

PHẬT-GIÁO HỘI
ASSOCIATION BOUDDHIQUE

ĐUỐC - TUỆ

TUẦN BÁO RA NGÀY 1^o VÀ 15

Báo quan ở chùa Quán-Sứ N 73 Richaud, Hanoi



Chủ-nhiệm : Nguyễn-năng Quốc
Chánh hội trưởng hội Phật-giáo
Quản-lý : Cung-dinh-Bính

Chánh chủ bút : Phan-chung-Thứ
Sư cụ chùa Pàng-Sở
Phó chủ bút : Dương-vân-Hiền
Sư cụ chùa Tề-Cát

GIA BÁO Lũ năm 1\$50. Nửa năm 0\$80. Mỗi số 0\$07.

MỤC-LỤC

Số bài	Số trang
2) Cái hại của câu tục-ngữ (Văn-quang-Thúy)	3-7
3.) Tập thuyề-n-định theo phép khoa-học (Thiều-Chửu)	8-19
1.) Phật học với sự thực-tế (Nghiêm-v-Hội)	19-24
4.) Cảnh sách xuất-gia	24-28
5.) Phật hóa nhân-gian (Viên-Quang)	28-30

PHƯƠNG DANH CÁC VỊ CÔNG ĐỨC CÙNG TIỀN LÂM CHÙA HỘI QUÁN TRUNG-ƯƠNG

Nguyễn tăng Sinh, Đồn-diễn vận-tải phủ Nam-sách,
Hải-dương cùng 10\$00

Mme Nguyễn tăng Sinh née Trần thị Hạ đồn-diễn
vận tải Nam sách Hải-dương 10.00

HÁN-VIỆT TỰ-ĐIỂN

Kính cáo cùng các vị đã đặt trước. Bản-quán rất cảm-kích tấm lòng các vị yêu quý Tự-diễn mà giá tiền đặt trước cũng được khá đông. Bản-quán tính rằng tập Bị-Yếu đến đầu Février 1942 có thể ra được, nhưng vì trong thời gian ấn-hành vì có hai việc cản trở:

1) Giấy đắt và khó mua.

2) Chữ Nho không mua được, mà khắc tay thì thợ rất ít.

Vì thế nên công việc chậm-trễ, in ròng-rã trong năm tháng trời mới xong được nửa bộ, cứ tình hình này thì đến tháng Mai năm 1942 mới ra được. Vì thế bản-quán xin thanh-minh công việc để các Ngài rõ và Bản-quán xin hết sức dốc-thức thợ làm, hễ xong sớm được ngày nào xin gửi sách hầu các Ngài ngay.

Dám mong các ngài lượng cho. Imp. ĐUỐC-TUỆ

CÁI HẠI CỦA CÂU TỤC-NGŨ “TRẺ VUI NHÀ GIÀ VUI CHÙA”

Nam-mô Bản-sư Thích-ca Mâu-ni Phật.

Kinh-bạch chư đại-đức và liệt quý, cư-sĩ

Đạo Phật là một đạo rất cao sâu mầu-nhiệm, nhưng không phải là một đạo bí-hiểm mà loài người ta ở thế-gian này không ai có thể tu học được.

Ngày như ở nước ta đây, xưa nay các vị tại-gia xuất-gia tu học được thành đạo cũng không phải là ít. Ngày nay có rất nhiều người không hiểu đạo Phật là gì và cho đạo Phật là khó quá, không thể học được. Thực ra thì chỉ là tại mình không chịu học, không chịu tu dấy mà thôi. Chẳng những thế, mà lại có người đặt ra một câu, nay đã thành câu tục-ngữ là câu « Trẻ vui nhà già vui chùa » làm cho các bạn trẻ không ai giám lai vãng đến cửa chùa nữa; thật là một câu vô ý-thức vô nghĩa-Iý làm mê-hoặc lòng người; đến nỗi đạo Phật suy-đồi như ngày nay, thật là lỗi tại những ai trong bạn thiếu-niên đã mê-làm tin theo câu nói ấy.

Chính ngày cái thân chúng tôi đây cũng chỉ vì đã lầm-nhiệm lời nói ấy mà từ lúc trẻ thơ đến thừa bực đầu, vẫn chẳng hiểu đạo là chi, thế mà vẫn tự hào là một đệ-tử của Phật. Vẫn tưởng rằng đạo Phật là huyền-bí lắm, sức người phàm-trần không thể học nổi, phải có Phật, thánh hiện hình ra chỉ bảo cho thì mới hiểu được. Cũng có lúc muốn phát tâm học đạo thì lại bị cái câu tục-ngữ « Trẻ vui nhà già vui chùa » nó ngăn cấm ngay đi, nó bảo rằng tuổi mình đang vui-vẻ trẻ-

trung, thì cần phải ở nhà mà lo việc thế-gian, để đến già rồi hãy vui chùa vui chiền mà học đạo. Cái ý-nghĩa mù-mờ của câu tục-ngữ ấy đã làm cho biết bao nhiều người hiểu lầm rằng đạo Phật là một đạo ru ngủ những người tuổi già đã gần kề miệng lỗ, tức là một đạo của người chết hay là một hạng người gần chết.

Người có đạo tâm nghĩ đến lời nói ấy, chẳng hay có thắm-thía đắng cay chua-xót hay không?

Thưa các Ngài, đạo Phật quyết không phải là thế. Đạo Phật là một đạo cứu người từ khi còn ở trong bào-thai cho đến khi tận số, giúp cho đời được mọi sự yên vui, giải-thoát cho đời hết mọi sự khổ-não. Như trong kinh Thủ-lăng-nghiêm nói rằng: « Cầu thế đắc thế, cầu tử đắc tử, cầu tam-muội đắc tam-muội, cầu trước thọ đắc trường thọ, như thị nữi chí, cầu đại Niết-bàn, đắc đại Niết-bàn » nghĩa là: Ai đã tu theo đạo Phật thì muốn cầu cho gia-đình có vợ hiền con thảo cũng được; muốn cầu hiểu-thấu phép Phật cũng được, muốn cầu sống lâu được sống lâu, cầu tài cầu quan cũng được, cầu gì được nấy, cả đến cầu thành Phật cũng được thành Phật yên vui trong cảnh-giới đại Niết-bàn. Trong kinh Pháp-hoa lại có câu: « Nhất thiết thế-gian tư-sinh sự-nghiệp giai thị chính pháp » nghĩa là: người đã theo đạo Phật, thì làm được hết thảy mọi sự nghiệp giúp ích cho cuộc nhân-sinh ở thế-gian đều là chính-pháp cả.

Nghe mấy câu kinh này, cũng đủ biết đạo Phật là đạo cứu sống cho người sống, ngay từ khi lọt lòng mẹ ra đời; những sự giúp ích cho công cuộc nhân-sinh khôn xiết kể, mà toàn là những sự nghiệp khi người ta còn trai trẻ, đều phải ước mong. Vậy thời sao người ta lúc trẻ chẳng vui chùa học đạo vừa lợi cho mình vừa lợi cho người mà lại cứ đợi đến lúc tuổi già mới vui? Có phải là điên đảo mê-hoặc hay không.

Thưa các ngài, chúng tôi hồ! như thế, thì chắc ngài

cũng thừa biết rằng người ta sử dĩ mê muội đến như thế, là tại người kia không học kinh Phật. Thật quả như vậy, người ta chẳng học thì chẳng biết nghĩa-lý, và chẳng học thì chẳng bằng loài vật, đó là lời thánh hiền ở thế-gian khuyên người ta cần phải có học, tức là cần phải có giáo-dục, cho nên ở ngay trong sách Tam-tự-kinh của trẻ thơ học ngày xưa cũng có câu rằng: « Nhân bất học, bất tri lý, nhân bất học, bất như vật ». Nhưng mà nói đến sự học Phật, thì đệ-tử nhà Phật ngày nay lại càng đau xót lắm. Vì đệ-tử nhà Phật ngày nay đã thất học ngay từ khi mới vỡ lòng.

Thưa các ngài, xin các ngài từ mẫn tha thứ cho chúng tôi, chúng tôi nói thế không phải là có ý luy-báng đệ-tử nhà Phật, mà chính là ý chúng tôi ước mong cho đệ-tử nhà Phật có một nền học Phật qui-mô hùng-tráng, không kém gì các trường Đại-học của thế-gian. Chẳng nói chi những khoa-học cao-đẳng chuyên-môn của thế-gian tất là phải học tới đôi ba mươi năm mới hiểu thấu, hãy nói ngay như sự học phổ-thông tất cũng phải dài mãi đến sách tới mười mười hai năm, mới vớ được cái bằng thành-chung tốt-nghiệp. Về sự học thế-gian, xây dựng lên các trường học, tốn kém kể hàng vạn hàng triệu bạc, cung cấp cho các giáo-viên, sinh viên cũng phải hàng vạn bạc trở lên; có thế mới đào tạo được các bậc học-giả thượng-lưu tri-thức, mà đến khi thành tài, thì cũng chỉ chuyên giúp ích cho xã-hội quốc-gia về đường tinh-thần đạo-dức mà thôi; chứ không phải làm lung khó nhọc hết thầy mọi công việc khác ở thế-gian, như là cây ruộng tát nước lấy cơm mà ăn, chần tằm hái dâu lấy áo mà mặc v.v. Sự học của thế-gian còn phải dày công tốn của là nhường ấy, huống chi là sự học Phật nào có phải dễ đâu, mà không chịu tốn của tốn công, nghiên-tinh khắc-khổ, thì học làm sao được? hiểu làm sao được? thế rồi cứ ngồi mà kêu là sự học Phật khó quá không học được. Thực ra nào có phải là khó-khẩn đến như thế đâu, chỉ tại mình không chịu khó nâng cao nền học Phật cho bằng nền

học của thế-gian đó mà thôi.

Nay xin các Ngài ngảnh lại, thử nhìn nhận sự học của chúng ta đây, xem phỏng có thể mở mày mở mặt được với sự học của thế-gian hay không ?

Này, trông mấy gian chùa chật hẹp, một vài vị sư làm giáo-viên, dăm bảy chú tiểu làm sinh-viên, ăn chẳng đủ no, mặc chẳng đủ ấm, kinh sách đèn dầu giấy bút vật liệu, hết thầy đều thiếu thốn; thế mà mong cho có những bậc cao-tăng đại-tài, hùng-luận, ra đời mà truyền bá chân-lý đạo Phật, cứu người giúp đời về đường tinh-thần đạo-đức, cho có giá trị cao-qui như các bậc học-giả thượng-lưu trí thức bên thế-gian, thì phỏng có đáng chán ngán hay không, mà mong mỗi làm gì cho thêm nhọc lòng vô ích ? Đem cái tinh cảnh học Phật của mình điều tào nường ấy, mà so-sánh với nền học thế-gian, hùng-vĩ nường kia, nên chúng tôi bảo đệ-tử nhà Phật ngày nay đã thất học ngay từ khi mới vỡ lòng, tưởng cũng không phải là quá đáng.

Vậy nay chúng tôi xin thành-tâm ai cầu Phật lực, cúi mong các vị đại-đức lão-thành, hô-hào các bậc thanh-niên tân-tiến, cùng nhau phá cho tan cái ý nghĩa khốn nạn của câu tục ngữ **trẻ vui nhà già vui chùa** kia, chẳng biết nó lưu truyền từ đời kiếp nghiệp lai nào cho mãi đến bây giờ mà khốn khổ đến như thế ? Đạo Phật đã không phải là một đạo chỉ cốt để ru ngủ các cụ già, và chỉ cốt cầu nguyện cho người chết mà thôi. Đạo Phật vốn có công-năng giúp ích cho cuộc nhân-sinh nhiều lắm, vậy thì các bậc thiếu-niên anh-tuấn phải ra mà gánh vác lấy đạo Phật, phải cùng nhau gom tài góp sức, xây dựng lại nền tảng học Phật của Tổ-nghiệp-lưu-truyền, cùng nhau kết duyên vui vầy trong cửa thuyền lâm, thấu-thái lấy tinh-thần cao-thượng, trau-dồi cho trí-tuệ quang-minh, mỗi ngày phải để ra 2, 3 giờ đến chùa mà học bàn kinh-luận, làm cho đạo Phật xương-minh, để cứu vớt lấy nhân-tâm thế-đạo, vừa lợi

ích cho mình vừa lợi ích cho người. Sự nghiệp quang minh chính-đại như thế, lúc còn trẻ tuổi, thân thể khoẻ mạnh, tai mắt thông minh, còn e làm không nổi; huống chi đến lúc già, lưng yếu tay mềm, mắt lòa chân chậm, thì làm làm sao được?

Lại còn ở đời, ngày xuân thắm thoát, nhân-sinh thất thập cổ lai hi, có phải rằng ai ai cũng sống lâu được mãi đến 7, 8, 9, 10 mươi cả đâu? Chợt cái con ma vô thường nó đến, thì mình dở tay không kịp. Vậy mà cứ đợi đến lúc già mới vui chùa, thì ở đời mấy ai đã chắc sống được đến già mà mong hưởng cái thú vui chùa ấy; dù may ai có được hưởng, thì cũng chẳng được bao lâu, nhất là lại không hiểu nghĩa lý gì, thì cái thú vui chùa ấy lại càng thêm tẻ ngắt. Đức thanh Khổng nói rằng: **chiêu vân đạo nhi tịch tử khả già** nghĩa là sớm được nghe đạo rồi, thì tối chết cũng há.

Vậy nay bạn trẻ chúng ta đang khi khoẻ mạnh chẳng chịu vui chùa mà nghe đạo, lỡ mai chết mất, há chẳng uổng kiếp người lắm ru?

Một vị tu hành đi qua bãi tha ma, thấy những mồ vô chủ, phần nhiều đều là mồ mả những người chết yểu không kịp quy y Tam-bảo cho nên có câu rằng: **Mạc đái lão lai phương niệm Phật, cô phần đa thị thiếu niên nhân**, nghĩa là vui chùa chờ đợi tuổi già, mồ hoang lắm kẻ kia là thiếu-niên.

Hôm nay chúng tôi xin chí tâm chí niệm danh-hiệu đức Phật A-di-Đà và đức Quán-thế-âm Bồ tát, xin các Ngài phù hộ cho bạn trẻ chúng ta, sớm biết hồi tâm vui mến cảnh chùa mà nghe đạo, cố công cùng sức xây đắp lại cái nền học Phật của Tổ-nghiệp lưu lại, làm cho đạo Phật xương minh, vẫn hồi nhân tâm thế đạo, giắt diu nhau lên cõi liên đài cực-lạc, thọ-quang vô cùng.

Nam mô A di Đà Phật.

Văn quang Thù.

Tập thuyên-dịnh theo cách khoa-học

PHẦN NGUYÊN LÝ

CỎI RỄ LOÀI NGƯỜI— Ông Lão-Tử nói rằng: « muôn vật nhưc nhưc, đều có cỗi rễ cả » ý nói muôn vật, vật nào cũng có cỗi rễ vậy. Xem như loài cây cỏ kia, do từ lúc reo giống đến lúc nảy mầm, rồi sinh gốc, ngọn, cành, lá, tốt tươi đậm đà, thứ nhỏ thì bằng tầm bằng trượng, thứ nhón thì cao vót từng mây. Thứ hỏi rằng: sao mà có được như thế? Thì chắc ai là người không trả lời rằng: « vì cỗi rễ nó xâu xa bền chặt ru » Ói! ai cũng biết rằng cỗi rễ nó bền chặt xâu xa mới hút được nhiều chất bồi trong đất để vận lên nuôi gốc, ngọn, cành, lá, mà cây cỏ mới tươi tốt. Còn như loài người sinh từ mấy mươi muôn nghìn năm tới nay, xuy xét ra người cũng chỉ là một phần trong muôn loài mà thôi. Có sinh mệnh tất có cỗi rễ, thật là một lẽ dích nhiên, không còn phải ngờ vực gì nữa. Cỗi rễ cây cỏ, thì ai cũng biết ai cũng nói được; còn cỗi rễ loài người thì ở đâu? Ói! ít người biết lắm. Xong lẽ sự ấy cũng không khó gì. Muôn vật mới sinh ra, lúc mới kết-hợp đều bởi cái bọc nhỏ cả. Loài người bởi cái bọc trứng nhỏ của con gái và cái bọc tinh nhỏ của con trai kết, hợp với nhau mà thành ra thai, cũng như là cái (phôi) của cây cỏ vậy. Khi thai mới kết hợp ở trong bụng mẹ, thì một đầu là cơ-thể, còn một đầu là buồng rau, quãng dĩa là cái cuống rốn ràng buộc lại, chừa trong mười tháng, đến lúc đẻ rồi, cái cuống rốn mới rụng ra, xem thế mà xuy ra ta có thể biết rằng lúc mới sinh ra người, cái rốn có trước nhất mà tức là cỗi rễ của người vậy. Vun bón cỗi rễ cây cỏ thì phải lấy các chất bón tốt mà bón sới vua tươi luôn. Vun bón cỗi rễ người thì phải lấy công tác-dụng của tâm-ý minh bón tươi luôn. Phép sinh-tọa ấy là lúc đẻ cho tâm-ý ta bón tươi cỗi rễ của ta vậy.

CÁI CỐT NẶNG CỦA CẢ MÌNH

Cối rễ loài người ở cái rốn mà tôi đã nói ở trên kia, các đạo-sĩ xưa kia đã biết trước cả rồi, nên mới có cái phương pháp tu dưỡng đan-điền. Đan-điền một lên gọi là khí-hải, ở về dưới rốn. Nhưng tôi làm quyển sách này là cốt phát-huy những điều tâm-đắc-trong bấy nay và lấy lẽ chân-thực mà bàn rõ ra, tuyệ nhiên không tách tham hiệp các cách tu luyện của nhà đạo-sĩ, cho nên không gọi là đan-điền mà gọi là cốt nặng vậy.

Các nhà vật-lý - học cũng công nhận rằng vật gì cái cốt nặng cân đứng thì yên lặng mà cái cốt nặng xiêu lệch thì tất đổ, xem như cái tháp cao trăm thước, cái lâu gác trời kia sao đứng trọi một mình mà không đổ, cũng chỉ vì theo đúng cái công-lệ của cốt nặng mà thôi. Than ôi, người đời khờ dại không biết giữ lại tâm đến cối rễ của mình mà yên định lấy cái cốt nặng ấy, suốt ngày vắn vơ, thân tâm tán-loạn, đến nỗi tâm tính không được hòa bình, các cơ quan không theo mệnh lệnh, ốm đau tai vạ, nhân đó lún vào, thật đáng thương biết bao. Phép lĩnh-tọa này nay nói rút lại là chỉ cốt thu hợp cả tâm-ý mình lại, mà chú trọng một cái cốt nặng cho được yên định vậy. Cứ một mực làm mãi, trước còn gắng gượng sau thành tự nhiên, bấy giờ các bực nhỏ trong mình đều phục mệnh lệnh mình hết, không phiền-não nữa mà vui thú vô cùng. Nhà Nho ta chủ-tĩnh, họ Lão bảo-nhất. đạo Phật chú-quán, lên gọi đều khác nhau, xét cho kỹ cũng chỉ là cốt cầu cho cái cốt nặng được yên định mà thôi.

TĨNH-TỌA CÓ QUAN-HỆ VỚI SINH-LÝ

Sự cấu-tạo nên mình người ta rất là phức-tạp tinh-riệu, thực không sao mà nghĩ được. Bấy giờ các khoa-học tuy phát đạt thực, nhưng đối với môn học ấy thật là mới biết được qua loa, chưa biết được hết.

Xét về sinh-lý thì cái cơ-quan có công-dụng nhất ở trong toàn thể người thì cốt nhất là sự sinh hoạt. Sự sinh-hoạt là sự thu-nhiếp lấy chất-bỏ ngoài để cung cấp vào những phần ở các cơ-quan ở trong mình bài tiết ra mà thôi, sự ấy gọi là sự mới cũ thay bù. Sự mới cũ thay bù ấy làm việc không có lúc nào nghỉ mà cầm cái quyền chủ-chương cho sự ấy lại cốt bộ máy tuần-hoàn. Bộ máy tuần-hoàn ấy gồm cả các bộ như quả tim, mạch máu và các ống tiêu, để vận huyết đi suốt cả mình quanh vòng không có lúc nào dừng cả.

Huyết-dịch đi quanh mình chừng 24 giây đồng hồ thì khắp được một lượt, một ngày một đêm quanh vòng nhanh tới 3600 vòng, nếu đi được thông lợi không vướng mắc đâu thì trong mình mấy khỏe mạnh mà hơi mắc miu một tý thì các cơ-quan bị bệnh ngay, có khi cũng bởi một cơ-quan nào tổn thương, cũng hay làm cho huyết dịch dừng-trệ lại mà làm ra bệnh. Các cơ-quan ấy nhà sinh-lý học gọi là cái gán tùy-ý, nghĩa là cái công-dụng của nó tự ý nó làm, dẫu lúc mình ngủ ngáy cả mình yên lặng mà nó vẫn không dừng nghỉ chút nào, không thể lấy tâm mình mà cai-quản được, cho nên khi nó đình trệ mà sinh ra bệnh, người ta không thể nào dự phòng được. Các nhà vệ-sinh cũng chỉ hay dùng các phương-pháp sạch-sẽ và thu-hấp lấy nhiều bóng nhật quang với không-khí trong trẻo để giúp nó xoay-vùn mà thôi, duy một phép tinh-tọa này có thể làm cho cái cốt nặng yên định ở bộ dưới như một chính-phủ trung-trương mạnh lớn, có thể chỉ-huy các cơ-quan, khiến cho huyết-dịch quanh vòng nhanh chóng không có tích-trệ lại mà không sinh bệnh được nữa, giá có bệnh nữa cũng có thể làm cho không bao lâu lại được nguyên cũ. Ấy dùng cách chữa bệnh từ lúc chưa phát như thế, so với cách chữa lúc có bệnh rồi, công hiệu thật khác nhau như giới như đất vậy.

TÍNH-TỌA CÓ QUAN-HỆ VỚI TÂM-LÝ

Trong thân thể người ta tuy rằng nhiều bộ phận, nhưng rút lại thì chỉ có hai phần 1) tinh-thần 2) nhục-thể. Về phần tinh-thần có nhiều cái bí-điệu không thể nghĩ được nên mới sinh ra các nhà tôn-giáo, và các nhà triết-học. Về phái cực-đoan duy-vật thì cho rằng sự tác dụng của tâm-ý người ta chẳng qua cũng chỉ là cái dấu vết kinh-nghiệm từ lúc mới sinh ra mà lại, rồi in sâu vào trong óc, mà thường cũng theo nhục-thể mà tiêu mòn hết, không công-nhận là có phần tinh-thần; về phần phái cực-đoan duy-tâm thì phản-đối hẳn, cho rằng nhất thiết các vật trong thế-giới đều bởi tâm mà ra cả, không có tâm thì không sao có vật được. Hai phái nói thế đều là thiên cả. Xét kỹ xem thì hai phần thân-tâm đều không bỏ bên nào được, mà về phần tâm-ý thì có ảnh-hưởng cho nhục-thể nhiều. Đại để kể ra thì có nhiều nhẽ lắm như: trong lòng hồ thẹn thì sắc mặt đỏ; xuất đém buồn rầu thì tóc bạc. Còn như thuật thói-miên thì lợi dụng cách ám-thị khiến cho người bị thuật cầm cái dùi nóng khẽ bảo rằng cái này không nóng, thì kẻ cầm dùi cũng không nóng bỏng mà da dẻ cũng không can gì cả, nhiều sự như thế kẻ không sao xiết được, xem như thế thì đủ biết tinh-thần có thể cai quản được nhục-thể vậy. Người đời không hiểu nhẽ ấy thì nung lòng, ngoài thì bị vật đánh đổ, tinh-thần toàn-thể đều tan-tác không hợp nhất được, tâm với hình ngày một xa lắt xa lơ mà trăm bệnh sinh ra, thậm-chí non yếu nữa như thế thật rất nhiều. Phép tinh-lựa này là cốt cho tinh-thần toàn-thể hợp-nhất lại, tự nhiên khi-thể hòa-bình, sống lâu ốm ít. Nhất là cái gì? — tức là cái cốt nặng vậy.

Cái cốt-nặng tức là cái căn-bản thân tâm nhất-chí.

Cái cốt-nặng đối với mặt sinh-lý thì hay khiến cho định-thần thông-nhất, xem thế thì biết rằng cốt-nặng của phần thân thể tức là cốt-nặng của phần tâm không

thể nào mà phân biệt được vậy. Vì thế nên cốt-nặng yên thì thân được khỏe mạnh, và tâm cũng được hòa-bình, mà cốt-nặng không yên thì thân tâm đều mất cái thú khỏe-mạnh hòa-bình, người bấy giờ nhằm chia ra làm hai, kể luyện nhục-thể, thì những cách tu - dưỡng tinh - thần, kể tu - dưỡng tinh-thần thì lại khinh dễ việc luyện tập nhục-thể, như thế thật là không xê kỷ cả, chỉ bằng ta để ý vào cái căn-bản thân-tâm nhất-chỉ có hơn không.

CHÂN NGHĨA CHỮ TĨNH

Quả đã xoay chung quanh mặt giới không lúc nào dừng nghỉ, người ta gửi hình trên mặt đất cũng tất phải theo quả đất rung động, như thế thì muốn loài, nghìn thứ trong vũ-trụ, chỉ có một chữ động là gồm được tất cả, sao còn nói tĩnh được ru? Hóa cho nên cái chân-nghĩa hai chữ động-tĩnh không thể lấy các nhẽ tầm thường mà giảng giải ra được. Động đây là thế nào? — Nghĩa là tự mình ta hành-động để làm lụng, trái với cái phương-hướng hành-động của quả đất vậy. Tĩnh đây là thế nào? — Nghĩa là tự mình không hành-động gì trái với cái phương-hướng của quả đất vậy. Sao thế? Bởi vì quả đất hành-động ta không cảm-giác được một ly, ta tĩnh được một phút, ấy cũng là đến được cái cảnh không thể cảm-giác được một ly nào, mà cũng động một cách như quả đất động vậy.

CÁI HIỆN TƯỢNG YÊN ĐỊNH TRONG LÚC TĨNH-TỌA

Cách yên định cốt nặng trên kia tôi đã nói rõ rồi còn cái hiện-tượng lúc tĩnh tọa thế nào, không thể không phân-giải cho rành mạch được. Muốn cho cốt nặng yên định ở bộ dưới rốn thì lúc mới bắt phải nhờ ở phép thở hút (nói sau) khiến cho cái sức huyệt-dịch quanh vòng xung cả mình hợp vào đấy, bấy giờ bộ bụng dưới rốn bành-trướng ra mà thành một cái sức hùng mạnh, ấy là cái hình ngoài tỏ ra rằng cái cốt nặng đã yên định, còn như ở trong thì thấy

khí thể hòa-bình vô-tư vô-lự, tâm ý lặng lẽ, hợp cả vào một chỗ, hình như bóng mặt giăng trong vút giữa trời không, không còn một mây may trần-tục nào vướng vào đấy, ấy là cái nội-tướng tỏ ra rằng cốt nặng đã yên định rồi vậy. muốn cho được hưởng những cảnh thú ấy, duy có phép Tĩnh-tọa là có thể chiếm được mà cái công-hiệu kì-diệu không sao lấy lời nói mà hình dung cho hết được

PHẦN HÌNH HẢI VÀ PHẦN TINH-THẦN CỦA TA

Thân thể người ta có hai mặt nhục-thể và tinh-thần, những người tầm thường thường bị các sự ham muốn của tai mắt miệng mình nó bó buộc nên chỉ biết cái phần hình hải của mình mà không biết cái phần tinh thần của mình, nên cái cốt nặng rối loạn, lỏng lỏng ở trên ngực, cơ-quan toàn thể không có điều tiết, soảng ra thì ốm yếu mà nặng ra thì chết, lúc chết tất khi nghẽn lên cổ, ấy tức là cái cốt nặng nó bóc lên mà lấp chặt vậy. Người biết cách tu dưỡng, thì hai phần nhục-thể và tinh thần phải kiên cố cả. Song ta xem các nhà thể-dục luyện tập gân thịt rất là kiên cố, thế mà nhất-đán mắc bệnh lại không đủ sức chống lại, thậm chí thành ra người phế-tật nữa, mà các nhà tu hành (đấy nói các nhà tu hành thật) hay các nhà triết học chuyên luyện tập tâm-lý thì lại hay nhờ cái công tu dưỡng ấy mà thành ra khu-trục được các căn bệnh, tuy rằng trông mình này eo lả mà vẫn thường thường hưởng được hết tuổi giờ. Xem thế thì biết rằng cái năng-lực của phần tinh thần của ta hơn cái phần hình hải của ta nhiều lắm. Phép Tĩnh-tọa này là cốt cho cái cốt nặng yên định, có thể hợp cả hình với thần làm một mà lại hay lấy tâm sai khiến nữa. Cứ ngày ngày dùng giờ tu tập, không sao nghĩng chửi náo, thế cũng có thể gọi là cách tinh thần liễu liễu.

PHẦN PHƯƠNG PHEP

Nguyên-lý đã biết rõ rồi, lại nên dùng phương-pháp để mà tập. phương-phép tập Tĩnh-tọa có hai phép cần

nhất. 1) - Chính-đốn cácđi ngồi, 2) - điều-hòa thđ-
hút. Hai cách ấy là cái thien cốt cần cốt nhất cho
kẻ mới tập, nay sẽ lần lượt kể ra rõ ràng.

Cách ngồi, các điều chú ý trước sau khi tĩnh-tọa

1) Dọn một gian trái tĩnh-mịch hay chđ buồng ngủ
cũng được, mở cửa sổ ra, đóng cửa cái lại cho người
ngoài khỏi vào nhiễu.

2) Làm một cái chđn hay đệm dày đđ ngồi cho
được lâu.

3) Khi vào ngồi cởi áo vén quần. nơi thắt lưng
cho thđ rộng cho gân thđ khỏi bị bó buộc.

4) Thân phải thẳng, xương sống phải ngồi cho ngay
ngắn.

5) Lúc nào thđi mở mắt dần ra, rồi sẽ buông chđn
tay ra dần chđ có vđi.

XẾP ĐẶT HAI CHÂN LÚC TĨNH-TỌA

1) Ngồi xếp bằng.

2) Ngồi xếp bằng rồi xếp chđn trái lên trên đùi
chđn phải, chđn phải sang đùi bên trái, tay vđ chđn
phải lên đùi bên trái cũng được, tùy thđi quen của
mình (ngồi xếp bằng đđ một chđn này lên trên chđn
kia tục gọi là đan-lất-bàn), tức là cách nhà chùa ngồi.
Ngồi vđ hai chđn lên với nhau, hai gót chđng lên trên
cđ, tục gọi là song-lất-bàn, ngồi như thế thì các gân
thđ cả mình gắng cả ra mà xương sống tự nhiên ngay
thẳng, nhưng mới tập khó học được ngay thì tập cách
đan-lất-bàn cũng được, chỉ cốt chú-ý đđng đđ cho
xương sống cong thđi.

3) Ngồi bắt chéo hai đùi với nhau như hình ba
góc, mà mé ngoài bắt chđn phải sát xương đđm chiđu
tự khác cái cốt nặng yên đđnh ở bụng dưới.

4) Lúc mới tập ngồi tất tđ buồn khó chịu, nên cố
chịu khó nhđn, lâu tự khác quen. Tđ tđi không thđ
cố nhđn được, nên đđi chđn nọ sang chđn kia, nếu lại

không chịu được nữa thì hãy bỏ hẳn ra khỏi tế, lại ngồi.

SỬ TRÍ BỘ NGỰC, HÔNG, BỤNG, LÚC TĨNH-TỌA

1) Ngực nên ngã về đằng trước một chút cho quả tim thông xuống (ở tim thông xuống tức cổ nhân gọi là tôn-tướng đan-diên). Cái cốt nặng của người thường không yên định được, thường bổng lên ở trên ở tim, lúc mới học Tĩnh-tọa thường thấy ngực bụng tức bực, không được thư xuống, tức là cái chứng rõ ràng ở tim không được thông xuống được đó. Nên cần thường thường phải chú-ý ở bụng dưới khiến cho ở tim lỏng ra không bám lại được, lâu rồi tự nhiên nó thông xuống mà cốt nặng mới yên định được.

2. — Hông nên sách ra đằng sau để cho xương sống khỏi cong, hình xương sống vốn vẫn hơi cong, lúc ngồi không sách hông ra, thì xương sống tất cong và ra mặt ngoài mà cả mình siêu vẹo cả.

3. — Bụng dưới phải yên vững, yên vững bộ bụng dưới tức là để cho cái cốt nặng yên định. song không phải là để ý dùng sức, cốt để nhờ cái công tác-dụng của tâm-ý mình nó quét sạch hết cả các sự nghĩ nhằm mà chú ý thu hợp cả ở bụng dưới, cốt nặng tự nhiên yên định (cứ chẳng nghĩ gì, lâu dần cốt nặng tự yên định xuống).

SỬ TRÍ HAI TAY LÚC TĨNH TỌA

1. — Hai tay sẽ khép với nhau để trước bộ bụng dưới hay để trên bắp chân cũng được.

2. — Kháp hai tay vào với nhau thì sẽ lấy bốn ngón tay này, khép vào khe bốn ngón tay kia, hai ngón tay cái ngoặc lấy nhau như hình cái móc.

3. — Hoặc lấy tay trái khép vào tay phải, hoặc tay phải khép vào tay trái đều tùy ý mình dù sao cũng được.

4. — Để hai tay đều tùy-ý tự nhiên của chân tay mình, hoặc để chỗ bụng dưới, hoặc để trên đùi, không

5. — Hai tay đưa xuống dưới và các ngón tay khép với nhau nên để mặc tự nhiên, không nên dùng sức một lý nào.

SỬ TRÍ MẮT TAI MŨI VÀ THỞ HÚT LỰC TĨNH TỌA

1. — Đầu cõ ngay ngắn, mặt ngoài thẳng về đằng trước.

2. — Hai tai nên để yên như không nghe thấy gì.

3. — Mắt hơi nhắm.

4. — Miệng ngậm kín, lưỡi để áp lên hàm trên.

5. — Lúc tĩnh tọa nên dùng phép chính-hò-hấp (các mới tập dùng cách chính-hò-hấp ngay thì khi khó, nên hãy dùng cách thở hút thường).

SỬ TRÍ TRONG LÒNG LỰC TĨNH TỌA

1. — Nên nhất thiết bỏ hết không nên nghĩ nhằm, (cõ ý thức người ta cũng như chỗ rạp hát, mà các quan-niệm cũng như các phương-hệ, thoát nổi lên thoát biến đi, thường thường ẩn hiện trong chốn rạp hát, không có lúc nào yên lặng cả, nên muốn cho khỏi nghĩ nhằm thực là rất khó, duy chỉ nhất-chỉ chú-ý vào một sự chính-đại quang-minh thì các sự nghĩ nhằm tan tác hết: cho nên hay chú ý vào cái cốt nặng, thì các sự nghĩ nhằm dần dần tiêu mòn hết).

2) Dùng phép phản-chiếu để cho khỏi nghĩ nhằm. (Trên kia tôi nói rằng đừng nghĩ nhằm, nhưng nói rằng đừng nghĩ nhằm cũng là một sự nghĩ nhằm rồi, cho nên không gì bằng dùng phép phản-chiếu, phép phản-chiếu cũng có thể gọi là phép trông vào bụng. Hai con mắt người ta thường thường chú-ý vào các vật ngoài, không ai đem vào ở trong bao giờ. Lúc tĩnh-tọa nhằm hai mắt lại đem những manh mối sinh ra sự nghĩ nhằm chỉnh-lý lại cho hết, thì dụ sự A nổi lên, phó-giả lại sự A, sự B nổi lên thì phó-giả lại sự B, nắn ngay từ gốc, lọc trong tự nhiên, lâu

lâu tự nhiên không nghĩ nhảm nữa.

3) Tĩnh-tọa vẫn có thể tiêu-trừ được tất bệnh mà bổ thêm sức khỏe được, nhưng lúc ngồi cũng nên bỏ hết đấng nghĩ đến sự khỏi bệnh và sự khỏe thêm mới được.

4) Nên mặc kệ tự nhiên đừng cầu lấy hiệu ngay, nên để như một chiếc thuyền con ra tới giữa giòng, bỏ lái buông buồm, phóng mặc muốn đi đâu thì đi.

5) Lúc tĩnh-tọa nhắm hai mắt lại, còn có thể không trông thấy các vật ngoài được, duy chỉ các tiếng vang động ở ngoài động vào trong tai, thì trong lòng sinh ra nghĩ nhảm ngay, rất là khó trị cho nên cần phải thu-nhiếp tinh-thần lại mà nghe ở trong mình, dầu có tiếng vang vào cũng nên mặc kệ, hình như không để ý nghe tiếng, luyện tập mãi mãi mới thành được, có khi sét đánh bên tai mà bất động mới hay.

6) Tập tĩnh-tọa phải như các nhà tôn-giáo, một lòng tin-ngưỡng mới được, lúc mới tập lại thường thấy trong lòng buồn bực khó chịu, phải cố gan, không chán-nản, một mực làm mãi, lâu rồi tự khắc thành công hiệu, công-hiệu nhiều hay không cốt ở lòng tin-ngưỡng.

THỜI GIAN NGỒI TĨNH-TỌA

Tĩnh-tọa mà đã được đến bực thâm:

1) thì đầu trong suốt ngày nằm ngồi đi đứng cũng vẫn là tĩnh mới hay. nhưng lúc mới tập phải định thì giờ, cứ theo đúng mà làm mới được, định giờ ngồi nên định vào khoảng sáng sớm giậy và lúc tối sắp đi ngủ, mỗi buổi ngồi một lần là phải, nếu không làm được đủ lệ thì ít nhất cũng phải trong một ngày, ngồi một lần.

2) thời gian ngồi tĩnh-tọa càng được lâu thì càng hay. Nếu không ngồi được lâu thì mỗi lần ngồi nửa

giờ đồng hồ, mà không ngày nào sao nhãng thì cũng được nhiều công-hiệu rồi.

3) Những người nhiều công việc cứ mỗi lần ngồi 40 phút là phải, nếu ngồi tới được một giờ thì càng tốt lắm.

4) Thời giờ ngồi bắt cứ sớm chưa chiều lúc nào cũng được nếu một ngày chỉ ngồi được một lần thì ngồi ngay lúc sáng sớm là hơn cả.

5) Cứ mỗi tối lúc sắp đi ngủ ngồi được độ 15, 20 phút cũng công hiệu, nhưng cốt nhất phải lấy lần ngồi sáng sớm làm chủ mà lấy lần ngồi tối làm phụ là phải.

6) Sớm gầy trước nhất hãy ngồi xoa bóp bộ bụng dưới điều hòa thở hút đã, rồi đi đại-tiên tiểu-tiên, xong rồi rửa mặt súc miệng, rồi hãy ngồi tĩnh-tọa, cốt nhất là phải đại-tiên tiểu-tiên rồi hãy ngồi tĩnh-tọa, nhưng mỗi người có một thói quen, có người sớm không đi tiểu-tiên đại-tiên được thì cũng mặc tự nhiên không nên cưỡng.

THỞ HÚT

Phép điều hòa thở hút, mỗi người ta thở một cái, hít vào một cái gọi là một hơi. Đây nói phép điều hòa thở hút, cốt nhân gọi là cách điều-tức vậy, phương pháp tập tĩnh-tọa cốt nhất là phép thở hút, cho nên phép thở hút là cần hơn cả. Các người thường cốt nặng bổng lên trên, không tự ở bụng, nên thở hút gần ngắn, thường trái với sự chình-hố-hấp. Cứ tự mình nên thực nghiệm xem, thấy lúc hít vào thì bụng phồng ra, thở hơi ra thì bụng thụt lại, ấy thế là thở hút không hợp cách, ai ai cũng thế vậy. Nên tập tĩnh-tọa trước nhất phải tập bỏ cái thói quen bất-chính ấy đã. Nhưng lúc tĩnh-tọa cần phải yên lặng không nghĩ ngợi gì, nếu cứ chú ý vào sự thở hút là không được-tĩnh rồi. Cho nên lúc mới tập tĩnh cũng cứ mặc cho thở hút tự nhiên, nhưng

trước khi lĩnh tọa phải chuyễn luyện tập thở hút, đã đến lúc vào ngồi thì không nên lưu-ý nữa, như thế thì không mấy ngày mà quen cách chính-hô-hấp được. Nay tôi sẽ lần-lượt nói đến phép chính-hô-hấp và phương pháp điều hòa như sau này.

Phép chính hô-hấp. 1 — Thở hút được chính phép thì lúc thở ra lực nhiên bụng dưới phình ra, lúc kết quả bụng dầy mà chắc. 2 — Dưới đốn dầy những hơi mà trên ngực không hư (không hư nghĩa là nhẹ nhàng) mà không thấy động, kết-quả đến rộng không trong trẻo mà không bực tức.

(còn nữa)

T. C.

Phật-học với sự thực-tế

(Tiếp theo số 164)

Nguyên-nhân của cái khổ trong những sự mơ ước của người ta chính là điều độc-nhất. Đối với họ vạn vật đều phải đối sử trong phương-diện đối-tượng và đức-linh, chứ họ không cần phải có một sự quan-sát trên những nguyên-nhân xã-hội hay bên ngoài. Đó chính là những tư-tưởng tri-tượng và ít thực-tế. Cái chân-lý thứ ba là sự phá-hủy cái khổ này, và điều chân-lý thứ tư là cách để làm viên-mãn điều thứ ba. Còn như những công-dụng vào sự phá-hủy cái khổ là tám con đường chính, thí dụ như : nghĩ ngay, nói thẳng, hay làm lành, vãn vãn... Nói về lý, trong tám con đường chính chúng ta nhận thấy cái tinh-thần của cái tri-tính và cái lý-tính đang bành-trướng ở trong hạng tri-thức của thời ấy. Vậy tám con đường ấy chỉ nói cho những người tri-thức, sống một đời an-nhàn, chứ không dành cho hạng người làm ăn hay cho dân-chúng. Song lẽ, những tôn-chỉ này mà Phật đã dạy, dấu rằng đối với chúng ta người ở kỷ-nguyên mới, nó không được đầy đủ, thì đối với nhất là những người tu-hành và có lẽ cho cả quần-chúng nữa, nó cũng là những tôn-chỉ đã qua. Nếu tôi nói những « tôn-chỉ đã qua », vì rằng Phật thí dụ bằng một sự nghiên-cứu phân-tích và khoa-học

của thời-dạ ấy. Phật thi-hành sự (ưng-trải), và còn như những cách đề đũ bỏ hết mọi nỗi khổ, Ngài mạnh bạo bỏ đi hết những cái mê-tin, những phong-tục vô ích ; lễ nghi, cúng tế, tu-luyện chuyên về tinh-thần . . . Thay vào những điều đó Phật chỉ bảo cho những « chính-nghiệp » (việc làm chính đáng) - rất lý sự. Chính đó mà ta được thấy cái tư-tưởng của Phật, thực-hành, lợi ích và lại xã-hội nữa. Xưa người Ấn-độ muốn thoát khỏi cái khổ, họ giết súc-sinh để dựng cúng Thiên-thần, thay vào những điều mê-tin ấy, Phật dạy cho cái giá-trị đức tính ; thật là một điều ngạc-nhiên lớn. Đối với các người Ấn-độ thời cổ thì họ tin rằng người ta có thể đũ-bỏ hết được cái khổ bằng những đồ cúng dâng, hay những sự lễ bái long trọng, cái tôn-chỉ rắn đời của Phật hẳn phải là một việc kỳ khôi, và có lẽ bấy giờ quần chúng cũng không hoàn-toàn công-nhận. Cái tư-tưởng chính của Phật « chính-nghiệp » là bài kinh tốt nhất, là cái huy-hiệu tốt nhất cho sự cải-lương của tôn-giáo ; nhưng sau này nhân cuộc vận-dộng cho sự phục-hưng của đạo Phật. Khi mà đạo Phật công nhận rằng những sự lễ bái cúng là những cách đề thoát khỏi cái khổ, cái tư-tưởng ấy vẫn có thi-hành.

Tóm lại, nhờ ở tứ-đế (bốn điều chân-lý) những điều mê-tin đã hoàn-toàn lánh xa ; Phật chỉ còn có cái đời đạo-đức mà thôi. Hoặc ở trong rừng, hoặc ở trong chùa, những người tu-hành được bình tĩnh và điều hòa sống một đời vắng lặng. Buổi sáng họ đi xin ăn, buổi chiều ngồi thuyết pháp ; đó cái đời tu-hành chính chực của kẻ tu-hành là thế. Nhưng về thời ấy, đối với đám quần chúng ít họ ; thực, cái đạo Phật rất tri-tính và rất đức tính này không thể nhận được, nó chỉ dành riêng cho bọn tri-thức và bọn tu-hành thôi, nhất là cho những người ghét kinh kệ-đá của đạo Bà-la-môn, và có những xu-hướng vô thần và bài-xích mê-tin.

Sự tuyên-dương đạo Phật đã bắt đầu như vậy, sau này ngài Ca-Điếp (Kacyapa) các em ngài và các đồ-đệ

của ngài hợp quần xung quanh Phật và cũng là cái nguồn của đám đồ-đệ thật đông của Phật, ngài Ca-Điếp cùng các bạn tri-thức của ngài đều quy Phật và bỏ đạo thờ « lửa » của các ngài. Ngài Yaça và các bạn của ngài đều được cảm-hóa bởi thuyết bi quan đầy tình-tinh của đạo Phật mà bấy giờ nó là cái đặc-tính của xã-hội Ấn-độ. Về sau ngài Bimbisara, vua nước Magadha cũng quy Phật nữa.

Cứ lời các kinh điển, thì Phật vẫn thuyết 12 phép nhân-duyên, và cái tôn-chỉ vô-ngã, tôi sẽ có dịp lại trở lại vấn-đề này. Nói rộng ra « vô-ngã » là một cái triết-tuệ cá-nhân rất dịu dàng, cất nghĩa bằng một cái liên-lạc tùy tiếp, và cũng như phép nhân-duyên nó kết-án thuyết tuyệt - đối.

Các kinh điển có kể đoạn sử lúc vua Bimbisara quy-Y, muốn tỏ hết sự hoan-hỷ của ngài đối với sự quy-y ngài có dâng cho chư Phật tử vườn « Venuvana » (Sinh-viên) làm nơi tinh-xá. Nếu chuyện này là thật, thì đó là lần đầu tiên mà cái xã-hội của các vị tu hành được các thiện-tín cúng dâng một nơi thờ-trạch. Bấy giờ Phật thuyết rằng những kẻ thiện-tín mà cúng dâng một thứ của cải như vậy sẽ được « phúc-báo » (punya). Cúng dâng một thửa đất mà được « phúc báo » nghĩa là gì ? và cái tư-tưởng của sự phúc-báo ấy với đạo Phật và mọi tư-tưởng của nó, có liên-lạc gì ? Muốn hiểu ta phải đọc đoạn sử nói về việc dâng vườn Venuvana đoạn sử ngài Suddha dâng vườn Jetavana, hay đoạn sử ngài Ambapali dâng thửa đất khi Phật tịch. Trong các đoạn sử này Phật giảng nghĩa cho các thiện-tín cái phúc báo. Trước các tin-đỡ Phật không thuyết cái triết-lý 12 nhân-duyên và bốn điều chân-lý; ngài bắt đầu nói những giáo-lý của sự « thí », « giới » và « thiên-đạo », nghĩa là « bố-thí, tri-giới, và sẽ được sinh vào cõi giới ». Như đây, hai chữ thứ nhất là cái nhân của cái phúc-báo, và chữ thứ ba là cái quả của nó. Chúng ta cũng chớ cho điều đó là không can-hệ; vì chúng ta thấy ở đó một

cái lý khác của Phật, nó có cái nguyên-tắc rất xã-hội. Đối với thiện-tín Phật không phải là một nhà triết-học mà là một nhà giáo-huấn. Đối với dân-chúng bây giờ cái nguyện-vọng chung là được sinh vào cõi giới ; ở đời này thì họ chỉ thích sống lâu, giàu có sang trọng. Muốn được cái hạnh-phúc được vững vàng và được phúc báo ở thế-giới khác, những người trong phái Bà-la-môn về thời ấy đều thích sự lễ bái linh-dinh, những cúng vật đắt tiền. Người theo đạo Jainisme, muốn được phúc báo thì họ sống một đời cần khổ để thay vào đồ đựng cúng.

Phật phản đối những phong-tục mê-tín và sự tu-hành cần khổ vô ích, bề ngoài ngài khuyên bố-thí, bề trong ngài khuyên phải giữ giới cho được điều hòa. Ngài gọi bọn của ngài là « cái xã-hội chừa và chính », và còn các bọn mê-tín khác ngài đặt tên cho là « cái xã-hội không chừa chính ». Thay vào sự lễ bái và cầu nguyện các vị thiên-thần của vũ trụ ngài dạy dân-chúng cái luân-lý xã-hội, cái luân lý có nghĩa lý nhất thế-giới - và điều hòa nhất. Đáng lẽ giết súc-sinh mà cúng-tế, ngài lại có một cái triết-lý khác nó bắt ta phải trọng sinh-linh và nó cấm sự giết tróc. Còn kẻ nào tìm cái tinh-hoa của nhà Phật bằng rượu, ngài khuyên họ không được uống rượu. Đối với kẻ nào coi sự lịch-sự như là một vẻ đẹp tôn-giáo, ngài khuyến khích họ một cái đời không xa-hoa. Ngài nói rằng người ta có thể sinh vào cõi trời và linh thụ được phúc-báo ngay ở cõi đời này, nào là tiền của, nào sống lâu, chỉ có bằng sự « bố-thí » và « trì giới »; đó là cái quý-tính của đạo Phật. Vậy Phật chỉ bảo cho tin đỡ những việc chân chính, rất có nghĩa lý và thực-hành ; ngài cũng công-nhận cho họ sự ước muốn được giàu có, sự ước muốn tinh-dục, sự mong sống và ngay cả sự ước muốn được sinh vào thế-giới khác. Ta biết rằng Phật là người không thờ tự gì hết, và ngài từ chối sự hạnh-phúc trên trái đất của họ, lòng mong ước được sinh vào cõi trời của họ, bay lòng mong ước được

sinh vào hạng người cao quý của họ. Chính đó là sự lớn rộng sự sâu xa của cái tư-tưởng của Phật là cái quý-tính xã-hội của đạo Phật. Và, ta có thể nói rằng đó là cái tư-tưởng ích quốc lợi - dân của Phật. Sự cúng-lễ bằng những con cừu, con bò đẫm máu dùng để làm gì ? Ếch lợi cho những người tu-hành phái Bà-la-môn. Một sự cúng-lễ như vậy có được phúc-báo không ? Không, phúc-báo là do ở sự làm lợi cho kẻ khác, bao nhiêu cũng vira, nghĩa là phải làm lợi cho xã-hội. Sự cúng tế, sự cần khờ, sự cầu khẩn trước thiên-thần không bao giờ có « phúc báo » được. « Phúc báo » cần phải thật sự, phải làm nhiều, phải công-hiệu. Phật chẳng đã khuyên ta làm những việc « bố-thí » như đắp đường, đào giếng, dựng nhà thương, mở mang phố xá, và những việc khác tương tự để cầu phúc đó dư ? Ngài dạy rằng cái duyên lành là sinh ra bởi những việc làm lợi cho người xung quanh ta, Chính đó là cái lý của sự « bố-thí » và « tri-giới ». Một xã-hội có thực-hành sự từ-thiện, sự bố-thí cho kẻ nghèo, kẻ ốm đau, người tu-hành nghèo, và không bao giờ làm hại người bên cạnh, vân vân... có thể có được phúc-báo, và xã-hội ấy sẽ được thái-bình ; người ở xã-hội ấy có thể sinh vào cõi trời được. Nếu bố-thí cho người tu hành mới là điều quý, thì chính những sự bố-thí ấy được coi như là những việc để cầu phúc, không những chỉ lợi ích cho một người mà lại lợi cho nhiều người, vì nhờ ở người tu hành mà nhiều người hiểu được cách đi tới con đường hạnh phúc. Vì vậy, phần nhiều các thiện-tín vâng theo lời giáo hóa của Phật, trọng giới luật mà xã-hội Ấn-độ bấy giờ đã công-nhận, và thực-hành sự « bố-thí » cốt để cái hạnh-phúc hiện-tại được vững bền và rồi được sinh vào cõi giới. Những điều luật này tuy rằng tầm thường và bình dân thật, nhưng nó mang lại cho đám quần-chúng thiện tín một cái luân lý của sự hoạt động hằng ngày, được khuyến khích bởi cái tư tưởng phúc báo, họ có thể càng ngày càng thêm sự hoạt động tinh tiến của họ. Và lại Phật cũng công nhận cho họ sự lạc thú ở đời — vấn-đề mà thỉnh thoảng tôi nhắc tới luôn.

Còn như điều được sinh vào cõi trời, ta thấy có một sự mâu thuẫn lớn. Ngài là người không thờ thần thánh gì cả và từ chối đến sự sống của linh hồn, song trước bọn dân vô học ngài là một nhà giáo huấn thực hành, ngài trông trước hai cái kết quả cùng một lúc. Sau này lúc lập ra tôn Tịnh-độ, cái tôn-chỉ được sinh vào thế giới khác được một bọn Phật tử công nhận, và ta thấy rằng ở Trung quốc và ở Nhật bản cái sự hướng này có một ảnh hưởng quan trọng. Song lẽ, sau này cái tư tưởng này không được công nhận mấy, nhưng những người cận đại với Phật cũng có cái trí tưởng ấy. Đối với hạng người bị ức hiếp và khổ sở thì cái tư tưởng ấy lại càng được hoan nghênh lắm.

(còn nữa)

 Nghiêm-văn-Hợi

CẢNH - SÁCH XUẤT - GIA

VÀ TẠI - GIA

堂草和尙緇素響篋

Tác-giả Hòa-thượng Tháo-Đương

(Dịch-giả Sa môn Tâm-Ấn)

Dịch đây là dịch thêm ý ngoại cho phổ thông dễ hiểu, chứ không phải là dịch đúng từng chữ, từng nghĩa xin độc-giả lượng cho.

Thế giới như cái hoa đóm ở giữa hư không, kể là thì lù lù chướng-ngại, người sáng thì thắm thắm rỗng suốt; có gì là thực thể đâu. Thân người là mộng huyễn, năm uẩn, bốn chất đối hợp, đây phút biến thiên, có gì là thường, là định. Hết thầy mọi pháp trong thế-gian, từ thân tâm cho đến vạn vật, đều là giả dối vô thường, vụt có, vụt không, không thường không định; thì còn trông cậy vào đâu!

Nếu không tu tiến cho tỉnh cuộc mơ màng, thì cứ bị cái hư hoa mộng chất kia, nó làm chướng-ngại cho mình, mình cứ phải tùy lòng huyễn cảnh mà trôi dạt quanh vòng biển khổ, đời đời kiếp kiếp,

biết bao giờ hoàn lại được bản-ngũ chân thực, tở-lại sáng suốt.

Vì vậy đức Như-lai thương xót chúng-sinh mê-muội, loanh quanh trong nhà cháy, mà phải xuất hiện ra đời để dạy bảo cho, khiến cho mình tự diệt tất mồi lửa phiền-não, tắt cạn cái giòng ái-dục, thoát vòng sinh tử, mà lên cõi thành Niết-bàn diệu thường an lạc.

Song phép tu-hành nhiều như vị thuốc; nhưng nói tóm lại, thì có ba phép tu cốt yếu là : 1) Thiền-định ; 2) Quán-tưởng ; 3) Niệm Phật.

Nói về phép tu thiền-định, thì không có môn nào, tùy bệnh, tùy thuốc, miễn là trực triệc minh - tâm kiến - tính là thành-tựu ; nếu không phải là người thượng - căn linh lợi, thì dễ lạc đường. Đối với người căn khí ám - chướng - đời nay, thực là rất khó.

Còn về phép quán-tưởng; thì lý nỉ, khi chỉ tay, quán, khi trầm, khi động, như người làm trò dây, đứng lên trên dây, lấy sào lái ở trong hư-không, để thủ thế thăng bằng, thì thực là khó, phi người có diệu-trí, thì không làm nổi.

Đến như pháp-môn niệm Phật, là một phép rất giản-dị vẫn tất, xưa nay kẻ thượng-tri người hạ ngu, từ đàn ông cho chí đàn bà, đều có thể tu-hành được cả. Nếu có đủ tin, hành, nguyện, thì muốn người tu muốn người được; như bài Tứ-liệu-giãn đã nói rõ (1).

Chỉ cốt tự làm; đóc một lòng tin và nguyện cho chắc chắn, nếu tin nguyện không vững vàng, thì không đạt được mục-dích. Miễn là mỗi ngày phải định thời khắc chuyên niệm sáu chữ hồng danh ; (Nam-mô A-di-đà Phật) mắt quán đức A-di-đà, tai nghe rành rành sáu chữ, không để cho căn duyên với trần, sinh ra cái thức tâm phân-biệt; lâu dần thuần khiết là được. Nếu không, thì tâm sẽ hôn-trầm hay là

lần loạn, thì lại phát khởi lòng linh, tiến chuyên niệm như trước không để một chớp mắt nào gián-đoạn, thì tự nhiên là thuận thực. Nếu chưa được thuận-thực, cũng cứ bước lòng tưởng nhớ khát vọng cõi Tịnh-độ và cứ chuyên niệm đức Di-Đà mãi, sẽ có thể chứng Tịnh-độ ngay hiện tiền, chứ bất tất phải đợi sau khi chết, tới cõi Cực-lạc-an-dưỡng mới là được,

Ngày nay ta nhờ có nhiều phúc đức nhân duyên, mới được gặp pháp-môn thắng diệu như thế, lại chẳng nên gắng sức tinh tiến, dùng cái thân huyễn chất vô-thường, sinh, già ốm chết ngắn ngủi này mà đòi lấy cái Pháp-thân chân thường, an-lạc, tự-tại, thanh-tịnh, sáng-suốt, tràng thọ vô cùng vô hạn ư! Thật là khoái lạc không gì hơn!

Lại có bài tụng rằng :

« Ba cõi như nhà lửa (2),
 Tám đức vốn thanh lương (3),
 Muốn lia cõi Kham-nhẫn, (4)
 Mong mỗi quê An-dưỡng.
 Sáu chữ niệm không ngại,
 Tịnh niệm rõ ràng ràng,
 Di-đà chẳng riêng ai,
 Trí-giả nên tự cường.
 Tám vạn bốn nghìn tướng (5),
 Chẳng lia bản tâm-vương (6),
 Hơi đầu đợi ấn chân (7),
 Mới là cõi An-lạc».

CHÚ THÍCH

(1) -- 1. Bài Tứ-liệu-gián nói rằng: Tu thiền-định không tu Tịnh-độ; có nhiều người không liễu sẽ bị lạc vào ma cảnh, như kinh Lăng-nghiêm đã nói: vì không liễu đạt, đã tự đắc là được vô-thượng Niết-bàn, sẽ phải sa đọa. 2. Không tu thiền, chỉ tu Tịnh-độ, muốn người

tu, không một người nào thoát đọa, lạc đường; là vì vừa cậy sức mình, vừa nhờ sức uy thần của Phật Di-Đà cùng thập phương chư Phật hộ-niệm cho, như trong kinh Di-Đà đã nói; hay là được vãng sinh, thời rất là chắc chắn. Ví như người học trò ở trường chuyên-môn, sẵn thầy hay bạn dỏi, đủ tài liệu cơ khi làm thảng-duyên chỉ việc tiến tu còn lo ngại gì. 3. Vừa tu Thiền vừa tu Tịnh-độ, như hổ có nanh vuốt, lại thêm sừng, thì hùng dũng lắm. 4. Đã không tu Thiền lại không tu Tịnh-độ, thời cái tập nghiệp, khi lên khi xuống, luẩn quẩn loanh quanh ở trong sông mê bể khổ, biết đời nào thoát ly được.

(2) — Ba cõi là: sắc-giới, dục-giới, vô-sắc-giới, đều khổn khổ nặng nề như ở trong nhà cháy.

(3) — Nước tám công đức ở cõi Tịnh-độ rất mát mẻ; nghĩa bóng là không có những sự phiền-não nấu nung như ở trong nhà cháy.

(4) — Cõi Sa-bà này gọi là cõi Kham-nhẫn, vì có nhiều sự khổ.

(5, 6) — Hết thấy mọi tướng mọi pháp, không ngoài tâm ta, thì cõi Tịnh-độ kia, tự ta cũng tạo hóa ra được; nghĩa là muốn rêu chủng-tử gì, thì A-lại-gia-thức hàm tàng lấy, khi đủ thảng-duyên hộ trợ, sẽ khai hoa kết quả. Còn chủng-tử nào ta không trợ-duyên cho nó, nghĩa là ta không tưởng niệm hành dụng đến nó, lâu rồi sẽ diệt. Đối với thuyết duy-tâm biến hiện; có nhiều người ngờ rằng: nhân thân vạn vật, sơn hà thế giới này, 1. Bởi cái khác sinh ra; 2. Bởi nhiều cái hợp lại sinh ra; 3. Bởi tự nhiên sinh ra; 4. Bởi tự một mình sinh ra. Xét ra đều không đúng cả, là vì sao? — Vì rằng:

Nếu bảo rằng vạn vật bởi cái khác sinh ra; thời cái khác kia cũng lại phải do cái khác nữa sinh. Cứ trùng trùng mãi như thế biết bao giờ cùng.

Nếu bảo do nhiều cái hợp lại cùng sinh, thời nhiều cái hợp chất ấy cũng bởi cái khác sinh ra. Lại như khi chưa có vật gì cả thì làm gì có nhiều cái.

Nếu bảo là tự nhiên sinh ra ; sao ở hư không, không thấy mọc ra con gà hay cây mít.

Nếu bảo tự một mình, thì một ấy là một gì ? Đã một thì làm sao sinh ra được nhiều. Khi chưa có vật vật tất là không, nếu đã là không, thì làm sao sinh ra được cái có ?

Rốt cục phải nói rằng một cái linh diệu sáng suốt biến hiện ra như cảnh trong chiêm bao, chứ không phải là sinh, Nền đã nói rằng biến hiện, như thế thì vạn vật là huyền tướng kết thành, không có thực thể, ví như hoa đóm giữa hư-không, không thường không định ; mơ màng thì có chướng ngại, tỉnh ngộ thì thoát nhiên tự tại, còn ngờ gì nữa. Vậy cái một linh diệu kia là bản-thể ta ; chính cái ta thoát nhiên linh diệu ấy, là ông chúa biến hiện đấy, chỉ vì mình mê mất cái ta ấy mà bị chướng ngại và mất quyền bản năng đó mà thôi !

— Cứ gì phải đợi như đức Thích-Ca thị hiện ẩn ngôn chân biến ra Tịnh-độ như xưa mới là thực.

Phật hóa nhân gian

Chuyện hai vợ chồng độc ác

Xưa kia nước Xà-vệ có một nhà nghèo, vợ chồng rất hà tiện, keo tham và độc ác. Phật biết lấy làm thương xót kẻ ngu ấy lắm, mới hiện thân làm một thầy tu tầm thường, quần áo rách rưới, đến đứng sừng sững trước cửa nhà người ấy để xin ăn. Khi đó người chồng không có nhà, đạo sĩ bị người vợ chủ nhà mắng nhiếc thậm tệ, không còn kiên nhẫn một câu gì. Thầy tu nói rằng : « Ta là người tu hành tự hạ mình ăn xin, không nên mắng nhiếc ta lắm ! chỉ xin một bữa thôi ». Người chủ nhà nói rằng : « Đứng đấy đến chết cũng chẳng ai cho, ông khoẻ mạnh thế kia thì ai của đâu lại cho ăn, thà

rằng bước sớm đi còn hơn, đứng mãi vô ích ». Nói vậy thầy tu liền hiện ngay tướng chết, mình mẩy chường phình, sâu bọ bỏ ra nhung nhúc, rất tanh hôi, trong mình tiết ra những mùi rất khó chịu. Người đàn bà kia thấy vậy hốt-hoảng bỏ chạy. Sau đạo-sĩ lại bỏ ngay cái thân chết ấy, hiện như người thường, đi cách đây vài dặm rồi ngồi xuống một gốc cây. Sau người chồng về, giữa đường gặp vợ, trông có vẻ sợ hãi quái lạ, mới hỏi vợ tại làm sao? Người vợ nói: « Tôi trông thấy một thầy tu đáng sợ lắm ». Nghe nói vậy, chồng nổi giận đùng đùng, hỏi vợ rằng: « Hắn đâu rồi? » Vợ đáp: « Vừa đi khỏi cổng chưa xa mấy », Chồng liền về vác cung đao đi tìm thầy tu định giết, khi đã tìm thấy, định dương cung bắn, nhưng thầy tu biết trước liền hóa ngay một cái thành bằng lưu-li vây quanh mình. Chàng kia đi xung quanh thành mấy vòng mà vẫn không thấy cửa vào mới quát to lên hỏi rằng: « Sao không mở cửa cho ta vào? » Thầy tu ở trong thành đáp: « Người muốn vào trong thành ta, hãy bỏ cung đao đi đã, ta sẽ mở cho người vào ». Chàng kia nghĩ thầm rằng: « Âu là ta hãy nghe lời hắn mà bỏ cung đao xuống đây, đến khi vào được, ta sẽ lòi hắn ra đây mà giết cũng được ». Nhưng khi đã bỏ cung đao xuống đất rồi mà cửa thành vẫn chưa mở, chàng kia lấy làm giận tức lắm lại quát to lên rằng: « Ta đã bỏ cung đao đi rồi mà sao vẫn không mở cửa cho ta vào? » Thầy tu trả lời: « Ta bảo người bỏ cái cung đao độc ác ở trong tâm người, chứ ta có bảo người bỏ cung đao người cầm trong tay đâu ». Chàng kia nghe nói lấy làm sợ hãi lắm, sinh lòng kính mến thầy-tu và nghĩ thầm rằng: « Thầy tu này là bậc thần thánh nên mới biết cả thân lẫn tâm ta », liền khấn đầu tạ tội và bạch rằng: « Tôi có người vợ tệ quá, không biết đến bậc chân nhân, nó đã làm cho tôi sinh lòng ác, nguyện xin ngài rủ lòng từ bi mà thương tôi, tôi sẽ về đem vợ tôi đến đây cầu đạo Ngài ».

Chàng kia về đến nhà, vợ ra hỏi: « Thế nào, hắn ấy đâu rồi? » Người chồng liền kể rõ mọi sự thần biến lạ

lòng và đạo đức cao cường của thầy tu cho vợ nghe và khuyên nên đến sám hối để khỏi tội.

Đoạn hai vợ chồng cùng đến chỗ Thầy tu lạy rạp xuống đất, ăn năn cầu sám-hối rồi quý xuống bịch thầy tu rằng: « Sức thần biến hóa của ngài đã tạo nên thành bằng lau-ly bền chắc vững vàng như vậy, không có một chút lo sợ gì, Ngài làm thế nào mà có được sức thần huyền diệu như thế? » Thầy tu nói: « Ta học nhiều vẫn không chán, phụng tri pháp tu, tinh-tiến, tri-giới, nhân-nhục, không có phóng túng, vì nhân duyên ấy mà ta chứng được đạo pháp, lên ngôi Niết-bàn ». Đoạn lại nói bài kệ rằng:

« Nghe nhiều giữ được điều nghe,

« Phụng thờ pháp bảo chớ che lấp mình.

« Ai ơi tinh-tiến chớ khinh,

« Rồi ra giới tuệ sẽ sinh đó mà.

« Nghe nhiều thì trí sáng ra,

« Tri-tuệ tăng-trưởng chi mà không hay.

« Trí sáng hiểu nghĩa rộng thay,

« Nghĩa kia đã tỏ, pháp này mới an.

« Nghe nhiều thoát được lo sầu.

« Thường hay tu định nhiệm mầu làm vui.

« Cam-lồ nói pháp ngon mùi,

« Tự mình mình chứng lên ngôi Niết-bàn.

« Vì nghe pháp luật mới mình,

« Hết nghi thấy chính rành rành đến nơi.

« Bởi nghe tỏ được pháp sai (tà pháp).

« Chứng ngôi bất thoái lên đài liên-hoa.

Thầy tu nói kệ xong liền hiện ngay thân Phật, chiếu hào quang khắp mười phương, vợ chồng nhà kia kinh khùng sợ hãi, rửa lòng sám hối, vật mình xuống đất, diệt ngay được mười hai ức kiếp tội trước, chứng ngay quả Tu-đà-hoàn.

Viên-Quang thuật

THỜI SỰ

Các sự quan trọng đã xảy ra trong vài tuần nay

Á CHÂU

Bắt đầu từ ngày 7 - 12 - 41 cuộc thế-giới chiến-tranh đã bùng lên. Sau hai tuần Nhật phái đặc sứ sang Mỹ điều đình, kết quả hai bên không thoả thuận, Nhật đã cho cả Thủy, lục; không quân, đồng thời đánh khắp nơi căn cứ quân-sự Anh, Mỹ ở phía Thái bình-dương. Trong mấy tuần nay Nhật đã đánh phá được hạm đội của Anh, và Mỹ ở Thái bình-dương bị hại rất lớn, nên trong một thời gian rất ngắn Nhật đã chiếm được nhiều đảo căn-cứ của Mỹ, hiện nay đã lấy được Hương-cảng và lấy được cả kinh đô Phi-luật-tân, là thành Manille rồi. Lấy xong Manille Nhật đã cho không quân đánh cả Diên-diệu Tân-gia-ba và hải quân lục quân có lẽ cũng cùng tiến đến đánh Tân gia ba là một quân cảng quan hệ nhất của Anh ở Viễn-dông.

ÂU CHÂU

Tình hình chiến-tranh Nga Đức thì vì giới rét quá, rét đến dưới 0 bốn mươi độ, đội quân cơ giới hóa không hoạt động được, hiện nay Nga dùng quân kỵ và quân đi giày trượt phản-công rất dữ, đã thắng lợi được mấy trận và lấy lại được mấy thành. Quân Đức thì cho rằng quân Đức rút lui là theo chiến-lược lui đến các địa điểm để phòng thủ để cầm-cự hết mùa đông sang mùa xuân này mới khởi cuộc tấn-công.

Tại Bắc-phi quân Anh thắng lợi nhiều, đã định diệt hết đoàn quân của Trục, nhưng Đức Ý đã lọt ra khỏi vòng vây và đang đưa viện binh sang để lập mặt trận phòng thủ khác.

HỘP THƯ

(Phương danh các vị đã trả tiền báo bằng Mandats)

Sa-môn Thích-đạt-Thiên, Soctrang	1\$50
M.M Nguyễn văn Tông Phnompenh	3.00
Ngô văn Vĩnh, Viettri	4.50
Dương văn Bạch, Omon, Cochiachine	1.50
Tào vĩnh Chương, Soctrang	1.50
Bùi Liên, Nhãtrang	2.00
Lương thanh Căn, Lạc quần, Namdinh	1.50
Nguyễn Tương, Cửa-tùng Annam	1.50
Đỗ Lâm, Tourane	3.00

Phương danh các hội-viên chi Hải-dương cúng góp
mỗi vị một đồng (1\$00) làm chùa Trung-ương

CÁC CỤ Đỉnh thị Châu, Cao thị Lan, Nguyễn thị
Tinh, Trần hữu Kháng, Phạm thị Khuyên, Nguyễn thị
Mẫn, Phạm thị Thụy, Trần thị Hợp, Phạm thị Khanh,
Phạm thị Phách, Phạm thị Sâm, Đào đình
Thạnh Tùng, Sư ông chùa Bắc ma, Sư
Đàm thủy, Nguyễn văn Cầu, Nguyễn thị Quất,
Nguyễn văn Thương, Nguyễn thị Tỷ, Nguyễn văn Bồi, Nguyễn
đình Sen, Đặng văn Thóc, Phạm văn Tuy, Hoàng
thị Tiên, Tạ đăng Mẫn, Lê văn Chứng, Trần văn Diễm
Nguyễn văn Phái, Đỗ ngọc Liềm, Nguyễn văn Hàm,
Hoàn thanh Tùng, Sư cụ Huệ Hồ, Bùi doãn Cung,
Sư cụ yên Lâm, Sư cụ Hạ Lôi Đình văn Đông.

TIN CÁC HỘI-VIÊN QUÁ CỠ

Sư cụ Hoàng-đình-Nghiêm, Đại-biêu nội - hộ chi-hội
Phật-giáo Cổ-am (Hải-dương) viên-tịch ngày 23 - 10 - 41
M. Đỗ-hữu-Thận, làng Cổ-am, Vĩnh-bảo, Hải-dương
viên-tịch ngày 23 - 1 - 41.

Mme. Đoàn-thị-Hiệu hiện Diệu-lợi Hội-viên chi-hội
Phật-giáo Bảo-lộc (Sơn-tây) viên-tịch ngày 24 - 11 - 41.

Sư cụ Quang-tự-thanh-thọ, Chánh-giám viện chùa Vĩnh
nghiêm viên-tịch ngày 22 tháng 10 năm tân-tý (1941)

Mme Nguyễn thị Ấp, ở làng Hoàng vị thị huyện Hoàn Long
Hà đông, viên-tịch ngày mồng 8 tháng mội năm tân ty