

Trưởng Lão **THÍCH THÔNG LẠC**

TÂM KHÔNG PHÓNG DẬT



TU VIỆN CHƠN NHƯ

DL: 9 – 8 - 2006

LỜI NÓI ĐẦU

Mục đích của đạo Phật là phải đạt cho được tâm không phóng dật. Người tâm không phóng dật là người chứng đạo, các con có nghe đức Phật nói không? “Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”.

Đạt được tâm không phóng dật không phải là một điều tu tập khó khăn, như các con đã nghĩ. Nhưng các con lại cho rằng tâm không phóng dật là một vấn đề không quan trọng trong đời tu hành thiền định xả tâm của các con, cho nên các con xem thường hạnh độc cư. Xem thường hạnh độc cư mà muốn làm chủ sanh, già, bệnh, chết thì chắc chắn không bao giờ đạt được các con ạ! Xem thường hạnh độc cư, cho nên con đường tu tập của các con không biết đến năm nào cho xong...

Trong bảy tháng quyết định cho cả một đời tu tập của các con. Sự quyết định ấy Thầy đã đề ra không phải là một việc nói để mà nói hay nói suông, nói đúng pháp, nói có căn cứ rất rõ ràng đúng thời gian như đức Phật đã quy định: 7 ngày, 7 tháng, 7 năm. Vì thế tu được hay không là ở nơi các con tu tập và giữ gìn giới luật, chứ không phải do Thầy. Thầy đã dạy hết tất cả các pháp hành theo kinh nghiệm bản thân của Thầy, Thầy đã phơi bày rõ ràng các pháp tu hành từng thấp đến cao, từng gần đến xa, không còn giấu giếm một điều gì nữa cả, chỉ còn ở các con tu tập mà thôi. Dù Thầy có ẩn bóng các con tu tập cũng dễ dàng, không còn sợ lạc đường. Còn tu sai, hành sai là do các con phá giới, phạm giới, sống không đúng giới. Do phá giới, phạm giới, sống không đúng giới nên tu hành theo kiểu kéo dài lê thê từ ngày này sang ngày khác, từ tháng này đến tháng khác.

Trong những ngày tu tập đã qua, lỗi thứ nhất của các con là do không tin lời Thầy dạy, ngang nhiên phá hạnh độc cư, đi, đứng hoặc tập hợp lại nói chuyện mà không biết xấu hổ khi phạm giới thế này.

Mỗi lần nhắc nhở các con là lòng Thầy xót xa vô cùng. Biết những đệ tử của mình phạm giới, rồi đây đường tu hành như vậy sẽ đi về đâu. Các con mang tiếng tu hành, nhưng khi gặp mặt những người thân, nhìn họ làm sao cho kỹ, nói với họ làm sao đây? Thật uổng cho một kiếp người.

Hôm nay các con có đủ nhân duyên về câu hội trong khóa tu tập chứng đạo này, dù có được ghi danh chánh thức hay không được ghi

đang thì các con vẫn tham dự vào khóa tu tập này. Đương nhiên các con đều dự phần tu tập chứng đạo là nhiệm vụ chung của các con để chấn chỉnh lại Phật giáo, để dẹp bỏ những cái sai và dựng lại những cái đúng, thế mà các con lại thờ ơ, mà còn cho rằng mình không được ghi danh chánh thức thì cứ tu tà tà nói chuyện chơi cho vui, đại gì giữ giới cho nhọc, ra nhà bếp lật rau, xả tâm còn sướng hơn. Những tâm niệm như vậy các con không thấy bốn phận và trách nhiệm của các con đang gánh nặng thiện pháp trên vai; đang gánh nặng đạo đức nhân bản – nhân quả sống không làm khổ mình khổ người của tất cả chúng sanh trên hành tinh này sao? Từ những tâm niệm này mà các con đã làm động sự tu hành của mình và mọi người. Do những hành động như vậy các con đã mất Thầy mà không biết.

Ví dụ: Có một người mẹ thân thương bảo các con rằng: “Mẹ sắp lìa xa các con, nếu các con sống đừng buông lung phóng dật thì mẹ sẽ ở lại với các con mãi mãi, bằng ngược lại mẹ sẽ rời bỏ các con, và ra đi vĩnh viễn, mẹ con không còn gặp nhau nữa các con ạ!”. Nghe những lời này, vì thương mẹ, sợ mất mẹ, các con sống như thế nào???

Các con không nhận được giá trị giới hạnh độc cư nên Thầy xin trích ra một số Kinh Pháp Cú đức Phật đã dạy nhiều về tâm không phóng dật trong tập Đường Về Xứ Phật để các con suy ngẫm con đường tu tập và nên quyết định con đường tu tập của các con, để khỏi phí mất thời gian quý báu hơn vàng ngọc.

Còn bốn tháng nữa Thầy còn ở bên các con hay là sẽ xa nhau mãi mãi vì trên cuộc đời này đâu có ai xum họp mãi. Phải không các con?

Sự tu tập của các con là một sự quyết định, Chứng đạo là không mất Thầy, không chứng đạo là mất Thầy.

Chứng đạo không phải khó, khó là vì các con xem thường giới, sống phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới nên con đường tu tập còn xa mù mịt.

Giáo pháp thầy đã trang bị cho các con đầy đủ, dù có Thầy hay không có Thầy các con vẫn tu tập chứng đạo được.

Còn hơn 100 ngày nữa chắc chắn trong các con sẽ có nhiều người chứng đạt tâm không phóng dật một cách dễ dàng không có khó khăn không có mệt nhọc. Ngày xưa Phật chỉ có 49 ngày, còn bây giờ các con hơn Phật gấp đôi thời gian 120 ngày.

Tu hành phải có sự quyết tâm làm chủ sự sống chết thì mới có thành tựu, còn nếu tu cầm chừng thì biết chừng nào cho xong. Phải không các con?

Thầy xin nhắc lại; “Giới luật là pháp môn hàng đầu trong sự chứng đạo, nếu thiếu giới luật thì chẳng bao giờ có chứng đạo”.

Chúc các con là những người chiến thắng trong mặt trận sinh tử luân hồi, và ca khúc khải hoàng dựng lại chánh pháp của Phật giáo.

*Kính ghi
Thầy của các con*



KHÔNG PHÓNG DẬT

LỜI PHẬT DẠY

- 21 -

*“Không phóng dật, bất tử
Phóng dật, phải tử sinh
Không phóng dật, không chết
Phóng dật, như chết rồi.”*

- 22 -

*“Biết rõ sự thật ấy
Người trí không phóng dật
Hoan hỷ không phóng dật
An vui trong cõi Thánh.”*

(Kinh Pháp Cú: II. Appamàdavagga. Phẩm Không Phóng Dật).

CHÚ GIẢI:

Muốn tâm không phóng dật, chỉ có pháp độc cư là đệ nhất. Nếu ai giữ gìn được pháp độc cư thì sớm muộn gì người ấy tâm cũng sẽ không phóng dật.

Bài kệ thứ 21 đức Phật đã xác định: Người không phóng dật là người bất tử, là người sống mãi muôn đời. Đức Phật cũng nói: **“Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”.**

Cho nên người thích hội họp, thích nói chuyện, thích tranh luận là người phóng dật; người hay làm thơ văn, viết thư thăm viếng gia đình, bạn bè.....; Người đọc kinh sách, nghe băng là người phóng dật. Người phóng dật là người

tu tập không bao giờ có kết quả tốt, chỉ tu tập lấy có hình thức thường dậm chân tại chỗ.

Phóng dật có nghĩa là tâm hướng ra ngoài hay chạy theo các pháp trần.

Đức Phật dạy 42 bài kệ nói về tâm không phóng dật, giống như con tê ngưu một sừng. Con tê ngưu một sừng là một loài thú vật sống một mình. Khi lớn lên đến tuổi trưởng thành, thì loài vật này bỏ gia đình cha mẹ, anh em và chị em. Không giao kết bạn bè với ai cả chỉ sống một mình trong một khu vực riêng biệt. Vì thế đức Phật dạy: **“Người sống độc cư như con tê ngưu một sừng”**.

Các pháp dạy tâm không phóng dật như: Định niệm hơi thở, Định sáng suốt, Định vô lậu, Định chánh niệm tỉnh giác, Tứ niệm xứ trên Tứ niệm xứ để khắc phục tham ưu và Thân hành niệm.

Trong bài kệ thứ 21 này, đức Phật đã xác định rõ ràng sự bất tử hay nói cách khác là sự ra khỏi sanh tử, chỉ duy nhất là làm sao phải đạt cho được kết quả là **“tâm không phóng dật”**.

Cho nên dù tu muôn vạn pháp môn cũng chỉ thực hiện **tâm không phóng dật**. Nhưng chúng ta phải biết tâm không phóng dật là do **xả ly dục** và **ác pháp**, chứ không phải do **ức chế tâm**. Chỉ có xả ly tâm tham, sân, si mới có sự giải thoát chân thật.

“Không phóng dật bất tử”

Người không phóng dật là người thoát ra vòng sanh tử, nhưng tu tập tâm không phóng dật không phải là một việc dễ làm. Phải không các bạn?

“Phóng dật phải tử sanh”

Hiện giờ ai ai tâm cũng phóng dật, vì thế mà mọi người đều phải chịu trong qui luật sanh tử.

Thưa các bạn, nếu tâm các bạn còn phóng dật thì các bạn chưa được an ổn đâu. Tại sao vậy?

Vì bệnh tật và tử thần sẽ đến viếng thăm các bạn, bất cứ giờ nào khi chúng muốn. Nên đức Phật bảo: **“Phóng dật như chết rồi”**.

Các bạn hãy đọc bài kệ thứ 21 này mà suy ngẫm về sự tu tập của các bạn.

Hiện giờ tâm các bạn có còn phóng dật hay không? Nếu còn thì các bạn hãy tu tập cho đúng cách để tâm không phóng dật. **“Không phóng dật bất tử”**. Đúng vậy, mục đích của chúng ta phải đạt được tâm không phóng dật, vì tâm không phóng dật là tâm bất tử mãi mãi thường hằng.

Tâm không phóng dật là có Bảy năng lực Giác Chi xuất hiện. Do Bảy năng lực Giác Chi xuất hiện mà đức Phật dạy: **“Tâm thuần tịnh, định tịnh, nhu nhuyến, dễ sử dụng”**.

Nếu tu tập mà tâm các bạn chưa thấy Bảy Giác Chi xuất hiện là do tâm của các bạn còn phóng dật, còn phóng dật là các bạn đã tu sai, tu không kỹ lưỡng hoặc các bạn tu tập đã lọt vào thiên Phát triển hay Thiên Tông Trung Hoa.

Nếu tâm bạn không phóng dật trong lúc tu tập, khi xả ra thì phóng dật. Đó là bạn tu tập ức chế bằng những pháp môn **“Chẳng niệm thiện niệm ác”** của Thiên Tông Trung Hoa. Do tu ức chế tâm như vậy nên Bảy Giác Chi không xuất hiện. Bảy Giác Chi không xuất hiện thì bạn không có đủ năng lực nhập các định, làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi.

Chúng ta nên trở lại câu kệ đầu trong phẩm **“Song Yếu”**.

“Tâm dẫn đầu mọi pháp

Tâm làm chủ, tâm tạo tác”

Khi chúng ta biết được tâm dẫn đầu mọi pháp, tâm làm chủ, tâm tạo tác. Thì chúng ta phải biết áp dụng vào pháp tu Tứ Chánh Cần thì ngay liền có giải thoát. Ngày xưa khi chúng tôi đọc đến hai câu kệ này và nhớ đến pháp như lý tác ý của Phật dạy thì chúng tôi như bắt được của báu. Nhờ nó mà hôm nay chúng tôi mới được yên tâm ngồi viết sách đạo đức nhân bản - nhân quả để giúp cho mọi người sống thoát ra khổ ải của cuộc đời.

Và khi biết rằng: Tâm không phóng dật là bất tử, là không chết, biết rõ như thật điều này, thì chúng tôi đã cố gắng giữ gìn tâm mình bằng mọi cách, dùng mọi pháp, nhưng rất cảnh giác không được ức chế tâm, để xả tâm dục và ác pháp. Và cuối cùng tâm không phóng dật.

Chúng ta là những người tu theo đạo Phật, được xem là những người trí tuệ, những người trí tuệ xem sự phóng dật của tâm là một điều tối kị nhất trong đạo Phật. Muốn làm chủ sanh, già, bệnh, chết mà tâm còn phóng dật thì chẳng bao giờ làm chủ được.

Cho nên giữ gìn tâm không phóng dật là một điều rất hoan hỷ cho cuộc đời tu hành của mình. Khi tâm thuần thực không phóng dật thì một trạng thái an lạc vô cùng hiện đến, đầu óc rộng rang, khiến cho hành giả tưởng chừng mình đã được vào thế giới thần tiên.

Đúng vậy, nếu tâm ai không phóng dật, mới thấy sự an vui trong cõi Thánh.

Chỉ có tu tập giữ gìn tâm đừng cho phóng dật. Chỉ có tâm không phóng dật mà sao các bạn tu chẳng vào được?

Nếu với sự nhiệt tâm tinh cần tu tập của các bạn, thì chúng tôi tin chắc rằng: các bạn sẽ vào cõi Thánh dễ dàng như trở bàn tay. Bài kệ trong kinh Pháp Cú này đã xác định:

***“Biết rõ sự thật ấy
Người trí không phóng dật”***

Khi biết rõ sự thật ấy, người có trí quả quyết, nhất định bằng mọi cách, chúng ta phải giữ gìn tâm không phóng dật.

***“Hoan hỷ không phóng dật
An vui trong cõi Thánh”***

Như vậy con đường tu tập giải thoát của đạo Phật đã xác định rõ ràng: ***“tâm không phóng dật”***. Tâm không phóng dật là một điều hết sức quan trọng trong sự việc tu tập giải thoát sanh tử luân hồi. Được xem nó là đệ nhất pháp.



THIỆN ĐỊNH

LỜI PHẬT DẠY

- 23 -

***“Người hằng tu thiện định
Thường kiên trì tinh tấn
Bậc trí hưởng Niết Bàn
Đạt an tịnh vô thượng”***

(Kinh Pháp Cú: II. Appamàdavagga. Phẩm Không Phóng Dật).

CHÚ GIẢI:

Bài kệ thứ 23 đức Phật khuyên mọi người phải hằng tu thiện định. Vậy thiện định ở đây là loại thiện định nào?

Bài kệ thứ 23 nằm trong phẩm không phóng dật. Như vậy rõ ràng tâm không phóng dật là thiện định, chứ không phải ngồi hít thở, hay niệm Phật nhất tâm, giữ tâm không niệm là thiện định.

Ở đây, đức Phật chỉ khuyên chúng ta hằng tu thiện định, nhưng vì trong đời sống của chúng ta có nhiều loại thiện định như: Thiền Yoga, thiền Xuất hồn, thiền Vô vi, thiền Công án, thiền phát triển, thiền Tổ Sư, thiền Nguyên Thủy, thiền Mật Tông, thiền Niệm Phật, v.v..... Với một số thiện định nhiều

như thế này, thì chúng ta biết loại thiền định nào đúng, để tu tập tâm không phóng dật?

Do hiểu nghĩa tâm không phóng dật cạn cợt, nên phân đông người ta tu ức chế tâm không còn niệm thiện niệm ác.

Như kinh Pháp Bảo Đàn đã hiểu sai tâm không phóng dật là tâm không niệm thiện, niệm ác. Tâm không niệm thiện ác là một lối thiền ức chế tâm, đó là đường cùng của thiền định ngoại đạo tiến thoái lưỡng nan. Tu đến chỗ vô niệm thì người ta không còn chỗ tu nữa. Nhưng nhìn lại đời thì cũng chẳng ra đời, đạo cũng chẳng ra đạo.

Như trong kinh Bát Chánh Đạo, đức Phật đã chỉ rõ loại thiền định nào để chúng ta tu tập không sai, đó là Bốn Thiền hữu sắc. Trong Bát Chánh Đạo Bốn Thiền là Chánh Định. Trong Bốn thiền thì Sơ Thiền là loại thiền định thứ nhất.

Loại thiền định thứ nhất chỉ có tu tập ly dục ly ác pháp. Ly dục ly ác pháp chính là tâm không phóng dật.

Tóm lại, tu tập thiền định là tu tập tâm ly dục ly ác pháp. Ly dục ly ác pháp mà không dính mắc vào năm chi Sơ Thiền thì đó là nhập vào bất động tâm định. Trạng thái bất động tâm định là trạng thái Niết Bàn.

Đức Phật dạy: Người hằng tu thiền định, tức là hằng tu tập Sơ Thiền, tu tập Sơ Thiền chỉ có nhiếp phục tâm để tâm ly dục ly ác pháp, có ly dục ly ác pháp thì tâm mới không phóng dật, mà tâm không phóng dật là Niết Bàn tại thế gian trong cuộc sống này.

Bài kệ này rất quan trọng là chỗ xác định được **“thiền định”**. Nếu xác định đúng **“Chánh định”** thì sự tu tập mới có kết quả đúng. Kết quả đúng thì mới có những năng lực làm chủ sanh, già, bệnh, chết. Còn nếu xác định sai **“Tà thiền”** thì tu tập chẳng có kết quả gì, thì không bao giờ làm chủ sanh, già, bệnh, chết được.

Khi tu tập loại thiền định của đạo Phật thì chúng ta thường hưởng được những trạng thái Niết Bàn an tịnh, vô thượng. Và lúc nào muốn an tịnh là tâm chúng ta sẽ an tịnh liền.

Nếu người nào hằng ngày tu tập thiền định, với tâm siêng năng bền chí, không thối chuyển thì lúc nào cũng nhập vào sự an tịnh, vô thượng ấy được. Trạng thái an tịnh, vô thượng ấy không có một vật gì trên thế gian này sánh bằng được.

“Thường kiên trì tinh tấn

Bậc trí hưởng Niết Bàn

Đạt an tịnh vô thượng.”

Chỉ có thiên định của đạo Phật mới có sự an tịnh vô thượng. Sự an tịnh vô thượng, nếu ai tu tập đúng pháp, muốn có lúc nào là có được ngay lúc ấy. Do vì tu tập xả tâm, nên tâm tự nhiên không phóng dật mà có.



NỖ LỰC TU TẬP TỨ NIỆM XỨ

LỜI PHẬT DẠY

- 24 -

*“Nỗ lực, giữ chánh niệm
Tịnh hạnh, hành thận trọng
Tự điều sống theo pháp
Ai sống không phóng dật
Tiếng lành ngày tăng trưởng.”*

- 25 -

*“Nỗ lực, không phóng dật
Tự điều, khéo chế ngự
Bậc trí xây hòn đảo
Nước lụt khó ngập tràn.”*

(Kinh Pháp Cú: II. Appamàdavagga. Phẩm Không Phóng Dật).

CHÚ GIẢI:

TỊNH HẠNH VÀ CHÁNH NIỆM

Bài kệ thứ 24 đức Phật đã xác định pháp hành để chúng ta tu tập tâm không phóng dật. Vậy pháp hành đó là gì?

1- Tịnh Hạnh

2- Chánh Niệm

- ❖ Tịnh hạnh tức là giới luật.
- ❖ Chánh niệm tức là Tứ Niệm Xứ.

Người tu sĩ hàng ngày phải nỗ lực tu tập Tứ Niệm Xứ và thận trọng giữ gìn giới luật đừng để vi phạm, tức là tự điều chế tâm trong sự sống thiện. Nếu tu

tập đúng pháp như vậy, thì thân tâm sẽ không phóng dật. Bài kệ trên đây dạy chúng ta chọn pháp tu hành cho đúng chánh pháp.

Bài kệ thứ 25 đức Phật đã xác định: Nếu người nào nỗ lực tu tập 2 pháp trên, tự điều và khéo chế ngự tâm dục và ác pháp thì cũng ví như xây tường thành để bảo vệ chống giặc, thì giặc phiền não, giặc tham, sân, si sẽ không bao giờ xâm chiếm được.

Người trí, tức là người hiểu biết, thì cố gắng tu tập, sự cố gắng tu tập giống như người xây hòn đảo nên nước không thể lọt và tràn vào, khiến cho đời sống được an ổn yên vui.

Tâm không phóng dật là một điều quan trọng hết sức trong đạo Phật. Chính ngày xưa đức Phật thành đạo cũng nhờ tâm không phóng dật. Đời nay người tu hành không giữ gìn tâm, nên tâm thường phóng dật chạy theo sáu trần, vì thế mà chịu trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi, khổ đau vô cùng vô tận.

Người trí là người khôn ngoan, sống theo đúng pháp (Tứ niệm xứ, và giới luật) thường tự điều chế tâm mình, không cho phóng dật, nên thường sống trong an ổn. Chỉ có những người ngu si, thiếu trí mới để tâm phóng dật. Bởi vì còn có tâm phóng dật là còn có khổ đau; còn có khổ đau là còn bị sự chi phối của luật nhân quả. Tâm không còn khổ đau, phiền lụy, là tâm đã chuyển hóa nhân quả. Tâm đã chuyển hóa nhân quả là tâm bất động. Tâm bất động là tâm không phóng dật.

**“Ai sống không phóng dật
Tiếng lành ngày tăng trưởng”
“Bậc trí xây hòn đảo
Nước lụt khó ngập tràn”**

Đức Phật dạy: **“Người ngu không trí tuệ, chuyên sống đời phóng dật, tự làm khổ mình khổ người”**. Đúng vậy, phóng dật như chết rồi chưa chôn; phóng dật là tự đem đau khổ vào cho mình. Người tự đem đau khổ vào mình, có phải là người ngu không hỏi các bạn?

Nhưng quán xét nhìn lại đời này, ai là người khôn, tâm không phóng dật?

Những hạng người này rất khó tìm thấy quá. Phải không hỏi các bạn?

Tìm một người tâm không phóng dật trong đời thật là hiếm, là không có.

Người trí là người có sự hiểu biết thì không bao giờ để tâm mình phóng dật, luôn luôn nỗ lực giữ gìn chánh niệm, tịnh hạnh. Mỗi hành động đều thận trọng, luôn tự điều chế tâm mình sống đúng giới hạnh và giáo pháp **“chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành”**. Đó mới thật sự là người trí.

**“Người trí không phóng dật
Như giữ tài sản quý”**

Đúng vậy, giữ tâm không phóng dật như giữ gìn tài sản của báu mà tài sản của báu này là vô giá.

“Chớ có buông lung phóng dật

Chớ say mê dục lạc”

Kẻ nào sống phóng dật buông lung, say mê dục lạc, kẻ ấy như người chết chưa chôn, chỉ là một cái thây ma hôi thối, bản thủ, bất tịnh sống chỉ biết phục vụ cho sự hèn hạ nhất của kiếp làm người, đó là ăn, ngủ, đi cầu và dâm dục.

Khi tâm không tự chế. Để tự do chạy theo các pháp trần, tức là tâm phóng dật. Tâm phóng dật thì làm sao tránh khỏi sự cám dỗ của các pháp trần. Các pháp trần đủ đầy mọi dục lạc, cho nên người nào tâm buông lung phóng dật thì không thể tránh khỏi sự sa đọa, thường bị sự cám dỗ dục lạc thế gian lôi cuốn. Cho nên người biết tự chế ngự tâm mình, thực hiện tâm ly dục ly ác pháp (thiền định). Có như vậy chúng ta mới thấy được sự giải thoát an lạc chân thật của Phật giáo.

Chúng ta hãy đọc lại bài kệ mà lắng nghe lời khuyên dạy chí tình, chí tâm của đức Phật đối với chúng sanh.

“Chớ buông lung phóng dật

Chớ mê say dục lạc

Người tự chế, thiền định

Mới hưởng đại an lạc”

Sự buông lung phóng dật chỉ có đem lại sự đau khổ cho con người mà thôi. Người đời mấy ai đã để ý đến điều này. Vì thế mà họ phải chịu nhiều sự khổ đau, phiền lụy. Bởi vô minh nên họ thọ nhiều sự khổ đau, phiền lụy mà chẳng biết do đâu mà ra.

Thưa các bạn! Sự khổ đau, phiền não do từ tâm buông lung phóng dật. Ngoài tâm buông lung phóng dật ra thì không còn khổ đau nữa.

Muốn giải thoát khỏi sự sanh, già, bệnh, chết và luân hồi mà các bạn còn để tâm mình buông lung phóng dật, thì dù các bạn có tu ngàn muôn kiếp cũng chẳng bao giờ chấm dứt sanh tử luân hồi được.

Tâm còn buông lung phóng dật thì các bạn đừng vào chùa tu tập. Vì có vào chùa tu tập thì cũng chẳng có ích lợi gì cho các bạn cả, mà còn mất công sức và làm tổn hại cho Phật pháp, mang tiếng cho Thầy Tổ.

Nếu các bạn thấy mình sống độc cư trầm lặng chưa trọn vẹn được, thì xin các bạn đừng vào chùa tu tập. Vì vào chùa tu tập như vậy, làm mang tiếng tu hành không kết quả, để lại cho chùa những tiếng không tốt. Người ta sẽ cười vào mặt các bạn: Đi tu mà lòng tham, sân, si như người thế gian. Còn đến khi

chết thì nằm liệt trên giường bệnh cũng giống như người thế tục. Đi tu không giải khổ được mà còn khổ đau hơn người đời....Người ta thấy các bạn tu hành như vậy, họ ngao ngán quá còn ai dám đi tu nữa. Phải không các bạn?

Những bài kệ trong phẩm không phóng dật, đã xác định được tâm quan trọng con đường tu hành của các bạn. Nếu các bạn muốn giữ gìn được tâm mình không phóng dật thì các bạn hãy chấp hành nghiêm túc hạnh độc cư. Vì chỉ có hạnh độc cư mới phòng hộ giữ gìn sáu căn tuyệt vời, giúp sáu căn của các bạn không tiếp xúc với sáu trần, có như vậy thì tâm các bạn mới không phóng dật.

Đây là giai đoạn bắt đầu độc cư của sự tu tập tâm không phóng dật. Nếu các bạn không giữ trọn giai đoạn bắt đầu này thì không bao giờ tu tập viên mãn. Nếu giai đoạn đầu mà không thực hiện được, thì còn mong gì những giai đoạn kế tiếp, làm sao các bạn tu nổi được. Vì càng tu cao tâm phóng dật càng vi tế hơn.

Các bạn có nghe chăng? Lời di chúc năm xưa của đức Phật còn văng vẳng mãi bên tai của các bạn: **“Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật. Muôn pháp lành đều nơi tâm không phóng dật mà ra.”**

Chỉ có tâm không phóng dật là chứng đạo. Sao các bạn vội quên đi lời di chúc ấy!

Đời sống một tu sĩ chỉ nhờ sống vào mồ hôi nước mắt và công lao của người cư sĩ. Đời sống của chúng ta có còn làm ích lợi gì cho ai đâu? Một đời sống ăn bám mà còn để tâm phóng dật, chạy theo dục lạc, ăn ngủ phi thời, phạm giới, phá giới thì còn nghĩa lý gì các bạn ạ! ? Thà không đi tu mà đã đi tu thì phải tu tập cho đến nơi đến chốn để không phụ lòng mọi người.....

Các bạn phóng dật chùa to Phật lớn, tiện nghi vật chất đầy đủ bằng mồ hôi nước mắt của người khác thì có hãnh diện gì đâu các bạn? Đến khi chết các bạn có mang theo một vật gì đâu hay chỉ mang theo một món nợ vĩ đại.

Bài kệ thứ 28 này đức Phật đã xác định: **“Nếu một người tu hành diệt tâm buông lung không chạy theo vật chất thế gian, sống đời sống độc cư trầm lặng với hạnh không phóng dật, là người trí tuệ tuyệt vời, là một bậc Thánh sống”**. Ngược lại, người phàm phu không thể sống như những bậc Thánh được, nên tâm thường hữu sự, nay sanh ra việc này, mai sanh ra việc khác, càng sanh ra nhiều việc, tức là tâm phóng dật càng nhiều, tâm phóng dật càng nhiều thì lo âu và đau khổ càng nhiều.

Người tu sĩ Bà La Môn thường tu giả dối hay dùng những danh từ để che đậy tâm phóng dật bằng cách nói: **“Làm Phật sự”**. Làm Phật sự là tâm phóng dật. Xưa, đức Phật đâu có dạy chúng ta xây chùa to Phật lớn; đâu có dạy chúng ta cúng bái tụng niệm; đâu có dạy chúng ta đi thập tự tràng hội cầu an, cầu siêu; đâu có dạy chúng ta làm những điều mê tín; đâu có dạy chúng ta cày cấy, làm

vườn, buôn bán.....Mà chỉ dạy chúng ta đi xin ăn, sống độc cư, ly dục ly ác pháp, diệt ngã xả tâm; mà chỉ dạy chúng ta ngăn ác diệt ác pháp trong tâm; mà dạy chúng ta diệt tâm buông lung, sống hạnh không phóng dật; chứ đâu có dạy chúng ta cầu an, cầu siêu, xin xăm, bói quẻ, xem ngày giờ tốt xấu..như trên đã nói; đâu có dạy chúng ta niệm chú, vẽ bùa, tụng kinh, niệm Phật, lẩn chuỗi v.v.....

Phật dạy chúng ta niệm Phật là dạy chúng ta sống như Phật, chứ đâu có dạy chúng ta kêu gọi tên Phật bao giờ.

Trong bài kệ này mục đích chính là dạy chúng ta phải sống đời sống giữ gìn hạnh không phóng dật cho trọn vẹn của một người tu sĩ đạo Phật. Có sống một đời sống tâm không phóng dật mới đúng nghĩa của đạo giải thoát.

Đời sống tâm không phóng dật là đời sống thanh cao, vì tâm không còn âu lo, sợ hãi dù bất cứ một điều gì.

Danh từ không phóng dật nói thì dễ, nhưng sống tâm không phóng dật là khó vô cùng. Vì thế muốn tâm không phóng dật thì người tu sĩ đạo Phật phải tu hết sức mình, tu kỹ từng pháp một, tu cho có chất lượng chứ không phải tu lấy có hình thức: Ngồi thiền, niệm Phật, tụng kinh, niệm chú v.v.... là tu lấy có hình thức, cho nên nó chẳng có kết quả gì, chỉ là những hình thức tu hành suông, lấy danh để lừa đảo người khác, chứ không phải tu cho mình như vậy được.

Người tu hành phải luôn cảnh giác, tỉnh thức cao độ trong mỗi niệm thân hành, khẩu hành, ý hành, để diệt và xả những niệm ác, có tu tập như vậy cũng còn chưa đủ, mà còn phải phòng hộ sáu căn nghiêm ngặt như lính ngự lâm canh gác thành vua.

Cho nên những câu kệ trong kinh Pháp Cú tuy ngắn gọn nhưng nó mang đầy đủ tính chất pháp hành, nếu chúng ta không nhận ra được những pháp hành trong những câu kệ cô đọng này, thì kinh Pháp Cú chỉ còn là câu ca dao, tục ngữ, cách ngôn hay theo như lời Hòa Thượng Minh Châu giới thiệu.

Chỉ có những người hiểu biết nhàm chán cuộc sống đời này, thì giữ gìn hạnh không phóng dật mới được. Ngược lại, tâm chưa nhàm chán cuộc đời, mà cố gắng tu tập và giữ hạnh, dù tu pháp môn nào, giữ hạnh gì thì tâm cũng phóng dật như thường.

Bài kệ thứ 29 đức Phật ví người tinh cần giữ gìn tâm không phóng dật thì chẳng khác nào như con tuấn mã (tuấn mã là con ngựa hay).

“Tinh cần giữ phóng dật

Tỉnh thức giữ quân mê

Người trí như tuấn mã

Bỏ sau con ngựa hèn”

Ở đây, có nghĩa là người giữ gìn tâm không phóng dật là người hơn tất cả mọi người.

Bài kệ 28 đức Phật dạy: Người không phóng dật là một bậc Thánh.

***“Kẻ trí diệt buông lung
Với hạnh không phóng dật
Leo lâu cao trí tuệ
Bậc Thánh không lo âu”***

Khi giữ gìn tâm không phóng dật được rồi, giống như người mù nhìn thấy được ánh sáng. Nhìn lại mọi người đang còn phóng dật, thì tâm bàng hoàng kinh hãi thốt ra lời: ***“Trời ơi! Con người sinh ra có mắt như mù”***. Phóng dật để trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi mãi mãi, từng giây từng phút chịu khổ đau vô cùng vô tận.

***“Nhìn quân manh sợ hãi
Chẳng khác lên núi cao
Nhìn muôn vật dưới đất”***

Bài kệ thứ 30 đức Phật dạy: Người giữ gìn tâm không phóng dật như là vua Trời Đế Thích.

***“Đế Thích nhờ tinh tấn
Thành chủ cõi chư Thiên
Không phóng dật được khen
Phóng dật bị khinh miệt”***

Người phóng dật đức Phật ví như những người mù, những con ngựa hèn, những người bị khinh miệt, bị khinh rẻ v.v....

Để kết luận phẩm không phóng dật. đức Phật đã khen ngợi và ca tụng người giữ hạnh không phóng dật bằng bài kệ thứ 31:

***Tỳ kheo sợ phóng dật
Ưu thích không phóng dật
Bước tới như lửa hừng
Thieu kiệt sử lớn nhỏ”***

Người sợ phóng dật thường ưa thích không phóng dật thì như đám lửa cháy to, lửa không phóng dật cháy đến đâu thì thieu rụi các kiệt sử lớn nhỏ đến đó.

Bài kệ thứ 32:

“Tỳ kheo sợ phóng dật

Ưu thích không phóng dật***Nhất định gần Niết Bàn******Không còn bị đọa lạc”***

Nhất định người ấy đến Niết Bàn không còn sợ bị đọa lạc. Đó là hai câu kệ xác định chắc chắn như vậy, xin các bạn hãy tin lời dạy của Phật mà cứu mình ra khỏi nhà sanh tử luân hồi, đừng để kiếp kiếp, đời đời trôi lăn trong ba nẻo sáu đường đầy khổ đau.

Độc phẩm không phóng dật trong kinh Pháp Cú đức Phật thường ca ngợi hạnh không phóng dật. Như vậy hạnh không phóng dật là quan trọng cho cuộc đời tu hành của chúng ta. Phải không các bạn?

Thế nhưng nhìn lại chúng ta quán xét tất cả tu sĩ Phật hiện giờ với hạnh không phóng dật thì khó tìm thấy. Vì mọi tu sĩ Phật giáo hiện giờ đang chạy theo vật chất danh lợi thì làm sao mà tâm không phóng dật.

Phẩm tâm không phóng dật đã nói lên mục đích tu hành của đạo Phật, để xác định ai là người tu chứng đạo. Chứng đạo là chứng cái gì? Có phải là cái tâm không phóng dật không?

“Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”. Đó là lời xác định quả quyết của đức Phật để cho người sau không nghi ngờ chánh Phật pháp.

Đúng vậy, tâm không phóng dật là người chứng đạo, chứ đâu phải cần có thần thông, ngòi thiền nhiều, niệm Phật nhất tâm, giảng kinh, tụng đọchay học giáo lý có cấp bằng này, cấp bằng kia, là chứng đạo đâu.....

HẾT

