

## HỎI ĐÁP PHẬT PHÁP

Tâm Diệu biên soạn

### **Hỏi: Đạo Phật là gì?**

Danh từ Đạo Phật "Buddhism" là một danh từ của người phương Tây dùng để gọi một tôn giáo xây dựng trên nền tảng các lời dạy của Đức Phật. Tuy nhiên, tại các quốc gia Nam Á và Đông Nam Á, danh từ thường dùng là "Buddha-Sasana", có nghĩa là lời dạy của Đức Phật, Phật pháp hay Phật Giáo.

Từ Buddha được phiên âm ra tiếng Việt là Bụt hay Phật, không phải là tên riêng. Đó là một quả vị, có nghĩa là người Giác ngộ, người Tỉnh thức, hoặc là người Biết như thật, là người đã hoàn toàn giải thoát, không còn bị sinh tử luân hồi. Tên riêng của Đức Phật là Sĩ-Đạt-Đa Cồ-Đàm (SiddhatthaGotama). Tuy nhiên, ngày nay có rất ít người dùng tên gọi này. Chúng ta thường gọi Ngài là Đức Phật.

Phật giáo bắt nguồn từ Ấn Độ vào hơn hai ngàn năm trăm năm trước, khi Ngài Sĩ-Đạt-Đa Cồ-Đàm, hay Đức Phật, tự mình giác ngộ vào lúc 35 tuổi. Sau khi Ngài Niết Bàn gần hai trăm năm mươi năm thì Phật giáo trở thành tôn giáo mang tính thế giới, do công của vua A Dục đã lập những đoàn truyền giáo mang giáo lý Phật truyền sang Á Châu và một số quốc gia Châu Âu.

### **Hỏi: Đạo Phật có phải là một Tôn giáo không?**

Đối với nhiều người, Phật Giáo không phải chỉ là một tôn giáo mà còn có thể xem như là một triết học, hay đúng hơn là "một lối sống". Gọi Phật Giáo là một triết học, vì danh từ "triết học – philosophy" - bắt nguồn từ hai chữ "philo" nghĩa là "tình thương" và "Sophia" nghĩa là "trí tuệ". Do vậy - triết học, nói gọn là tình thương và trí tuệ. Với ý nghĩa này, không thể không cho rằng Phật Giáo là một triết học được vì Phật Giáo là đạo từ bi và trí tuệ. Tuy nhiên, Phật giáo không thể hoàn toàn được xem như một triết học. Triết học liên quan chính yếu đến sự tìm hiểu biết và không chú trọng đến phần thực hành, trong khi đó Phật Giáo đặc biệt quan tâm đến sự thực hành và chứng ngộ. Có nhiều người cho rằng Phật giáo siêu việt trên cả triết học và tôn giáo.

### **Hỏi: Nếu nói Đạo Phật là một tôn giáo, vậy Đạo Phật có gì khác biệt với các tôn giáo khác không?**

Học giả Smith Huston, trong cuốn The Religions of Man trình bày những tôn giáo lớn của nhân loại, ông nêu ra sáu điểm đặc biệt khác đời của Phật Giáo là: (1) một tôn giáo không quyền lực, (2) một tôn giáo không nghi lễ, (3) một tôn giáo không tính toán, suy lường, (4) một tôn giáo không tập tục truyền thống, (5) một tôn giáo không có khái niệm về quyền tối thượng và ân điển của một đấng Thượng-đế, (6) một tôn giáo không thần bí.

Ông cũng nhắc lại câu chuyện một người hỏi Phật: "Ngài có phải là Thượng Đế không?". Đức Phật trả lời: "Không". "Là một bậc Thánh?". "Không". Là một Thiên Thần?. "Không". "Vậy Ngài là người thế nào?". Đức Phật đáp: "Ta là người đã giác ngộ". Câu trả lời của đức Phật đã trở thành danh hiệu của Ngài, bởi đây là điều đức Phật đã thuyết bày.

### **Hỏi: Đức Phật là người Giác ngộ. Đạo Phật là đạo Giác Ngộ. Vậy Đức Phật giác ngộ cái gì?**

Sau bốn mươi chín ngày thiền định dưới cội bồ đề, Đức Phật đã tự thân chứng nghiệm nguyên lý duyên khởi, thấu rõ mối quan hệ hỗ tương của mọi sự vật hiện tượng, thấy rõ bản thể của nhân sinh vũ trụ. Nguyên lý duyên khởi nói rằng, tất cả hiện hữu trong thế giới bao la mênh mông này, không một hiện hữu nào có thể tồn tại một cách độc lập mà không nương tựa vào nhau. Sự nương tựa và tùy thuộc nhau để hình thành và tồn tại..vv.. là nguyên lý vận hành của vũ trụ nhân sinh này, tương tự như thế đối với hàng hà sa thế giới. [01]

### **Hỏi: Con người bình thường có thể giác ngộ như Ngài được không?**

Đối với Phật Giáo, con người có thể giải thoát khỏi khổ đau, sinh tử luân hồi bằng các nỗ lực tu tập tự thân: làm lành, tránh ác và tự thanh tịnh hoá tâm ý. Bốn chân lý nền tảng của Phật giáo cho rằng mọi khổ đau (Khổ đế) của chúng sinh đều có một hay nhiều nguyên nhân (Tập đế) gây nên, chúng có thể bị giải trừ (Diệt đế) và có con đường để giải trừ khổ đau đó (Đạo đế). Con đường đó chính là con đường giải thoát, là Bát Chánh Đạo trong giáo lý căn bản của nhà Phật. Giáo lý này được qui thành ba bộ môn: Giới, Định và Tuệ. Thực hành Giới và Định là đưa tới trí Tuệ, là giải thoát khỏi sự mê muội, lòng ích kỷ và khổ đau, là đạt tới cảnh giới Niết Bàn.

### **Hỏi: Vậy Niết bàn là gì?**

Niết bàn được xem là mục đích cứu cánh của đạo Phật, chỉ trạng thái tâm thức đã thanh lọc hết mọi vô minh phiền não, sự giải thoát khỏi tất cả mọi khổ đau, sự đoạn diệt hoàn toàn mọi tham ái, sự dập tắt tham sân si. Trạng thái an tịnh tuyệt đối không còn bị bốn tướng sanh lão bệnh tử chi phối nữa. Sự tận diệt tánh tham, sự tận diệt tánh sân và sự tận diệt tánh si là Niết Bàn. [02]

### **Hỏi: Niết bàn ở đâu?**

Niết Bàn có thể chứng nghiệm được ngay trong xác thân này, trong thế giới này, trong cuộc sống hiện tại này, nghĩa là bất cứ trong giây phút nào con người không khởi tâm điên đảo, phân biệt chấp trước đối với cuộc sống, xa lìa được chấp ngã, không còn chấp cái tôi, cái của tôi và cắt đứt được cội nguồn tâm ý tham lam, sân hận và si mê là tâm hồn được thanh thản, tự do, tự tại, thì ngay giây phút đó là an lạc, giải thoát, là Niết bàn.

### **Hỏi: Đức Phật đã dạy những gì?**

Sau sáu năm khổ hạnh và bốn mươi chín ngày tịnh tọa dưới gốc cây bồ đề, Ngài bừng tỉnh, trở thành bậc Giác Ngộ. Từ sự giác ngộ này, Ngài thấu suốt nguyên nhân mọi nỗi thống khổ của kiếp người và phương pháp để chấm dứt nỗi thống khổ đó, đó là Tứ Diệu Đế, tức là bốn chân lý hay bốn sự thật nhiệm màu. Bài giảng về bốn chân lý nhiệm màu có thể xem như là những lời dạy của một vị y sĩ: định bệnh (Khổ đế), xác định nguyên nhân của bệnh (Tập đế), mô tả trạng thái khi lành bệnh (Diệt đế), và cách thức trị bệnh (Đạo đế). Bốn chân lý đó là:

**Sự Thật Về Khổ:** Đây là sự thật về khổ kinh qua các vấn đề của đời sống, qua sinh, già, bệnh, chết, mong ước mà không được toại nguyện, thương yêu nhau mà phải chia lìa nhau, ghét nhau mà cứ phải gặp nhau và thân tâm thay đổi bất thường. Dù chúng ta có chối bỏ đến đâu đi nữa, thân này rồi một ngày sẽ già nua, bệnh hoạn và chết đi. Dù ta có tìm quên lãng trong những thú vui bao nhiêu đi chăng nữa, thì sự có mặt của tham luyến, giận hờn, thù ghét, lo âu, bối rối và căng thẳng vẫn còn tồn tại.

**Sự Thật Về Tập:** Còn gọi là nguyên nhân của khổ. Cái gì đã trói buộc chúng ta vào vòng bánh xe khổ lụy? Đức Phật thấy rằng sự trói buộc ấy nằm ngay trong tâm của mỗi người chúng ta, chúng ta bị trói buộc vì lòng ái dục, cố chấp vào quan điểm và ý kiến của mình, mê tín tin rằng những lễ nghi, hình thức bên ngoài có khả năng diệt được khổ đau, và nhất là cố chấp vào một cái tôi thường hằng, bất biến. Chúng ta lăn theo bánh xe khổ đau vì ta đeo theo nó, và chúng ta đeo theo nó cũng chỉ vì vô minh của mình.

**Sự Thật Về Dứt Khổ:** Sự thật thứ ba là kết quả sau khi con người đã diệt trừ và chấm dứt được ái dục, nguồn gốc của mọi khổ đau. Đó gọi là sự thật về sự chấm dứt khổ, là Niết Bàn. Nếu ai giải thoát được mọi trói buộc đau khổ bằng cách không khởi tâm điên đảo, phân biệt chấp trước đối với cuộc sống, thì người đó sẽ đạt được Niết Bàn ngay trong cuộc sống này.

**Sự Thật Về Con Đường Dứt Khổ:** Sự thật thứ tư này là con đường trực tiếp đưa đến sự giải thoát, chấm dứt khổ đau. Con đường này thường được diễn tả là Bát chánh đạo, tức tám con đường chân chính hay còn gọi là tám bước nhiệm màu dẫn đến an lạc hạnh phúc. Đây không phải là con đường quá khích, sung sướng hay khổ hạnh, cũng không phải là con đường của sự chìm đắm trong sắc dục. Đây chính là con đường trung đạo. Còn đường của sự tỉnh thức. Tám bước nhiệm màu là lời

Đức Phật dạy về cách thức tu tập để Phật tử nương theo mà hành trì, ngõ hầu kết thúc được mọi nỗi thống khổ, đạt được trạng thái tâm an lạc. Gom chung tám bước này thành ba bộ môn tu tập, gọi là Tam Học, tức là ba môn học chung cho mọi người tu Phật là: Giới học, gồm có: Chính ngữ, Chính nghiệp và Chính mệnh. Định học, gồm có: Chính tinh tấn, Chính niệm và Chính định. Tuệ học, gồm có: Chính kiến và Chính tư duy.

Nói tóm lại, Sự thật về khổ phải được ý thức rõ ràng. Sự thật về nguyên nhân của khổ phải được thấu hiểu. Chân lý về sự chấm dứt khổ phải được kinh nghiệm. Và con đường để chấm dứt khổ đau ấy phải được bước đi bởi mỗi người trong chúng ta. Đức Phật đã giác ngộ giải thoát và Ngài đã vẽ lại con đường đó để chúng ta đi theo. Ngài không giúp chúng ta hết khổ đau được, Ngài chỉ cho chúng ta thấy một con đường để đi tới. Không có một công thức huyền bí nào có thể đem ta ra khỏi những khổ đau này. Mỗi người chúng ta phải tự thanh lọc tâm mình, bởi vì chỉ có những ái dục trong tâm mới có khả năng trói buộc được ta mà thôi. Trong suốt 49 năm hoàng pháp Đức Phật đã giảng dạy rất nhiều đề tài, nhưng các điều căn bản trong Phật Giáo có thể tóm tắt trong Tứ Diệu Đế và Bát Chánh Đạo như trên.

**Hỏi: Xin tóm lược con đường tu tập của một người Phật tử.**

Giáo lý của nhà Phật có thể tóm gọn trong ba mục tiêu tu hành như sau:

Thứ nhất là chấm dứt làm các việc xấu, ác.

Thứ hai là siêng năng làm các việc lành, thiện.

Thứ ba là nỗ lực thực hành các pháp môn tu tập để cho tâm thức được đạt tới cảnh giới thanh tịnh tịch tĩnh.

Chấm dứt làm các việc xấu ác và siêng làm các việc tốt lành là mục tiêu của các tôn giáo và luôn cả các nền giáo dục của các quốc gia trên trên giới. Duy có sự phân biệt thế nào là xấu ác và thế nào là tốt lành thì các tôn giáo và các quốc gia trên thế giới lại có một số ý kiến khác nhau, tùy theo các nền văn hóa khác nhau, có những điều mà ở thời buổi này, tôn giáo này, xã hội này cho là điều lành thì ở thời buổi khác, tôn giáo khác và xã hội khác lại cho là điều xấu ác. Cho nên định nghĩa tốt xấu trong thế gian cũng chỉ là tương đối.

Theo quan điểm của nhà Phật thì nội dung của Năm Giới cấm đã phân biệt rõ ràng thế nào là tốt lành và xấu ác. Giữ gìn không vi phạm, sống một cuộc đời chân thật, không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không bị mê muội vì các chất men say và cần sa, ma túy, không điếu ngoa dối trá, nói lời thù dật, nói lời thô tục, chửi mắng người khác, v.v... là đã tránh được vấn đề làm điều xấu ác.

Trong bản kinh ngắn khi đức Phật dạy các hoàng tử Kalama, Ngài đã định nghĩa rõ ràng về những điều gì là điều lành (thiện) và những điều gì là điều không lành (bất thiện), như sau:

*"Hành động gì có hại cho mình, có hại cho người, có hại cho cả hai, bị người trí chỉ trích, nếu chấp nhận và thực hiện sẽ đem lại tâm khổ sở, tâm ưu phiền, hành động như vậy là hành động bất thiện, và chúng ta phải loại bỏ hành động ấy.*

*Hành động gì không có hại cho mình, không có hại cho người, không có hại cho cả hai, được người trí tán thán, nếu chấp nhận và thực hiện sẽ đem lại tâm an lạc, tâm hoan hỷ. Hành động như vậy là hành động thiện và chúng ta phải thực hành". [03]*

Như thế, đối với đạo Phật, có thể nói, tiêu chuẩn để xác định lành thiện hay xấu ác căn cứ vào hai yếu tố là hạnh phúc và khổ đau. Hành động đem lại hạnh phúc cho chúng sinh là lành thiện và hành động gây khổ đau cho chúng sinh là xấu ác. Việc làm nào có lợi ích cho mình và cho người là lành thiện. Trái lại, nếu chỉ đem lại hạnh phúc cho cá nhân mình mà gây khổ đau cho chúng sinh khác là xấu ác.

Tu là chuyển nghiệp, chuyển từ những hành động xấu ác tạo ra nghiệp xấu sang qua hành động lành thiện tạo ra nghiệp lành. Giai đoạn tu hành này có mục tiêu đào tạo nên những con người tốt lành để

cùng sống chung với mọi người trong gia đình, xã hội, ngõ hầu cùng nhau xây dựng nếp sống lành mạnh trong một thế giới an vui, hòa bình, ổn định của đời sống tương đối tại thế gian.

Con đường tu tập của đạo Phật không dừng lại ở đây. Điều cốt tủy mà đức Phật muốn trao truyền lại cho chúng ta nằm ở giai đoạn thứ ba, giai đoạn "**Tự tịnh kỳ ý**", tự mình thanh lọc tâm ý cho nó hoàn toàn tịch tịnh, trong sáng, vượt lên phạm trù đối đãi thiện ác, có không,.. vượt ra khỏi vòng luân hồi quanh co trong sáu nẻo nơi tam giới.

Trong kinh Pháp Cú, đức Phật dạy chúng ta phải vượt lên phạm trù đối đãi thiện ác như:

"Người sống ở đời này  
Không nhiễm cả thiện ác  
Không sầu, sạch không bụi  
Ta gọi [là] Bà La Môn."  
Ai vượt qua thiện ác  
Chuyên sống đời Phạm Hạnh  
Sống thâm sát ở đời  
Mới xứng danh Tỳ Kheo". [04]

### **Hỏi: Tại sao phải vượt lên trên cả Thiện và Ác?**

Tại vì hành động thiện tạo ra thiện nghiệp, hành động ác tạo ra ác nghiệp, cả hai đều gây nhân tái sinh để hưởng phước báo tốt hoặc chịu quả báo xấu, cũng như sợi dây xích dù có bằng vàng thì cũng trói buộc chúng ta mà thôi. Còn có hành động, dù là hành động ác hay hành động thiện, thì vọng tâm còn bay nhảy, dòng suy nghĩ còn miên man không dừng, vòng luân hồi còn tùy theo nghiệp thiện ác mà trôi lăn miên viễn.

### **Hỏi: Cái gì là cốt tủy của đạo Phật?**

Trong một bài giảng pháp, Tỳ kheo Buddhadasa đã nói: "Để nói cái gì là cốt tủy của Phật Pháp, tôi muốn đưa ra câu nói ngắn, "**Đừng để dính mắc vào bất cứ gì cả.**" ("**Nothing whatsoever should be clung to**"). Có một đoạn trong Trung Bộ Kinh, khi một người tới tìm Đức Phật và hỏi ngài là ngài có thể tóm gọn giáo pháp của ngài vào một câu, và nếu có thể, thì đó là câu gì. Đức Phật trả lời rằng ngài có thể, "**Sabba dhamma nalam abhinivesaya**." Các từ "Sabbe dhamm" có nghĩa là "mọi thứ, mọi vật, mọi pháp," còn "nalam" nghĩa là "không nên để," và "abhinivesaya" nghĩa là "bị dính mắc vào." Đừng để dính mắc vào bất cứ gì cả. Rồi Phật nhấn mạnh điểm này bằng cách nói rằng bất kỳ ai đã nghe câu này là đã nghe toàn bộ Phật Pháp, bất kỳ ai lấy câu này mà tu tập thì đã tu tập tất cả Phật Pháp, và bất kỳ ai đã nhận được quả của pháp tu tập điểm này thì đã nhận được toàn bộ quả của Phật Pháp". [05]

### **Hỏi: Vậy, tu tập như thế nào để đừng để dính mắc vào bất cứ gì cả**

Bởi vì dính mắc vào bất cứ gì đều là sự trói buộc và đem lại đau khổ. Đức Phật là người chẳng hề dính mắc vào bất cứ gì. Ngài chỉ dạy sự thực hành **buông xả**. Tăng đoàn của Ngài từ thời xưa cho đến thời nay đều thực hành sự chẳng để dính mắc. Để thực hành điều này, Ngài chỉ dạy như sau: "**Khi mắt thấy một vật, chỉ thấy vật ấy. Khi tai nghe một tiếng, chỉ nghe tiếng ấy. Khi mũi ngửi một mùi, chỉ ngửi mùi ấy. Khi lưỡi nếm món gì, chỉ nếm món đó. Khi có cảm xúc trên da hay trên thân, chỉ biết đến cảm xúc ấy. Và khi một ý nghĩ, một đối tượng tâm linh, khởi lên trong tâm, như một tư tưởng xấu chẳng hạn, chỉ biết tư tưởng ấy.**"

Điều này có nghĩa là không nên để cho tư tưởng phân biệt xấu, tốt, ưa thích hay ghét bỏ sanh khởi. Ưa thích cái gì có nghĩa là ham muốn cái ấy, không ưa thích cái gì có nghĩa là ghét bỏ cái ấy. Ham muốn hay ghét bỏ đều là ô nhiễm phát sinh từ tham, sân và si. Không để các ô nhiễm này trong tâm dấy lên, tức là không dính mắc. Không khai sinh thêm "người thương" hay "kẻ ghét" đấy là không dính mắc. Thực hành được điều này sẽ mang lại an lạc và hạnh phúc.

Đây là một pháp hành rất gọn và thẳng tắp, được cho là tuyệt hảo. Nếu còn dính mắc, ngay cả vào điều lành, ngay cả vào ý niệm "đừng dính mắc" này là trong tâm sẽ dấy lên tư tưởng nhiễm ô và tâm

liền trở nên bất tịnh. Dính mắc vào bất cứ gì là mang gánh nặng trên mình. Dù gánh bên vai hay đội trên đầu một bao vàng bạc kim cương đá quý cũng nặng y như đang vác một bao cát đá. Vậy thì, theo lời Phật dạy, đừng mang cát đá, cũng đừng mang vàng bạc. Hãy buông chúng xuống. Đừng để bất cứ vật gì dù nặng hay nhẹ trên đầu (đầu, ở đây, có nghĩa là tâm thức). **Hãy vô sở trụ.** Thanh lọc tâm ý cũng chính là nghĩa đó. **Thứ nhất tránh việc ác, thứ hai siêng làm lành, còn thứ ba là thanh lọc tâm ý, đó là lời dạy của chư Phật.**

### **Hỏi: Làm sao để trở thành một Phật tử?**

Trong kinh Tăng Chi, đức Phật dạy: "*Ai nguyện nương tựa Phật, Pháp, Tăng, thì người ấy được gọi là Phật tử*". Nguyên văn lời nguyện thành một Phật tử là:

Buddham saranam gacchāmi, (Con nay đi theo Phật)  
Dhammam saranam gacchāmi, (Con nay đi theo Pháp)  
Sangham saranam gacchāmi, (Con nay đi theo Tăng)  
(Saranam = sự che chở, chỗ ẩn trú, ngôi nhà ở, nơi nương tựa)

**Đi theo Phật** là đi theo con đường mà Phật đã đi qua và đã giảng dạy lại cho đời. Ngài đã chứng kiến nỗi khổ của sinh, già, bệnh, chết và đã từ bỏ đời sống thế tục để tu tập và chứng ngộ sự thật của duyên khởi-vô ngã.

**Đi theo Pháp** hay thực hành Pháp là thực hành Bốn Chân Lý Nhiệm Mầu tức Tứ diệu đế, thực hành Giới, Định, Tuệ, là đi ra khỏi dục vọng hay đi vào sự ly dục để thoát khỏi khổ đau.

**Đi theo Tăng** là đoàn thể sống theo tinh thần lục hòa (thân hòa đồng trú, khẩu hòa vô tránh, ý hòa đồng duyệt, lợi hòa đồng quân, giới hòa đồng tu và kiến hòa đồng giải) và đang tích cực thực hành Pháp ly dục.

### **Hỏi: Đó là lời dạy của Đức Phật nhưng tôi muốn chính thức là một Phật tử, một Phật tử đúng nghĩa, thì tôi phải làm những việc gì?**

Vì đạo Phật chủ yếu là tự nguyện chuyển tâm nên không có sự áp đặt và lôi kéo. Người từ đạo khác chuyển qua đạo Phật thường là do nghiên cứu kinh sách Phật giáo, hiểu được cái tinh hoa thâm thúy của đạo Phật mà quay về đường Giác.

Người Phật tử đúng nghĩa là người có tham dự một lễ truyền thọ Tam Quy là Quy y Phật, Quy Y Pháp và Quy Y Tăng, gọi là Quy Y Tam Bảo. Quy y nghĩa là trở về và nương tựa, nhưng chúng ta trở về đâu và nương tựa cái gì? Chúng ta trở về với Phật giáo và nương tựa vào Tam Bảo, Phật, Pháp, và Tăng. Sau lễ quy y, người Phật tử được thầy truyền thọ Tam Quy đặt cho một pháp danh (Dharma name). Pháp danh này là biểu tượng chính thức của người Phật tử, nói lên sự chấp nhận nương tựa vào Tam Bảo về mặt tinh thần.

Quy y như thế có nghĩa là hoan hỷ chấp nhận sự hướng dẫn của Phật Bảo, Pháp Bảo và Tăng Bảo. Phật Bảo là chư Phật, Pháp Bảo là giáo pháp, cụ thể là Tam Tạng Kinh Điển, Tăng Bảo là Tăng đoàn, đoàn thể của những người đã ly gia cắt ái, đang tu hành thanh tịnh, đại diện Chư Hiền Thánh Tăng cả ba thời để hướng dẫn Phật tử trên con đường đến bờ Giác. Khi quy y Tam Bảo là chúng ta quy y Chư Phật, Chư Pháp và Chư Tăng. Thật ra, Đức Phật không nói chúng ta quy y là phải quy y với Phật, mà Ngài dạy chúng ta quy y là quy y với tự tính giác của mình. Giác là Phật Bảo, Phật có nghĩa là giác ngộ, quy y Phật là quy y với bậc giác ngộ. Như thế quy y Tam Bảo chính là Quy Y Tự Tính Tam Bảo [06], tức là quay về tự tính giác ngộ sẵn có của chính mình: Phật tức là Giác, Pháp tức là Chính, Tăng tức là Tịnh.

*"Tự tâm quy y Giác thì tà mê chẳng sanh, thiếu dục tri túc, hay là tài sắc, gọi là Lương Túc Tôn.*

*"Tự tâm quy y Chính, niệm niệm chẳng tà kiến, vì chẳng tà kiến nên chẳng có nhân ngã, cống cao, tham ái, chấp trước, gọi là Ly Dục Tôn.*

*"Tự tâm quy y Tịnh, tự tính đối với tất cả cảnh giới trần lao ái dục đều chẳng nhiễm trước, gọi là Chúng Trung Tôn..."[07]*

**Quy y Phật Bảo** là quay lưng với trạng thái tâm vô minh và nương tựa vào tâm giác ngộ. **Quy y Pháp Bảo** là quay lưng với trạng thái tâm tà kiến và nương tựa vào chính tri chính kiến, có nghĩa là nương tựa vào giáo nghĩa trong kinh điển để tự thực hành thanh tịnh hoá tâm ý, tức sửa đổi những hành vi thân, khẩu, ý sai lầm. **Quy y Tăng Bảo**, tức là thoát ra khỏi tâm nhiễm ô và bất hoà để nương tựa vào tâm thanh tịnh và sáu hoà hợp (six principles of harmony) của một đoàn thể Tăng. Vì thế, điều kiện cơ bản của người học Phật, là phải quay đầu với si mê tà kiến mà trở về nương tựa nơi Giác, Chính và Tịnh. Đó chính là quy y với tự tánh Tam bảo.

Nơi nương tựa thực sự là Pháp, vì nhờ sự nhận thức về Pháp, người Phật tử sẽ trở nên tự do và được giải thoát khỏi đau khổ. Pháp gồm có sự chấm dứt đau khổ và con đường đi tới sự chấm dứt.

**Hỏi: Đã được truyền thọ Tam Quy để trở thành Phật tử vậy có cần thiết phải thọ giới không?**

Ngoài Quy Y Tam Bảo, mỗi người Phật tử cũng cần phải biết và cố gắng tiến tới thọ từ một tới cả Năm Giới của giới Phật tử tại gia, đó là: (1) không sát sinh, (2) không trộm cắp, (3) không tà dâm, (4) không nói dối, nói vu cáo, nói thêm bớt thêu dệt, nói lời xấu ác, (5) không dùng các chất say làm mê mờ trí tuệ.

Kinh Phật nói: "*Giới như đất bằng, muôn điều lành từ đó sanh. Giới như thuốc hay, chữa lành các bệnh. Giới như hòn ngọc sáng, hay phá mờ tăm tối. Giới như chiếc thuyền, hay đưa người qua biển. Giới như chuỗi anh lạc, trang nghiêm pháp thân*". Cho nên việc thọ giới là điều cần thiết. Nếu nhận thấy giữ được giới nào thì xin thọ giới đó. Tuy nhiên, vì đạo Phật là đạo tâm, hứa thọ giới thì phải giữ lời hứa. Cũng vì thế mà nhà Phật không áp đặt các em còn nhỏ tuổi phải quy y và thọ giới, vì các em chưa đủ trí khôn để nhận thức được tầm quan trọng của lời hứa, mà người thọ Giới phải trưởng thành, đã biết suy nghĩ chín chắn, thì mới có thể giữ Giới mà không vi phạm.

**Hỏi: Đã được truyền thọ Tam Quy và Năm giới vậy có phải ăn chay không?**

Người mới học Phật không nhất thiết là phải ăn chay. Tuy nhiên, các nghiên cứu khoa học cho biết việc ăn uống có quan hệ và ảnh hưởng đến tâm vật lý con người. Họ cho rằng ăn chay rất tốt cho sức khoẻ cả thân thể lẫn tánh tình.

Đối với đạo Phật, ăn chay có ba lợi ích. **Một là nuôi dưỡng tâm từ bi.** Dù là một con vật, nó cũng có cha, có mẹ như chúng ta, sao ta có thể nở lòng cướp đi sự sống của nó mà nuôi dưỡng sự sống cho mình. **Thứ hai là tránh quả báo do không tạo nhân giết hại chúng sinh** vì nhân quả đều đi theo như bóng theo hình. **Thứ ba là nuôi dưỡng tâm bình đẳng.** Đức Phật dạy chúng ta không những không sát hại mà còn khuyên chúng ta nên tôn trọng và bảo vệ loài vật vì chúng cũng đồng thể tánh, chúng cũng có quyền sống, có quyền được chia sẻ một phần môi sinh trên trái đất, nơi mà con người đang ở.

Trong một buổi giảng pháp, Hoà Thượng Thích Trí Tịnh, khi được hỏi về vấn đề này đã giảng rất cụ thể rằng: "*Đại chúng nên biết, nếu muốn có thịt để ăn, thì phải sát sanh. Không tự giết thì cũng bảo người giết, cho nên ăn thịt là nguyên nhân cho sự sát hại sanh mạng của các loài vật. Tất cả các thứ thịt, không luận là thịt gì, từ thịt heo, bò cho đến tôm ốc v.v... thuộc về loài thịt của chúng sanh đều không được ăn*".[08]

Như vậy, người Phật tử đã quy y và thọ năm giới **được khuyến khích là nên ăn chay.** Nhưng nếu có gặp trở ngại trong gia đạo hay vì một hoàn cảnh đặc biệt khó khăn nào đó mà không ăn chay trường được cũng nên tập ăn chay một tháng hai lần hoặc bốn lần. Thế nhưng, **không được tự mình sát sinh hay là yêu cầu người khác sát sinh.**

**Hỏi: Xin cho biết tiến trình tu tập của người Phật tử**

Tất cả ngàn kinh muôn luận của nhà Phật đều cùng có một mục tiêu khuyên nhủ người đời: Không làm các điều ác. Siêng làm các điều lành. Tự thanh tịnh hoá tâm ý, chấm dứt sự chạy nhảy liên miên của ý thức. (Chư ác mạc tác, Chúng thiện phụng hành, Tự tịnh kỳ ý).

Không làm các điều ác và siêng làm các điều lành là mục tiêu chung của hầu hết các tôn giáo và các bài học công dân giáo dục của các nước trên thế giới. **Duy có điều thứ ba, tự thanh tịnh hoá tâm ý, chấm dứt sự suy nghĩ miên man của ý thức, là cốt tủy của đạo Phật, là mục tiêu tối thượng của hành giả tu Phật.** Giai đoạn này thường chỉ dành riêng cho những người quyết tâm tu hành để giải thoát, chấm dứt vòng luân hồi ngay trong kiếp sống hiện tại. Đó là những vị Sư cất áy ly gia hay có thể là bất cứ ai tự mình tới những nơi thanh vắng, xa lánh sự ồn ào náo nhiệt của thế nhân. Các vị này ẩn tu như vậy nhiều khi hàng chục năm ròng rã, rất ít tiếp xúc với người đời.

Ngoài ra, cũng có những khóa tu theo phương pháp này, nhưng chỉ kéo dài khoảng một vài tuần, để thiền giả tập cho quen dần với nếp sống xuất gia, sống trong chính niệm, tỉnh thức, không để cho tâm đui theo tư tưởng lưu chuyển. Đây là những khóa tu ngắn hạn, hay còn gọi là những khóa tĩnh tâm (retreat) dành cho những người bận rộn với đời sống có cơ hội thư giãn tâm trí. (xem chương 12 để biết một số trung tâm tu học)

Giáo lý nhà Phật quy ra thành năm bước đường tu tập như sau:

**Thứ nhất - Nhân Thừa:** là bước đầu, để chuyển hóa từ người xấu trở thành người tốt. Người tu Nhân Thừa phải thọ Tam Quy Y (là ba nơi nương tựa về tinh thần tức Phật, Pháp và Tăng), và giữ gìn Năm Giới Cấm. (1) Cấm sát sinh (2) Cấm trộm cắp (3) Cấm tà dâm (4) Cấm nói dối trá, cấm nói những lời độc ác (5) Cấm uống rượu và những chất làm cho say sưa, mất lý trí.

**Thứ hai - Thiên Thừa:** là bước tu tập cao hơn, phải thực hành mười điều thiện: (1) Không giết hại chúng sinh mà phóng sinh, đồng thời không ăn thịt để tránh gián tiếp làm cho chúng sinh phải chết. (2) Không trộm cắp mà còn đem của cải của mình bố thí cho người nghèo khổ. (3) Không dâm dăng, trụ lạc. (4) Không dối trá (5) Không thêu dệt, bịa chuyện, đặt điều, chỉ nói đúng những điều có thật. (6) Không nói những lời độc ác, thô tục, lăng mạ người khác. (7) Không thêu dệt để gây mâu thuẫn giữa những người khác. (8) Không tham lam mà sống trong sự tri túc (biết đủ) (9) Không giận dữ mà luôn luôn hoà nhã, bình tĩnh (10) Không si mê mà hành động hợp đạo lý.

Hai giai đoạn tu theo Nhân Thừa và Thiên Thừa kể trên có mục đích chuyển hóa dòng nghiệp lực, sẽ được hưởng thiện báo trong thế giới tương đối.

**Thứ ba - Thanh Văn Thừa:** là những người thấu hiểu giáo lý nhà Phật qua sự lãnh hội được ý nghĩa của Tứ Diệu Đế, nghĩa là Bốn Chân Lý Cao Quý, do đức Phật thuyết. Hành giả thành công trong giai đoạn tu tập này chứng được cảnh giới Niết Bàn tịch tĩnh.

**Thứ tư - Duyên Giác Thừa,** là hành giả tự tu theo phương pháp quán chiếu Thập Nhị Nhân Duyên, là mười hai giai đoạn liên hệ với nhau mà sinh khởi trong dòng sinh mệnh mà khởi đầu là Vô Minh. Do quán chiếu sâu xa, cuối cùng hành giả bừng tỉnh, Ngộ ra rằng tất cả thế giới hiện tượng này chỉ tồn tại tương đối, do tương tác với nhau, bản chất của nó là Không, là Vô Ngã. Từ sự giác ngộ này, hành giả chấm dứt được những suy tư mê lầm về một thế giới tưởng như là có thật, buông xả được những dính mắc vào cái xưa nay vẫn cho là Tự Ngã, giải thoát khỏi tham sân và si, chứng được cảnh giới Niết Bàn tịch tĩnh.

**Thứ năm - Bồ Tát Thừa,** cũng là những người tu với mục đích giải thoát nhưng khác với Thanh Văn và Duyên Giác Thừa. Hành giả Thanh Văn và Duyên Giác Thừa thì mục tiêu là đạt được cảnh giới tâm Niết Bàn tịch tĩnh. Hành giả Bồ Tát Thừa có nhận thức rằng tất cả chúng sinh và bản thân mình vốn đồng Thể Tánh, cho nên hành giả Bồ Tát Thừa lập hạnh nguyện tu hành để mình giác ngộ, nhưng không an trú trong cảnh giới Niết Bàn tịch tĩnh, mà tiếp tục vì Nguyện Lực mà trở lại thế gian để cứu độ tất cả chúng sinh, vốn đồng Thể với mình, gọi là Đồng Thể Đại Bi. Bồ Tát Thừa đi trên con đường Lục Độ Ba La Mật, tiếng Phạn là paramita, nghĩa là rốt ráo, qua luôn. Tất cả những pháp môn tu như Bồ Thí, Trì Giới, Nhẫn Nhục, Tinh Tấn, Thiền Định và Trí Tuệ đều được người tu theo hạnh nguyện Bồ Tát hành trì với tâm nguyện Tam Luân Thể Không, có nghĩa làm xong là buông xả ngay, không còn vướng trong tâm, thí dụ Bồ Thí Ba La Mật thì người bố thí không thấy rằng có mình đang

bồ thí (sợ sinh tâm kiêu ngạo), không thấy có vật bồ thí là nhiều hay ít (sợ sinh tâm khoe khoang) và không thấy có người nhận của bồ thí (sợ sinh tâm ơn nghĩa).

Tóm lại, nhà Phật có tới bốn vạn tám ngàn pháp môn tu, để tương ứng với rất nhiều tâm thức, căn cơ khác nhau. Không phải là tất cả mọi người đều có thể vào nơi vắng vẻ tu giải thoát. Trên con đường tu tập để đến đích, có những bước gần gũi, thiết thực với đời sống hằng ngày hơn. **Con đường Bồ Tát Đạo là cánh cửa để những người có tấm lòng vị tha hành đạo.** Vua A Dục bên xứ Ấn hay các vị vua đời Lý, Trần của Việt Nam khi xưa trong khi vẫn đang làm vua mà vẫn hành đạo tuyệt vời. Rất nhiều công trình hộ pháp của nhà vua còn được tuyên dương cho tới ngày nay. Vua Lương Võ Đế, thái tử Lương Chiêu Minh bên Trung Hoa và vua Trần Nhân Tông Việt Nam cũng là những bậc hộ pháp tận tụy và thâm hiểu kinh điển. Nhà Phật tin rằng có rất nhiều vị Bồ Tát đã chứng đạo, nhưng vì lập hạnh nguyện Đại Bi, các vị ấy xuất hiện trong thế giới tương đối này, làm đủ mọi ngành nghề, hoặc sinh sống trong những môi trường khó khăn, để hóa độ và giúp đỡ chúng sinh.

Đức Phật cũng có những kinh dạy Phật tử trong đời sống hằng ngày, vừa sinh sống trong gia đình với cha mẹ con cái, vừa thực hành giáo pháp. Do thực hành Bát Chánh Đạo, người Phật tử làm ăn buôn bán chăm chỉ, có một đời sống lành mạnh sung túc, dành bớt tiền của ra làm những việc tốt đẹp như ấn tống kinh sách để hoằng truyền, hộ trì chánh pháp là pháp thí, cúng dường tam bảo, giúp đỡ mọi người, là tài thí.

**Hỏi: Một người đang theo tôn giáo khác, nếu muốn học Phật pháp thì có gì trở ngại hay không?**

Bất cứ ai, dù đang theo tôn giáo nào hoặc không theo tôn giáo nào, mà muốn học Phật pháp, đều không có gì trở ngại cả. Phật giáo không phải là một tôn giáo mê tín, mà là một hệ thống giáo dục dựa trên quy luật nhân quả để chuyển hóa con người từ xấu thành tốt, “không làm điều xấu ác, siêng làm điều tốt lành”. Sau giai đoạn chuyển xấu thành tốt, con người trở nên hoàn thiện, thì sẽ có những thiện quả tạo thành duyên lành cho đương sự bước vào bước tu tập thứ ba là “tự thanh tịnh tâm ý”, hoàn toàn rũ bỏ tham sân si, chuyển từ mê làm sang giác ngộ, tỉnh thức, giải thoát khỏi vòng sinh tử, luân hồi.

Nhà Phật hoan hỷ đón chào bất cứ ai muốn tìm hiểu Phật pháp và nghiên cứu Tam Tạng kinh, luật, luận, trong kho tàng kinh điển của đạo Phật. Có nhiều học giả thâm hiểu giáo lý nhà Phật, - trong số đó có những người Tây Phương, - viết sách luận giải về đạo Phật, là những người thuộc các tôn giáo khác, không phải là Phật tử. Nhiều kinh sách nhà Phật đã được dịch ra tiếng Anh bởi những học giả vốn là tín đồ các tôn giáo khác, đọc kinh sách Phật giáo vì tò mò muốn biết. Nhưng sau khi nghiên cứu sâu vào tư tưởng nhà Phật, họ cảm nhận được tinh thần khai phóng, từ bi, bình đẳng, nên trong lòng họ có sự chuyển hóa, tăng trưởng thiện cảm đối với đạo Phật và trở thành những tu sĩ đáng kính, có công lớn trong việc hoằng truyền Phật pháp tại các quốc gia Tây Phương.

**Hỏi: Muốn tu tập theo Phật giáo, có cần phải bỏ tôn giáo của mình, chuyển qua đạo Phật không?**

Điểm son của đạo Phật là tinh thần tôn trọng đời sống nội tâm và sinh mệnh muôn loài. Tôn giáo, tín ngưỡng, là vấn đề rất tế nhị, có những ràng buộc tình cảm sâu xa đối với quá khứ và thân quyến của đương sự. Cho nên người Phật tử không thuyết phục người khác bỏ tôn giáo của họ để theo đạo Phật.

Đức Phật là bậc Giác Ngộ. Đạo Phật là đạo Giác Ngộ. Giác thì không mê, cho nên người Phật tử không muốn ai bước vào đạo Phật bằng con đường mê tín. Những người từ đạo khác chuyển qua đạo Phật, phần lớn là do họ nghiên cứu kinh điển thâm sâu, hiểu được phần cốt tủy, tự ý đi tìm các vị tu sĩ để làm thủ tục gia nhập cộng đồng Phật tử. Cũng có những trường hợp không cần thủ tục gì cả, người muốn thực hiện những bước tu tập của đạo Phật cứ tự nhiên y theo lời dạy của đức Thế Tôn: “Không làm điều xấu ác, siêng làm điều thiện lành và tự thanh tịnh hóa tâm”, không để cho tâm bị dính mắc vào bất cứ một giáo điều, một hình ảnh nào cả, như thế cũng xứng đáng là một Phật tử đúng nghĩa rồi.

### **Hỏi: Nghiệp là gì?**

Nghiệp là hành động hay việc làm có chủ tâm hay cố ý (tác ý). Tất cả các hành động có tác ý, dù là hành động thiện hay không thiện, dù biểu hiện qua thân, miệng hay ý đều tạo Nghiệp.

Chúng ta gặt hái những gì chúng ta đã gieo trồng. Hành động lành cho chúng ta những quả tốt đẹp. Hành động ác khiến chúng ta chịu lấy quả khổ đau. Đó là luật Nhân quả. Dòng nhân quả diễn biến liên tục trong thời gian: quá khứ, hiện tại, và vị lai mà không bị giới hạn trong hiện tại. Do đó, có những quả báo đến ngay sau khi gây nhân, và cũng có những quả báo sẽ đến sau một thời gian, dài hay ngắn, tùy theo nghiệp nhân mạnh hay yếu.

### **Hỏi: Cận tử nghiệp là gì?**

Cận tử nghiệp là nghiệp vừa được tạo tác ra bằng tư tưởng trước lúc sắp chết. Ý nghiệp này rất mạnh và vô cùng quan trọng vì nó quyết định hướng tái sinh, dù là hướng thiện hay hướng ác. Thông thường, tập quán nghiệp nào mạnh nhất thì sẽ sống dậy mãnh liệt nhất trước lúc chết, do đó có nhân tố mạnh quyết định nơi đầu thai. Tuy nhiên, cũng có những trường hợp có sự can dự của cận tử nghiệp.

Thuyết nghiệp của nhà Phật có nói đến hai loại nghiệp có ảnh hưởng và chi phối lẫn nhau mà quyết định hướng tái sinh, đến cõi lành hay cõi dữ. Hai nghiệp đó là cận tử nghiệp và tích lũy nghiệp. Tích lũy nghiệp chứa nhóm nhiều kiếp đến giờ. Cận tử nghiệp là nghiệp mới tạo tác vào giây phút lìa đời.

Kinh sách kể có người tích lũy nghiệp thiện từ nhiều kiếp đến nay, bất thần trong cơn mê muội vào giờ phút lâm chung, thấy có người xúi dục họ làm điều ác (cận tử nghiệp ác). Trong trường hợp này cận tử nghiệp không chi phối được hướng đi tái sinh mà là do quyết định của tập quán nghiệp tức tích lũy nghiệp lành của họ nhiều và mạnh đưa họ đến cõi lành.

Lại cũng có người làm nhiều điều ác, đáng lý phải đọa vào các cảnh giới xấu, nhưng gần chết họ làm lành, tâm họ luôn nghĩ tưởng đến điều lành, kể cả vào giây phút lâm chung, nên không bị đọa vào cảnh giới xấu. Cho nên nói làm ác khi chết nhất định đọa vào cảnh giới ác, làm thiện nhất định lên cõi trời, là không đúng hẳn. Vì tuy họ có làm ác nhưng lúc gần chết cận tử nghiệp thiện họ quá mạnh có thể đưa họ đến cõi thiện.

Còn có những trường hợp tuy làm nhiều điều thiện, nhưng khi gần chết họ nổi sân hung dữ, lúc đó cận tử nghiệp ác có thể hướng họ đến các cảnh giới xấu. Vì vậy, cận tử nghiệp cũng như tích lũy nghiệp đều rất quan trọng và kinh sách nhà Phật khuyên chúng ta không phải chỉ tu khi tuổi sắp già, đang già hay sắp chết, mà nên tu ở mọi giai đoạn của đời người, luôn luôn giữ thân, khẩu, ý lành, từ lúc còn trẻ trung mạnh khỏe cho đến tận cuối kiếp người.

### **Hỏi: Đức Phật với trí tuệ và lòng từ bi vô biên sao Ngài không cứu độ hết chúng sanh thoát khỏi các cảnh khổ, nỗi chết?**

Đức Phật là bậc đại từ, đại bi thương hết thảy chúng sinh, không phân biệt màu da hay tôn giáo. Ngài xót thương nhân loại bằng sự bình đẳng tuyệt đối. Đức Phật **không phải là đấng toàn năng** có khả năng ngăn chặn các thiên tai như bão lụt, động đất, sóng thần...v.v.. hay đáp ứng tất cả lời cầu xin của mọi người để mọi người không khổ đau hay dùng thần thông đưa chúng sinh về cõi an lạc được. Phật là người đã **giác ngộ** và **giải thoát hoàn toàn**, Ngài thấu rõ tất cả, toàn diện và vô bờ bến, thấu rõ mọi liên hệ nhân duyên và nhân quả ba đời của tất cả chúng sinh, nhưng chính ngài không thể làm những điều trái với luật thiên nhiên nhân quả được.

Đức Phật là **bậc toàn giác**, là vị Đạo sư đã tự mình tìm ra được con đường giải thoát ngang qua kinh nghiệm bản thân, không có ai truyền dạy cho Ngài, không có ai ban phép cho Ngài, không phải do thần khởi, cũng không phải là hiện thân hay hóa thân của một đấng thần linh nào. Ngài là một người như chúng ta, nhưng chính nhờ tự lực cá nhân, tìm ra được con đường giải thoát. Sau khi chứng ngộ, Ngài đã giảng dạy giáo pháp cho mọi người, nếu ai có nhân duyên thực hành giáo pháp,

kể từ vua chúa cho đến người gánh phân, kể khổn khó đều được chứng ngộ như Ngài. Cho nên Ngài đã nói: *“Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành.”*

Ngài là người chỉ đường dẫn lối cho chúng ta tu hành, Ngài không thể tu thay cho chúng sinh mà con người phải tự mình tu mới giải thoát được khỏi khổ đau phiền não do tham sân si trói buộc, mới ra khỏi sinh tử luân hồi được. Cho nên Ngài đã nói: **“Các người hãy tự mình thấp đuốc lên mà đi”**. Ngài khuyên chúng ta nên nương tựa vào chính chúng ta và đi theo con đường giải thoát bằng nỗ lực của chính chúng ta.

Phật không thể chuyển được nghiệp của chúng sinh, mà chỉ có thể từ bi chỉ dạy chúng sinh tự mình nỗ lực để thay đổi cuộc đời của mình. Lòng từ bi của Phật vô biên như ánh sáng mặt trời chiếu sáng khắp nơi, căn cơ chúng sinh không kể lớn hay nhỏ, thấp hay cao, ngu si hay dần độn đều được ánh sáng mặt trời chiếu sáng, nhưng khả năng tiếp thu vẫn khác biệt rất nhiều tùy theo nghiệp của mỗi chúng sinh. Có người vừa mới sinh ra đã mù cả hai mắt, tuy ở trong ánh sáng mặt trời mà không thấy được ánh sáng mặt trời như thế nào. Còn trùng sống dưới đất và những vi sinh vật ở nơi tối tăm, tuy cũng trực tiếp hay gián tiếp cảm nhận được ánh sáng mặt trời, nhưng chúng không thể biết được lợi ích của ánh sáng mặt trời là thế nào. Ngay cả khi Phật Thích Ca còn tại thế, tại những vùng được Ngài giáo hóa, cũng có rất nhiều người không biết Phật là ai. Các đức Phật ba đời, khi còn hành đạo Bồ Tát, đều phát lời nguyện “độ hết thảy chúng sinh”. Vậy mà các đức Phật tuy thành Phật rồi nhưng vẫn còn vô lượng chúng sinh chìm đắm trong biển khổ. Tại sao vậy? Tại vì lời phát nguyện “độ chúng sinh” của các ngài chỉ có nghĩa là **đem ngọn đèn Trí Tuệ đi khuyên nhủ chúng sinh**. Nếu chúng sinh không chịu vâng theo lời dạy mà tu hành, bản thân cứ tiếp tục làm chuyện ác, thì họ phải lãnh quả báo xấu, đúng theo quy luật nhân quả, **chư Phật và chư Bồ Tát cũng không thể xóa bỏ nghiệp ác của họ được**.

Chữ “độ” không có nghĩa là “cứu rỗi”, mà có nghĩa là giáo hóa, để cho chúng sinh biết được Chân Lý, mà tự tu, tự độ.

Khi Phật còn tại thế, ngoài điều Ngài nói không thể chuyển nghiệp của chúng sinh được, Ngài cũng nói là không thể độ thoát cho những chúng sinh mà Ngài không có duyên độ họ. Người không có duyên là người không tin Phật Pháp, không tin nhân quả, không muốn được hóa độ. Vì vậy, khi Phật Thích Ca còn tại thế, tuy vua Lưu Ly xứ Kosana dấy binh tàn sát dòng họ Thích Ca, mà Ngài không thể nào dùng phép thần thông để ngăn chặn được vụ thảm sát. Nhưng đức Phật có thể dùng Phật pháp, tùy căn cơ cao thấp mà dìu dắt chúng sinh, chúng sinh nào hiểu biết thì giảng cao, người mê mờ thì giảng thấp từ tu thiện, tu phúc, đến tự thanh tịnh tâm. Vì vậy nói là Phật độ chúng sinh nhưng thực ra là chúng sinh tự độ nếu không thì làm trái với quy luật nhân quả.

Nói tóm lại, đức Phật là một vị Thầy dẫn đường sáng suốt, một vị thầy thuốc tài giỏi, nhưng chúng sinh phải tự mình cất bước lên mà đi thì mới tới đích, có bệnh phải uống thuốc mới hết bệnh, tức là tự học, tự tu, tự độ. Đức Phật không thể làm trái luật Nhân Quả, không thể uống thuốc giùm khiến người đau hết bệnh, không thể ăn giùm khiến người đói được no. Đức Phật chỉ có thể khuyên bảo, truyền dạy chúng sinh bỏ ác làm thiện, từ loại thiện phiền não đến loại thiện không phiền não, tức là khởi đầu bằng việc đoạn trừ mọi ác nghiệp dẫn đến ba cõi khổ, rồi cố gắng làm mười việc lành để sinh cõi trời hay sinh làm người, đó là thiện phiền não. Rồi tu đạo Bồ Tát, đạo thành Phật, thành thiện không phiền não, thành trí tuệ Phật. Thế nên, trí tuệ là quan trọng bậc nhất của đạo Phật và bao trùm toàn diện mục đích phải có của các hàng Phật tử nếu muốn đi trên con đường giải thoát đến giác ngộ viên mãn. Trí tuệ này xuất hiện khi bản thân người Phật tử hành trì các pháp môn tu để thanh tịnh tâm và giữ gìn giới hạnh.

Tâm là chủ yếu vì tất cả các pháp đều do tâm tạo. Vậy làm thế nào để thanh tịnh tâm? Phật nói: **“Không làm các điều ác, Nên làm các việc lành, Tự thanh tịnh Tâm, Đó là lời chư Phật dạy”**. Ấy là quá trình tu tập của mỗi người chúng ta để tự giải thoát khỏi luân hồi sinh tử.

**Hỏi: Xin cho biết địa ngục có thật không?**

Từ quan điểm “nhất thiết duy tâm tạo” trong kinh Hoa Nghiêm, thiên đường và địa ngục dưới mắt người Phật tử chính là những cảnh giới tâm thức, mà mỗi người đều trải qua hằng ngày. Nếu con người không chế ngự được ba thói xấu là tham lam, sân hận và si mê, để cho bản thân rong ruổi trong sự bon chen, tính toán lợi mình hại người, thì tâm hồn không được an lạc, mà phiền não triền miên, ăn không ngon, ngủ không yên, thường thấy ác mộng do những bực bội bất mãn gặp phải hằng ngày, đó cũng đã được coi là cảnh giới địa ngục của tâm thức rồi.

Trong kinh Địa Tạng, chúng ta cũng thấy nói đến những cảnh giới địa ngục. Vì “nhất thiết duy tâm tạo” nên những cảnh giới trong kinh Địa Tạng cũng là những cảnh giới tâm thức. Địa Tạng cũng có nghĩa là Tâm Địa, là Đất Tâm. Nhà Thiền có câu “*Đất Tâm trống không thì mặt trời Trí Tuệ tự chiếu*”. Người nào có thể “thanh tịnh hóa tâm”, khiến cho Đất Tâm trống không, thì Trí Tuệ Bình Đẳng tự hiện, cũng có nghĩa là Bồ Tát Địa Tạng đã phá xong cửa ngục tâm thức cho người đó rồi. Còn như nếu Đất Tâm mà ô nhiễm quá, thì vào giờ phút lâm chung, do nghiệp thiện hoặc ác trong quá khứ, mà thần thức người đó sẽ bị chiêu cảm vào cảnh giới tương ứng.

Quan điểm của nhà Phật về tất cả hiện hữu trên thế gian là vô thường. Tâm cũng vô thường, khi tâm chuyển thì tất cả mọi thứ do tâm tạo cũng chuyển theo tâm. Cho nên, đối với nhà Phật, không có cảnh giới địa ngục vĩnh viễn. Mỗi người đều có thể tự ra khỏi địa ngục bằng sự “thanh tịnh hóa tâm” của họ. Đó là niềm hy vọng về giải thoát của tất cả mọi người.

Nhà Phật có câu: “Buông dao đồ tể là thành Phật” hoặc “Biển khổ mênh mông quay đầu là bến”. “Buông dao” và “quay đầu” ở đây có nghĩa là buông bỏ đời sống ô nhiễm, bước vào con đường thực hành các phương pháp để “thanh tịnh hóa tâm” như hành Thiền Quán Niệm Hơi Thở, Thiền Minh Sát Tuệ, Thiền Tổ Sư, Thiền Tông, Niệm Phật và còn nhiều pháp hành khác nữa.

### **Hỏi: Xin cho biết tiêu chuẩn tìm Thầy học đạo**

Ngày xưa muốn học đạo phải lặn lội đi tìm thầy, vì thầy là người không những có đức hạnh mà còn có đầy đủ kinh nghiệm tu trì và có khả năng truyền dạy lại cho người sau. Thời ấy muốn học đạo phải đến chùa vì chỉ nơi đây mới có đầy đủ kinh sách. Ngày nay, việc tìm kinh sách không khó, ngoài chùa ra, còn có trong các thư viện trường đại học, các nhà sách lớn và ở trên Internet, ai cũng có thể tìm đọc và tự nghiên cứu học hỏi. Do đó có người nói việc tìm thầy học đạo thời nay không cần thiết lắm. Tuy nhiên, quý bạn cần lưu ý, ngay chuyện học ngoài đời, chúng ta vẫn phải có thầy dạy. Việc nghiên cứu trong sách vở là điều cần thiết nhưng vẫn cần phải có thầy hướng dẫn. Đó chỉ là học về kiến thức mà còn cần đến thầy dạy, hướng chỉ cầu học đạo giác ngộ giải thoát?

Trong đạo Phật không phải chỉ học giáo lý suông mà còn phải tu trì nữa. Một vị thầy dạy chúng ta giáo lý không những qua việc thuyết giáo mà còn dạy chúng ta về giới đức qua hành động và cử chỉ hàng ngày của ông thầy mà thuật ngữ nhà Phật gọi là thân giáo. Chính thân giáo, tức hành động, nhân cách, giới phẩm và đức hạnh của vị thầy mới quan trọng, nó làm gương cho ta noi theo. Một trăm lần nghe không bằng một lần thấy. Một trăm lần tụng đọc về kinh Từ Bi không bằng một lần thấy hành động từ bi nơi vị thầy của mình.

Hiện nay có một số người tự xưng mình là Minh Sư, Đạo Sư, Vô Thượng Sư, Đại Sư, Thiền Sư, vân vân... thường dùng một số giáo lý Phật giáo, lợi dụng uy tín của đức Phật để thuyết giảng hầu lôi cuốn quần chúng, nhưng thực chất bên trong những điều giảng đó lại chứa đựng những tư tưởng đối nghịch với tư tưởng nhà Phật. Cho nên, nếu chúng ta là những Phật tử quyết tâm tu hành theo giáo lý giải thoát, mà không hiểu rõ giáo lý căn bản của nhà Phật thì rất dễ bị đi lạc đường.

Vậy làm thế nào biết được Thầy giỏi, Thầy hay, Thầy có đạo đức mà theo học?

Trước hết chúng ta nên lưu ý đặc biệt đối với những vị Thầy hay bất cứ một ai khi đến khuyên bảo chúng ta tu mà luôn luôn **khoe khoang pháp môn** của mình là hay nhất và ra sức **chê bai** hay **chỉ trích** pháp tu khác là sai đường, cho là không đúng, thì chúng ta phải **xem xét lại** những lời nói và hành động của họ, tức là tìm hiểu về thân giáo, tức hành động, nhân cách, giới phẩm và đức hạnh của vị ấy và động lực nào thúc đẩy ông ấy giảng dạy.

Đức Đạt Lai Lạt Ma thứ 14 đã dạy rằng: “**Động lực giảng dạy của một vị Thầy phải trong sạch – không bao giờ vì một ước muốn danh tiếng hay lợi lạc vật chất... Trong thế giới, nếu không có một nhà lãnh đạo chân chính thì chúng ta không thể cải thiện xã hội được. Cũng vậy, trừ phi vị thầy có phẩm chất đúng đắn, thì mặc dù đức tin của bạn có mạnh mẽ đến đâu, việc theo học vị thầy có thể làm hại bạn nếu bạn được dẫn dắt theo một đường hướng sai lầm. Vì thế, trước khi thực sự coi ai là thầy, điều quan trọng là phải khảo xét họ...**” [09]

Nếu như vị đạo sư của bạn buộc bạn phải làm việc vô đạo đức hay nếu giáo lý của vị ấy mâu thuẫn với Phật Pháp thì hành xử như thế nào? Ngài Đạt Lai Lạt Ma nói tiếp: “**Bạn nên trung thành với điều đạo đức và xa rời những gì không phù hợp với Pháp...**”

Trong "Đại trí độ luận" cuốn 4 đã nêu lên 4 điều trọng yếu gọi là tứ y pháp "4 chỗ nương tựa". 1) Dựa vào pháp không dựa vào người, 2) Dựa vào nghĩa không dựa vào lời, 3) Dựa vào trí, không dựa vào thức, 4) Dựa vào ý nghĩa rất ráo, không dựa vào ý nghĩa không rất ráo.

Căn cứ vào 4 điều chuẩn trên, chúng ta có thể phân biệt dễ dàng ai là minh sư, ai không phải là minh sư, rồi dựa vào 4 tiêu chuẩn đó mà quan sát thẩm tra minh sư mà mình mong gần gũi thì nói chung không thể có sự nhầm lẫn.

**Y pháp bất y nhân** là một trong bốn tiêu chuẩn hướng dẫn chúng ta trên đường đi tìm thầy tìm học đạo. Câu này có nghĩa là nương theo giáo pháp chứ không nương vào thầy. Lẽ dĩ nhiên, y pháp bất y nhân không có nghĩa là được pháp rồi thì không cần biết gì đến thầy. Học đạo không giống như học các ngành học ở ngoài thế gian, học đạo phải có lòng tri ân tôn kính thầy nhưng **không bám víu và thần tượng hóa thầy.**

Ngày nay một số trong chúng ta theo thầy không phải vì thực sự cầu pháp giải thoát mà vì tình cảm hay biên kiến, hay vì thầy là người nổi tiếng trên thế giới, đồng đệ tử xuất gia lẫn tại gia có học vị cử nhân, thạc sĩ, tiến sĩ, có chùa to đất rộng, vân vân...

Có nhiều Phật tử đặt câu hỏi: Sau khi quy y và tu học theo thầy một thời gian dài, cảm thấy không tiến bộ, tham sân si vẫn như cũ, chấp ngã gia tăng nhiều hơn, muốn đi chùa khác tìm thầy khác nhưng làm như thế có phải là phản thầy không. Chúng tôi xin thưa ngay là không có mang tội phản thầy. Khi làm lễ quy y là chúng ta **quy y với ba ngôi Tam Bảo: Phật, Pháp và Tăng, chứ không phải quy y với thầy.** Thầy chỉ là vị đại diện Tăng Đoàn làm lễ quy y cho chúng ta quay về nương tựa với Tam Bảo. Trong buổi lễ chưa bao giờ chúng ta nói: Con xin quy y với thầy Thích Tâm A hay thầy Thích Tâm B. Hơn nữa, ở ngoài đời, học xong bậc tiểu học, chúng ta phải lên trung học rồi lên đại học chứ đâu có thể học mãi một lớp hay một trường được.

Xưa kia lúc còn tìm đạo, thái tử Sĩ Đạt Đa đến học với đạo sĩ Alara Kalama, sau khi chứng được thiền "Vô sở hữu xứ" và không học được gì thêm nữa thì ngài từ giã thầy. Kế tiếp ngài đến học đạo với Uddaka Ramaputta, sau khi chứng được thiền "Phi tưởng phi phi tưởng xứ" và không học được gì hơn thì ngài cũng kiêu từ ra đi. Nếu thái tử Sĩ Đạt Đa trung thành ở lại với đạo sĩ Kalama hay đạo sĩ Ramaputta thì chắc ngày nay chúng ta không có Đức Phật và Phật Pháp.

Là Phật tử, muốn có được đời sống an lạc, hạnh phúc, tiến bộ, chóng thành đạo quả giác ngộ thì phải hết sức cẩn trọng trong việc chọn thầy, chọn bạn, chọn pháp môn tu, chớ để tánh hiếu kỳ dẫn dắt, thì mới khỏi oan uổng công phu tu tập suốt cả một đời.

Trích từ:

Tủ Sách Đạo Phật Ngày Nay

**CẨM NANG CƯ SĨ**

Tâm Diệu

Nhà Xuất Bản Phương Đông 2008