

CẨM NANG TU PHẬT

TẠI CHÙA PHẬT QUỐC THANH TỊNH TÂM

Đường lối tu tập theo Phật giáo nói chung không thể thực hành một cách cứng nhắc được. Khi thực hành Phật Pháp, chúng ta thường nghe người xưa để lại những cụm từ như “**khế cơ**” có nghĩa là phải phù hợp với hoàn cảnh, với con người và “**tùy duyên nhưng bất biến**” có nghĩa là thay đổi cách thực hiện để đạt kết quả của sự thực hành, nhưng không thể xa lìa mục tiêu muốn đạt được. Vì vậy, những sự thay đổi trong đường lối tu Phật không có thể là những thực hành lập dị để tạo sự chú ý, gây tiếng vang ..., mà phải là những sự thay đổi cần thiết giúp người thực hành Phật Pháp đạt được mục tiêu đề ra: **thoát vòng sanh tử luân hồi**.

Hơn thế nữa, hiện nay (thế kỷ thứ hai mươi mốt,) nhân loại tiên bộ vượt bực trong lãnh vực khoa học vật chất, khiến niềm tin vào tâm linh dần dần bị hủy diệt. Nếu hướng đi về tâm linh không được thay đổi trong sự thực hành để **có được những trải nghiệm tâm linh** mà đức Phật Thích Ca giảng dạy và được ghi lại trong các Kinh điển Phật giáo, nhân loại sẽ càng mắc kẹt vào đời sống vật chất khiến vô minh càng tăng trưởng, làm thế nào nhân loại có thể ra khỏi vòng sanh tử luân hồi. Do đó,

đường lối tu tập theo Phật giáo phải được thay đổi sao cho phù hợp với căn cơ của chúng sanh, của nhân loại, đó là điều tất nhiên, không thể không có được. Vì vậy, nếu Phật tử muốn thực hành Phật giáo theo đường lối của Chùa Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm phải dựa theo những điều kiện như sau:

I. MỤC TIÊU THỰC HÀNH PHẬT PHÁP

Một trong năm điều tâm nguyện và là tâm nguyện đầu tiên của mục tiêu thực hành Phật Pháp tại Chùa Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm (Chùa PQTTT) là **giữ Bồ Đề Tâm kiên cố**. Đức Phật Thích Ca thị hiện ra đời tại thế giới này là để dạy chúng sanh, trong đó có chúng ta (nhân loại) **tu tập để thành Phật** như ngài, vì mọi chúng sanh đều có Phật tánh (khả năng thành Phật.) Trước khi tu tập Phật giáo, chúng ta được hướng dẫn “Phát Bồ Đề Tâm” có nghĩa là nguyện tu tập để thành Phật. Sau khi phát Bồ Đề Tâm, chúng ta phải phát nguyện giữ Bồ Đề Tâm kiên cố, chí tu học vững bền, mau đắc quả giải thoát sanh tử luân hồi, để cứu độ chúng sanh, giữ gìn Phật Pháp trường tồn.

Thật vậy, ngay cả trong đời sống thế tục, muốn làm việc gì chúng ta cũng phải có mục tiêu rõ rệt, sau đó, phải quyết tâm thực hành để đạt được mục tiêu. Ví dụ như muốn trở thành một Bác sĩ để giúp người bị bệnh (mục tiêu,) chúng ta phải cố gắng học tập không kể thời gian và sức lực để trở thành

một Bác sĩ, không thể lơ là, chệnh mảng trong sự học tập được. Người tu theo Phật giáo cũng vậy, muốn đạt được mục tiêu thành Phật, chúng ta phải giữ Bồ Đề Tâm kiên cố, nếu không, sẽ bị vật chất lôi kéo, nghe những lời dèm pha tiêu cực v.v..., nửa đường bỏ dở.

Câu hỏi tiếp theo là: Ra khỏi sanh tử luân hồi, thần thức của chúng ta đi về đâu? Theo giáo lý Đại thừa, khi ra khỏi vòng sanh tử luân hồi của ba cõi¹ hay sáu đường², tùy thuộc vào sự tu tập, thần thức chúng ta có bốn cõi Tịnh độ để đi về:

- Phàm Thánh Đồng Cư Tịnh Độ
- Phương Tiện Hữu Dư Tịnh Độ,
- Thật Báo Trang Nghiêm Tịnh Độ,
- Thường Tịch Quang Tịnh Độ.³

II. PHƯƠNG PHÁP TU TẬP TẠI CHÙA PQTTT

1.Đàn tràng Lăng Nghiêm: Phương pháp tu tập chính tại Chùa PQTTT dựa trên Kinh Đại Phật Đảnh Thủ Lăng Nghiêm (Kinh ĐPĐTLN.) Một đàn tràng tám cạnh được xây dựng và việc bài trí trong đàn tràng mô phỏng theo lời chỉ dạy của đức Phật Thích Ca trong Kinh ĐPĐTLN. Nội dung tu tập gồm có (1) Lễ lạy chư Phật, Bồ tát, (2) Phát

¹ Ba cõi: Dục giới, Sắc giới, vô Sắc giới

² Sáu đường: Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, A tu la, Người, Tiên.

³ Chữ Tịnh Độ ở đây cũng có nghĩa là Niết bàn.

nguyện, (3) Trì tụng **Chân Ngôn Tát Đát Đa Bát Đát Ra (Chú Lăng Nghiêm.)** Kinh ghi rằng trì Chú Lăng Nghiêm sẽ giúp tiêu nghiệp, giải trừ những tập khí lâu đời, sau khi nhập Đản tràng tu tập trong 3 tuần lễ⁴, nếu được đức Phật Thích Ca “**rờ đầu an ủi**”, và nếu người có lợi căn ở lại đản tràng tu tập Thiền định trong một trăm ngày có thể đắc quả Tu-đà-hoàn hay ít nhất cũng tự biết mình sẽ thành Phật trong tương lai. Vì thuận theo thời tiết của Texas, USA, nên mỗi năm Chùa PQTTT chỉ tổ chức cho Phật tử gồm Tăng, Ni, Cư sĩ Nam, Nữ tham gia hai lần, mỗi lần hai tuần lễ vào đầu tháng Tư (thời tiết hết lạnh nhưng chưa nóng) và đầu tháng Mười (thời tiết hết nóng nhưng chưa lạnh.)

Thiền định theo kinh ĐPĐTLN thường được gọi là “**Lăng Nghiêm Đại Định.**” Thiền định này được gọi là “Đại Định” vì phương thức thực hành đưa chúng ta trực chỉ vào Tâm, thấy (kiến) Tánh thành Phật. Lưu ý mệnh đề “thấy (kiến) Tánh thành Phật” khác với Bát Nhã Tâm Kinh “chiếu kiến ngũ Uẩn giai không.”

⁴ Kinh ghi phải nhập đản tràng trong 3 tuần lễ, mỗi ngày 6 thời. Tuy nhiên, vì hầu hết không có 3 tuần lễ nghỉ để tu tập, nên sau một thời gian, Chùa thay đổi thành 2 tuần, nhưng mỗi ngày phải thêm một thời để bù đắp. Trên hơn chục năm qua, việc tu nhập đản tràng Lăng nghiêm theo sự thay đổi này vẫn có trải nghiệm tốt đẹp.

Để được hướng dẫn thực hành Lăng Nghiêm Đại Định, Phật tử phải học Kinh ĐPĐTLN để có được chánh kiến về Chơn Tâm, Vọng Tâm, phải nhập Đàn Tràng Lăng Nghiêm nhiều lần để tẩy bớt tập khí lâu đời, và để được lực của chư Phật và Bồ tát gia hộ cho Tâm được thanh tịnh đến một mức độ nào đó. Lý do đơn giản là Phật tử phải nên trải qua nhiều kỳ nhập Đàn tràng Lăng Nghiêm là để giúp chúng ta khi thực hành Thiền định chóng thành tựu hơn, Chùa không có ý cất dấu, làm khó... Tu Phật là để làm lợi ích cho chúng sanh, nên nếu có Phật tử nào muốn tu, Chùa rất hoan hỷ giúp đỡ, hướng dẫn tận tình, và tạo điều kiện thuận lợi cho Phật tử tu tập.

Nhắc lại, đường lối tu tập theo kinh ĐPĐTLN là để thành Phật. Do đó, Bồ đề tâm phải kiên cố và luôn luôn ghi nhớ Tâm nguyện của mình như đã ghi trên.

2.Đàn tràng Dược Sư: Đàn tràng Dược Sư, được xây dựng dựa trên Kinh Dược Sư. Đa số Phật tử quan niệm sai lầm rằng tu tập theo Kinh Dược Sư chỉ để cầu giàu có và khỏi bệnh tật mà thôi. Nhưng để ra khỏi vòng sanh tử luân hồi, một trong những đại nguyện của đức Dược Sư Lưu Ly Quang Như Lai là ngài sẽ **hoàn thành tâm nguyện cho Phật tử khi họ qua đời có thể vãng sanh về các cõi Tịnh độ**. Vì vậy, pháp tu tập trong đàn tràng Dược

Sư sẽ tạo duyên cho quý Phật tử có thêm cơ hội dễ dàng ra khỏi vòng sanh tử luân hồi, nhất là người bệnh đã có tu tập trong đàn tràng Dược Sư, không bị đau đớn lúc lâm chung (nhất là những người bị bệnh ung thư,) tinh thần vẫn tỉnh táo, sáng suốt, theo ánh sáng chói chang của chư Phật, Bồ tát mà về cõi Tịnh độ mình mong ước.

3.Đàn tràng Chuẩn Đề: Tu tập trong đàn tràng Chuẩn Đề với “**Sám Pháp Chuẩn Đề**” giúp cho Phật tử bớt chướng duyên trên đường tu tập, và cũng có thể “**đắc định chứng Bồ-đề**” (kệ của Ngài Long Thọ Bồ tát.) Tuy nhiên, phương pháp tu Sám Pháp Chuẩn Đề còn có cả thực hành Phổ Hiền Hạnh Nguyện mà trong Kinh ĐPĐTLN, ngài Phổ Hiền có hứa rằng Phật tử nào trong tâm có phát **Hạnh Nguyện Phổ Hiền**, lúc qua đời, dầu Phật tử ấy nghiệp chướng còn sâu, không thấy được ngài, ngài vẫn cõi voi sáu ngà đến để giúp Phật tử được thành tựu (vãng sanh về cõi Tịnh độ.) Một em bé, trong lúc người bà qua đời và trong nhà đang làm lễ, em thấy và chỉ ra cửa sổ bảo rằng có người cõi voi trắng đứng nơi cửa sổ (ngài Phổ Hiền.)

Tóm lại, với ba phương pháp tu nhập đàn tràng nói trên, nếu không thành Phật, Phật tử vẫn có nhiều cơ duyên thoát ly vòng sanh tử luân hồi về cõi Tịnh Độ.

***Lưu ý:** Trong tất cả ba đàn tràng Lăng Nghiêm, Chuẩn Đề, Dược Sư, không cần phải tụng thêm bất cứ Thần chú nào khác. Ngoài đàn tràng, tùy ý.

III. CƯ SĨ

Tất cả mọi người đều có thể đến Chùa PQTTT để tham dự các khóa lễ vào ngày Chủ Nhật dành cho đại chúng và các thời thuyết giảng Phật Pháp, không phân biệt là Phật tử hay không phải là Phật tử. Đối với những người tin Phật nhưng chưa có được làm lễ Quy Y Tam bảo có thể yêu cầu Chùa làm lễ Quy Y và ban Pháp danh. Nếu Phật tử nào đã có Quy Y và có Pháp danh rồi, có thể giữ Pháp danh cũ, không cần thiết phải đổi Pháp danh; tuy nhiên, cũng có thể xin đổi Pháp danh. Khi sinh hoạt tại Chùa, Chùa khuyến khích Phật tử xưng hô với nhau bằng Pháp danh để tạm thời quên đi chuyện thế gian, đối đãi với nhau không phân biệt giai cấp xã hội giàu nghèo, sang hèn.

1. Quy Y Tam Bảo:

Phật tử là người tin theo lời Phật dạy, quyết tâm thực hành theo lời Phật dạy để trở thành Phật, trong Phật giáo gọi là **phát Bồ đề tâm**. Để trở thành một Phật tử, Phật tử có thể xin Chùa tổ chức lễ Quy Y Tam Bảo.

Quy Y là trở về nương tựa; Tam Bảo gồm Phật, Pháp (lời dạy của Phật) và Tăng đoàn (Tăng/Ni).

1.1.Quy Y Phật: Phật tử trở về nương tựa Phật vì đức Phật là một vị có trí tuệ siêu việt (mô tả trong đêm ngài thành Phật.) Ngài biết tất cả mọi việc xảy ra trong vũ trụ rộng lớn không biên giới, qua thời gian dài vô tận - từ vô thủy đến vô chung - không ai có được trí tuệ siêu việt như ngài.

1.2.Quy Y Pháp: Phật tử nương tựa, học hỏi và thực hành lời đức Phật dạy vì chỉ có Phật Pháp mới chỉ cho chúng ta con đường thoát ly sanh tử luân hồi. Phật Pháp có ý nghĩa từ cạn đến thâm sâu, từ **hữu vi** là những gì chúng ta có thể nhận biết được qua sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý (còn gọi là tại thế gian) và **vô vi** có nghĩa những gì sáu căn không thể nhận biết được (còn gọi là ngoài thế gian.)

1.3.Quy Y Tăng: Phật tử nương tựa Tăng/Ni vì ngày nay đức Phật đã nhập Niết bàn, Phật Pháp còn để lại qua ba tạng kinh điển, nhưng phải có người giúp Phật tử hiểu được ý nghĩa lời Phật dạy chứ không phải ý nghĩa của mỗi chữ, vì ý nghĩa thật sự của lời Phật dạy nằm ngoài chữ viết và lời nói. Ý nghĩa thật sự chỉ có thể biết được sau khi thực hành thiền định thâm sâu. Cư sĩ cũng có thể thực hành điều này, nhưng chúng ta không biết được Cư sĩ nào là Thiện trí thức có thể giúp chúng ta. Đa số Tăng/Ni mới có thì giờ để tu tập và hướng dẫn Phật tử.

Để thể hiện ước nguyện tu tập và mở đường cho đức Phật Di Lặc ra đời để độ chúng sanh, Chùa đặt Pháp danh cho Phật tử bắt đầu bằng chữ **Di**, như ngài **Di Lặc**.

2. Bốn nguyện:

-Nguyện cố gắng không làm việc ác (để khỏi bị đọa vào ba đường ác Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh)

-Nguyện cố gắng làm việc thiện (để có thể vào ba đường thiện Thần, Người, Tiên)

-Nguyện thanh tịnh tâm (để thoát vòng sanh tử luân hồi)

-Nguyện cứu độ tất cả chúng sanh (để tất cả đồng thành Phật)

Cư sĩ đã thừa nhận tu tập Phật giáo theo sự hướng dẫn của Chùa PQTTT, quý Phật tử được quyền xem Chùa là cơ sở của mình, mỗi tuần vào ngày Chủ Nhật từ 9:00 AM đến tham dự các khóa lễ tại các đàn tràng, thực hành thiền định, nghe hoặc trao đổi Phật Pháp, ăn cơm chay ... Ngoài ra, những ngày khác trong tuần Phật tử, khi có thời giờ rảnh, cũng có đến Chùa để tu tập, làm công quả để gìn giữ Chùa hầu có nơi sạch sẽ, không hư hại ... mà cùng nhau tu tập. Đặc biệt, nếu Chùa có đủ điều kiện để cư ngụ, Cư sĩ, nhất là những Cư sĩ có ý định xuất gia trong những tháng năm sắp đến, cũng

có thể bàn với Chùa để vào cư ngụ trong Chùa và vẫn đi làm như thường. Tuy nhiên, điều kiện là trong khi ở trong Chùa chỉ có thể ăn chay, muốn ăn mặn phải đi ra ngoài Chùa. Thảo luận với Chùa nếu muốn biết thêm chi tiết.

IV. TĂNG/NI

Xây dựng Tăng/Ni đoàn tại Chùa PQTTT có nhiều thay đổi so với truyền thống Bắc tông xưa nay. Nguyên tắc căn bản là dựa trên các tiêu chuẩn không trụ vào hình tướng, loại bỏ nếu cần những ảnh hưởng của Khổng giáo và Lão giáo. Sau đây là điều kiện để trở thành Tăng/Ni tu tập theo sự hướng dẫn của Chùa PQTTT.

1.Y phục: Thuở xưa, khi chưa có nền văn hóa Tây phương gia nhập vào Việt Nam, người Việt Nam trong lúc làm việc thường mặc áo quần bà ba, và khi có lễ lạc, ngày Tết, gặp nhau giao tế ..., họ mặc thêm áo dài phía ngoài. Tăng/Ni trong sinh hoạt hằng ngày mặc áo màu lam hay màu nâu, kiểu gần như áo quần bà ba với thân áo dài quá hông và hai bên hông có lớp vải che, để trông lịch sự hơn khi đứng lên ngồi xuống. Khi đi ra khỏi Chùa, Tăng/Ni phải mặc thêm áo dài may bảy mảnh để che kín từ trên thân xuống dưới chân, ba màu có thể dùng cho bộ quần áo này là lam, nâu, vàng. Khi làm lễ, mặc bộ đồ quần áo ngắn và áo dài may

bảy mảnh tất cả đều màu vàng, **không đắp y** như từ trước đến nay.

Phong tục Ấn độ, để tỏ lòng cung kính, Chư Tăng quần vĩ sarong, phải để bày vai mặt, nhiều ba vòng và quỳ xuống khi thưa thỉnh Phật. Đối với các nước mặc áo có tay dài làm sao có thể để hở vai mặt được nên họ chế ra chiếc y quần qua nách. Như vậy, tại sao chúng ta phải bắt chước người Ấn độ, với tâm kính trọng chúng ta lễ lạy ngài bằng tâm, không nhất thiết phải sửa tướng qua sự mặc y phục.

2.Niệm đọc: Khi niệm Phật, niệm Chú chỉ đọc, không ngân nga, kéo dài theo điệu âm nhạc. Niệm Phật, niệm Chú phải rõ ràng, lớn nhỏ, nhanh chậm tùy ý khi tu tập một mình. Tuy nhiên, khi niệm Phật, niệm Chú cùng đại chúng phải giữ tốc độ trung bình sao cho số đông có thể cùng niệm.

3.Lễ lạy: Lễ lạy là một hình thức để tỏ lòng kính trọng cho nên chúng ta dùng sự **quỳ lạy**, không phải đứng lên quỳ xuống hay nằm xuống kéo thân trước dài ra trước như tập quán của người Tây Tạng. Trong tư thế quỳ, hai đùi và thân thẳng đứng, cháp hai tay để nơi ngực rồi đưa lên ngang trán, sau đó, cuối gập người xuống sàn nhà, hai bàn tay đưa xuống, chống trên sàn nhà để giữ cho trán vừa chạm đất. Khi trán đã chạm đất, dùng hai bàn

tay đẩy thân người lên trở lại vị trí ban đầu, đồng thời chắp hai tay vào trước ngực. Tùy theo số lạy 1 hay 3 lạy đổi hỏi mà thực hành.

Để cho buổi lễ diễn ra theo thứ tự, đều đặn, phải có “**người dẫn lễ**” (không gọi là “**người chủ lễ**” như các Chùa khác.) Vì vậy, người dẫn lễ có thể là Tăng/Ni hoặc một Cư sĩ, không cần phải có một vị cao Tăng/Ni sư, một vị trụ trì để dẫn lễ.

Mỗi tuần, tại Chùa đều có thuyết pháp. Đến giờ thuyết pháp, sau khi Phật tử đã vào chánh điện, một đại diện mời Thầy/Sư Cô ra thuyết pháp, **không cần thiết phải làm nghi lễ “tác bạch.”**

4.Chuông mõ: Chỉ dùng chuông, 3 tiếng chuông để ra hiệu bắt đầu hoặc chấm dứt buổi lễ và 1 tiếng chuông để bắt đầu tụng đọc. Phật tử Chùa PQTTT không dùng mõ vì không được hưởng dẫn tụng Kinh mà chỉ được giảng dạy Kinh cho Phật tử hiểu ý nghĩa để thực hành lời Phật dạy.

Kinh Phật được xem như những lời chỉ dẫn (instructions) để chúng ta thực hành giống như chúng ta khi mua một cái bàn, trong hộp có tờ giấy chỉ dẫn cách thức lắp ráp để tự mình lắp ráp lấy. Chúng ta không thể ngồi đó đọc tới đọc lui lời chỉ dẫn cho thuộc nằm lòng và chẳng bao giờ thực hành việc lắp ráp cái bàn, như vậy biết bao giờ chúng ta có được cái bàn để sử dụng.

5. Cấp bậc của tu sĩ: Từ thời đức Phật chỉ nói đến “tứ chúng” Tỳ kheo (Thầy,) Tỳ kheo ni (Sư cô,) Ưu bà tát (Cư sĩ nam,) Ưu bà di (Cư sĩ nữ.) Chùa PQTTT áp dụng danh xưng của người tu xuất gia và người tu tại gia theo như trong thời đức Phật. Sau khi Chùa làm lễ cho Phật tử **xuất gia với Phật** (chứ không phải với người Thầy, người Thầy chỉ là người hướng dẫn tu tập) tùy theo Phật tử ấy là Nam hay Nữ mà trở thành Tỳ kheo (Thầy) hay Tỳ kheo Ni (Sư Cô) không mang cấp bậc danh xưng nào khác.

6. Giới luật: Con đường tu tập tại Chùa PQTTT nhằm mục tiêu thoát ly sanh tử luân hồi, nên chúng ta chỉ áp dụng pháp “**không dính mắc**” hay nói theo Kinh Kim Cang là “**không trụ**” (Không trụ vào đâu để sanh tâm.) Thật vậy, sau khi nhổ máy xong, chiếc tàu muốn ra khỏi bờ, phải nhổ neo dưới đáy nước, phải tháo gỡ dây cột tàu vào trụ nơi bến cảng. Chúng ta không áp dụng 250 giới của Tỳ kheo hay 348 giới của Tỳ kheo ni để tránh thiếu sót và “phản ứng phụ” ngay lúc lâm chung. Câu hỏi thường được đặt ra là làm thế nào để buông bỏ được? Hằng ngày hãy áp dụng câu kệ trong Kinh Kim Cang:

Tất cả pháp hữu vi

Như mộng, huyễn, bọt, ảnh

Như sương, như ánh chớp

Phải quán sát như thế.

Bên cạnh đó, trong cuộc sống hằng ngày trong Chùa, tất cả phải cố gắng thực hành “**sáu điều hòa thuận**”: (1) Thân hòa chung sống, (2) Lời hòa không cãi, (3) Ý hòa cùng duyệt, (4) Biết hòa cùng giải, (5) Giới hòa cùng tu, (6) Lợi hòa chia sẻ.

Ngoài ra, Tăng/Ni nếu vì chướng duyên muốn hoàn tục và sau này muốn trở lại tiếp tục đời sống tu sĩ, sẽ **không bị giới hạn số lần hoàn tục**. Chùa PQTTT luôn luôn mở cửa cho bất cứ ai còn muốn tu tập để thoát vòng sanh tử luân hồi. Nên nhớ kỹ, chúng ta tu vì lợi ích cho chúng ta và sau đó cứu độ chúng sanh, chứ không phải lợi ích cho cá nhân nào hay cho Chùa.

Trước khi làm lễ xuống tóc xuất gia tu Phật, tùy theo hoàn cảnh của mỗi Phật tử, Phật tử có thể sống trong Chùa một thời gian dài ngắn để một lần chót xem mình có thích hợp với đời sống tu sĩ hay không?

Đường lối tu tập của Chùa PQTTT khác hẳn những phương pháp tu của các trường phái Phật giáo khác. Cho nên, **Chùa không giao du với các Chùa khác** vì chúng ta và các Chùa khác không

thể cùng làm lễ chung với nhau, giao lưu chỉ mất thì giờ và đôi khi có thể xảy ra những chuyện hiểu lầm.

V. TU TẬP LẠC ĐƯỜNG

Đức Phật với lòng từ bi cho mọi chúng sanh, không biệt căn cơ thấp cao (thông minh hay chậm chạp,) nghiệp chướng nhiều hay ít, ngài dạy nhiều phương pháp tu tập khác nhau gọi là “thừa” như nhân thiên thừa, tiểu thừa, đại thừa, kim cương thừa, tối thượng thừa. Nếu không học hỏi được Phật Pháp nhiều, không thể thực hành thiền định, không thể thực hành Mật tông ..., nhưng tâm muốn thoát vòng sanh tử luân hồi, ngài dạy cho phương pháp “niệm Phật vãng sanh” (nên nhớ phương pháp này không phải thuộc Tịnh độ tông bên Tàu.)

Tu tập lạc đường có nghĩa là chúng ta thực hành Phật Pháp thay vì để đạt mục tiêu do đức Phật dạy, chúng ta đã **hiểu sai mục tiêu** nên thực hành nhắm vào mục tiêu khác mà vẫn tưởng là chúng ta đi đúng đường. Sau đây là một số ví dụ thường gặp trong quá trình tu tập Phật Pháp.

1.Niết bàn tại thế: Đạo Phật là đạo diệt khổ. Nhiều người cho rằng nếu trong cuộc sống hiện tại, chúng ta làm thế nào để không còn cảm thấy khổ nữa, chúng ta **cảm thấy an lạc**, đó là chúng ta đã đạt được Niết bàn. Chúng ta quên mất đi rằng Phật

Pháp dạy rằng có **hai thế giới hữu vi và vô vi**. Thế giới hữu vi là thế giới được nhận biết được qua sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Cái biết của sáu căn này bị vô minh che lấp nên sai lầm ví dụ như chúng ta đeo kính màu để nhìn sự vật, màu của sự vật ấy bây giờ bị nhận biết không còn giống như khi chúng ta không đeo kính màu. Vì vậy, để chúng ta có thể thấy được bản chất thực sự của mọi hiện tượng hiện ra trong vũ trụ là gì, đức Phật dạy chúng ta thực hành Thiên định để thanh tịnh tâm. Với tâm thanh tịnh chúng ta có thể thấy được một thế giới khác, thế giới đó gọi là thế giới vô vi.

Thế giới hữu vi do vô minh mà hiện ra nên chịu luật thành, trụ, hoại, không, chịu ảnh hưởng của luật vô thường. Do đó, sự an lạc mà chúng ta có được trong hiện tại này mang tính chất vô thường. Trong khi đó, nếu chúng ta thực hành thanh tịnh tâm, đạt đến thế giới vô vi – thế giới của tâm thanh tịnh - thế giới này mang tính chất thường còn, vĩnh viễn. Cái an lạc đó mới thực sự là cái an lạc mà đức Phật muốn chúng ta đạt đến. Chúng ta không thể nào làm cái an lạc trong thế giới hữu vi mang tính chất vô thường với thế giới vô vi mang tính chất thường còn. Sự sai lầm này khiến chúng ta lãng phí một đời tu tập mặc dầu đã được tái sinh vào cõi người và gặp được Chánh Pháp lại có thuận duyên để tu tập.

2. Phước đức và công đức: Lâu nay, chúng ta tu tập là nhắm vào mục tiêu sau khi bỏ thân xác này sẽ ra khỏi vòng sanh tử luân hồi để về cõi Tịnh độ. Vậy mà chúng ta vẫn bị lôi kéo vào những việc làm phước đức để cho kiếp sau có được cuộc sống tốt đẹp hơn. Hãy nhớ lại một cách ngắn gọn chuyện ngài Bồ đề đạt ma (tổ thiên tông Trung quốc) khi qua Trung quốc đến diện kiến vua Lương võ Đế, nhà vua hỏi: Trẫm đã cho xây không biết bao nhiêu Chùa, đúc không biết bao nhiêu tượng Phật Bồ tát..., như vậy có được bao nhiêu công đức để có thể vãng sanh? Ngài Bồ đề đạt ma đáp: chẳng được một chút gì công đức cả.

Khi chúng ta đã chọn một con đường tu, chúng ta phải cùng nhau xây dựng một chỗ để tu. Trước khi tu Phật, chúng ta có một nơi trú ngụ chánh (nhà.) Ngày nay, khi bắt đầu tu Phật, chúng ta nên xem nhà này trở thành là chỗ trú ngụ phụ, và chúng ta nên xem chỗ để chúng ta từ nay và suốt cuộc đời còn lại tu tập là chỗ trú ngụ chính. Trong mọi thời gian, tâm tư chúng ta đều hướng về nơi ấy, gìn giữ nơi ấy để chúng ta và bạn đạo có nơi tu tập. Đó chính là chúng ta tạo công đức.

VI. CHƯỞNG DUYÊN TRÊN ĐƯỜNG TU TẬP

Trong cuộc sống hằng ngày ở thế gian cũng như trên con đường tu tập luôn luôn có trở ngại không nhiều thì ít, rất hiếm có người hoàn toàn không có

trở ngại. Đối với người tu Phật, dù tu theo pháp môn (đường lối) nào khi gặp trở ngại, trong Phật giáo gọi là gặp “chướng duyên.” Chúng ta sẽ tìm hiểu thế nào là chướng duyên, những ý nghĩ sai lạc về chướng duyên, những gì được gọi là chướng duyên, và làm thế nào để vượt qua chướng duyên.”

1. Định nghĩa chướng duyên

Người tu Phật đúng đường, chân chính, luôn luôn phải **phát Bồ đề tâm**. Phát Bồ đề tâm có nghĩa là chúng ta phải Quy Y (nương tựa) nơi Tam Bảo gồm Phật, Pháp và Tăng đoàn để học hỏi Phật Pháp, thực hành Phật Pháp và **quyết tâm ra khỏi vòng sanh tử luân hồi** khi rời bỏ thế gian này, và để **thành Phật**.

Như vậy, chướng duyên (ma chướng) là bất cứ những gì gây sự ngăn cản chúng ta tiếp tục con đường tu Phật để ra khỏi vòng sanh tử luân hồi. Người xưa chia chướng duyên làm bốn loại: (1) Phiền não ma, (2) Âm ma, (3) Tử ma, (4) Tha hóa Tụ tại thiên ma. Để đơn giản và dễ hiểu, chúng ta chia chướng duyên gồm hai loại, **ngịch duyên** và **thuận duyên**. Lâu nay, chúng ta chỉ để ý đến nghịch duyên có nghĩa là những gì ở ngoài đời, trong Chùa làm cho chúng ta buồn phiền, khổ sở, nghi ngờ bạn đạo, Thầy/Cô, khiến chúng ta không thể hoặc không muốn đi Chùa, không còn muốn

học Phật Pháp và đôi khi, còn trầm trọng hơn nữa là “dị ứng” với Tam Bảo. Tuy nhiên, mặc dầu nghịch duyên tất nhiên không tốt cho con đường tu tập của mình, nhưng cũng có lúc tự chúng ta nghĩ lại và thấy rằng mình không tu tập để mong ra khỏi vòng sanh tử luân hồi thì người trực tiếp thiệt thòi là chính chúng ta. Do đó, chúng ta có thể trở lại tiếp tục tu tập, quên đi những khác biệt về suy nghĩ, lời nói, hành động khiến chúng ta không giữ được sáu điều hòa thuận áp dụng tại Chùa.

Nhưng chúng ta quên rằng thuận duyên mới nguy hiểm hơn, chúng có thể làm chúng ta thối Bồ đề tâm. Thuận duyên khiến chúng ta quên đi cái khổ của vòng sanh tử luân hồi, quên rằng có được thân người là quý báu và dễ có điều kiện tu tập, cho nên nếu kiếp này chúng ta không cố gắng bỏ thì giờ tu tập, kiếp sau, không biết chúng ta có được như hoàn cảnh hiện tại hay không, chúng ta sẽ tái sanh về đâu, vào cảnh giới nào?! Hãy ghi nhớ và thận trọng trong điều này.

2.Những ý nghĩ sai lạc về chướng duyên

-Đường lối tu tập: Đường lối tu tập chính của Chùa Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm (Chùa PQTTT) là tu tập theo Kinh Đại Phật Đảnh Thủ Lăng Nghiêm (Kinh ĐPĐTLN) trong đó Kinh ghi là **Tối Thượng Thừa** (phương pháp tu cao nhất) và đức

Phật dạy cho tứ chúng gồm Tăng/Ni, Cư sĩ Nam/Nữ. Vậy mà do hiểu sai hay cố ý hiểu sai, có người cho rằng pháp tu này chỉ dành cho Tăng/Ni mà thôi. Phật tử không biết, tin theo nên không những không dám tu theo mà cũng không dám đọc Kinh ĐPĐTLN nữa là khác.

Trong Kinh ĐPĐTLN, đức Phật dạy ngài A-nan rằng về thời Mật Pháp chúng sanh phải lập đàn tràng tụng Chú **Tát Đát Đa Bát Đát Ra** (Chú Lăng Nghiêm) để tiêu diệt tập khí lâu đời thì có người lại tuyên truyền rằng Chùa đó tụng **bùa chú** làm cho người ta diệt dục. Họ dựa trên phần duyên khởi để đức Phật nói kinh Lăng Nghiêm, Ma đấng già dùng tà chú ngoại đạo khiến cho ngài A Nan sắp bị phá giới. Nghe chữ bùa chú và diệt dục, Phật tử sợ nên không dám tu theo. Đâu biết rằng **Chú Lăng Nghiêm phá tan tà chú của ngoại đạo** và giúp ngài A Nan không bị phạm giới.

-Pháp tu thứ hai tại Chùa PQTTT là thực hành Sám Pháp Chuẩn Đề, một Sám Pháp giúp Phật tử bớt được chướng duyên để tu hành được nhanh chóng. Có người lại đồn đại rằng tu Mật tông sẽ bị “tẩu hỏa nhập ma” có nghĩa là điên khùng. Chùa PQTTT đã thực hành Chuẩn Đề Sám Pháp hơn cả chục năm nay chẳng có ai bị điên mà ngược lại những người bị ma nhập đến Chùa chỉ nghe Phật

tử tụng Chuẩn Đề Sám Pháp, ma bỏ chạy, bệnh điên không còn.

-Pháp tu thứ ba tại Chùa PQTTT là tu tập theo Kinh Dược Sư. Nói về bốn nguyện và công đức của Chư Phật, Đức Phật Thích Ca đã lấy bốn nguyện của Đức Phật Dược Sư làm mẫu để chúng sanh hiểu rõ. Nhiều Phật tử bị bệnh và Bác sĩ Mỹ đã bó tay chỉ chờ chết, vậy mà do cầu nguyện trong đàn tràng Dược Sư họ đã hết bệnh, Bác sĩ nói rằng “your Buddha is miracle.” Hôm nay chúng ta nói về chướng duyên nên không đi sâu vào những mẫu nhiệm của sự tu Phật.

3.Chướng duyên mà chúng ta không biết đó là chướng duyên

Sau đây, chúng ta hãy để ý vài chướng duyên thông thường hay xảy ra: Không muốn đến Chùa nữa vì không thuận hòa với bạn đạo, không muốn đi Chùa vì hiểu lầm những lời đồn đại ngoài đời. Những hiện tượng này cũng có thể do những thế lực ma chướng muốn phá hoại con đường tu Tội Thượng Thừa như đức Phật đã đề cập trong kinh Lăng Nghiêm, phần “ngũ ám ma”.

4.Vượt chướng duyên

Trước hết chúng ta tự hỏi chúng ta đến Chùa để làm gì? Nếu vì mục tiêu tu Phật để ra khỏi vòng sanh tử luân hồi là quan trọng thì hãy xem mọi việc

khác như không có hoặc không quan trọng. Phải xem bạn đạo của mình rất quý vì họ đang cùng mình chung lưng chung sức xây dựng Chùa để có chỗ tu học, sách tấn nhau tu học, giúp đỡ nhau, những ý kiến khác nhau trong các sinh hoạt tại Chùa đều nhắm chung một mục đích tốt cho tất cả chúng ta. Thật nguy hiểm khi chúng ta xa Chùa trở về môi trường sống thế tục, chúng ta sẽ nói chuyện thế tục, “chánh kiến” thay đổi và biết đâu chúng ta lại thói Bồ đề tâm, phải chăng sẽ uổng đi một kiếp người khó được, xa rời Chánh Pháp mà thời Mạt Pháp này khó tìm, tương lai của những kiếp tới thật mù mịt...

Tóm lại, những điểm ngắn gọn ghi lại trên đây là kim chỉ nam để quý đạo hữu theo đó mà thực hành kèm theo những tài liệu giảng dạy các kinh sách tại Chùa PQTTT, thực hành thiền định, sẽ giúp quý đạo hữu không đi sai lạc Chánh Pháp và cơ hội thoát ly sanh tử luân hồi rất cao.

Mùa hè năm 2017

Chùa Phật Quốc Thanh Tịnh Tâm