay đổi rồi!

- Thầy giáo ngày nay và ngày xưa khác nhau xa lắm.

  Thời Hán, thầy giáo thì kính trọng đạo đức, lễ, nghĩa, liêm, sỉ. Thời nay, thầy giáo bản thân không làm xong *(không đủ đức độ)*. Phật học ngày nay cũng kém xa ngày xưa.

- Hồi xưa ai cũng coi trọng lễ, nghĩa, liêm, sỉ; do đó mới có bậc Thánh Nhân xuất hiện.

  Đời nay không ai dạy những điều ấy là giá trị, vì vậy xã hội ngày càng hỗn loạn. Do đó mình phải có thái độ cung kính đối với Kinh điển.

- Ngày xưa có người họa sĩ có thể vẽ hình mặt trời hệt như thật, đến độ người ta có thể đem lúa ra phơi dưới bức tranh! Có người vẽ con chim vô cùng sống động, đến độ nó có thể bay thật sự! Sở dĩ họ làm như thế được là do tu luyện mà ra.

  Người thời nay ai mà vẽ được con chim biết bay thực sự? Ai ai cũng ỷ lại vào kỹ thuật máy móc hoặc hóa học chế biến cả!

- Hiện nay, Phật giáo trên toàn thế giới đại thể thì có hoằng Pháp, truyền bá. Tuy đạo Phật phổ biến như vậy, nhưng lại rất khó tìm được người chân chánh tu hành. Cũng có người sớm đến với Đạo, thiện căn khá tốt; nhưng người xuất gia thì vẫn ít.

- Xưa kia, ở chùa bên Đại Lục *(Trung Hoa)*, việc xuất gia không có dễ dàng đâu! Hễ đi tu là bạn phải làm việc lao động tay chân ở chùa một thời gian *(khổ công như cày ruộng, cuốc đất…)*, rồi sau đó mới được phép làm những việc nhẹ trong chùa.

  Ở Đài Loan, việc xuất gia rất phổ biến, rất bình thường, và phần lớn là căn cứ theo học vấn mà xét việc xuất gia.

- Ở Đại Lục xưa kia, xuất gia là để liễu thoát sanh tử. Do đó tu hành cực khổ, học cái khổ hạnh của Phật, Bồ Tát để tu luyện bản thân. Tại Đại Lục, người xuất gia phải chịu làm việc lao tác cực khổ *(khổ hạnh)* trong ba năm; có chịu cực khổ thì mới giải thoát được.

- Người nay và người xưa khác nhau xa: cổ nhân có Đạo tâm mười phần; người đời nay Đạo tâm chỉ có một phần.

- Người tại gia hay xuất gia đời nay sinh hoạt sung sướng, tốt lắm. Khi cuộc sống quá sung sướng thì sẽ sinh ra nhiều tai nạn. Chấp trước vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, thì bịnh hoạn cũng sẽ nhiều hơn.

- Ăn cơm đạm, mặc áo thô: tu hành là cứ ở đây mà dụng công. Nhưng hiện tại, ai ai cũng nghiên cứu việc ăn ngon, mặc đẹp. Cả ngày bận rộn vì mấy chuyện ấy. Mình nguyện muốn tiêu nghiệp chướng, nay biến thành tiêu hao mất phước huệ; rồi thì nghiệp chướng cũng theo đó mà ùa tới thôi.

- Xưa kia, cơm, canh, rau cải, thật giản dị - cứ việc bỏ hết vào luộc là xong *(gọi là La-hán thái)*. Giờ đây, ai cũng chú ý, kén chọn việc ăn uống đến độ người xuất gia ăn còn ngon hơn cả người thế tục nữa.

- Hồi xưa, ở Đại Lục, các thầy tu ở chùa mặc thì mặc áo vải bố *(thứ vải mặc làm đám tang)* nhuộm thành màu xám; ăn thì ăn cháo lỏng như nước, cộng thêm một chút đồ ăn giản dị; chứ không phải như các bạn bây giờ được ăn cơm trắng, lại có đủ món, nhiều món ăn như vậy.

- Chùa chiền ở Trung Hoa xưa kia, nếu ai để đồ đạc bừa bãi thì chùa đều gom góp, tịch thâu lại, bất kể là của ai. Nếu bạn muốn tìm đồ mình mất thì phải đi hỏi Thầy quản lý.

- Ở chùa bên Trung Hoa khi xưa, khi có ai phạm lỗi lầm, Thầy quản lý không cần phải nói dông dài gì cả, mà chỉ việc viết tên người ấy lên bảng bố cáo; người ấy đọc được là tự động rời chùa ngay.

  Thời nay, Thầy quản lý có tới nói lỗi lầm của bạn [để mời bạn đi], bạn [chẳng những không thèm nghe] lại còn tranh chấp cãi vã với thầy ấy nữa. Thật là sai lệch quá xa.

B. Khai thị ngộ nhập

- Tự mình sanh phiền não, tự mình phải giải mở. Hãy đem lời Sư Phụ khai thị ra áp dụng.

- Sư phụ khai thị nhiều như vậy, giờ đây xem bạn thọ trì ra sao.

- Người biết nghe, khai thị mới có ích. Người không biết nghe, khai thị cũng vô dụng.
- Nghe giảng khai thị, không luận là nghe nhiều hay nghe ít, mà là coi xem nghe vào hay không vào. Nghe vào tâm rồi thì phải biết áp dụng.
- Bạn nghe lời khai thị của sư phụ hay quá. Nhưng hay là sư phụ hay. Vẫn phải cần bạn đem thực hành.
- Các bạn lạy tôi làm Thầy; tôi dạy các bạn Phật Pháp. Khi tôi không còn ở đời, các bạn phải theo thứ Pháp này mà tu hành thì Đạo tâm mới kiên cố, con đường xuất gia mới viên mãn.
- Khi học Phật Pháp, bạn nghe Sư Phụ khai thị cho một câu thì tự mình phải làm sao giác ngộ, lãnh hội được câu ấy. Không phải cần nhiều lời. Khi lời nhiều thì các bạn vẫn còn bị xoay chuyển.
- **Hỏi**: Sau khi Sư Phụ viên tịch, nếu chúng con tưởng nhớ Sư Phụ thì phải làm sao?

  Đáp: *(thầy Truyền Văn nói)*: *"*Chính *Phật tánh của Sư Phụ nói Pháp, khai thị cho chúng ta; chứ không phải là cái thân giả hợp của Ngài. Có nhớ tưởng tới Ngài thì hãy phát tâm dũng mãnh, tinh tấn tu hành"*.

- Lời tôi giảng là nhắm thẳng vào các bạn. Đừng nghĩ rằng tôi nói lỗi xấu của riêng bạn hay của người nào đó, rồi sinh ra phiền não, bực bội. Nếu bạn có lỗi thì hãy tự thừa nhận, sám hối, phản tỉnh, sửa đổi tánh nết, hành vi.
- Cứ thường chấp trước thì dễ sinh phiền não. Bạn có phiền não, rồi lại ảnh hưởng, làm người khác cũng bực bội, rồi cả đại chúng đều sinh loạn. Thế thì làm sao *"thống lý đại chúng"*, làm cho mọi người hoà hợp? Phải sửa mình, tề gia trước, rồi sau mới trị quốc, sửa người được.
- Người có tánh thẳng thắn thì tuy lời nói không êm tai, không dễ nghe cho lắm, nhưng bạn chớ cho là lời xấu ác. Có người ăn nói hay ho lắm, nhưng tâm thì không tốt gì cả. Do đó, bạn phải chú ý, phải hiểu suốt tâm lý nhân tình.
- Nhiều khi người trực tâm lời nói không có ý xấu gì cả, nhưng người nghe thì cong vạy, khúc mắc, xuyên tạc; thậm chí còn cho rằng anh ta suy nghĩ phức tạp lắm nữa.

- Đừng nên nghe người bừa bãi. Đừng nghe bên này nghe bên nọ rồi không biết ai đúng ai sai. Khi tâm bạn không tự làm chủ thì dễ thành tán loạn, dấy vọng tưởng, sinh phiền não.

- Nghe cũng phải biết cách: cần nghe Phật Pháp, đừng nghe chuyện thế tục.

  Nghe Phật Pháp thì được giải thoát, không còn ngã tướng, không còn cái *"tôi"*. Nghe chuyện trần tục tức là có chuyện thị phi, phát sinh ra tướng ngã *(có "tôi", có "anh"; có "đúng", có "sai").* Đó là chủng tử xấu, về sau khó tẩy trừ.

- Lời nói đúng sự thật thì bạn mới nên nghe. Lời không đúng chân lý mà bạn nghe vào thì có thể gieo ảnh hưởng xấu cho người khác, mà tự mình phải gánh chịu quả báo.

- Người biết nghe, thì chỉ một hai lời nói là y hiểu ngay; không cần phải kể lể rườm rà.

  Khi xưa mấy thầy giảng Kinh, họ đều dành lại một phần để người nghe tự tìm hiểu và thể hội. Họ không giảng hết, cũng không kể chuyện cổ tích dài dòng.

- Người có căn cơ, thì bạn nói gì là y nghe ngay. Người không có căn cơ thì khi nghe bạn nói, y liền tán dóc, lép nhép không ngừng.

- Tự mình phải giác ngộ bản lai diện mục của mình. Nghe [giảng khai thị] chỉ là cảnh giới của lục trần mà thôi.

C. Pháp ngữ

- **Hỏi**: Mỗi ngày trì Chú, lạy Phật, lại tu thêm Pháp Hoa Tam Muội, nhưng tâm vẫn còn lăng xăng, tạp nhạp là vì sao?

  Đáp: Mình không tự chủ thì không xong. Chuyên tâm niệm Phật, trì Giới, lạy Phật là đủ.

- Hễ công việc, sự tình càng nhiều thì bạn càng chấp trước, tâm càng không an định. Đừng chấp trước vào cái hay cái tốt của người khác. Người có căn cơ thì khi nhìn điều xấu xa của người, y biết vận dụng [tránh phạm cùng lỗi] để tu tiến bộ hơn. Người không có khả năng thì chỉ sinh thêm phiền não.

- Muốn định tâm, rất khó. Do đó phải tìm cái tâm bất sanh bất diệt, đừng tìm những thứ sanh diệt bên ngoài. Cần tìm cái mà xưa nay tự tánh sẵn có. Tất cả mọi thứ nghe được, thấy được, ở bên ngoài, đều không dính dấp gì tới mình *(chân tánh)* cả.

- Hình tướng người Tỳ Kheo là hình tướng Phật. Hễ thấy thầy Tỳ Kheo tới, bạn nên lập tức chắp tay đón chào, lễ lạy. Không cần phải phân biệt, đánh giá thầy này có tu hành, thầy kia không tu hành.

- Biết tụng niệm, gõ khánh, đánh chuông là việc rất tự nhiên, không cần để tâm học tập. Khi trí tuệ khai mở thì tự nhiên bạn biết làm ngay.

- Trong Tam Giáo *(Nho, Lão, Phật)*, thì Nho giáo dạy đạo đức, lễ, nghĩa, trung, hiếu. Lão giáo tuy cũng dạy tu Đạo, nhưng không dạy Phật lý *(chân lý cứu cánh)*, nên không giải thoát. Cuối cùng chỉ có quy nạp về Phật môn Tịnh Độ, cầu vãng sanh thì mới liễu thoát sanh tử.

- Phật giáo và Lão giáo *(Đạo giáo)* rất khác biệt nhau. Tu đạo Phật là vì liễu sanh tử. Tu đạo Lão là để trường sanh bất lão. Nhưng, dù sống tới trăm ngàn tuổi vẫn không phải cứu cánh, vì không thoát được sanh tử.

  Trong đạo Lão cũng có nhiều người tu rất tinh tấn, chứng được thân La Hán *(như Lã Động Tân, Hán Chung Ly)*; nhưng, thân La Hán của họ không phải cứu cánh. Các vị La Hán bên Phật giáo thì đã đoạn được hai thứ Kiến Hoặc và Tư Hoặc *(Kiến và Tư hoặc là hai thứ si mê của cái nhìn và của tâm tư khiến mình không thấy được Phật tánh. Hai thứ si mê này rất thâm sâu vì được hình thành và nuôi dưỡng từ nhiều đời nhiều kiếp bởi thói quen và chủng tử ô nhiễm lầm lẫn rằng thật có cái "ta" và vạn pháp)*, siêu thoát luân hồi. Bên Đạo giáo, nhiều vị được thân La Hán cũng không phải chết; có khi họ sống trong núi đến hàng trăm năm.

- Chúng ta cốt yếu cần tu để giải thoát sanh tử. Do đó, mình cần phải xả thân, đừng sợ cái thân này cực khổ. Phải nhớ rằng, tu đạo Phật là tu để ba nghiệp *(thân, khẩu, ý)* được thanh tịnh, sáu căn được trong sạch, thoát khỏi cái khổ cả sanh, già, bệnh, chết.

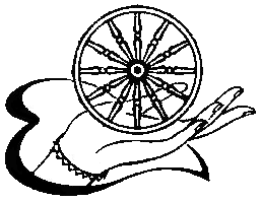
D. Lời của Thầy Truyền Văn

- Đừng chấp trước tốt, xấu. Đừng rớt vào cực đoan *(nhị biên: vui - buồn, hay - dở, đúng - sai...)*. Nếu chấp trước vào chuyện xấu, thì vĩnh viễn bạn sẽ bị tắc nghẽn ở

chỗ ấy, không thể tiến bộ. Ví như bạn có làm lỗi lầm gì, trong tâm cảm thấy rất thống khổ, hối hận; rồi cứ âu sầu mãi, không thể mở rộng tấm lòng. Nếu bạn cứ mãi ôm chặt chuyện dĩ vãng, thì không thể nào an tâm tu hành được.

Mọi việc đều là huyễn *hóa (*như *hình ảnh, cảnh tượng hiện ra trong bọt xà bông),* đều là không thật. Việc đã qua rồi thì thôi. Cứ chấp chặt, ôm ấp mãi thì chỉ phiền não.

- Nguyện thì phát ở trong lòng, không phải đem ra nói. Lòng cần nghị lực, theo nguyện mà làm.
- Gặp cảnh tốt hay xấu, chớ có phản ứng ra ngoài mặt; trong lòng biết là đủ.
- Sư phụ dạy rằng Ngài giống như một cây cầu. Ngài đã đi trước, dựng lên cái cầu để mình đi qua. Ngài không dám tự cho rằng Ngài dạy ai cả. Ngài nói Ngài chỉ kể lại những kinh nghiệm trong quá trình tu hành cho mình nghe, để mình nghiên cứu, học hỏi mà thôi!
- Nếu các bạn noi gương đức hạnh của Sư Phụ *(Hòa Thượng Quảng Khâm)* thì đi đâu cũng yên ổn cả.



Niệm Phật nhiều, đủ, thì trí tuệ sẽ khai phát, sẽ giác ngộ. Đến khi già, mình sẽ không sợ chết vì mình đã có một thế giới Cực Lạc ở Tây phương để tới.

Cao Tăng Quảng Khâm

Sách kính biếu.

This book is strictly for free distribution, it is not for sale.

Phật lịch 2561 (2017)