

Linh Quy Pháp Ấn



**DỰNG TĂNG
THÁNH ĐIỀN**

Thích Minh Thành

MỤC LỤC

LỜI TỰA	3
PHẦN 1: KHỞI NGUỒN DỰNG TĂNG – CHỈ NGUYỆN VÀ MỤC TIÊU GIẢI THOÁT	5
CHƯƠNG 1: DỰNG TĂNG LÀ GÌ?	5
CHƯƠNG 2: VÌ SAO ĐỨC PHẬT DỰNG TĂNG ĐOÀN	11
CHƯƠNG 3: DỰNG LẠI MỤC ĐÍCH XUẤT GIA TRONG NIKĀYA.....	15
PHẦN 2: DỰNG NỀN NGƯỜI XUẤT GIA	21
CHƯƠNG 4. TRANG NGHIÊM – TÔN TRỌNG – CUNG KÍNH – BIẾT ƠN	21
1. Trang Nghiêm – Khí Chất Của Người Xuất Gia.....	21
2. An Tĩnh Và Lắng Dịu – Uy Đức Của Tăng Đoàn	24
3. Tôn Trọng – Nền Tảng Của Hòa Hợp.....	27
4. Cung Kính – Cửa Ngõ Của Sự Học Pháp	30
5. Tri ân và báo ân – Phẩm chất của bậc thiện nhân	35
CHƯƠNG 5: TÂM HIỀN TRÍ – BƯỚC ĐẦU VÀO THÁNH ĐẠO	42
CHƯƠNG 6: GIỚI HẠNH – NÉT ĐẸP NGƯỜI XUẤT GIA	46
CHƯƠNG 7: HẠNH DIỆT NGÃ – VẺ ĐẸP CAO THƯỢNG CỦA NGƯỜI TU	52
PHẦN 3: DỰNG NẾP NHÀ NIKĀYA	68
CHƯƠNG 8: TÂM QUAN TRỌNG CỦA HÒA KÍNH TRONG ĐỜI SỐNG TĂNG ĐOÀN.....	68
CHƯƠNG 9: SÁU PHÁP HÒA KÍNH	75
CHƯƠNG 10: KHÁC THÂN NHƯNG ĐỒNG MỘT TÂM	89
CHƯƠNG 11: KÍNH PHÁP, KÍNH GIỚI, KÍNH NHAU.....	95
CHƯƠNG 12: NHẪN NHỤC – SỨC MẠNH CỦA NGƯỜI TU	99
CHƯƠNG 13: NHẮC LỖI, SÁM HỐI, THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG – TỰ SÁM HỐI KHI THẤY CÓ LỖI.....	104
CHƯƠNG 14: SỐNG HỘ TRÌ NHAU TRONG PHÁP	109
CHƯƠNG 15: XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU!	114
CHƯƠNG 16: NHẪN GỬI NGƯỜI XUẤT GIA	119
PHẦN 4: DỰNG SỨ MỆNH DUY TRÌ CHÁNH PHÁP.....	123
LỜI KẾT	126
PHỤ LỤC	129
Phụ Lục 1: SƠ ĐỒ DỰNG TĂNG THÁNH ĐIỀN.....	129
Phụ Lục 2: CÁC BÀI KỆ TÓM TẮT	147

Phụ Lục 3: GIÁO TRÌNH DỤNG TẮNG THÁNH ĐIỂN	151
Phụ Lục 4: NGHI THỨC TỤNG NIỆM	156
Phụ Lục 5: ỨNG DỤNG “DỤNG TẮNG THÁNH ĐIỂN” VÀO ĐỜI SỐNG	160
Phụ Lục 6: THÁNH PHÁP HÙNG CA	163
Phụ Lục 7: CÁC BÀI KINH ĐÃ SỬ DỤNG	169

LỜI TỰA

Các bậc Hiền trí kính mến, trong ánh sáng lời dạy của Đức Thế Tôn, hình ảnh Tăng đoàn không hiện lên như một tổ chức tôn giáo đơn thuần, mà là một thực thể sống động mang chiều sâu của Thánh đạo. Tăng đoàn thời Đức Phật không chỉ là một cộng đồng viễn ly, mà là một Thánh chúng được hình thành từ Chánh kiến, được bảo hộ bằng Giới Luật, được nuôi lớn bởi Thiền Định, được thanh lọc bởi Trí Tuệ, và được thành tựu nơi Giải Thoát.

Nhưng nếu nhìn sâu hơn nữa, có thể thấy rằng toàn bộ đời sống ấy không vận hành rời rạc; giới, định, tuệ không tồn tại riêng lẻ, mà được kết nối, được nâng đỡ và được làm cho sống động trong một môi trường chung. Chính môi trường ấy, chính nếp sống ấy, chính sự hòa hợp ấy, là điều làm cho Tăng đoàn trở thành Tăng đoàn đúng nghĩa.

Vì vậy, giữa tất cả những công trình hộ trì Phật pháp, không có việc gì hệ trọng hơn việc dựng Tăng. Bởi vì kinh điển có thể còn trên trang giấy, nhưng nếu không có người sống đúng kinh điển, thì Chánh pháp dần dần chỉ còn là văn tự. Nghi lễ có thể còn nơi tự viện, nhưng nếu không có người thật sự đi trên Thánh đạo, thì đạo mầu chỉ còn là dấu vết của thời gian. Danh xưng Phật giáo có thể vẫn tồn tại trong nhân gian, nhưng nếu không còn người giữ giới, tu định, phát tuệ, đoạn tận lậu hoặc, thì phần tinh túy nhất của lời Phật dạy sẽ phai mờ rất nhanh.

Tuy nhiên, dựng Tăng không chỉ là dựng từng cá nhân, mà là dựng một đời sống chung. Không chỉ là dựng giới đức nơi mỗi người, mà là dựng một nếp nhà, trong đó oai nghi được thiết lập, sự cung kính được nuôi dưỡng, đời sống được vận hành trong hòa hợp, trong tinh thần “như nước với sữa”, và từng cá nhân dần đi đến chỗ “khác thân nhưng đồng một tâm”.

Chính vì vậy, trong toàn bộ công trình này, trọng tâm không dừng lại ở việc trình bày các pháp tu riêng lẻ, mà đi sâu vào việc dựng lại nếp nhà Nikāya, nơi mà đời sống chung trở thành môi trường nuôi dưỡng toàn bộ Thánh đạo. Ở đó, người tu không chỉ giữ giới cho riêng mình, mà sống giới trong đại chúng; không chỉ hành thiền cho riêng mình, mà lớn lên trong một môi trường nâng đỡ; không chỉ phát triển trí tuệ cá nhân, mà cùng đi trên một hướng chung hướng đến giải thoát.

Bởi vì nếu không có nếp sống ấy, dù có giới, định, tuệ nhưng tất cả vẫn còn rời rạc nơi từng cá nhân. Chỉ khi nếp nhà được dựng vững, đời sống tu tập mới hội tụ lại, mới có đất để lớn lên, và mới trở thành một dòng chảy chung. Nếp sống ấy chính là

yếu tố làm cho toàn bộ đời sống xuất gia trở thành một thể thống nhất, sống động và có chiều sâu.

Chính trong ý nghĩa đó, công trình Dựng Tăng Thánh Điển không đơn thuần là một tập hợp những bài viết về đời sống xuất gia, mà là một nỗ lực quay trở lại với khuôn mẫu nguyên thủy của Tăng đoàn thời Đức Phật, đồng thời làm nổi bật lại nếp sống chung là linh hồn của Tăng đoàn trong thời kỳ đầu. Đây không phải là sự sáng tạo một con đường mới, mà là một sự phục hưng, một sự làm sống lại Thánh đạo Nikāya trong chính đời sống Tăng đoàn.

Vì vậy, công trình này không nhằm thêm một bản văn nói về lý tưởng, mà nhằm nhắc lại một điều cốt lõi, muốn Chánh pháp còn, phải dựng Tăng. Muốn dựng Tăng đúng, phải dựng giới, định, tuệ. Muốn giới, định, tuệ được sống, phải dựng nếp nhà. Và chỉ khi nếp sống ấy được thiết lập vững vàng, Tăng đoàn mới thật sự trở thành Tăng bảo đúng nghĩa, là chỗ nương tựa cho thế gian.

Tên gọi Dựng Tăng Thánh Điển cũng mang một ý nghĩa sâu xa, không chỉ là lấy Thánh điển làm nền để dựng Tăng, mà còn là dựng Tăng sao cho chính đời sống của Tăng trở thành một “thánh điển sống”, nơi mà người khác không chỉ đọc bằng mắt, mà có thể cảm nhận bằng sự tiếp xúc.

Nguyện cho công trình này không chỉ dừng lại ở việc được đọc, mà trở thành một con đường được bước đi. Nguyện cho người hữu duyên đọc đến đâu, soi lại đời sống đến đó. Nguyện cho người phát tâm dựng Tăng thấy rõ đây là một đại sự truyền thừa. Nguyện cho nơi nào còn người giữ giới, sống đúng nếp nhà, tu tập chánh niệm, phát triển trí tuệ và hướng đến giải thoát, thì nơi ấy Chánh pháp còn ánh sáng. Nguyện cho bốn đôi tám bậc không chỉ còn trong kinh văn, mà tiếp tục hiện hữu nơi đời sau. Nguyện cho Tăng bảo đúng nghĩa không vắng bóng giữa nhân gian.

Nếu có chút công đức nào từ công trình này, xin hồi hướng đến sự trường tồn của Chánh pháp, sự thanh tịnh của Tăng đoàn, sự lợi lạc của nhân thiên, và phần nào báo đáp ân đức sâu dày của Đức Thế Tôn.

Linh Quy Pháp Ân, ngày 20/04/2026 (04-03 Bính Ngọ)

Thích Minh Thành

Kính lễ!

PHẦN 1: KHỞI NGUỒN DỰNG TĂNG – CHỈ NGUYỆN VÀ MỤC TIÊU GIẢI THOÁT

CHƯƠNG 1: DỰNG TĂNG LÀ GÌ?

Các vị Hiền trí thân mến! Muốn dựng Tăng, trước hết phải thấy cho đúng ý nghĩa về Tăng bảo. Nếu hiểu sai chỗ này, toàn bộ công trình dựng Tăng sẽ lệch hướng. Có người tưởng rằng, chỉ cần đông người xuất gia là thành Tăng. Có người nghĩ chỉ cần có chùa viện, áo y, thời khóa, phẩm trạch, nghi lễ... như vậy đủ gọi là Tăng bảo. Nhưng trong bốn bộ Nikāya, người xuất gia được hiểu sâu sắc hơn rất nhiều.

Tăng không chỉ là một đoàn thể xã hội. Tăng không chỉ là một tổ chức tôn giáo. Tăng cũng không chỉ là một hàng ngũ mang hình tướng Sa-môn. Tăng bảo, theo nghĩa tối thượng, là Thánh chúng đệ tử của Như Lai, tu tập theo Chánh Pháp, với đầy đủ những đức hạnh cao thượng, là bậc đáng cung kính, đáng cúng dường, đáng chấp tay, là ruộng phước vô thượng ở đời.

Cho nên, **dựng Tăng không thể khởi đầu từ kiến trúc, tổ chức, lễ nghi hay danh xưng, mà phải khởi đầu từ việc trả lại đúng ý nghĩa của Tăng bảo như Đức Phật đã chỉ dạy. Đó là gây dựng đoàn thể của những người sống Phạm hạnh vì mục đích đoạn tận khổ đau.** Đức Thế Tôn nhiều lần chỉ rõ đời sống xuất gia là từ bỏ gia đình, sống không gia đình, cạo bỏ râu tóc, đắp y ca-sa, lấy giới làm nền, lấy hộ trì các căn làm phòng tuyến, lấy chánh niệm tỉnh giác làm sinh lực, lấy thiền định làm trú xứ, lấy trí tuệ như thật làm lưỡi gươm đoạn hoặc, lấy Niết-bàn làm cứu cánh. Tăng đoàn vì vậy được gây dựng trên ba tầng không thể tách rời:

Thứ nhất, *Tăng đoàn là đoàn thể của người xuất ly*, đó là những người ly gia, ly dục, ly ác bất thiện pháp. Không có xuất ly thật sự thì chưa có nền của Tăng. Đức Thế Tôn chỉ rõ rằng xuất gia là từ bỏ sự bám víu vào gia đình, vào dục lạc, vào những ác nghiệp. Tăng đoàn không phải là một nơi để tìm kiếm chỗ nương tựa thế gian, mà là nơi đoạn trừ khổ đau, tìm kiếm giải thoát. Vì vậy, người xuất gia phải thực sự ly gia, ly dục, ly ác bất thiện pháp để trở thành một phần của Tăng đoàn chân chính.

Thứ hai, *Tăng đoàn là đoàn thể của người tu tập tuần tự*, không ai chỉ nhờ danh xưng Sa-môn mà thành Thánh. Phải có đạo lộ rõ ràng: giới → định → tuệ → giải thoát. Đức Thế Tôn đã chỉ dạy con đường tu tập rõ ràng, không có lối tắt. Người xuất gia phải nỗ lực tu tập từ giới, qua định, để rồi phát triển tuệ, và cuối cùng đạt đến giải thoát. Mỗi bước đi trong con đường này là một quá trình tuần tự, không thể bỏ qua bất kỳ giai đoạn nào, và càng không thể coi nhẹ các nguyên tắc căn bản của Phật pháp.

Thứ ba, *Tăng đoàn là đoàn thể của những người hộ trì và nối dài Chánh pháp*. Người xuất gia không chỉ tự lợi, mà còn mang trách nhiệm lớn: sống đúng pháp, nói đúng pháp, hành đúng pháp, làm ruộng phước cho đời, làm gương cho hậu thế, duy trì Chánh pháp không bị biến dạng. Một Tăng đoàn không chỉ vì sự tu học của bản thân mà còn có nhiệm vụ lớn lao hơn: bảo vệ và truyền bá Chánh pháp, làm ruộng phước vô thượng cho nhân thiên, trở thành chỗ nương tựa cho tất cả chúng sanh. Điều này cần những người xuất gia thực sự sống đúng pháp, bằng cách sống, nói và hành động theo Chánh pháp.

Trong tạng kinh Nikāya, kinh Càn Phái Khích Lệ, Đức Phật có dạy rất rõ về chúng Tăng: *“Diệu hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, Trục hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, Ứng lý hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, Chơn chánh hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Tức là bốn đôi tám chúng. Chúng đệ tử của Thế Tôn là đáng cung kính, đáng cúng dường, đáng tôn trọng, đáng được chấp tay, là phước điền vô thượng ở đời”*. Đây là cốt tủy định nghĩa Tăng bảo trong Nikāya, là nền tảng để dựng Tăng, để Tăng Bảo trở thành một tấm gương sáng, dẫn lối cho những ai mong muốn bước vào con đường giải thoát.

Các phẩm hạnh này bao gồm: Diệu Hạnh, Trục Hạnh, Ứng Lý Hạnh và Chơn Chánh Hạnh. Đây không phải là lý thuyết suông, mà là những nguyên lý sống động mà mỗi người xuất gia phải thực hành hàng ngày để trở thành những đệ tử xứng đáng của Như Lai.

Đức hạnh đầu tiên là **Diệu Hạnh**, nghĩa là hạnh đẹp, hạnh lành, hạnh cao quý, và hạnh đưa đến giải thoát. Đó chính là tâm hiền, tâm từ, không hơn thua, ngã mạn, luôn ứng xử bằng tâm khiêm cung, khiêm tốn, khiêm nhường, khiêm hạ, khiêm nhã. Đó mới đúng là tâm của người tu, là đức hạnh đầu tiên của người con Phật. Trong đó, điều quan trọng đầu tiên mà một người đệ tử Đức Phật cần phải có chính là tâm hiền. Vì một người có tâm hiền thiện, nhu nhuyến; từ lời nói, suy nghĩ, cho đến hành động đều bằng tâm hiền thì mới dễ dàng đi vào dòng pháp. Diệu hạnh không chỉ là phẩm chất thu hút người khác, mà còn là sự phản chiếu của sự thánh thiện trong mỗi người xuất gia. Đó là một sức mạnh vô hình, có thể cảm nhận được ngay cả khi không nói ra, và có thể khiến mọi người cảm thấy an lạc khi tiếp xúc.

Hạnh thứ hai là **Trục hạnh**, đây là tâm chánh trực, trung thực, ngay thẳng; không quanh co, ngụy biện, giấu lỗi lầm; không đổ lỗi, không bao biện cho lỗi sai, không bảo vệ cho bản ngã. Các vị Tỳ-kheo ngày xưa sẵn sàng nhận lỗi ngay lập tức khi Thế Tôn

hỏi đến, hoặc khi phạm lỗi các vị ấy tự nhìn nhận và phát lộ sám hối, đây chính là sự lớn mạnh trong Giới và Luật. Cho nên, đức hạnh thứ hai của người tu là phải ngay thẳng, chính trực đối với chính tự thân mình. Người xuất gia có trực hạnh sẽ không dựng lên hình tượng giả dối cho mình. Trực hạnh là nền tảng của sự hòa hợp trong Tăng đoàn, giúp duy trì sự thanh tịnh và chân thật trong mối quan hệ giữa những người đồng tu.

Hạnh thứ ba là **Ứng lý hạnh**, trong đó “ứng” là ứng hợp, “lý” là chân lý, “ứng lý” nghĩa là ứng hợp với chân lý, thực hành theo lời dạy của Đức Phật. Một người đệ tử Phật chân chánh không thể có những hành động, suy nghĩ, lời nói như thường tình, trong tham, sân, si, bản ngã. Mà trong mọi suy nghĩ, lời nói, hành động đều phải tương ứng với lời Phật dạy. Đây chính là đức hạnh thứ ba của người tu.

Hạnh thứ tư là **chơn chánh hạnh**, nghĩa là người có thân tâm chân chánh, mọi hành động, lời nói, suy nghĩ đều chân chánh. Đời sống chân chánh với đầy đủ giới luật, thiền định, trí tuệ. Là người thật sự mong cầu giải thoát; thật sự muốn nhiếp phục tham, sân, si; có lý tưởng tu học chân chánh, đúng pháp. Với đức hạnh thứ tư này thì người tu mới có thể tiếp nhận được dòng Thánh Pháp tối thượng của Đức Phật truyền trao.

Qua đây, chúng ta có thể thấy được năm điểm rất lớn:

1. Tăng được định nghĩa bằng hạnh

Tăng không được định nghĩa bằng số lượng, không phải bằng tuổi đạo, không phải bằng uy tín thế gian, hay vai trò tổ chức. Đức Phật đã nêu Tăng qua bốn đặc tính cơ bản: Diệu Hạnh, Trục Hạnh, Ứng Lý Hạnh và Chơn Chánh Hạnh. Điều này có nghĩa là Tăng phải được nhận biết qua đời sống hành trì, chứ không phải qua những hình thức bên ngoài. Hành trì đúng pháp, tuân thủ giới luật, phát triển trí tuệ và thiền định mới chính là thước đo phẩm chất của Tăng đoàn chân chính.

2. Tăng bảo tối thượng là Thánh chúng

Đức Phật có dạy rằng người đệ tử Phật với những đức hạnh chân chánh, tu tập đúng đắn sẽ vào hàng bốn đôi tám bậc, tức là Dự lưu, Nhất lai, Bất lai, và A-la-hán. Điều này xác định rằng Tăng bảo tối thượng không dừng lại ở những tăng sĩ phạm hạnh, mà tăng bảo phải đạt thành tựu nơi Thánh đệ tử. Ý nghĩa viên mãn của Tăng bảo là khi những người xuất gia không chỉ sống theo hình thức mà phải đạt được các quả

vị Thánh trong hành trình giải thoát. Tăng bảo chính là những người tu tập và chứng đắc, trở thành Thánh chúng, thể hiện sự hoàn thiện trong đời sống tu hành.

3. Tăng bảo là đối tượng đáng cung kính

Tăng bảo không phải là đối tượng đáng kính chỉ vì họ thuộc một giai cấp tôn giáo hay vì những phẩm trật xã hội. Họ được tôn trọng và cung kính vì họ là những người sống đúng pháp, chứng nhập pháp, và làm hiện thân của pháp. Tăng phải là những người thực hành Chánh pháp, không vì danh lợi, không vì sắc tướng, mà vì họ là những người thực sự hiểu và sống theo giáo lý của Đức Phật, mang lại lợi lạc cho chính mình và thế gian.

4. Tăng bảo là ruộng phước vô thượng

Tăng bảo là ruộng phước vô thượng vì không chỉ sanh phước nhờ hình thức xuất gia, mà vì nơi Tăng có giới, định, tuệ, giải thoát, và giải thoát tri kiến. Những phẩm hạnh này giúp Tăng đoàn trở thành ruộng phước cho nhân thiên, nơi mà cư sĩ có thể gieo phước qua việc cúng dường và hỗ trợ Tăng đoàn. Tăng đoàn chân chính sẽ trở thành nơi hướng dẫn, dẫn dắt con người đến hạnh phúc và giải thoát, giúp mọi người tìm được an lạc trong cuộc sống.

5. Tăng bảo gắn liền với Chánh pháp

Tăng không thể tách khỏi Pháp. Tăng chỉ là Tăng bảo khi thật sự là chúng đệ tử của Thế Tôn, tức là những người nghe pháp, hành pháp, sống theo pháp, và chứng pháp. Chánh pháp là nền tảng và cũng là mục đích của sự xuất gia. Dụng Tăng không chỉ là xây dựng cộng đồng xuất gia, mà là bảo vệ và duy trì sự tinh khiết của Chánh pháp trong suốt dòng thời gian. Tăng đoàn phải là nơi Chánh pháp được sống và truyền lại cho thế hệ sau.

Như vậy, nếu không làm sáng nghĩa của việc dụng Tăng ngay từ đầu, người ta rất **đễ hiểu lầm** rằng:

Dụng Tăng là dụng một đoàn thể đông người xuất gia,

Dụng Tăng là dụng chùa viện, thời khóa, oai nghi,

Dụng Tăng là giữ hình thức truyền thống,

Dụng Tăng là tạo nên một lực lượng tôn giáo có tổ chức,

Hay dựng Tăng chỉ là đào tạo những người sống đạo đức và có trách nhiệm.

Những điều ấy dĩ nhiên đều có giá trị nhất định và đáng quý. Tuy nhiên, nếu chỉ dừng lại ở đó, thì vẫn chưa chạm đến điều mà Đức Thế Tôn mong muốn khi thiết lập Tăng đoàn. **Dựng Tăng nói ngắn gọn nhất là quá trình xây dựng và duy trì một Tăng đoàn chân chính, tu tập theo giới, định, tuệ, chung sống hòa hợp cùng tu tập, đồng thời bảo vệ và truyền bá Chánh pháp.**

Do đó, dựng tăng không phải chỉ dựng hình tướng xuất gia. Bởi vì một người có thể: mang y mà tâm còn nặng ái dục; sống trong chùa mà tâm còn nặng ngã mạn; giữ thời khóa mà tâm còn rất tán loạn; có oai nghi mà chưa có thiền định; học pháp mà chưa có tuệ quán; được cung kính mà chưa đi vào dòng Thánh. Nếu chỉ nhìn thấy phần ngoài mà quên đi phần trong, chúng ta rất dễ tưởng rằng Tăng đã được dựng xong, khi thật ra mới chỉ dựng được chiếc vỏ bên ngoài mà chưa có thực chất bên trong.

Vì vậy, điều quan trọng không nằm ở hình tướng, mà ở chỗ hình tướng ấy có dẫn đến sự chuyển hóa nội tâm hay không. Cho nên, dựng Tăng là dựng cái chất “bên trong” của đời xuất gia. Không phải chỉ làm cho có người rời nhà vào chùa, mà là làm cho những người ấy thật sự trở thành Sa-môn đúng nghĩa, trở thành người tu hành chân chánh, hành giả của giới, định, tuệ, người đang bước đi trên Thánh đạo và hướng đến Thánh quả. Khi một người xuất gia mà nội tâm chưa được dựng lại theo đúng Chánh Pháp, thì dù hình thức có đầy đủ, đời sống ấy vẫn chưa vững. Ngược lại, khi nội tâm đã được dựng đúng, thì tự thân người ấy trở thành một điểm tựa vững chắc cho Tăng đoàn, cho Chánh pháp và cho cả những người đang tìm kiếm con đường giải thoát.

Mặt khác, nội tâm ấy không thể được dựng lên trong cô lập. Dựng Tăng không phải chỉ là chuyện của từng cá nhân riêng lẻ. Người tu không sống một mình, mà sống trong một đời sống chung. Vì vậy, dựng Tăng còn là dựng một nếp nhà chung không ai làm tổn hại nhau, cùng tu tập mà không làm chướng ngại nhau, và từng bước trưởng thành trong một môi trường đúng pháp. Vì vậy, có thể nói một cách ngắn gọn: dựng Tăng là dựng con người bên trong và dựng nếp sống chung đúng Chánh pháp. Khi hai điều này được thiết lập, Tăng đoàn mới thật sự có nền, có sức sống, và có khả năng đi đến con đường giải thoát.

Kê Tóm Tắt:

Dựng Tăng là dựng lối Như Lai

*Không chỉ y hình với tiếng hay
Mà dựng nếp sống hòa thanh tịnh
Để đèn Chánh pháp sáng lâu dài.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

DỰNG TĂNG

|

HIỂU ĐÚNG TĂNG BẢO

Bốn đức hạnh: Diệt hạnh – Trục hạnh – Ứng lý hạnh – Chơn chánh hạnh

↓

XÂY DỰNG TĂNG ĐOÀN CHÂN CHÍNH

Xuất ly

Tu tập tuần tự

Hộ trì Chánh pháp

↓

KHÔNG PHẢI

Đông người xuất gia

Dựng chùa viện, thời khóa

Giữ hình thức truyền thống

Tạo tổ chức tôn giáo

Chỉ đào tạo người đạo đức

↓

MÀ LÀ

Dựng con người bên trong

Dựng nếp sống đúng Chánh pháp



THÀNH TỰU TĂNG ĐOÀN CHÂN CHÍNH

CHƯƠNG 2: VÌ SAO ĐỨC PHẬT DỰNG TĂNG ĐOÀN

Muốn hiểu vì sao Đức Thế Tôn dựng Tăng đoàn, trước hết phải buông bỏ cách nhìn quen thuộc của thế gian. Con người thường nghĩ đến tổ chức, đến hệ thống, đến sự duy trì và phát triển theo kiểu xã hội, nhưng Tăng đoàn không được sinh ra từ những nhu cầu ấy. Đức Phật không dựng Tăng để tạo lập một cơ cấu tôn giáo, không nhằm xây dựng thế lực, không để thu hút tín đồ, cũng không phải để giữ gìn một hình thức truyền thống. Tăng đoàn ra đời từ một nguồn khác sâu xa hơn, rộng lớn hơn, và thuần tịnh hơn, đó là từ tâm đại bi và Chánh pháp.

Chính từ điểm này, cần thấy rõ rằng Tăng đoàn là phương tiện đại bi của Đức Như Lai, đồng thời là hình thể sống động của Chánh pháp giữa nhân gian. Khi Đức Phật xuất hiện, Ngài không chỉ giảng dạy một con đường, mà còn mở ra một môi trường để con đường ấy được sống, được chứng và được tiếp nối. Tăng đoàn vì vậy không phải là một tổ chức, mà là một dòng chảy sống của đạo lộ giải thoát, được thể hiện qua con người cụ thể.

Trong toàn bộ tinh thần Nikāya, một trục lớn luôn được nhắc đến là vì lợi ích số đông, vì an lạc số đông. Nhưng lợi ích ở đây không phải là đáp ứng mong cầu thế tục, cũng không phải là làm cho con người dễ chịu hơn trong đời sống hiện tại. Lợi ích chân thật là giúp con người bỏ ác làm lành, tăng trưởng tín tâm, thành tựu giới hạnh, thấy đúng như thật và từng bước đi ra khỏi sinh tử. Khi Chánh pháp chỉ dừng ở lời nói, lợi ích ấy vẫn còn hạn chế; nhưng khi có người sống đúng pháp, lợi ích ấy mới thật sự đi vào đời.

Vì vậy, Tăng đoàn chính là nơi làm cho Chánh pháp từ lời dạy trở thành đời sống. Người xuất gia không chỉ học pháp, mà còn sống pháp, truyền pháp và làm cho ánh sáng của pháp lan rộng. Nhờ đó, đạo lộ giải thoát không còn bị giới hạn nơi một cá nhân hay một thời điểm, mà trở thành một dòng chảy liên tục trong nhiều đời sống, nhiều căn cơ, nhiều hoàn cảnh khác nhau.

Không dừng lại ở phạm vi con người, Tăng đoàn chân chánh còn mang lại an lạc cho cả chư thiên. Một vị Tỳ-kheo sống ít muốn, biết đủ, nhu hòa, trì giới, không làm

hại ai, không tranh giành, không dối trá, không tà mạng, biết nói lời chân thật và lợi ích, tự thân đã là một nguồn an ổn giữa đời. Người đời nhìn vào đó mà nhận ra rằng vẫn có một con đường sống không bị nô lệ bởi dục vọng. Còn trong các kinh Nikāya, chư thiên hoan hỷ khi có người nghe đúng pháp, giữ giới, tu tập và chứng Thánh quả. Điều đó cho thấy Tăng đoàn không chỉ có giá trị xã hội, mà còn mang ý nghĩa sâu xa trong toàn bộ đời sống tâm linh.

Nhưng sâu hơn nữa, Tăng đoàn được dựng lên để Chánh pháp không chỉ được nói ra, mà được thật sống giữa đời. Nếu giáo pháp chỉ còn là lời giảng, người ta có thể nghe mà chưa tin, hiểu mà chưa thấm. Khi có một Tăng đoàn thanh tịnh, người ta thấy tận mắt một đời sống viển ly, thấy sự hộ trì các căn, thấy chánh niệm tỉnh giác, thấy thiền định, thấy trí tuệ và thấy cả sự ly tham, giải thoát. Khi đó, Tăng đoàn trở thành chứng cứ sống động cho Chánh pháp, làm cho lời dạy của Đức Phật trở nên thiết thực, hiện tại và có thể chứng nghiệm.

Tinh thần “đến để mà thấy” trong Nikāya chỉ có thể thành tựu khi có người sống ra điều đó. Nếu không có Tăng đoàn, Chánh pháp rất dễ bị hiểu như một hệ thống lý thuyết; nhưng khi có Tăng đoàn, con đường giải thoát trở thành điều có thể nhìn thấy, có thể gần gũi và có thể đi theo.

Tăng đoàn cũng là nơi mở ra con đường xuất ly một cách rõ ràng và cụ thể. Người xuất gia từ bỏ đời sống gia đình, sống không gia đình, đi vào Phạm hạnh và hướng đến đoạn tận khổ đau. Đây không phải là một lựa chọn đơn giản, mà là một định chế giải thoát được Đức Phật thiết lập. Đời sống tại gia có nhiều ràng buộc, nhiều duyên kéo, nhiều điều kiện làm cho tâm khó lắng lại và khó đi sâu. Trong khi đó, đời sống xuất gia tạo ra một môi trường thuận lợi cho viển ly, thiểu dục, độc cư, thiền định và quán chiếu.

Chính vì vậy, Tăng đoàn trở thành môi trường giúp người có chí xuất ly không phải mò mẫm đơn độc, mà có con đường rõ ràng để đi. Tuy nhiên, cũng cần thấy rõ rằng Tăng đoàn không phải là cứu cánh. Cứu cánh vẫn là đoạn tận tham, sân, si, đoạn tận lậu hoặc và chứng nhập Niết-bàn. Nếu quên điều này, Tăng đoàn rất dễ bị biến thành nơi nương thân, thay vì là con đường giải thoát.

Một ý nghĩa rất quan trọng khác của Tăng đoàn là duy trì sự kế thừa Chánh pháp đúng nghĩa. Kế thừa không phải là giữ danh nghĩa, cũng không phải là duy trì hình thức, mà là học đúng pháp, hiểu đúng pháp, hành đúng pháp và chứng đúng pháp. Khi có người sống đúng pháp, Chánh pháp được truyền đi bằng thân giáo, bằng chính đời

sống. Nếu chỉ còn kinh sách mà không còn người sống pháp, thì hậu thế rất khó nắm được tinh thần thật của đạo.

Do đó, dựng Tăng chính là dựng con người có khả năng mang Chánh pháp đi qua nhiều thế hệ mà không bị biến dạng. Một Tăng đoàn thanh tịnh là nơi người sau có thể nhìn mà học, gần mà thấm, sống cùng mà chuyên hóa. Đây là ý nghĩa sâu xa và bền vững của việc dựng Tăng.

Không chỉ cho hiện tại, Tăng đoàn còn là khuôn mẫu cho muôn đời. Người tại gia nhìn vào đó mà thấy được một đời sống không lấy bản ngã làm trung tâm, thấy được thiếu dục, tri túc, hộ căn và chánh niệm. Người xuất gia đời sau nhìn vào đó để không bị lạc hướng, không tu theo tập quán, không chạy theo danh nghĩa hay lợi dưỡng.

Tuy nhiên, khuôn mẫu này không nằm ở hình thức bên ngoài, mà nằm ở xương sống của đời sống tu: mục đích xuất ly, giới hạnh thanh tịnh, thiếu dục tri túc, viễn ly độc cư, thiền định, tuệ quán, hòa hợp và giải thoát. Đây là những yếu tố không thay đổi theo thời gian.

Khi Chánh pháp không còn được người chân tu sống lấy, nó rất dễ bị suy tàn. Nó có thể bị hiểu sai, thực hành sai, hoặc biến thành hình thức, tranh luận hay nghề nghiệp. Trong bối cảnh đó, Tăng đoàn đóng vai trò như một thành trì bảo hộ. Giới giữ cho đời sống không bị ô nhiễm, định giữ cho tâm không tán loạn, và tuệ giữ cho pháp không bị hiểu lệch.

Vì vậy, dựng Tăng không chỉ là dựng con người, mà là dựng nền tảng để Chánh pháp không bị mai một theo thời gian. Đây là một trách nhiệm lớn, vượt khỏi phạm vi cá nhân, và mang ý nghĩa đối với cả dòng chảy của đạo.

Trong một thế gian vận hành theo vòng lặp của hưởng thụ, bám víu và khổ đau, Tăng đoàn xuất hiện như một câu trả lời sống động. Nó chứng minh rằng con người có thể sống mà không lấy dục làm trung tâm, có thể sống ít nhu cầu nhưng nhiều an lạc, có thể buông bỏ mà không mất mát, và có thể đi trọn con đường hướng thượng cho đến giải thoát.

Nhờ có Tăng đoàn, đạo lộ giải thoát không còn là điều xa vời, mà trở thành điều có thể thấy, có thể gần và có thể thực hành. Người tìm đạo không còn đứng trước một lý thuyết, mà đứng trước một con đường đang được sống.

Từ tất cả những điều trên, có thể kết luận rằng Đức Phật dựng Tăng đoàn không phải vì tổ chức, mà vì đại bi; không phải vì số lượng, mà vì Chánh pháp;

không phải để giữ hình thức, mà để mở ra con đường giải thoát cho muôn đời.
Khi giữ đúng trục này, Tăng đoàn sẽ luôn là ánh sáng sống động giữa thế gian; nhưng khi lệch khỏi trục này, dù hình thức còn đó, tinh thần của Nikāya cũng dần phai nhạt.

Kê Tóm Tắt:

*Vì thương thế giới, Phật khai đường,
Dựng chúng xuất trần giữa khói sương.
Để pháp không thành lời trống rỗng,
Mà thành ánh sáng dẫn tâm người.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

VÌ SAO ĐỨC PHẬT DỰNG TĂNG ĐOÀN

|

Không phải:

Tổ chức tôn giáo – Thế lực – Tín đồ
Hình thức truyền thống – Cơ cấu xã hội

↓

TÂM ĐẠI BI

Vì lợi ích số đông – Vì an lạc số đông
Mở đường giải thoát cho chúng sinh

↓

DỰNG CHÁNH PHÁP

Làm cho pháp được sống
Làm cho pháp được chứng
Làm cho pháp được tiếp nối

↓

DỰNG MÔI TRƯỜNG XUẤT LY

Sống không gia đình

Thiểu dục – Tri túc

Viễn ly – Độc cư

Thiền định – Tuệ quán



KẾ THỪA CHÁNH PHÁP

Học đúng pháp – Hiểu đúng pháp

Hành đúng pháp – Chứng đúng pháp



BẢO HỘ CHÁNH PHÁP

Giới – Định – Tuệ



KHUÔN MẪU CHO MUÔN ĐỜI



KẾT LUẬN

Không vì tổ chức, mà vì đại bi.

Không vì số lượng, mà vì Chánh pháp.

Không để giữ hình thức, mà để mở con đường giải thoát cho muôn đời.

CHƯƠNG 3: DỪNG LẠI MỤC ĐÍCH XUẤT GIA TRONG NIKĀYA

Trong toàn bộ công trình dựng Tăng, không có nền nào quan trọng hơn việc dựng đúng mục đích xuất gia. Nếu mục đích sai hoặc mờ, thì dù hình thức có nghiêm, sinh hoạt có đều, công phu có nhiều thì toàn bộ đời sống xuất gia vẫn có thể đi lệch khỏi con đường Đức Thế Tôn đã khai thị. Người tu cần thấy rõ điều này để không bị mắc kẹt trong những tầng thấp hơn của đạo lộ. **Vì vậy, dựng Tăng trước hết không phải là dựng hình thức, mà là dựng mục tiêu xuất gia.**

Trong tinh thần Nikāya, xuất gia là bước đi của người đã thấy rõ khổ đau của sinh tử, thấy sự vô thường của các pháp, thấy sự nguy hiểm của dục lạc, và vì thế trong lòng khởi lên một sự chuyển hướng rất sâu. Những gì trước đây từng được xem là mục tiêu của đời sống nay không còn đủ sức lôi cuốn nữa. Thay vào đó là một khát vọng khác, cao hơn, thật hơn, bền hơn, đó là khát vọng thoát ly, khát vọng đoạn tận khổ đau, khát vọng đi đến giải thoát.

Trong tinh thần Nikāya, *đời sống gia đình được thấy là một đời sống gò bó, bị ràng buộc bởi ái luyến, trách nhiệm và vô số điều kiện của thế gian*. Một người sống trong hoàn cảnh ấy rất khó có thể thực hành trọn vẹn Phạm hạnh, rất khó giữ được đời sống thanh tịnh hoàn toàn. Đức Thế Tôn đã chỉ rõ rằng, *thật không dễ gì cho một người sống trong gia đình có thể sống đời Phạm hạnh hoàn toàn đầy đủ và thanh tịnh như vó ốc trắng*. Con đường xuất gia được ví như hư không, rộng mở, không bị giam giữ bởi những bụi đời, không bị chi phối bởi những ràng buộc quen thuộc của thế gian. Khi một người thực sự thấy được sự khác biệt giữa hai con đường này, việc rời bỏ gia đình không còn là một điều khó khăn, mà trở thành một bước đi tất yếu. Đây là bước ngoặt lớn của đời người, không chỉ đổi nơi ở, mà đổi toàn bộ hướng đi của đời sống. **Một bên là bị ràng buộc bởi ái luyến, sở hữu, trách nhiệm và vô số sợi dây của thế gian. Một bên là con đường dành cho người muốn đặt cả đời mình vào công cuộc thanh lọc nội tâm và vượt khỏi sinh tử.**

Bởi vậy, **xuất gia không phải là trốn đời, cũng không phải là chán đời theo cảm xúc. Đó là một quyết định của trí tuệ và dũng khí**. Người xuất gia rời bỏ đời sống gia đình không phải vì ghét cuộc đời, mà vì đã thấy rõ giới hạn của mọi thứ thuộc về thế gian. Danh vọng không cứu được già chết. Sở hữu không cứu được bất an. Tình cảm, dù đẹp đến đâu, vẫn không thể thay thế con đường giải thoát. Người có trí, khi thấy như vậy, không còn đặt hy vọng tối hậu vào những điều tạm bợ ấy nữa, mà bắt đầu quay về tìm một con đường khác, con đường Đức Thế Tôn đã đi qua và chỉ lại cho đời sau.

Tuy nhiên, điều rất quan trọng là phải thấy rằng xuất gia không chỉ là đổi hình thức, mà là đổi hướng sống. Cạo bỏ râu tóc, khoác lên mình tấm y của người tu, sống trong chùa hay trong Tăng đoàn, tất cả những điều đó mới chỉ là biểu hiện bên ngoài. Nếu bên trong, con người ấy vẫn tiếp tục sống vì bản ngã, vì sự thuận ý, vì nhu cầu được công nhận, vì những mong cầu vi tế của thế tục, thì xuất gia ấy vẫn chưa thật sự đi vào chiều sâu của Phạm hạnh. Đức Thế Tôn dạy người Sa-môn chân thật là người làm cho dừng lại các ác, các pháp bất thiện, các pháp ô nhiễm, những pháp đưa đến tái

sinh, đưa đến sâu khổ về sau. Như vậy, xuất gia chân thật là xuất ly phiền não, không chỉ là xuất ly gia đình.

Trong kinh Với Mục Đích Gì, Tương Ưng Bộ Kinh tập 4, Đức Phật đã dạy, **với mục đích thấy khổ**, hiểu khổ, biết khổ, thấu triệt tất cả hoàn toàn mọi khía cạnh, phương diện, góc độ của khổ đau mà các thầy Tỳ-kheo bỏ cha, bỏ mẹ, anh chị em, bỏ gia đình, bỏ tình thân, sắc đẹp, tình yêu, tình thương, tài sản, sự nghiệp, từ giả lục thân quyến thuộc, trong nước mắt đầy mặt, trong sự luyến tiếc; rồi quyết định cạo tóc, đắp y, ôm bình bát, làm một người khất sĩ. Vì mong muốn thấy được sự thật tận cùng ấy nên các Ngài chọn sống đời viễn ly, rời xa với mọi sự lờ loẹt của thế gian, thường trú nơi xa vắng, để chiêm nghiệm, thiền quán, thẩm thấu, thấu triệt, thực chứng sự thật về đau khổ. Nhờ thấu suốt hoàn toàn, triệt để tất cả mọi phương diện, góc độ, khía cạnh, bản chất của đau khổ và từ đó mới thoát khỏi mọi đau khổ.

Chính ở đây, ý nghĩa của việc dựng lại mục đích xuất gia trở nên rất rõ. Trước khi xuất gia, con người sống xoay quanh tài sản, quyến thuộc, danh phận, cảm thọ và cái tôi. Sau khi xuất gia, nếu đi đúng pháp, toàn bộ trục ấy phải được thay bằng một trục sống hoàn toàn khác, đó là sống vì Phạm hạnh, vì điều phục thân tâm, vì đoạn trừ tham ái, vì làm suy yếu các bất thiện pháp, đoạn tận khổ đau và cuối cùng là vì giải thoát. Nếu sự chuyển trục này không xảy ra, thì dù đã đi vào cửa đạo, cái thế tục vẫn tiếp tục vận hành ở tầng sâu của đời sống xuất gia. Người ấy có thể bỏ một gia đình hữu hình, nhưng vẫn tiếp tục dựng lên những gia đình vi tế khác trong tâm, như những vùng thân sơ, những chỗ dựa cảm xúc, những nhu cầu được thương, được kính, được thuận theo ý mình.

Đây là một sai lệch rất phổ biến và cũng rất khó thấy. Có người không còn tìm kiếm tài sản, nhưng lại tìm kiếm sự dễ chịu. Có người không còn xây dựng vị trí ngoài đời, nhưng lại xây dựng vị trí trong đạo. Có người không còn theo đuổi những ham muốn thô, nhưng lại để tâm mình mắc vào những mong cầu kín hơn, như được nhìn nhận, được yêu quý, được làm theo ý mình, được sống trong vùng an toàn của bản ngã. Khi mục đích xuất gia chưa được dựng lại cho thật đúng, những hình thức thế tục ấy sẽ thay áo, đổi tên, rồi tiếp tục sống âm thầm trong đời tu. Vì vậy, phải nói rất rõ rằng, mục đích của xuất gia không phải chỉ là “sống trong đạo”, mà là “đi đến giải thoát”. Hai điều này khác nhau rất xa. Sống trong đạo có thể dừng ở nề nếp, ở sinh hoạt, ở vai trò, ở sự ổn định. Nhưng đi đến giải thoát là một tiến trình chuyển hóa thật sự, đòi hỏi phải đi thẳng vào việc đoạn trừ tham, sân, si, làm yếu ái và thủ, và mở đường cho ly tham, an tịnh, Niết-bàn.

Trong ánh sáng của Nikāya, mục đích ấy luôn gắn liền với Thánh đạo. Người xuất gia không chỉ mang danh là người tu, mà phải thật sự đặt đời mình trên con đường Bát Chánh Đạo. Từ Chánh kiến cho đến Chánh định, toàn bộ đời sống phải quy hướng về đạo lộ ấy, không lệch, không dừng, không bị thay thế bằng những mục tiêu khác. Nếu Thánh đạo là con đường, thì Thánh quả là đích đến. Đức Thế Tôn không dựng Tăng đoàn để chỉ có những người học pháp, mà để có những người chứng pháp. Nếu đời sống xuất gia chỉ dừng lại ở việc hiểu, ở việc nói, ở việc tổ chức một đời sống tôn giáo nghiêm chỉnh, thì vẫn chưa chạm đến đỉnh lý tưởng của Nikāya. Xuất gia trong tinh thần Nikāya phải hướng đến chỗ mà các bậc Thánh có thể tuyên bố, *sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, việc nên làm đã làm xong*. Đó không phải là một câu văn đẹp, mà là tiếng nói của cứu cánh, là đích điểm thật sự của đời Phạm hạnh.

Vì thế, dựng đúng mục đích xuất gia cũng có nghĩa là không dừng lại ở những thành tựu trung gian. Có thể có sự an ổn tương đối, có thể có sự thanh tịnh nhất định, có thể được đại chúng kính trọng, có thể làm được nhiều việc, có thể có chỗ đứng trong Tăng đoàn, nhưng nếu chưa đi đến giải thoát thì tất cả vẫn chỉ là bước giữa đường. Đây là chỗ người xuất gia phải thường xuyên tự nhắc mình. Bởi lẽ, con đường tu rất dễ bị làm mờ bởi chính những điều tưởng chừng tốt đẹp. Một người có thể bắt đầu bằng lý tưởng rất cao đẹp nhưng theo thời gian, nếu không soi lại, mục tiêu ấy sẽ dần bị thay thế bằng những thứ thấp hơn, như sự ổn định, sự hài lòng, vai trò, uy tín, công việc, hoặc một đời sống tương đối an lành. Những điều ấy không sai, nhưng nếu chúng trở thành đích đến, thì đời xuất gia đã bị hạ thấp.

Chính vì đời tu rất dễ bị phủ bụi theo thời gian, người xuất gia cần thường xuyên quay lại câu hỏi căn bản, ta đã ra đi vì điều gì. Câu hỏi ấy phải được đặt ra không chỉ lúc mới phát tâm, mà phải được hỏi đi hỏi lại trong suốt cả đời tu. Khi tâm bắt đầu nặng về lợi dưỡng, bị cuốn vào công việc, bằng lòng với hình thức, chấp vào vai trò, buồn giận vì những va chạm nhỏ, hoặc mất dần lửa tu, thì phải quay lại câu hỏi ấy. Mình đã ra đi vì điều gì. Mình đã bước vào đời không gia đình để làm gì. Mình đang đi về đâu. Chính sự soi lại liên tục ấy giữ cho mục đích không bị mờ theo năm tháng. Nếu không, lý tưởng ngày đầu rất dễ bị những thói quen của đời sống thường nhật phủ lấp.

Người xuất gia cần tập sống với một loại câu hỏi rất sâu, mỗi pháp hành này có đưa đến ly tham không, có làm nhẹ tâm không, có giúp đoạn khổ không, có làm yếu đi cái tôi không. Nếu không, thì dù hình thức có vẻ đúng, vẫn cần dừng lại để xem xét. Giữ được những câu hỏi ấy là giữ được trục của đời tu. Một người giữ được mục tiêu giải thoát làm trung tâm sẽ tự nhiên biết cái gì là chính, cái gì là phụ, cái gì nên giữ, cái gì nên buông, cái gì đang giúp mình đi tới, và cái gì đang kéo mình đi chệch.

Từ đó cũng có thể thấy, một Tăng đoàn chỉ thật sự vững khi từng thành viên trong đó giữ được mục tiêu giải thoát làm trung tâm. Khi mục tiêu này sáng, giới được giữ đúng, thiền định có đất phát triển, tuệ quán có hướng đi rõ, đời sống chung có chiều sâu, và sức sống của đại chúng được nuôi lớn từ bên trong. Ngược lại, khi mục tiêu này mờ, thì mọi phần khác dù còn, cũng dần suy yếu. Giới dễ thành hình thức, định dễ thành kỹ thuật, học dễ thành tích lũy kiến thức, sinh hoạt dễ thành vận hành tổ chức, và toàn bộ đời sống Tăng đoàn dễ trở nên bằng phẳng. Vì vậy, dựng lại mục đích xuất gia không chỉ là việc của từng cá nhân, mà còn là việc sống còn của cả công trình dựng Tăng.

Từ toàn bộ những điều ấy, có thể kết lại rằng, dựng mục đích xuất gia là dựng nền sâu nhất của đời sống Sa-môn. Không phải dựng thêm một lý tưởng mới, mà là làm sáng lại mục tiêu nguyên thủy mà Đức Thế Tôn đã chỉ ra. Người xuất gia sống không phải để có một đời sống khác, mà để chấm dứt khổ. Khi thấy rõ như vậy, mỗi bước đi đều có hướng, mỗi pháp hành đều có ý nghĩa, mỗi sự từ bỏ đều có nội dung, và toàn bộ đời sống trở thành một hành trình đi về giải thoát. **Dựng lại mục đích xuất gia, theo đúng tinh thần Nikāya, chính là đặt lại toàn bộ đời mình trên con đường dẫn đến ly tham, đoạn tận khổ đau và thành tựu giải thoát.**

Kệ Tóm Tắt:

*Ra nhà chưa hẳn đã không gia,
Nếu ngã còn xây tổ mới ra.
Phải sống đúng hướng vì giải thoát,
Mới thành Sa-môn, thật xuất gia.*

Sơ Đồ Tóm Lược:



Lìa gia đình – Lìa phiên nã



CHUYỂN HƯỚNG ĐỜI SỐNG

Từ: Danh – Lợi – Dục – Ngã

Sang: Phạm hạnh – Giải thoát



THÁNH ĐẠO → THÁNH QUẢ → NIẾT-BÀN



Chấm dứt khổ đau

KẾT LUẬN: Người xuất gia sống không phải để có một đời sống khác mà để chấm dứt khổ đau.

PHẦN 2: DỰNG NỀN NGƯỜI XUẤT GIA

CHƯƠNG 4. TRANG NGHIÊM – TÔN TRỌNG – CUNG KÍNH – BIẾT ƠN

Sau khi xuất gia, người học đạo không phải bắt đầu bằng những điều cao siêu hay xa vời. Trước khi nói đến thiền định hay trí tuệ, người xuất gia cần ghi nhớ những phương châm căn bản của đời sống phạm hạnh: trang nghiêm, tôn trọng, cung kính và biết ơn. Đây là những bài học đầu tiên của người mới vào đạo, là nền móng của một Tăng đoàn, đồng thời cũng là những phẩm chất phải được gìn giữ suốt cả đời tu. Người càng trưởng thành trong Chánh pháp càng thấy rõ giá trị của những điều tưởng chừng rất đơn giản ấy. Bởi chính từ những nền tảng này mà khí chất Sa-môn được hình thành, nhân cách người tu được nuôi dưỡng và đời sống phạm hạnh dần đi vào chiều sâu.

Khi những phẩm chất ấy hiện diện nơi mỗi cá nhân, chúng không chỉ đem lại lợi ích cho bản thân người tu mà còn góp phần tạo nên thanh khí của Tăng đoàn. Một Tăng đoàn được xây dựng trên nền tảng trang nghiêm, tôn trọng, cung kính và biết ơn sẽ ngày càng thanh tịnh, hòa hợp và vững mạnh. Khi thanh khí ấy hiện hữu, Tăng đoàn tự thân đã trở thành nơi nương tựa cho nhiều người trên con đường học Phật.

1. Trang Nghiêm – Khí Chất Của Người Xuất Gia

Các vị Hiền trí thân mến, trang nghiêm là một trong những vẻ đẹp đặc biệt của người xuất gia. Đó không phải là dáng vẻ được tạo tác từ bên ngoài, mà là kết quả của một đời sống phạm hạnh được nuôi dưỡng đúng pháp. **“Trang” là đoan chánh, chững chạc; “nghiêm” là nghiêm cẩn, thu thúc và không buông lung. Trang nghiêm là sự đoan chánh và nghiêm cẩn được biểu hiện nơi thân, khẩu và ý của một người đã biết điều phục chính mình.** Khi thân được giữ gìn, lời nói được chế ngự và tâm được nuôi dưỡng trong Chánh pháp, sự trang nghiêm của người tu sẽ tự nhiên biểu hiện trong từng oai nghi, từng cử chỉ và cách ứng xử hằng ngày.

Có những vị mặc dù chúng ta không tiếp xúc nhiều, nhưng chỉ qua cách đi, cách đứng, cách ngồi hay sự hiện diện của vị ấy, người khác vẫn cảm nhận được sự điềm đạm, cẩn trọng và đáng kính. Đây không phải vì vị ấy cố tạo ra một hình ảnh nào cho riêng mình, mà vì công phu tu tập đã dần kết tinh thành khí chất. Do vậy, sự trang nghiêm không chỉ hiện diện khi bước vào chánh điện hay khi ngồi trước đại chúng.

Theo năm tháng tu tập, sự chuyên hóa thân tâm được biểu hiện qua sự chững mực trong cách đi đứng, sự từ tốn trong lời nói, sự cẩn trọng trong tiếp xúc với mọi người và sự điềm tĩnh, vững vàng trong giải quyết công việc. Đôi dép được đặt ngay ngắn sau mỗi lần sử dụng, chiếc y được gấp gọn cẩn thận, vật dụng được giữ gìn ngăn nắp

và trả lại đúng chỗ sau khi dùng xong. Khi bước vào thiền đường hay chánh điện, người tu biết quan sát trước sau, phải trái, biết giữ gìn hàng lối nghiêm chỉnh trong, biết điều chỉnh chỗ ngồi, kinh sách và các vật dụng cho ngay ngắn. Đến giờ công phu thì đúng giờ trở về chánh điện, đến giờ thọ thực thì cùng đại chúng thọ thực trong chánh niệm, đến giờ lao tác thì lặng lẽ làm tròn phần việc của mình, không hơn thua, không đùn đẩy, không nói cười ồn ào. Trong trai đường, thiền đường hay bất cứ nơi nào của đạo tràng, người tu đi đứng phải nhẹ nhàng, nói năng vừa đủ, tôn trọng thanh quy và giữ gìn sự yên tĩnh của đại chúng. Không ăn uống tùy tiện, không đi lại hấp tấp, không sinh hoạt lộn xộn hay buông lung theo ý mình. Bởi lẽ, người xuất gia trong mọi lúc đều phải sống với sự trang nghiêm và thu thúc; huống nữa là khi hiện diện nơi có tôn tượng Đức Thế Tôn, có Chánh pháp đang được học tập và hành trì, có Thầy Tổ cùng các bậc đồng Phạm hạnh đang chung sống tu học. Chính sự cẩn trọng trong từng việc nhỏ ấy làm nên nề nếp của một đạo tràng thanh tịnh. Và một Tăng đoàn trang nghiêm không được dựng nên từ một vài cá nhân, mà từ từng thành viên biết giữ gìn oai nghi, tôn trọng thanh quy và cùng nhau bảo hộ đời sống phạm hạnh.

Sự trang nghiêm đúng pháp không tạo cho người khác cảm giác căng thẳng, xa cách hay nặng nề, mà lại mang đến mọi người cảm giác an ổn, tin cậy và dễ sinh lòng kính mến. Khi ở gần một vị có sự trang nghiêm chân thật, người ta tự nhiên muốn nói năng nhỏ nhẹ hơn, cư xử cẩn trọng hơn và giữ gìn oai nghi hơn. Trước một vị đồng Phạm hạnh trang nghiêm, thanh tịnh, đại chúng tự nhiên trở nên lắng dịu hơn. Những lời nói đùa quá trớn dần ít lại. Những cử chỉ hấp tấp dần được điều chỉnh. Mọi người tự nhiên ý tứ hơn trong lời nói và hành động của mình. Không phải vì sợ hãi hay áp lực, mà vì nơi vị ấy toát ra sự uy nghi khiến người khác khởi tâm tôn trọng và muốn giữ gìn chính mình. Điều ấy không đến từ quyền lực hay sự nghiêm khắc, mà đến từ nếp sống được nuôi dưỡng trong chánh niệm, tỉnh giác và biết bảo hộ thân tâm. Khi một người biết điều phục chính mình, sự an ổn và chừng mực ấy sẽ tự nhiên lan tỏa đến những người chung quanh. Từ một cá nhân biết giữ gìn oai nghi, bầu không khí tu học của đại chúng cũng được góp phần nuôi dưỡng.

Trong Kinh Pháp Trang Nghiêm, Vua Ba-tư-nặc kể rằng, tuy mình là một vị quốc vương đã làm lễ quán đảnh, có quyền thưởng phạt, thậm chí quyết định sinh sát, nhưng ngay cả khi đang ngồi xử kiện vẫn có người cắt ngang lời mình. Trong khi đó, khi Đức Thế Tôn thuyết pháp giữa hàng trăm vị Tỳ-kheo, nhà vua không nghe một tiếng động nào khởi lên. Thậm chí, khi có một vị ho nhẹ, một vị đồng Phạm hạnh chỉ khẽ đập vào đầu gối và nhắc: *"Tôn giả hãy im lặng, Tôn giả chớ có làm ồn. Thế Tôn, bậc Đạo Sư của chúng ta đang thuyết pháp."*

Hình ảnh ấy khiến vua Ba-tư-nặc vô cùng thán phục: “*Thật vi diệu thay! Thật hy hữu thay! Thính chúng này thật khéo được huấn luyện, không gậy, không kiếm*”. Bởi lẽ, Ngài tuy là một vị đế vương có đầy đủ quyền lực nhưng vẫn không thể khiến mọi người giữ được sự yên tĩnh như Ngài muốn. Trong khi đó, Đức Thế Tôn không dùng quyền lực hay hình phạt, nhưng các vị Tỳ-kheo đều biết tự điều phục mình, nhất tâm hướng về pháp âm của bậc Đạo Sư. Trong đó, mỗi người không chỉ giữ mình, mà còn nâng đỡ sự giữ mình của người khác. Chỉ tiết vị đồng Phạm hạnh không quở trách hay lớn tiếng với người làm động chúng, mà chỉ khẽ nhắc nhở bằng sự ôn hòa và lòng từ mẫn, điều đó cho thấy việc giữ gìn sự trang nghiêm không phải là trách nhiệm của riêng một cá nhân, mà là bổn phận chung của mỗi thành viên trong Tăng đoàn. Lời nhắc ấy không xuất phát từ sự khó chịu, cũng không phải để trách móc người làm động chúng, mà xuất phát từ lòng cung kính đối với Đức Thế Tôn và Chánh pháp. Mỗi người vừa biết tự điều phục chính mình, vừa biết nhắc nhở đồng Phạm hạnh một cách đúng mực để cùng nhau bảo hộ Chánh pháp. Chính sự tỉnh thức ấy tạo nên một không gian đặc biệt: nơi từng cá nhân không còn sống riêng lẻ, mà đang cùng nhau gìn giữ một dòng chảy trang nghiêm thanh tịnh của pháp hội.

Tuy nhiên, không phải cứ giữ được dáng vẻ nghiêm trang thì đã có sự trang nghiêm chân thật. Có người bên ngoài biểu hiện rất nghiêm trang nhưng nội tâm vẫn còn nhiều vọng động. Có người nói rất ít nhưng bản ngã lại rất lớn. Có người rất chú trọng oai nghi bên ngoài, nhưng trong sinh hoạt hằng ngày vẫn còn nhiều sơ suất và thiếu sự tỉnh giác. Có người giữ được dáng vẻ nghiêm trang trước đại chúng, nhưng trong những sinh hoạt riêng thường ngày, thì sự cẩn trọng và thu thúc lại dần buông lỏng. Những điều ấy cho thấy hình thức bên ngoài tuy cần thiết, nhưng chưa đủ để làm nên sự trang nghiêm thật sự của người tu.

Vậy điều gì làm nên sự trang nghiêm chân thật ấy? Trong kinh Nikāya, Đức Thế Tôn dạy các Tỳ-kheo phải sống với chánh niệm tỉnh giác trong từng oai nghi. Đi biết mình đi. Đứng biết mình đứng. Ngồi biết mình ngồi. Nằm biết mình nằm. Nhìn trước nhìn sau có chánh niệm. Co tay duỗi tay có chánh niệm. Mang y, cầm bát, ăn uống, nói năng đều có chánh niệm tỉnh giác. Ngài dạy chúng ta hộ trì các căn, giữ gìn thân khẩu ý và sống trong chánh niệm tỉnh giác. Khi những điều ấy được thực hành lâu ngày, sự trang nghiêm tự nhiên xuất hiện như hương thơm lan tỏa từ một đóa hoa.

Vì vậy, một chiếc y đẹp không làm nên sự trang nghiêm. Một gương mặt nghiêm nghị cũng không làm nên sự trang nghiêm. Thậm chí sự im lặng cũng chưa chắc là trang nghiêm, mà sự trang nghiêm chân thật sẽ biểu hiện ra từ phẩm chất nội tâm đã được tu tập và điều phục. Chính sự điều phục ấy là nền tảng để hình thành khí chất Sa-

môn, gìn giữ vẻ đẹp của đời sống phạm hạnh và góp phần nuôi dưỡng thanh khí của Tăng đoàn.

Trang nghiêm từ mỗi oai nghi,

Thân tâm thu thúc, bước đi an hòa.

Dựng Tăng từ việc nhỏ thôi

Ươm nên khí chất xuất gia trọn đời.

2. An Tĩnh Và Lắng Dịu – Uy Đức Của Tăng Đoàn

Các vị Hiền trí thân mến, khi công phu tu tập được nuôi dưỡng đúng hướng, sự trang nghiêm sẽ không chỉ dừng lại ở dáng vẻ hay oai nghi bên ngoài, mà dần thấm sâu vào đời sống nội tâm. Người biết điều phục thân khẩu ý cũng là người học cách làm cho tâm mình trở nên lắng dịu hơn, vững vàng hơn trước những thuận nghịch của cuộc sống. Vì vậy, an tịnh và lắng dịu không phải là một phẩm chất tách rời, mà chính là chiều sâu của sự trang nghiêm trong đời sống phạm hạnh. Chính vì vậy, an tịnh và lắng dịu là sự tiếp nối tự nhiên của đời sống tu học, là nền tảng giúp người xuất gia trưởng thành hơn trên con đường điều phục tự thân.

Trong công trình Dựng Tăng, sự an tịnh và lắng dịu là một phẩm chất vô cùng quan trọng của đời sống Phạm hạnh. Đức Thế Tôn là bậc an tịnh, nên Ngài thuyết giảng con đường đưa đến an tịnh. Ngài là bậc đã điều phục, nên Ngài chỉ dạy con đường đưa đến sự điều phục. Vì vậy, người học theo Đức Phật cũng phải lấy sự an tịnh và lắng dịu làm một trong những nền tảng của công phu tu tập.

Người xuất gia không thể sống lao xao, lăng xăng và phóng dật mà mong đạt được sự vững chãi trong đạo nghiệp. Nếu nội tâm luôn dao động, cảm thọ luôn bị lôi kéo bởi những duyên xúc bên ngoài, thì rất khó đi sâu vào Chánh pháp. Bởi vậy, từ những ngày đầu bước chân vào cửa đạo, người tu phải học cách làm lắng dịu thân tâm, học cách sống chậm lại, sâu sắc hơn và tỉnh thức hơn. An tịnh là khả năng điều phục những dao động nơi thân và tâm. Đó là năng lực biết dừng lại khi cảm xúc đang dâng lên, biết lắng xuống khi phiền não vừa khởi, biết trở về với chánh niệm thay vì chạy theo những phản ứng quen thuộc của tập khí. Người chưa có sự an tịnh rất dễ bị cảm thọ dẫn dắt và phiền não chi phối. Ngược lại, một nội tâm đã được an tịnh sẽ thấy biết rõ ràng hơn, sáng suốt hơn và ít bị các phiền não làm dao động. Vì vậy, an tịnh không phải là cứu cánh của đời sống phạm hạnh, mà là nền tảng cần thiết để định tâm được nuôi dưỡng và trí tuệ có điều kiện sinh khởi.

Để nuôi dưỡng sự an tịnh ấy, người tu không chỉ thực tập khi tâm đang dao động, mà còn cần huân tập ngay trong những lúc bình thường. Hãy thường xuyên hướng tâm trở về với cảm giác nơi lồng ngực, nhẹ nhàng nhắc tâm mình: "An tịnh lắng dịu – An tịnh lắng dịu", để tâm được nuôi dưỡng trong cảm thọ an tịnh và dần quen với sự lắng dịu ấy. Đồng thời, hãy thường xuyên dò xét và nội quán, nhìn lại xem thân mình có đang vội vàng không, lời nói mình có đang gây động không, tâm mình có đang lao xao không. Đó không chỉ là sự thực tập cho riêng mình, mà còn là nền tảng để giữ gìn nếp sống chung cho các hội chúng. Bởi vì sự ồn ào, lăng xăng là điều đại kỵ trong thiền môn. Chúng ta là những người đang tu học và thực hành sự an tịnh, trầm lặng. Dù cho nhà cháy, nước trôi hay những biến cố lớn xảy ra nơi thân mình hoặc nơi người chung quanh, người tu vẫn phải tập giữ cho cảm thọ được an tịnh. Sự an tịnh ấy không thể có được ngay trong lúc hữu sự, mà cần phải được huân tập và nuôi dưỡng từ những lúc bình thường. Nếu bình thường không có chuyện gì mà tâm vẫn rộn ràng, thất niệm, thì khi bất trắc xảy đến, chắc chắn sẽ bấn loạn, hỗn loạn và rối loạn. Ngược lại, khi sự an tịnh đã trở thành chỗ an trú quen thuộc của tâm, người tu sẽ có đủ sự vững vàng để không bị cuốn theo những phản ứng của tập khí. Chính sự an tịnh ấy giúp người tu không vội nói, không vội làm theo cảm xúc, mà có đủ sự sáng suốt để lựa chọn lời nói, hành động và cách ứng xử phù hợp với Chánh pháp, với oai nghi và phẩm hạnh của người xuất gia.

Hơn thế nữa, sự an tịnh không chỉ là công phu của từng cá nhân. Khi được nuôi dưỡng đúng pháp, nó sẽ kết tinh thành một phẩm chất chung của cả đại chúng. Chính từ sự an tịnh của từng người mà một hội chúng an tịnh được hình thành.

Trong kinh Sa-môn quả, Trường Bộ Kinh, hình ảnh một hội chúng an tịnh được hiện lên vô cùng sống động qua câu chuyện vua A-xà-thế đến yết kiến Đức Thế Tôn. Sau khi phạm trọng tội giết cha là vua Tần-bà-sa-la, vua A-xà-thế sống trong dằn vặt và bất an. Nghe lời khuyên của ngự y Jīvaka, một cư sĩ hộ trì Đức Phật, vua quyết định đến yết kiến Đức Thế Tôn. Khi vừa đến gần khu vườn xoài nơi Đức Thế Tôn đang trú ngụ cùng đại chúng Tỷ-kheo, nhà vua bỗng giật mình và sinh tâm nghi ngờ, vì một hội chúng đông đảo như vậy mà hoàn toàn không có một tiếng động nào, vua liền nói với Jīvaka: *“Này khanh Jīvaka, người phản ta chăng? Này khanh Jīvaka, người lường gạt ta chăng? Này khanh Jīvaka, người nạp ta cho kẻ thù chăng? Tại sao trong một đại chúng lớn như thế này gần một nghìn hai trăm năm mươi vị, mà không có một tiếng đảnh hăng, không có một tiếng ho, không một tiếng ồn?”*

Jīvaka liền đáp: *“Tâu Đại vương, thần không phản lại Ngài, thần không lường gạt Ngài, thần không nạt Ngài cho kẻ thù.”*

Khi bước vào bên trong, vua A-xà-thế nhìn khắp hội chúng Tỷ-kheo thanh tịnh đang ngồi quanh Đức Thế Tôn, nhà vua không giấu được sự xúc động và cảm hứng thốt lên: *“Nhìn khắp chúng Tỷ-kheo đang yên lặng an tịnh như một hồ nước trong...”*. *“Mong hoàng tử Ưu-đà-di-bạt-đa, (con trai của Ngài), cũng được sự trầm lặng như sự trầm lặng của các vị Tỷ-kheo này vậy.”* Đức Thế Tôn khi ấy chưa thuyết một bài pháp nào nhưng chính sự hiện diện của một hội chúng an tịnh đã làm phát sinh niềm kính phục trong lòng nhà vua.

Trong kinh Kandaraka cũng vậy. Khi nhìn thấy hội chúng Tỷ-kheo ngồi yên lặng, trang nghiêm và thu nhiếp, vị du sĩ Kandaraka đã không giấu được sự kinh ngạc mà tán thán:

– Thật vi diệu thay, Tôn giả Gotama! Thật hy hữu thay, Tôn giả Gotama! Chúng Tỷ-kheo này được Tôn giả Gotama chơn chánh hướng dẫn.

Điều làm ông xúc động ngay lúc ấy không phải là những cuộc tranh luận triết lý hay những lời giảng thuyết cao siêu, mà chính là sự an tịnh hiếm thấy của hội chúng. Đó là uy đức của Tăng đoàn.

Qua hai đoạn kinh trên, ta thấy những người bị đánh động trước sự an tịnh của hội chúng Tỷ-kheo lại đến từ những tầng lớp khác nhau, một người là vua A-xà-thế, bậc quân vương đang nắm giữ quyền lực lớn nhất của một vương quốc. Một người là du sĩ Kandaraka, vốn không thuộc Tăng đoàn của Đức Phật. Thế nhưng cả hai đều bị chinh phục bởi cùng một điều: sự an tịnh của hội chúng. Đó không phải những cuộc tranh luận sắc bén. Không phải những thần thông kỳ diệu. Cũng không phải những bài thuyết giảng hùng hồn. Điều khiến họ sinh tâm kính phục chính là hình ảnh một hội chúng sống có kỷ cương, có sự điều phục và có nội tâm lắng dịu. Trước một hội chúng như vậy, người ta cảm nhận được sự bình an, vững chãi và thanh tịnh mà thế gian khó tìm thấy.

Điều ấy cho thấy sự an tịnh không chỉ là lợi ích cho riêng người tu. Khi được nuôi dưỡng nơi từng cá nhân và kết tinh thành phẩm chất chung của đại chúng, sự an tịnh tự nó đã mang năng lực giáo hóa. Người khác có thể chưa nghe Chánh pháp, nhưng đã cảm nhận được giá trị của Chánh pháp qua sự hiện diện của hội chúng. Người khác có thể chưa hiểu giáo lý, nhưng đã sinh lòng kính tín khi nhìn thấy nếp sống an tịnh của Tăng đoàn.

Nhưng nếu chỉ dừng lại ở việc chiêm ngưỡng hình ảnh Tăng đoàn thời Đức Phật như một điều đẹp đẽ trong quá khứ thì vẫn chưa đủ. Điều quan trọng hơn là phải thấy rằng hội chúng an tịnh ấy không phải là một điều đã qua, mà là một chuẩn mực cần được dựng lại trong hiện tại. Chính nơi đây, công trình Dựng Tăng không còn là một lý tưởng xa vời, mà trở thành trách nhiệm rất cụ thể của mỗi người xuất gia. Vẫn là thân được thu nhiếp, lời nói được giữ gìn, ý được soi sáng; vẫn là chánh niệm trong từng sinh hoạt; vẫn là sự biết hổ thẹn, biết quay lại chính mình. Khi những điều ấy được thực tập một cách chân thật thì dù ở thời nào, hội chúng an tịnh vẫn có thể hiện hữu.

Cả không gian thanh tịnh ấy giống như một hồ nước trong, phẳng lặng và mát lành. Không ai bảo ai phải nói nhỏ, không ai ép ai phải giữ im lặng, nhưng sự an tịnh vẫn âm thầm lan tỏa, khiến những lao xao trong lòng cũng dần lắng dịu. Đó là hoa trái của sự bền bỉ gìn giữ thân tâm và cùng nhau nuôi dưỡng đời sống phạm hạnh. Khi ấy, hình ảnh Tăng đoàn thời Đức Phật không còn là quá khứ, mà đang được tiếp nối trong hiện tại.

Dựng Tăng, vì vậy, không chỉ là dựng nên những cá nhân biết tu học, mà còn là dựng nên một hội chúng như vậy. Một hội chúng mà sự hiện diện đã là một bài pháp, sự im lặng đã là một sự giáo hóa, và sự an tịnh ấy đã trở thành nơi nương tựa cho thế gian. Đó chính là hình ảnh của Tăng đoàn trong tinh thần Nikāya: không ồn ào nhưng hùng tráng, không phô bày nhưng sâu sắc, không cưỡng ép nhưng đầy sức cảm hóa. Và khi hình ảnh ấy còn được duy trì, Chánh pháp vẫn còn hiện hữu giữa cuộc đời.

An tịnh không lời mà tỏa sáng,

Một lòng thanh tịnh kết thành Tăng.

Hùng lặng âm thầm nuôi đạo nghiệp,

Uy nghi, vững chãi, chạm tim người.

3. Tôn Trọng – Nền Tảng Của Hòa Hợp

Nếu trang nghiêm và an tịnh là khí chất biểu hiện nơi chính mình thì tôn trọng là cách cư xử với mọi người bên ngoài. Đây là một phẩm chất rất quan trọng trong đời sống Tăng đoàn, bởi vì hòa hợp không thể được xây dựng chỉ bằng giới luật hay những quy định chung, mà còn được nuôi dưỡng bằng sự tôn trọng lẫn nhau trong từng sinh hoạt hằng ngày.

Đầu tiên, tâm tôn trọng được thể hiện trước hết trong cách đối xử với những người chung quanh, đó là biết lắng nghe khi người khác đang nói, biết giữ sự ôn hòa khi có những khác biệt về quan điểm. Khi tiếp xúc với bậc trưởng thượng thì biết kính thuận, học hỏi và vâng lời. Khi tiếp xúc với người hậu học thì biết nâng đỡ, khuyến khích và bảo hộ đúng pháp. Những điều tưởng chừng rất nhỏ ấy lại chính là chất liệu tạo nên sự hòa hợp trong đời sống đại chúng.

Thứ hai, tâm tôn trọng còn được biểu hiện qua thái độ đối với nếp sống chung của Tăng đoàn. Người xuất gia cần biết tôn trọng thanh quy của đạo tràng, tôn trọng thời khóa tu học, tôn trọng sự phân công của đại chúng và tôn trọng những người đang âm thầm gánh vác trách nhiệm để bảo hộ môi trường tu tập. Một thời công phu diễn ra đúng giờ, một bữa cơm được chuẩn bị chu đáo, một ngôi chánh điện sạch sẽ, một khuôn viên yên tĩnh hay một khóa học được tổ chức nghiêm túc đều là thành quả của biết bao công sức từ Thầy Tổ, chư vị giáo thọ, các vị tri sự và nhiều huynh đệ đang lặng lẽ phụng sự phía sau.

Vì hiểu được điều ấy, người biết tôn trọng sẽ không sống vô tâm. Không tùy tiện bỏ thời khóa, không đến trễ để đại chúng phải chờ đợi, không làm qua loa phần việc được giao để người khác phải gánh thay trách nhiệm của mình. Mỗi sự đúng giờ là một sự tôn trọng. Mỗi lần nghiêm túc tham dự thời khóa là một sự tôn trọng. Mỗi việc được hoàn thành với tinh thần trách nhiệm là một sự tôn trọng đối với đại chúng và đối với những người đã dày công tạo dựng môi trường tu học cho mình.

Tuy nhiên, sự tôn trọng trong Chánh pháp không chỉ dừng lại ở phép ứng xử bên ngoài. Tôn trọng không phát sinh từ quyền lực, địa vị hay tuổi tác đơn thuần, mà phát sinh từ sự thấy biết đúng đắn về Tam Bảo, về giới luật, về đời sống phạm hạnh và về những người đang cùng mình bước đi trên con đường giải thoát. Khi thấy được ý nghĩa và sự cao quý của những điều ấy, người tu sẽ tự nhiên sinh tâm quý trọng và biết cư xử đúng pháp đối với mọi người.

Trong Tăng Chi Bộ Kinh tập 2, kinh Kimbila, Đức Thế Tôn từng dạy Tôn giả Kimbila:

"Ở đây, này Kimbila, khi Như Lai nhập diệt, các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo-ni, nam cư sĩ, nữ cư sĩ sống tôn trọng và vâng lời bậc Đạo sư; sống tôn trọng và vâng lời Pháp; sống tôn trọng và vâng lời chúng Tăng; sống tôn trọng và vâng lời học pháp; sống tôn trọng và vâng lời lẫn nhau. Đây là nhân, đây là duyên, này Kimbila, khi Như Lai nhập diệt, diệu pháp được tồn tại lâu dài."

Lời dạy này cho thấy sự tôn trọng có một ý nghĩa sâu sắc hơn rất nhiều so với những gì chúng ta thường hiểu. Khi được hỏi đâu là nhân duyên để Chánh pháp được tồn tại lâu dài sau khi Như Lai nhập diệt, Đức Phật không nhắc đến tài năng, học thức, số lượng người xuất gia hay những điều kiện vật chất bên ngoài, mà Ngài nhấn mạnh đến sự **tôn trọng và vâng lời**.

Điều ấy cho thấy tôn trọng không chỉ là một phép ứng xử đẹp hay một phẩm chất đạo đức, mà còn là nền tảng để Chánh pháp được truyền thừa. Chỉ khi thật sự tôn trọng, người ta mới biết khiêm hạ lắng nghe, chân thành tiếp nhận và y giáo phụng hành. Ngược lại, khi thiếu sự tôn trọng, bản ngã sẽ dần thay thế Chánh pháp; người ta dễ xem nhẹ lời dạy của bậc Đạo sư, xem nhẹ giới luật, xem nhẹ kinh nghiệm của các bậc trưởng thượng và không còn biết lắng nghe những người đồng Phạm hạnh. Từ đó, họ sẽ dần bị đẩy ra khỏi Thánh Đạo.

Vì vậy, người xuất gia cần thường xuyên quán chiếu lại chính mình. Ta có thật sự biết tôn trọng và vâng lời hay không? Mỗi suy nghĩ, lời nói, hành động của ta có thật sự tôn trọng đối với Thầy Tổ, đối với huynh đệ và đối với đại chúng hay không? Ta có đang cư xử bằng chánh kiến hay đang cư xử bằng bản ngã? Những câu hỏi ấy giúp người tu nhận ra và điều chỉnh chính mình mỗi ngày.

Sâu xa hơn nữa, đó cũng là sự tôn trọng đối với chính cuộc đời của mình. Thân người khó được, Chánh pháp khó gặp và đời sống xuất gia lại càng hy hữu. Mỗi ngày còn được khoác trên mình tấm y giải thoát, còn được sống trong Tăng đoàn, còn được học pháp và hành trì là một nhân duyên vô cùng quý báu. Người biết tôn trọng sẽ không để những tháng năm ấy trôi qua trong sự giải đãi, buông lung hay thờ ơ. Bởi tôn trọng thời gian mình đang có cũng chính là tôn trọng cơ hội giải thoát mà biết bao đời mới có thể gặp được.

Và khi mỗi người biết tôn trọng Đạo sư, tôn trọng Chánh pháp, tôn trọng Tăng đoàn, tôn trọng thanh quy, tôn trọng huynh đệ và cả nhân duyên tu học của chính mình, thì đời sống phạm hạnh sẽ ngày càng vững chãi, Tăng đoàn sẽ ngày càng thanh tịnh và Chánh pháp sẽ có đủ nhân duyên để được tiếp nối lâu dài giữa cuộc đời.

Tôn người, tôn Pháp, tôn Tăng,

Tôn từng thời khóa, từng phần việc chung.

Dựng Tăng từ một tấm lòng,

Kính nhau gìn giữ non sông Chánh truyền.

4. Cung Kính – Cửa Ngõ Của Sự Học Pháp

Các vị Hiền trí thân mến, cung kính không phải là một nghi thức lễ bái đơn thuần, cũng không phải là sự cúi đầu vì hình thức. Trong Chánh pháp, cung kính là sự hướng tâm đúng đắn đối với Tam Bảo, đối với Chánh pháp, đối với giới luật, đối với Thầy Tổ và đối với tất cả những gì cao quý trên con đường tu học. Vì vậy, cung kính không phải là một đức tính phụ thuộc bên ngoài, mà là cánh cửa mở vào toàn bộ tiến trình học đạo và chuyển hóa.

Một người chỉ có thể học hỏi khi còn giữ được tâm khiêm hạ và cung kính. Người còn biết kính trọng thì còn biết lắng nghe. Còn biết lắng nghe thì còn có thể tiếp nhận sự chỉ dạy và nhìn lại chính mình. Người còn biết kính trọng giới luật thì còn cố gắng giữ gìn giới luật. Người còn biết kính trọng Chánh pháp thì còn siêng năng học hỏi và thực hành Chánh pháp. Vì vậy, tâm cung kính không làm cho Chánh pháp trở nên cao quý hơn, bởi Chánh pháp vốn đã cao quý. Chính tâm cung kính giúp người học mở lòng mình ra để tiếp nhận và thọ hưởng những giá trị cao quý ấy.

Từ đó, tâm cung kính được biểu hiện trong rất nhiều phương diện của đời sống tu học. Người xuất gia cần biết cung kính Tam Bảo, cung kính giới luật, cung kính Thầy Tổ, cung kính đại chúng và cung kính những người đồng Phạm hạnh. Sự cung kính ấy không phải là sự phục tùng mù quáng, mà phát sinh từ sự thấy biết đúng đắn về những điều đang nâng đỡ và bảo hộ đời sống phạm hạnh của mình.

Tâm cung kính chân chánh không chỉ hướng đến những người lớn tuổi hơn mình hay những người có vị trí cao hơn mình. Người thật sự có tâm cung kính sẽ biết cư xử trân trọng và đúng mực với tất cả những ai đang sống trong Chánh pháp. Bởi sự cung kính không phát sinh từ địa vị hay quyền lực, mà từ sự thấy biết đúng đắn về những điều đáng kính trên con đường tu học.

Trong đời sống hằng ngày, tâm cung kính thường được biểu hiện qua những điều rất cụ thể. Người có tâm cung kính luôn biết giữ sự khiêm hạ và cẩn trọng trong cách sống của mình. Khi gặp bậc trưởng thượng thì biết chấp tay, thưa gửi và kính thuận. Khi được chỉ dạy thì biết lắng nghe và tiếp nhận. Khi bước vào chánh điện thì tự nhiên biết giữ sự trang nghiêm, không dám nói cười hay cư xử tùy tiện. Khi sống trong đại chúng thì biết ý tứ trong lời nói, cẩn trọng trong hành động và biết tôn trọng những quy tắc chung của Tăng đoàn. Không phải vì sợ hãi hay vì hình thức, mà vì trong lòng luôn có sự kính trọng đối với những điều đang nâng đỡ và bảo hộ đời sống phạm hạnh của mình.

Tâm cung kính cũng được thể hiện qua cách người tu đối diện với Chánh pháp và kinh điển. Trong lúc đọc kinh, mỗi người nên tự nhìn lại mình có thật sự cung kính đối với Pháp hay không. Bởi những dòng kinh ấy không phải là những trang chữ thông thường. Đó là những lời dạy được kết tinh từ trí tuệ, từ bi và cả cuộc đời giáo hóa của Đức Thế Tôn; đồng thời cũng là thành quả gìn giữ, trao truyền của biết bao thế hệ Thánh Tăng, chư Tổ để hôm nay chúng ta còn có cơ hội được học và thực hành.

Vì vậy, người có tâm cung kính sẽ mở từng trang kinh với sự cẩn trọng và trân trọng. Mỗi khi được học pháp, được tụng đọc hay được nghe trùng tuyên Chánh pháp, họ đều tiếp nhận bằng tâm tha thiết và chân thành. Ngược lại, khi thiếu tâm cung kính, người ta rất dễ đọc qua loa, đọc cho xong, nghe cho hết thời pháp mà không thật sự để tâm tiếp nhận. Khi còn thấy Chánh pháp là điều cao quý và khó gặp ở đời, người tu sẽ biết trân trọng từng cơ hội được học, được nghe và được thực hành. Chính tâm cung kính ấy giúp người học đạo không trở nên hời hợt trước Chánh pháp và luôn giữ được tâm cầu học trên con đường tu tập.

Trong Kinh Pháp Trang Nghiêm, lòng cung kính đối với Đức Thế Tôn được biểu hiện qua những hình ảnh vô cùng xúc động. Chỉ nhìn thấy một khu rừng thanh vắng, vua Ba-tư-nặc đã nhớ ngay đến Đức Thế Tôn và thốt lên: **"Chính tại những nơi như thế này, các vị A-la-hán Chánh Đẳng Giác hiện đang trú."** Tâm hướng về bậc Đạo Sư không đợi đến khi được diện kiến, mà đã khởi lên ngay từ một cảnh vật gợi nhớ đến Ngài.

Đến gần tinh xá, nhà vua xuống xe, trao kiểm và các biểu tượng của vương quyền cho người giữ rồi đi bộ vào. Đối với một vị quốc vương, đó không chỉ là vài bước chân, mà là sự đặt xuống quyền lực, địa vị và mọi vinh quang của thế gian để bước đến trước bậc Pháp Vương.

Vào đến nơi, nhà vua đánh lễ, hôn chân và lấy tay xoa chân Đức Thế Tôn. Hình ảnh một vị đế vương cúi mình hôn chân một vị Sa-môn không có quyền lực hay lãnh thổ cai trị là điều rất hiếm thấy trong lịch sử nhân loại. Nhưng chính hình ảnh ấy lại làm sáng tỏ một chân lý sâu sắc: trước chân lý, mọi quyền lực của thế gian đều trở nên nhỏ bé.

Nhà vua không hạ mình vì Đức Phật có uy quyền lớn hơn mình, mà bởi Ngài là bậc đã chiến thắng điều mà không một đế vương nào có thể chiến thắng: tham, sân, si; già, bệnh và chết. Một người có thể chinh phục muôn dân, nhưng vẫn không chinh phục được chính mình. Một người có thể thống trị cả một vương quốc, nhưng vẫn bất

lực trước vô thường. Chỉ có bậc Chánh Đẳng Giác mới thật sự là bậc chiến thắng tối thượng.

Vì vậy, cái cúi đầu của nhà vua không làm giảm đi phẩm giá của một bậc quân vương, mà làm hiển lộ vẻ đẹp của một tâm hồn biết tôn kính chân lý. Khi thật sự thấy được công đức của một bậc Chánh Đẳng Giác, mọi kiêu mạn đều tự nhiên lắng xuống, và lòng cung kính trở thành điều tự nhiên như nước luôn chảy về chỗ thấp.

Lòng cung kính ấy không chỉ có nơi nhà vua. Hai vị quan giữ ngựa là I-si-đa-ta và Pu-ra-na, sau khi cùng nhau đàm luận Chánh pháp hơn nửa đêm, khi đi ngủ vẫn **quay đầu về phía Đức-thế-tôn đang ngự, còn chân hướng về phía nhà vua.** Điều làm cảm động hơn cả là chính vua Ba-tư-nặc kể lại việc ấy với Đức-thế-tôn không phải bằng sự hờn trách, mà bằng lòng kính phục. Ngài nói: **"Thật vi diệu thay! Thật hy hữu thay!... Họ ăn cơm của ta, đi xe của ta, sinh sống do ta cho... nhưng họ không hạ mình đối với ta như họ hạ mình đối với Thế Tôn."** Một vị quốc vương không hề tự ái khi thuộc hạ kính Đức Phật hơn mình, trái lại còn hoan hỷ vì họ biết đâu là bậc đáng để quy ngưỡng tối thượng. Đó cũng là vì chính nhà vua là một đệ tử chân chánh của Đức-thế-tôn, nên Ngài vui mừng khi thấy những người dưới quyền mình có lòng quy kính Tam bảo sâu sắc.

Qua những hình ảnh ấy, chúng ta hiểu rằng cung kính trong Chánh pháp không phải là sự hạ mình trước quyền lực, mà là sự cúi đầu trước chân lý. Người đáng cung kính nhất không phải là người có địa vị cao nhất, mà là người thành tựu giới, định, tuệ và chỉ bày con đường giải thoát. Vì vậy, người xuất gia học hạnh cung kính không phải để giữ lễ nghi hình thức, mà để nuôi lớn tâm khiêm hạ, tâm tri ân và tâm biết tôn quý những giá trị cao thượng. Khi lòng cung kính được nuôi dưỡng đúng pháp, bản ngã sẽ dần được bào mòn, sự kiêu mạn sẽ dần lắng xuống và con đường tu học cũng vì thế mà ngày càng rộng mở.

Hơn thế nữa, tất cả sự cung kính ấy cuối cùng đều hướng người tu đến một đối tượng cao quý hơn, đó là Chánh pháp. Bởi chính Chánh pháp mới là con đường đưa đến giải thoát và là nơi nương tựa chân thật của người xuất gia. Trong Tăng Chi Bộ Kinh tập 1, kinh Uruvelà 1, sau khi thành tựu Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, Đức Thế Tôn khởi lên một suy nghĩ đặc biệt: *"Thật là khó khăn, sống không cung kính, không vâng lời, vậy Ta hãy cung kính, đánh lễ và sống y chỉ vào một vị Sa-môn hay Bà-la-môn"*. Ngài nhận thấy rằng sống không cung kính, không có chỗ nương tựa là một điều không thích hợp; cần phải cung kính, tôn trọng và sống nương tựa vào một vị thầy, một bậc tu hành, một bậc đạo sư, với mục đích là làm cho đầy đủ, viên mãn giới

uẩn, định uẩn, tuệ uẩn, giải thoát uẩn. Thế nhưng, Ngài không thấy một chỗ nào trong thế giới chư Thiên, Ác ma và Phạm thiên, giữa quần chúng Sa-môn và Bà-la-môn, chư Thiên hay loài Người, có một vị Sa-môn hay Bà-la-môn nào khác có giới hạnh, giới đức, đạo hạnh đầy đủ và tốt đẹp hơn, để Ngài có thể cung kính, tôn trọng và sống nương tựa vào vị đó. Sau khi quán xét khắp thế gian, Đức Thế Tôn quyết định lấy chính Chánh pháp mà Ngài đã giác ngộ làm nơi cung kính, đánh lễ và y chỉ. Ngài nghĩ rằng: *"Với pháp này mà Ta đã chơn chánh giác ngộ, Ta hãy cung kính đánh lễ và sống y chỉ pháp ấy"*.

Hình ảnh ấy mang một ý nghĩa rất sâu sắc. Ngay cả bậc Chánh Đẳng Giác cũng sống với một tâm cung kính. Đức Phật không cung kính một cá nhân nào, mà cung kính chính Chánh pháp đã đưa Ngài đến giác ngộ viên mãn. Điều đó cho thấy cung kính không phải là biểu hiện của sự thấp kém hay lệ thuộc, mà là biểu hiện của trí tuệ biết nhận ra điều gì thật sự cao quý và đáng để nương tựa.

Chính vì vậy, trong kinh Đại Bát Niết Bàn, Đức Thế Tôn đã dạy các Tỷ-kheo rằng sau khi Như Lai diệt độ: *"Này Ananda, Pháp và Luật, Ta đã giảng dạy và trình bày, sau khi Ta diệt độ, chính Pháp và Luật ấy sẽ là Đạo Sư của các Ngươi"*. Lời dạy ấy nhắc nhở rằng sự cung kính cao nhất của người xuất gia không dừng lại ở bất kỳ cá nhân nào, mà phải hướng về Pháp và Luật. Chính Chánh pháp mới là nơi nương tựa chân thật, là ngọn đèn soi sáng con đường tu học và là tiêu chuẩn để mỗi người tự soi xét, điều chỉnh chính mình.

Không chỉ đối với một cá nhân, tâm cung kính còn có ý nghĩa rất lớn đối với sự tồn tại của Chánh pháp. Một người còn tâm cung kính thì còn biết học hỏi. Một Tăng đoàn còn tâm cung kính thì còn biết tôn trọng Chánh pháp. Và khi Chánh pháp còn được tôn trọng thì vẫn còn điều kiện để được duy trì và trao truyền lâu dài ở đời.

Tuy nhiên, phát khởi được tâm cung kính chưa phải là điều khó nhất. Điều khó hơn là giữ được sơ tâm ấy qua năm tháng tu học. Trong Tăng Chi Bộ Kinh, Đức Thế Tôn đã dùng hình ảnh một người vợ trẻ mới về nhà chồng để nhắc nhở các Tỷ-kheo về tâm cung kính thuở ban đầu. Người vợ trẻ khi mới về nhà chồng thường rất dè dặt, cẩn trọng và kính trọng mọi người trong gia đình chồng. Nhưng theo thời gian, do sống chung lâu ngày và trở nên quen thuộc, sự kính trọng ban đầu có thể dần suy giảm. Cũng vậy, một vị Tỷ-kheo khi mới xuất gia thường còn biết hổ thẹn, biết kính trọng các bậc trưởng thượng, biết cẩn trọng trong lời nói và hành động. Nhưng nếu không khéo giữ gìn, theo năm tháng, sự quen thuộc rất dễ làm cho tâm cung kính thuở ban đầu dần phai nhạt.

Vì vậy, Đức Thế Tôn dạy: “Do vậy, này các Tỷ-kheo, các Thầy cần phải học tập như sau: ‘Ta sẽ sống với tâm người vợ trẻ khi mới đến nhà chồng’.” Lời dạy ấy là một sự nhắc nhở rất sâu sắc đối với người xuất gia. Điều Đức Phật muốn nhấn mạnh không phải là sự rụt rè hay e sợ, mà là thái độ khiêm hạ, cẩn trọng và biết kính trọng của những ngày đầu bước vào cửa đạo. Khi mới tiếp xúc với một điều gì cao quý, người ta thường biết dè dặt, biết lắng nghe và biết giữ gìn. Nhưng theo thời gian, khi mọi thứ trở nên quen thuộc, sự kính trọng ban đầu rất dễ suy giảm mà chính mình không nhận ra.

Người xuất gia cũng không nằm ngoài quy luật ấy. Những ngày đầu bước vào đời sống phạm hạnh, tâm còn mềm mại, còn biết sợ lỗi, còn biết nhìn lại chính mình và còn biết trân trọng những điều đang được học. Khi gặp bậc trưởng thượng thì biết kính thuận và học hỏi. Khi sống trong đại chúng thì biết cẩn trọng trong từng lời nói và hành động. Nhưng theo thời gian, khi đã quen chùa, quen Thầy, quen huynh đệ và quen với nếp sống tu học, tâm cung kính thuở ban đầu rất dễ phai nhạt. Từ chỗ khiêm hạ trở thành chủ quan. Từ chỗ biết lắng nghe trở thành thích làm theo ý mình. Từ chỗ cẩn trọng trở thành tùy tiện. Nếu không thường xuyên quán chiếu và giữ gìn, người tu rất dễ đi từ cung kính đến xem thường, từ khiêm hạ đến ngã mạn, từ cẩn trọng đến buông lung mà chính mình không nhận ra. Và khi không còn kính trọng Chánh pháp, người ta sẽ ít học pháp hơn. Khi không còn kính trọng giới luật, người ta sẽ dễ buông lung hơn. Khi không còn kính trọng sự chỉ dạy của bậc trưởng thượng, người ta sẽ khó tiếp nhận những lời nhắc nhở. Và khi không còn biết trân trọng những người đang cùng mình tu học, bản ngã sẽ ngày càng lớn mạnh.

Vì vậy, người xuất gia cần thường xuyên tự hỏi: hôm nay lòng cung kính của mình còn được như những ngày đầu xuất gia hay không? Ta có còn kính Phật, kính Pháp, kính Tăng, kính Thầy Tổ và kính giới luật như thuở ban đầu hay không? Ta có còn biết trân trọng những người đang cùng mình tu học hay không? Những câu hỏi ấy giúp người tu quay lại soi sáng chính mình và gìn giữ tâm cung kính không bị mai một theo năm tháng.

Vì vậy, cung kính không chỉ là một phẩm chất đẹp của người xuất gia, mà còn là một trong những điều kiện quan trọng để bảo hộ đời sống phạm hạnh và giữ gìn mạng mạch Chánh pháp. Khi nhiều người cùng biết hướng tâm về những điều cao quý và đáng kính, Tăng đoàn sẽ luôn có đủ điều kiện để duy trì sự hòa hợp, thanh tịnh và làm cho Chánh pháp được tồn tại lâu dài giữa cuộc đời.

Cung kính vun bồi đạo nghiệp,

Khiêm cung gìn giữ sơ tâm.

Cúi đầu trước nguồn chân lý,

Chánh pháp sáng mãi ngàn năm.

5. Tri ân và báo ân – Phẩm chất của bậc thiện nhân

Đức Phật không xem lòng biết ơn chỉ là một phép ứng xử đẹp trong đời sống. Ngài dạy rằng biết ơn và đền ơn là phẩm chất của bậc thiện nhân, là dấu hiệu của một tâm hồn còn giữ được cội nguồn thiện lành. Người biết ơn là người luôn ghi nhớ những ân nghĩa mình đã thọ nhận. Người biết đền ơn là người không để những ân nghĩa ấy trôi qua trong sự vô tâm và quên lãng.

Nếu cung kính giúp người tu biết cúi đầu trước những điều cao quý thì tri ân giúp người tu luôn ý thức rằng mình chưa bao giờ sống một mình. Từ khi có mặt trên cuộc đời cho đến ngày bước vào cửa đạo, rồi tiếp tục trưởng thành trên con đường phạm hạnh, mỗi bước đi đều được nâng đỡ bởi biết bao ân nghĩa. Người sống với tâm tri ân sẽ trở nên khiêm hạ hơn, mềm mại hơn, biết trân trọng những gì mình đang có, biết cảm thông với mọi người và ít khởi tâm phán xét hơn. Ngược lại, người vô ơn rất dễ rơi vào ngã mạn, xem mọi điều mình đang thọ nhận là điều đương nhiên, rồi dần đánh mất những phẩm chất đẹp của đời sống phạm hạnh.

Người biết tri ân sẽ không xem sự trưởng thành của mình là thành quả của riêng mình, mà luôn thấy phía sau mỗi bước tiến đều có công ơn của rất nhiều người và rất nhiều duyên lành. Tâm biết ơn giúp người tu biết sống cẩn trọng hơn, có trách nhiệm hơn và luôn mong muốn sống xứng đáng với những ân nghĩa mình đã thọ nhận. Đây cũng là một trong những nền tảng quan trọng để dựng nên một vị Tỳ-kheo chân chánh và một Tăng đoàn bền vững.

Ân nghĩa đầu tiên mà mỗi người đều mang theo từ khi có mặt trên cuộc đời này chính là **ân sinh thành và dưỡng dục của cha mẹ**. Nếu không có cha mẹ, sẽ không có thân người để học Phật, càng không có cơ hội bước lên con đường phạm hạnh. Vì vậy, dù đã xuất gia, người tu cũng không bao giờ được quên công ơn trời biển ấy.

Trong bài kinh Đất, **Tăng Chi Bộ Kinh tập 1**, Đức Thế Tôn dạy:

"Có hai hạng người, này các Tỷ-kheo, Ta nói không thể trả ơn được. Thế nào là hai? Mẹ và Cha... Ai khuyến khích, hướng dẫn cha mẹ an trú vào lòng tin, vào thiện giới, vào bố thí và vào trí tuệ, như vậy là làm đủ và trả ơn đủ mẹ và cha."

Qua lời dạy ấy, Đức Phật chỉ rõ rằng có những ân nghĩa không thể đền đáp bằng vật chất hay những sự phụng dưỡng thông thường. Người xuất gia báo hiếu cha mẹ không chỉ bằng tình cảm thế gian, mà bằng chính đời sống tu tập chân chánh của mình; giúp cha mẹ tăng trưởng lòng tin, tăng trưởng giới hạnh, tăng trưởng thiện pháp và có duyên tiếp cận Chánh pháp. Đó mới là sự báo ân cao thượng và bền vững nhất. Người con xuất gia giữ gìn giới hạnh, tinh tấn tu học và sống xứng đáng với Chánh pháp chính là niềm an ủi và món quà báo hiếu lớn lao nhất dành cho cha mẹ.

Ân nghĩa thứ hai là ân được gặp Tam bảo, đây là một trong những ân nghĩa lớn lao nhất của người xuất gia. Nếu không có sự xuất hiện của Đức Thế Tôn, con đường giải thoát sẽ không được khai mở. Nếu không có Chánh pháp được tuyên thuyết và lưu truyền, chúng ta sẽ không biết đâu là con đường chân chánh đưa đến sự chấm dứt khổ đau. Nếu không có Tăng đoàn gìn giữ và trao truyền mạng mạch Chánh pháp qua nhiều thế hệ, chúng ta cũng sẽ không có cơ hội được cạo bỏ râu tóc, khoác lên mình tấm y giải thoát và sống đời phạm hạnh như hôm nay.

Chỉ cần lặng yên quán niệm đến điều ấy, người xuất gia cũng đủ thấy mình đang mang một ân nghĩa lớn lao khó có thể đền đáp trọn vẹn. Mỗi thời kinh được tụng, mỗi giới pháp đang thọ trì và cả đời sống phạm hạnh hôm nay đều là thành quả của biết bao bậc Thánh đệ tử và các thế hệ Tăng già đã gìn giữ Chánh pháp suốt hơn hai ngàn năm qua. Chúng ta không phải là người bắt đầu con đường này, mà đang được thừa hưởng một gia tài vô giá do những bậc đi trước dày công gìn giữ và trao truyền.

Vì vậy, biết ơn Tam bảo không chỉ là dâng hương, đánh lễ hay tán thán bằng lời nói. Sự tri ân chân thật phải được thể hiện bằng sự tinh tấn tu học, giữ gìn giới hạnh và góp phần tiếp nối mạng mạch Chánh pháp. Không có sự báo ân nào cao quý hơn việc làm cho Chánh pháp tiếp tục được hiện hữu nơi chính đời sống của mình và được trao truyền đến những thế hệ mai sau. Đó không chỉ là báo ân Tam bảo, mà còn chính là góp phần dựng nên một Tăng đoàn vững mạnh và làm cho Chánh pháp được trường tồn giữa cuộc đời.

Ân nghĩa thứ ba mà người xuất gia không được phép quên là **ân giáo dưỡng của Thầy Tổ**.

Nếu cha mẹ cho chúng ta thân người thì Thầy Tổ là những người mở cánh cửa đưa chúng ta bước vào con đường giải thoát. Chính Thầy là người thể phát cho chúng ta, trao truyền giới pháp, dạy từng oai nghi, sửa từng lỗi nhỏ và kiên nhẫn dìu dắt chúng ta từ những bước đi đầu tiên của đời sống xuất gia. Có những vị Thầy dành trọn cả cuộc đời để giữ giới, giữ đạo, nuôi lớn Tăng đoàn và trao truyền Chánh pháp cho hàng hậu học. Có những vị âm thầm thức khuya dậy sớm, gánh vác biết bao trách nhiệm chỉ để đệ tử có được một môi trường yên ổn mà tu tập. Có những lời nhắc nhở rất nghiêm, những lần quở trách rất đau, nhưng tất cả đều xuất phát từ lòng từ mẫn và mong muốn người sau được trưởng thành trong Chánh pháp.

Nếu không có lòng tri ân, người tu rất dễ chỉ nhớ những lần bị quở trách mà quên mất tấm lòng của bậc đi trước; chỉ thấy sự nghiêm khắc mà quên đi tình thương; chỉ nhớ những điều không vừa ý mà quên biết bao công lao giáo dưỡng đã nhận được suốt nhiều năm tháng. Người biết nhìn sâu sẽ hiểu rằng không có sự trưởng thành nào mà không đi qua sự dạy dỗ, uốn nắn và dìu dắt.

Hơn thế nữa, người xuất gia không chỉ thọ nhận sự giáo dưỡng của một người Thầy, mà còn đang thọ nhận cả một dòng truyền thừa Chánh pháp được gìn giữ qua nhiều thế hệ. Chiếc y đang khoác trên thân, giới pháp đang thọ trì, oai nghi đang thực tập và môi trường tu học đang nương tựa hôm nay đều là thành quả của biết bao thế hệ Tăng già đi trước. Vì vậy, biết ơn Thầy Tổ cũng chính là biết ơn sự tiếp nối không gián đoạn của mạng mạch Chánh pháp. Báo ân Thầy không chỉ bằng sự phụng sự hay cung kính, mà trước hết bằng sự tinh tấn tu học, sống xứng đáng với sự giáo dưỡng đã thọ nhận và tiếp tục trao truyền những giá trị ấy cho thế hệ mai sau.

Ân nghĩa tiếp theo là ân nghĩa của huynh đệ cùng tu. Chính trong đời sống đại chúng, người xuất gia từng ngày được nâng đỡ, nhắc nhở và cùng nhau trưởng thành trên con đường phạm hạnh.

Không ai vừa bước vào cửa đạo đã biết sống đời phạm hạnh. Từ những ngày đầu mới xuất gia, từng cách mặc y, ôm bát, đi, đứng, nói năng, ăn uống và ứng xử đều được học trong đời sống đại chúng. Mỗi oai nghi, mỗi phép tắc và mỗi bước trưởng thành đều ít nhiều mang dấu ấn của sự chỉ dạy, nhắc nhở và nâng đỡ từ Thầy Tổ và huynh đệ.

Có những người âm thầm nhường mình chỗ nghỉ, chia mình phần ăn, chăm sóc khi mình bệnh đau hay lặng lẽ nâng đỡ trong những giai đoạn chông chênh của đời tu. Có người thấy mình mới xuất gia còn vụng về thì kiên nhẫn chỉ từng cách xếp y, ôm bát, chấp tay hay đánh lễ. Có người lặng lẽ làm giúp mình một phần công việc khi biết mình đang mệt. Có người gọi mình dậy kịp giờ công phu, nhắc mình đừng quên thời khóa hay nhẹ nhàng kéo mình trở lại khi thấy mình bắt đầu giải đãi. Có người chẳng nói nhiều, nhưng mỗi ngày đều để dành cho mình một chỗ ngồi, một ly nước nóng hay một câu hỏi thăm lúc bệnh.

Những điều ấy không xuất phát từ tình cảm riêng tư hay sự thiên vị, mà từ tình huynh đệ trong đời sống phạm hạnh, từ tâm niệm cùng nhau nương tựa, cùng nhau tu học và cùng nhau gìn giữ Chánh pháp. Chính những sự quan tâm bình dị ấy đã âm thầm nuôi lớn từng người và làm nên hơi ấm của Tăng đoàn. Nếu không sống trong đại chúng, có lẽ chúng ta sẽ khó cảm nhận hết được giá trị của những điều tưởng như rất nhỏ bé ấy.

Bởi vậy, người biết tri ân sẽ không chỉ nhớ đến những điều khiến mình hài lòng, mà còn biết trân trọng cả những lời nhắc nhở, những sự chỉ lỗi và những lần được uốn nắn trong đại chúng. Chính lòng tri ân ấy giúp người tu biết cảm thông hơn, biết nhường nhịn hơn, ít trách móc hơn và luôn ý thức giữ gìn sự hòa hợp của Tăng đoàn. Mỗi khi biết lắng nghe, biết nhận lỗi, biết nâng đỡ và bao dung cho nhau, chúng ta không chỉ đang báo đáp ân nghĩa của huynh đệ, mà còn đang góp phần giữ gìn sự thanh tịnh và hòa hợp của đại chúng.

Một người có thể bước vào cửa đạo nhờ Thầy Tổ, nhưng chỉ thật sự trưởng thành khi được sống và tu học trong lòng Tăng đoàn. Vì vậy, biết ơn huynh đệ và đại chúng không chỉ là ghi nhớ những gì mình đã nhận được, mà còn là sống sao để chính mình cũng trở thành người biết nâng đỡ, che chở và gìn giữ sự hòa hợp của Tăng đoàn. Đó cũng là một cách báo ân thiết thực và là một trong những nền tảng để dựng nên một Tăng đoàn vững mạnh.

Ân nghĩa tiếp theo là **ân hộ trì của đàn-na tín thí**. Đời sống phạm hạnh của người xuất gia không chỉ được nuôi lớn bởi Thầy Tổ và Tăng đoàn, mà còn được âm thầm nâng đỡ bởi biết bao người cư sĩ với tất cả lòng tin và sự kính ngưỡng đối với Tam bảo.

Mỗi hạt cơm, mỗi tấm y, mỗi viên thuốc, mỗi mái chùa để nương thân tu học đều được xây dựng bằng biết bao giọt mồ hôi, sự nhọc nhằn và niềm tin của hàng Phật tử.

Có những người phải lao động vất vả cả ngày mới dành dụm được một phần tịnh tài để cúng dường. Có những người âm thầm hộ trì Tam bảo suốt nhiều năm mà không mong được ai biết đến hay ghi nhận. Điều họ gửi gắm không chỉ là vật chất, mà còn là niềm tin và hy vọng nơi những người đang sống đời phạm hạnh.

Người xuất gia nếu thường xuyên quán niệm như vậy sẽ khó lòng sống buông lung. Mỗi khi nâng bát cơm lên, người ấy biết mình đang thọ nhận công sức của rất nhiều người. Mỗi khi khoác lên mình tấm y, người ấy biết rằng mình đang mang theo niềm tin mà đàn-na tín thí đã gửi gắm nơi Tam bảo. Chính sự quán niệm ấy giúp người tu sống cẩn trọng hơn trong từng lời nói, từng việc làm và từng ngày tu học.

Nếu thọ nhận sự hộ trì mà sống giải đãi, không tinh tấn tu tập, không giữ gìn giới hạnh và không nỗ lực chuyển hóa chính mình, người xuất gia sẽ dần phụ lòng tin mà đàn-na tín thí đã trao gửi. Vì vậy, báo ân đàn-na tín thí không chỉ bằng những lời cảm ơn hay những nghi thức cầu nguyện, mà trước hết bằng một đời sống phạm hạnh thanh tịnh, tinh tấn và xứng đáng với những gì mình đang thọ nhận. Đó cũng là cách gìn giữ niềm tin của hàng Phật tử đối với Tam bảo và góp phần làm cho Chánh pháp được tiếp nối lâu dài giữa cuộc đời.

Hơn thế nữa, lòng tri ân của người xuất gia không chỉ dừng lại ở những thuận duyên. Sâu sắc hơn nữa, người tu còn học cách **biết ơn cả những nghịch duyên** trong đời sống phạm hạnh.

Có những người làm mình khó chịu. Có những lời góp ý khiến mình chạnh lòng. Có những lần bị hiểu lầm, bị quở trách hay gặp những hoàn cảnh không như ý. Nếu chỉ nhìn bằng tâm phàm, chúng ta rất dễ sinh oán trách và bất mãn. Nhưng nếu biết nhìn bằng Chánh pháp, người tu sẽ thấy rằng chính những điều ấy đang giúp mình nhận ra những tập khí còn ẩn kín trong nội tâm.

Nếu không có va chạm, nhiều khi chúng ta sẽ tưởng rằng mình đã hiền hòa, đã nhẫn nhục, đã khiêm hạ. Chỉ đến khi bị trái ý, bị nhắc nhở hay bị chạm đến tự ái, tâm sân, tâm hơn thua và tâm ngã mạn mới dần hiện rõ. Chính những nghịch duyên ấy giúp người tu thấy lại chính mình, thấy những điều còn phải chuyển hóa và tiếp tục tinh tấn trên con đường tu học. Có những người xuất hiện trong cuộc đời không phải để làm mình dễ chịu, mà để giúp mình trưởng thành. Có những hoàn cảnh không đến để chiều theo ý mình, mà để rèn luyện sự nhẫn nại, khiêm hạ và bao dung. Khi hiểu được điều

ấy, người tu sẽ bớt oán trách, bớt đổ lỗi và học được cách tri ân cả những điều không như ý, vì chính chúng cũng đang góp phần thành tựu đời sống phạm hạnh của mình.

Như vậy, dựng Tăng không chỉ là dựng giới hạnh, dựng trí tuệ hay dựng oai nghi. Dựng Tăng còn là dựng nơi mỗi người một trái tim luôn biết tri ân và báo ân. Bởi nơi nào còn có lòng tri ân, nơi đó còn có sự kế thừa. Nơi nào còn có sự kế thừa, nơi đó Chánh pháp còn được tiếp nối. Và nơi nào Chánh pháp còn được tiếp nối, nơi đó Tăng đoàn vẫn còn đủ sức mạnh để làm nơi nương tựa cho thế gian.

*Nguyện không phụ những ân sâu,
Một đời giữ vững đạo màu Thế Tôn.
Dựng Tăng từ mỗi tâm hồn,
Tiếp truyền Chánh pháp mãi còn thế gian.*

Kê Tóm Tắt:

*Cúi đầu đón nhận Pháp âm,
Mở lòng gìn giữ nghĩa ân sâu dày.
Trang nghiêm từ mỗi tháng ngày,
Dựng nên phẩm hạnh Tăng già ngàn sau.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

TRANG NGHIÊM – TÔN TRỌNG – CUNG KÍNH – BIẾT ƠN

|

TRANG NGHIÊM

Điều phục thân – khẩu – ý

Oai nghi, chánh niệm

Khí chất Sa-môn

Kinh Pháp Trang Nghiêm → Vua Ba-tư-nặc thán phục Tăng đoàn trang nghiêm

Không chỉ hình thức bên ngoài
Góp phần tạo thanh khí Tăng đoàn



AN TỊNH VÀ LẮNG DỊU

Chiều sâu của sự trang nghiêm

Điều phục cảm thọ

Chánh niệm trong mọi hoàn cảnh

Hội chúng an tịnh

Kinh Sa-môn quả → Vua A-xà-thế kính phục hội chúng yên lặng

Kinh Kandaraka → Du sĩ Kandaraka tán thán Tăng đoàn thu nhiếp

Dựng Tăng từ sự an tịnh của từng cá nhân



TÔN TRỌNG

Tôn trọng Đạo sư

Tôn trọng Chánh pháp

Tôn trọng Tăng đoàn

Tôn trọng giới luật

Kinh Kimbila → Tôn trọng là nhân duyên Chánh pháp tồn tại lâu dài

Tôn trọng huynh đệ

Nền tảng của hòa hợp



CUNG KÍNH

Cửa ngõ học pháp

Cung kính Tam Bảo, Thầy Tổ

Kinh Uruvelā 1 → Đức Phật lấy Chánh pháp làm bậc Đạo sư

Giữ sơ tâm



BIẾT ƠN

Biết ơn Tam Bảo

Biết ơn cha mẹ

Biết ơn Thầy Tổ

Biết ơn huynh đệ

Biết ơn đàn-na tín thí

Biết ơn cả nghịch duyên

Dựng Tăng bằng tâm tri ân – báo ân

CHƯƠNG 5: TÂM HIỀN TRÍ – BƯỚC ĐẦU VÀO THÁNH ĐẠO

Bước chân đầu tiên đi vào đời sống xuất gia, có một điều phải được dựng lên trước hết, đó là tâm hiền. Nhưng tâm hiền của người xuất gia không phải là sự hiền lành thông thường của thế gian, mà là tâm hiền trí. Đây là một phẩm chất vừa mang tính đạo đức, vừa mang tính trí tuệ, vừa là nền tảng, vừa là cửa ngõ để đi vào toàn bộ con đường tu tập.

Hiền mà không có trí thì dễ trở thành nhu nhược. Trí mà không có hiền thì dễ trở thành khô cứng và ngã mạn. Vì vậy, người xuất gia phải dựng cho được tâm hiền trí, tức là một nội tâm vừa lắng dịu, vừa sáng suốt, vừa mềm mại mà không yếu đuối, vừa rõ biết mà không cứng chấp. Đây chính là nền đầu tiên để bước vào Thánh đạo.

Trong kinh tạng Nikāya, các vị tu hành thường gọi nhau là “chư Hiền”, “Hiền giả”, như một lời nhắc nhở phải luôn giữ tâm hiền trong từng giây phút. Một người sống với tâm hiền sẽ tạo ra sự dễ chịu cho người xung quanh; ngược lại, người còn thô tháo sẽ làm môi trường trở nên nặng nề. Vì vậy, trong một đạo tràng, nếu mỗi người

đều biết nuôi dưỡng cảm thọ hiền thiện, tự nhiên sẽ hình thành một năng lượng chung an lành, có khả năng cảm hóa những người còn nóng nảy.

Tâm hiền trước hết biểu hiện ở sự lắng dịu của thân, khẩu và ý. Ở nơi thân, người tu không làm tổn hại, không tạo nghiệp thô, sống nhẹ nhàng và an ổn. Ở nơi lời nói, không gây chia rẽ, không làm tổn thương, lời nói trở thành phương tiện của hòa hợp. Ở nơi ý, không nuôi dưỡng tâm xấu, không nghĩ ác, biết hướng tâm về điều thiện, biết nhớ ơn, biết nhìn người bằng một cái nhìn không công kích. Đây là tầng hiền đầu tiên, hiền trong ba nghiệp.

Nhưng tâm hiền trí không dừng lại ở hành vi và suy nghĩ, mà đi sâu vào cảm thọ. Đây là chỗ quyết định. Khi cảm thọ được huấn luyện trở nên lắng dịu, mềm mại, dễ chịu, thì nội tâm bắt đầu thay đổi thật sự. Một người có tâm hiền trí sẽ dần trở nên dễ chịu khi tiếp xúc, dễ thương trong hiện diện, dễ mến trong tương giao, dễ bảo trong tu tập, và dễ tiếp nhận Chánh pháp. Những điều này không phải là biểu hiện bên ngoài, mà là kết quả của một nội tâm đã được làm mềm và làm sáng.

Người tu cần thường xuyên quán sát chính mình: cảm thọ hôm nay còn dao động hay đã hiền hòa? Lời nói có êm dịu hay còn thô cứng? Hành động có xuất phát từ nội tâm an tịnh hay còn bị chi phối bởi bất mãn? Nhờ sự phản tỉnh liên tục như vậy, tâm hiền sẽ dần được thiết lập vững chắc. Vì vậy, tu tập tâm hiền là một quá trình liên tục, không phải đợi đến khi có vấn đề mới thực hành. Để hỗ trợ cho việc tu tập, người hành giả có thể tự nhắc mình:

Người tu tâm thật là hiền,

Trong ngoài thanh tịnh, nụ cười bình yên.

Người tu tâm thật là yên,

Thọ hiền tỏa sáng, yên vui rạng ngời.

Những lời nhắc này giúp định hướng lại cảm thọ và nuôi dưỡng nội tâm theo chiều hướng thiện lành. Tuy nhiên, cần hiểu rằng tâm hiền không phải là sự giả tạo. Không phải bên ngoài tỏ ra hiền mà bên trong còn sân hận. Tâm hiền phải là sự chuyển hóa thật sự từ gốc rễ, trong từng cảm thọ, từng suy nghĩ, từng phản ứng.

Trong đó, “dễ bảo” là dấu hiệu rất quan trọng. Khi bản ngã còn mạnh, con người sẽ cứng, khó tiếp nhận, dễ phản ứng khi bị góp ý. Khi tâm hiền trí được dựng lên, nội tâm trở nên mềm mại, có khả năng nhận lỗi, có thể sửa đổi, có thể lắng nghe. Chính

khả năng này mở ra con đường tiến bộ thật sự trong tu tập. Người không dễ bảo thì rất khó đi xa, vì tự mình đóng lại cánh cửa học pháp và hành pháp.

Một chương ngại lớn nhất đối với tâm hiền trí là cái ta. Khi cái ta còn đứng ở trung tâm, nó sẽ chặn lại tất cả những gì đúng pháp. Người khác thương mình, mình không nhận ra. Người khác dạy mình, mình không tiếp nhận. Chánh pháp đến với mình, mình không mở lòng. Chính vì vậy, dụng tâm hiền trí cũng là bắt đầu hạ thấp bản ngã, làm mềm cái tôi, và tập sống không lấy mình làm trung tâm. Khi cái ta lắng xuống, tâm mới có chỗ để hiền, trí mới có chỗ để sáng.

Tâm hiền trí không chỉ là nền tảng đạo đức, mà còn là nền tảng của tuệ quán. Khi tâm còn sân hận, còn chống đối, còn dao động, thì không thể thấy rõ các pháp. Khi tâm trở nên lắng dịu, nhẹ nhàng và không bạo động, thì trí tuệ bắt đầu có điều kiện phát sinh. Vì vậy, tâm hiền trí chính là cửa ngõ đi vào cái thấy như thật.

Ở chiều sâu hơn, tâm hiền trí giúp người tu chặn đứng nguồn gốc của nghiệp ngay từ bên trong. Khi một ý niệm bất thiện vừa khởi lên, người có tâm hiền trí có thể nhận ra và không để nó phát triển. Đây là bước chuyển từ tu bên ngoài sang tu ngay nơi gốc của tâm. Không còn đợi đến khi hành động xảy ra mới sửa, mà đã điều phục ngay từ khi tâm vừa động.

Trong đời sống Tăng đoàn, tâm hiền trí là nền tảng của hòa hợp. Một đại chúng chỉ thật sự an ổn khi mỗi cá nhân có nội tâm hiền hòa và biết hạ mình. Nếu mỗi người đều giữ cái tôi, dễ phản ứng, dễ bất mãn, thì sự hòa hợp chỉ là hình thức. Khi tâm hiền trí được nuôi dưỡng, sự hòa hợp trở thành tự nhiên, không cần gượng ép, và đời sống chung mới có chiều sâu.

Từ đó có thể thấy, trong toàn bộ công trình dụng Tăng, nếu không dụng được tâm hiền trí, thì mọi phần khác rất khó đứng vững. Người xuất gia có thể học nhiều, làm nhiều, nhưng nếu nội tâm còn cứng, còn nóng, còn bạo động, thì con đường tu sẽ không đi xa. Ngược lại, khi tâm hiền trí được thiết lập, dù bắt đầu từ những bước đơn giản, con đường vẫn có thể đi sâu và đi đến kết quả thật sự.

Tâm hiền trí vì vậy là cửa ngõ đầu tiên của người xuất gia. Không phải là cứu cánh, nhưng là điều kiện không thể thiếu để đi đến cứu cánh. Khi tâm hiền trí được dụng lên, đời sống xuất gia bắt đầu có nền tảng vững chắc, có hướng đi rõ ràng, và có khả năng mở ra con đường dẫn đến giải thoát.

Kê Tóm Tắt:

*Tâm hiền mà sáng, trí không mê,
Hạ ngã từng bước, nhẹ đường về.
Không tranh, không chấp, lòng an tịnh,
Mở cửa Thánh đạo, lối Như Lai.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

TÂM HIỀN TRÍ – BƯỚC ĐẦU VÀO THÁNH ĐẠO



DỤNG TÂM HIỀN TRÍ

Hiền và Trí đi đôi

Mềm mại mà sáng suốt

Nền tảng Thánh đạo



NUÔI DƯỠNG TÂM HIỀN

Thân – Khẩu – Ý

Cảm thọ hiền thiện



DẤU HIỆU TÂM HIỀN TRÍ

Dễ chịu – Dễ thương

Dễ mến – Dễ bảo

Dễ tiếp nhận Chánh pháp



HẠ NGÃ – MỞ TRÍ

Buông cái tôi

Điều phục tâm bất thiện

Thấy như thật

Nền hòa hợp Tăng đoàn



KẾT QUẢ

Nội tâm an tịnh – Trí tuệ phát sinh – Bước vào Thánh đạo

CHƯƠNG 6: GIỚI HẠNH – NÉT ĐẸP NGƯỜI XUẤT GIA

Trong toàn bộ công trình Dựng Tăng, có một nền tảng không thể thay thế, đó là giới hạnh. Người xuất gia có thể học nhiều, hiểu nhiều, làm nhiều việc, nhưng nếu nền này không vững thì toàn bộ đời sống tu hành khó có thể đi xa. **Vì vậy, muốn dựng Tăng đúng pháp, trước hết phải dựng vững nền giới hạnh và nề nếp Sa-môn.**

Đức Thế Tôn mô tả một vị Tỳ-kheo chân chánh là người ***biết hộ trì giới bản, đầy đủ oai nghi chánh hạnh, thấy sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhặt và chấp nhận học tập các học pháp.*** Mô tả này không phải là một tiêu chuẩn hình thức, mà là một bức tranh sống động về một đời sống đã được điều phục. Từ thân, khẩu đến ý đều nằm trong sự chăm sóc, không buông theo bản năng, không sống theo thích ghét. Giới hạnh vì vậy là nền móng của toàn bộ đời sống xuất gia, không phải là phần phụ có thể lướt qua.

Đoạn kinh này cho thấy rõ rằng giới hạnh trong Phật giáo không phải chỉ là việc tránh phạm các điều cấm, mà là một đời sống được huấn luyện toàn diện. Từ oai nghi đi đứng, lời nói, cách tiếp xúc với thế gian, cho đến sự phòng hộ các căn và chánh niệm tỉnh giác – tất cả đều nằm trong phạm vi của giới hạnh.

Giới luật chính là nền móng của toàn bộ đời sống Phạm hạnh. Nếu nền móng không vững, thì dù xây dựng cao đến đâu cũng không thể bền lâu. Người tu có thể học nhiều, hiểu nhiều, nói hay, nhưng nếu giới hạnh không thanh tịnh thì tất cả những điều ấy không thể đưa đến giải thoát.

Giới luật không chỉ là nền móng, mà còn là hàng rào bảo hộ. Khi trí tuệ chưa đủ mạnh, chính giới luật giúp ngăn chặn những hành động sai lầm, không để người tu rơi vào buông lung. Nhờ có giới, thân được điều phục; nhờ có giới, lời nói trở nên chừng mực; nhờ có giới, tâm dần dần được an trú.

Có thể nói, giới là mảnh đất. Định là dòng nước. Tuệ là hoa trái. Nếu đất không tốt, nước không giữ được, thì hoa trái không thể sinh trưởng. Người tu muốn đi xa trên con đường giải thoát, không thể bỏ qua nền tảng này.

Trong đời sống thế tục, con người thường được đánh giá qua tài sản, địa vị hay danh tiếng. Nhưng trong đời sống xuất gia, giá trị của một người tu không nằm ở những điều ấy. Vẻ đẹp của người xuất gia chính là giới hạnh. Một người tu có thể sống rất giản dị, không địa vị, không danh tiếng, nhưng nếu giới hạnh thanh tịnh thì tự nhiên sinh ra sự kính trọng nơi người khác. Đó không phải là sự kính trọng do hình thức, mà là sự cảm nhận từ nội tâm. Ngược lại, nếu giới hạnh suy giảm, thì dù có địa vị cao cũng khó giữ được sự trang nghiêm của đời sống Phạm hạnh.

Chỉ cần một đại chúng cùng nhau nhiếp tâm, ngồi yên trong chánh niệm và im lặng trong vài phút, bầu không khí ấy đã trở nên trang nghiêm và hùng tráng. Người bước vào không cần nghe lời giảng nào cũng có thể cảm nhận được sức mạnh của đời sống tu tập. Đó chính là sức mạnh của tăng thượng giới học.

Người xuất gia không sống riêng lẻ mà sống trong Tăng đoàn. Vì vậy, mỗi người đều có trách nhiệm giữ gìn sự thanh tịnh chung của đại chúng. Nếu một người buông lung, mất oai nghi, thiếu chánh niệm tỉnh giác, thì sự buông lung ấy dễ dàng lan sang những người khác. Khi đó, đại chúng dần mất đi sự trang nghiêm vốn có. Nhưng khi mỗi người đều cẩn trọng trong thân hành, lời nói và tâm niệm, thì Tăng đoàn trở thành một môi trường thanh tịnh, nơi mà sự tu tập được nuôi dưỡng và phát triển.

Giữ gìn giới hạnh vì thế không chỉ là bảo vệ đời tu của chính mình, mà còn là bảo vệ sự thanh tịnh và mạng mạch của Tăng đoàn. **Khi giới luật được tôn trọng, Chánh pháp được duy trì. Khi giới luật bị xem nhẹ, Chánh pháp dần suy yếu.**

Đời sống xuất gia không thể chỉ dừng lại ở hình thức. Cạo đầu, khoác y, sống trong tự viện – những điều ấy chỉ là biểu hiện bên ngoài. Điều quan trọng nhất là nội tâm phải thật sự được chuyển hóa. Nếu bên ngoài mang hình tướng của người xuất gia nhưng bên trong vẫn đầy tham ái, bản ngã và dục vọng, thì đời sống Phạm hạnh chỉ còn là hình thức. Người tu cần chân thành với chính mình. Không thể lừa dối cha mẹ, không thể lừa dối đàn-na tín thí, và càng không thể lừa dối chính tâm mình.

Trong Kinh Tương Ưng Bộ có đoạn:

— “*Khi Ta từ núi Gijjhakūṭa đi xuống, Ta thấy một Tỳ-kheo đi giữa hư không. Y tăng-già-lê của vị ấy cháy đỏ rực, cái bát cũng cháy đỏ rực, thân của vị ấy cháy đỏ rực và vị ấy kêu la đau đớn. Đây các Tỳ-kheo, vị ấy là một ác Tỳ-kheo trong thời Đức Phật Kassapa.*” Đoạn kinh này là một lời cảnh tỉnh sâu sắc: đời sống xuất gia là con đường nghiêm túc. Nếu không tu tập chân thật, sự buông lung sẽ đưa đến hậu quả nặng nề.

Người xuất gia vì vậy cần luôn tự quán chiếu đời sống của mình: giới hạnh hôm nay có thanh tịnh hơn hôm qua hay không. Không phải để so sánh hơn thua, mà để thấy rõ con đường mình đang đi.

Nếu mỗi ngày giới hạnh được tăng trưởng, thì con đường giải thoát đang dần mở ra. Nhưng nếu giới hạnh bị xem nhẹ, buông lỏng, thì con đường ấy sẽ dần mờ đi. Bởi vì, suy cho cùng, mất giới không chỉ là mất oai nghi, mà chính là mất đi phương hướng của đời tu. Và khi giới được giữ gìn trọn vẹn, thì ngay trong hiện tại, đời sống người xuất gia đã trở thành một vẻ đẹp thanh tịnh, vững chãi và đầy ý nghĩa.

Trong Kinh Niệm Xứ, Đức Thế Tôn dạy người tu phải tỉnh giác trong mọi oai nghi, đi biết mình đi, đứng biết mình đứng, ngồi biết mình ngồi, nằm biết mình nằm. Khi sống như vậy, đời sống không bị trôi qua trong thất niệm, mà mỗi hành động đều trở thành một phần của sự tu tập. **Một bước chân có chánh niệm không chỉ là bước đi, mà là sự tiếp nối của con đường giải thoát.**

Không dừng lại ở những điều lớn, đời sống giới hạnh đi vào cả những chi tiết rất nhỏ. Đức Thế Tôn dạy người tu **phải thấy sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhất**, không phải vì tâm lý sợ hãi, mà vì thấy rõ rằng mọi sự suy thoái đều bắt đầu từ những buông lỏng rất vi tế. Khi còn xem nhẹ điều nhỏ, con đường tu đã bắt đầu lệch mà không hay. Người biết sợ lỗi nhỏ chính là người đang giữ gìn con đường của mình từ gốc rễ.

Trong các pháp tác thành một Sa-môn chân chánh, Đức Thế Tôn trước hết nhấn mạnh đến **tàm và quý**. Đây là hai phẩm chất căn bản giúp người tu giữ gìn đời sống Phạm hạnh và ngăn chặn các ác bất thiện pháp. Trong Trung Bộ Kinh, bài Đại Kinh Xóm Ngựa, Đức Phật dạy: “*Này các Tỳ-kheo, thế nào là các pháp tác thành Sa-môn, và các pháp tác thành Bà-la-môn? “Chúng ta sẽ thành tựu tàm quý”.*”

Lời dạy này cho thấy rằng người muốn bước vào đời sống tu hành chân chánh trước hết phải thiết lập nơi mình tâm hổ thẹn và tâm sợ hãi đối với điều bất thiện.

Hai pháp này không phải là lý thuyết, mà là năng lực giữ mình trong từng giây phút. “Tàm” nghĩa là xấu hổ đối với chính mình khi làm điều sai trái. Đó là sự tự ý thức rằng hành vi của mình không phù hợp với đạo lý và phẩm hạnh của người tu. “Quý” nghĩa là sợ hãi hậu quả của điều bất thiện, sợ những nghiệp xấu sẽ dẫn đến khổ đau, đọa lạc trong tương lai. Khi hai tâm này hiện diện, người tu sẽ luôn dè dặt trong từng hành động, lời nói và ý nghĩ.

Người tu cần phải biết xấu hổ với những tâm niệm tham, sân, si; xấu hổ với những ý nghĩ dục ái, hơn thua, ganh ghét, ích kỷ; xấu hổ với những hành vi không phù hợp với đời sống Phạm hạnh. Khi tâm hổ thẹn thường xuyên hiện diện, người tu sẽ không dám buông lung theo các ác bất thiện pháp. Ngược lại, nếu không còn biết xấu hổ và không còn sợ hãi đối với điều bất thiện, người ấy sẽ rất dễ rơi vào sự buông lung.

Người có tâm quý khi lỡ nói một lời thiếu chánh niệm hay làm một việc không đúng pháp, họ lập tức cảm thấy xấu hổ và nhanh chóng sửa đổi. Họ sẵn sàng xin lỗi người khác, sám hối trước Tam bảo và điều chỉnh lại thân tâm của mình. Nhờ vậy mà những lỗi lầm được ngăn chặn ngay từ khi còn rất nhỏ. Chính pháp tàm quý giúp người tu nhận ra sai sót và quay lại con đường chánh pháp.

Đức Phật dạy rằng người tu phải thấy sợ hãi ngay cả trong những lỗi nhỏ nhất. Không phải chỉ khi phạm những lỗi lớn mới lo sợ, mà ngay cả những sơ suất nhỏ cũng cần phải cẩn trọng. Các bậc Thánh đệ tử luôn sống với tâm tàm quý sâu sắc. Ngài Xá-lợi-phất, vị tướng quân Chánh Pháp, chỉ vì vạt y áo chạm đất mà cũng cảm thấy hổ thẹn và lập tức điều chỉnh lại. Điều đó cho thấy các bậc Thánh luôn giữ tâm cẩn trọng đối với từng chi tiết nhỏ trong đời sống.

Trái lại, nhiều khi chúng ta lỗi lầm rất nhiều nhưng vẫn không cảm thấy xấu hổ. Khi được người khác nhắc nhở thì lại sinh tâm sân hận, phản ứng và bảo vệ bản ngã của mình. Thay vì nhìn lại chính mình, chúng ta lại nhìn lỗi của người khác. Chính thái độ ấy khiến việc tu tập khó tiến bộ.

Người có tâm quý thường xuyên quán chiếu rằng nếu một người xuất gia mà vẫn nuôi dưỡng những tâm niệm tham dục, hơn thua và thấp hèn thì thật đáng xấu hổ. Nếu cha mẹ biết, nếu các bậc đồng Phạm hạnh biết, nếu đàn-na tín thí biết thì thật khó mà nhìn mặt họ. Sự quán chiếu như vậy giúp người tu luôn dè dặt và tỉnh giác đối với thân tâm của mình.

Người có tâm quý cũng giống như một người luôn chăm chỉ quét dọn ngôi chùa. Hễ thấy nơi nào có bụi bẩn thì lập tức lau dọn cho sạch sẽ. Cũng vậy, người có tâm quý luôn nhìn lại nội tâm của mình, nhận ra những cấu nhiễm như tham, sân, si và nhanh chóng gột rửa chúng. Họ lo sợ rằng những cấu nhiễm này sẽ dẫn đến khổ đau, ác thú và đọa xứ trong tương lai, vì vậy họ luôn nỗ lực thanh lọc thân tâm.

Khi lỡ có một lời nói hay hành động không đúng pháp, người có tâm quý sẽ cảm thấy bất an và lập tức điều chỉnh bản thân. Nhờ vậy họ tu tập rất tiến bộ. Ngược lại, nếu một người để mặc cho các ác pháp sinh khởi mà không hổ thẹn, không lo sợ và không điều chỉnh thì giống như một người đang trượt xuống dốc mà không hề hay biết. Đến một lúc nào đó, họ sẽ rơi vào vực sâu của sự buông lung.

Do đó, pháp tâm quý vô cùng quan trọng đối với đời sống tu hành. Nếu không có tâm quý, người tu rất dễ buông lung trong oai nghi, giới hạnh và đời sống Phạm hạnh. Khi không còn biết xấu hổ, người ta dễ thả lỏng các căn, sống phóng dật và quên mất lý tưởng xuất gia của mình. Từ đó uy tín của người tu bị suy giảm và con đường tu tập cũng dần xa rời mục tiêu giải thoát.

Vì vậy, người xuất gia cần phải luôn an trú trong tâm tâm quý, thường xuyên quán chiếu để thấy xấu hổ và sợ hãi trước các ác bất thiện pháp. Khi tâm tâm quý được nuôi dưỡng và phát triển, giới hạnh sẽ được giữ gìn, đời sống Phạm hạnh sẽ trở nên thanh tịnh.

Từ đó, giới trở thành đất đứng cho tuệ. Một tâm không ngay thẳng, không trung thực với chính mình thì rất khó thấy đúng sự thật. Giới giúp người tu sống ngay thẳng, bớt lệch, bớt che đậy, và chính sự trong sáng ấy mở ra khả năng thấy rõ hơn. Nhờ có giới, tuệ không còn là hiểu biết, mà trở thành kinh nghiệm sống trực tiếp.

Ở bình diện Tăng đoàn, giới không chỉ là việc của từng cá nhân, mà là yếu tố giữ cho đại chúng còn là Tăng đoàn đúng nghĩa. Một người buông lung có thể kéo theo nhiều người khác, nhưng một người nghiêm túc cũng có thể nâng cả đại chúng lên. Vì vậy, giữ giới không chỉ là giữ mình, mà là giữ cho môi trường tu tập chung được thanh tịnh. Giữ giới hạnh chính là giữ sức sống và phẩm chất của Tăng đoàn.

Nếu bên ngoài mang hình tướng xuất gia mà bên trong không có sự chuyển hóa, thì đời sống Phạm hạnh chỉ còn là hình thức. Người tu không thể lừa dối người khác, và càng không thể lừa dối chính mình. Chỉ khi giới được sống từ bên trong, đời sống

xuất gia mới trở nên chân thật. Đời sống Sa-môn không được dựng bằng hình tướng, mà bằng sự thanh tịnh nội tâm.

Một yếu tố không thể thiếu để giữ cho giới luôn sống là tinh thần học pháp. Người xuất gia phải luôn sẵn sàng học, sẵn sàng nghe, sẵn sàng sửa. Khi được góp ý không phản ứng, không biện minh, mà nhìn lại và điều chỉnh. Chính thái độ này làm cho đời sống tu tập không bị đứng lại. **Học pháp không phải để biết thêm, mà để sửa mình sâu hơn.**

Từ tất cả những điều này, có thể thấy rõ rằng giới hạnh, oai nghi, sự cẩn trọng với lỗi nhỏ, tàmi quý và tinh thần học pháp không phải là những phần rời rạc, mà hợp lại thành một nền sống. Khi nền này được dựng vững, đời sống xuất gia trở nên có lực, có hướng và có khả năng đi xa trên con đường giải thoát. **Dựng Tăng trước hết là dựng nền giới hạnh, vì đây là gốc rễ giữ cho toàn bộ con đường không bị lệch hướng.**

Kệ Tóm Tắt:

*Giới là nền đất dựng Tăng già,
Không giới, muôn phần dễ lệch xa.
Thân khẩu ý trong, tâm có chỗ,
Định tuệ từ đây nở đạo hoa.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

GIỚI HẠNH – NÉT ĐẸP NGƯỜI XUẤT GIA

|

GIỚI HẠNH

Nền móng đời sống Phạm hạnh

Hàng rào bảo hộ thân – khẩu – ý

Vẻ đẹp người xuất gia

Gìn giữ Tăng đoàn

↓

CHÁNH NIỆM TRONG OAI NGHI

Đi – Đứng – Nằm – Ngồi tỉnh giác

Thấy sợ lỗi nhỏ

Kinh Niệm xứ → Chánh niệm trong mọi oai nghi



TÀM VÀ QUÝ

Tàm → Hồ thẹn điều bất thiện

Quý → Sợ hậu quả điều bất thiện

Đại kinh Xóm Ngựa → Tàm quý tác thành Sa-môn



HỌC PHÁP VÀ SỬA MÌNH

Luôn lắng nghe

Biết nhận lỗi

Sẵn sàng sửa đổi

Giới trở thành tuệ



DỰNG TĂNG

Giữ giới

Giữ oai nghi

Nuôi dưỡng tàm quý

Không ngừng học pháp

Xây dựng Tăng đoàn thanh tịnh

CHƯƠNG 7: HẠNH DIỆT NGÃ – VẺ ĐẸP CAO THƯỢNG CỦA NGƯỜI TU

Trong đời sống Tăng chúng, nếu không nhìn thẳng vào gốc rễ của vấn đề, thì dù có cố gắng xây dựng đến đâu, đại chúng vẫn không thể thật sự vững. Bởi lẽ, thủ phạm

của mọi phiền não, mọi khó chịu, mọi khổ đau trên cuộc đời này, không phải ai khác, mà chính là bản ngã. Chính cái tôi, cái của tôi và cái tự ngã của tôi là nguyên nhân của tất cả mọi bất hòa, là căn nguyên của mọi bất mãn, là nguồn gốc của mọi sự tranh đấu, tranh giành, cạnh tranh, khẩu tranh, đấu tranh, và thậm chí chiến tranh trên cuộc đời này. Nếu muốn giảm khổ, muốn bớt khổ, muốn chấm dứt khổ mà không nhận diện được cái tôi thì tất cả sự tu hành của chúng ta chỉ là làm đẹp cho ảo tưởng về tự ngã. Nếu không nhắm thẳng vào mục tiêu diệt ngã, thì sự giữ giới của chúng ta chỉ là vỏ bọc bên ngoài, thiền định chỉ là hình thức, và trí tuệ chỉ là sự tích tập kiến thức để tăng trưởng thân kiến và vô minh.

Vì vậy, **đầu tiên người tu cần có cái thấy đúng về bản ngã**, hiểu rằng bản ngã là tâm chấp thủ thân tâm này, nó ẩn mình trong năm uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành và thức; cho rằng thân này là tôi, cảm giác này là tôi, hình bóng trong tâm này là tôi, suy nghĩ này là tôi, sự rõ biết này là tôi. Chính nơi sự đồng hóa ấy mà bản ngã sinh khởi và vận hành liên tục dưới nhiều hình thái khác nhau. Khi vui thì nói “tôi vui”, khi buồn thì nói “tôi buồn”, khi giận thì nói “tôi giận”, khi được khen thì thấy “tôi được tôn trọng”, khi bị chê thì thấy “tôi bị xúc phạm”. Tất cả đều xoay quanh một trung tâm là cái “tôi”.

Ta làm mọi thứ để được người khác công nhận, để vun bồi cho bản ngã, mà không hề biết rằng mình đang âm thầm nuôi lớn chính nguyên nhân của khổ đau và bất hòa. Học thật nhiều, chia sẻ thật hay, tranh luận cho thật giỏi để thấy rằng mình hiểu biết, mình trí tuệ hơn người khác, trong khi trí về ngũ uẩn không được sáng tỏ, sự thật về thân tâm không được thấy biết, không có sự thực hành pháp trong chính đời sống với bạn đồng tu. Do không nhận diện được bản ngã, mà chúng ta thương yêu cái thân được cho là “mình”, là “tôi” này vô hạn. Chính vì thương cái mình, cái tôi, cái ta này nên mình cứ chấp nhặt, hơn thua, cao thấp với thầy tổ, huynh đệ, tỷ muội và những người ân đức, ân nghĩa với mình. Mọi sự tu tập chỉ ngày càng làm cho cái tôi ấy trở nên kiên cố, cứng chắc trong thân tâm này. Từ đó cứ tham cho cái tôi; sân vì bị đụng chạm đến cái tôi; si vì không thấy được bản chất của bản ngã nên nghe khen thì thích, bị chê thì bực, rồi hơn thua, đấu đá, tranh giành, ganh tỵ, đố kỵ.

Trong đời sống Tăng chúng, điều này hiện ra rất rõ. Chỉ cần một lời nói không vừa ý, một ánh nhìn không hợp lòng, một thái độ trái ý hay một sự góp ý chạm nhẹ vào bản ngã, thì tâm liền khởi phản ứng: khó chịu, chống đối, cảm thấy bị xem thường, bị xúc phạm. Từ đó sinh ra bất mãn, hơn thua, xa cách và bất hòa, thậm chí nhìn người kia như kẻ thù, như đối thủ. Chính tại chỗ đó, bản ngã lộ diện và cũng chính tại chỗ đó, sự hòa hợp bắt đầu bị rạn nứt. Ngược lại, khi được khen, được công nhận, được nuông chiều, được thuận theo ý mình, thì tâm liền sinh ưa thích, dễ chịu, gắn bó. Tuy nhiên,

sự ưa thích đó không phải xuất phát từ trí tuệ hay từ bi, mà là bản ngã đang vui thích vì được thỏa mãn, vì tìm được chỗ để nó lớn mạnh.

Thế nên, người tu nếu không tỉnh giác, sẽ vô tình sống theo hai chiều: ghét người làm mình khó chịu, và thích người làm mình dễ chịu — mà không biết rằng cả hai đều là sự vận hành của bản ngã. Trong đời sống đại chúng, những điều này càng trở nên nguy hiểm hơn, vì cái tôi không còn là chuyện cá nhân, mà trở thành lực va chạm giữa người với người, là vấn đề sống còn của Tăng đoàn. Nếu bản ngã không được nhận diện, thì đại chúng không thể hòa hợp; nếu bản ngã không được chế ngự, thì đại chúng không thể an ổn; và nếu bản ngã không được diệt trừ, thì mọi công trình dựng Tăng đều đứng trên nền móng bất ổn.

Chính vì vậy, nếu chỉ dừng ở bước nhận biết bản ngã thì vẫn chưa đủ lực để chuyển hóa. **Bước tiếp theo, người tu phải thấy sâu sắc sự nguy hiểm của bản ngã**, thấy nó chính là cội nguồn của tham, sân, si và mọi khổ đau trong đời sống. Khi bản ngã còn mạnh, người tu rất dễ bị tổn thương, dễ tự ái, dễ nổi giận, dễ chấp trước và rất khó sống hòa hợp với người khác. Chỉ một lời nói không vừa ý cũng đủ làm tâm dao động, chỉ một va chạm nhỏ cũng có thể làm phiền não sinh khởi. Thân người tuy nhỏ bé, nhưng cái tôi lại có thể phóng đại đến mức bao trùm cả thế giới. Chính vì cái tôi quá lớn nên con người luôn va chạm, hơn thua và khổ đau; từ đó phá vỡ sự hòa hợp của Tăng đoàn, đẩy con người vào những hành vi bất kính, bất nghĩa, vô ơn, tàn nhẫn, đổ vỡ, và thậm chí chiến tranh.

Chính vì bản ngã này chi phối mà tâm không bao giờ được bình an, lúc nào cũng bất an, bất ổn, dễ dao động và phản ứng mạnh trước mọi duyên xúc. Chính vì cứ chăm chú, tô điểm và bảo vệ cho cái tôi hư ảo này mà mình không vừa lòng ai, không hài lòng ai, thấy ai cũng không được, thấy ai cũng không bằng mình. Trong mắt không còn ai nữa, chỉ còn cái “mình” và cái “của mình”. Tự thấy mình là hay nên tâm đầy cống cao ngã mạn, dương dương tự đắc, khen mình chê người, cho mình là đúng, là hơn; còn người khác là dở, là thua, là không bằng mình. Nhưng chính cái “mình” đó đang hại mình, làm khổ mình, làm đau mình, làm buồn mình, rồi từng bước đẩy mình xuống vực mà mình không hay biết. Càng tu tập lại càng so sánh, càng chấp thủ, càng bắt bẻ, càng phán xét những người xung quanh — tưởng là mình đúng, nhưng thật ra bản ngã đang lớn lên từng ngày. Tưởng rằng mình đang tiến bộ, nhưng thực chất cái tôi đang ngày càng trương phình mà không tự thấy được.

Sâu xa hơn nữa, người tu phải thấy rằng gốc rễ của bản ngã chính là vô minh và khát ái đối với năm uẩn. Vì không thấy đúng sự thật của năm uẩn nên mới chấp thủ và cho rằng: “đây là tôi, đây là của tôi, đây là tự ngã của tôi”. Không thấy thân này chỉ do tứ đại vay mượn mà thành: không thấy mỗi hơi thở là đang vay mượn; không thấy mỗi chén cơm là vay mượn từ đất, nước, nắng, mưa và vô số nhân duyên khác; không thấy thân này đang vay mượn ánh sáng mặt trời, vay mượn nhiệt độ để tồn tại; không thấy đất, nước, gió, lửa đang luân chuyển, đang vận hành, đang nương tựa lẫn nhau. Chỉ cần một biến động nhỏ của tứ đại là con người có thể ngã xuống ngay tức khắc. Có người đang ăn cơm thì đột quy rồi chết. Có người đang lái xe thì gục xuống. Có người đang làm việc thì kiệt sức rồi trở thành một tử thi. Tất cả đều đang phơi bày sự thật của năm uẩn này, đặc biệt là sắc pháp. Chúng ta quán chiếu sự nguy hiểm của thân năm uẩn này không phải để sợ hãi theo kiểu bi quan, mà để thấy rõ sự thật và sống được với sự thật ấy trong từng hơi thở.

Vì vậy, mỗi hơi thở phải trở thành một cơ hội để gỡ cái ngã ra. Trong từng hơi thở, người tu phải tự hỏi: “*Có cái tôi nào thật sự tồn tại trong hơi thở này không?*”. Trong mỗi chén cơm, mỗi muỗng cơm đang ăn, phải quán chiếu rằng: “*Nếu thật sự có tự ngã, thì tại sao thân này phải vay mượn đất, nước, thức ăn như vậy?*” Khi uống một ngụm nước cũng phải hỏi lại chính mình: “*Tự ngã ở đâu mà phải lệ thuộc như vậy?*”. Chính sự vay mượn của đất, nước, gió, lửa này phải được quán chiếu liên tục để thấy rõ tính chất vô thường, duyên sanh, bệnh hoạn, khổ đau và trống rỗng của năm uẩn; từ đó phá dần sự chấp thủ nơi sắc uẩn và toàn bộ ngũ uẩn.

Nếu không nhìn rõ sự nguy hiểm này, dù sống trong Tăng đoàn, mặc áo xuất gia, tu học mỗi ngày, người tu vẫn bị bản ngã dẫn dắt, và chính nó sẽ âm thầm phá vỡ đời sống hòa hợp từ bên trong. Khi thấy sâu sắc như vậy, tâm phải khởi lên một thái độ dứt khoát đối với bản ngã: ghê tởm nó, sợ hãi nó và không còn muốn dung dưỡng nó nữa: “*Hỡi bản ngã ác độc kia, ta sợ mi. Ta ghê tởm mi. Mi chính là thuốc độc, là kẻ đã đưa ta đi mãi trong khổ đau, sanh tử và luân hồi từ vô lượng kiếp.*”

Chính sự nhìn nhận mạnh mẽ như vậy, tạo cho chúng ta một sức mạnh to lớn, đi đến **bước tiếp theo là diệt trừ bản ngã, đánh trực diện vào tâm chấp thủ ngũ uẩn cứng chắc này**. Những pháp hành diệt ngã phải được đưa vào nếp sống hàng ngày, trở thành những mũi nhọn phá ngã liên tục, không phải chỉ khi nhớ mới tu, mà phải trở thành nếp sống cao đẹp trong Tăng đoàn. **Đầu tiên là ứng xử trong đại chúng với nhau theo tinh thần “năm khiêm, hai khéo”:**

*“Lời nói khiêm nhường,
Tâm hồn khiêm hạ,
Hành xử khiêm cung,
Hiền hòa, khiêm tốn.
Kính trên, nhường dưới,
Khiêm nhã, nhún nhường,
Khéo xét lỗi mình
Khéo phòng hộ căn”.*

Những điều tưởng chừng đơn giản ấy, nếu được thực hành liên tục và sâu sắc, sẽ dần dần làm cho bản ngã được mềm lại, tan chảy, suy yếu và cuối cùng hòa vào một nếp sống rộng lớn, không còn giới hạn bởi cái tôi nhỏ hẹp. Đó chính là tiến trình diệt ngã: không phải đập vỡ một cách thô bạo, mà là làm tan chảy dần dần. Tan chảy cái tôi, tan chảy sân hận, tan chảy hơn thua, tan chảy những cứng cỏi và cố chấp trong nội tâm. Và khi cái tôi được làm mềm, được tan chảy, thì người tu bắt đầu bước vào một đời sống khác: hiền thiện, dễ thương, dễ nghe, dễ nói, dễ tha thứ, dễ cảm thông. Một đời sống như vậy, bản ngã không còn đất để tồn tại.

Trước hết là *lời nói khiêm nhường*. Người tu phải thường xuyên nhớ và thực tập lời nói khiêm nhường trong từng hoàn cảnh. Không nói bằng cái tôi, không nói bằng sân hận, không nói với tâm hơn thua. Không nói để giành phần đúng, phần hơn, phần thắng về mình. Chính chỗ thích hơn, thích thắng, thích đúng ấy là nơi bản ngã đứng lên và bắt đầu phá vỡ hòa hợp. Khi giành được phần hơn, phần thắng về mình, chúng ta thực chất không được lợi ích gì cho mình, ngoài sự lớn mạnh của bản ngã, cùng với những phiền não, buồn bực, khó chịu cho chính mình và người khác. Ngược lại, khi biết nhận lỗi, biết xin lỗi, thì mọi việc trở nên êm xuôi, chuyện lớn hóa nhỏ, đại chúng hài hòa.

Kế đến là *tâm hồn khiêm hạ*, người tu phải luôn hạ mình xuống, không đặt mình lên trên người khác, không tự cho mình hơn ai, mà mình đang nhờ ơn mọi người để tu tập. Khi tâm biết ơn được nuôi dưỡng, khi nhìn mọi người bằng cái thấy trân trọng và ghi nhận ân nghĩa, thì tự nhiên nội tâm trở nên âm áp, nhẹ nhàng, dễ chịu và đầy tình thương. Chính tâm khiêm hạ này là nền để bản ngã không thể phình to.

Thứ ba là *hành xử khiêm cung*. Chữ “cung” là cong xuống, là hạ xuống. Khiêm cung không phải là hình thức bên ngoài, mà là toàn bộ thân – khẩu – ý đều biểu hiện sự hạ mình. Ngay trong từng động tác nhỏ như chấp tay, cúi đầu, đánh lễ, đều là cơ hội để nhắc nhở mình buông cái tôi xuống. Mỗi lần cúi đầu là một lần bản ngã được hạ thấp. Nếu mỗi ngày đều thực tập như vậy, thì sự khiêm cung, khiêm hạ sẽ tăng trưởng một cách tự nhiên. Khi nội tâm trở nên mềm mại thì bản ngã dần dần được hạ xuống. Đây là biểu hiện của một nội tâm đã được chuyển hóa. Người còn bản ngã mạnh thường cảm thấy gượng gạo khi phải hạ mình. Nhưng khi tâm hiền đã vững, sự khiêm cung trở thành một vẻ đẹp chân thật. Có thể cúi đầu trước người khác, có thể nói lời cảm ơn, xin lỗi một cách chân thành mà không thấy khó khăn. Chính sự hạ mình này không làm giảm giá trị, mà ngược lại, làm cho người tu trở nên cao quý hơn. Vì vậy, người xuất gia cần thực tập từ những điều nhỏ: chấp tay chào nhau, lễ kính, cúi đầu, nói lời ái ngữ. Những hành động tưởng chừng đơn giản nhưng chính là phương tiện để chuyển hóa bản ngã, làm cho tâm trở nên nhu hòa và dễ sử dụng.

Tiếp đến là *hiền hòa, khiêm tốn*. Người tu phải sống hiền hòa trong mọi hành xử, không cứng cỏi, không thô tháo, không hung dữ, không áp đặt. Khiêm tốn là không phô trương, không tự đề cao, không cần chứng tỏ mình. Làm việc gì cũng giữ thái độ khiêm tốn. Dù mình có làm được việc, vẫn giữ sự tâm khiêm tốn, không khoe công, không kể công, không chấp vào công. Sống hòa đồng, sống hiền thiện, sống bằng sự hiện diện tử tế với nhau. Người có tâm hiền không phải là người yếu đuối, mà là người có nội lực. Có thể dừng lại khi cần, hạ xuống khi cần, buông bỏ khi cần — đó là sức mạnh của người tu. Khi tâm hiền được nuôi dưỡng liên tục, người tu sẽ cảm nhận một đời sống nhẹ nhàng, an ổn và đầy tình thương. Sự hiện diện của họ mang lại sự dễ chịu cho người khác, không gây bất hòa, không tạo bất an. Đó chính là biểu hiện của một đời sống Phạm hạnh đúng nghĩa: không chỉ tự mình an, mà còn làm cho người khác an.

Đồng thời, trong mọi sự tiếp xúc giữa người với người, người tu phải tập sống với tâm *kính trên nhường dưới, khiêm nhã và nhún nhường*. Đây không chỉ là phép tắc ứng xử hay hình thức đạo đức bên ngoài, mà chính là một pháp hành diệt ngã rất sâu sắc trong đời sống Tăng đoàn. Biết kính trọng người đi trước không phải vì địa vị hay tuổi tác, mà vì tập hạ cái tôi của mình xuống. Biết nhường nhịn người đi sau không phải vì yếu thế, mà vì không muốn nuôi lớn tâm hơn thua và chấp ngã. Người còn thích tranh phần, giữ phần, hơn phần, thật ra là đang âm thầm bảo vệ cái tôi của mình. Ngược lại, người biết lùi xuống, biết nhường bước, biết hạ mình, chính là người đang thực tập buông bỏ bản ngã trong từng tình huống sống. Khiêm nhã cũng là thái độ không làm

người khác bị áp lực bởi sự hiện diện của mình. Nhún nhường không phải là tự ti, mà là không đặt mình ở trung tâm, không bắt người khác phải thuận theo ý mình. Người sống được như vậy thì đi đến đâu cũng làm cho người khác cảm thấy nhẹ nhàng, dễ chịu và an ổn.

Trong đời sống đại chúng, những điều này vô cùng quan trọng. Bởi vì Tăng đoàn không được giữ gìn bằng lý thuyết cao siêu, mà được giữ gìn bằng những tâm hồn biết hạ mình, biết nhẫn nhịn, biết cung kính và biết nghĩ cho nhau. Chỉ cần ai cũng muốn hơn, muốn đúng, muốn được tôn trọng, thì đại chúng bắt đầu rạn nứt. Nhưng khi mỗi người đều biết lùi một bước, biết hạ một chút bản ngã của mình xuống, thì không khí hòa hợp tự nhiên sinh khởi. Vì vậy, kính trên nhường dưới, khiêm nhã nhún nhường không phải là những đức tính phụ thêm cho đẹp, mà chính là nền sống bảo hộ sự hòa hợp của Tăng đoàn và là con đường cụ thể để làm mềm, làm tan và đi đến diệt trừ bản ngã.

Cuối cùng là hai khéo: *“Khéo xét lỗi mình - Khéo phòng hộ căn”*. Đây không phải là những điều phụ thuộc bên ngoài, mà là hai cánh cửa giữ cho người tu không bị bản ngã kéo trôi trong đời sống đại chúng. Khéo xét lỗi mình nghĩa là luôn quay lại nhìn chính mình trước khi nhìn người khác. Không phải đợi phạm lỗi lớn mới sám hối, mà ngay khi tâm vừa khởi một niệm khó chịu, một ý hơn thua, một chút tự ái hay một phản ứng chống đối, người tu đã phải thấy đó là lỗi. Dù gặp bất cứ chuyện gì làm cho huynh đệ không hài hòa, không hiểu nhau, không thông cảm cho nhau thì bản thân mỗi người chúng ta phải tự nhìn nhận lại chính mình trong một nội tâm điềm đạm, trầm lặng, lúc đó chúng ta mới thấy được lỗi lầm của mình, bằng không, khi bị nói đến là phản ứng lại ngay. Chúng ta thường ít chấp nhận lỗi sai của mình, cứ phản ứng trước rồi sai đúng thì tính sau. Cho nên, mỗi thành viên cần có sự tự nhìn nhận về chính mình.

Nhìn sâu hơn, lỗi lớn nhất không nằm ở hành động bên ngoài, mà nằm ở chỗ vô minh, tham, sân, si và bản ngã vẫn còn nguyên vẹn trong nội tâm. Vì vậy, người tu phải luôn an trú trong tâm và quý — không phải theo nghĩa tự ti hay mặc cảm, mà là thấy rõ mình vẫn còn đầy lỗi lầm và cấu uế. Chính cái thấy ấy làm cho tâm mềm lại, cái tôi hạ xuống, và sự thô cứng trong nội tâm dần tan biến. Người còn thích tranh đúng sai là người vẫn còn đang bảo vệ cái tôi của mình. Ngược lại, người dám cúi đầu, dám nhận lỗi, dám quỳ xuống, dám hạ mình, chính là người đang đánh thẳng vào bản ngã. Một cái cúi đầu chân thật đôi khi còn có sức phá ngã mạnh hơn rất nhiều thời thiền định mà nội tâm vẫn đầy chấp thủ. Do đó, mỗi khi thấy lỗi thì phải biết xin lỗi ngay, không phân biệt lớn nhỏ, không chờ đợi, không né tránh, không biện minh hay đôi co đúng sai theo kiểu phàm phu. Đồng thời, sự quán chiếu này phải được duy trì liên tục,

không chờ có chuyện mới tu, không đợi có va chạm mới nhìn lại mình. Ngay cả khi mọi thứ yên ổn, người tu vẫn phải thấy rõ mình đang ở trong trạng thái có lỗi — lỗi vô minh, lỗi chấp ngã. Nhờ sự phản tỉnh và quán chiếu liên tục ấy, bản ngã không có cơ hội nghỉ ngơi, không có khoảng trống để tích lũy và bùng phát.

Một phần rất quan trọng trong đời sống diệt ngã là *khéo phòng hộ các căn*. Bởi vì bản ngã không tự nhiên sinh khởi, mà luôn đi vào qua mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Khi thấy một hình sắc, nghe một lời nói, ngửi một mùi hương, nếm một vị ngon hay tiếp xúc với một đối tượng nào đó mà tâm bắt đầu sinh khởi tham muốn, nóng giận, sân si, khó chịu hay phản ứng bản ngã, thì ngay lập tức người tu phải biết thu các căn trở về, không để tâm chạy theo đối tượng. Đây là một sự thực tập rất quan trọng và phải được rèn luyện từ từ trong từng ngày sống.

Ví dụ, khi nghe người khác nói xấu, chỉ trích hay bàn tán về một người nào đó, người tu phải biết phòng hộ lỗ tai của mình. Những lời nói bất thiện ấy giống như một loại virus. Nếu cứ thích nghe, thích tiếp nhận và suy nghĩ theo, thì tâm sẽ bị nhiễm ô lúc nào không hay. Ban đầu chỉ là nghe, nhưng sau đó cảm thọ bắt đầu sinh khởi, rồi những hình bóng, suy nghĩ và tưởng tượng liên tục vận hành trong tâm. Khi trở về phòng, ngồi yên lại, những điều ấy vẫn còn chạy trong đầu, không buông xuống được. Chính lúc đó, các pháp bất thiện đã đi sâu vào trong tâm.

Người tu phải học cách nhận diện ngay từ đầu những suy nghĩ, cảm giác và hình bóng bất thiện đang sinh khởi trong tâm mình. Những chuyện thị phi, nói xấu, hơn thua phần lớn chỉ là những “tin tức vỉa hè” của thế gian. Nếu cứ đem tâm chạy theo, suy nghĩ và tưởng tượng liên tục về những điều ấy, thì nội tâm sẽ dần bị ô nhiễm, từ đó sinh ra nghi ngờ, phán xét, khó chịu và bất hòa trong đại chúng.

Cho nên, khéo phòng hộ các căn không phải là đóng kín mắt tai hay tránh né cuộc đời, mà là biết giữ tâm không bị lôi kéo bởi các pháp bất thiện. Thấy mà không dính mắc. Nghe mà không nhiễm ô. Xúc chạm mà không để bản ngã vận hành. Người biết phòng hộ các căn thì nội tâm dần trở nên nhẹ nhàng, an tịnh và sáng suốt hơn. Ngược lại, người sống buông lung theo mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý thì rất dễ bị phiền não dẫn đi mà không hay biết.

Vì vậy, trong đời sống Dựng Tảng, khéo phòng hộ các căn chính là một hàng rào bảo vệ nội tâm và cũng là nền tảng rất lớn để diệt trừ bản ngã. Khi các căn được phòng hộ, tâm sẽ bớt dao động. Khi tâm bớt dao động, tham sân si sẽ suy yếu. Và khi tham sân si suy yếu, đời sống đại chúng mới thật sự có sự hòa hợp và thanh tịnh.

Toàn bộ pháp hành này không chỉ dừng lại ở cá nhân. Diệt ngã không phải là một hành trình riêng lẻ, mà là nền tảng của đời sống đại chúng. Một người sống khiêm cung thì đạo tràng trở nên thanh tịnh. Khi nhiều người cùng đi trên trục này, Tăng đoàn tự nhiên trở thành một khối hòa hợp. Ngược lại, nếu mỗi người vẫn giữ cái tôi của mình, thì dù bên ngoài có yên ổn, bên trong vẫn tiềm ẩn sự rạn nứt. Vì vậy, mỗi người đều nỗ lực hực hành với tâm chân thành, biết hạ mình, không hơn thua, biết nhường người, sám hối, phát lồ, không che giấu lỗi — tất cả những điều này đều là những đòn đánh trực tiếp vào bản ngã. Không có hành động, mọi hiểu biết đều trở nên vô nghĩa. Không có sự thực hành cụ thể, bản ngã sẽ tiếp tục tồn tại dưới những hình thức tinh vi hơn. Vì thế, “khéo xét lỗi mình, khéo phòng hộ các căn” chính là hai pháp bảo vệ người tu khỏi sự tăng trưởng của bản ngã. Người biết quay lại soi mình sẽ dần mềm xuống. Người biết giữ gìn các căn sẽ bớt phản ứng, bớt va chạm và bớt khổ đau. Và khi hai pháp này được thực tập sâu sắc, liên tục, thì đời sống người tu sẽ dần trở nên khiêm cung, an tịnh và hòa hợp hơn trong đại chúng.

Pháp hành diệt ngã thứ hai là Như Lý Tác Ý, nghĩa là tác động tâm ý đúng như chân lý. Chính ở nơi va chạm giữa người với người, cái tôi mới lộ mặt rõ nhất. Như lý tác ý lúc này không chỉ để làm dịu cảm xúc hay giữ hòa khí trong đại chúng, mà còn là pháp hành cốt lõi là để đánh thẳng vào bản ngã, đây là mục tiêu quan trọng của đời tu. Nếu biết như lý tác ý, người tu có thể đem Chánh pháp đi vào từng sinh hoạt hằng ngày để chuyển hóa nội tâm và bẻ gãy bản ngã. Không còn xem việc tu chỉ nằm trong giờ thiền hay lúc tụng kinh, mà toàn bộ đời sống đều trở thành pháp hành.

Ví dụ, ***khi được góp ý, được chỉ lỗi***, dù biết người ta nhắc đúng nhưng cái tôi vẫn cảm thấy bị đụng chạm; cảm thọ bắt đầu nóng lên, muốn phản ứng, muốn biện minh, thậm chí còn tìm lại lỗi của họ. Ngay lúc ấy, ta hãy nhắc nhở mình: “*Người ta nói đúng mà tâm mình vẫn khó chịu, chính bản ngã này đang làm khổ mình, ngăn cản mình tiến bộ. Người chỉ lỗi là đang chỉ cho mình chỗ chôn vàng, để mình sửa đổi và hướng thượng trong pháp. Ta phải biết ơn người ấy và quay lại nhìn chính mình*”. Chính sự tác ý như vậy mới thật sự đánh thẳng vào gốc của bản ngã và nhắm đúng vào hồng tâm của sự tu tập.

Trong sự tu tập, điều khó nhất không phải là nghe người khác nói sai mình, mà là nghe đúng mà tâm vẫn khó chịu. Có những lúc người ta góp ý hoàn toàn đúng, nhưng cảm thọ trong lòng vẫn nóng lên, vẫn muốn phản ứng, muốn biện minh và muốn chứng

minh mình đúng. Chính ngay khoảnh khắc ấy, người tu phải lập tức quay lại nhìn thẳng vào nội tâm mình. Không nhìn người góp ý, mà nhìn thọ, tướng, hành đang vận động trong chính mình.

Phải thấy rõ rằng sự khó chịu ấy không nằm ở lời nói của người khác, mà nằm ở bản ngã đang bị chạm tới. Chính cái muốn bảo vệ mình, muốn hơn thua, muốn giữ cái đúng cho mình đang làm cho mình đau khổ. Nếu không nhìn ra điều này, thì dù học pháp bao nhiêu năm, bản ngã vẫn tiếp tục lớn lên từng ngày dưới những hình thức rất vi tế.

Cho nên, người tu phải biết tác ý mạnh mẽ: *“Người này đang giúp ta thấy ra chỗ vô minh và sai sót của mình. Nếu không có người nhắc, có khi cả đời ta cũng không tự thấy được lỗi ấy”*. Khi tác ý như vậy, tâm sẽ mềm xuống, sự chống đối sẽ lắng dịu, và người tu bắt đầu có khả năng tiếp nhận pháp bằng sự khiêm hạ thật sự.

Điều quan trọng là phải lắng nghe một cách không tham ái đối với bản ngã. Mình nghe người ta chỉ lỗi mà vẫn bình thản, lắng dịu và nhẹ nhàng, vì nếu đó là sự thật thì tại sao mình phải khó chịu? Chính sự khó chịu ấy mới là điều bất thường, là dấu hiệu của tâm bệnh. Vì mình có lỗi mà người khác chỉ lỗi, vậy mà bản ngã lại nổi lên sân si và chống đối, thì đó là dấu hiệu cho thấy nội tâm còn rất nhiều phiền não cần phải chuyển hóa.

Khi bị hiểu lầm, bản ngã luôn muốn giải thích, muốn người khác hiểu mình, muốn giữ hình ảnh của mình trong mắt đại chúng. Nếu người khác vẫn không hiểu cho mình thì mình cứ day dứt, buồn phiền. Những lúc như vậy, người tu phải quay lại tự hỏi mình: *“Ta đang bảo vệ cái gì? Một cái tôi hư ảo thôi ư? Vì nó mà mình khổ sở như vậy hay sao? Hôm nay ta thà để bản ngã chết còn hơn để Chánh pháp chết trong tâm mình”*. Nếu chịu được một lần bị hiểu lầm mà không nổi sân, không chống đối, thì đó là một bước rất lớn trên con đường diệt ngã.

Khi thấy huynh đệ có lỗi, thay vì khởi tâm phán xét hay xem thường, ta hãy tác ý: *“Mình cũng đầy lỗi lầm và vô minh như vậy. Đây không phải chỗ để ngã mạn, khen mình chê người. Hãy nhìn người bằng tâm từ và sự cảm thông, hiểu thương cho bạn đồng tu với mình, ai cũng là nạn nhân của tham, sân, si, bản ngã”*. Nhờ tác ý như vậy, tâm ta sẽ được làm mềm bằng từ tâm và giữ được sự hòa hợp trong đại chúng.

Khi thấy người khác được mọi người thương quý, được tán thán, được gần gũi hơn mình, bản ngã sẽ âm thầm khó chịu, ganh tỵ, so sánh. Ngay nơi đó phải tác ý thật sâu: *“Cái đang khó chịu không phải ta, mà là bản ngã đang đói khát sự công nhận”*.

Chính nó đang muốn được thấy, được chú ý, được nâng lên hơn người. Ta tu để diệt ngã, không phải tu để trở thành người quan trọng trong đại chúng. Không phải tu để tìm thân sơ, thương ghét như thế gian”.

Khi được giao việc không ai muốn làm, việc nặng hơn người khác, bản ngã sẽ cảm thấy bị chèn ép, bị đối xử bất công. Ngay lúc ấy phải tác ý: “Đây chính là cơ hội để đập cái tôi này xuống. Nếu việc nhẹ thì thích, việc nặng thì khó chịu, vậy rõ ràng ta đang tu cho bản ngã chứ chưa phải tu cho giải thoát. Hơn nữa được giao việc là cơ hội để đền ơn Tam bảo, phụng sự đại chúng, phải hoan hỷ, phải cố gắng mà làm”. Nhờ tác ý như vậy, công việc không còn là gánh nặng, mà trở thành nơi mình vun bồi phước đức, tu tập trí tuệ.

Khi nhớ cổ, ta tác ý: “Ta đang nhổ tận gốc rễ cái bản ngã đã dẫn ta đi trong khổ đau và sanh tử từ vô lượng kiếp”. Nhổ cỏ không còn chỉ là lao tác, mà trở thành hình ảnh của sự đoạn tận gốc rễ phiền não và ngã chấp.

Khi rửa tay, ta quán chiếu: “Ta đang rửa vết nhục của sự vênh váo, hống hách, đi đâu cũng ta đây, cao ngạo. Ta sẽ rửa sạch vết nhơ này khỏi tâm mình, không cho nó còn tồn tại nữa”. Đây không chỉ là rửa đôi tay bên ngoài, mà còn là sự gột rửa những cấu uế vi tế đang bám chặt trong tâm.

Người tu cũng cần thường xuyên tác ý thấy rằng thân này chỉ là một khối giả hợp mong manh của da, thịt, máu, xương, không có gì đáng để kiêu mạn, tự cao hay bảo vệ đến mức hơn thua với người khác. Thân này rồi cũng già, bệnh và tan rã. Quán như vậy để cắt đứt gốc rễ của ngã mạn đang âm thầm bám chặt trong từng suy nghĩ và cảm giác. Ngay cả *khi được cung kính*, được tôn trọng, được khen ngợi hay được nhiều người quý mến, người tu cũng phải lập tức quán chiếu: *“Ở đây không có ai để được tôn vinh cả. Chỉ là một thân giả hợp đang tạm hiện hữu do duyên sinh, mọi người cung kính là đang cung kính pháp”*. Nếu không quán chiếu thường xuyên như vậy, bản ngã sẽ âm thầm lớn lên ngay trong những điều tưởng như tốt đẹp và thanh tịnh nhất.

Pháp hành này vô cùng tuyệt vời vì diệu, chỉ cần có sự để tâm thì khi làm việc gì, chúng ta cũng thấy pháp trong đó. Người biết tu sẽ không tách rời pháp khỏi đời sống, mà đưa pháp vào trong từng sinh hoạt hằng ngày. Nếu có chánh niệm, thì bất cứ việc gì cũng trở thành cơ hội tu tập, bất cứ hành động nào cũng có thể là phương tiện chuyển hóa. Nhờ như lý tác ý như vậy, toàn bộ đời sống tu học dần trở thành một dòng chảy liên tục của sự quán chiếu và chuyển hóa. Không còn có sự tách rời giữa công việc và tu tập, giữa lao tác và hành trì. Mọi sinh hoạt trong đời sống đại chúng đều trở thành cơ hội để phá ngã, thanh lọc nội tâm và tiến gần hơn đến con đường giải thoát.

Pháp hành thứ ba là Lạy Diệt Ngã, khi chưa biết tu, cái tôi của ai cũng rất lớn, nhưng khi đã bước vào sự tu tập, người tu dần học được tâm khiêm hạ. Từ chỗ ngẩng cao đầu, nay tập cúi đầu xuống; từ chỗ tự cao, nay học chấp tay xá chào nhau bằng tất cả sự chân thành và cung kính. Đây chính là bước đầu tiên của sự tu học, đồng thời cũng là nền móng để xây dựng một đời sống Tăng đoàn thanh tịnh và hòa hợp.

Khi gặp nhau, mỗi người trong đại chúng phải tập xá chào nhau thật sâu sắc, không qua loa, hời hợt hay làm cho có. Không phải chỉ khi lạy Phật, hay xá chào người lớn hơn mình thì ta mới đặt tâm vào, mà đối với cả người bằng mình, nhỏ hơn mình, thậm chí người xa lạ mới đến chùa, ta cũng phải biết chấp tay, cúi đầu, xá chào nhau bằng tất cả tấm lòng. Nhờ vậy mà bản ngã được hạ xuống từng chút một. Một Tăng đoàn nếu ai cũng biết cúi đầu trước nhau bằng tâm cung kính, thì đại chúng ấy rất khó rơi vào tranh chấp và bất hòa. Ta hãy tập làm cho hình ảnh chấp tay cúi đầu thường an trú trong tâm tưởng mỗi khi nghĩ về mình.

Tu thêm một thời gian nữa thì thực hành quỳ xuống chấp tay, làm cho bản ngã ngày càng gục xuống sâu hơn. Chưa đạt đến vô ngã thì ít nhất cũng phải biết hạ ngã. Mỗi lần nhớ về tự thân, hãy tập thấy hình bóng mình đang quỳ xuống, chấp tay, cúi đầu và phát nguyện: *“Con nguyện từ bỏ cái ta này. Con nguyện từ bỏ bản ngã này. Con nguyện từ bỏ sự chấp thủ nơi tám thân vô thường, bất tịnh này. Con nguyện sống với tâm khiêm cung, khiêm hạ, khiêm nhường, khiêm tốn, khiêm nhã; sống với tâm hiền hòa, hạ thấp đến tận cùng”*. Tập cho hình bóng tự thân quỳ xuống thường hiện hữu trong tâm, đây chính là phép quán tưởng để hạ thấp bản ngã. Người tu nếu không học hạ mình xuống thì không thể sống lâu trong đại chúng mà không va chạm. Bởi vì nơi nào cái tôi còn lớn, nơi đó sự hòa hợp dễ bị đổ vỡ.

Sám hối diệt ngã là phương pháp thực tập sâu sắc nhất. Khi ấy, trán chạm sát đất, hai khuỷu tay chạm sát đất, hai đầu gối cũng chạm sát đất, gọi là “năm vóc sát đất”. Khi lạy, mỗi một cái lạy xuống phải thật chậm. Khi trán chạm đất, hãy giữ yên một chút để quán chiếu rằng bản ngã này đang gục xuống, đang bị chôn vùi, đang bị hạ thấp xuống tận cùng. Đồng thời tác ý: *“Hỡi bản ngã, ngươi phải biết sống khiêm cung, khiêm hạ, khiêm nhường, khiêm tốn. Ngươi phải biết hạ thấp xuống. Ngươi còn ngẩng đầu lên là ta còn khổ. Ngươi còn vênh váo là ta còn tai họa và hiểm nạn. Ngươi còn*

hống hách, cao ngạo, kiêu căng thì ta còn xuống địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh dài dài. Hôm nay là ngày ta chôn sống, chôn vùi mi. Ngay trước Phật, trước Pháp, trước Tăng, ta cho đất cát vùi lấp bản ngã này, ta chôn cất cái tôi này. Ta cho bản ngã này khai tử, đoạn tận, diệt tận trong mỗi cái lay này.”

Đây chính là pháp hành đưa bản ngã xuống huyết sâu rồi chôn vùi nó. Người tu tiếp tục quán thân này rồi hết thịt da, chỉ còn một bộ xương đang lay xuống. Rồi bộ xương ấy cũng tan dần thành tro bụi. Cuối cùng chỉ còn một nắm tro tàn đang lay, không còn ai cả. Tắm thân này rồi cũng trở về với cát bụi, không ai tránh khỏi điều đó. Sau khi “chôn” xong bản ngã rồi, ta mới ngẩng đầu đứng dậy.

Mỗi một cái lay như vậy, nếu được thực hành với chánh niệm và trí tuệ, sẽ làm giảm bớt phiền não, tăng trưởng công đức và làm sáng tỏ nội tâm. Càng hạ mình xuống thì tâm càng được nâng cao. Càng buông bỏ bản ngã thì đời sống càng trở nên thanh cao, nhẹ nhàng và an lạc. Bản ngã càng lớn thì đạo đức càng nhỏ; bản ngã càng thấp thì đức hạnh lại càng cao.

Cứ mỗi lần lay xuống là quán tưởng một bộ xương đang lay, một nắm tro tàn đang lay; lay xuống là chôn vùi cái ta, cái tôi, cái đúng sai, cái hơn thua, cái cao thấp trong cuộc đời, làm cho tất cả tan biến thành mây khói, thành cát bụi, thành hư không. Khi ấy, tâm trở nên khiêm cung, khiêm hạ, khiêm hòa, khiêm nhã, khiêm tốn, ngọt ngào và dễ chịu. Có khi lay như vậy mà nước mắt tự nhiên trào ra trong sự hạnh phúc và an lạc.

Mỗi giờ mỗi phút phải kiên trì quán sát, không dung dưỡng bản ngã, không thỏa hiệp với cái tôi dù chỉ trong những biểu hiện nhỏ nhất nhất. Khi sự tu tập dần thuần thực, người ấy đi đến đâu cũng đem lại sự nhẹ nhàng, an ổn và dễ chịu cho những người xung quanh. Mỗi khi có lỗi, các thành viên cùng nhau lay diệt ngã trước đại chúng và phơi bày những pháp bất thiện với nhau, thì đại chúng mới thật sự có khả năng sống hòa hợp như nước với sữa, không còn tranh hơn, tranh đúng hay bảo vệ cái tôi riêng biệt nữa. Mỗi lần sám hối đúng pháp là một lần bản ngã bị rung chuyển. Có những người trước đây không bao giờ dám quỳ xuống xin lỗi ai, vì bản ngã quá lớn. Nhưng khi thật sự bước vào dòng pháp này và dám cúi đầu lễ lay để nhận lỗi, đó giống như một trận động đất trong nội tâm. Toàn bộ sự chấp thủ, tự ái và ngã mạn bị rung chuyển dữ dội. Chính lúc ấy là lúc người tu đang chiến thắng được chính mình, chiến thắng tham ái và bản ngã trong ngũ uẩn. Từ những cái lay như vậy mà nền sống của Dựng Tăng mới có thể thành tựu từ gốc rễ.

Các vị Hiền trí thân mến, con đường diệt ngã không phải là con đường dễ đi, bởi đó là con đường đi ngược lại tập khí sâu dày của vô lượng kiếp, nhưng đây cũng là con đường không thể không đi qua, đối với người muốn bước vào Thánh đạo. Ngày giờ này, khi xa thời Đức Phật hơn hai ngàn năm trăm năm, nhưng chúng ta vẫn được nghe Chánh pháp, được tu tập con đường diệt ngã là một phước duyên rất lớn. Vì vậy, sự đền ơn Tam Bảo và chư vị Thầy Tổ, đàn na tín thí thiết thực nhất không nằm ở lời nói hay hình thức bên ngoài, mà nằm ở chính sự tinh tấn tu tập, ở sự chuyển hóa nội tâm, nhiếp phục bản ngã, sống xứng đáng với Chánh pháp. Đó mới chính là nét đẹp cao quý nhất của người tu.

Trong toàn bộ công trình *Dựng Tăng* thì diệt ngã thật sự là một trong những trục xương sống của toàn bộ công trình. Bởi lẽ, một Tăng đoàn chân chánh không thể được xây dựng trên những con người đầy tự ái, hơn thua và ngã mạn. Chỉ khi nhiều người cùng biết cúi đầu thay vì ngẩng cao, biết hạ mình thay vì tranh hơn, biết quay lại sửa mình thay vì nhìn lỗi người khác, thì đại chúng mới thật sự trở thành một hội chúng thanh tịnh, hòa hợp và có khả năng làm chỗ nương tựa cho thế gian.

Chính vì vậy, dựng Tăng là dựng lại những con người biết sống vô ngã, biết thương kính nhau và biết đặt Chánh pháp lên trên cái tôi của chính mình. Chỉ khi bản ngã được đoạn giảm, Tăng đoàn mới thật sự có hòa hợp. Chỉ khi cái tôi được hạ xuống, Phạm hạnh mới thật sự được nâng lên. Và chỉ khi người tu dám đánh thẳng vào bản ngã của chính mình, thì con đường Thánh đạo mới thật sự mở ra từ nơi nội tâm ấy. Đó cũng chính là tinh thần cốt lõi mà *Dựng Tăng Thánh Điển* muốn hướng tới: dựng lại một đời sống xuất gia chân thật, bắt đầu từ sự đoạn giảm và đi đến diệt tận bản ngã.

Kệ Tóm Tắt:

Nguyện đem bản ngã hiến dâng,

Làm tro bụi giữa đạo vàng Như Lai.

Không còn tranh chấp hơn ai,

Không còn giữ lấy hình hài của ta.

Sơ Đồ Tóm Lược:

HẠNH DIỆT NGÃ – VẼ ĐẸP CAO THƯỢNG CỦA NGƯỜI TU



NHẬN DIỆN BẢN NGÃ

Chấp ngũ uẩn là "tôi"

Gốc của tham – sân – si

Gốc của bất hòa

Cản trở giải thoát



THẤY SỰ NGUY HIỂM CỦA BẢN NGÃ

Sinh tự ái – Hờn thua

Phá hòa hợp Tăng đoàn

Do vô minh và ái thủ

Quyết tâm đoạn trừ



PHÁP HÀNH DIỆT NGÃ

Năm khiêm – Hai khéo

Như lý tác ý

Lạy diệt ngã

Quán thân duyên sinh – Vô ngã



KẾT QUẢ

Bản ngã suy giảm

Nội tâm an lạc

Tăng đoàn hòa hợp

Tiến đến Thánh đạo

PHẦN 3: DỰNG NẾP NHÀ NIKĀYA

CHƯƠNG 8: TÂM QUAN TRỌNG CỦA HÒA KÍNH TRONG ĐỜI SỐNG TĂNG ĐOÀN

Trong bốn bộ Nikāya, Đức Thế Tôn không chỉ khai thị con đường giải thoát cho từng cá nhân, mà còn thiết lập một đời sống cộng trú thanh tịnh, hòa hợp, không tranh chấp, không phân ly. Tăng đoàn không phải là một tập hợp rời rạc, mà là một thực thể sống động: chỗ nương tựa cho trời người, ruộng phước vô thượng ở đời, môi trường nuôi lớn Giới – Định – Tuệ, và là mảnh đất làm nảy nở các bậc Thánh đệ tử. Trong đó, có một điểm mà tại nơi ấy tất cả sức mạnh của người tu được hội tụ và trở nên sống động, đó chính là tu tập **tâm hòa kính**. Đây không chỉ là một nếp sống, mà là nơi sinh mạng của Tăng đoàn được đặt vào, nơi từng thành viên góp phần giữ gìn hay làm suy yếu mạch sống của Chánh pháp.

Nếu chỉ tu một mình, hành giả chủ yếu đối diện với phiền não riêng. Nhưng khi sống trong Tăng đoàn, một tầng tu tập sâu hơn mở ra, nơi bản ngã hiện rõ trong từng duyên xúc, chẳng hạn luôn muốn được tôn trọng, muốn ý mình được nghe theo, khó nhận lỗi, dễ sanh phiền não khi bị so sánh, hoặc chấp trước vào địa vị, danh xưng, vật dụng và lợi dưỡng. Chính vì vậy, đời sống chung chính là một chiến trường vi tế của Thánh đạo và hòa kính trong Tăng đoàn ra đời ngay trong bối cảnh ấy. Đây không chỉ là nguyên tắc sống chung, mà còn là pháp hành trực tiếp để đoạn trừ bản ngã trong đời sống tập thể. Nơi nào hòa kính được thực hành, nơi đó cái “ta” được mài mòn; nơi nào còn tranh hơn thua, giữ lập trường và bảo vệ ý riêng, nơi đó con đường Thánh vẫn chưa thể mở ra.

Hòa kính không thể được dựng bằng lời nói, mà phải được sống bằng chính đời sống của đại chúng. Vì vậy, để gây dựng được một Tăng đoàn vững mạnh, **trước tiên, mỗi thành viên trong Tăng đoàn cần hiểu đúng hai chữ “hòa” và “kính”**. Đầu tiên, **“Hòa” ở đây không chỉ là không cãi nhau**. Trong đời sống tu tập, có những đại chúng không có tranh chấp rõ ràng, không có xung đột lớn, nhưng vẫn không thật sự hòa hợp. Bề ngoài có thể yên ổn, nhưng bên trong lại tồn tại khoảng cách. Có khi im lặng không phải vì hiểu nhau, mà vì lạnh nhạt. Có khi nhường nhau không phải vì từ ái, mà vì sợ va chạm. Có khi không nói gì, nhưng trong tâm lại ngầm chán ghét. Có khi vẫn sinh hoạt chung, nhưng đã bắt đầu chia nhóm, phân phe mà không nói ra. Như vậy, nếu chỉ dựa vào sự im lặng bên ngoài để kết luận rằng đại chúng đang hòa hợp, thì đó là một nhận định chưa sâu sắc. Trong tinh thần Nikāya, **“hòa” phải được hiểu là nếp sống hòa hợp có gốc từ bên trong**. Thân không làm tổn hại, lời nói không gây chia rẽ, và tâm không nuôi dưỡng hận hiềm. Không dừng ở đó, hòa hợp còn đòi hỏi một nền chung

rõ ràng: giới luật được cùng tôn trọng, tri kiến được cùng soi sáng, và lợi dưỡng được cùng chia sẻ đúng pháp.

Kể đến là chữ “**Kính**”, nếu chỉ hiểu là lễ nghi bên ngoài thì vẫn chưa chạm đến cốt lõi của đời sống Phạm hạnh. Kính không phải chỉ là cúi chào, giữ nghi thức hay thể hiện sự tôn trọng bằng hình thức. **Kính trong tinh thần Nikāya là một cái thấy đúng về người đồng Phạm hạnh.** Đó là thấy rằng người kia cũng đang đi trên con đường Thánh đạo, cũng đang mang thân ngũ uẩn vô thường, cũng đang đối diện với tham, sân, si, và cũng đang nỗ lực để vượt qua khổ đau. Khi thấy được như vậy, người tu không còn khinh ai vì tuổi đạo ít, không ganh ai vì pháp học cao, không ghét ai vì họ chỉ lỗi mình, và cũng không lợi dụng ai khi họ yếu thế. Kính – vì thế không phải là đặt người khác dưới cái nhìn của bản ngã, mà đặt họ trong ánh sáng của Chánh pháp. Chính cái thấy này làm mềm lời nói, làm nhẹ hành động và làm lắng tâm, khi đó người ta không còn nhu cầu hơn thua hay hạ thấp nhau, nhờ vậy hòa hợp mới có thể đứng vững lâu dài. Khi thân hành xuất phát từ lòng từ, lời nói xuất phát từ lòng từ, hành động xuất phát từ tâm từ thì Tăng đoàn trở thành một môi trường nâng đỡ nhau cùng tu tập; ngược lại chỉ cần một chút sân hận, một chút hơn thua, một chút ích kỷ khởi lên, thì ngay nơi đó, sự tổn thương đã bắt đầu, không phải chỉ ở người khác, mà ngay trong chính nội tâm mình.

Vì vậy, **hòa kính chân chánh là cùng sống trên một nền pháp, cùng kính Phật, kính Pháp, kính Tăng, cùng lấy giới luật làm chuẩn, cùng hướng đến mục tiêu giải thoát và biết đặt cái chung lên trên cái riêng.** Khi mỗi người còn mang theo cái thấy riêng, cái muốn riêng và cái tôi riêng, thì dù ở chung một nơi, vẫn là những cá nhân tách biệt, dễ va chạm và dễ rạn nứt. Nhưng khi mỗi người bắt đầu đặt Chánh pháp lên trên ý riêng, đặt mục tiêu giải thoát lên trên lợi ích cá nhân, thì đời sống chung mới thật sự hình thành, và chính nơi đó nếp nhà Nikāya bắt đầu có nền vững. Sự chuyển đổi này không có nghĩa là xóa bỏ sự khác biệt. Bởi lẽ, trong một đại chúng luôn có người mạnh người yếu, người nhanh người chậm, người thiên về thiền định, người thiên về học pháp. Hòa kính không làm cho tất cả trở nên giống nhau, mà làm cho tất cả cùng quy về một mục tiêu chung. Khi cái chung đủ mạnh, sự khác biệt không còn là nguyên nhân của chia rẽ, mà trở thành sự nâng đỡ lẫn nhau trên con đường tu tập.

Người mới cần được dạy rằng sống chung đúng pháp là một phần của đạo lộ, đại chúng cần thường xuyên nhắc lại nguyên tắc này, và người hướng dẫn phải làm gương bằng cách không phe nhóm, không tranh hơn thua, không nuôi lớn bản ngã. Như vậy, hòa kính không tự nhiên mà có, mà phải được xây dựng như một phần của đạo lộ tu tập. Muốn có hòa kính, người tu phải học cách nhẫn nhịn, học cách lắng nghe, học cách

nói đúng lúc, và học cách nhìn lại chính mình. Mỗi khi một xung đột nhỏ phát sinh, đó không phải là vấn đề của hoàn cảnh, mà là cơ hội để thấy lại nội tâm. Khi biết quay lại như vậy, những va chạm không còn là chướng ngại, mà trở thành chất liệu của tu tập.

Một Tăng đoàn có hòa kính sẽ có một loại sức mạnh rất đặc biệt. Năng lượng của đại chúng không bị tiêu hao vào những xung đột nội bộ, mà được giữ lại cho việc học pháp, hành pháp và hộ trì Tam bảo. Người mới bước vào sẽ cảm nhận được một không khí an ổn, từ đó tín tâm dễ dàng sinh khởi và lớn lên. Ngược lại, nếu bước vào một đại chúng đầy căng thẳng, chia rẽ hoặc lạnh nhạt, thì tâm người mới rất dễ bị tổn thương, và chí nguyện tu học khó có thể vững bền.

Nhìn vào một đại chúng, có thể nhận ra hòa kính qua những biểu hiện rất gần gũi nhưng lại rất cao đẹp: cùng nhau làm việc mà không tranh hơn thua, xử lý lỗi trên nền pháp, ít nói về nhau phía sau lưng, người mới cảm thấy an ổn khi bước vào. Ngược lại, khi xuất hiện sự chia nhóm, nói sau lưng, căng thẳng từ những chuyện nhỏ, hoặc mục tiêu giải thoát bị che bởi chuyện vị trí và con người, thì đó là dấu hiệu hòa kính đang bị tổn giảm, mỗi thành viên trong đại chúng cần được nhận ra sớm để kịp thời điều chỉnh.

Hơn thế nữa, hòa kính cũng có ảnh hưởng sâu sắc đến cư sĩ. Người cư sĩ không chỉ tìm đến Tăng đoàn để nghe pháp, mà còn để thấy Chánh pháp có được sống hay không. Một đại chúng hòa kính sẽ làm tín tâm tăng trưởng mạnh mẽ, trong khi một đại chúng rạn nứt có thể làm tổn thương niềm tin rất sâu. Vì vậy, giữ hòa kính không chỉ vì nội bộ Tăng đoàn, mà còn vì rất nhiều người đang nương tựa vào Tăng đoàn để nuôi dưỡng niềm tin của mình.

Đồng thời, hòa kính cũng là điều kiện để pháp học và pháp hành tăng trưởng. Khi đại chúng bất hòa, tâm bị phân tán và hao tổn, rất khó học sâu hay hành sâu. Khi đại chúng hòa kính, người này nâng đỡ người kia, người có định làm lắng không khí, người có từ làm mềm những chỗ căng thẳng, nhờ vậy, một môi trường tu tập lành mạnh, hướng thượng được hình thành, nuôi lớn toàn bộ con đường tu tập.

Các vị Hiền trí thân mến, những điều vừa được trình bày không phải chỉ là một lý tưởng đẹp hay một nguyên tắc để suy ngẫm. Trong kinh tạng Nikāya, Đức Thế Tôn đã nhiều lần chỉ rõ rằng nếu hòa kính không được giữ gìn, thì sự rạn nứt của Tăng đoàn không chỉ là khả năng, mà là điều chắc chắn sẽ xảy ra. Những bài học này không phải

là giả định, mà đã từng diễn ra ngay trong thời Đức Phật, và được ghi lại như những lời cảnh tỉnh rất sâu sắc cho đời sau.

1. Bài học từ Kinh Kosambiya - khi hòa kính bị đánh mất:

Trong Trung Bộ Kinh – Kinh Kosambiya, Đức Thế Tôn đã chỉ ra một sự thật rất đáng suy ngẫm: một Tăng đoàn có thể rạn nứt không phải vì những vấn đề lớn lao, mà bắt đầu từ những điều rất nhỏ. Cuộc tranh chấp tại Kosambī khởi lên chỉ từ một bất đồng về giới luật. Một vị Tỳ-kheo bị cho là phạm lỗi, vị khác nhắc nhở, nhưng vị ấy không chấp nhận. Từ đó phát sinh tranh luận. Tranh luận không dừng lại ở việc tìm ra đúng sai, mà chuyển thành bảo vệ lập trường. Mỗi bên bắt đầu kéo người ủng hộ mình, phân thành nhóm, và dần dần, toàn bộ đại chúng bị cuốn vào sự đối lập.

Đức Phật không dừng lại ở việc giải quyết sự việc bên ngoài, mà Ngài chỉ thẳng vào gốc rễ: *“Nhu vậy, này các kẻ mê mờ kia, do biết gì, do thấy gì, các Ông sống cạnh tranh, luận tranh, đấu tranh, đả thương nhau với những binh khí miệng lưỡi; và các Ông không tự thông cảm nhau, không chấp nhận thông cảm, không tự hòa giải nhau, không chấp nhận hòa giải. Như vậy, này các kẻ mê mờ kia, các Ông sẽ phải chịu bất hạnh, đau khổ trong một thời gian dài”*. Đây không phải lời quở trách thông thường, mà là một sự phơi bày rất thẳng thắn về trạng thái nội tâm của người đang tranh chấp. “Do biết gì, do thấy gì” không phải là lời hỏi, mà là một cách chỉ ra rằng cái thấy mà các vị đang nắm giữ thực chất không phải là chánh kiến, mà là cái thấy bị chi phối bởi bản ngã. Chính vì chấp vào cái thấy ấy, nên mới sinh ra cạnh tranh, luận tranh, rồi đi đến đấu tranh.

Hình ảnh “binh khí miệng lưỡi” là một cách diễn tả rất mạnh. Người tu không cầm vũ khí, nhưng lời nói khi không còn từ ái có thể gây tổn thương sâu không kém gì dao kiếm. Một câu nói mang theo hơn thua, một lời biện minh để bảo vệ mình, một sự công kích... tất cả đều trở thành những “vũ khí” làm đau khổ cho huynh đệ và phá vỡ đại chúng.

Nhưng điều Đức Phật nhấn mạnh không dừng ở lời nói, mà đi sâu hơn: “không tự thông cảm nhau, không chấp nhận thông cảm, không tự hòa giải nhau, không chấp nhận hòa giải”. Đây chính là điểm nguy hiểm nhất. Không phải là không có cơ hội để hiểu nhau, mà là không muốn hiểu. Không phải là không thể hòa giải, mà là không chịu hòa giải. Khi tâm đã đóng lại, khi cái tôi đã được đặt lên trên, thì mọi cánh cửa dẫn đến hòa hợp đều bị tự tay đóng kín. Ở đây tranh chấp không còn là vấn đề của hoàn cảnh, mà là vấn đề của tâm. Khi tâm còn chấp, còn muốn thắng, còn muốn giữ phần đúng về mình, thì dù sống trong Tăng đoàn, người tu vẫn đang đi xa dần khỏi con đường giải

thoát. Khi một người thấy mình đúng, không chịu nhận lỗi, không chịu lắng nghe, thì lời nói không còn là phương tiện để hiểu nhau, mà trở thành công cụ để bảo vệ bản ngã. Khi nhiều người cùng đứng trên lập trường của mình như vậy, thì dù vấn đề ban đầu nhỏ đến đâu, xung đột cũng sẽ lan rộng. Và như Đức Phật cảnh báo, trạng thái ấy không chỉ gây tổn thương nhất thời, mà sẽ đưa đến bất hạnh và khổ đau lâu dài. Không ngừng lại ở đó, các Tỷ-kheo thậm chí không nghe lời khuyên của Đức Phật, vẫn tiếp tục tranh luận, cho thấy khi bản ngã đã khởi lên, người tu có thể đánh mất cả sự tỉnh giác lẫn sự cung kính đối với bậc Đạo sư.

Từ bài kinh này, có thể thấy rõ rằng hòa kính không phải là một lý tưởng để giữ hình thức của Tăng đoàn, mà là một pháp tu trực tiếp đối trị sự chấp ngã. Khi thân, khẩu, ý không còn được điều phục bằng từ ái; khi mỗi người giữ chặt cái thấy của mình; khi không chịu đặt Chánh pháp lên trên ý riêng, thì sự rạn nứt chỉ là vấn đề thời gian. Ngược lại, nếu biết dừng lại, biết nhìn lại mình, biết buông bớt cái đúng của mình thì ngay từ đầu, những mầm mống của xung đột đã có thể được chuyển hóa.

2. Bài học từ Kinh Làng Sama– giữ hòa hợp trên nền Chánh pháp

Trong Trung Bộ Kinh – Kinh Làng Sama, Đức Thế Tôn đã chỉ ra một nguy cơ khác, không đến từ va chạm cá nhân, mà từ sự bất đồng về pháp sau khi bậc lãnh đạo không còn hiện diện. Khi Ni-kiền-tử Nātaputta (giáo chủ một ngoại đạo) qua đời, giáo đoàn của ông nhanh chóng rơi vào tranh chấp, mỗi nhóm giữ một lập trường, tranh luận gay gắt và không ai chịu nhường ai. Từ nhân duyên đó, Đức Phật nhắc các Tỷ-kheo rằng một Tăng đoàn nếu không có nền tảng vững chắc nơi Pháp và Luật thì cũng sẽ đi vào vết xe đổ ấy.

Đức Phật không khuyên các Tỷ-kheo tìm cách “giữ hòa kính” bằng sự nhượng bộ mù quáng, mà dạy rất rõ phải đồng nương tựa nơi Pháp và Luật, lấy đó làm chuẩn để phân định điều gì là đúng với lời dạy của Như Lai và điều gì không đúng. Khi có sự khác biệt về quan điểm, không được dựa vào suy đoán, truyền thống hay ý kiến cá nhân, mà phải đối chiếu với Kinh và Luật. Nếu một điều được xác nhận là phù hợp với Pháp và Luật, thì cần được chấp nhận; nếu không phù hợp, thì phải từ bỏ. Chính ở đây, Đức Phật đặt ra một nguyên tắc rất sâu: hòa kính không thể tách rời chánh pháp. Nếu chỉ giữ yên bên ngoài mà để sai lệch về pháp len vào, thì đó không phải là hòa kính, mà là sự buông lỏng. Ngược lại, nếu vì bảo vệ lập trường mà đánh mất từ ái và sự tôn trọng lẫn nhau, thì cũng không còn là đời sống Phạm hạnh. Hòa kính chân chánh là cùng đứng trên một nền pháp đúng, nơi sự hòa hợp và chánh kiến nâng đỡ lẫn nhau.

3. Bài học từ Kinh Đại Bát Niết Bàn – bảy pháp bất thối là vành đai bảo hộ của hòa kính

Trong Trường Bộ Kinh – Kinh Đại Bát Niết-bàn, Đức Thế Tôn dạy về bảy pháp bất thối là những điều kiện giúp một tập thể không suy giảm. Những pháp này tuy không mang tên là hòa kính, nhưng chính là vành đai bảo hộ giúp hòa kính được duy trì và không suy yếu theo thời gian. Trong đó, Đức Phật có dạy rằng, khi các Tỳ-kheo thường xuyên hội họp trong hòa hợp, cùng nhau bàn bạc và sinh hoạt trong tinh thần đoàn kết, thì Tăng đoàn sẽ được hưng thịnh. Sự hòa hợp ấy không chỉ có mặt trong lúc hội họp, mà còn được giữ khi giải tán, khi mỗi người trở về phần việc của mình, không để phát sinh chia rẽ phía sau.

Ngài cũng nhấn mạnh rằng mọi công việc chung phải được thực hiện trong đoàn kết, không tranh hơn thua, không đùn đẩy trách nhiệm. Đồng thời, đại chúng cần biết tôn trọng các bậc trưởng thượng, kính trọng giới luật như một nền chung không được xem nhẹ. Khi giới luật bị buông lỏng, mỗi người một cách sống, thì sự hòa hợp cũng dần mất đi chỗ đứng. Bên cạnh đó, Đức Phật còn cảnh tỉnh rằng nếu Tỳ-kheo buông lung theo dục, chạy theo tiện nghi, nội lực tu tập sẽ suy giảm, và khi nội lực suy giảm, sự hòa hợp cũng khó giữ. Ngược lại, khi biết nuôi dưỡng tâm viển ly, sống tỉnh giác, thì một sức mạnh âm thầm được hình thành, giúp đại chúng đứng vững từ bên trong.

Từ những lời dạy này, có thể thấy rõ rằng hòa kính không tự nhiên mà có, mà cần một môi trường được giữ gìn bằng nhiều yếu tố hỗ trợ. Khi những pháp bất thối được duy trì, hòa kính có đất để sống và lớn lên. Nhưng khi những điều này bị xem nhẹ, thì dù bên ngoài còn giữ được hình thức, bên trong đại chúng đã bắt đầu suy yếu mà không dễ nhận ra.

Vì vậy, hòa kính không phải là điều nên có, mà là điều phải có. Không phải là điều đến sau, mà phải được dựng ngay từ đầu và gìn giữ trong từng ngày sống chung. Trong công trình Dựng Tăng, nếu thiếu nền hòa kính, mọi phần khác khó có thể đứng vững. Nhưng khi hòa kính được dựng vững, Tăng đoàn không chỉ còn là một tập hợp, mà trở thành một Thánh chúng đúng nghĩa, nơi Chánh pháp có thể sống và được tiếp nối lâu dài.

Kệ Tóm Tắt:

Hòa kính là nền giữ đạo lâu,

*Tan chia là vết nứt rất sâu.
Ai cùng kính pháp, cùng nương ngã,
Thì Tăng bền vững giữa thế gian.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

TÂM QUAN TRỌNG CỦA HÒA KÍNH TRONG ĐỜI SỐNG TĂNG ĐOÀN

|

HÒA VÀ KÍNH

Hòa: Cùng sống trên nền Chánh pháp

Kính: Thấy đúng người đồng Phạm hạnh

Đặt cái chung lên trên cái riêng

↓

GIÁ TRỊ CỦA HÒA KÍNH

Đối trị bản ngã

Xây dựng Tăng đoàn

Tăng trưởng tín tâm cư sĩ

Nuôi lớn Giới – Định – Tuệ

↓

BÀI HỌC TỪ KINH ĐIỂN

Kinh Kosambiya → Tranh chấp làm Tăng đoàn rạn nứt

Kinh Làng Sama → Hòa hợp trên nền Pháp và Luật

Kinh Đại Bát Niết-bàn → Bảy pháp bất thối bảo hộ hòa kính

↓

KẾT QUẢ

Tăng đoàn hòa hợp

CHƯƠNG 9: SÁU PHÁP HÒA KÍNH

Các vị Hiền trí thân mến! Nếu chỉ nói đến sống hòa hợp mà không có cách sống cụ thể, thì rất dễ trở nên mơ hồ. Vì vậy, Đức Thế Tôn đã chỉ dạy sáu pháp hòa kính như những nguyên tắc rõ ràng, giúp đời sống chung đi vào khuôn khổ của Chánh pháp. Sáu pháp này không mang tính hình thức, mà chạm thẳng vào thân, khẩu, ý và toàn bộ cách người tu sống với nhau trong đại chúng. Lục hòa kính vì vậy không phải là lý thuyết, mà là hình hài cụ thể của hòa kính, là nơi làm cho hòa kính trở thành một đời sống có thật, là trái tim vận hành của nếp nhà Nikāya, là nơi làm cho đời sống chung không chỉ tồn tại, mà thật sự sống, thật sự ấm áp và thật sự có khả năng nuôi dưỡng con đường giải thoát.

Trong Tăng Chi Bộ, kinh Cần Phải Nhớ, Đức Phật dạy “*có sáu pháp tạo thành tương ái, tạo thành tương kính, đưa đến hòa đồng, đưa đến không tranh luận, hòa hợp, nhất trí*”. Trước tiên là ba nghiệp từ hòa, đây là nơi **bắt đầu của việc dựng tâm**. Đức Thế Tôn đã dạy rất rõ rằng người Tỳ-kheo phải *an trú thân làm từ, lời nói từ, ý nghĩ từ đối với các vị đồng Phạm hạnh, cả trước mặt lẫn sau lưng*. Cụm từ “trước mặt cũng như sau lưng” không phải là một lời nhắc nhẹ, mà là một lưỡi dao cắt thẳng vào thói sống hai lớp rất sâu kín của con người. Khi có mặt thì giữ gìn, khi vắng mặt thì buông lung; khi có người thấy thì cẩn trọng, khi không ai biết thì tùy tiện. Nếu sống cùng nhau mà hai mặt như vậy, thì sự hòa hợp chưa có gốc, và đời sống Phạm hạnh vẫn còn đứng trên một nền rất mong manh. Điều này cho thấy hòa kính không phải là một điều tự nhiên mà có, mà phải được dựng lên từ từng hành động, từng lời nói và từng ý nghĩ rất cụ thể trong đời sống hằng ngày.

Đầu tiên là thân hòa, Đức Phật dạy, *Tỳ-kheo an trú thân làm từ đối với các vị đồng Phạm hạnh, trước mặt lẫn sau lưng*. Trong sáu pháp hòa kính, thân hòa kính là nền tảng trực tiếp và cụ thể nhất của đời sống cộng trú. Ý còn có thể giữ kín, lời nói có thể còn được kiềm lại, nhưng thân hành thì luôn biểu lộ. Chính nơi thân, sự hòa hợp hay rạn nứt của đại chúng hiện ra rất rõ, rất nhanh và rất thật.

Thân hòa trước hết là không nào hại. Nghĩa là không xâm phạm thân người khác, không hành xử thô bạo, không biểu lộ sân hận hay khinh miệt qua ánh mắt, nét mặt, cử chỉ, việc làm. Tuy nhiên, trong đời sống đại chúng, phần lớn những bất hòa không chỉ

đến từ những hành động thô, mà lại phát sinh từ những điều rất nhỏ, rất dễ bị xem nhẹ. Chẳng hạn một bước chân thiếu chánh niệm làm động đại chúng đang ngồi thiền; một tiếng động mạnh khi mở cửa vào ra nơi tu tập; một ánh mắt thiếu từ tâm khi nhìn đồng Phạm hạnh; một sự bất cẩn trong việc sử dụng đồ dùng chung; hay đời sống sinh hoạt thiếu chánh niệm, thiếu oai nghi. Tất cả những điều đó đều là biểu hiện của sự thiếu hòa hợp nơi thân hành, bởi lẽ, một người đi mạnh, làm mạnh, trong đời sống chung thiếu ý tứ, dù họ không có ác ý, vẫn có thể làm cho những người ở chung khởi tâm khó chịu, trứ xứ nặng nề một cách rất vi tế. Ngược lại, mỗi người trong đại chúng biết đi nhẹ, làm nhẹ, biết giữ gìn chánh niệm trong từng cử chỉ, oai nghi đi, đứng, nằm, ngồi, cả không gian chung lúc nào cũng giữ được sự an ổn, nhẹ nhàng. Đó là thân hòa đang hiện ra trong đời sống.

Sâu hơn nữa, thân hòa là thân không gây chướng ngại cho đại chúng, không sống theo thói quen riêng, mà quên mất mình đang ở trong một đời sống chung. Cần biết giữ gìn không gian cho nhau, không nên ồn ào, cười nói, làm phiền người khác trong giờ tu học, giờ chỉ tịnh. Sống chung đừng cứ chiếm phần tiện nghi về mình, mà cần phải biết nghĩ cho bạn cùng tu. Trong công việc thì không né việc nặng chọn việc nhẹ, thấy việc chủ động làm với tâm niệm đền ơn Tam bảo, giúp đỡ mọi người, không cần đợi nhắc nhở. Thấy người khác gặp khó khăn thì giúp đỡ trong khả năng của mình, không tính toán thiệt hơn. Chính nơi đây, thân hòa bắt đầu chuyển từ chỗ “không có lỗi” sang chỗ “có từ tâm”. Đây chính là đỉnh cao của thân hòa, không phải chỉ là tránh lỗi hay không gây phiền, mà là chủ động hộ trì đại chúng. Không cần ai nhắc, không cần ai thấy, không cần ai ghi nhận, nhưng tự nhiên biết phải làm gì để đại chúng được an ổn mà tu tập. Thân hòa vì vậy có một thước đo rất rõ: trước mặt cũng vậy, sau lưng cũng vậy. Không phải trước mặt thì giữ oai nghi, sau lưng thì buông lung. Không phải có người thì làm, không có người thì thôi. Nếu thân hành chỉ được giữ khi có đại chúng, thì đó chỉ là giữ hình thức. Nhưng nếu khi không ai thấy mà vẫn giữ gìn từng cử chỉ, từng bước đi, thì đó mới là thân hòa thật sự.

Nhìn sâu vào tiến trình tu tập, thân hòa đi qua những tầng rất rõ. Tầng đầu tiên là không xâm hại: không thô bạo, không làm tổn thương người khác. Tầng thứ hai là không gây phiền: không câu thả, không phá vỡ sự yên ổn của đại chúng. Và tầng thứ ba, cũng là tầng cao nhất, là làm lợi ích: thấy việc thì làm, thấy người thì giúp, không né tránh, không đùn đẩy. Phần lớn người tu dừng lại ở tầng đầu, một số đi được tới tầng thứ hai, nhưng rất ít người sống được trọn vẹn ở tầng thứ ba.

Ngược lại, có những yếu tố âm thầm phá vỡ thân hòa mà người tu rất dễ bỏ qua. Phóng dật khiến thân hành trở nên thô tháo, đánh mất oai nghi mà không hay biết. Lười

biếng làm phát sinh né việc, đùn việc, tạo bất mãn trong đại chúng. Tự ái khiến người ta khó nhường, khó hợp tác. Hưởng thụ và đòi hỏi tiện nghi làm cho thân không còn thích nghi với đời sống chung. Và nguy hiểm hơn nữa là thái độ xem của chung như của riêng, chỉ thấy tiện nghi của mình mà không thấy đại chúng. Những điều này không ồn ào, nhưng phá vỡ hòa kính ngay từ gốc.

Vì vậy, người tu phải tập rất cụ thể, phải xem mỗi cử chỉ đều là một phần của tiến trình tu tập lâu dài, không có gì là nhỏ. Phải thường xuyên tự hỏi: việc mình làm đang khiến người khác được an ổn hay mệt mỏi? Nếu sống thật với câu hỏi đó, thân hành sẽ được điều chỉnh rất nhanh. Đồng thời phải tập làm việc âm thầm, không cầu khen, tập nhận phần khó và nhường phần thuận tiện, tập giữ gìn của chung như pháp bảo.

Khi thân hòa được thực hành đúng nghĩa, kết quả không chỉ dừng ở bên ngoài, mà thân hành được mài giũa, tâm dần bớt động loạn, ngã chấp cũng từ đó mỏng đi. Đại chúng trở nên an ổn một cách tự nhiên, không cần nói nhiều về hòa hợp mà hòa hợp vẫn có mặt. Vì vậy, thân hòa không phải là chuyện nhỏ. Đó là nền móng đầu tiên của toàn bộ con đường tu, là nơi mà Chánh pháp bắt đầu có hình hài trong đời sống thực tế của một Tăng đoàn.

--

Thứ hai là **khẩu hòa**, đây là nơi giữ hay đánh mất hòa hợp trong từng khoảnh khắc. Trong đời sống đại chúng, lời nói không phải là chuyện nhỏ, mà là một trong những yếu tố quyết định không khí của cả Tăng đoàn. Một lời nói nhẹ nhàng, đúng lúc có thể làm dịu cả một không khí căng thẳng. Một câu nhắc đúng chỗ có thể giúp người khác quay lại mà không bị tổn thương. Một sự lắng nghe chân thành có thể làm cho người đối diện mở lòng. Khi lời nói phát ra từ một nội tâm đã được làm mềm, không mang theo sân hay bản ngã, thì người nghe tự nhiên cảm thấy an tâm, và chính nơi đó tương ái được nuôi lớn, tương kính được bền chặt.

Trước hết, khẩu hòa là lời không gây rạn nứt. Không nói lời chia rẽ, không nói hai lưỡi, không thêm bớt, không bóp méo sự thật. Nhưng nếu chỉ dừng ở việc tránh lỗi, thì vẫn chưa đủ. Khẩu hòa còn là lời có từ tâm, lời làm sáng, làm dịu, lời có khả năng hộ trì đại chúng. Khi đó, lời nói không chỉ là phương tiện giao tiếp, mà trở thành một pháp hành. Bản chất của khẩu hòa nằm ở chỗ chánh ngữ đi vào đời sống thực tế. Khi từ tâm đi vào âm thanh, lời nói tự nhiên trở nên mềm mại, không gây tổn thương. Khi trí tuệ đi vào lời nói, người tu biết nói cái gì, nói khi nào, nói đến mức nào. Lời nói khi ấy không còn phục vụ bản ngã, mà phục vụ sự hòa hợp.

Đức Phật dạy rất rõ trong Tăng Chi Bộ Kinh tập 2, bài kinh Lời Nói: *“Thành tựu năm chi phần, này các Tỷ-kheo, các lời là thiện thuyết, không phải ác thuyết, không có phạm tội và không bị những người có trí chỉ trích. Thế nào là năm? Nói đúng thời, nói đúng sự thật, nói lời nhu hòa, nói lời liên hệ đến lợi ích, nói với lời từ tâm.”* Năm yếu tố này chính là nền tảng trực tiếp của khẩu hòa. Nói đúng thời là biết lúc nào nên nói và lúc nào nên im lặng. Có những lời đúng, nhưng nói sai lúc, vẫn trở thành sai. Nói đúng sự thật là không bóp méo, không thêm bớt, không vì lợi ích cá nhân mà nói khác đi. Nói lời nhu hòa là lời không thô bạo, không làm đau, mà có khả năng đi vào lòng người. Nói lời liên hệ đến lợi ích là lời có giá trị, giúp người và giúp đại chúng tiến lên. Và quan trọng nhất, nói với lời từ tâm — nếu không có từ tâm, thì dù lời đúng cũng có thể gây tổn thương đến những người đồng tu đang bên cạnh mình.

Bên cạnh đó, Đức Phật còn chỉ ra một ví dụ rất sống động về ba hạng người trong lời nói, gồm: hạng người nói như phân, hạng người nói như hoa và hạng người nói như mật. Người nói như phân là người nói sai sự thật, bóp méo, thêm bớt vì lợi ích riêng, lời nói khiến người nghe khó chịu, làm vẩn đục đại chúng. Người nói như hoa là người nói đúng sự thật — biết thì nói biết, không biết thì nói không biết, không vì lợi ích mà nói sai. Nhưng cao nhất là người nói như mật, đây là người đoạn tận ác ngữ, từ bỏ lời nói ác ngữ, lời nói không gây hại, hơn nữa còn là lời dễ nghe, đúng sự thật, đi thẳng vào tâm người trong sự cung kính, lễ độ, làm người nghe được an ổn và hoan hỷ. Người tu phải tự hỏi mình đang ở đâu trong ba loại này. Và phải thấy rằng khẩu hòa không dừng ở “nói như hoa”, mà phải tiến đến “nói như mật”.

Trong đời sống chung, khẩu hòa được đo bằng sự nhất quán. Trước mặt cũng vậy, sau lưng cũng vậy. Không nói tốt khi đối diện nhưng nói khác khi vắng mặt. Không giữ hai mặt. Không nói lời chia rẽ, không nói sau lưng để phá uy tín người khác một cách âm thầm, không đâm thọc, không thêm bớt, không kể lể người để tìm phe cánh. Đây chính là chỗ vi tế nhất, nhưng cũng là chỗ phá hòa kính nhanh nhất. Đức Phật dạy về Chánh ngữ rất rõ: *“Tự chế không nói láo, tự chế không nói hai lưỡi, tự chế không nói lời ác, tự chế không nói lời phù phiếm...”* Chữ quan trọng ở đây là **tự chế** — tức là tự mình chế ngự, không để lời nói tuôn ra theo thói quen, theo cảm xúc, theo bản ngã, rồi khen mình chê người. Đây chính là chỗ tu. Không phải là không nói, mà là biết dừng, biết giữ, biết điều phục. *“Phàm nói lên điều thấy gì các pháp bất thiện tăng trưởng... Ta nói rằng điều thấy như vậy không nên nói ra. Phàm nói lên điều thấy gì các pháp thiện tăng trưởng... Ta nói rằng điều thấy như vậy nên nói ra.”* Không phải thấy gì cũng nói, không phải biết gì cũng nói. Mà phải xét: lời nói này có làm tăng trưởng thiện pháp hay không? Nếu không, thì phải dừng lại.

Trong đời sống thực tế, khẩu hòa hiện ra rất rõ trong từng tình huống: khi góp ý lỗi, phải nói với tâm chân thành, đúng lúc, không xen lẫn sân hay tự ái. Khi bị chỉ lỗi, phải biết lắng nghe, không phản ứng ngay. Khi có hiểu lầm, phải nói để làm sáng sự việc, không thêm dầu vào lửa. Khi bàn việc chung, không nói để hơn thua, mà để tìm ra điều đúng. Khi nói về người vắng mặt, phải hết sức thận trọng — vì đây là chỗ dễ sinh lỗi nhất, dễ thành thị phi, chia phe nhóm, phán xét, nói xấu người vắng mặt. Một câu nói trong giờ làm việc, một lời trao đổi trong nhà bếp, một lời góp ý trong đại chúng, hay một câu chuyện nhỏ bên lề... tất cả đều có thể nuôi dưỡng hoặc làm tổn thương sự hòa hợp. Cũng chính nơi đây, sự bất hòa sinh khởi nhanh nhất. Một lời nói phía sau lưng, một câu phán xét mang theo ý riêng, một sự kể lại theo góc nhìn cá nhân, một chút châm chọc, thị phi, hý luận... tất cả đều có thể làm vẩn đục đại chúng. Có những lời không lớn, nhưng đi qua nhiều người, dần dần biến thành hiểu lầm. Có những câu nói tưởng như vô tình, nhưng lại để lại những vết thương rất sâu cho những người bạn đồng tu mà không dễ nhận ra.

Vì vậy, tu khẩu hòa phải có phương pháp cụ thể. Trước khi nói, phải quán xét: điều này có thật không, có lợi ích không, có đúng lúc không, có từ tâm không. Tập dùng lại một nhịp trước khi phản ứng. Không nói khi tâm còn nóng. Khi nói, giữ lời ngắn gọn, rõ ràng, thẳng mà mềm. Hạn chế nói về người vắng mặt. Tập dùng lời nâng đỡ, khích lệ bạn cùng tu. Và biết im lặng khi lời nói không mang lại lợi ích, do đó im lặng trong chánh niệm cũng là một phần của khẩu hòa.

Khi khẩu hòa được giữ gìn, kết quả hiện ra rất rõ. Lòng tin trong đại chúng tăng lên, nghi ngờ giảm xuống, những vết nứt được ngăn chặn từ sớm. Lời nói không còn là nguồn gây xung đột, mà trở thành cầu nối. Nhờ đó, từ, bi, trí tuệ có điều kiện tăng trưởng. Và khi lời nói thật sự đi vào hòa kính, Tăng đoàn không chỉ tồn tại, mà trở thành một khối sống động, dung hợp trong một hướng đi chung của Chánh pháp.

Thứ ba là ý hòa, trong ba nghiệp, thân và khẩu chỉ là biểu hiện bên ngoài, còn ý mới là nơi quyết định thật sự. Nếu ý không hòa, thì dù thân có giữ, lời có mềm, đại chúng vẫn chỉ là một lớp hòa hợp bên ngoài. Chỉ cần một duyên nhỏ, những gì bị dồn nén trong tâm sẽ bùng lên và phá vỡ tất cả.

Vì vậy, Đức Thế Tôn dạy người Tỳ-kheo phải thành tựu ý nghiệp từ ái đối với các vị đồng Phạm hạnh, trước mặt cũng như sau lưng. Điều này có nghĩa là không chỉ giữ tâm tốt khi đối diện, mà ngay cả khi không có mặt người kia, trong tâm vẫn không khởi lên những ý niệm bất thiện.

Trước hết, ý hòa được hiểu là không nuôi dưỡng những tâm bất thiện đối với huynh đệ. Không hiềm hận, không âm thầm ghét bỏ, không mong người khác suy sụp, không khó chịu khi người khác được kính trọng, không ganh khi người khác tiến bộ, không giữ mãi lỗi cũ của người khác để làm khoảng cách. Những điều này rất vi tế, nhưng chính là gốc của sự rạn nứt.

Tuy nhiên, ý hòa không chỉ là “không ghét”. Bản chất của ý hòa là một nội tâm có từ tâm thật sự. Khi nhìn người khác, không thấy họ là đối tượng để so sánh, mà thấy họ là đồng Phạm hạnh — người cùng đi trên một con đường, cùng đang vật lộn với tham, sân, si, cùng có lúc yếu, lúc sai, lúc mờ. Khi cái nhìn này được thiết lập, tâm tự nhiên mềm lại, không còn khắt khe, không còn lạnh lẽo.

Thước đo của ý hòa cũng giống như thân và khẩu: trước mặt cũng vậy, sau lưng cũng vậy. Không phải khi gặp thì vui vẻ, nhưng khi quay đi thì trong tâm đầy phán xét. Không phải bên ngoài hòa nhã, bên trong lại âm thầm chống đối. Nếu tâm còn hai lớp, thì đó chưa phải là hòa kính.

Trong đời sống đại chúng, ý hòa có thể thấy rất rõ qua những phản ứng rất nhỏ. Khi người khác được khen, tâm mình như thế nào? Khi người khác được gần thầy, được giao việc, mình có nhẹ nhàng không? Khi bị góp ý, tâm có khởi lên khó chịu, chống đối, hay biết lắng lại? Những phản ứng này chính là nơi ý hòa được kiểm chứng, không phải ở những lời nói lớn lao.

Một biểu hiện quan trọng của ý hòa là không sống với tâm chống đối ngầm. Có những đại chúng bên ngoài vẫn yên, nhưng bên trong các thành viên đã quay lưng với nhau. Không còn thiện cảm, không còn muốn hỗ trợ, nhưng cũng không nói ra. Đây là trạng thái rất nguy hiểm, vì nó làm đại chúng rạn từ bên trong mà không ai thấy rõ. Khi tâm đã không còn lành, thì chỉ cần một việc nhỏ cũng có thể bùng nổ.

Ngược lại, ý hòa còn là khả năng hoan hỷ với thiện pháp của người khác. Thấy người khác tinh tấn mà vui, thấy người khác tiến bộ mà mừng, thấy người khác được kính trọng mà tâm không dao động. Đây không phải là điều dễ, nhưng là dấu hiệu của một nội tâm đang đi đúng hướng. Nếu ngược lại, tâm bức bối, khó chịu, thì đó là chỗ cần phải nhìn lại và tu tập.

Bên cạnh đó, cần nhận diện những “độc tố” phá vỡ ý hòa. Tự ái khiến người ta dễ tổn thương và khó mở lòng. Ngã mạn khiến người ta luôn thấy mình đúng. So sánh khiến tâm không bao giờ yên. Chấp trước khiến người ta không chịu buông. Và đặc biệt là thói quen đồng hóa: xem cái thấy của mình là “tôi”, nên khi ý kiến bị chạm, lập

tức phản ứng. Những điều này không cần biểu hiện ra ngoài, nhưng âm thầm làm đại chúng phân ly.

Vì vậy, tu ý hòa cần có phương pháp cụ thể. Trước hết là tập nhận diện tâm ngay khi những ý hành vừa mống khởi, từ đó thấy mình đang khó chịu, đang so sánh, đang bức bối — chỉ cần nhận diện được những suy nghĩ bất thiện, đã là một bước rất lớn. Thứ hai, không nuôi dưỡng thêm những tâm bất thiện, không tiếp tục suy nghĩ, không tô vẽ, làm đậm thêm câu chuyện, không làm nó lớn lên. Thứ ba, học cách quay lại với chính mình, như lý tác ý để không bị những thọ, tưởng, hành vô minh dẫn dắt. Thứ tư, tập nhìn người khác bằng con mắt của Pháp, không phải bằng bản ngã. Và khi cần, biết tạm lui lại, không tiếp xúc thêm khi tâm chưa ổn.

Trong đời sống thực tế, điều này có thể rất cụ thể: khi thấy trong lòng có vấn đề, không vội nói, không vội hành động. Có thể đi ra chỗ khác, ngồi yên, theo dõi cảm thọ, không đồng hóa theo nó, rồi tác ý để nó lắng xuống. Khi tâm đã ổn, mới quay lại. Đây không phải là né tránh, mà là biết xử lý nội tâm trước khi để nó đi ra thành thân và khẩu. Khi ý hòa được nuôi dưỡng, kết quả không chỉ nằm ở lời nói, mà ở không khí chung. Đại chúng trở nên ấm hơn, nhẹ hơn, dễ gần hơn. Không cần nhiều quy định, nhưng mọi người tự nhiên biết giữ nhau. Không còn cảm giác đề phòng, không còn khoảng cách vô hình. Vì vậy, ý hòa không phải là phần phụ, mà là lõi của toàn bộ Lục hòa kính. Khi gốc này trong sạch, mọi phần khác tự nhiên đi theo. Khi gốc này lệch, mọi cố gắng bên ngoài đều khó giữ lâu.

Chính vì vậy, tu ý hòa là tu trực tiếp với bản ngã. Không phải sửa người khác, mà là nhìn lại chính mình. Không phải làm cho đại chúng yên, mà là làm cho tâm mình không còn chống đối. Khi sân hận khởi lên với huynh đệ, khi ganh tị xuất hiện, khi bản ngã nổi lên, phải thấy đó không phải là chuyện nhỏ, mà là một vết nhơ của đời sống xuất gia. Người tu phải biết quay lại và nhìn thẳng vào nội tâm mình, phải thấy được sự thấp hèn của những tâm niệm ấy, phải thấy xấu hổ, không phải vì người khác biết, mà vì chính mình biết. Xấu hổ vì đã mang hình tướng xuất gia mà tâm lại đầy cấu uế, xấu hổ vì đã bỏ gia đình, bỏ tất cả để đi tìm giải thoát mà lại tiếp tục sống trong tham sân si như cũ. Chính sự xấu hổ này không làm người tu suy sụp, mà làm thức tỉnh, bởi vì chỉ khi thấy rõ nội tâm mình còn đầy những cấu bẩn, những “rắn rết” của sân hận và bản ngã, thì mới thật sự muốn buông bỏ, nếu không thấy, thì sẽ tiếp tục sống trong đó mà không hay, và đời tu cứ trôi qua trong vô ích. Vì vậy, chúng ta hãy tập suy nghĩ về tâm hiền dành cho nhau, suy nghĩ về tâm từ đối với nhau, suy nghĩ về những điều cao thượng, suy nghĩ về Phạm hạnh của nhau. Khi suy nghĩ về nhau thì nên suy nghĩ bằng tâm cảm thông, tâm tha thứ, tâm thương kính, như vậy thì Tăng chúng sẽ được hưng

thịnh, Ni chúng sẽ được hưng thịnh, Tăng Bảo sẽ được lớn mạnh, Tăng đoàn sẽ được phát triển, Tăng già sẽ được vững mạnh.

Đức Thế Tôn nhấn mạnh rằng ba nghiệp từ hòa phải được giữ cả trước mặt lẫn sau lưng, và đây chính là chỗ kiểm chứng thật sự của đời sống tu tập. Trước mặt thì ai cũng có thể giữ, nhưng sau lưng mới là chỗ thật. Khi không có người kia, tâm còn nghĩ gì, còn nói gì, đó mới là điều quyết định. Nếu trước mặt thì hiền mà sau lưng lại khác, thì sự hòa hợp ấy chưa có gốc. Người tu phải tập nghĩ về nhau bằng tâm hiền, phải tập cảm nhận được sự dễ thương của người bên cạnh, phải thấy được sự kham nhẫn, sự khó khổ của người sống chung với mình. Những bậc đồng Phạm hạnh không phải là những người bình thường, họ đã phải đấu tranh rất nhiều với nội tâm, đã phải từ bỏ những điều yêu thương để bước vào đời sống này. Khi thấy được điều đó, thì thương còn không hết, làm sao có thể làm tổn thương nhau. Khi hiểu được người bên cạnh, tự nhiên lời nói sẽ nhẹ lại, hành động sẽ mềm lại, tâm sẽ hiền lại. Đây không phải là lý thuyết, mà là một sự thực tập rất cụ thể, rất sống động trong từng ngày.

Từ hòa vì vậy không chỉ là một phẩm chất, mà là chất liệu sống của toàn bộ nếp nhà Nikāya. Ba nghiệp từ hòa vì vậy không chỉ là một phần trong sáu pháp hòa kính, mà là nền làm sinh khởi tất cả. Khi thân được làm mềm, khẩu được giữ gìn, ý được chuyển hóa, thì đại chúng trở nên ấm áp, người này nhìn người kia bằng thiện cảm, nâng đỡ nhau mà không tính toán, thấy lỗi nhau mà không vội phán xét. Chính nơi đó, lời dạy của Đức Thế Tôn trở thành hiện thực, tương ái có mặt, tương kính có mặt, hòa hợp có mặt, và Tăng đoàn thật sự trở thành một môi trường nuôi dưỡng con đường giải thoát.

Tiếp theo là lợi hòa đồng chia – buông bỏ cái riêng để đi vào cái chung. Đức Phật dạy vị Tỳ-kheo đối với các lợi dưỡng đúng pháp, nhận được đúng pháp, cho đến những đồ vật nhận được chỉ trong bình bát, vị ấy không phải là người không san sẻ các đồ vật nhận được như vậy, phải là người san sẻ dùng chung với các vị đồng Phạm hạnh có giới đức. Chỉ riêng cụm từ “lợi dưỡng đúng pháp, nhận được đúng pháp” đã hàm chứa một chiều sâu rất lớn. Không phải bất cứ sự cúng dường nào cũng có thể thọ nhận một cách tùy tiện, mà phải xét xem sự cúng dường ấy có thanh tịnh hay không, có phù hợp với đời sống xuất gia hay không. Trong Tương Ưng Lợi Đắc Cung Kinh, Đức Thế Tôn đã chỉ rõ rằng lợi dưỡng là **khổ lụy, là đắng cay, là ác độc, là mũi tên, là lưỡi câu có thể giết người**. Quan trọng hơn, khi lợi dưỡng đã là đúng pháp, người tu phải quay lại xét soi tự thân mình, xem mình có xứng đáng thọ nhận không, xem

mình nhận với tâm gì, có khởi tham không, có dính mắc không, có thấy đó là “của mình” không. Nếu thọ nhận bằng tâm bất thiện, dù lợi dưỡng đúng pháp thì sự thọ nhận ấy vẫn là sai lệch với Chánh Pháp.

Hơn thế nữa, trong thời Đức Thế Tôn, các vị Tỷ-kheo đi khát thực, chỉ nhận vừa đủ trong bình bát, khi đã đủ thì không nhận thêm nữa. Ngay nơi chỗ rất nhỏ ấy, tinh thần buông xả đã được thực hành trọn vẹn. Nhìn lại tự thân ta, nhiều khi có đủ rồi mà vẫn muốn nhận thêm, rồi cất giữ lại, chính những chỗ đó làm tâm dao động và dính mắc mà không hay biết. Bởi lẽ, nếu để đồ vật tích chứa quá nhiều, tâm sẽ không còn nhẹ nữa. Chỉ riêng việc giữ gìn, chọn lựa, suy nghĩ về những thứ ấy cũng đủ làm tâm phân tán. Một tịnh thất vừa đủ đồ ăn, vật phẩm sẽ dễ tu hơn một tịnh thất chật chứa đầy thức ăn; một đời sống đơn giản sẽ nhẹ nhàng hơn một đời sống nhiều tích lũy. Những điều rất nhỏ như vậy lại chính là chỗ mà tham ái âm thầm nuôi lớn. Vì vậy, lợi hòa đồng không chỉ là chia đều vật chất, mà là cắt đi khuynh hướng nắm giữ bên trong.

Có một điểm rất quan trọng trong lợi hòa đồng quân mà người tu không thể xem nhẹ, đó là sự san sẻ cụ thể trong đời sống đại chúng. Bất cứ điều gì được cúng dường, dù là món ăn hay vật dụng, đều không phải của riêng một người, mà phải được chia sẻ cho các vị đồng Phạm hạnh. Trong tinh thần đó, chẳng hạn món ăn được cúng dường phải được phân chia đồng đều trong đại chúng. Nếu đầy đủ thì không chỉ trong chúng xuất gia mà còn có thể chia đến tứ chúng, cư sĩ nam, cư sĩ nữ. Nếu không đủ, thì ưu tiên theo thứ tự, trước hết là chúng xuất gia, rồi đến các vị có giới đức, các bậc lớn, tùy theo hoàn cảnh mà sắp xếp cho hợp lý, bằng tâm công bằng và tấm lòng san sẻ.

Điều này không phải là chuyện nhỏ. Nếu một người giữ đồ riêng, hoặc tùy ý đem cho người mình thích, thì đó không còn là sự chia sẻ đúng pháp, mà đã đánh mất ý nghĩa của lợi hòa. Vì vậy, người tu cần hết sức cẩn trọng trong việc thọ nhận và phân chia lợi dưỡng. Nếu không học kỹ, không hiểu rõ, thì rất dễ rơi vào chỗ tưởng là tạo phước mà thực ra lại tạo lỗi. Không được tùy tiện lấy đồ đem cho theo cảm tình cá nhân, mà phải đặt trên nền tảng đại chúng và giới luật. Chính những chi tiết tưởng chừng rất nhỏ như vậy lại là nơi thể hiện rõ nhất tinh thần lợi hòa đồng quân. Khi được giữ đúng, đại chúng trở nên nhẹ nhàng, tin tưởng và gần gũi. Nhưng nếu buông lỏng, thì ngay từ những điều nhỏ nhất, sự rạn nứt đã bắt đầu hình thành mà không hay.

Hơn thế nữa, chúng ta không chỉ dừng lại ở vật chất, mà “lợi” trong đời sống tu tập còn là sự quan tâm, là cơ hội, là vị trí, là điều kiện để học hỏi và trưởng thành. Chính ở những chỗ vi tế này, tâm so sánh càng dễ sinh khởi. Thấy người kia được chú ý hơn, được giao việc hơn, nếu không tỉnh, tâm rất dễ nghiêng lệch. Và khi tâm đã

ngiên, thì cái nhìn không còn trong sáng, lời nói không còn trọn vẹn, và khoảng cách bắt đầu hình thành. Lợi hòa đồng quân vì vậy là học cách buông xuống cảm giác “phần của mình”. Khi biết chia sẻ, người tu không chỉ san sẻ vật chất, mà đang buông bớt bản ngã. Khi không còn giữ riêng, tâm bắt đầu rộng ra; khi tâm rộng ra, người bên cạnh không còn là đối tượng để so sánh, mà trở thành người để nâng đỡ.

Một đại chúng biết sống lợi hòa sẽ không còn sự tính toán hơn thua, không còn cảm giác bị thiệt thòi, mà thay vào đó là sự nhẹ nhàng và tin tưởng. Người này có được thì nghĩ đến người kia, người này nhận được thì tự nhiên muốn chia sẻ, và chính nơi đó, tương ái và tương kính được nuôi dưỡng một cách tự nhiên. Ngược lại, khi lợi hòa không được giữ, dù chỉ từ những điều rất nhỏ, tâm bất mãn sẽ tích tụ dần. Ban đầu là một cảm giác không thoải mái, sau đó là sự so sánh, rồi đến sự xa cách, và cuối cùng là sự rạn nứt.

Chính vì vậy, lợi hòa đồng quân không phải là một quy định để giữ trật tự, mà là một pháp tu rất sâu, giúp người tu nhìn lại chính mình, thấy rõ sự chấp thủ vi tế và khởi tâm tà quý để buông xuống. Khi buông được cái “của tôi”, tâm sẽ trở nên rộng mở; khi tâm rộng mở, người với người sẽ gần nhau hơn.

Tiếp theo là giới hòa đồng tu – giữ cho đại chúng không rạn nứt. Đức Thế Tôn dạy rằng *vị Tỳ-kheo đối với các giới luật không bị bề vụn, không bị sút mẻ, không bị vết chàm, không bị uế nhiễm, đưa đến giải thoát, được người trí tán thán, không bị chấp thủ, đưa đến thiên định; vị ấy sống thành tựu các giới luật ấy đối với các vị đồng Phạm hạnh, cả trước mặt lẫn sau lưng.*

Chỉ riêng những lời dạy này cũng đủ làm người tu khởi tâm tà quý. Khi soi lại mình, nếu căn cứ đúng theo giới luật thời Đức Phật, thì mình giữ được bao nhiêu, và đã buông lỏng bao nhiêu? Chính vì vậy, người tu không thể xem nhẹ giới luật, mà phải học cho kỹ, phải thường xuyên tác ý, phải đặt tâm rất nhiều nơi giới hạnh của mình.

Đối với Giới Luật, Tỳ-kheo phải giữ “Không bị bề vụn, không bị sút mẻ, không bị vết chàm, không bị uế nhiễm”. Đây không phải chỉ là giữ cho đủ hình thức, mà là giữ một cách trọn vẹn, không có những chỗ buông lỏng, không có những ngoại lệ âm thầm. Những giới bổn đã thọ, những oai nghi nhỏ nhặt, sự sợ hãi đối với các lỗi nhỏ, tất cả đều phải được lưu tâm. Chính nơi đó, giới đức được nuôi lớn, chứ không phải ở những điều lớn lao bên ngoài.

Nếu không để tâm đến giới, thì rất dễ rơi vào tình trạng giống như con lừa đi theo sau đàn bò, tưởng rằng mình là bò, nhưng không có chân của bò, không có dáng của bò, không có tiếng của bò. Người tu cũng vậy, sống trong Tăng đoàn, mang hình tướng xuất gia, nhưng nếu không có tăng thượng giới hạnh, không có sự tịnh tâm, không có sự phát triển trí tuệ, thì chỉ là đi theo hình thức mà không có thực chất.

Giới hòa đồng tu vì vậy không chỉ là một nguyên tắc giữ trật tự trong Tăng đoàn, mà là nền tảng giữ cho đại chúng không rạn nứt từ bên trong. Một Tăng đoàn không thể vững nếu mỗi người sống theo một chuẩn riêng, bởi khi không có một điểm tựa chung, rất dễ sinh ra lệch hướng, mỗi người một cách, mỗi người một tiêu chuẩn, và từ đó khoảng cách bắt đầu hình thành.

Đức Thế Tôn đặt giới luật như một nền chung, không phải để ràng buộc, mà để bảo hộ nội tâm. Khi giới được giữ trọn vẹn, tâm tự nhiên nhẹ lại, bớt dao động, bớt hối hận, và dần dần có khả năng lắng xuống. Chính từ nền giới thanh tịnh ấy, thiền định mới có thể sinh khởi, và con đường giải thoát mới có thể mở ra.

Nhưng điểm sâu sắc hơn nằm ở chỗ “không bị chấp thủ”. Giữ giới không phải để hơn thua, không phải để so sánh, càng không phải để nhìn người khác bằng con mắt phân biệt. Nếu giữ giới mà sinh tâm “tôi giữ, người kia không giữ”, “tôi tu, người kia không tu”, thì ngay nơi đó, giới đã bị lệch và bản ngã đã xen vào.

Giữ giới đúng pháp là giữ với tâm khiêm hạ, giữ để nuôi lớn đức hạnh, để tâm được an định, để trí tuệ được phát sinh. Không phải giữ để phô bày, để khoe khoang hay để khẳng định mình hơn người khác. Khi giữ mà không chấp thủ, giới mới thật sự đưa đến thiền định và trở thành nền tảng cho trí tuệ giải thoát.

Đồng thời, Đức Phật nhấn mạnh việc sống với giới “trước mặt và sau lưng”. Đây là chỗ kiểm chứng thật sự của sự tu tập. Không phải chỉ giữ giới khi có người thấy, khi ở trong đại chúng, mà ngay cả khi không ai biết, người tu vẫn giữ trọn vẹn. Khi giới được giữ như vậy, đời sống không còn hai mặt, không còn một con người trước đại chúng và một con người khi ở riêng, mà trở thành một sự nhất quán từ trong ra ngoài.

Giới hòa đồng tu vì vậy không chỉ là mỗi người giữ giới, mà là cùng nhau sống trên một nền giới thanh tịnh, không phô trương, không so sánh, không buông lỏng. Khi nhiều người cùng sống như vậy, một chuẩn mực chung tự nhiên được hình thành. Không cần ép buộc, đại chúng vẫn có thể hòa hợp, bởi vì mỗi người đều đang tự giữ mình.

Trong một đại chúng có giới làm nền, không khí trở nên rất khác. Người ta dễ tin nhau hơn, vì biết rằng người kia có giới để tự giữ. Người ta dễ an tâm hơn, vì biết rằng đời sống chung không bị buông lỏng. Và chính nơi đó, tương kính được sinh khởi một cách tự nhiên, không phải vì địa vị hay tuổi hạ, mà vì thấy người kia sống có nền, có chỗ tựa.

Ngược lại, khi giới không được giữ, dù chỉ ở những điểm nhỏ, sự rạn nứt bắt đầu xuất hiện. Ban đầu là sự buông lỏng nhẹ, nhưng dần dần thành thói quen, rồi thành một lối sống. Khi đó, đại chúng mất đi chuẩn chung, mỗi người một cách, và sự hòa hợp trở nên mong manh. Không cần xảy ra tranh cãi lớn, chỉ cần nền giới không còn vững, thì đời sống chung cũng dần mất đi sự ổn định.

Chính vì vậy, giới hòa đồng tu không chỉ giữ cho từng người được an ổn, mà còn giữ cho cả đại chúng được bền. Khi mỗi người biết quay lại giữ giới của mình một cách chân thật, không buông lỏng, không chấp thủ, thì Tăng đoàn tự nhiên trở thành một môi trường vững chắc, nơi mà sự hòa hợp không cần cố gắng duy trì, mà phát sinh từ chính nền tảng đã được dựng lên từ bên trong mỗi người.

Cuối cùng là kiến hòa đồng giải – đỉnh cao của hòa kính. Đức Phật dạy rằng:

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo đối với các tri kiến thuộc bậc Thánh, có khả năng hướng thượng, khiến người thực hành chơn chánh diệt tận khổ đau, Tỳ-kheo sống thành tựu tri kiến với các tri kiến như vậy đối với các vị đồng Phạm hạnh, cả trước mặt lẫn sau lưng.

Tri kiến bậc Thánh không phải là hiểu biết thông thường, mà là cái thấy bằng trí tuệ về sự thật của đời sống này. Đó là thấy rõ ngũ uẩn — sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Thấy thân này là vô thường, là khổ, là trống rỗng, không có tự tánh. Thấy các cảm thọ là duyên sinh, là sanh diệt, là bức bách, là thúc đẩy, luôn mang theo dòng chảy của khát ái và tìm cầu. Thấy các hình bóng trong tâm, dù thô hay tế, đều chỉ là ảo mộng. Thấy các dòng suy nghĩ đều vô thường, đều tan hoại, đều bị chi phối bởi vô minh và tham ái. Thấy những sự rõ biết cũng là duyên sanh, là một tiến trình vận hành theo tham, sân, si. Toàn bộ ngũ uẩn, khi được thấy đúng, đều hiện ra là khổ, là vô thường, là đáng nhàm chán, đáng buông bỏ, đáng chấm dứt, không có gì đáng để tham đắm hay nắm giữ. Đó chính là tri kiến thuộc bậc Thánh.

“Có khả năng hướng thượng” nghĩa là cái thấy ấy không chỉ dừng lại ở nhận thức, mà có năng lực chuyển hóa. Nó làm cho người tu hướng lên, vượt lên, thoát khỏi sự

dính mắc vào thân và tâm. Khi tri kiến này được thực hành một cách chơn chánh, nó có khả năng đoạn tận toàn bộ khổ đau, không phải chỉ làm nhẹ, mà là chấm dứt tận gốc. Chỉ có tri kiến này mới có khả năng công phá khổ uẩn. Nếu không thành tựu cái thấy này, thì dù tu tập đến đâu, khổ vẫn còn đó, chỉ thay đổi hình thức mà không được đoạn tận. Vì vậy, người tu phải thường xuyên tác ý, thường xuyên quán chiếu, không rời khỏi Chánh tri kiến.

Thân này — với thịt, da, gân, xương, máu, mủ, ruột, gan — không phải là chỗ đáng tham đắm, mà là đối tượng để quán chiếu. Tâm này — với những dính mắc, chấp thủ, nhận là “tôi”, là “của tôi”, là “tự ngã của tôi” — chính là gốc của khổ. Khi tâm chui vào ngũ uẩn, lấy đó làm chỗ nương, làm hang ổ, làm nơi trú ẩn, thì từ đó sinh ra đau đớn, quần quai, sầu bi và khổ não.

Ngược lại, khi tri kiến bậc Thánh được thiết lập, nó trở thành “trú xứ” của người tu. Đó là nơi nương tựa thật sự, là “căn nhà” của tuệ giác, là chỗ ở của bậc Thánh. Không còn nương vào thân, không còn nương vào cảm thọ, không còn nương vào ý niệm, mà nương vào cái thấy đúng, cái thấy giải thoát.

Trong ánh sáng của trí tuệ này, mọi cấu trúc của vô minh đều bị phơi bày. Những gì tưởng là bền chắc đều tan rã. Những gì tưởng là đáng nắm giữ đều trở nên rỗng không. Không có gì trong thế gian có thể đứng vững trước Thánh trí tuệ. Chính vì vậy, đây là cửa báu tối thượng, không có gì có thể so sánh.

Người tu, nếu đã gặp được tri kiến này, phải biết nắm lấy, giữ lấy và nuôi dưỡng. Không phải bằng sự chấp thủ, mà bằng sự thực hành liên tục. Mỗi ngày đều quay lại quán chiếu, mỗi ngày đều soi lại thân tâm, để cái thấy ấy ngày càng vững, ngày càng sâu, cho đến khi không còn bị lay chuyển.

Khi nhiều người cùng sống với tri kiến này, thì hòa kính đạt đến mức cao nhất. Không còn là cố gắng giữ hòa hợp, mà là tự nhiên hòa hợp. Không còn là giữ nhau bằng quy tắc, mà là gặp nhau trong cái thấy đúng. Khi cùng thấy rõ con đường, cùng hướng đến đoạn tận khổ đau, thì mọi khác biệt bên ngoài không còn khả năng gây chia rẽ.

Như vậy, sáu pháp hòa kính không chỉ là một nếp sống chung, mà là một tiến trình dựng tâm rất sâu. Từ thân, khẩu, ý được làm mềm đi vào giới, từ giới đi vào buông bỏ, từ buông bỏ mở ra trí tuệ. Mỗi pháp không đứng riêng, mà nâng đỡ lẫn nhau, soi sáng cho nhau và làm thành một con đường liền mạch. Khi người tu sống trọn vẹn sáu pháp

này, không chỉ đại chúng được hòa hợp, mà chính nội tâm cũng được chuyển hóa, tâm dần nhẹ lại, rộng ra và sáng lên, và ngay nơi đó, con đường giải thoát bắt đầu hiện rõ trong đời sống

Trong toàn bộ công trình Dựng Tăng, nếu thiếu sáu pháp hòa kính, thì những phần khác rất khó đứng vững. Chỉ khi sáu pháp này được dựng lên, Tăng đoàn không chỉ tồn tại như một tập thể, mà trở thành một Thánh chúng có sức sống, có hướng đi và có khả năng nâng đỡ nhau trên con đường tu tập. Chính vì vậy, sáu pháp hòa kính không chỉ là một phần của nếp nhà Nikāya, mà là trái tim của nếp nhà ấy, là mạch sống của Tăng đoàn, và là điểm hội tụ của toàn bộ con đường tu tập.

Kệ Tóm Tắt:

*Thân nhẹ, lời hiền, ý lặng trong,
Giới thanh, lợi xả, kiến tương đồng.
Sáu hòa dựng vững nền Tăng bảo,
Một hướng ly tham, sáng đại đồng.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

SÁU PHÁP HÒA KÍNH

|

THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ

Không náo hại – Không gây chướng ngại – Chủ động hộ trì đại chúng

↓

KHẨU HÒA VÔ TRÁNH

Chánh ngữ – Nói lời từ ái – Không nói chia rẽ

↓

Ý HÒA ĐỒNG DUYỆT

Không hiềm hận – Hoan hỷ với thiện pháp – Nuôi dưỡng tâm từ

↓

LỢI HÒA ĐỒNG QUÂN

Chia sẻ lợi dưỡng – Không tích chứa – Buông bỏ cái riêng



GIỚI HÒA ĐỒNG TU

Cùng giữ giới luật – Không buông lung – Không chấp thủ giới



KIỆN HÒA ĐỒNG GIẢI

Chánh tri kiến – Quán ngũ uẩn – Cùng hướng giải thoát



KẾT QUẢ

Sáu pháp nâng đỡ nhau – Tăng đoàn thanh tịnh – Con đường giải thoát

CHƯƠNG 10: KHÁC THÂN NHƯNG ĐỒNG MỘT TÂM

Trong Trung Bộ Kinh, bài kinh số 31, Tiểu Kinh Rừng Sừng Bò, tại khu rừng Sừng Bò, một không gian yên tĩnh mở ra, nơi các vị Tỳ-kheo sống đời giản dị, lặng lẽ tu tập và cùng nhau an trú trong nếp sống thanh tịnh; không có ồn ào, không có xao động, chỉ có nhịp sống đều đặn của những người đang hướng tâm về con đường giải thoát. Khi ấy, Đức Thế Tôn đến thăm các vị, không phải với dáng vẻ của một Bạc Đạo Sư đến để giảng dạy, mà như một người thầy trở về giữa những đệ tử, lặng lẽ nhìn đời sống của các thầy Tỳ-kheo với từ tâm rộng lớn. Đức Phật hỏi các thầy một câu tương như rất gần gũi, nhưng lại chạm thẳng vào cốt lõi của đời sống Tăng đoàn:

-- Nay các Anuruddha, các Ông có sống hòa hợp, hoan hỷ với nhau, không có cãi nhau, như nước với sữa, sống nhìn nhau với cặp mắt thiện cảm không?

Ở đây, Đức Thế Tôn dùng một hình ảnh rất giản dị nhưng hàm chứa một chiều sâu đặc biệt, đó là “**như nước với sữa**”. Đây không phải chỉ là một ví dụ dễ hiểu, mà là một biểu tượng cho sự hòa hợp ở mức độ trọn vẹn.

Không như dầu với nước, dù ở gần nhau mà vẫn chia hai lớp, vẫn giữ khoảng cách và không thể dung hợp. Nước và sữa khi gặp nhau thì hòa tan vào nhau, trở thành một thể đồng nhất, không còn đứng cạnh nhau như hai thực thể riêng biệt, không còn giữ ranh giới, cũng không còn có thể tách rời. Không còn bên này, bên kia, không còn cái

này và cái kia, mà trở thành một thể đồng nhất, nhẹ nhàng, êm dịu và tự nhiên. Đó không phải là sự gượng ép, không phải là sự cố gắng giữ cho yên, mà là một sự hòa tan thật sự.

Đời sống Tăng đoàn trong tinh thần Nikāya cũng như vậy, không phải là nhiều cá nhân đứng cạnh nhau, mà là một sự dung hợp, một sự chuyên hóa và cùng nhau đi về một hướng. Chính hình ảnh ấy soi sáng lại đời sống Tăng đoàn trong tinh thần Nikāya cho thế hệ mai sau. Đời sống Tăng đoàn đúng pháp là một sự chuyên hóa từ bên trong, nơi mỗi người từng bước buông bớt cái riêng, buông bớt những ý niệm “của ta”, “vì ta”, để cùng tan vào một hướng đi chung. Sự khác biệt về tính tình, căn cơ hay tập khí vẫn còn, nhưng không còn là nguyên nhân của chia rẽ, vì tất cả đều được đặt dưới một mục tiêu lớn hơn, đó là con đường giải thoát.

Khi sự hòa hợp đi đến mức đó, đời sống chung không còn hai lớp. Không còn mặt trước và mặt sau, không còn thân và sơ, không còn nhóm của mình và nhóm của người. Những đường ranh vô hình vốn được dựng lên bởi bản ngã bắt đầu tan đi. Không phải do ép buộc, mà vì không còn nhu cầu giữ chúng nữa. Khi cái chung trở nên lớn hơn cái riêng, khi hướng đi chung trở nên rõ ràng hơn mọi khác biệt, thì đại chúng không còn là một tập hợp, mà trở thành một dòng chảy. Và chính nơi đó, hình ảnh “nước với sữa” không còn là một ví dụ để suy nghĩ, mà trở thành một thực tại có thể sống, có thể cảm nhận trong từng ngày sinh hoạt của đời sống Tăng đoàn.

Câu hỏi nhẹ nhàng, giản dị của Đức Phật như soi sáng toàn bộ đời sống chung của Tăng chúng. Ngài không nói đến thiên định sâu xa, không nói đến trí tuệ cao siêu, mà đi thẳng vào cách các vị đang sống với nhau mỗi ngày.

Rồi các thầy Tỳ-kheo vâng đáp Thế Tôn:

-- *Bạch Thế Tôn, thật sự chúng con sống hòa hợp, hoan hỷ với nhau, không có cãi nhau, như nước với sữa, sống nhìn nhau với cặp mắt thiện cảm.*

-- *Này các Anuruddha, như thế nào các Ông sống hòa hợp, hoan hỷ với nhau, như nước với sữa, sống nhìn nhau với cặp mắt thiện cảm?*

-- *Bạch Thế Tôn, ở đây, chúng con nghe như sau: "Thật lợi ích thay cho ta, thật khéo lợi ích thay cho ta, khi ta được sống với các vị đồng Phạm hạnh như vậy".*

Từ câu trả lời của các vị Tỳ-kheo, một con đường hòa hợp rất sâu đã được bộc lộ, các vị không chỉ nói rằng mình sống yên ổn, mà còn khởi lên cách tác ý rất đặc biệt:

“Thật lợi ích thay cho ta, thật khéo lợi ích thay cho ta, khi ta được sống với các vị đồng Phạm hạnh như vậy”. Đây chính là điểm mở đầu cho dòng chảy hòa kính trong Tăng đoàn. Bởi lẽ, nếu chưa thấy đời sống chung là lợi ích, thì rất khó có thể sống hòa hợp. Khi nhìn đại chúng bằng con mắt phiền não, tâm dễ sinh khó chịu, so sánh, hoặc chỉ cố gắng chịu đựng. Nhưng các Ngài thấy rằng, được sống trong một đại chúng tu tập là một phước duyên hiếm có, nhờ vậy hướng của tâm bắt đầu thay đổi. Từ đó, đời sống chung không còn là nơi va chạm hay gánh nặng phải mang, mà trở thành một phước lành, một cơ hội quý báu để tu tập. Khi thực sự sống như vậy, người tu không còn nhìn huynh đệ bằng con mắt phiền não, mà nhìn bằng tâm tri ân, lòng hoan hỷ và sự trân trọng chân thật phát khởi từ chính nội tâm mình.

Các thầy Tỳ-kheo tiếp tục bạch với Đức Phật rằng: *“Do vậy, đối với các vị đồng Phạm hạnh này, con khởi lên từ thân nghiệp trước mặt và sau lưng, con khởi lên từ khẩu nghiệp, trước mặt và sau lưng, con khởi lên từ ý nghiệp, trước mặt và sau lưng.”*

Từ nhận thức “thật lợi ích thay cho ta, thật khéo lợi ích thay cho ta, khi ta được sống với các vị đồng Phạm hạnh như vậy”, đời sống chung không còn dừng ở một ý niệm, mà bắt đầu đi vào những chuyển động rất cụ thể của thân, khẩu và ý. Khi cái thấy đã được đặt đúng, ba nghiệp từ hòa trong sáu pháp hòa kính không còn là điều phải cố gắng gượng ép, mà trở thành một hướng sống tự nhiên được thiết lập từ bên trong. Các vị Tỳ-kheo đã nói rất rõ, khởi lên thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp từ hòa đối với các vị đồng Phạm hạnh, không chỉ trước mặt mà cả khi vắng mặt. Chính điểm này làm cho hòa kính không còn là hình thức, mà trở thành một phẩm chất chân thật của đời sống tu tập. Chính chỗ “trước mặt và sau lưng” đều đưa ba nghiệp nơi thân, khẩu, ý vào chỗ từ hòa trọn vẹn, mới chính là điểm cốt lõi làm nên chiều sâu của toàn bộ pháp hành này. Nếu chỉ hiện hòa khi có mặt nhau, mà khi quay lưng lại khởi tâm khác, thì đó vẫn còn là hai đời sống song song. Nhưng khi ba nghiệp đều được giữ trọn vẹn trong cả hai chiều, thì đời sống tu tập trở nên nhất quán. Không còn một “con người trước mặt” và một “con người sau lưng”, mà chỉ còn một tâm hòa kính, hiểu thương được giữ gìn liên tục.

Khi sự nhất quán ấy được thiết lập, đời sống chung bắt đầu có chiều sâu thật sự. Hòa hợp không còn là một lớp bên ngoài, mà trở thành một nền móng vững chắc bên trong. Từ nền này mới tiến tới bước chuyển đổi sâu sắc hơn, mà các thầy Tỳ-kheo đã nhắc đến, đó là buông bỏ tâm riêng để đi vào một tâm chung: ***“Ta hãy từ bỏ tâm của***

ta và sống thuận theo tâm của những Tôn giả này". Bạch Thế Tôn, con từ bỏ tâm của con, và sống thuận theo tâm của những Tôn giả ấy. "

Đây không phải là một lời nói hình thức, mà là một pháp tu rất thực tế và vô cùng sâu sắc. "Tâm của ta" là những ý kiến cá nhân, những định kiến, những thói quen nhận thức đã được tích lũy từ lâu đời. Nó vận hành như một lối mòn, khi gặp bất kỳ tình huống nào, liền phản ứng theo thói quen cũ mà không hề nhận ra. Chính cái tâm riêng này là gốc của xung đột, vì nó luôn muốn đúng, muốn hơn, muốn bảo vệ chính mình, và muốn người khác phải thuận theo bản ngã.

Nếu không thấy được điều này, thì dù sống chung, vẫn là những cái tôi đứng cạnh nhau, khó có thể thật sự hòa hợp. Nhưng khi người tu bắt đầu nhận diện được tâm riêng ấy, và từng bước buông bỏ nó, thì một cánh cửa mới mở ra. Do vậy, tâm của các bậc Tôn giả không phải là một tâm riêng biệt, mà là cùng đi về một hướng, đó là tâm hướng thượng, tâm muốn đoạn trừ tham, sân, si, tâm muốn thanh lọc cấu uế và hướng đến giải thoát. Khi mỗi người buông bỏ tâm riêng và sống theo tâm thanh cao trong Chánh Pháp thì tuy thân khác nhau, nhưng tâm trở nên đồng nhất trong hướng đi.

Từ tất cả những bước chuyển ấy, các vị Tỷ-kheo kết lại bằng một câu rất sâu sắc, như lời tuyên bố cho sự hợp nhất viên mãn trên nền Thánh đạo: "*Bạch Thế Tôn, chúng con tuy khác thân nhưng giống như đồng một tâm*".

"Đồng một tâm" không có nghĩa là giống nhau trong suy nghĩ, trong quan điểm hay trong cách nhìn thế gian, mà là giống nhau trong mục tiêu, trong lý tưởng và trong con đường. Đồng một tâm thấy khổ, đồng một tâm phá thân kiến, đồng một tâm xấu hổ trước lỗi lầm, đồng một tâm hướng thượng về trí tuệ, và đồng một tâm đi đến đoạn tận lậu hoặc. Ai cũng lấy việc điều phục bản ngã làm trọng tâm, ai cũng hướng đến việc đoạn tận khổ đau làm đích đến, ai cũng quay về nhìn lại chính mình thay vì nhìn lỗi người khác. Nếu sống được như vậy, đời sống Tăng đoàn sẽ trở nên ấm áp, ngọt ngào và đầy tình người.

Người xuất gia không còn thuộc về một gia đình thế tục nữa, mà đã chuyển tộc. Dòng họ của chúng ta không còn là dòng họ huyết thống, mà là dòng họ của Chánh giác, của trí tuệ, của sự thấy biết trọn vẹn về khổ đau. Khi thường xuyên quán chiếu như vậy, đại chúng sẽ trở thành một hội chúng hiền thiện, một hội chúng hòa kính, một hội chúng có thể mở rộng vòng tay đến tất cả chúng sinh.

Khi cái tôi không còn chi phối, khi tâm riêng được buông xuống, khi ba nghiệp đã được làm mềm bởi từ tâm, và khi cái thấy về đại chúng đã được chuyển đổi, thì sự hòa hợp là điều chắc chắn sẽ có. Đến đây, Tăng đoàn không còn là một tập hợp, mà trở thành một dòng chảy. Không còn là nhiều người cùng sống, mà là nhiều thân cùng đi trong một tâm. Người này nâng đỡ người kia, người kia thông cảm người này, tất cả cùng đặt Chánh pháp lên trên cái tôi. Đó là tâm của những người đang cùng nhau đi trên đạo lộ giải thoát.

Khi đạt đến mức độ này, đời sống Tăng đoàn bước sang một tầng rất cao. Không còn là sự hòa hợp do cố gắng, mà là sự hòa hợp phát sinh tự nhiên từ nội tâm đã được chuyển hóa. Không còn những xung đột nhỏ nhặt, không còn những so đo hơn thua, mà thay vào đó là sự nâng đỡ lẫn nhau trên con đường tu. Người này thấy người kia còn khó khăn thì hiểu thương cho nhau, mà không phiền trách. Người kia thấy người này còn tập khí thì thông cảm, không chấp nhặt, hơn thua. Tất cả đều đặt Chánh pháp lên trên cái tôi, và chính điều này làm cho Tăng đoàn trở thành một môi trường nuôi dưỡng, chứ không còn là nơi thử thách.

Trong thực hành, đây không phải là điều dễ đạt được. Khi phiền não khởi lên, người tu phải quay lại chính mình, phải tác ý liên tục, **phải tự hỏi mình đang sống theo tâm riêng hay đang sống theo tâm chung**. Ngay trong lúc ngồi thiền, trong từng sinh hoạt hằng ngày, có thể dùng chính lời dạy này làm đề tài quán chiếu, nhắc mình buông xuống những tập khí cứng chắc, buông xuống những cái thấy cá nhân, và trở về với hướng đi chung của Thánh đạo. Khi tác ý như vậy được lặp lại nhiều lần, tâm sẽ dần dần thay đổi, không còn chạy theo lối mòn cũ, mà bắt đầu mở ra theo một hướng mới.

Một khi đã thực tập đến mức độ này, người tu sẽ bắt đầu cảm nhận được những chuyển biến rất rõ. Nội tâm trở nên nhẹ hơn, không còn căng thẳng, không còn đối kháng. Đời sống chung trở nên an ổn, chính lúc đó, câu “khác thân nhưng đồng một tâm” không còn là một lý tưởng xa vời, mà trở thành một thực tại sống động, có thể cảm nhận được trong từng ngày sống.

Đây chính là tầng sâu nhất của nếp nhà Nikāya. Không được dựng bằng quy định bên ngoài, không được giữ bằng sự kiểm soát, mà được hình thành từ sự chuyển hóa nội tâm của từng người. Khi mỗi người buông được tâm riêng và sống theo tâm hướng thượng, thì Tăng đoàn tự nhiên trở thành một khối thanh tịnh, hòa hợp và đầy sức sống. Và chính từ nền tảng ấy, con đường giải thoát mới thật sự có đất để lớn lên và thành tựu.

Đây không phải là một viễn cảnh xa vời, mà là một con đường có thể đi từng bước nếu thật sự cố gắng. Từ thấy đúng đến sự chuyển hóa nội tâm, từ sự gìn giữ ba nghiệp đến sự buông bỏ tâm riêng. Chính con đường này làm nên sức sống thật sự của Tăng đoàn, không nằm ở hình thức, mà nằm ở chiều sâu của người sống trong đó.

Vì vậy, trong công trình Dựng Tăng Thánh Điện, đây không chỉ là một pháp đề hiểu, mà là một nền phải được dựng, một nếp phải được sống. Khi điều này được thành tựu, Tăng đoàn không chỉ hòa hợp, mà trở thành một dòng Thánh đạo đang vận hành giữa đời, nơi mỗi người vừa tự tu, vừa nâng đỡ nhau, và cùng giữ cho ánh sáng Chánh pháp không bị mai một.

Kệ Tóm Tắt:

Chẳng phải cùng thân mới gọi đồng,

Chỉ cần buông ngã, gặp nơi tâm.

Nước sữa hòa rồi không thể tách,

Một dòng giải thoát sáng muôn phương.

Sơ Đồ Tóm Lược:

KHÁC THÂN NHƯNG ĐỒNG MỘT TÂM

|

NHU' NƯỚC VỚI SỮA (Tiểu Kinh Rừng Sừng Bò)

Hòa hợp tự nhiên – Không còn ranh giới – Cùng hướng giải thoát

↓

THẤY ĐỜI SỐNG CHUNG LÀ PHƯỚC DUYÊN

Đồng Phạm hạnh – Tâm tri ân – Tâm hoan hỷ

↓

BA NGHIỆP TỪ HÒA

Thân từ – Khẩu từ – Ý từ

↓

BUÔNG TÂM RIÊNG

Bỏ ý riêng – Thuận tâm Chánh pháp – Đồng một hướng đi



KHÁC THÂN – ĐỒNG MỘT TÂM

Cùng lý tưởng

Cùng đoạn trừ bản ngã

Cùng hướng giải thoát

Tăng đoàn thành một dòng Thánh đạo

CHƯƠNG 11: KÍNH PHÁP, KÍNH GIỚI, KÍNH NHAU

Hòa hợp không thể tự nhiên mà có, cũng không thể giữ chỉ bằng thiện chí bên ngoài, mà phải được đặt trên một nền rất vững. Nền ấy chính là kính pháp, kính giới và kính nhau. Nếu ba điều này không được dựng chắc, thì dù đại chúng có cố gắng giữ hòa khí, sự hòa hợp ấy vẫn rất dễ rạn nứt khi gặp va chạm. Ngược lại, khi nền kính này có mặt, đại chúng có thể đi qua những khác biệt mà không đánh mất hướng chung. Chính vì vậy, muốn dựng Tăng bền, không thể không dựng nền kính pháp, kính giới và kính nhau như một trục sống.

Đức Thế Tôn không dựng Tăng đoàn như một tập hợp người tu sống cạnh nhau một cách ngẫu nhiên. Ngài dựng nên một đoàn thể lấy Chánh pháp làm chuẩn, lấy giới luật làm mạng mạch và lấy sự tôn trọng đúng pháp làm nền cho hòa hợp và thanh tịnh. Nếu không kính pháp, mỗi người sẽ lấy ý riêng và cảm xúc riêng làm chuẩn. Nếu không kính giới, đại chúng sẽ dần buông lỏng và mất đi hàng rào bảo vệ đời sống Phạm hạnh. Nếu không kính nhau, Tăng đoàn sẽ dần mất thứ lớp, mất sự nâng đỡ và mất chất liệu của một hội chúng Sa-môn đúng nghĩa. Vì vậy, muốn dựng một Tăng đoàn mẫu mực cho hậu thế, nhất định phải dựng thật vững ba nền này.

Kính pháp trước hết là biết đặt Chánh pháp cao hơn ý riêng của mình. Người kính pháp hiểu rằng lời Phật dạy phải là chuẩn chung cho đời sống tu tập, chứ không phải sở thích, quan điểm hay cảm xúc cá nhân. Người không kính pháp thường chỉ thích nghe những điều hợp ý mình, còn những điều chạm tới bản ngã thì né tránh hoặc

chống đối. Khi ấy, pháp không còn là ánh sáng để soi lại nội tâm, mà bị biến thành công cụ để bảo vệ cái tôi.

Ngược lại, người kính pháp tuy còn phiền não, còn yếu kém, nhưng vẫn có một điều rất quý: biết cúi đầu trước Chánh pháp, biết rằng pháp đúng hơn mình và dám để pháp sửa mình. Đây là nền rất lớn của đời sống xuất gia. Không kính pháp thì rất khó học đạo, vì bản ngã luôn đứng phía trước để bảo vệ cái đúng của mình.

Một thử thách rất lớn của người tu là có dám tôn trọng Chánh pháp hơn ý riêng hay không. Ý riêng là nơi bản ngã bám rất mạnh. Con người thường quen suy nghĩ theo điều mình thích và đánh giá mọi việc theo góc nhìn của mình. Nếu không soi lại, điều đó sẽ trở thành chướng ngại lớn cho đời sống đại chúng. Người thật sự kính pháp là người khi có va chạm biết dừng lại để tự hỏi: điều nào mới thật sự hợp pháp, điều nào giữ được hòa hợp và lợi ích cho đạo? Chính nơi ấy, bản ngã bị thử thách rất mạnh. Một đại chúng muốn bền vững phải có những người biết lui cái tôi xuống để cho pháp được sáng hơn ngã.

Đi liền với kính pháp là kính giới. Kính giới là xem giới luật như mạng mạch của Tăng đoàn. Người kính giới không xem giới chỉ là hình thức hay bộ quy tắc dành cho người mới xuất gia, mà thấy rõ giới chính là nền của thanh tịnh, là hàng rào bảo vệ đời sống Sa-môn và là chỗ giữ cho Tăng đoàn không bị hỗn tạp với đời sống thế tục.

Người kính giới cũng không dám xem thường những lỗi nhỏ, vì hiểu rằng lỗi nhỏ sẽ nuôi lớn lỗi lớn, sự buông lỏng kín đáo hôm nay có thể trở thành sự sa sút nghiêm trọng về sau. Giữ giới không phải để tạo hình ảnh hay vì sợ người khác đánh giá, mà vì thấy rõ giới đang giữ mình khỏi hư, giữ đại chúng khỏi loạn và giữ Chánh pháp khỏi bị tổn thương.

Ngược lại, khi giới bị xem nhẹ, đại chúng sẽ dần mất chiều sâu. Người ta bắt đầu sống theo sự dễ chịu thay vì sống theo pháp, thích gì làm nấy, lấy lý do “tùy duyên” để biện minh cho sự buông lung. Khi ấy, dù bên ngoài vẫn còn áo y và hình thức xuất gia, bên trong đời sống Phạm hạnh đã bắt đầu suy yếu.

Trong đời sống Tăng đoàn, kính pháp và kính giới còn được biểu hiện qua việc kính bậc trưởng thượng và thương người hậu học đúng pháp. Tăng đoàn có thứ lớp không phải theo kiểu đẳng cấp thế gian, mà là trật tự của đời sống Phạm hạnh. Bậc trưởng thượng là người đi trước trong tuổi đạo, giới hạ và kinh nghiệm tu học; vì vậy, cần được tôn trọng đúng mức. Kính trưởng thượng không phải kính cá tính riêng

của từng người, mà là kính thứ lớp của Tăng, kính công đức đi trước và vai trò dìu dắt đại chúng.

Người biết cúi đúng chỗ sẽ dễ học hơn, dễ nhận pháp hơn và bớt sống theo bản ngã hơn. Ngược lại, khi người hậu học không còn biết kính trên, đại chúng rất dễ hỗn tạp, thiếu nền nếp và phát sinh tâm kiêu mạn.

Tuy nhiên, kính trên mà không thương dưới thì vẫn chưa trọn vẹn. Người đi trước phải biết nâng đỡ, chỉ dạy và dìu dắt người đi sau bằng tâm từ và trí tuệ. “Thương” ở đây không phải là nuông chiều hay bỏ qua lỗi lầm, mà là thật lòng muốn người sau lớn lên trong pháp, tránh được sai lầm và đứng vững trên con đường giải thoát. Một đại chúng mà người trước không thương người sau thì sự tiếp nối rất dễ bị tổn hại; người mới sẽ dễ lạc hướng, dễ tổn thương và khó bén rễ sâu trong Chánh pháp.

Một điều rất quan trọng là sự kính trọng trong Tăng đoàn không được xây dựng trên tình cảm cá nhân, mà phải dựa trên pháp. Nếu chỉ kính nhau vì hợp tính hay thân quen, thì khi trái ý, sự kính trọng ấy sẽ mất rất nhanh. Kính nhau đúng pháp là thấy rằng mỗi người đều đang khoác áo Sa-môn, đều đang chiến đấu với phiền não của chính mình và đều đang gánh vác Chánh pháp; vì vậy, họ xứng đáng được đối xử bằng sự cẩn trọng, từ ái và chừng mực.

Kính nhau đúng pháp không có nghĩa là không nhắc lỗi, mà là có thể chỉ lỗi nhưng không khinh người. Chính sự kính trọng này giữ cho lời nói không trở nên thô tháo, giữ cho thái độ không cộc cằn và giữ cho những khác biệt không biến thành sự xem thường nhau. Đây là nền rất lớn cho hòa hợp trong đời sống đại chúng.

Tuy nhiên, nền kính này có thể bị phá hoại bởi nhiều điều rất quen thuộc nhưng rất nguy hiểm. Trước hết là kiêu mạn, khi một người bắt đầu xem mình đúng hơn pháp, cao hơn người và không còn thấy cần lắng nghe hay điều chỉnh. Khi kiêu mạn lớn lên, pháp không còn là chuẩn chung mà bị thay thế bằng cái tôi.

Kế đến là sự dễ dãi với giới luật. Khi giới không còn được giữ bằng sự dè dặt và trân trọng, nền kính pháp cũng bắt đầu suy yếu. Lời nói thô tháo, khinh suất, thiếu cân nhắc cũng là điều rất dễ làm tổn thương nền kính trong đại chúng. Chỉ một lời nói thiếu chừng mực cũng có thể để lại những vết thương rất lâu trong lòng người khác.

Một điều nguy hiểm khác là thói quen chỉ nhìn lỗi người mà không soi lại mình. Khi tâm luôn hướng ra ngoài, ngã kiến sẽ lớn mạnh, còn tâm kính pháp thì suy yếu, vì người ấy không còn dùng pháp để soi mình mà chỉ dùng pháp để nhìn người khác.

Sự hình thành phe nhóm và thiên vị cũng là dấu hiệu rất đáng cảnh giác. Khi sự kính trọng không còn dựa trên pháp mà dựa trên gần xa, thân sơ hay cảm tình cá nhân, thì đại chúng bắt đầu rạn nứt từ gốc. Và sâu xa hơn nữa là khi mục tiêu giải thoát bị mờ đi, người ta dễ bị cuốn vào những chuyện nhỏ nhặt, tranh chấp quanh những điều không đáng và dần đánh mất hướng đi ban đầu của đời sống xuất gia.

Ngược lại, khi kính pháp, kính giới và kính nhau được dựng đúng, đại chúng sẽ có một nền hòa hợp rất sâu. Khi có vấn đề phát sinh, mọi người biết quy về pháp để giải quyết thay vì tranh luận theo cảm xúc cá nhân. Người tu không xem nhẹ những lỗi nhỏ nơi giới luật. Bậc trưởng thượng được kính trọng đúng mức, người hậu học được nâng đỡ bằng tâm từ và trí tuệ.

Lời nói giữa nhau có chừng mực, không cầu thả, không làm tổn thương nhau. Khi có khác biệt, người ta không lập tức mất sự kính trọng, mà vẫn giữ được thái độ đúng pháp. Toàn bộ không khí đại chúng có thứ lớp, có nền nếp, có sự ấm áp nhưng không buông lỏng. Đó là những dấu hiệu rất quý của một Tăng đoàn đang đứng vững.

Vì vậy, muốn hòa hợp bền lâu, nhất định phải quay về dựng lại nền kính pháp và kính nhau từ gốc. Người mới xuất gia phải được dạy ngay từ đầu rằng pháp cao hơn ý riêng, giới cao hơn sự dễ dãi và đại chúng cao hơn cái tôi cá nhân. Người hướng dẫn phải làm gương trong việc kính pháp, kính giới và kính người, vì nếu người có trách nhiệm không sống được điều ấy thì lời dạy sẽ không có sức nặng.

Đồng thời, phải nuôi dưỡng trong Tăng đoàn một văn hóa chung: biết cúi đầu trước pháp, dè dặt với giới, tôn trọng nhau đúng mức và thương nhau đúng pháp. Khi một Tăng đoàn có được nền này, sự hòa hợp không chỉ còn là hình thức bề ngoài, mà trở thành một nền sống có gốc rất sâu.

Từ toàn bộ chương này có thể kết tinh thành một điều cốt lõi: kính pháp, kính giới và kính nhau là nền rất quan trọng để bảo vệ hòa hợp của Tăng đoàn trong tinh thần Nikāya. Khi người xuất gia biết tôn trọng Chánh pháp hơn ý riêng, tôn trọng giới luật như mạng mạch của Tăng, kính bậc trưởng thượng, thương người hậu học và sống có thứ lớp đúng pháp, thì đại chúng mới giữ được thanh khí, giữ được nền nếp và có khả năng hòa hợp bền lâu.

Kê Tóm Tắt:

Kính pháp thì tâm bớt ngã mình,

Kính giới nên đời giữ được thanh.

Kính nhau đúng pháp thành hòa hợp,

Tăng chúng nhờ đây vững đạo hình.

Sơ Đồ Tóm Lược:

KÍNH PHÁP – KÍNH GIỚI – KÍNH NHAU

|

KÍNH PHÁP

Pháp cao hơn ý riêng – Để pháp sửa mình – Buông bản ngã

↓

KÍNH GIỚI

Giới là mạng mạch Tăng đoàn

Không xem thường lỗi nhỏ

Giữ đời sống Phạm hạnh

↓

KÍNH NHAU ĐÚNG PHÁP

Kính trưởng thượng

Thương người hậu học

Không phe nhóm

Chỉ lỗi nhưng không khinh người

↓

KẾT QUẢ

Hòa hợp – Thanh tịnh – Tăng đoàn bền vững

CHƯƠNG 12: NHÃN NHỤC – SỨC MẠNH CỦA NGƯỜI TU

Sống chung trong một Tăng đoàn không thể chỉ dựa trên những nguyên tắc đẹp ở tầng lý tưởng mà bỏ qua thực tế rất đời thường là mỗi người đều khác nhau về căn cơ,

tập khí, cách nói, cách nghĩ và mức độ tu tập. Chính vì những khác biệt ấy mà va chạm trong đời sống chung là điều gần như không thể tránh. Nếu không có nhẫn nhục, từ ái và khả năng chịu đựng nhau đúng pháp, thì chỉ cần vài lời nói không hợp ý, vài thói quen trái nhau hay vài hiểu lầm nhỏ cũng đủ làm không khí đại chúng nặng dần, lạnh đi rồi rạn nứt từ bên trong. **Do đó, muốn giữ Tăng đoàn bền lâu, không thể chỉ dựa giới, pháp hay thứ lớp, mà phải dựa sức chịu đựng rất sâu trong từng người.**

Điều đầu tiên cần thấy rõ là sống chung không tránh khỏi va chạm, và đây không phải là dấu hiệu đại chúng thoái hóa, mà là một thực tại tự nhiên. Trong một đại chúng, luôn có người nhanh, người chậm, người ít nói, người nhiều lời, người kỹ lưỡng, người còn sơ suất, người giàu kinh nghiệm và người còn non yếu. Chính những khác biệt ấy tạo ra những ma sát rất bình thường. Vấn đề không nằm ở chỗ có va chạm hay không, mà nằm ở cách xử lý va chạm. Nếu xử lý bằng ngã, thì tự ái tăng, sân tăng, chia rẽ tăng và đại chúng nặng lên. Nhưng nếu xử lý bằng pháp, thì chính những va chạm ấy trở thành nơi học nhẫn, học từ, học thấy mình, học buông ngã và học sống chung đúng pháp.

Nhẫn nhục trong đời sống xuất gia vì vậy phải được hiểu đúng. Nhẫn không phải là cố im lặng trong khi bên trong vẫn bốc lửa, kết oán và chờ dịp phản ứng, vì như vậy chỉ là dồn nén, không phải nhẫn. Nhẫn nhục là sức chịu đựng có trí, là khả năng không phản ứng theo cơn nóng, không vội làm theo tự ái, không đổ thêm dầu vào lửa, mà biết dừng lại để không làm hỏng việc lớn vì chuyện nhỏ. Đây là một sức mạnh nội tâm rất lớn, vì người yếu thường phản ứng nhanh, còn người có nội lực mới giữ được mình, chứa được cơn khó chịu và hành xử theo pháp thay vì theo cảm xúc.

Nhẫn nhục không phải là yếu đuối, mà là một dạng sức mạnh rất sâu, vì đó là khả năng thắng chính mình.

Người không nhẫn thì rất khó giữ giới, khó giữ hòa hợp và khó đi sâu vào vô ngã, vì chỉ cần một va chạm nhỏ cũng đủ làm sân khởi và phá hỏng công phu. Ngược lại, người có nhẫn thì có thể giữ thân, giữ khẩu, giữ tâm không lao theo phiền não, từ đó mở ra khoảng trống cho trí tuệ xuất hiện. Nhẫn nhục luôn đi cùng khiêm hạ, vì người còn nặng cái tôi rất khó nhẫn, còn người đang học vô ngã thì dễ buông hơn và chịu đựng được hơn.

Song song với nhẫn nhục là từ ái, yếu tố làm mềm những chỗ cứng trong đời sống đại chúng. Từ ái là tâm không muốn hại, muốn an lành, muốn giảm khổ và muốn đối xử với người khác bằng sự mềm mại, sáng suốt. Trong đời sống chung, nếu chỉ có đúng

sai mà thiếu từ, thì lời nói rất dễ trở nên gắt, bén và lạnh, làm tổn thương người khác dù người nói nghĩ rằng mình đang đúng.

Từ ái không làm mất nguyên tắc, mà giúp nguyên tắc được thực hiện mà không gây tổn thương.

Từ ái không phải là xuề xòa, không phải là bỏ qua hết, mà là làm những điều cần làm nhưng không nuôi ác ý. Một đại chúng không thể chỉ sống bằng kỷ luật khô cứng, mà phải có hơi ấm đúng pháp, có lòng thương đúng pháp và có cách nói, cách nhắc để người nghe còn có đường thở. Chính từ ái giúp đại chúng không bị khô cứng, không bị lạnh và không đánh mất sự nâng đỡ lẫn nhau trên con đường tu.

Từ nhẫn và từ, dẫn đến một yếu tố quan trọng khác là chịu đựng nhau đúng pháp. Sống chung mà không học chịu nhau thì rất khó đi xa, vì mỗi người đều đang mang tập khí, đều còn chỗ chưa tròn. Nếu ai cũng chỉ thích người hợp mình và tránh người trái mình, thì đại chúng không còn là môi trường tu tập mà chỉ là nơi chọn lựa theo sở thích cá nhân.

Chịu đựng nhau không có nghĩa là dung dưỡng phiền não, mà là biết rằng người kia cũng đang tu, cũng đang chiến đấu với chính mình và cũng cần thời gian để chuyển hóa. Chịu đựng nhau là một phần của lòng từ và trí, vì biết rằng mình cũng từng yếu, cũng còn lỗi, và đại chúng chỉ bền khi mọi người biết cho nhau khoảng sửa đổi trong pháp.

Chịu đựng nhau đúng pháp là một nghệ thuật rất cao của đời sống Tăng đoàn, cần được học và được rèn luyện.

Điều quan trọng là chịu đựng không phải là cắn răng chịu rồi tích tụ. Nếu bên ngoài nhin mà bên trong dồn nén, oán và chờ bùng nổ, thì đó không phải là chịu đựng đúng pháp. Chịu đựng đúng pháp là có chánh niệm và như lý tác ý, biết đây là chỗ thử mình, là cơ hội giữ giới, giữ khẩu, giữ tâm và học vô ngã. Khi cần góp ý, vẫn góp ý, khi cần chỉnh, vẫn chỉnh, nhưng làm đúng lúc, đúng cách, không theo con bực.

Nhẫn nhục và từ ái liên hệ rất chặt với giới. Không kham nhẫn thì khó giữ gìn khẩu nghiệp, vì chỉ cần một cơn sân là lời nói dễ thô tháo, gay gắt và gây chia rẽ. Không có từ tâm thì khó giữ thân khẩu ý thanh tịnh, vì bên trong đã có ý muốn làm tổn hại cho người khác. Vì vậy, nhẫn và từ chính là áo giáp của giới, giúp người tu giữ giới không chỉ bằng nhớ điều luật mà bằng nội lực thật sự.

Trong đời sống đại chúng, nhẫn và từ cũng là nền của hòa hợp. Nhẫn giữ cho xung đột không bùng phát quá nhanh, từ giữ cho vết thương không ăn sâu quá lâu. Khi đại chúng có nhiều người biết nhẫn và biết thương, những va chạm tự nhiên được hấp thu và chuyển hóa. Ngược lại, khi thiếu hai điều này, những chuyện rất nhỏ cũng có thể trở thành nguyên nhân gây rạn nứt lớn.

Ở tầng sâu hơn, nhẫn nhục và từ ái còn là cơ hội tu vô ngã. Mỗi lần nhẫn đúng pháp là mỗi lần cái tôi bị giảm quyền, mỗi lần từ ái là mỗi lần tâm mở rộng ra khỏi giới hạn của bản ngã. Đời sống đại chúng vì vậy không chỉ là tổ chức sinh hoạt, mà là một trường học rất mạnh để bào mòn ngã chấp.

Những dấu hiệu cho thấy nhẫn và từ đang có mặt là khi gặp trái ý mà không phản ứng quá nhanh, biết dừng lời khi tâm nóng, góp ý mà không nhằm làm đau, không thích kể lỗi người với ác ý và vẫn muốn cùng nhau đi tiếp sau va chạm. Ngược lại, khi chuyện nhỏ làm bực lâu, lời nói trở nên châm chích, khó nghe góp ý, dễ chán người trái ý và bên ngoài im mà bên trong kết oán, đó là dấu hiệu nhẫn và từ đang suy và cần được cảnh giác.

Vì vậy, muốn giữ đại chúng bền, phải huấn luyện nhẫn và từ như những pháp hành căn bản. Người mới phải được dạy rằng sống chung là một phần của tu tập, không phải chỉ là ở chung cho có. Đại chúng phải học nhẫn từ những việc nhỏ, vì nhẫn lớn bắt đầu từ nhẫn nhỏ. Người hướng dẫn phải làm gương, không nóng nảy, không châm chích, và biết kết hợp từ tâm với trí tuệ. Đồng thời, phải dạy cách góp ý đúng pháp để nhẫn không biến thành dằn nén và từ không biến thành nuông chiều.

Từ toàn bộ nội dung, có thể kết tinh rằng nhẫn nhục, từ ái và chịu đựng nhau đúng pháp là những đức hạnh rất cần thiết để bảo vệ đại chúng trong tinh thần Nikāya. Sống chung không tránh khỏi va chạm, nhưng khi người xuất gia biết không phản ứng theo tự ái, biết làm mềm tâm bằng từ và biết chịu nhau vì mục tiêu giải thoát chung, thì hòa hợp mới bền, giới mới được giữ và Tăng đoàn mới có thể lớn lên lâu dài trong Chánh pháp.

Cho nên, trong công trình Dựng Tăng Thánh điển, phải dựng thật sâu điều này, vì muốn giữ đại chúng bền, nhất định phải biết nhẫn và thương đúng pháp. Khi cái tôi được nhin xuống, lời nói được mềm lại, lòng từ được nuôi lớn và sự chịu nhau được đặt trên nền giải thoát, thì Tăng đoàn sẽ có một sức bền rất lớn trước mọi va chạm của đời sống chung.

Kê Tóm Tắt:

*Nhẫn thêm một chút sân tan,
Thương thêm một chút, đạo vàng nở hoa.
Giữ nhau bằng đức bao la,
Đại chúng nhờ đó thuận hòa dài lâu.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

NHÃN NHỤC – SỨC MẠNH CỦA NGƯỜI TU

VA CHẠM LÀ PHÁP TU

Khác căn cơ – Khác tập khí – Học buông bản ngã



NHÃN NHỤC

Không phản ứng theo sân

Thắng chính mình

Giữ thân – khẩu – ý



TỪ ÁI VÀ CHỊU NHAU

Nói bằng từ tâm

Chịu nhau đúng pháp

Cho nhau cơ hội sửa đổi



KẾT QUẢ

Giữ hòa hợp

Bào mòn bản ngã

Đại chúng vững bền

CHƯƠNG 13: NHẮC LỖI, SÁM HỐI, THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG – TỰ SÁM HỐI KHI THẤY CÓ LỖI

Một Tăng đoàn dù có thiện chí đến đâu cũng không thể tránh khỏi những sơ suất, sai lầm, những lúc buông lung hay những khoảnh khắc thiếu chánh niệm. Vấn đề cốt lõi không nằm ở việc trong chúng có lỗi hay không, mà nằm ở chỗ khi lỗi phát sinh thì đại chúng xử lý bằng cái gì. Nếu lỗi bị che giấu, bị bỏ mặc hoặc bị xử lý bằng sân hận và kết án, thì đại chúng không trở nên trong sạch hơn, mà ngược lại sẽ nặng hơn, đục hơn và dần mất đi khả năng tự làm mới chính mình. Ngược lại, nếu biết nhắc lỗi đúng pháp, nhận lỗi đúng pháp và cùng nhau thanh tịnh hóa, thì chính những chỗ yếu ấy lại trở thành cơ hội để Tăng đoàn mạnh lên từ bên trong. Chính vì vậy, dựng Tăng đúng pháp không thể chỉ dừng ở hòa hợp, mà phải đi xa hơn đến khả năng tự làm sạch đại chúng.

Đầu tiên là ở phương diện người nhắc lỗi, một điều cần thấy rất rõ là lỗi không tự mất nếu bị bỏ mặc, nhiều người vì muốn giữ yên không khí nên chọn cách im lặng, cho rằng chuyện nhỏ rồi sẽ qua. Nhưng thực tế cho thấy những lỗi nhỏ nếu không được xử lý đúng sẽ tích tụ thành lớn; những sai lệch kín đáo nếu kéo dài sẽ trở thành nặng; và một cá nhân không được nhắc nhở đúng lúc có thể ảnh hưởng đến toàn bộ đại chúng. Thế nên, một đại chúng mạnh không phải là đại chúng không từng có lỗi, mà là đại chúng biết xử lý lỗi đúng pháp để trở nên trong sạch hơn. Nếu lỗi bị che giấu, nếu ai cũng mang tâm lý “đừng ai đụng tới tôi, tôi cũng không đụng tới ai”, thì đó là dấu hiệu của sự suy yếu trong đời sống tu tập. Vì khi không còn ai dám nói sự thật với nhau, đại chúng sẽ dần mất khả năng tự phản tỉnh và tự làm sạch chính mình.

Che giấu lỗi không làm lỗi biến mất, mà chỉ đẩy nó vào chỗ kín hơn, khó trị hơn. Bao che lỗi vì tình riêng cũng là một dạng làm hại nhau, vì để cho điều sai được nuôi trong im lặng. Một đại chúng muốn thật sự thanh tịnh phải sống với sự thật; tuy không phải phơi bày trong vô trí, nhưng cũng không thể xây dựng sự trong sạch trên nền giấu giếm. Người xuất gia phải học quý sự thanh tịnh hơn vẻ đẹp bên ngoài, bằng không đại chúng bị có thể đi đến thoái hóa vì lỗi lầm bị che giấu.

Mặt khác, người có lỗi không phải lúc nào cũng thấy rõ lỗi của mình, vì khi đang bị che phủ bởi tự ái, tập khí hay phiền não, họ rất dễ nhìn nhận bị thiên lệch hoặc tự bào chữa. Vì vậy, nhắc lỗi đúng pháp không phải là phá người, mà là một hình thức bảo vệ và nâng đỡ lẫn nhau. Do đó, nhắc lỗi tuy cần thiết nhưng không phải là hành động tùy tiện. Điều cốt lõi nằm ở hai chữ “đúng pháp”. Không phải cứ thấy lỗi là nói

ngay theo cảm xúc, không phải cứ bực là lấy cớ nhắc lỗi, và cũng không phải nói nặng lời là đang bảo vệ đại chúng. Nhắc lỗi đúng pháp phải hội đủ những yếu tố tinh tế, đó là đúng lúc, đúng người, đúng cách và đúng mục đích. Có những lúc người kia chưa sẵn sàng để nghe, nếu nói ra sẽ chỉ làm họ đóng lại. Có những việc cần được nói riêng thay vì trước đại chúng. Có những cách nói nếu không đủ nhẹ và rõ sẽ làm người nghe tổn thương thay vì mở ra. Và quan trọng nhất, mục đích phải là giúp người sửa và giữ đại chúng thanh tịnh, chứ không phải để hả giận hay chứng tỏ mình đúng.

Nói đúng thời có nghĩa là khi muốn góp ý không phải gập trên bàn cơm là nói luôn, như vậy là không đúng thời. Hoặc huynh đệ đang làm việc, rất mệt mỏi, cảm thọ không được dễ chịu thì không nên góp ý lỗi người ta ngay lúc đó, vì như vậy sẽ khiến họ rất khó chịu. Thay vào đó, khi đã xong mọi việc, lúc thích hợp thì hãy góp ý nhẹ nhàng. Lúc này tâm huynh đệ đang ở trạng thái bình thường nên họ sẽ tự nhìn lại và thấy lỗi của mình. Mọi người đều được vui vẻ và tiến bộ, như vậy mới là góp ý đúng thời đúng lúc. Còn nói không đúng thời thì không khéo sẽ phản tác dụng.

Đồng thời, phải “nói đúng sự thật, nói từ tôn, nói lời có lợi ích, nói với từ tâm”. Khi chia sẻ bất cứ điều gì với huynh đệ, chúng ta nên suy nghĩ trước khi nói, trong khi nói và sau khi nói. Phải xem lời nói, suy nghĩ đó có lợi mình lợi người không hay làm hại mình, làm tổn thương, nhức nhối, đau lòng cho người. Đây là những lời Đức Phật dạy cho Ngài La Hầu La. Khi nói, khi làm, khi nghĩ, phải có sự dò xét trước khi nói, trong khi nói và sau khi nói — thân, miệng, ý đều phải dò xét như vậy; đây là cách giúp chúng ta thực tập ba nghiệp thanh tịnh. Bên cạnh đó, những gì nói ra phải nói bằng tình thương, bằng tâm từ.

Nhắc lỗi đúng pháp là một nghệ thuật khó, vì nó đòi hỏi trí tuệ, từ tâm và sự dè dặt sâu sắc. Một điểm rất dễ lệch là biến việc nhắc lỗi thành kết án. Khi tâm trượt sang bực bội, phán xét hay hơn thua, người nhắc có thể vô tình đóng đinh người kia vào lỗi của họ. Điều này không những không giúp sửa lỗi mà còn làm người nghe co lại, tự vệ hoặc tuyệt vọng. Nhắc lỗi đúng pháp phải tách lỗi ra khỏi con người, thấy rõ lỗi cần sửa nhưng vẫn giữ được cái nhìn rằng người kia là người đang tu, vẫn có khả năng chuyển hóa và xứng đáng được đưa trở lại con đường đúng. Đây chính là chỗ thể hiện rõ trí và từ của người nhắc.

Thứ hai là ở phương diện người được chỉ lỗi. Mỗi khi được góp ý, cần nghiêm túc đón nhận lời góp ý và quán xét bản thân một cách cẩn trọng. Mỗi lần được thầy, được bạn nhắc nhở, chỉ dẫn những điểm còn sai sót, không đáng có, người học trò chân thật phải cảm thấy vui mừng. Khi trú trong tâm của một người học trò, biết lắng nghe

những lời góp ý và chỉ dạy, mình sẽ thấy hoan hỷ, tuyệt diệu và vô cùng hạnh phúc. Cho nên, khi có người nhắc lỗi cho mình và mình có sự xấu hổ, hổ thẹn, tâm quý thì sự thay đổi sẽ diễn ra rất nhanh, đồng thời có sự tiến bộ trong tu học và không dám tái phạm lỗi lầm. Mỗi lần có người nhắc lỗi là mình phải thấy lo sợ, sợ mình lại phạm lỗi, có như vậy mới hạn chế được những lỗi không đáng phạm phải. Như trong Tương Ưng Bộ Kinh tập 1, kinh Siva có bài kệ:

“Hãy thân với người lành,

Hãy gần gũi người thiện,

Biết diệu pháp người hiền,

Chỉ tốt hơn, không xấu.”

Khi thân cận người hiền, người trí, gần gũi với bậc minh sư chỉ lỗi cho mình thì “không bỏ bề ngang cũng bỏ bề dọc”, tức là mình sẽ được lợi trong nhiều khía cạnh của sự tu học. Cho nên, người tu cần sẵn sàng nghe người khác chỉ lỗi và nghe với tâm dễ chịu, với lòng biết ơn, có như vậy thì sự tu tập mới tăng thượng. Bằng không, dù được học như vậy, hiểu như vậy, nhưng khi người ta chỉ lỗi thì lại sân giận, phản ứng ngược lại; giữa cái học và cái hành đang trái ngược nhau thì làm sao tiến bộ được? Người thật sự có tâm tu học là người tha thiết tìm được những bậc thiện tri thức chỉ lỗi cho mình. Có những người phải đi khắp nơi, đi khắp nhiều quốc gia, chỉ để tìm người có thể chỉ lỗi, vạch trần những cái xấu, cái ác, tâm vô minh và bản ngã của mình. Họ mong được dạy, được rầy, được quở, được trách. Chính nhờ vậy mà gặp được bậc Thánh hiền. Còn bây giờ, người tu lại không muốn ai đụng đến mình. Ai nói tới mình là muốn rời bỏ, muốn tránh né, muốn xa lánh. Chính điều đó làm cho đạo nghiệp chấm dứt. Cả đời tu trở thành đi theo bản ngã, đi theo dục và đi theo ảo tưởng vô minh. Đây là điều thật sự đau lòng! Cho nên, tu là biết nghe lỗi, nhìn lỗi, nhận lỗi, sửa lỗi để đi đến chỗ hết lỗi. Không có hạnh phúc nào lớn hơn việc thấy mình nhẹ hơn, sạch hơn và hiền hơn sau mỗi lần biết quay lại nhìn chính mình. Nếu chỉ nửa thàng vào lạy sám hối một lần rồi bước ra ngoài tính tình vẫn y nguyên, vẫn tự ái, hơn thua và phán xét, thì sự tu tập ấy vẫn còn rất hình thức. Quan trọng không phải lạy bao nhiêu, mà là có thật sự thấy lỗi mình hay không. Ghi nhớ câu Pháp Cú 76:

“Nếu thấy bậc Hiền Trí

Chỉ lỗi và khiển trách.

Như chỉ chỗ chôn vàng.

Hãy thân cận người trí,

Thân cận người như vậy,

Chỉ tốt hơn không xấu.”

Sau khi được chỉ lỗi, người tu cần thực hành sám hối để thanh tẩy, làm sạch thân tâm và thanh tịnh hóa đời sống Tăng đoàn. Sám hối không phải chỉ là nói một câu xin lỗi, mà là thấy lỗi, nhận lỗi, không che giấu, không biện hộ và phát tâm sửa đổi. Nếu chỉ nói lời xin lỗi mà tâm vẫn còn cứng, còn giữ lý do để bảo vệ lỗi của mình, thậm chí chỉ lỗi của người thì đó chưa phải là sám hối đúng pháp. Sám hối đòi hỏi một nội lực lớn, vì nó đi ngược lại thói quen bảo vệ cái tôi. Sám hối không phải là hạ thấp mình, mà là làm sạch mình. Nhiều người khó sám hối vì sợ mất hình ảnh, sợ bị xem là yếu, sợ bị nhỏ đi. Nhưng thực tế, không sám hối mới là làm mình thấp, vì lỗi vẫn còn nguyên, tâm thêm che đậy và ngã chấp càng dày. Người có sức sám hối là người còn hy vọng lớn, vì họ còn biết hổ thẹn, biết quay đầu.

Mỗi thành viên biết nhắc lỗi đúng pháp và phát lồ sám hối khi có lỗi cũng chính là đang thực hiện trách nhiệm thanh tịnh hóa đại chúng. Mỗi người trong đại chúng đều có phần trong sự trong sạch hay nhiễm đục của môi trường chung. Một lời nói thiếu chánh niệm, một sự che giấu nhỏ hay một cơn sân không được xử lý cũng có thể ảnh hưởng đến toàn bộ đời sống tu tập. Một Tăng đoàn vững mạnh là Tăng đoàn có khả năng tự điều chỉnh, tự phản tỉnh và tự làm sạch mình từ những điều nhỏ nhất. Từ đó có thể thấy rõ hai chiều phải đi cùng nhau, đó là tự làm sạch mình và góp phần làm thanh tịnh đại chúng. Người chỉ lo nhìn lỗi người khác, mà không tự thay đổi mình, sẽ tự ôm về mình nhiều phiền não, còn người chỉ lo giữ mình mà bỏ mặc đại chúng sẽ thiếu trách nhiệm. Khi cả hai chiều này được thực hành đúng, Tăng đoàn trở thành một cơ thể sống, có khả năng tự chữa lành và tự trở về với pháp.

Thanh tịnh hóa đại chúng cũng không thể dựa trên sân. Có người nghĩ rằng càng gắt thì càng giữ chúng mạnh, nhưng sân chỉ có thể ép chứ không thể làm thanh sạch. Nó làm người ta sợ, né và giấu, hơn là thật lòng nhận và sửa. Thanh tịnh hóa đúng pháp phải đi bằng pháp, bằng giới, bằng tâm quý, bằng từ tâm và sự rõ ràng. Có lúc cần nói thẳng, cần dứt khoát để bảo vệ giới pháp, nhưng vẫn không để sân, hận hay ác ý làm chủ. Đây là chỗ phân biệt rất rõ giữa uy nghiêm và nóng giận.

Những dấu hiệu của một đại chúng biết tự làm sạch là khi lỗi được nhắc đúng lúc, người có lỗi còn biết nghe và sửa, không khí chung không nặng vì giấu giếm, việc sám hối được xem là điều lành và sau va chạm đại chúng trở nên thanh tịnh hơn. Ngược lại,

khi ai cũng ngại nói sự thật, lỗi bị che vì sợ mất hình ảnh, việc nhắc lỗi dẫn đến tranh cãi thì dù bên ngoài vẫn yên, nhưng đó là dấu hiệu rất nguy hiểm.

Vì vậy, muốn dựng Tăng bền, phải dựng một văn hóa nhận lỗi và sửa lỗi đúng pháp. Người mới phải được dạy ngay từ đầu rằng có lỗi thì phải thấy, phải nói và phải sửa, không được nuôi tinh thần che đậy. Đại chúng phải quý sự thanh tịnh hơn sự dễ chịu ngắn hạn. Người hướng dẫn phải làm gương trong việc nhận lỗi, sửa lỗi và nhắc lỗi mà không nuôi ngã. Đồng thời, phải thiết lập những nề nếp giúp đại chúng thường xuyên trở về với sự trong sạch và gắn việc sám hối với mục tiêu giải thoát, để ai cũng thấy rằng sửa lỗi không chỉ để yên chuyện mà để không cho phiền não bám sâu hơn.

Từ toàn bộ nội dung, có thể kết tinh rằng nhắc lỗi, sám hối và thanh tịnh hóa đại chúng là những yếu tố rất cần thiết trong đời sống Tăng đoàn theo tinh thần Nikāya. Khi lỗi được thấy đúng, được nhắc đúng, được nhận đúng và được sửa thật, đại chúng không những không suy mà còn mạnh lên. Khi pháp được tôn lên, sự thật được giữ gìn, sám hối được thực hành và mọi người cùng quý trọng sự thanh tịnh, trong sạch thì Tăng đoàn sẽ có một sức sống rất lớn và khả năng tự bảo vệ mình lâu dài trong Chánh pháp.

Kệ Tóm Tắt:

Thấy lỗi chân thành nhắc nhở nhau,

Không vì trách móc, chỉ cầu cùng lên.

Biết nghe, biết sửa, biết quên,

Để tâm thanh tịnh vững bền đường tu.

Sơ Đồ Tóm Lược:

NHẮC LỖI – SÁM HỐI – THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG

|

NHẮC LỖI ĐÚNG PHÁP

Đúng lúc – Đúng cách – Từ tâm – Vì đại chúng

↓

NHẬN LỖI VÀ SÁM HỐI

Thấy lỗi – Nhận lỗi – Sửa lỗi – Không che giấu



THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG

Cùng giữ sự trong sạch – Không bao che lỗi – Tự phản tỉnh



KẾT QUẢ

Đại chúng thanh tịnh

Tăng đoàn tự điều chỉnh

Chánh pháp được bảo vệ

CHƯƠNG 14: SỐNG HỘ TRÌ NHAU TRONG PHÁP

Tăng đoàn không chỉ là nơi cùng ở, mà là nơi cùng nâng nhau đi lên. Vì vậy, một bước rất quan trọng trong việc dựng đời sống Tăng già là phải thiết lập được tinh thần sống hộ trì nhau trong pháp. Một đại chúng chân chánh không chỉ dừng lại ở việc không hại nhau, không phá nhau hay không chia rẽ nhau, mà còn phải biết nâng nhau, giữ nhau, trợ duyên cho nhau và cùng nhau lớn lên trên đạo lộ. Nếu sống chung mà chỉ giữ mức “ai lo phần nấy, miễn đừng phiền nhau” thì đại chúng ấy vẫn còn mỏng, chưa có sức sống của pháp.

Trong tinh thần Nikāya, Tăng đoàn thời Đức Thế Tôn là một đoàn thể cùng học, cùng tu, cùng nhắc nhở, cùng sách tấn, cùng tùy hỷ điều lành của nhau và cùng giữ nhau khỏi lui sụt. Chính vì vậy, muốn dựng Tăng mẫu mực cho hậu thế, không thể chỉ dựng giới luật, hòa hợp hay thanh tịnh bên ngoài, mà phải dựng được khí hậu hộ trì nhau trong pháp. Nơi nào có tinh thần ấy, người mới dễ bén rễ, người yếu dễ được vực dậy, người mạnh không cô độc, đại chúng có hướng đi lên rõ ràng và Chánh pháp có cơ hội tồn tại lâu dài.

Hộ trì nhau trong pháp không phải là chăm sóc nhau theo kiểu thế tục, không phải chỉ làm cho nhau dễ chịu, bênh nhau vì tình cảm hay giúp nhau những việc sinh hoạt thông thường. Những điều ấy có thể cần, nhưng chưa phải cốt lõi. Hộ trì trong pháp là giúp nhau đi đúng đạo lộ, thấy người kia yếu thì nâng, thấy người kia lệch thì nhắc, thấy người kia tinh tấn thì vui theo, thấy người kia lui sụt thì đỡ lại, và luôn lấy mục

tiêu giải thoát làm chuẩn chung. Đây là một loại tình thương rất cao, không chỉ muốn người khác dễ chịu hơn, mà muốn người ấy bớt phiền não, bền chí hơn, đúng pháp hơn và tiến gần giải thoát hơn.

Muốn làm được điều đó, phải có cả từ và trí. Nếu chỉ có từ mà thiếu trí thì dễ thành nuông chiều, còn nếu chỉ có trí mà thiếu từ thì dễ trở nên lạnh và cứng. Hộ trì đúng pháp là sự kết hợp của hiểu và thương, của rõ ràng và mềm mại, của thẳng thắn và xây dựng. Và đây cũng là một dấu hiệu lớn của một Tăng đoàn chân chánh, vì trong đại chúng ấy không ai bị bỏ mặc phải tự bơi một mình trên đạo lộ.

Đạo lộ không dễ đi. Người xuất gia phải đối diện với tập khí cũ, với tham sân, với hôn trầm, nghi hoặc, với những va chạm trong đại chúng và những giai đoạn khô, nặng, chậm. Nếu không có sự nâng đỡ đúng pháp từ đại chúng, rất dễ mỏi, dễ chùng và có khi lui sụt mà chính mình cũng không nhận ra. Vì vậy, cùng nâng nhau không có nghĩa là can thiệp sâu vào đời sống riêng của nhau, mà là có sự lưu tâm, sự nhạy cảm và sự hiện diện đúng lúc, đủ để người kia không bị rơi. Đây chính là điều làm cho đại chúng có “linh hồn”, không còn là một tập hợp người ở gần nhau, mà là một đoàn thể cùng đi chung về một hướng.

Một trong những biểu hiện rõ nhất của tinh thần hộ trì là thấy người lui sụt và biết nâng đỡ. Lui sụt không phải lúc nào cũng lộ ra rõ ràng, có thể chỉ là mất sinh khí, ít tham gia công phu, lời nói khô hơn, ánh mắt nặng hơn hoặc dần rút khỏi nhịp sống của đại chúng. Người có tâm hộ trì sẽ không chậm trước những dấu hiệu ấy. Nhưng nâng đỡ không phải là ép buộc hay trách mắng ngay, mà là biết gần gũi, lắng nghe, nhắc đúng chỗ, gọi lại chí nguyện và giúp người kia có con đường quay lại. Có khi chỉ một lời nói đúng lúc, một sự hiện diện đúng lúc đã giữ được một người khỏi trượt dài.

Bên cạnh đó, thấy người yếu biết trợ duyên cũng là một trí rất cần. Không phải ai trong đại chúng cũng mạnh như nhau. Có người giữ giới tốt nhưng định yếu, có người học tốt nhưng dễ tự ái, có người siêng nhưng thân yếu, có người có chí nhưng tâm dễ nản. Hộ trì không phải giúp theo ý mình, mà giúp đúng cái người kia đang cần. Có khi là nhắc giờ công phu, có khi là ngồi cùng một thời thiền, có khi chỉ là không nói thêm khi người kia đang nặng, hoặc âm thầm giữ cho họ không rơi khỏi nếp tu.

Ngược lại, thấy người tinh tấn mà biết tùy hỷ là một phẩm chất rất đẹp và rất quan trọng. Nếu không tùy hỷ, tâm rất dễ sinh ganh, so sánh hoặc khó chịu khi thấy người khác tiến bộ. Đây là một độc tố rất nguy cho đại chúng. Tùy hỷ giúp mở rộng tâm, cắt ganh tỵ và biến sự tiến bộ của người khác thành niềm vui chung. Nhờ đó, người đi lên không bị cô độc, mà được đại chúng nâng đỡ đúng pháp.

Tăng đoàn cũng phải rất cảnh giác với hai điều âm thầm phá hoại là ganh và kéo nhau xuống. Ganh có thể rất kín, nhưng khi đã có thì đại chúng sẽ không thật sự yêu thương nhau. Thậm chí kéo nhau xuống còn nguy hiểm hơn, khi người này làm yếu người kia, làm lệch người kia hoặc kéo người kia ra khỏi nếp tinh tấn. Một đại chúng như vậy sẽ không còn là nơi đi lên, mà trở thành nơi giữ nhau ở lại hoặc kéo nhau xuống.

Chính vì vậy, Tăng đoàn chân chánh phải là một đoàn thể cùng nhau đi lên. Không phải ai cũng giống nhau về căn cơ hay tốc độ, nhưng tất cả cùng hướng về một mục tiêu chung là giải thoát. Khi hướng này rõ, người mạnh không kiêu, người yếu không tuyệt vọng, người đi trước không bỏ mặc, người đi sau không lười học. Đây là hình ảnh rất đẹp và rất đúng của một Tăng già có pháp.

Tuy nhiên, cần phân biệt rõ rằng hộ trì nhau không phải là bao che nhau. Bao che là giữ cho cái sai tiếp tục tồn tại, là làm mờ pháp và làm hại đại chúng. Hộ trì đúng pháp là thấy sai thì giúp sửa, giúp quay lại, với tâm từ và trí. Đồng thời, hộ trì cũng không phải là kiểm soát nhau quá mức. Nếu soi nhau quá kỹ, can thiệp quá sâu, làm người khác ngột ngạt thì đó cũng là lệch. Hộ trì phải có chừng mực, biết khi nào nên nói, khi nào nên im, khi nào nên gần và khi nào nên lui.

Trong đời sống cụ thể, tinh thần hộ trì thể hiện qua những việc rất đơn giản nhưng rất thật, như nhắc nhau giữ thời khóa, rủ nhau cùng tinh tấn, góp ý đúng lúc, tùy hỷ khi người khác tiến bộ, không nói lời làm suy ý chí và không kéo nhau vào những chuyện vô ích. Những điều nhỏ như vậy nếu được giữ đúng sẽ tạo thành một khí hậu rất mạnh cho đại chúng.

Khi một Tăng đoàn thật sự sống hộ trì nhau trong pháp, người yếu sẽ không bị bỏ rơi, người tiến bộ không bị ganh tỵ, người mới có chỗ nương để học, người cũ không bỏ mặc, vợ và toàn bộ đại chúng có một hướng đi lên rõ ràng. Ngược lại, khi tinh thần này suy, sẽ xuất hiện tình trạng mạnh ai nấy sống, thấy người lui sụt mà mặc kệ, thấy người tiến bộ mà khó chịu, đại chúng tuy ở chung nhưng thiếu lực nâng đỡ thật sự.

Từ tất cả những điều đó, có thể kết lại rằng sống hộ trì nhau trong pháp là một nét rất quan trọng của Tăng đoàn chân chánh trong Nikāya. Người xuất gia không chỉ tránh hại nhau, mà còn phải biết cùng nâng nhau trên đạo lộ, thấy người lui sụt thì nâng đỡ, thấy người tinh tấn thì tùy hỷ, không ganh, không kéo nhau xuống và luôn giữ mục tiêu giải thoát chung.

Cho nên, trong công trình Dựng Tăng phải dựng thật sâu điều này, rằng muốn Tăng đoàn mạnh thì đại chúng phải trở thành nơi người tu được nâng lên trong pháp. Khi người yếu được nâng đỡ, người mạnh được chia vui, người mới được dạy dỗ, người cũ không bị bỏ mặc và tất cả mọi người cùng hướng thượng, thì Tăng già sẽ có một sức sống rất lớn và rất gần với hình ảnh đoàn thể thời Đức Thế Tôn.

Kệ Tóm Tắt:

*Thấy người lui bước đỡ nâng,
Thấy người tinh tấn, vui mừng sẻ chia.
Cùng nhau gìn giữ đạo đời,
Dựng nên Tăng bảo rạng ngời thế gian.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

SỐNG HỘ TRÌ NHAU TRONG PHÁP

|

Cùng nâng nhau trên đạo lộ
Không chỉ cùng ở
Mà cùng lớn lên trong Chánh pháp

↓

HỘ TRÌ ĐÚNG PHÁP

Nâng người yếu
Nhắc người lệch
Vui theo người tinh tấn
Cùng hướng giải thoát

↓

TỪ VÀ TRÍ

Từ mà không nuông chiều
Trí mà không cứng lạnh

Hiếu và thương

Thẳng thắn và xây dựng



NÂNG ĐỖ ĐÚNG LÚC

Thấy người lui sụt thì nâng

Thấy người yếu thì trợ duyên

Không để huynh đệ rơi khỏi nếp tu



TÙY HỖ VÀ CÙNG ĐI LÊN

Vui theo điều thiện

Không ganh tỵ

Không kéo nhau xuống

Cùng hướng về giải thoát



HỘ TRÌ KHÔNG PHẢI BAO CHE

Thấy sai thì giúp sửa

Không kiểm soát quá mức

Từ bi và trí tuệ

Đúng lúc – Đúng chừng mực



THỰC HÀNH TRONG ĐỜI SỐNG

Nhắc nhau thời khóa

Cùng tinh tấn

Góp ý đúng lúc

Không làm suy ý chí nhau



KẾT QUẢ

Người yếu được nâng đỡ

Người mạnh được chia vui

Đại chúng cùng hướng thượng

Tăng đoàn vững mạnh trong Chánh pháp.

CHƯƠNG 15: XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU!

Trong đời sống xuất gia, nếu không biết sống với nhau cho đúng pháp, thì dù có tu tập bao nhiêu, đời sống ấy vẫn khó đi đến an ổn và giải thoát. Vì vậy, chúng ta phải thực tập thương nhau, thực tập hòa hợp, kính trọng và sống hòa kính với nhau. Đây chính là những điều tâm niệm căn bản của người tu. Người xuất gia đã rời bỏ cha mẹ, ông bà, anh chị em, con cháu, bà con quyến thuộc; rời bỏ mái ấm thế gian để đi tìm con đường giải thoát. Trong hành trình ấy, những người sống chung với chúng ta không còn là người xa lạ, mà chính là huynh đệ, là tử muội, là những người cùng chung lý tưởng, cùng chung chí hướng, cùng đi về một mục đích. Vì vậy, phải biết quý trọng nhau, cung kính nhau, biết sống hòa hợp với nhau; phải dẹp bỏ những tâm nhỏ nhặt, hẹp hòi, phải dẹp bỏ những tâm đố kỵ, ganh tỵ, hơn thua.

Mỗi ngày phải tự nhắc bản thân rằng: **mình là người tu**. Nếu người tu mà còn sống với tâm ích kỷ, hẹp hòi, sân hận đối với các vị đồng Phạm hạnh, thì đó là một vết nhục, một vết nhơ, là điều đáng xấu hổ. Không phải xấu hổ với người khác, mà xấu hổ với chính con đường mình đã chọn. Xấu hổ với chiếc y mình đang mặc. Xấu hổ với lý tưởng giải thoát mà mình đang mang. Thật sự xấu hổ cho một người xuất gia mà vẫn nuôi dưỡng những tâm phàm phu thấp hèn như vậy, đó là những tâm cấu uế, nhơ nhớp cần phải được đoạn trừ. Vì vậy, phải sám hối ngay khi nhận ra, không chờ đến ngày sám hối. Ngay trong giây phút đó, phải sám hối với Tam Bảo, sám hối với chính tự tâm mình, sám hối với lý tưởng cao thượng của đời sống xuất gia, và sám hối với mục đích cứu cánh của Phạm hạnh giải thoát.

Trong đời sống tu tập, có những điều tưởng rất nhỏ nhưng lại là gốc của tất cả đổ vỡ. Ví dụ, đối với những người mà ta không thích, ta thường nhìn họ bằng con mắt

thành kiến, thiên lệch, ta để ý từng việc làm, từng hành động của họ rồi sinh ra khó chịu, thậm chí còn tìm lỗi, nhớ lỗi, rồi nói về lỗi của họ. Đó là cái nhìn của thường tình, của thế tục, của tham, sân, si, của vô minh và bản ngã. Nhưng sau khi học pháp, khi có chánh kiến, sự thấy biết của chúng ta phải có sự chuyển đổi. Biết người đó khổ đau, người đó bị bệnh, đáng thương, đáng tội nghiệp. Người đó cần tình thương, cần sự giúp đỡ, cần sự thông cảm. Người đó khổ cũng giống như mình đang khổ, người đó bế tắc cũng giống như mình đã từng đi đến ngõ cụt. Từ đó trí tuệ mới sanh khởi. Chỉ có biết bằng trí tuệ thì mới chấm dứt khổ, còn tất cả những cái biết phàm tình đều dẫn đến khổ.

Thế nhưng, một ngày hai mươi bốn giờ, tự hỏi mình sống với trí tuệ được bao lâu? Đối với những vị cùng tu tập, cùng phiên bếp, cùng lao tác, cùng nơi ở... ở sát bên cạnh ta, ta có nhìn thấy họ khổ không? Hay ta chỉ canh chừng để bắt lỗi? Tìm lỗi người khác như tìm thóc trong gạo, còn lỗi mình thì che đậy như kẻ gian giấu bài. Người ta bảy phần tốt, ba phần xấu; mình bỏ bảy phần kia, chỉ khai thác triệt để ba phần xấu, nghĩ về nó, nói về nó, lan truyền cho mọi người về điều đó và đó chính là nguyên nhân của khổ.

Nghĩ tới đây phải thấy xót xa. Ngoài đời, cha mẹ mang nặng đẻ đau, đổi cả sinh mạng để sinh mình ra, rồi nuôi dạy ta lớn khôn bằng mồ hôi, nước mắt, máu và sữa. Vậy mà chỉ cần một câu nói không vừa ý là mình có thể giận, có thể nói nặng lại ba mẹ. Đó là vì mình chỉ nhìn lỗi mà không nhìn ân, sống thường quên lãng bao ân đức, rồi cứ cất giữ lỗi người. Trong đời sống huynh đệ cũng vậy, khi mình bệnh thì có người bụng cháo, khi mình mệt thì có người giúp đỡ, khi mình yếu thì mọi người đỡ đần nhưng chỉ cần một lời sơ suất, một hành động không vừa ý, là mình quay lưng với những người ân nghĩa, không còn nhìn nhau, không còn muốn gặp nhau. Tất cả ân nghĩa trước đó bị xóa sạch, chỉ còn giữ lại sự bức bối, khó chịu trong tâm, ngày qua ngày cứ nung nóng sân giận và khi lửa sân càng sâu âm ỉ thì càng khó dập tắt.

Chưa dừng lại ở đó, có khi chúng ta còn đem cái khổ đó đi lan ra. Một mình giận chưa đủ, phải rủ thêm người khác giận chung. Càng nhiều người cùng bức, bản ngã càng vui thích. Một tâm thích soi lỗi, thích hơn thua, thích tìm sự đồng tình — đó là một cái tâm đang bệnh. Và nếu không chữa, thì bệnh đó sẽ lan ra, không chỉ làm mình khổ mà còn làm khổ cả đại chúng. Cho nên kẻ thù của chúng ta không phải là ai khác bên ngoài, mà chính là cái tâm ác độc này. Tất cả oan gia trái chủ đều bắt nguồn từ cái tâm này. Muốn hóa giải tận gốc thì phải diệt tận nó. Phải làm cho trí tuệ sống dậy. Phải thấy tất cả đều đang khổ, thương nhau còn không hết, giúp nhau còn không hết — vậy mà đi soi mói lỗi nhau để làm gì? Tự hỏi mình: *“Ta vào đây để làm gì? Bỏ cha bỏ mẹ vào chùa để đi kiếm lỗi người ta hay sao? Sao mình đại khờ quá vậy?”*. Phải tác ý

mãnh liệt như vậy. Phải diệt tận tâm bất thiện đó đến không còn một hạt bụi. Khi đó tự nhiên tâm hiện lại, đức hạnh hiện ra, lòng tri ân tràn ngập, tình thương mở ra minh mông.

Như vậy, có thể nói rằng, trọng tâm của công trình Dựng Tạng Thánh Điển, nhìn lại cho thật sâu, cho thật thẳng, thì tất cả mọi vấn đề cũng chỉ quy về một điểm duy nhất, nghe qua tuy thật đơn giản nhưng rất khó để thực hành trọn vẹn, đó là năm chữ: **Xin đừng làm khổ nhau!** Đây chính là trái tim của Thánh điển, cũng là đề tài thiền quán vĩ đại cho tất cả người tu chiêm nghiệm và thực hành. “Xin” là cúi xuống, là tha thiết cầu mong. “Đừng” là dừng lại. “Làm khổ” là những hành động, lời nói, suy nghĩ trong tham, sân, si, vô minh, bản ngã của mình. “Nhau” là thấy không có mình riêng, người riêng, mà tất cả đều là những ngũ uẩn vô thường, còn chìm nổi trong vô minh và khát ái đang tu tập để thoát khổ. Khổ như vậy đủ rồi, khổ như vậy là tận cùng rồi, còn muốn tiếp tục nữa sao? Vào chùa mà vẫn đi kiếm chuyện làm khổ nhau thì tu để làm gì? Mỗi ngày mở mắt ra tu tập cho đến khi đi ngủ là phải sống với câu này. Chỉ cần thể nhập một chữ là tâm từ sẽ tràn ngập. Khi ấy đối với những người mình không thích, không thương chỉ còn lại một một dòng suối mát ngọt ngào của tâm từ dành cho họ và đó cũng chính là mình đang tự thương mình

Cho nên, người tu phải thường xuyên nhớ đến nỗi khổ của đời sống này, nhớ đến sự biến hoại của thân này, sự mê mờ của tâm thức này, và sự khao khát không cùng tận đối với các cảm giác. Khi thấy được như vậy, tâm tự nhiên sinh khởi một sự xấu hổ rất sâu sắc. Xấu hổ với chính cái thân mong manh, bất tịnh này; xấu hổ với những mê lầm còn tồn tại trong nội tâm. Và khi đã thường xuyên thấy như vậy, nhớ như vậy, quán như vậy, thì không thể nào còn sống trong bất hiếu, bất kính; không thể nào còn gây ra bất hòa, làm khổ nhau trong các mối quan hệ từ cha mẹ, vợ chồng, cho đến huynh đệ, thầy trò. Khi thật sự thấy khổ, người ta chỉ còn thương nhau, giúp nhau, chứ không thể tiếp tục gây thêm oan trái.

Chính sự thấy khổ này là chìa khóa giải quyết tất cả vấn đề trong tu học. Khi thấy khổ, tâm từ tự nhiên sinh khởi; khi thấy khổ, lòng bi tự nhiên mở ra; khi thấy khổ, người ta buông bỏ được dục lạc thế gian và hoan hỷ với đời sống tu học; khi thấy rõ sự vô thường, biến hoại, người ta buông xuống, nhả ra, lìa bỏ những dính mắc sâu kín nhất. Khi thấy khổ đến tận cùng, người tu không còn tranh giành với ai, không còn hơn thua với ai, không còn muốn khẳng định mình trước bất kỳ ai. Nếu còn hơn thua, còn chấp đúng sai, còn ganh tỵ, đố kỵ, thì phải thấy rõ: đó là dấu hiệu của vô minh chưa

được đoạn trừ. Ngay khi những tâm ấy khởi lên, phải quay lại đối diện thẳng với chính mình: “*Tâm này còn muốn khổ nữa sao?*”. Phải nhắc như vậy, phải cắt đứt ngay từ gốc. Bởi vì chỉ cần thấy rõ Khổ Thánh Trí thì có thể giải quyết tất cả. Thấy khổ thì giảm khổ, bớt khổ, lia khổ và cuối cùng là chấm dứt khổ.

Người tu phải liên tục nhắc mình: hãy nhớ đến nỗi khổ này, hãy nhớ đến thân bệnh, tâm bệnh này. Cũng như khi đối diện với cái chết. Nếu mỗi người biết rằng mình có thể chết bất cứ lúc nào, có thể hôm nay, ngày mai, hoặc ngay trong khoảnh khắc này thì còn gì để hơn thua, còn gì để tranh giành? Còn gì để đối đầu với cha mẹ, với huynh đệ, với thầy tổ? Khi cái chết được quán chiếu thường xuyên, mọi tranh chấp đều trở nên vụn vặt trong vòng luân hồi từ vô thủy kiếp đến nay. Khi đã thấy như vậy mà vẫn còn muốn hơn thua, muốn đấu đá, thì sự tu tập này thật sự vô nghĩa.

Những gì ta giận ghét, hay thương mến cũng phải thấy rõ đó là duyên sanh, vô thường, khổ đau và vô ngã. Nếu không thấy như vậy thì sẽ bị nó cuốn đi suốt đời trong nước mắt và buồn đau. Khi nhìn cuộc đời với sự thật như vậy, ta thấy rằng, không có ngày nào người tu chúng ta thật sự được sống an ổn. Nhìn quanh, không thấy có gì đáng vui trong thế giới vô ơn này, một thế giới bạc nghĩa, vô tình, giả dối, một thế giới không đáng để lưu luyến. Vì vậy, phải nhanh chân, phải mạnh tay mà thoát ra khỏi cái hôn ám ấy. Phải nhiếp phục, phải chế ngự, thì mới thấy được sự nguy hiểm tột cùng của nó; phải thấy cái khổ cho đến tận cùng thì mới sanh tâm nhàm chán, mới có thể ly tham. Chỉ khi thấy rõ sự sanh diệt của cuộc đời này, chúng ta mới có thể thoát mau, thoát lẹ, thoát nhanh ra khỏi biển lửa này, biển nước mắt này, biển máu này.

Không có gì đáng để mong chờ. Không có ai đáng để bám víu. Không có gì đủ để đặt niềm tin. Chỉ còn một con đường: quay lại chính mình. Tự tin nơi mình, tự nỗ lực nơi mình, tự nương tựa nơi mình trong Chánh pháp, để tự tiến, tự cường, tự lực, tự tu, tự hành, và tự thành Phật đạo. Phải dồn toàn bộ tâm lực vào đó, để thành tựu chánh tri kiến, để tự mình bước đi trên Thánh đạo, không còn trông chờ, không còn nương dựa vào bất cứ điều gì bên ngoài.

Nếu không, khổ đau sẽ tiếp tục. Không chỉ mình khổ, mà cha mẹ mình khổ, dòng họ mình cũng tiếp tục khổ. Trong cái ngõ cụt không lối ra này, thế gian hiện ra trống rỗng, vô tình, vô nghĩa, vô thường, vô ngã, giả dối đến tận cùng. Chỉ khi nhìn thấu được như vậy, chúng ta mới có thể nhàm chán đến tận gốc, mới có thể ly tham và đi đến giải thoát. Và cũng chỉ khi thấy như vậy, chúng ta mới thoát khỏi ách thống trị của ngũ uẩn, không còn bị kéo đi bởi hình bóng, cảm giác, suy nghĩ và nhận thức vô minh, từ đó mới thật sự bước ra.

Vì vậy, hãy cùng nhau bước đi, cùng nhau nâng đỡ, cùng nhau tiến lên trên con đường diệt khổ. Hãy đập tan bản ngã cá nhân, phá vỡ thân kiến, hòa mình vào trong một đời sống hòa kính. Hãy làm cho tâm mình trở nên mềm mại, nhu nhuyến, dễ sử dụng. Hãy làm cho tâm ấy trở nên ngọt ngào, tràn đầy tình thương và lòng bi mẫn. Hãy nếm cho được hương vị của đời sống viễn ly. Khi ánh sáng của tuệ giác đã chạm vào tim, thì phải đem ánh sáng ấy soi chiếu chính mình. Hãy lấy tình thương và trí tuệ làm món quà cao thượng nhất để dâng lên cha mẹ, tổ tiên, thầy tổ, và tất cả những người thân thương. Hãy đem sự an lạc ấy trao tặng cho cuộc đời. Phải quyết tâm thành tựu cho được một nội tâm hiền đức — một tâm hiền hòa, hiền kính, một tâm biết xấu hổ, biết sợ hãi đối với bản ngã. Khi tâm ấy thành tựu, đời sống sẽ trở nên rộng mở như hư không, bao la như đại ngàn, và trong sáng như ánh sáng của trí tuệ.

Cuối cùng, mỗi người tu chúng ta xin hãy giữ lại cho mình một điều duy nhất, không cần nhiều nhưng hãy giữ cho thật sâu, giữ cho thật chắc, giữ cho đến hơi thở cuối cùng năm chữ: “**Xin đừng làm khổ nhau**”!

Kệ Tóm Tắt:

*Cùng vun Phạm hạnh một lòng,
Cùng xây Tăng bảo vững bền ngàn sau.
Muôn đời Chánh pháp bền lâu,
Khởi từ một niệm không làm khổ nhau.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU!

|

THƯƠNG NHAU ĐÚNG PHÁP

Quý trọng huynh đệ – Bỏ hơn thua – Sống hòa kính

↓

CHUYÊN HÓA CÁI NHÌN

Không soi lỗi – Thấy người đang khổ – Khởi tâm từ bi – Diệt tâm ác

↓

XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU

Dừng thân ác – Dừng khẩu ác – Dừng ý ác – Sống bằng tình thương



QUÁN KHỔ

Thấy vô thường – Thấy cái chết – Buông bỏ ngã – Quyết tâm giải thoát



KẾT QUẢ

Tâm hiền thiện

Đại chúng an vui

Cùng đi đến giải thoát

CHƯƠNG 16: NHẢY GỬI NGƯỜI XUẤT GIA

Người tu chúng ta đang mang trên mình một danh xưng rất lớn và một trách nhiệm rất sâu. Người xuất gia được gọi là “chư tôn hiền đức”, mà “tôn” là bậc đáng được tôn kính, đáng được chấp tay, đáng được đánh lễ; “hiền đức” là người có tâm hiền và đức hạnh. Danh xưng đó không phải để gọi cho đẹp, mà là một chuẩn mực sống. Vì vậy, mỗi người phải tự hỏi lại chính mình: mình đã thật sự hiền chưa, hay bên trong vẫn còn đầy rẫy tham ái, sân hận, bực bội, hơn thua, ganh tỵ, ích kỷ, phô trương và bản ngã?

Chính vì vậy, lớp áo cà sa không phải lúc nào cũng là phước; nếu tu không đúng, nó có thể trở thành một đại họa. Phải thấy thật rõ: người xuất gia được nuôi bằng sự cúng dường, bằng niềm tin của những người đáng tuổi cha mẹ, ông bà. Họ quỳ xuống lạy, họ dâng cúng, vì họ tin rằng người tu là người ly dục, có giới hạnh, có thiền định, có trí tuệ. Nếu mình không có những điều đó mà vẫn nhận, thì món nợ ấy là một món nợ rất lớn, rất nặng; nếu không trả bằng tu tập thì sẽ phải trả bằng khổ đau.

Vì vậy, người tu không cần làm nhiều việc, chỉ cần làm một việc: diệt tận tham, sân, si, vô minh và bản ngã. Làm được điều này là ruộng phước vô thượng; nếu không làm được, thì dù có làm gì đi nữa, vẫn chỉ là người mang nợ. Phải quán chiếu sâu sắc để sanh tâm khiếp sợ đối với tham, sân, si khi chúng khởi lên; phải thấy đó là con đường đi xuống, không phải con đường đi lên. Nhìn lại những người đi trước, không

khó để thấy rằng, có rất ít người thật sự dấn thân trên con đường ly tham, rất ít người thật sự quyết liệt với nội tâm của mình. Chính điều đó phải làm cho người tu giặt mình, phải lo sợ cho đời tu của mình, không ai tu thay mình được. Nếu buông lung, nếu phóng dật, nếu sống theo thói quen, thì con đường rơi xuống là rất nhanh.

Chúng ta đang sống trong một môi trường rất hiếm có — một đời sống thanh tịnh, hòa hợp, biệt lập giữa đất trời — nên càng phải biết trân quý, giữ gìn. Sự bình an này không tự nhiên mà có; nó phải được nâng niu và gìn giữ từng ngày. Cốt lõi của đời sống ấy là tình huynh đệ. Phải thương nhau, kính nhau, hiểu nhau, cảm thông và bao dung cho nhau. Phải học cách thương nhau đúng pháp, không phải thương theo tình cảm thế gian, mà là thương bằng trí tuệ: thấy người kia khổ thì thương, thấy người kia sai thì giúp, không phải để phán xét mà để nâng đỡ. Phải sống với nhau bằng tâm từ, trước mặt cũng vậy, sau lưng cũng vậy; phải hỗ trợ nhau trong những điều nhỏ nhất, vì chính những điều nhỏ ấy làm nên nếp sống lớn. Phải thương nhau, kính nhau, quý nhau, trọng nhau, hiểu nhau; phải cảm thông, tha thứ, bao dung và độ lượng cho nhau. Phải làm cho nơi mình sống trở thành một Thánh địa — một nơi thanh tịnh, hòa lạc, đáng để nương tựa. Hãy làm cho những con người ở đây trở thành hiền thiện, hiền lành, hiền lương, hiền hậu, hiền đức, hiền hòa, hiền dụ, hiền từ — và từng bước đi đến chỗ Hiền Thánh.

Hãy sống sao cho thật xứng đáng. Xứng đáng với chiếc y mình đang mặc, xứng đáng với danh xưng mình đang mang, xứng đáng với sự cúng dường mình đang nhận, và xứng đáng với con đường mình đã chọn. Đừng làm ô uế hai chữ “Tỳ-kheo”, đừng làm xấu hổ danh từ “xuất gia”, đừng biến đời tu thành một đời sống trống rỗng. Hãy sống cho trong sạch! Hãy sống cho cao đẹp! Hãy sống cho thanh tịnh! Hãy sống ly tham! Hãy sống hướng thượng!

Mỗi ngày trôi qua, hãy giữ lửa cho đời tu của mình. Đừng để ngọn lửa tu tập bị nguội lạnh. Phải quyết liệt tu tập cho đến hơi thở cuối cùng. Phải sống sao cho rực sáng, chói sáng, bừng sáng trong mọi phút giây, để khi gục ngã xuống, ta có thể mỉm một nụ cười — không hối hận, không hối tiếc. Phải sống cho rực sáng, chói sáng, bừng sáng, tỏa sáng trong Thánh Pháp này. Đừng sống trong bóng đêm, trong mù lòa, trong ngục tù, trong xiềng xích. Hãy sống mạnh mẽ, hãy thoát ra, vượt ra, nhảy ra, vượt thoát khỏi tất cả những trói buộc ấy. Phải sống sao cho rực sáng trong từng hành động, rực sáng trong từng lời nói, rực sáng trong từng ý nghĩ. Đừng chui vào chỗ tăm tối của sân hận và bản ngã. Đừng sống trong sự thấp hèn của hơn thua và ganh tỵ. Đừng sống hai mặt — trên thiên đường thì trang nghiêm, mà ra ngoài lại buông lung. Người tu phải

sống nhất quán: ở đâu cũng là người tu, lúc nào cũng là người tu; phải giữ được sự trầm tĩnh, trầm lặng, trầm mặc — vì đó là nền của đạo pháp.

Hãy sống trong sự năng động, trong ngọn lửa cháy bỏng, trong sự rực sáng — dầu chỉ còn một hơi thở nữa rồi gục ngã, cũng phải gục ngã trong vinh quang. Hãy chết trong ánh sáng, hãy chết trong sự chiến đấu, hãy chết trong sự kiêu hùng, hãy chết trong sự hùng liệt, hùng anh, hùng dũng, hùng tâm tráng chí. Dù chết cũng không bỏ cuộc. Dù có ngã, cũng ngã trong Thánh pháp; dù có thua, cũng thua trong Thánh đạo và chính từ đó mà đi đến chiến thắng. Còn một hơi thở cũng phải sống cho oanh liệt, tu cho đến tận cùng. Da ngựa bọc thây, cũng phải chết trên chiến trường tâm linh, chiến trường của tham, sân, si, cho đến khi bản ngã và vô minh bị tiêu diệt hoàn toàn, không còn dấu vết. Hãy làm cho mình mạnh mẽ lên và hướng tâm đi theo đấng chiến thắng, Hãy chiến thắng hết tất cả những dục, tham, sân, si, vô minh, bản ngã ác độc, đó là những kẻ thù trong vô lượng kiếp của chúng ta. Phải hạ gục, đánh gục, đánh sập, đánh vỡ, đánh tan, đánh nát và lập đại chiến công!

Kệ Tóm Tắt:

*Nguyện sống xứng đáng chiếc y,
Một đời gìn giữ đường đi Phật truyền.
Dựng Tảng từ lửa tâm thiêng,
Diệt tham, diệt ngã, sáng miền Thánh tâm.*

Sơ Đồ Tóm Lược:

NHẢ GỬI NGƯỜI XUẤT GIA

|

XỨNG ĐÁNG NGƯỜI XUẤT GIA

Danh xưng hiền đức – Xứng đáng áo ca-sa – Báo ân đàn-na

↓

QUYẾT TÂM TU TẬP

Diệt tham – sân – si

Quyết liệt với bản ngã

Không buông lung



SÓNG CAO ĐẸP

Thương kính huynh đệ – Giữ thanh tịnh – Sống nhất quán – Hướng thượng



LỜI NHẮN CUỐI

Giữ lửa đời tu

Chiến thắng chính mình

Thành tựu Thánh đạo

PHẦN 4: DỤNG SỨ MỆNH DUY TRÌ CHÁNH PHÁP

Trong toàn bộ công trình Dụng Tăng, nếu chỉ dừng lại ở việc hoàn thiện đời sống cá nhân, thì Tăng đoàn vẫn chưa trọn vẹn ý nghĩa. Người xuất gia không chỉ tu cho riêng mình, mà còn mang một trách nhiệm lớn hơn, đó là giữ gìn và truyền bá Chánh pháp. **Vì vậy, muốn dụng Tăng đúng nghĩa, phải dụng sứ mệnh truyền bá Chánh pháp như mạch sống của toàn bộ Tăng đoàn.** Ngay từ thời Đức Thế Tôn, Tăng đoàn không được hình thành để khép kín, mà để đi vào đời, vì lợi ích cho số đông, vì an lạc cho chư thiên và loài người. **Điều này cho thấy truyền bá Chánh pháp không phải là phần phụ, mà là sứ mệnh cốt lõi của Tăng đoàn.**

Nhưng Chánh pháp không thể được giữ và truyền chỉ bằng ý chí. Nó phải đi qua một dòng sông rất rõ, đó là học, hành, chứng và truyền. Nếu một trong những mắt xích này bị đứt, toàn bộ dòng chảy sẽ suy yếu. **Vì vậy, dụng sứ mệnh truyền pháp trước hết là dụng dòng học – hành – chứng – truyền liền mạch.**

Học là cửa vào, giúp người xuất gia thấy đúng con đường, thấy đúng mục tiêu và không đi lạc vào cảm tính hay kinh nghiệm chủ quan. Nhưng học nếu chỉ dừng ở chữ nghĩa, thì pháp vẫn ở ngoài đời sống. Học đúng phải dẫn đến hành, nếu không, Chánh pháp sẽ trở thành trí nhớ chứ không phải con đường. Hành là làm cho pháp trở thành đời sống. Không phải giữ hình thức, mà là làm cho tham giảm, sân giảm, si giảm thật trong từng sinh hoạt. Khi pháp đi vào thân, khẩu, ý, thì đời sống bắt đầu đổi khác. Hành đúng là nơi Chánh pháp bắt đầu sống. Khi hành có kết quả, dù nhỏ hay lớn thì đó đều là sự thực chứng. Dù cho không phải là những thành tựu lớn, nhưng đó là những chuyển hóa thật trong nội tâm. Chính nơi đây, pháp không còn là điều chỉ được nghe lại, mà thật sự đã sống trong đó. Chứng nghiệm làm cho lời nói của người tu có gốc sống và có lực.

Từ nền ấy, việc truyền trao Chánh pháp mới thật sự có ý nghĩa. Truyền không phải là lặp lại lời đã học, mà là chuyển tải một con đường đang sống. Nếu thiếu học và hành, truyền sẽ rỗng. Nếu thiếu truyền, Chánh pháp sẽ không tiếp nối. Truyền pháp đúng nghĩa là làm cho con đường giải thoát tiếp tục sống trong đời.

Tuy nhiên, truyền pháp không bắt đầu từ lời nói, mà bắt đầu từ đời sống. Một Tăng đoàn sống thanh tịnh, có giới, có định, có tuệ và có hòa hợp chính là bài pháp lớn nhất. Người đời nhìn vào đó mà khởi lòng tin, thấy được một con đường khác với thế tục. Chính đời sống của Tăng đoàn là bài pháp sống động nhất.

Khi Chánh pháp được sống như vậy, Tăng đoàn không chỉ truyền pháp bằng lời, mà còn trở thành ruộng phước của thế gian. Người cư sĩ nương vào đó mà tăng trưởng tín, giới, thí và tuệ. Sự hộ trì lúc này không còn là cho một cá nhân, mà là nuôi dưỡng một con đường giải thoát còn hiện diện giữa đời. Tăng đoàn thanh tịnh chính là mảnh đất lành để phước và tuệ của nhân thiên được lớn lên.

Nếu Tăng đoàn giữ mình trong sạch, sống đúng pháp và truyền trao đúng pháp, thì sự hiện diện ấy đã là một ân đức rất lớn. Ngược lại, nếu sống sai pháp, không chỉ tự làm yếu mình mà còn làm tổn thương lòng tin của thế gian. Vì vậy, giữ mình thanh tịnh không chỉ là tu cho mình, mà là giữ ruộng phước cho đời.

Chính từ đây, ý nghĩa gánh vác nhân thiên trở nên rõ ràng. Người xuất gia không chỉ sống cho riêng mình, mà đang giữ một vai trò rất lớn đối với thế gian, giữ Chánh pháp, giữ phước điền và giữ con đường giải thoát cho nhiều người. Gánh vác nhân thiên không phải bằng việc lớn lao, mà bằng đời sống đúng pháp mỗi ngày.

Một vị xuất gia thanh tịnh có thể làm sống dậy tín tâm nơi người khác. Khi thấy oai nghi, đời sống giản dị và tâm hướng thượng, người khác sẽ phát sinh kính, tin và muốn học pháp. Ngược lại, nếu Tăng sống sai, tín tâm rất dễ bị tổn thương. Mỗi hành vi của người xuất gia đều có thể nâng hoặc làm suy lòng tin của thế gian.

Không chỉ tín, mà giới, thí và tuệ của cư sĩ cũng nương vào Tăng đoàn mà tăng trưởng. Tăng giữ giới, cư sĩ hiểu giới sâu hơn. Tăng sống xứng đáng, cư sĩ bố thí với lòng kính và hoan hỷ. Tăng nói pháp đúng, trí tuệ được mở ra. **Do đó, Tăng đoàn không chỉ sinh phước, mà còn làm sinh tuệ cho thế gian.**

Từ góc nhìn này, giữ mình thanh tịnh chính là một sự báo ân rất sâu. Người xuất gia sống nhờ đàn-na tín thí, nhờ sự hộ trì của cư sĩ và xã hội. Nếu chỉ nhận mà không sống xứng đáng, thì chưa trọn nghĩa. Giữ mình thanh tịnh, sống đúng pháp chính là cách báo ân đời cao quý nhất.

Nếu Tăng đoàn chỉ tu mà không truyền, Chánh pháp sẽ dần suy yếu. Nếu truyền mà không tu, Chánh pháp sẽ bị lệch. Nếu học mà không hành, Chánh pháp sẽ trở thành chữ nghĩa. Chỉ khi học – hành – chứng – truyền nối liền nhau, Chánh pháp mới có thể tiếp nối lâu dài.

Trong công trình Dựng Tăng, nếu không dựng được sứ mệnh này, Tăng đoàn sẽ dễ trở nên khép kín, chỉ lo cho nội bộ mà mất đi vai trò giữa đời. Ngược lại, khi mỗi người xuất gia ý thức rõ trách nhiệm giữ và truyền pháp, Tăng đoàn trở thành một dòng chảy sống động, không gián đoạn qua nhiều thế hệ.

Chính sứ mệnh truyền bá Chánh pháp làm cho Tăng đoàn không chỉ tồn tại, mà còn phát triển đúng pháp và bền vững. Không phải phát triển theo số lượng, mà theo chiều sâu và ảnh hưởng chân thật.

Từ toàn bộ chương này có thể kết tinh rằng, dựng sứ mệnh truyền bá Chánh pháp chính là dựng mạch sống của Tăng đoàn, dựng ruộng phước cho thế gian và dựng dòng tiếp nối không gián đoạn của Chánh pháp. **Nếu phần này được dựng vững, Tăng đoàn sẽ trở thành chỗ nương tựa thật sự cho nhân thiên trong mọi thời đại.**

Kệ Tóm Tắt:

*Ngọn đèn Chánh pháp trao nhau,
Đời này tiếp nối đời sau rạng ngời.
Dựng Tăng đâu chỉ cho mình,
Mà cho muôn thuở Phật mình giữa đời.*

Sơ Đồ Tóm Lược:



LỜI KẾT

Việc biên soạn công trình Dựng Tăng Thánh Điển này, nói một cách giản dị nhất, chỉ hướng về một tâm nguyện: làm sáng lại khuôn mẫu Tăng đoàn thời Đức Thế Tôn, để hậu thế có chỗ nương, có đường đi, có chuẩn mực để soi chiếu và có ánh sáng để quay về.

Trong suốt chiều dài lịch sử, Tăng đoàn chưa bao giờ là một thực thể đứng yên. Tăng đoàn luôn vận động giữa những biến chuyển của xã hội, của văn hóa, và của chính nội tâm người xuất gia. Khi hoàn cảnh thay đổi, khi đời sống mở ra nhiều hướng đi khác nhau, thì người tu cũng đứng trước nhiều lực kéo: có những lực kéo hướng về tiện nghi, về sự ổn định, về vai trò xã hội; nhưng cũng có những lực kéo rất vi tế, âm thầm làm mờ dần lý tưởng ban đầu của người đã rời bỏ gia đình để bước vào đời sống Phạm hạnh.

Chính trong bối cảnh đó, việc quay lại với bốn bộ Trường Bộ, Trung Bộ, Tương Ưng Bộ, Tăng Chi Bộ không phải là sự hoài cổ, cũng không phải là một lựa chọn mang tính lý tưởng xa rời thực tế. Đó là con đường vững chắc và an toàn nhất để nhận ra đâu là cốt lõi, đâu là nền tảng không thể thay thế của đời sống Tăng đoàn. Bởi trong các bộ kinh ấy, hình ảnh Tăng đoàn hiện lên không bị che mờ bởi thời gian hay bởi những lớp diễn giải về sau, mà vẫn giữ nguyên sự trong sáng ban đầu: xuất gia để giải thoát, sống không gia đình, giữ giới, hộ căn, thiếu dục tri túc, tu tập thiền định, phát triển tuệ quán, sống hòa hợp, truyền giữ Chánh pháp và trở thành ruộng phước của thế gian.

Khi nhìn lại khuôn mẫu ấy, người đọc không chỉ thấy một lý tưởng cao đẹp, mà còn thấy một con đường rất cụ thể — con đường có thể đi, có thể sống, và có thể thực hành ngay trong đời sống hiện tại. Nếu hậu thế còn muốn biết thế nào là một Sa-môn đúng pháp, thế nào là một Tăng đoàn hòa hợp đáng kính, thế nào là một đời sống xuất gia xứng đáng với Tam bảo, thì câu trả lời không nằm ở những định nghĩa trừu tượng, mà nằm ngay trong khuôn mẫu đã được thiết lập từ thời Đức Thế Tôn. Khi người xuất gia đem đời sống của mình soi chiếu vào khuôn mẫu ấy, sẽ tự thấy rõ mình đang đứng ở đâu, đang đi đúng hướng hay đã lệch hướng, đang tiến gần hay đang rời xa mục tiêu ban đầu.

Vì vậy, toàn bộ công trình này không nhằm tạo ra một mô hình mới, cũng không đặt ra những tiêu chuẩn mang tính lý thuyết, mà chỉ mong làm một việc rất căn bản nhưng vô cùng quan trọng: trả Tăng đoàn về lại đúng trục của Nikāya. Trục ấy không phải là một hệ thống khái niệm, mà là một dòng sông — một đời sống trong đó giới,

định, tuệ và giải thoát không tách rời nhau, mà nâng đỡ nhau, soi sáng cho nhau, và dẫn dắt người tu đi từ bước đầu cho đến mục tiêu tối hậu.

Khi thực ấy được giữ vững, người xuất gia sẽ có một con đường rõ ràng để bước đi, không bị lạc hướng giữa những chọn lựa phức tạp của thời đại. Đại chúng Tăng-già sẽ có một nền sống vững chắc, không dễ bị dao động bởi hoàn cảnh bên ngoài. Cư sĩ sẽ có một nơi nương tựa thanh tịnh, nơi mà niềm tin không chỉ dựa trên hình thức mà được nuôi dưỡng bằng một đời sống chân thật. Và khi ấy, Chánh pháp không còn là những lời dạy nằm trên trang giấy, mà trở thành một thực tại sống động — có thể thấy, có thể cảm nhận và có thể truyền trao.

Điều quan trọng hơn nữa là khuôn mẫu này không chỉ dành riêng cho Tăng đoàn, mà còn có giá trị định hướng cho tất cả những ai hữu duyên với con đường tu học. Người cư sĩ, dù không sống đời không gia đình, vẫn có thể học được tinh thần thiếu dục, tri túc, biết đủ và biết dừng. Người học pháp có thể học được cách chuyển từ hiểu biết sang thực hành, từ nghe pháp sang sống pháp. Người hành giả có thể nhận ra rằng con đường giải thoát không nằm ở những điều phức tạp, mà nằm ngay trong từng hành vi, từng ý nghĩ, từng bước đi của chính mình.

Nguyện cho tất cả những ai hữu duyên với bộ sách này khởi tâm kính trọng đời sống xuất gia đúng pháp — không phải bằng sự tôn kính hình thức, mà bằng sự hiểu biết và trân trọng những giá trị cốt lõi của đời sống ấy. Nguyện cho mỗi người có thể tự soi lại mình, điều chỉnh lại hướng đi của mình, và góp phần nhỏ bé của mình vào việc giữ gìn khuôn mẫu Tăng-già nguyên thủy.

Khi nhiều người cùng hướng về một khuôn mẫu đúng, khi nhiều người cùng giữ gìn một nền sống thanh tịnh, thì việc phục hưng một Tăng đoàn chân thật không còn là điều quá xa vời. Một Tăng đoàn thanh tịnh, viễn ly, hòa hợp, có định, có tuệ, có giải thoát sẽ tự nhiên trở thành chỗ nương tựa vững chắc cho nhân thiên, và cũng chính là nơi mà Chánh pháp có thể tiếp tục được lưu truyền một cách sống động qua nhiều thế hệ.

Đó cũng chính là một cách thiết thực để báo Phật ân, để hộ trì Tam bảo, để mang lại lợi lạc cho quần sanh, và để giữ cho ánh sáng Nikāya không bị phai mờ giữa những biến động không ngừng của thế gian.

LỜI TRI ÂN

Trong khi hoàn thành công trình này, con cũng không quên hướng tâm tri ân đến Đức Thế Tôn — bậc đã khai mở con đường, đã để lại khuôn mẫu Tăng đoàn thanh tịnh, hòa hợp, viên ly cho muôn đời sau. Tri ân Bạc Đạo Sư đã gìn giữ, truyền trao và làm sáng lại dòng sống Nikāya qua bao thế hệ. Tri ân đại chúng, những người đồng tu, đồng hành, đã góp phần làm nên một hội chúng tu tập chân thật, để những điều được viết ở đây không chỉ là lý thuyết, mà là những điều có thể thấy, có thể chạm đến và có thể thực hành.

Và cũng xin tri ân tất cả những ai hữu duyên đọc được những dòng này — bởi chính sự lắng nghe, suy tư và thực hành của mỗi người sẽ là phần tiếp nối chân thật nhất cho công trình này.

PHỤ LỤC

Phụ Lục 1: SƠ ĐỒ DỰNG TĂNG THÁNH ĐIỂN

PHẦN 1: KHỞI NGUỒN DỰNG TĂNG – CHỈ NGUYỆN VÀ MỤC TIÊU GIẢI THOÁT

CHƯƠNG 1: DỰNG TĂNG LÀ GÌ?

DỰNG TĂNG

|

HIỂU ĐÚNG TĂNG BẢO

Bốn đức hạnh: Diệu hạnh – Trục hạnh – Ứng lý hạnh – Chơn chánh hạnh

↓

XÂY DỰNG TĂNG ĐOÀN CHÂN CHÍNH

Xuất ly

Tu tập tuân tự

Hộ trì Chánh pháp

↓

KHÔNG PHẢI

Đông người xuất gia

Dựng chùa viện, thời khóa

Giữ hình thức truyền thống

Tạo tổ chức tôn giáo

Chỉ đào tạo người đạo đức

↓

MÀ LÀ

Dựng con người bên trong

Dựng nếp sống đúng Chánh pháp



THÀNH TỰU TĂNG ĐOÀN CHÂN CHÍNH

CHƯƠNG 2: VÌ SAO ĐỨC PHẬT DỪNG TĂNG ĐOÀN?

VÌ SAO ĐỨC PHẬT DỪNG TĂNG ĐOÀN



Không phải:

Tổ chức tôn giáo – Thế lực – Tín đồ

Hình thức truyền thống – Cơ cấu xã hội



TÂM ĐẠI BI

Vì lợi ích số đông – Vì an lạc số đông

Mở đường giải thoát cho chúng sinh



DỪNG CHÁNH PHÁP

Làm cho pháp được sống

Làm cho pháp được chứng

Làm cho pháp được tiếp nối



DỪNG MÔI TRƯỜNG XUẤT LY

Sống không gia đình

Thiểu dục – Tri túc

Viễn ly – Độc cư

Thiền định – Tuệ quán



KẾ THỪA CHÁNH PHÁP

Học đúng pháp – Hiểu đúng pháp

Hành đúng pháp – Chứng đúng pháp



BẢO HỘ CHÁNH PHÁP

Giới – Định – Tuệ



KHUÔN MẪU CHO MUÔN ĐỜI



KẾT LUẬN

Không vì tổ chức, mà vì đại bi.

Không vì số lượng, mà vì Chánh pháp.

Không để giữ hình thức, mà để mở con đường giải thoát cho muôn đời.

CHƯƠNG 3: DỰNG LẠI MỤC ĐÍCH XUẤT GIA TRONG NIKĀYA

DỰNG LẠI MỤC ĐÍCH XUẤT GIA



Thấy khổ – Vô thường – Nguy hiểm dục



PHÁT TÂM XUẤT GIA



Không trốn đời – Không chán đời – Quyết định bằng trí tuệ



XUẤT LY

Lìa gia đình – Lìa phiền não



CHUYỂN HƯỚNG ĐỜI SỐNG

Từ: Danh – Lợi – Dục – Ngã
Sang: Phạm hạnh – Giải thoát



THÁNH ĐẠO → THÁNH QUẢ → NIẾT-BÀN



Chấm dứt khổ đau

KẾT LUẬN: Người xuất gia sống không phải để có một đời sống khác mà để chấm dứt khổ đau.

PHẦN 2: DỰNG NỀN NGƯỜI XUẤT GIA

CHƯƠNG 4. TRANG NGHIÊM – TÔN TRỌNG – CUNG KÍNH – BIẾT ƠN

TRANG NGHIÊM – TÔN TRỌNG – CUNG KÍNH – BIẾT ƠN



TRANG NGHIÊM

Điều phục thân – khẩu – ý

Oai nghi, chánh niệm

Khí chất Sa-môn

Kinh Pháp Trang Nghiêm → Vua Ba-tư-nặc thán phục Tăng đoàn trang nghiêm

Không chỉ hình thức bên ngoài

Góp phần tạo thanh khí Tăng đoàn



AN TỊNH VÀ LẮNG DỊU

Chiều sâu của sự trang nghiêm

Điều phục cảm thọ

Chánh niệm trong mọi hoàn cảnh

Hội chúng an tịnh

Kinh Sa-môn quả → Vua A-xà-thế kính phục hội chúng yên lặng
Kinh Kandaraka → Du sĩ Kandaraka tán thán Tăng đoàn thu nhiếp
Dựng Tăng từ sự an tịnh của từng cá nhân



TÔN TRỌNG

Tôn trọng Đạo sư
Tôn trọng Chánh pháp
Tôn trọng Tăng đoàn
Tôn trọng giới luật
Kinh Kimbila → Tôn trọng là nhân duyên Chánh pháp tồn tại lâu dài
Tôn trọng huynh đệ
Nền tảng của hòa hợp



CUNG KÍNH

Cửa ngõ học pháp
Cung kính Tam Bảo, Thầy Tổ
Kinh Uruvelā 1 → Đức Phật lấy Chánh pháp làm bậc Đạo sư
Giữ sơ tâm



BIẾT ƠN

Biết ơn Tam Bảo
Biết ơn cha mẹ
Biết ơn Thầy Tổ
Biết ơn huynh đệ

Biết ơn đàn-na tín thí

Biết ơn cả nghịch duyên

Dựng Tăng bằng tâm tri ân – báo ân

CHƯƠNG 5. TÂM HIỀN TRÍ – BƯỚC ĐẦU VÀO THÁNH ĐẠO

TÂM HIỀN TRÍ – BƯỚC ĐẦU VÀO THÁNH ĐẠO

|

DỰNG TÂM HIỀN TRÍ

Hiền và Trí đi đôi

Mềm mại mà sáng suốt

Nền tảng Thánh đạo

↓

NUÔI DƯỠNG TÂM HIỀN

Thân – Khẩu – Ý

Cảm thọ hiền thiện

↓

DẤU HIỆU TÂM HIỀN TRÍ

Dễ chịu – Dễ thương

Dễ mến – Dễ bảo

Dễ tiếp nhận Chánh pháp

↓

HẠ NGÃ – MỞ TRÍ

Buông cái tôi

Điều phục tâm bất thiện

Thấy như thật

Nền hòa hợp Tăng đoàn



KẾT QUẢ

Nội tâm an tịnh – Trí tuệ phát sinh – Bước vào Thánh đạo

CHƯƠNG 6. GIỚI HẠNH – NÉT ĐẸP NGƯỜI XUẤT GIA

GIỚI HẠNH – NÉT ĐẸP NGƯỜI XUẤT GIA



GIỚI HẠNH

Nền móng đời sống Phạm hạnh

Hàng rào bảo hộ thân – khẩu – ý

Vẻ đẹp người xuất gia

Gìn giữ Tăng đoàn



CHÁNH NIỆM TRONG OAI NGHI

Đi – Đứng – Nằm – Ngồi tỉnh giác

Thấy sợ lỗi nhỏ

Kinh Niệm xứ → Chánh niệm trong mọi oai nghi



TÀM VÀ QUÝ

Tàm → Hồ thẹn điều bất thiện

Quý → Sợ hậu quả điều bất thiện

Đại kinh Xóm Ngựa → Tàm quý tác thành Sa-môn



HỌC PHÁP VÀ SỬA MÌNH

Luôn lắng nghe

Biết nhận lỗi

Sẵn sàng sửa đổi

Giới trở thành tuệ



DỤNG TĂNG

Giữ giới

Giữ oai nghi

Nuôi dưỡng tâm quý

Không ngừng học pháp

Xây dựng Tăng đoàn thanh tịnh

CHƯƠNG 7. HẠNH DIỆT NGÃ – VẺ ĐẸP CAO THƯỢNG CỦA NGƯỜI TU

HẠNH DIỆT NGÃ – VẺ ĐẸP CAO THƯỢNG CỦA NGƯỜI TU



NHẬN DIỆN BẢN NGÃ

Chấp ngũ uẩn là "tôi"

Gốc của tham – sân – si

Gốc của bất hòa

Cản trở giải thoát



THẤY SỰ NGUY HIỂM CỦA BẢN NGÃ

Sinh tự ái – Hờn thua

Phá hòa hợp Tăng đoàn

Do vô minh và ái thủ

Quyết tâm đoạn trừ



PHÁP HÀNH DIỆT NGÃ

Năm khiêm – Hai khéo

Như lý tác ý

Lạy diệt ngã

Quán thân duyên sinh – Vô ngã



KẾT QUẢ

Bản ngã suy giảm

Nội tâm an lạc

Tăng đoàn hòa hợp

Tiến đến Thánh đạo

PHẦN 3. DỰNG NẾP NHÀ NIKĀYA

CHƯƠNG 8. TÂM QUAN TRỌNG CỦA HÒA KÍNH TRONG ĐỜI SỐNG TĂNG ĐOÀN

TÂM QUAN TRỌNG CỦA HÒA KÍNH TRONG ĐỜI SỐNG TĂNG ĐOÀN



HÒA VÀ KÍNH

Hòa: Cùng sống trên nền Chánh pháp

Kính: Thấy đúng người đồng Phạm hạnh

Đặt cái chung lên trên cái riêng



GIÁ TRỊ CỦA HÒA KÍNH

Đối trị bản ngã

Xây dựng Tăng đoàn

Tăng trưởng tín tâm cư sĩ

Nuôi lớn Giới – Định – Tuệ



BÀI HỌC TỪ KINH ĐIỂN

Kinh Kosambiya → Tranh chấp làm Tăng đoàn rạn nứt

Kinh Sāmagāma → Hòa hợp trên nền Pháp và Luật

Kinh Đại Bát Niết-bàn → Bảy pháp bất thối bảo hộ hòa kính



KẾT QUẢ

Tăng đoàn hòa hợp

Chánh pháp trường tồn

Chỗ nương tựa cho thế gian

CHƯƠNG 9. SÁU PHÁP HÒA KÍNH

SÁU PHÁP HÒA KÍNH



THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ

Không nãohại – Không gây chướng ngại – Chủ động hộ trì đại chúng



KHẨU HÒA VÔ TRÁNH

Chánh ngữ – Nói lời từ ái – Không nói chia rẽ



Ý HÒA ĐỒNG DUYỆT

Không hiềm hận – Hoan hỷ với thiện pháp – Nuôi dưỡng tâm từ



LỢI HÒA ĐỒNG QUÂN

Chia sẻ lợi dưỡng – Không tích chứa – Buông bỏ cái riêng



GIỚI HÒA ĐỒNG TU

Cùng giữ giới luật – Không buông lung – Không chấp thủ giới



KIỆN HÒA ĐỒNG GIẢI

Chánh tri kiến – Quán ngũ uẩn – Cùng hướng giải thoát



KẾT QUẢ

Sáu pháp nâng đỡ nhau – Tăng đoàn thanh tịnh – Con đường giải thoát

CHƯƠNG 10. KHÁC THÂN NHƯNG ĐỒNG MỘT TÂM

KHÁC THÂN NHƯNG ĐỒNG MỘT TÂM



NHƯ NƯỚC VỚI SỮA

Hòa hợp tự nhiên – Không còn ranh giới – Cùng hướng giải thoát



THẤY ĐỜI SỐNG CHUNG LÀ PHƯỚC DUYÊN

Đồng Phạm hạnh – Tâm tri ân – Tâm hoan hỷ



BA NGHIỆP TỪ HÒA

Thân từ – Khẩu từ – Ý từ



BUÔNG TÂM RIÊNG

Bỏ ý riêng – Thuận tâm Chánh pháp – Đồng một hướng đi



KHÁC THÂN – ĐỒNG MỘT TÂM

Cùng lý tưởng

Cùng đoạn trừ bản ngã

Cùng hướng giải thoát

Tăng đoàn thành một dòng Thánh đạo

CHƯƠNG 11. KÍNH PHÁP – KÍNH GIỚI – KÍNH NHAU

KÍNH PHÁP – KÍNH GIỚI – KÍNH NHAU



KÍNH PHÁP

Pháp cao hơn ý riêng – Để pháp sửa mình – Buông bản ngã



KÍNH GIỚI

Giới là mạng mạch Tăng đoàn

Không xem thường lỗi nhỏ

Giữ đời sống Phạm hạnh



KÍNH NHAU ĐÚNG PHÁP

Kính trưởng thượng

Thương người hậu học

Không phe nhóm

Chỉ lỗi nhưng không khinh người



KẾT QUẢ

Hòa hợp – Thanh tịnh – Tăng đoàn bền vững

CHƯƠNG 12. NHÃN NHỤC – SỨC MẠNH CỦA NGƯỜI TU

NHÃN NHỤC – SỨC MẠNH CỦA NGƯỜI TU

VÀ CHẠM LÀ PHÁP TU

Khác căn cơ – Khác tập khí – Học buông bản ngã



NHÃN NHỤC

Không phản ứng theo sân

Thắng chính mình

Giữ thân – khẩu – ý



TỪ ÁI VÀ CHỊU NHAU

Nói bằng từ tâm

Chịu nhau đúng pháp

Cho nhau cơ hội sửa đổi



KẾT QUẢ

Giữ hòa hợp

Bào mòn bản ngã

Đại chúng vững bền

CHƯƠNG 13. NHẮC LỖI – SÁM HỐI – THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG

NHẮC LỖI – SÁM HỐI – THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG



NHẮC LỖI ĐÚNG PHÁP

Đúng lúc – Đúng cách – Từ tâm – Vì đại chúng



NHẬN LỖI VÀ SÁM HỐI

Thấy lỗi – Nhận lỗi – Sửa lỗi – Không che giấu



THANH TỊNH HÓA ĐẠI CHÚNG

Cùng giữ sự trong sạch – Không bao che lỗi – Tự phản tỉnh



KẾT QUẢ

Đại chúng thanh tịnh

Tăng đoàn tự điều chỉnh

Chánh pháp được bảo vệ

CHƯƠNG 14: SỐNG HỘ TRÌ NHAU TRONG CHÁNH PHÁP

SỐNG HỘ TRÌ NHAU TRONG PHÁP



Cùng nâng nhau trên đạo lộ

Không chỉ cùng ở

Mà cùng lớn lên trong Chánh pháp



HỘ TRÌ ĐÚNG PHÁP

Nâng người yếu

Nhắc người lệch

Vui theo người tinh tấn

Cùng hướng giải thoát



TỪ VÀ TRÍ

Từ mà không nuông chiều

Trí mà không cứng lạnh

Hiếu và thương

Thăng thẩn và xây dựng



NÂNG ĐỖ ĐÚNG LÚC

Thấy người lui sụt thì nâng
Thấy người yếu thì trợ duyên
Không để huynh đệ rơi khỏi nếp tu



TÙY HỖ VÀ CÙNG ĐI LÊN

Vui theo điều thiện
Không ganh tỵ
Không kéo nhau xuống
Cùng hướng về giải thoát



HỘ TRÌ KHÔNG PHẢI BAO CHE

Thấy sai thì giúp sửa
Không kiểm soát quá mức
Từ bi và trí tuệ
Đúng lúc – Đúng chừng mực



THỰC HÀNH TRONG ĐỜI SỐNG

Nhắc nhau thời khóa
Cùng tinh tấn
Góp ý đúng lúc
Không làm suy ý chí nhau



KẾT QUẢ

Người yếu được nâng đỡ

Người mạnh được chia vui
Đại chúng cùng hưởng thượng
Tăng đoàn vững mạnh trong Chánh pháp.

CHƯƠNG 15. XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU!

XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU!

|

THƯƠNG NHAU ĐÚNG PHÁP

Quý trọng huynh đệ – Bỏ hơn thua – Sống hòa kính

↓

CHUYỂN HÓA CÁI NHÌN

Không soi lỗi – Thấy người đang khổ – Khởi tâm từ bi – Diệt tâm ác

↓

XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU

Dừng thân ác – Dừng khẩu ác – Dừng ý ác – Sống bằng tình thương

↓

QUÁN KHỔ

Thấy vô thường – Thấy cái chết – Buông bản ngã – Quyết tâm giải thoát

↓

KẾT QUẢ

Tâm hiền thiện

Đại chúng an vui

Cùng đi đến giải thoát

CHƯƠNG 16. NHẢY GỬI NGƯỜI XUẤT GIA

NHẢY GỬI NGƯỜI XUẤT GIA

|

XỨNG ĐÁNG NGƯỜI XUẤT GIA

Danh xưng hiền đức – Xứng đáng áo ca-sa – Báo ân đàn-na

↓

QUYẾT TÂM TU TẬP

Diệt tham – sân – si

Quyết liệt với bản ngã

Không buông lung

↓

SỐNG CAO ĐẸP

Thương kính huynh đệ – Giữ thanh tịnh – Sống nhất quán – Hướng thượng

↓

LỜI NHẢY CUỐI

Giữ lửa đời tu

Chiến thắng chính mình

Thành tựu Thánh đạo

PHẦN 4: DỤNG SỬ MỆNH DUY TRÌ CHÁNH PHÁP

DỤNG SỬ MỆNH DUY TRÌ CHÁNH PHÁP

|

HỌC – HÀNH – CHỨNG – TRUYỀN

↓

TĂNG ĐOÀN THANH TỊNH

Ruộng phước thể gian – Gánh vác nhân thiên – Báo ân đàn-na



KẾT QUẢ

Chánh pháp tiếp nối – Tăng đoàn bền vững – Lợi ích muôn đời

Phụ Lục 2: CÁC BÀI KỆ TÓM TẮT

1. Dựng Tăng là dựng lối Như Lai

Không chỉ y hình với tiếng hay

Mà dựng nếp sống hòa thanh tịnh

Để đèn Chánh pháp sáng lâu dài.

2. Vì thương thế giới, Phật khai đường,

Dựng chúng xuất trần giữa khói sương.

Để pháp không thành lời trống rỗng,

Mà thành ánh sáng dẫn tâm người.

3. Ra nhà chưa hẳn đã không gia,

Nếu ngã còn xây tổ mới ra.

Phải sống đúng hướng vì giải thoát,

Mới thành Sa-môn, thật xuất gia.

4. Trang nghiêm từ mỗi oai nghi,

Thân tâm thu thúc, bước đi an hòa.

Dựng Tăng từ việc nhỏ thôi

Ươm nên khí chất xuất gia trọn đời.

*5. An tịnh không lời mà tỏa sáng,
Một lòng thanh tịnh kết thành Tăng.
Hùng lẫm âm thầm nuôi đạo nghiệp,
Uy nghi, vững chãi, chạm tim người.*

*6. Tôn người, tôn Pháp, tôn Tăng,
Tôn từng thời khóa, từng phần việc chung.
Dựng Tăng từ một tấm lòng,
Kính nhau gìn giữ non sông Chánh truyền.*

*7. Cung kính mở lối đường tu,
Khiêm cung gìn giữ sơ tâm vẹn tròn.
Cúi đầu đón nhận Pháp ngôn,
Ngẩng lên xứng đáng Sa-môn giữa đời.*

*8. Nguyên không phụ những ân sâu,
Một đời giữ vững đạo màu Thế Tôn.
Dựng Tăng từ mỗi tâm hồn,
Tiếp truyền Chánh pháp mãi còn thế gian.*

*9. Cúi đầu đón nhận Pháp âm,
Mở lòng gìn giữ nghĩa ân sâu dày.*

*Trang nghiêm từ mỗi tháng ngày,
Dựng nên phẩm hạnh Tăng già ngàn sau.*

*10. Tâm hiền mà sáng, trí không mê,
Hạ ngã từng bước, nhẹ đường về.
Không tranh, không chấp, lòng an tịnh,
Mở cửa Thánh đạo, lối Như Lai.*

*11. Giới là nền đất dựng Tăng già,
Không giới, muôn phần dễ lệch xa.
Thân khẩu ý trong, tâm có chỗ,
Định tuệ từ đây nở đạo hoa.*

*12. Nguyên đem bản ngã hiến dâng,
Làm tro bụi giữa đạo vàng Như Lai.
Không còn tranh chấp hơn ai,
Không còn giữ lấy hình hài của ta.*

*13. Thân nhẹ, lời hiền, ý lặng trong,
Giới thanh, lợi xả, kiến tương đồng.
Sáu hòa dựng vững nền Tăng bảo,
Một hướng ly tham, sáng đại đồng.*

14. Hòa kính là nền giữ đạo lâu,

*Tan chia là vết nứt rất sâu.
Ai cùng kính pháp, cùng nương ngã,
Chung vai gìn giữ nếp Tăng già.*

*15. Chẳng phải cùng thân mới gọi đồng,
Chỉ cần buông ngã, gặp nơi tâm.
Nước sữa hòa rồi không thể tách,
Một lòng cùng bước giữa đường tu.*

*16. Kính pháp thì tâm bớt ngã mình,
Kính giới nên đời giữ được thanh.
Kính nhau đúng pháp thành hòa hợp,
Tăng chúng nhờ đây vững đạo hình.*

*17. Nhân thêm một chút sân tan,
Thương thêm một chút, đạo vàng nở hoa.
Giữ nhau bằng đức bao la,
Đại chúng nhờ đó thuận hòa dài lâu.*

*17. Thấy lỗi chân thành nhắc nhở nhau,
Không vì trách móc, chỉ cầu cùng lên.
Biết nghe, biết sửa, biết quên,
Để tâm thanh tịnh vững bền đường tu.*

17. Thấy người lui bước đỡ nâng,
Thấy người tinh tấn, vui mừng sẻ chia.
Cùng nhau khuyến tấn sớm khuya
Không ai lạc giữa lối về Như Lai.

18. Cùng vun Phạm hạnh một lòng,
Cùng xây Tăng bảo vững bền ngàn sau.
Muôn đời Chánh pháp bền lâu,
Khởi từ một niệm không làm khổ nhau.

19. Nguyên sống xứng đáng chiếc y,
Một đời gìn giữ đường đi Phật truyền.
Dựng Tăng từ lửa tâm thiêng,
Diệt tham, diệt ngã, sáng miền Thánh tâm.

20. Học – hành – chứng – truyền nối một dòng,
Giữ cho Chánh pháp sáng không ngưng.
Bao nhiêu tâm nguyện đều quy một:
Dựng một Tăng đoàn, dựng Thánh Tăng.

Phụ Lục 3: GIÁO TRÌNH DỰNG TĂNG THÁNH ĐIỂN

A. GIÁO TRÌNH TÓM LƯỢC DÀNH CHO BAN GIÁO THỌ

1. Mục tiêu đào tạo

Xây dựng người xuất gia có chánh kiến về Tăng bảo, có chí nguyện giải thoát, có đời sống giới – định – tuệ, sống hòa hợp trong Tăng đoàn và có khả năng hộ trì, truyền bá Chánh pháp.

2. Nguyên tắc giảng dạy

- Lấy Thánh điển làm nền tảng.
- Lấy đời sống thực hành làm trọng tâm.
- Học đến đâu ứng dụng đến đó.
- Kết hợp học, tu, sống chung và phụng sự.
- Lấy sự chuyển hóa nội tâm làm tiêu chuẩn đánh giá.

3. Khung chương trình

Phần 1. Khởi nguồn dựng Tăng – Chí nguyện và mục tiêu giải thoát

Chương 1. Dựng Tăng là gì?

Chương 2. Hiểu đúng Tăng bảo

Chương 3. Chí nguyện xuất gia

Chương 4. Mục tiêu giải thoát

Mục tiêu:

Hình thành chánh kiến và lý tưởng xuất gia chân chính.

Phần 2. Dựng người xuất gia

Chương 5. Giới hạnh

Chương 6. Oai nghi

Chương 7. Tri ân và báo ân

Chương 8. Diệt trừ bản ngã

Mục tiêu:

Xây dựng nền tảng đạo đức, nhân cách và nội lực người tu.

Phần 3. Dựng nếp nhà Nikāya

Chương 9. Hòa kính

Chương 10. Đời sống chung

Chương 11. Như nước với sữa

Chương 12. Khác thân nhưng đồng một tâm

Mục tiêu:

Xây dựng hội chúng thanh tịnh, hòa hợp và đồng phạm hạnh.

Phần 4. Dựng sứ mệnh Tăng đoàn

Chương 13. Hộ trì Chánh pháp

Chương 14. Giáo hóa quần sanh

Chương 15. Ruộng phước nhân thiên

Chương 16. Truyền thừa Chánh pháp

Mục tiêu:

Xây dựng trách nhiệm phụng sự và tiếp nối mạng mạch Phật pháp.

4. Kết quả đầu ra

Người học:

- Hiểu đúng vai trò Tăng đoàn.
- Có lý tưởng giải thoát vững chắc.
- Giữ gìn giới hạnh và oai nghi.
- Sống hòa hợp trong đại chúng.
- Có năng lực hộ trì và truyền bá Chánh pháp.
- Trở thành thành viên tích cực của Tăng đoàn thanh tịnh.

5. Phương pháp đánh giá

- Quan sát đời sống thực hành.
- Đánh giá oai nghi và giới hạnh.
- Tham gia sinh hoạt đại chúng.
- Báo cáo tu học định kỳ.

- Khả năng hướng dẫn và phụng sự.

B. GIÁO TRÌNH GIẢNG DẠY DÀNH CHO HỌC VIÊN

Tên học phần: **Dựng Tăng Thánh Điển**

Tổng thời lượng đề nghị: 60 tiết

Mục tiêu học phần

Sau khi hoàn thành học phần, học viên có khả năng:

- Trình bày được mô hình Tăng đoàn thời Đức Phật.
- Phân tích các yếu tố tạo nên một Tăng đoàn chân chánh.
- Vận dụng giáo pháp vào đời sống xuất gia.
- Thực tập hòa hợp và đồng phạm hạnh.
- Ý thức trách nhiệm hộ trì và truyền thừa Chánh pháp.

Cấu trúc môn học

Học phần 1. Nền tảng dựng Tăng (15 tiết)

Bài 1. Dựng Tăng là gì?

Bài 2. Hiểu đúng Tăng bảo

Bài 3. Chí nguyện xuất gia

Bài 4. Mục tiêu giải thoát

Chuẩn đầu ra:

Thiết lập chánh kiến và lý tưởng xuất gia.

Học phần 2. Xây dựng phẩm chất người xuất gia (15 tiết)

Bài 5. Giới hạnh

Bài 6. Oai nghi

Bài 7. Tri ân và báo ân

Bài 8. Diệt trừ bản ngã

Chuẩn đầu ra:

Hình thành nền tảng đạo hạnh và nội tâm xuất gia.

Học phần 3. Đời sống Tăng đoàn (15 tiết)

Bài 9. Hòa kính

Bài 10. Đời sống chung

Bài 11. Như nước với sữa

Bài 12. Khác thân nhưng đồng một tâm

Chuẩn đầu ra:

Có năng lực sống chung, cộng trú và xây dựng đại chúng.

Học phần 4. Sứ mệnh Tăng đoàn (15 tiết)

Bài 13. Hộ trì Chánh pháp

Bài 14. Giáo hóa quần sanh

Bài 15. Ruộng phước nhân thiên

Bài 16. Truyền thừa Chánh pháp

Chuẩn đầu ra:

Ý thức trách nhiệm phụng sự và truyền thừa.

Phương pháp giảng dạy

- Thuyết giảng.
- Thảo luận nhóm.
- Phân tích kinh văn.
- Thực hành thiền quán.
- Báo cáo chuyên đề.
- Quan sát thực tập đời sống Tăng đoàn.

Đánh giá học phần

- Chuyên cần và tham gia học tập: 20%.
- Tiểu luận hoặc chuyên đề: 20%.
- Thuyết trình nhóm: 20%.
- Kiểm tra giữa kỳ: 20%.
- Bài thu hoạch cuối khóa: 20%.

Tài liệu chính:

Dựng Tăng Thánh Điện.

Tài liệu tham khảo:

- Trường Bộ Kinh.
- Trung Bộ Kinh.
- Tương Ưng Bộ Kinh.
- Tăng Chi Bộ Kinh

Phụ Lục 4: NGHI THỨC TỤNG NIỆM

NGHI THỨC PHÁT NGUYỆN DỰNG TĂNG

Đảnh lễ Đức Thế Tôn, bậc Chánh Đẳng Chánh Giác.

Hôm nay chúng con cùng nhau quán niệm:

Thân người khó được. Chánh pháp khó gặp. Đời sống xuất gia lại càng hy hữu.

Chúng con đã từ bỏ gia đình thế tục để bước vào đời sống phạm hạnh, không phải vì danh vọng, lợi dưỡng hay sự tôn kính của thế gian, mà vì mục tiêu giải thoát, vì sự đoạn tận tham, sân, si, vì con đường giác ngộ mà Đức Thế Tôn đã chỉ dạy.

Xin nguyện thường nhớ:

Dựng Tăng không phải dựng hình tượng.

Dựng Tăng không phải dựng tổ chức.

Dựng Tăng không phải để tìm danh vọng.
Dựng Tăng không phải để tìm lợi dưỡng.
Dựng Tăng không phải để nuôi lớn bản ngã.
Dựng Tăng không phải để thỏa mãn những ái luyến trong tâm.
Dựng Tăng không phải không phải để tiếp tục sống theo tham dục và chấp thủ.
Mà là dựng giới hạnh làm nền.
Dựng chánh niệm làm sức sống.
Dựng trí tuệ làm ánh sáng soi đường.
Dựng những con người biết sống ly tham, ly sân, ly si.
Dựng những con người biết chiến đấu với chính mình.
Dựng những con người biết đặt Chánh pháp lên trên bản ngã.
Dựng những con người có khả năng tự độ và độ tha.
Dựng nên một Tăng đoàn thanh tịnh, hòa hợp và giải thoát.
Nguyên giữ gìn oai nghi trong từng bước chân.
Nguyên giữ gìn lời nói trong từng câu chuyện.
Nguyên giữ gìn ý nghĩ trong từng niệm khởi.
Nguyên sống biết ơn.
Nguyên sống cung kính.
Nguyên sống trang nghiêm.
Nguyên sống tôn trọng.
Nguyên không làm khổ nhau bằng thân.
Nguyên không làm khổ nhau bằng khẩu.
Nguyên không làm khổ nhau bằng ý.
Nguyên thấy lỗi mình nhiều hơn lỗi người.

Nguyện sửa mình nhiều hơn sửa người.
Nguyện đặt Chánh pháp lên trên bản ngã.
Nguyện đặt đại chúng lên trên ý riêng.
Nguyện cùng nhau gìn giữ nếp nhà phạm hạnh.
Nguyện cùng nhau dựng nên một Tăng đoàn thanh tịnh.
Nguyện cùng nhau dựng nên một Tăng đoàn hòa hợp.
Nguyện cùng nhau dựng nên một Tăng đoàn có giới, có định, có tuệ.
Nguyện cho nơi nào còn người giữ giới, nơi ấy Chánh pháp còn ánh sáng.
Nguyện cho nơi nào còn hội chúng hòa hợp, nơi ấy Tăng bảo còn hiện hữu.
Nguyện cho đời này không trôi qua vô ích.
Nguyện cho ngọn lửa xuất gia không bao giờ nguội lạnh.
Nguyện đem trọn đời mình phụng sự Tam bảo.
Nguyện đem trọn đời mình dựng Tăng toàn nguyên chất của Thế Tôn.

Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật. (3 lần)

NGHI THỨC QUÁN NIỆM

XIN ĐỪNG LÀM KHỔ NHAU!

Đảnh lễ Đức Thế Tôn, bậc Chánh Đẳng Chánh Giác.

Chúng con cùng nhau quán niệm:

Khổ đau trong luân hồi đã quá nhiều.

Khổ đau bởi sinh, già, bệnh, chết đã quá nhiều.

Khổ đau bởi tham ái, chấp thủ và vô minh đã quá nhiều.

Trong vô lượng kiếp, chúng con đã từng làm khổ nhau, đã từng oán trách nhau, đã từng hơn thua, ganh tỵ, tổn thương và gây đau khổ cho nhau không biết bao nhiêu lần.

Nhờ nhân duyên lành, hôm nay chúng con được gặp Chánh pháp, được sống trong Tăng đoàn, được cùng nhau tu tập trên con đường giải thoát.

Chúng con đến đây không phải để làm khổ nhau thêm.

Mà để cùng nhau chấm dứt khổ đau.

Không phải để tranh hơn thua.

Mà để cùng nhau đoạn trừ bản ngã.

Không phải để tìm lỗi nhau.

Mà để cùng nhau sửa lỗi chính mình.

Không phải để đòi hỏi người khác thay đổi.

Mà để học cách chuyển hóa chính mình.

Xin đừng làm khổ nhau bằng thân.

Xin đừng làm khổ nhau bằng lời nói.

Xin đừng làm khổ nhau bằng tự ái, hơn thua và cố chấp.

Xin đừng làm khổ nhau vì những điều nhỏ nhặt của cuộc đời.

Bởi đời người rất ngắn.

Hơi thở rất mong manh.

Thời gian được sống trong Chánh pháp lại càng quý báu.

Chúng con nguyện nhớ rằng:

Người trước mặt mình cũng đang mang nhiều khổ đau.

Người trước mặt mình cũng đang chiến đấu với tham, sân, si và bản ngã.

Người trước mặt mình cũng đang tập tu, đang tập chuyển hóa như chính mình.

Vì vậy,

Xin học cách lắng nghe nhau nhiều hơn.

Xin học cách cảm thông nhau nhiều hơn.

Xin học cách tha thứ cho nhau nhiều hơn.

Xin học cách nâng đỡ nhau nhiều hơn.

Xin học cách thương nhau đúng pháp.

Thấy người lui bước thì đỡ nâng.

Thấy người vấp ngã thì cảm thông.

Thấy người sai thì nhắc nhở bằng lòng từ.

Thấy người tinh tấn thì khởi tâm hoan hỷ.

Nguyện không làm cho đại chúng bất an.

Nguyện không làm tổn thương tình huynh đệ.

Nguyện không làm tổn giảm sự hòa hợp của Tăng đoàn.

Nguyện đặt Chánh pháp lên trên cái tôi.

Nguyện đặt sự hòa hợp lên trên ý riêng.

Nguyện đặt sự giải thoát lên trên mọi hơn thua, được mất.

Xin cho mỗi lời nói trở thành ái ngữ.

Xin cho mỗi hành động trở thành sự nâng đỡ.

Xin cho mỗi ngày sống chung trở thành cơ hội tu tập.

Xin cho nơi đây trở thành một mái nhà phạm hạnh.

Xin cho chúng con trở thành những người đồng hành chân thật trên con đường giải thoát.

Nguyện từ hôm nay,

Không làm khổ nhau thêm nữa.

Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật. (3 lần)

Phụ Lục 5: ỨNG DỤNG “DỰNG TĂNG THÁNH ĐIỂN” VÀO ĐỜI SỐNG

1. Mỗi sáng tự nhắc mình

Hôm nay ta tu để làm gì?

- Không phải đề hơn người.
- Không phải đề được kính trọng.
- Mà đề giảm tham.
- Giảm sân.
- Giảm si.
- Giảm bản ngã.
- Tiên gần giải thoát hơn ngày hôm qua.

=> Nhớ Chương: Chí nguyện xuất gia – Mục tiêu giải thoát.

2. Khi tiếp xúc với người khác

Tự hỏi:

Ta đang thương người hay đang bảo vệ cái tôi của mình?

- Có biết lắng nghe không?
- Có biết cảm thông không?
- Có biết nhẫn nhịn không?
- Có đang làm khổ ai không?

=> Nhớ Chương: Hòa hợp – Tôn trọng – Xin đừng làm khổ nhau.

3. Trong mọi oai nghi

Tự hỏi:

Ta có xứng với tấm y đang mặc không?

- Đi có chánh niệm không?
- Nói có chừng mực không?
- Ăn có tiết độ không?
- Làm việc có cẩn trọng không?

=> Nhớ Chương: Oai nghi – Trang nghiêm.

4. Khi tâm bất mãn khởi lên

Tự hỏi: **Lỗi ở người hay bản ngã của mình đang đau?**

- Có đang tự ái không?
- Có đang hơn thua không?
- Có đang muốn người khác theo ý mình không?

=> Nhớ Chương: Diệt trừ bản ngã.

5. Khi nhận sự cúng dường

Tự hỏi:

Ta đang sống xứng đáng chưa?

- Có tinh tấn không?
- Có giữ giới không?
- Có phụ lòng đàn-na tín thí không?

=> Nhớ Chương: Biết ơn – Báo ân.

6. Khi sống trong đại chúng

Tự hỏi:

Ta đang góp phần xây dựng hay làm suy yếu Tăng đoàn?

- Có giữ thanh quy không?
- Có tôn trọng thời khóa không?
- Có hỗ trợ việc chung không?
- Có giữ sự hòa hợp không?

=> Nhớ Chương: Dựng nếp nhà Nikāya.

7. Mỗi tối tự kiểm

Hôm nay:

✓ Tham giảm được bao nhiêu?

- ✓ Sân giảm được bao nhiêu?
- ✓ Si giảm được bao nhiêu?
- ✓ Bản ngã giảm được bao nhiêu?
- ✓ Tâm từ tăng được bao nhiêu?
- ✓ Trí tuệ tăng được bao nhiêu?

=> Nhớ toàn bộ quyền sách.

Công thức ghi nhớ toàn bộ Dựng Tăng Thánh Điển:

Tu sửa chính mình → Xây dựng huynh đệ → Kiến lập Tăng đoàn → Hộ trì Chánh pháp

Phụ Lục 6: THÁNH PHÁP HÙNG CA

HÙNG CA DỰNG TĂNG

Hãy dựng lại bóng hình Sa-môn cũ

Giữa cuộc đời gió bụi cuốn muôn phương.

Hãy dựng lại đời không nhà, không cửa,

Mà tâm mang chí lớn vượt đau thương.

Hãy dựng lại bước chân người xuất tục,

Đi thông dong mà giới đức nghiêm trang.

Y bát nhẹ mà đạo tâm sâu nặng,

Sống đơn sơ mà khí tiết huy hoàng.

Hãy dựng lại người biết nhìn thân huyễn,

Biết thọ sinh rồi diệt giữa dòng trôi.

Biết tâm động, biết tâm yên, tâm loạn,

Biết các pháp không có chỗ là tôi.

Hãy dựng lại chỗ thiền môn tịch tĩnh,

Nơi triền cái bị thấy rõ từng tên.

Nơi dục, sân, si không còn che mờ nữa,

Nơi tâm dần lắng sạch đến vô biên.

Hãy dựng lại những am tranh, chỗ vắng,

Nơi thiếu dục còn thom ngát đời tu.

Nơi người biết đủ, vui trong vừa đủ,

Không đánh rơi mình giữa tiện nghi thừa.

Hãy dựng lại Tăng đoàn như sữa nước,

Sống cùng nhau không xé nát nhau ra.

Biết kính pháp, kính giới và kính chúng,

Biết nhẫn nhịn, sám hối, biết thứ tha.

Hãy dựng lại đại chúng biết nâng đỡ,

Thấy người lui thì nhẹ đỡ bàn tay.

Thấy người tấn thì vui lòng tùy hỷ,

Cùng đi lên, không kéo ngược nhau hoài.

Hãy dựng lại lớp người ham học pháp,

Nhưng học rồi phải sống được pháp kia.

*Phải hành thật, phải chứng bằng máu thịt,
Rồi truyền trao cho hậu thế phân chia.*

*Hãy dựng lại ruộng phước cho nhân thế,
Để người đời gieo hạt được tăng duyên.
Để cư sĩ nhờ Tăng mà tăng tín,
Tăng giữ mình thanh tịnh báo ân riêng.*

*Hãy dựng lại khuôn xưa thời Chánh Giác,
Không thêm thắt theo ngã tưởng người sau.
Lấy Nikāya làm nền và làm mực,
Giữ nguyên chân đường giải thoát nhiệm mầu.*

*Vì nếu mất Tăng, pháp thành lời gió,
Sách còn kia mà lửa sống phai rồi.
Nếu còn Tăng, Chánh pháp còn thân thể,
Còn bước chân, còn ánh mắt, còn đời.*

*Nên đại sự hôm nay không gì khác:
Dựng Tăng già cho xứng bóng Như Lai.
Dựng cho đứng, cho trong, cho nguyên chất,
Để ngàn sau còn chỗ trở về nhà.*

*Hỡi những bậc anh hùng, con Đức Phật!
Hãy đứng lên giữa sóng gió vô thường!
Đừng để Pháp phai mờ trong thế tục,
Đừng để đời che khuất ánh kim ngôn!*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng giới đức,
Lấy Phạm hạnh làm chiến lũy kiên cường.
Lấy thiền định làm thành đồng bất hoại,
Lấy tuệ minh soi rọi khắp mười phương.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng hòa hợp,
Dây lục hòa kết chặt bước đồng tu.
Quý kính nhau hơn mọi điều được mất,
Sữa, nước hòa thành một vị thương.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng trên nền pháp,
Dẫu khác thân nhưng chung một đạo tâm.
Không hơn kém, chẳng tranh lời phải quấy,
Cùng nâng nhau đi trọn một đường tu.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng tinh tấn,
Chớ ngủ quên trên chút ít công phu.
Mỗi hơi thở là một lần tiến bước,
Mỗi bình minh là một buổi hành trì.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng nhẫn nhục,
Lấy từ bi dập tắt lửa hơn thua.
Oán hờn chỉ nổi dài đau khổ,
Chỉ tình thương mới thắng được hận thù.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng tri túc,
Ít muốn thôi mà chẳng thiếu điều chi.
Sống biết đủ giữa muôn vàn cám dỗ,
Chẳng cúi mình vì lợi dưỡng thấp hèn.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng chánh niệm,
Giữ thân tâm chẳng một niệm buông lơi.
Mỗi bước chân đều nhẹ nhàng, tỉnh thức,
Mỗi nụ cười đều tỏa sáng từ tâm.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng thân giáo,
Dem lời Phật sống giữa mỗi ngày tu.
Mỗi oai nghi đều là trang kinh sống,
Mỗi nếp tu đều tỏa ngát giới hương.*

*Hãy đứng dậy! Dựng Tảng bằng tự thắng,
Thắng tham, sân và gốc rễ si mê.
Thắng chính mình là anh hùng bậc nhất,*

Cho đến ngày sạch bóng mọi tham sân.

Đừng cúi mặt trước bạc vàng danh lợi,

Đừng khom lưng trước cám dỗ thế tình.

Một niệm dục đủ ngàn đời trôi buộc,

Mọi tâm buông, mở lối thoát khổ đau.

Hãy nhớ thuở Thế Tôn rời cung điện,

Bỏ ngai vàng, bỏ ngọc quý, quyền uy.

Chỉ ôm trọn một tâm thương vô thượng:

Mở con đường chấm dứt mọi sầu bi.

Ngài chẳng dựng lâu đài bằng gấm ngọc,

Chẳng dựng đời bằng guom giáo đao binh.

Ngài dựng Tăng bằng giới nghiêm thanh tịnh,

Dựng người tu bằng ngọn lửa viễn ly.

Hỡi Tăng sĩ! Đường Như Lai còn đó,

Dấu chân xưa còn in giữa núi rừng.

Hãy tiếp bước bằng đôi chân chân chánh

Để pháp âm còn vang khắp bốn phương.

Hỡi Tăng sĩ! Hãy đứng lên mạnh mẽ!

Để nhân gian còn thấy bóng Sa-môn.

Để hậu thế còn tin nơi Chánh pháp.

Để Như Lai còn sống giữa tâm hồn!

Hãy đứng dậy! Đừng chân chừ thêm nữa!

Chuông pháp âm đang giục khắp non ngàn.

Vai khoác Pháp, xin đừng quên đại nguyện:

Dựng Tảng già, gìn giữ đạo trường an!

Mai dầu chết cũng không rời chí nguyện,

Nguyện một đời tiếp bước đáng Như Lai.

Sống trọn vẹn lời nguyện người xuất thế,

Giữ muôn đời Phạm hạnh bậc Sa-môn!

Một chiếc bát nặng hơn ngàn bảo vật,

Một tâm y hơn muôn gấm vóc hồng.

Xin giữ trọn một đời không ô nhiễm,

Cho y vàng chẳng thẹn với Như Lai!

Phụ Lục 7: CÁC BÀI KINH ĐÃ SỬ DỤNG

Bài 1: Kinh Cần Phải Khích Lệ - Tăng Chi Bộ Kinh tập 1

Diệu hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, Trục hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, Ứng lý hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, Chơn chánh hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn. Tức là bốn đôi tám chúng. Chúng đệ tử của Thế Tôn là đáng cung kính, đáng cúng dường, đáng tôn trọng, đáng được chấp tay, là phước điền vô thượng ở đời.

Bài 2: Tiểu Kinh Dụ Dấu Chân Voi – Trung Bộ Kinh Tập 1

Đời sống gia đình đầy những triển phước, con đường đầy những bụi đời. Đời sống xuất gia phóng khoáng như hư không. Thật rất khó cho một người sống ở gia đình có thể sống theo phạm hạnh hoàn toàn đầy đủ, hoàn toàn thanh tịnh, trắng bạch như vỏ ốc. Vậy ta nên cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà-sa, xuất gia, từ bỏ gia đình, sống không gia đình.

Bài 3: Kinh Với Mục Đích Gì, Tương Ứng Bộ Kinh tập 4

Này các Tỷ-kheo, do mục đích liễu tri đau khổ mà Phạm hạnh được sống dưới Ta.

Bài 4: Kinh Học Giới – Tăng Chi Bộ Kinh tập 1

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo giữ giới, sống hộ trì với sự hộ trì của giới bốn, đầy đủ uy nghi chánh hạnh, thấy sợ hãi trong những lỗi nhỏ nhất, chấp nhận và học tập các học giới (học pháp). Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tăng thượng Giới học.

Bài 5: Kinh Kosambiya – Trung Bộ Kinh tập 1

Như vậy, này các kẻ mê mờ kia, do biết gì, do thấy gì, các Ông sống cạnh tranh, luận tranh, đấu tranh, đả thương nhau với những binh khí miệng lưỡi; và các Ông không tự thông cảm nhau, không chấp nhận thông cảm, không tự hòa giải nhau, không chấp nhận hòa giải. Như vậy, này các kẻ mê mờ kia, các Ông sẽ phải chịu bất hạnh, đau khổ trong một thời gian dài.

Bài 6: Kinh Làng Sama – Trung Bộ Kinh tập 3

Đức Thế Tôn đã chỉ ra một nguy cơ khác, không đến từ va chạm cá nhân, mà từ sự bất đồng về pháp sau khi bậc lãnh đạo không còn hiện diện. Khi Ni-kiền-tử Nātaputta (giáo chủ một ngoại đạo) qua đời, giáo đoàn của ông nhanh chóng rơi vào tranh chấp, mỗi nhóm giữ một lập trường, tranh luận gay gắt và không ai chịu nhường ai. Từ nhân duyên đó, Đức Phật nhắc các Tỷ-kheo rằng một Tăng đoàn nếu không có nền tảng vững chắc nơi Pháp và Luật thì cũng sẽ đi vào vết xe đổ ấy.

Bài 7: Kinh Đại Bát Niết-bàn – Trường Bộ Kinh

Trong Trường Bộ Kinh – Kinh Đại Bát Niết-bàn, Đức Thế Tôn dạy về bảy pháp bất thối là những điều kiện giúp một tập thể không suy giảm. Những pháp này tuy không mang tên là hòa kính, nhưng chính là vành đai bảo hộ giúp hòa kính được duy trì và không suy yếu theo thời gian. Trong đó, Đức Phật có dạy rằng, khi các Tỷ-kheo thường xuyên hội họp trong hòa hợp, cùng nhau bàn bạc và sinh hoạt trong tinh thần đoàn kết, thì Tăng đoàn sẽ được hưng thịnh. Sự hòa hợp ấy không chỉ có mặt trong lúc

hội họp, mà còn được giữ khi giải tán, khi mỗi người trở về phần việc của mình, không để phát sinh chia rẽ phía sau.

Bài 8: Kinh Cần Phải Nhớ - Tăng Chi Bộ Kinh tập 3

Có sáu pháp cần phải ghi nhớ này, này các Tỳ-kheo, tạo thành tương ái, tạo thành tương kính, đưa đến hòa đồng, đưa đến không tranh luận, hòa hợp, nhất trí. Thế nào là sáu?

- Ở đây, này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo an trú thân làm từ đối với các vị đồng Phạm hạnh, trước mặt lẫn sau lưng. Đây là pháp cần phải ghi nhớ, tạo thành tương ái, tạo thành tương kính, đưa đến hòa đồng, không tranh luận, hòa hợp, nhất trí.

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo an trú lời nói từ... ý nghĩ từ đối với các vị đồng Phạm hạnh cả trước mặt lẫn sau lưng. Đây là pháp cần phải ghi nhớ, tạo thành tương ái, tạo thành tương kính, đưa đến hòa đồng, không tranh luận, hòa hợp, nhất trí.

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, vị Tỳ-kheo đối với các lợi dưỡng đúng pháp, nhận được đúng pháp, cho đến những đồ vật nhận được chỉ trong bình bát, vị ấy không phải là người không san sẻ các đồ vật nhận được như vậy, phải là người san sẻ dùng chung với các vị đồng Phạm hạnh có giới đức. Đây là pháp cần phải ghi nhớ, tạo thành tương ái, tạo thành tương kính, đưa đến hòa đồng, không tranh luận, hòa hợp, nhất trí.

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, vị Tỳ-kheo đối với các Giới Luật không bị bề vụn, không bị sút mẻ, không bị vết chấm, không bị uế nhiễm, đưa đến giải thoát, được người trí tán thán, không bị chấp thủ, đi đến Thiên định, Tỳ-kheo sống thành tựu Giới Luật trong các Giới Luật ấy đối với các vị đồng Phạm hạnh, cả trước mặt lẫn sau lưng.

Lại nữa, này các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo đối với các tri kiến thuộc bậc Thánh, có khả năng hướng thượng, khiến người thực hành chơn chánh diệt tận khổ đau, Tỳ-kheo sống thành tựu tri kiến với các tri kiến như vậy đối với các vị đồng Phạm hạnh, cả trước mặt lẫn sau lưng.

Bài 9: Kinh Lời Nói – Tăng Chi Bộ Kinh tập 2:

“Thành tựu năm chi phần, này các Tỳ-kheo, các lời là thiện thuyết, không phải ác thuyết, không có phạm tội và không bị những người có trí chỉ trích. Thế nào là năm? Nói đúng thời, nói đúng sự thật, nói lời nhu hòa, nói lời liên hệ đến lợi ích, nói với lời từ tâm.”

Bài 10: Tiểu kinh Rừng sừng bò - Trung Bộ Kinh tập 1

-- *Này các Anuruddha, các Ông có sống hòa hợp, hoan hỷ với nhau, không có cãi nhau, như nước với sữa, sống nhìn nhau với cặp mắt thiện cảm không?*

-- *Bạch Thế Tôn, thật sự chúng con sống hòa hợp, hoan hỷ với nhau, không có cãi nhau, như nước với sữa, sống nhìn nhau với cặp mắt thiện cảm.*

-- *Này các Anuruddha, như thế nào các Ông sống hòa hợp, hoan hỷ với nhau, như nước với sữa, sống nhìn nhau với cặp mắt thiện cảm?*

-- *Bạch Thế Tôn, ở đây, chúng con nghe như sau: "Thật lợi ích thay cho ta, thật khéo lợi ích thay cho ta, khi ta được sống với các vị đồng phạm hạnh như vậy". Bạch Thế Tôn, do vậy, đối với các vị đồng phạm hạnh này, con khởi lên từ thân nghiệp trước mặt và sau lưng, con khởi lên từ khẩu nghiệp, trước mặt và sau lưng, con khởi lên từ ý nghiệp, trước mặt và sau lưng. Bạch Thế Tôn, do vậy, chúng con nghĩ như sau: "Ta hãy từ bỏ tâm của ta và sống thuận theo tâm của những Tôn giả này". Bạch Thế Tôn, con từ bỏ tâm của con, và sống thuận theo tâm của những Tôn giả ấy. Bạch Thế Tôn, chúng con tuy khác thân nhưng giống như đồng một tâm.*

Bài 11: Kinh Giáo Giới La Hầu La Ở Rừng Ambàla – Trung Bộ Kinh tập 2

- *Cũng vậy, này Rahula, sau khi phản tỉnh nhiều lần, hãy hành thân nghiệp. Sau khi phản tỉnh nhiều lần, hãy hành khẩu nghiệp. Sau khi phản tỉnh nhiều lần, hãy hành ý nghiệp.*

Bài 12: Kinh Pháp Trang Nghiêm – Trung Bộ Kinh tập 2

Thấy vậy, vua liền nghĩ đến Thế Tôn: "Những gốc cây khả ái, đẹp mắt, lặng tiếng, ít ồn, vắng người, thoáng gió, xa lánh mọi tụ hội đông đảo, thích hợp với trầm tư mặc tưởng này, chính tại đây, chúng ta đánh lễ Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác."

Rồi vua Pasenadi nước Kosala bước vào căn nhà, cúi đầu đánh lễ chân Thế Tôn, miệng hôn xung quanh chân Thế Tôn...

"Trong khi Thế Tôn thuyết pháp cho đồ chúng hàng trăm người, trong khi ấy không có một tiếng nháy mũi hay tiếng ho khởi lên. Bạch Thế Tôn, thuở xưa, trong khi Thế Tôn thuyết pháp cho đồ chúng hàng trăm người, có người đệ tử Thế Tôn ho lên. Một đồng Phạm hạnh khẽ đập vào đầu gối và nói: 'Tôn giả hãy im lặng, Tôn giả chớ

có làm ồn. Thế Tôn, bậc Đạo Sư của chúng ta đang thuyết pháp'. Bạch Thế Tôn, con khởi lên ý nghĩ như sau: 'Thật vi diệu thay! Thật hy hữu thay! Thính chúng này thật khéo được huấn luyện, không gây, không kiếm'."

"Rồi, bạch Thế Tôn, hai quan giữ ngựa Isidatta và Purana, sau khi cùng nhau đàm luận về Chánh pháp hơn nửa đêm, rồi nằm xuống ngủ, với đầu của họ hướng về phía mà họ được nghe là chỗ Thế Tôn ở và với chân hướng về chỗ con."

Bạch Thế Tôn, con suy nghĩ như sau: "Thật vi diệu thay! Thật hy hữu thay! Hai quan giữ ngựa Isidatta và Purana này ăn cơm của ta, đi xe của ta, sinh sống do ta cho, và chính ta đem danh vọng lại cho họ. Nhưng họ không hạ mình đối với ta như họ hạ mình đối với Thế Tôn. Thật sự những vị này ý thức được một sự tối thắng thù diệu nào trong giáo lý Thế Tôn, một sự thành đạt tuần tự".

Bài 13: Kinh Sa Môn Quả - Trường Bộ Kinh

Vua A-xà-thế đến yết kiến Đức Thế Tôn. Sau khi phạm trọng tội giết cha là vua Tần-bà-sa-la, vua A-xà-thế sống trong dằn vặt và bất an. Nghe lời khuyên của ngự y Jīvaka, một cư sĩ hộ trì Đức Phật, vua quyết định đến yết kiến Đức Thế Tôn. Khi vừa đến gần khu vườn xoài nơi Đức Thế Tôn đang trú ngụ cùng đại chúng Tỷ-kheo, nhà vua bỗng giật mình và sinh tâm nghi ngờ, vì một hội chúng đông đảo như vậy mà hoàn toàn không có một tiếng động nào, vua liền nói với Jīvaka: “*Này khanh Jīvaka, người phản ta chẳng? Này khanh Jīvaka, người lường gạt ta chẳng? Này khanh Jīvaka, người nạp ta cho kẻ thù chẳng? Tại sao trong một đại chúng lớn như thế này gần một nghìn hai trăm năm mươi vị, mà không có một tiếng đảnh hắng, không có một tiếng ho, không một tiếng ồn?*”

Jīvaka liền đáp: “*Tâu Đại vương, thần không phản lại Ngài, thần không lường gạt Ngài, thần không nạp Ngài cho kẻ thù.*”

Khi bước vào bên trong, vua A-xà-thế nhìn khắp hội chúng Tỷ-kheo thanh tịnh đang ngồi quanh Đức Thế Tôn, nhà vua không giấu được sự xúc động và cảm hứng thốt lên: “*Nhìn khắp chúng Tỷ-kheo đang yên lặng an tịnh như một hồ nước trong...*”. “*Mong hoàng tử Ưu-đà-di-bạt-đà, (con trai của Ngài), cũng được sự trầm lặng như sự trầm lặng của các vị Tỷ-kheo này vậy.*” Đức Thế Tôn khi ấy chưa thuyết một bài pháp nào nhưng chính sự hiện diện của một hội chúng an tịnh đã làm phát sinh niềm kính phục trong lòng nhà vua.

Bài 14: Kinh Kandaraka – Trung Bộ Kinh tập 2:

Du sĩ Kandaraka đứng một bên, sau khi nhìn quanh chúng Tỷ-kheo đang giữ im lặng, thật im lặng, liền bạch Thế Tôn:

– Thật vi diệu thay, Tôn giả Gotama! Thật hy hữu thay, Tôn giả Gotama! Chúng Tỷ-kheo này được Tôn giả Gotama chọn chánh hướng dẫn.

Bài 15: Kinh Kimbila - Tăng Chi Bộ Kinh tập 2

"Ở đây, này Kimbila, khi Như Lai nhập diệt, các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo-ni, nam cư sĩ, nữ cư sĩ sống tôn trọng và vâng lời bậc Đạo sư; sống tôn trọng và vâng lời Pháp; sống tôn trọng và vâng lời chúng Tăng; sống tôn trọng và vâng lời học pháp; sống tôn trọng và vâng lời lẫn nhau. Đây là nhân, đây là duyên, này Kimbila, khi Như Lai nhập diệt, diệu pháp được tồn tại lâu dài."

Bài 16: Kinh Uruvelà 1 - Tăng Chi Bộ Kinh tập 1

Trong khi Ta Thiên tịnh độc cư, này các Tỷ-kheo, tư tưởng sau đây được khởi lên: "Thật là khó khăn, sống không cung kính, không vâng lời, vậy Ta hãy cung kính, đánh lễ và sống y chỉ vào một vị Sa-môn hay Bà-la-môn".

Nhưng Ta không thấy một chỗ nào trong thế giới chư Thiên, Ác ma và Phạm thiên, giữa quần chúng Sa-môn và Bà-la-môn, chư Thiên hay loài Người, không có một vị Sa-môn hay Bà-la-môn nào khác với giới đầy đủ hơn Ta, mà ta có thể sống cung kính, đánh lễ, sống y chỉ.

Rồi này các Tỷ-kheo, ta suy nghĩ như sau: "Với pháp này mà Ta đã chọn chánh giác ngộ, Ta hãy cung kính đánh lễ và sống y chỉ pháp ấy".

Bài 17: kinh Đất, Tăng Chi Bộ Kinh tập 1

"Có hai hạng người, này các Tỷ-kheo, Ta nói không thể trả ơn được. Thế nào là hai? Mẹ và Cha... Ai khuyến khích, hướng dẫn cha mẹ an trú vào lòng tin, vào thiện giới, vào bố thí và vào trí tuệ, như vậy là làm đủ và trả ơn đủ mẹ và cha."

Bài 18: Kinh Siva – Tương Ưng Bộ Kinh tập 1

"Hãy thân với người lành,

Hãy gần gũi người thiện,

Biết diệu pháp người hiền,

Chỉ tốt hơn, không xấu.”

Bài 19: Kinh Pháp Cú – kệ 76:

“Nếu thấy bậc Hiền Trí

Chỉ lỗi và khiến trách.

Như chỉ chỗ chôn vàng.

Hãy thân cận người trí,

Thân cận người như vậy,

Chỉ tốt hơn không xấu.”

Bài 20: Kinh Nói Như Hoa - Tăng Chi Bộ Kinh tập 1

Có ba hạng người này, này các Tỷ-kheo, có mặt, xuất hiện ở đời. Thế nào là ba

- *Một là hạng người nói như phân.*
- *Thứ hai hạng người nói như hoa.*
- *Thứ ba là hạng người nói như mật.*

./.

LINH QUY PHÁP ẨM

Ban Văn Hóa

Thực Hiện