

Sa Môn

THÍCH PHÁP HÒA

CON ĐƯỜNG CHUYỂN HÓA

50 Bài giảng về con đường chân chánh
giúp chuyển hóa nỗi khổ niềm đau

 **First News**
Where there's a will... there's a way



NHÀ XUẤT BẢN DÂN TRÍ



LỜI NÓI ĐẦU



Sau khi quyển sách *Chia sẻ từ trái tim - 50 Bài giảng nhân quả thiết thực trong cuộc sống* được xuất bản, chúng tôi đã nhận được nhiều sự ủng hộ của đại chúng khắp nơi, cả trong và ngoài nước. Đó là sự động viên rất lớn để Ban biên tập First News tiếp tục thực hiện quyển thứ hai đáp lại mong mỏi của bạn đọc gần xa.

Như thầy Thích Pháp Hòa đã chia sẻ, quyển sách đầu tiên có vai trò như một quyển “Phật Pháp căn bản” – một tấm bản đồ dễ hiểu để đọc giả dù là Phật tử hay không phải là Phật tử đều có thể tóm tắt được những điều căn bản nhất của đạo Phật như giáo lý nhân quả, nghiệp báo, duyên sinh... cho đến một số hướng dẫn thực hành cơ bản

mà ai cũng có thể làm như ăn chay, bố thí, phóng sinh... hoặc những cách ứng xử trong các mối quan hệ đời thường như cha mẹ - con cái, vợ - chồng, lãnh đạo - nhân viên...

Trong quyển thứ hai này, Ban biên tập chúng tôi cũng đã tuyển chọn 50 bài giảng tinh túy trong hàng trăm bài video pháp thoại của thầy Thích Pháp Hòa. Nội dung các bài giảng chủ yếu về phương diện “Đạo đế”, tức con đường chân chánh giúp mọi người chuyển hóa nỗi khổ niềm đau, hướng tới mục đích cuối cùng là tự do và giải thoát. Trong đó, nội dung được chọn lọc chú trọng các pháp môn phổ biến tại Việt Nam đang được nhiều người thực hành mỗi ngày.

Đại chúng khắp nơi vốn đã quen với hình ảnh thầy Thích Pháp Hòa gắn liền với truyền thống Tịnh Độ, và thực tế trong suốt 30 năm, thầy đã dành phần lớn thời gian của mình để chia sẻ khắp nơi về truyền thống này. Tuy nhiên, thầy không chỉ dừng ở đó mà còn hướng đến tinh thần “Thiền Tịnh song tu”.

Tùng được thiền sư Thích Nhất Hạnh truyền đăng và có thời gian tu tập tại Làng Mai, thầy Thích Pháp Hòa đã nắm vững trái tim của thiền tập và có nhiều cách thức hướng dẫn thực hành chánh niệm cho đại chúng. Bên cạnh các phương pháp hành trì quen thuộc của Phật tử Tịnh Độ như niệm Phật, lạy sám hối..., thầy luôn giới thiệu thêm các phương pháp như đếm hơi thở, quan sát hơi thở, quan sát cảm giác, quan sát tâm hành, quan sát các pháp... để các hành giả rộng đường lựa chọn những “món ăn” phù hợp

cho con đường tâm linh của mình. Thầy dung hợp Thiền và Tịnh khéo léo khiến cho các pháp môn xưa nay tưởng như đối nghịch nhau, giờ lại có thể hòa hợp như nước với sữa vậy. Không chỉ dung thông về mặt thực hành, thầy còn kế thừa tinh thần “duy tâm Tịnh Độ” và “tự tánh Di Đà” khiến cho cõi Cực Lạc tưởng như xa xôi bỗng hiển hiện ngay trước mắt trong từng chiếc lá, tiếng chim, ánh nắng, cơn gió...

Từ những cánh cửa pháp môn khác nhau, dần dần đại chúng sẽ gặp nhau ở điểm chung cuối cùng của sự thực tập, đó là “tu tâm”. Tâm là đề tài quan trọng nhất trong tất cả truyền thống của Phật giáo. Bằng những câu kệ ngắn gọn mà đức Phật đã dạy trong kinh Pháp Cú và hình ảnh “chăn trâu” của Thiền tông, thầy đã giải thích tường tận các phương diện, bản chất của tâm. Nhờ sự hiểu biết sâu sắc này, các hành giả có thể ứng dụng các phương pháp thực tập của riêng mình nhằm điều phục, quan sát hoặc chuyển hóa tâm, để rồi cuối cùng đưa “vọng” trở về “chân”, có thể quay về với tự tánh trong sáng của mỗi người.

Và cuối cùng, trí tuệ luôn là thành quả của bất kỳ ai kiên định dần bước đi theo con đường tỉnh thức của đức Phật. Trí tuệ không thể do mong cầu mà có được ngay lập tức, mà nó chính là hoa trái ngọt ngào của những người luôn tinh tấn không ngừng nghỉ trên con đường hướng về nẻo chánh. Một người trí luôn nhìn đời với cặp mắt thương yêu và hiểu biết, luôn an nhiên và tự tại dù vẫn sống bình thường giữa bộn bề của cuộc đời.



Hy vọng những bài giảng của thầy Thích Pháp Hòa trong quyển *Con đường chuyển hóa - 50 Bài giảng về con đường chân chánh giúp chuyển hóa nỗi khổ niềm đau* có thể cung cấp nhiều chất liệu quý giá để quý độc giả có thể tìm được cánh cửa phù hợp cho mình trên hành trình đi tìm một cuộc sống bình an và hạnh phúc.

- Ban biên tập *First News*





CON ĐƯỜNG CHÂN CHÍNH



CÁI NHÌN VƯỢT THOÁT



Hôm nay, chúng ta học một bài kinh mới có tên là kinh Chánh Tri Kiến. Kinh này thuộc kinh số chín trong Trung Bộ kinh. Kinh này dài lắm, và cũng như thường lệ lâu nay, chúng ta không đọc kinh mà Pháp Hòa chỉ tóm lược những ý chính trong kinh rồi chúng ta cùng học hỏi. Kinh này không phải là lời của Phật, mà của một vị đệ tử lớn của Phật là ngài đại trí Xá Lợi Phất.

Lúc bấy giờ, đức Phật đang ở nước Xá Vệ, tại vườn ông Cấp Cô Độc. Một hôm, ngài Xá Lợi Phất gọi các thầy lại và hỏi: *“Chư hiền, chánh tri kiến, chánh tri kiến được gọi là như vậy. Chư hiền, cho đến như thế nào một thánh đệ tử có chánh tri kiến, có tri kiến chánh trực, có lòng tin pháp tuyệt đối và thành tựu diệu pháp này?”*. *“Chúng tôi từ xa đến để được hiểu ý nghĩa*

lời nói ấy từ tôn giả Xá Lợi Phất. Thật lành thay, nếu tôn giả Xá Lợi Phất giảng cho ý nghĩa lời nói ấy. Sau khi nghe tôn giả Xá Lợi Phất, các tỳ kheo sẽ thọ trì.” Lúc đó, ngài Xá Lợi Phất mới nói: “Chư hiền, vậy hãy nghe, hãy khéo tác ý. Ta sẽ giảng”. Đó là lời mở đầu của kinh. Chánh tri kiến là gì? Chánh tri kiến là cái thấy biết đúng đắn, chân chính.

Lúc đó, ngài Xá Lợi Phất mới nói thế này: *“Chư hiền, khi thánh đệ tử tuệ tri được bất thiện và tuệ tri được căn bản bất thiện, tuệ tri được thiện và tuệ tri được căn bản thiện”. Câu này có nghĩa là người đệ tử của bậc thánh phải biết cái thiện, biết cái gốc của thiện, biết cái bất thiện và phải biết cái gốc của bất thiện thì người ấy mới có chánh tri kiến. Và ngài nói tiếp: “Chư hiền, sát sanh là bất thiện, lấy của không cho là bất thiện, tà hạnh trong các dục là bất thiện, nói láo là bất thiện, nói hai lưỡi là bất thiện, ác khẩu là bất thiện, nói phù phiếm là bất thiện, tham dục là bất thiện, sân là bất thiện, tà kiến là bất thiện. Chư hiền, như vậy gọi là bất thiện”. Sát sinh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, nói lưỡi hai chiều, nói lời thô ác, nói lời phù phiếm (là những lời nói hoa mỹ, dụ dỗ người khác), tham, sân và tà kiến. Đây là mười điều bất thiện, gọi là thập ác. Như vậy, về thân có ba điều cần tránh: sát sinh, trộm cắp, tà hạnh. Về miệng có bốn điều: nói dối, nói lưỡi hai chiều, nói lời thô ác và nói lời hoa mỹ. Về ý có ba điều: tham, sân, si. Thân, khẩu, ý, ba nghiệp này tạo ra mười điều bất thiện. Là đệ tử của các bậc thánh thì phải thấy rõ được mười điều bất thiện này.*

Bất thiện là việc ác, và mình phải biết cái gốc của bất thiện, nên ngài nói tiếp: *“Và chư hiền, thế nào là căn bản*

bất thiện? Tham là căn bản của bất thiện, sân là căn bản của bất thiện, si là căn bản của bất thiện". Vậy ngược lại, thế nào là thiện? Ngài hỏi: *"Chư hiền, như vậy gọi là căn bản bất thiện. Và này chư hiền, thế nào là thiện?"*. Là ngược lại thôi, không sát sinh, không tà dâm, không nói dối, không nói lời hai chiều, không nói ác khẩu, không nói lời hoa mỹ, không tham, không sân, không si. Ngược lại với bất thiện là thiện. *"Chư hiền, thế nào là căn bản thiện?"* Vậy cái gì là gốc của thiện? Gốc của bất thiện là tham, sân, si, vậy thì gốc của những điều thiện là không tham, không sân, không si, phải không?

Mình nói cái gốc của những điều bất thiện là tham, sân, si, nhưng thật ra ba cái này chỉ từ một cái thôi, đó là si. Si là gì? Là không biết rõ, là vô minh. Mà chính vì vô minh, không thấy rõ nên mình mới tạo tác những việc bất thiện. Nhưng nếu mình đoạn trừ được những cái này thì tự nhiên mình cũng sẽ có minh. *"Đoạn trừ được vô minh thì minh khởi lên."* Đó là lời nguyên văn trong kinh. Si là gì? Là thấy sai. Vì thấy sai nên mới làm sai, nói sai, phải không? Thân và khẩu đều từ ý mà ra. Trong ba nghiệp thân, khẩu, ý thì cái gì là quan trọng? Ý là quan trọng. Trong tam độc tham, sân, si thì si là gốc. Si tạo ra những tư tưởng, suy nghĩ sai lầm nên mới có lời nói sai lầm và hành động sai lầm. Vì si nên miệng nói sai, nói quấy, nên thân hành động sai, hành động quấy. Cho nên người đệ tử Phật phải thấy rõ.

Kinh này dài, nên muốn nói cho rõ thì chúng ta phải mất rất nhiều thì giờ. Ở đây mình chỉ học lướt sơ qua để mình nắm rõ ý kinh mà tu tập, quán chiếu. Trong kinh còn