

## Thích Như Tú

### Những bước sơ đẳng vào đạo

**T**heo nhiều thống kê khác nhau cho thấy Phật giáo là tôn giáo lớn thứ 4 trên thế giới, sau Thiên chúa, Hồi giáo và Ấn Độ giáo. Ước tính đến nay có khoảng 500 triệu người là Phật tử. Thử nghĩ, với con số Phật tử này, nếu tất cả đồng phát tâm tu tập y theo giáo pháp của đức Phật, như vậy trên toàn thế giới, đây chẳng phải chính là 500 triệu hạt giống Bồ-đề hay cũng tương đương những vị Bồ Tát tương lai biết tự độ và độ tha ở thế gian sao!

Nhưng sự thật thì phần đông tín đồ Phật giáo chỉ dừng lại ở việc đi chùa lễ Phật, cầu an cho người sống và cầu siêu cho người đã khuất. Ở đây, hoàn toàn không phủ nhận sự lợi ích của việc lễ lạy và cầu nguyện. Khi cúi đầu dưới chân Phật với lòng thành tha thiết, xin ơn trên chư Phật từ bi gia hộ cho thân không tật bệnh, tâm không phiền não, và đây cũng chính là lúc Phật tử biết sợ nhân quả báo ứng đến với mình, từ đó mà cầu xin sám hối, nguyện làm những việc lành, nương nhờ vào thần lực của chư Phật, chư vị Bồ Tát để tâm được an hơn. Nhưng đức Phật thị hiện nơi đời không phải muốn chúng ta lễ lạy ngài. Có lần Ngài nói với Thượng Túc Sāriputta (Xá-lợi-phất) rằng: “Này Sāriputta, những ai nói một cách chân chánh về ta sẽ nói như sau: ‘Một vị hữu tình không bị si chi phối, đã sanh ra ở đời, vì hạnh phúc cho chúng sanh, vì lòng thương tưởng cho đời, vì lợi ích, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư thiên và loài người.’” Và cũng với lòng từ vô lượng ấy, ngài

muốn chỉ cho chúng ta thấy rằng “Ta có thể thành Phật, các con cũng có thể thành Phật!” Rõ ràng, trước khi ngài thành Phật, ngài cũng giống chúng ta. Vì thế, ngài chính là muốn cứu chúng ta ra khỏi luân hồi sanh tử.

Sau khi thành đạo và suốt quá trình hoằng pháp độ sanh, ngài đã để lại cho hậu thế một kho tàng thánh điển vô giá, đó chính là Tam Tạng Kinh Điển. Nếu để so sánh các thánh điển của tôn giáo khác thì Phật giáo có rất nhiều và vô cùng phong phú, luôn vượt thời gian. Chúng ta là Phật tử, là con của Phật mà không đọc, không học, không hành theo lời ngài dạy, thì chẳng khác nào gã cùng tử hay như người có viên ngọc quý nơi chéo áo mà không hay, không biết, để rồi bôn ba tìm kiếm muôn nơi, giải nắng dầm mưa đưa đến sự luân hồi triền miên trong sáu nẻo bốn loài, chịu vô vàn khổ đau chẳng biết khi nào ra khỏi.

Chúng tôi có nghe một Phật tử đã từng nói lên sự trải nghiệm của mình như sau: “Nếu gặp sự thống khổ ở đời, không biết làm sao để hết khổ, thì Phật tử tìm về chùa học Phật! Nếu cảm nhận được sự bất lực khi thấy cha mẹ đang lâm trọng bệnh, không biết làm sao để cứu giúp, thì Phật tử học Phật! Nếu Phật tử đau đớn khi thấy con cái mình sống sa đọa, không biết làm sao cứu chúng, Phật tử hãy cứ học Phật, tìm về nội tâm định tĩnh.” Vâng, chỉ có học Phật, tu Phật, Phật tử mới tìm thấy con đường rộng mở, có nhiều phương pháp đối trị, có trí tuệ chuyển hoá nỗi khổ niềm đau, để tự cứu mình và cứu giúp người cùng giải thoát mà thôi.

Khi Phật tử nhận ra không ai có thể ban phước hoặc giáng tội cho mình, tất cả những việc tốt xấu đến với mình đều từ nguyên nhân quá khứ. Chủ nhân của những nghiệp thiện hay bất thiện không ai khác chính là bản thân mình tạo ra. Khi ấy Phật tử sẽ tỉnh thức rằng, chính mình phải tự chịu trách nhiệm với hành động, suy nghĩ và cảm xúc của mình. Đã hiểu được như vậy, Phật tử sẽ không còn oán

người, trách đời, than thân trách phận nữa, ngược lại sẽ tự mình nỗ lực tinh tấn sửa đổi ngay trong hiện tại. Đây tạm gọi là chuyển nghiệp.

Đối với Phật giáo, thuyết định mệnh không phải là điều mà chúng ta phải cam chịu, không phải bất di bất dịch. Chúng ta có thể dừng lại, thay đổi mọi trạng thái và chuyển hóa nghiệp quả hay nỗi khổ niềm đau. Vì nguồn an lạc ấy ta có thể tìm thấy ngay chính trong tâm ta.

Bây giờ chúng ta hãy tự hỏi, có dám đối diện và chiến đấu với chính mình không? Vì điều khó nhất chính là “cái ta” luôn ở trong ta! Không phải chiến thắng người khác. Đức Phật dạy trong Kinh Pháp Cú, phẩm Ngàn, kệ số 104 như sau:

*“Tự thắng, tốt đẹp hơn,  
hơn chiến thắng người khác.  
Người khéo điều phục mình,  
thường sống tự chế ngự.”*

(Bản dịch của Hòa thượng Thích Minh Châu)

Học Phật như nào để lợi ích và có thể chuyển nghiệp?

Việc cần thiết đầu tiên người Phật tử nên làm là kết duyên với ba ngôi Tam bảo là Phật, Pháp, Tăng. Qua việc Quy y Tam bảo, người Phật tử xác định rõ mục đích, tôn chỉ nếp sống tinh thần của mình. Phát nguyện giữ những giới luật của Phật để từ nay không tạo thêm nghiệp bất thiện nữa. Giới chính là con đường đưa đến tự hoàn thiện. Kế tiếp phải không ngừng phát nguyện sám hối, sám hối tất cả những nghiệp chướng đã tạo từ vô thủy cho đến ngày nay. Việc này rất quan trọng. Khi đã chọn bước lên con đường giải thoát tu học Phật, chính là lúc người Phật tử chấp nhận đối diện với tâm mình. Các thiền sư Việt nam, đặc biệt là Tuệ Trung Thượng Sĩ gọi là “*Phản quan tự kỷ bốn phận sự, bất tùng tha đắc*” (nghĩa là: soi lại chính mình là việc của tự thân, không thể nhờ người khác mà được).

Qua việc sám hối, người Phật tử mạnh dạn nhìn thẳng vào lỗi lầm của mình, hứa rằng từ nay sẽ sửa đổi, và “siêng năng tinh tấn đoạn trừ các điều ác đã sanh, siêng năng tinh tấn làm cho không sanh khởi các điều ác chưa sanh, siêng năng tinh tấn làm cho tăng trưởng các điều thiện đã sanh.” Lấy sự nhất tâm, tinh tấn để hành trì 4 pháp cần thiết này. Đừng ai nghĩ rằng tôi không có lỗi, tôi chưa từng làm lỗi. Tôi không sợ nhân quả. Nếu đã từng và vẫn còn là chúng sinh trôi lăn trong lục đạo luân hồi thì xin đừng bao giờ nghĩ vậy. Đừng làm một nhất-xiển-đề không biết tầm, không biết quý, không có lòng tin, kẻ thù của thiện pháp, mất hết căn lành. Phạm vào ngũ nghịch tội. Khi đọa địa ngục vô gián thì không biết bao đời bao kiếp mới ra khỏi. Và cũng xin đừng giống như vị vua Pāvāsi thời đức Phật đã khởi lên ác tà kiến khi đối diện với Tôn giả Kumāra Kassapa (Cưu-ma-la Ca-diếp) mà cố chấp: “Không có đời sau, không có các loại hoá sanh, hành vi thiện ác không có quả báo.”

Điều cần thiết thứ hai là người Phật tử nên tìm hiểu lịch sử Đức Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni và những cột mốc quan trọng trong lịch sử Phật giáo. Học Phật mà không biết gì về Bổn Sư của mình thì thật rất thiếu sót. Rất nhiều Phật tử đi chùa nhiều năm và nghe đủ các bài thuyết pháp, nhưng khi hỏi đến lịch sử đức Phật lại không biết. Vậy thử hỏi niềm tin Phật tử đặt ở đâu? Có phải ở nơi hình tượng của đức Thế Tôn? Xem ngài như một vị thần ban phước lành? Hay ở sự tu chứng của ngài? Vậy nên chúng ta phải học về lịch sử của ngài để khẳng định con đường học Phật của chúng ta là đúng đắn. Như chính nhà bác học Albert Einstein cũng đã từng nghiên cứu và khám phục giáo lý của đức Phật.

Hiện tại đang là thời đại 4.0, muốn nghe giáo pháp không còn khó khăn gì và cũng chẳng cần đi đâu xa cả.

Từ nhà bếp, ngoài phòng ăn cho đến phòng ngủ, chỉ cần có mạng internet, lúc nào và ở đâu cũng có thể nghe pháp được. Vừa thoải mái, lại không mất thời gian về chùa, và còn đỡ phải “đụng độ” với những người mình không ưa thích. Nếu Phật tử học Phật pháp với tâm này thì xin hãy cẩn thận. Học pháp không thể học với tâm giải đãi, nếu như vậy kết quả học pháp chắc chắn không lợi ích. Khi nghe pháp nên nghiêm túc và trang nghiêm. Người Phật tử phải ý thức rằng mình học Phật pháp để tu tâm sửa tánh, đưa tâm mình hướng thượng. Vậy nên phải luyện tâm ngay từ lúc này.

Những băng giảng trực tuyến chỉ là phương tiện. Nơi học pháp tốt nhất vẫn là chùa hay tu viện và học trực tiếp vào kinh văn với các vị giảng sư. Ngoài ra Phật tử nên hiểu rằng đọc kinh Phật là cách học Phật tích cực nhất. Vì kinh chính là những lời đức Phật dạy. Nếu muốn học pháp, tư duy pháp và chiêm nghiệm pháp, thì Phật tử không thể bỏ qua việc học Kinh điển. Việc nghe giảng pháp là để mở rộng thêm kiến thức Phật pháp và những kinh nghiệm hành trì thực tiễn, nhưng nên tảng cốt lõi và tinh yếu của giáo pháp nên được tiếp nhận trực tiếp từ Kinh điển. Một người thật sự muốn học Phật sẽ xem Kinh điển là quý báu hơn tất cả những châu báu ở thế gian, vì đó chính là chân lý cao quý không gì có thể thay thế được. Hiện tại, kinh điển đã được chuyển dịch ra Việt ngữ rất nhiều, nên không còn là điểm khó về ngôn ngữ. Ai có phước lành thỉnh được kinh điển thì hãy cố gắng đọc và học.

Học Phật pháp không thể học với tâm nóng vội là muốn ngộ liền và cũng không thể học với tâm chấp trước. Phật tử phải luôn luôn tâm niệm như vậy. Điều đáng lưu ý là đừng bỏ qua những giáo lý căn bản như: Quy y Tam bảo, Tứ diệu đế, Mười hai nhân duyên, Ba mươi bảy phẩm trợ đạo... Giáo lý căn bản là nền tảng, cũng giống như khi muốn xây nhà trước phải đặt móng. Không đặt móng mà xây nhà,

chắc chắn nhà không thể nào đứng vững. Ngoài ra, người Phật tử nên làm quen với những thuật ngữ Phật học. Cần phải học những pháp số căn bản. Khi đã có những kiến thức sơ đẳng về Phật học, Phật tử mới có khả năng thâm nhập vào kinh điển dễ dàng hơn và cũng tùy theo căn cơ đã từng gần gũi với Phật pháp trong nhiều đời quá khứ. Nhờ đó sẽ hiểu được lời dạy của đức Phật và những ẩn dụ trong kinh.

Tâm thức của chúng ta khi chưa thuần hóa thường rất khôn lanh theo cách vọng động. Chỉ cần thất niệm một lúc, nó sẽ dẫn ta đi vào con đường muôn sai ngàn khác. Vậy nên người Phật tử phải luôn phòng hộ các căn và giữ vững sơ tâm hành thiện đã phát nguyện ban đầu khi quy y Tam bảo. Phải luôn tự hỏi, học Phật để làm gì, học Phật với mục đích gì? Người học Phật không chỉ để tích lũy kiến thức cho thật nhiều, càng không phải học để khoe khoang. Người học Phật không học để hý luận, không học để được tôn vinh. Chúng ta học Phật để hướng tới sự giác ngộ giống như Phật. Khi chưa thành Phật, sự thấy biết của chúng ta vẫn còn rất hạn hẹp trong sự tưởng tri. Chúng ta phải luôn tự nhắc nhở mình như thế, để khi có được đôi chút kiến giải cũng không khởi tâm kiêu ngạo khen mình chê người.

Học pháp để biết được phương pháp đối trị những “tâm cấu uế” đang tiềm ẩn trong ta. Vì nhiệm trước từ vô thủy mà tác thành tâm xấu ác của ngày nay, nên mới tạo ra bao nhiêu nghiệp chướng khổ đau xoay vần trong sanh tử luân hồi. Nhưng học Phật pháp cũng chưa đủ để đoạn trừ phiền não, cho dù đã nắm vững các phương pháp, Vì song song với lý thuyết còn cần phải thực hành, phải dụng công hành trì miên mật. Lúc đó mới cảm nhận được sự nhẹ nhàng của tâm buông xả và niềm an lạc do sự tu tập mang lại.

Đức Phật dạy Tôn giả Mahācunda rằng:

*“Này Cunda, những loại sở kiến này khởi lên trên đời, hoặc liên hệ đến ngã luận, hoặc liên hệ đến thế giới*

*luận - chỗ nào những sở kiến này tiềm ẩn và chỗ nào những sở kiến này hiện hành, chỉ có cách như thật quán sát chúng với trí tuệ rằng: ‘Cái này không phải của tôi, cái này không phải là tôi, cái này không phải tự ngã của tôi’, có vậy thời có sự đoạn trừ những sở kiến ấy, có sự xả ly những sở kiến ấy.’<sup>1</sup>*

Trong đoạn kinh trên, đức Phật dạy rằng khi những tà kiến khởi lên chúng ta phải nhận biết và quán sát chúng bằng trí tuệ, và chỉ khi như thật thấy biết rằng: ‘Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta’, khi ấy những tà kiến này mới được đoạn trừ và không còn xuất hiện nữa. Ở bài kinh này, ta đã học được phương pháp đối trị. Nhưng nếu phương pháp này được học mà không có chánh tư duy, suy luận và chiêm nghiệm, vận dụng, thì đó vẫn chỉ là những văn tự trong kinh điển, không thể giúp đoạn trừ những tà kiến khởi lên trong tâm. Chỉ khi nào ta thật sự đem phương pháp này ra tìm hiểu, nghiên cứu, quán chiếu, sau đó áp dụng đúng thì quá trình tinh tấn tu tập mới có thể giúp đoạn trừ những tâm cấu uế khởi lên. Khi làm được như vậy chính là đang tu Giới, tu Định, tu Tuệ.

Lại nữa, trong Kinh Trung Bộ, Tập 1, bài kinh số 5, kinh Không Uế Nhiễm, Tôn giả Xá-lợi-phất cũng dạy cho các huynh đệ tỳ-kheo như sau:

*“Này chư hiền, ở đời có bốn hạng người. Thế nào là bốn? Chư hiền, ở đây, có hạng người có cấu uế, nhưng không như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta có cấu uế.’ Lại nữa, chư hiền, ở đây, có hạng người có cấu uế, và như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta có cấu uế.’ Lại nữa, chư hiền, ở đây có hạng người không có cấu uế, nhưng không như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta không có cấu uế.’ Lại nữa, chư hiền, ở đây, có hạng người không có cấu uế và như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta không có cấu uế.’”*

<sup>1</sup> Kinh Trung bộ, Tập 1, kinh Đoạn giảm. Bản dịch của Hòa thượng Thích Minh Châu.

Rồi Tôn giả giảng về kết quả sẽ đến với mỗi hạng người như sau:

*“Ở đây, hiền giả, hạng người có cấu uế nhưng không như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta có cấu uế.’ Với người này, có thể chờ đợi như sau: ‘Người này sẽ không khởi lên ước muốn, sẽ không cố gắng, sẽ không tinh tấn để diệt trừ cấu uế ấy. Người này sẽ từ trần, trong khi còn có tham, còn có sân, còn có si, trong khi còn cấu uế, trong khi tâm còn ô nhiễm.’ Nay hiền giả, giống như một cái bát bằng đồng, mang từ chợ về hay mang từ nhà thợ rèn về, phủ đầy bụi bặm, và người chủ cái bát ấy không dùng đến, không lau chùi và quăng cái bát ấy vào chỗ đầy bụi bặm. Nay hiền giả, như vậy cái bát ấy, sau một thời gian càng ô nhiễm hơn, càng đầy bụi bặm hơn.*

*“Ở đây, này hiền giả, hạng người có cấu uế và như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta có cấu uế.’ Với người này, có thể chờ đợi như sau: ‘Người này sẽ khởi lên ước muốn, sẽ cố gắng, sẽ tinh tấn để diệt trừ cấu uế ấy. Người này sẽ từ trần, trong khi không còn tham, không còn sân, không còn si, trong khi không còn cấu uế, trong khi tâm không còn ô nhiễm.’ Nay hiền giả, giống như cái bát bằng đồng, mang từ chợ về hay mang từ nhà thợ rèn về, phủ đầy bụi bặm, và người chủ cái bát ấy dùng đến, lau chùi và không quăng cái bát ấy vào chỗ đầy bụi bặm. Nay hiền giả, như vậy cái bát ấy, sau một thời gian được thanh tịnh hơn, được sạch sẽ hơn.”*

*“Ở đây, này hiền giả, hạng người không có cấu uế nhưng không như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta không có cấu uế.’ Với người này, có thể chờ đợi như sau: ‘Người này sẽ tư niệm tịnh tướng. Do tư niệm tịnh tướng, tham sẽ làm ô nhiễm tâm của người này. Người này sẽ từ trần, trong khi còn có tham, còn có sân, còn có si, trong khi còn cấu uế, trong khi tâm còn ô nhiễm.’ Nay Hiền giả, giống như cái bát bằng đồng, mang từ chợ về hay mang từ nhà thợ rèn về, thanh tịnh và sạch sẽ.*



Và người chủ cái bát ấy không dùng đến, không lau chùi và quăng cái bát ấy vào chỗ đầy bụi bặm. Đây hiền giả, như vậy cái bát ấy, sau một thời gian, càng ô nhiễm hơn, càng bụi bặm hơn.

“Ở đây, đây hiền giả, hạng người không có cấu uế và như thật tuệ tri: ‘Nội thân ta không có cấu uế.’ Với người này có thể chờ đợi như sau: ‘Người này sẽ không tư niệm tịnh tướng. Do không tư niệm tịnh tướng, tham sẽ không làm ô nhiễm tâm của người này. Người này sẽ từ trần, trong khi không có tham, không có sân, không có si, trong khi không còn cấu uế, trong khi tâm không còn ô nhiễm.’

“Đây hiền giả, giống như một cái bát bằng đồng, mang từ chợ về hay mang từ nhà thợ rèn về, thanh tịnh, sạch sẽ và người chủ cái bát ấy dùng đến, lau chùi và không quăng cái bát ấy vào chỗ đầy bụi bặm. Đây hiền giả, như vậy cái bát ấy, sau một thời gian, càng được thanh tịnh hơn, càng được sạch sẽ hơn.”

Qua bài kinh trên chúng ta thấy Tôn giả Xá-lợi-phất nói đến bốn hạng người, hai hạng người như thật tuệ tri và hai hạng người không như thật tuệ tri. Hai hạng người như thật tuệ tri là hai hạng người ưu thắng. Hai hạng người không như thật tuệ tri là hai hạng người hạ liệt. Tôn giả đưa ra bốn ví dụ về cái bát bằng đồng tượng trưng cho bốn hạng người này. Là Phật tử, chúng ta nên noi theo hạng người như thật tuệ tri. Chúng ta nhận ra cấu uế của tâm, chúng ta quan tâm, chăm sóc, không để tâm ngày càng thêm ô nhiễm, để tâm chúng ta sáng tỏ lên mỗi ngày.

Không phải ai cũng có phước lành và căn cơ đầy đủ để hiểu ngay được huyền chỉ trong lời kinh, tiếng kệ của Phật, của Tổ. Nhưng ở đời không có gì là tự nhiên có được. Tất cả đều có sự trả giá, không có sự nỗ lực hôm nay thì cũng không có sự an nhàn ngày mai. Như trong văn *Khuyên phát tâm Bồ-đề*, ngài Thật Hiền đã ân cần chỉ rõ: “Nếu cho rằng tu hành là khổ nhọc, ấy thật chẳng biết rằng, lười

*nhắc buông thả sẽ còn khổ hơn. Tu hành thì khổ nhọc tạm thời, nhưng được an vui mãi mãi; lười nhác thì an ổn tạm bợ một đời, nhưng phải chịu khổ đau nhiều kiếp.”<sup>1</sup>*

Cuối cùng cầu cho tất cả những ai có phước duyên tu học Phật đều trọn thành Phật đạo. *“Hư không hữu tận, ngã nguyện vô cùng, tình dữ vô tình, đồng viên chủng trí.”* (Dầu cõi hư không có hết, lòng nguyện của tôi chẳng cùng, chúng hữu tình và chúng vô tình, đều trọn chủng trí Phật.)

**Thích Như Tú**

## Giới thiệu sơ lược về tác giả

### Thích Như Tú



- Thượng Toạ Thích Như Tú, Thế Danh: Lê Hồng Tuấn, Pháp tự: Giải Lệ. Pháp Hiệu: Viên Ân.
- Quê Quảng Nam.
- Sinh ngày 02.05.1973.
- Xuất gia ngày 02.09.1990.
- Thọ Sa Di: Ngày 03.04.1993 (Đại Giới Đàn Thiệu Hòa - Bà Rịa Vũng Tàu).
- Thọ Cụ Túc: Ngày 26-28.09.1996 (Đại Giới Đàn Phước Huệ - Đà Nẵng).
- Tấn phong giáo phẩm Thượng Toạ ngày 30.06.2019 (Đại Giới Đàn Quán Thông - Đức Quốc).
- Cử Nhân Ngoại Ngữ (Đại Học Đà Nẵng) năm 2000.
- Thạc Sĩ Ngôn Ngữ Học (Đại Học New Delhi) năm 2004.
- Tiến Sĩ Phật Học (Đại Học New Delhi) năm 2012.
- Từ ngày 24.06.2014 đến Thụy Sĩ.
- Trụ Trì Chùa Viên Minh, thành lập trang nhà [www.vienminh.ch](http://www.vienminh.ch)
- Cộng tác Báo Viên Giác - Thích viết truyện ngắn.

<sup>1</sup> Bài văn Khuyên phát tâm Bồ-đề (Khuyến phát Bồ-đề tâm văn), Đại sư Thật Hiền - bản Việt dịch của Nguyễn Minh Tiến, NXB Tôn giáo, 2012.