



# BỒ ĐỀ HẢI

## Vạn Phật Thánh Thành

Số 08, Tháng 11-12, 1992

2001 Talmage Road, Talmage, CA 95481-0217

### Đọc trong số này

- Phiền Nảo Tức Bồ Đề
- Affliction Is Bodhi
- Thơ: Hám Sơn Đại Sư (dạy Tâm Văn Thiền Sư)
- 1992 Vigorous Buddha Recitation Session
- Thông Báo
- Lời Hướng Dẫn về Cách Tập Thiền-vi. Thiền Là Nhiếp Tâm
- Meditation is for Gathering-in the Mind
- Tìm Điều Tốt của Người, Nhận Điều Lỗi của Mình
- Học Phật Vấn Đáp

### Phát Hành

Dharma Realm Buddhist Assn.  
Long Beach Sagely Monastery  
3361 East Ocean Boulevard  
Long Beach, CA 90803  
Tel./ Fax. (562) 438-8902  
E-mail: BoDeHai@aol.com  
www.saigon.com/~fopusa/

### Phiền Nảo Tức Bồ Đề

H.T Tuyên Hóa

Vì Phật thấy chúng sanh chịu cái khổ sanh lão bệnh tử nên Ngài phát tâm xuất gia tu hành để trừ 4 thứ khổ ấy. Còn con người mình sanh đủ phiền não mà lòng chẳng biết chẳng để ý. Có lúc phiền não hiện ra nơi mặt, có lúc mình giấu trong tâm. Khi vô minh mà nổi dậy thì chẳng có biết chuyện chi nữa. Bởi vô minh mà làm loạn thì lòng liền u mê hồ đồ, nên biết phiền não là nhân duyên chướng ngại Đạo, là tảng đá cột chân người tu đạo vậy.

Song le, ở phần diện mà nhìn thì ta không thể chẳng có phiền não, vì sao? Vì "*phiền não là Bồ Đề*." Nếu biết vận dụng thì phiền não tức bồ đề. Nếu chẳng biết vận dụng thì bồ đề trở thành phiền não. Ví dụ, bồ đề là nước, phiền não là nước đá. Nước là nước đá, mà nước đá cũng là nước. Nước đá (ice) và nước đồng một thể, chẳng phải hai thứ. Lúc lạnh thì nước đóng băng. Trời nóng thì băng thành nước. Khi có phiền não thì băng thành nước. Đạo lý này thể dễ hiểu. Có phiền não thì hiện băng (phiền não - vô minh). Chẳng phiền não thì lộ nước (bồ đề - trí huệ).

Điểm này các vị nhớ lấy, nhớ lấy! Chúng ta kẻ tu đạo chẳng thể tu tám

### Affliction Is Bodhi

Dharma talk by the Ven. Master  
Hsuan Hua

The Buddha saw that all living beings suffer from the four great traumas of birth, old age, illness, and death. And he then resolved to leave home and cultivate so as to find a way to solve these four major problems of life. We people bring forth afflictions without even being aware that we are doing so. Sometimes the afflictions manifest in our bodies, other times in our mind. Sometimes our ignorance explodes, and we are totally unconscious of what we are doing.

Once that ignorance gets loose, then we are lost in confusion, and that is how afflictions become situations that obstruct the Spiritual Way. They are the stumbling blocks for cultivators of the Spiritual Path.

But at the same time, on the other hand, it wouldn't do to be rid of all afflictions, why not? Because Afflictions are Bodhi, or awakening. If you can use them, then afflictions are nothing but enlightenment. If you can't use them, then your enlightenment can change back into affliction.

For example, we might say that Bodhi is water, and afflictions are ice. Ice is water, and water is ice. They both share

vạn bốn ngàn đại kiếp mà phiền não vẫn còn trở trơ. Nếu hằng ngày phải ăn phiền não để sống, không ăn phiền não chắc đói chết thì đây thật đáng thương xót lắm.

Bệnh tật của ta do đâu mà ra? Do ba độc tham sân si mà ra. Người chẳng còn ba độc, thì bệnh gì cũng hết. Pháp Phật có Giới, Định, Huệ là thứ thuốc thần đặc biệt để trị tham sân si. Thuốc mà tới thì bệnh phải trừ, linh lắm!

*Tâm thanh, thủy nguyệt hiện  
Ý định, thiên vô vân.*

Diễn nghĩa:

Lòng trong suốt nước hiện bóng trăng.  
(tâm hiện Phật tánh).  
Ý an định trời mây chẳng gợn.  
(lòng chẳng khởi phiền não).

Đó là cảnh giới chẳng phiền não. Hễ tâm bình thì trăm nạn tiêu tan. Ý định thì vạn sự kiết tường. Danh ngôn này chí lý lắm, có thể chung thân dùng nó. Lại nữa:

*Tâm lắng, niệm dừng là phú quý thật.  
Dứt hết tư dục ruộng phước mới chân.*

Tâm đây vọng tưởng dứt tuyệt, lòng lắng xãng phan duyên gạn sạch thì đó mới là thứ giàu sang chân thật nhất. Không tham cũng tức là phú quý. Vì sao người tham? Vì không biết tri túc, cứ nghĩ rằng mình thiếu, mình không đủ. Do đó phải tham, phải thêm. Không có tư dục (lòng dục vọng ích kỷ, vì cá nhân mình) thì đó là ruộng phước. Nếu lòng ham muốn ích kỷ riêng tư này mà trừ hết thì đó là ruộng phước chân thật.

Thế nào là phiền não? Là những thứ thất tình lục dục khiến tâm và thân chẳng đắc tự tại. Ưu là gì? Là lo âu buồn rầu chẳng vui. Hoạn là gì? Là những thứ tai họa khiến chuyện bất hạnh phát sanh. Những thứ trên bức bách trời buộc ta giống xiềng xích vô minh, dây thừng phiền não cột chặt mình lại, hoặc như tảng đá đè nghẹt thở người mình.

Đức Phật vì muốn chúng sanh lìa phiền não, rời bức bách, đắc an lạc, được giải thoát nên Ngài mới dạy chúng sanh phát tâm đại giác ngộ, tu học công đức và hạnh môn của chư Phật. Vì thế chúng ta phải lắng nghe, tin tưởng, y giáo phụng hành.

Lòng phiền não vốn vô lượng vô biên, song nên biết chúng vốn là ảo ảnh (bóng nước phải ánh trên mặt đường lúc trời nắng chói). Chư Bồ tát thấy chúng sanh thì điên điên đảo đảo: cho điều thẳng thắn là cong vạy, lấy chuyện quanh co làm chính trực; đem đen làm trắng, lấy trắng làm đen. Cho việc ác là lành, lấy việc lành là xấu. Bất luận các Ngài giáo hóa làm sao, chúng sanh cũng chẳng chịu sửa đổi thói hư tật xấu, đẩy đây chướng

the same substance; they are not separate. When the temperature is sufficiently cold, then water congeals into ice. When the air warms up, ice melts into water. In other words, when afflictions arrive, then the water freezes into ice. When afflictions vanish, the ice melts into water. This truth is quite easy to understand. Once again, Afflictions are the ice of afflictions that is to say, ignorance; absence of afflictions is the water of Bodhi enlightenment, that is to say, wisdom.

I implore each of you to pay attention to this point! Do not carry on in cultivation for 84,000 great eons and still hang on to your afflictions. Don't make them your daily fare. Do you feel hungry on a day that passes without your eating your fill of afflictions? That's too pathetic!

When we are ill, where does that illness come from? Sickness arises from the three poisons of greed, hatred, and stupidity. If we could be free of those three, we would never have a day of sickness. The precepts, concentration, and wisdom the Buddha-dharma talks about are effective medicines that neutralize the three poisons.

If you can use this miraculous panacea to the point that

*The mind is so clear that a reflection of the moon shows in its water; The will is so concentrated that there are no clouds in its sky.*

This state reveals that afflictions have gone. This state is said to be:

*When the mind stops and thoughts are cut off, you have genuine wealth and nobility; When selfish desire ends for good, you become a genuine field of blessings.*

You have ceased the mind that contains false, polluted thoughts; you have cut off the thoughts of climbing and opportunism. This is a genuine riches and honor. Simply put, ending greed brings you wealth and nobility. Why do people fall to greed? Because we don't know how to be content. We feel insufficient, so greed arises.

Going free of selfish desire makes us a field of blessings. If we can cut this off, we then become true fields of blessings. Attention everyone!

*When your mind is even and calm, then all troubles vanish; When your will is concentrated, everything you touch brings fortune.*

This maxim is absolutely reasonable, and you can make it a benchmark for your entire life. It will not let you down!

What are afflictions, in the first place? They trouble the

ngại. Nếu các Ngài có chỉ điểm lỗi lầm của ai, thì chắc hẳn kẻ đó không vui lòng đâu; y sẽ tìm đủ mọi cách để bào chữa, bảo vệ lỗi lầm của y và chẳng chịu sửa lỗi để trở thành kẻ tốt đâu. Thậm chí có lúc y còn nổi lòng đại vô minh, đại phiền não. Đối với chúng sanh như thế Bồ tát chỉ khởi lòng từ bi lân mẫn, tay dắt miệng dạy, ân cần chỉ bày không mệt. Các Ngài dạy rằng: chớ nên nói thị phi, chẳng nên sanh phiền não; rằng nếu chẳng nóng giận, chẳng đố kỵ, chướng ngại kẻ khác, thì mình có thể xuất ly biển khổ.

Thân người là thứ giả dối. Mình chớ đem cái túi da thịt thối tha này cho là đồ bảo bối. Rồi vì thế làm gì, đi đâu cũng bảo vệ khiến thân được hưởng thụ sung sướng, sợ thân này chịu khổ. Song le, tấm thân này ở đâu cũng chỉ làm mình thêm phiền lụy thôi.

body and hassle the mind. You aren't comfortable or at ease. What is worry? Worry is grief and misery, a feeling of depression and unhappiness. What is perversity? It is disasters and calamities, a run of bad luck. Things such as these tie us up and press us down. We feel that shackles by the lock of our ignorance. We go around as if tied up by the ropes of afflictions. It seems as if a huge rock were squashing us so that we can't even breathe. We feel stifled. The Buddha wants all living beings to go free of afflictions; and to gain peace and happiness. He wants us to go free of things that oppress us, and to get liberated. Then he teaches living beings to bring forth the great resolve for enlightenment, and how to learn the Buddhas own practices that build merit and virtue. We living beings really ought to listen and accept, to believe in and even more ought to put these teachings into practice.

Living beings have an infinite and limitless capacity for affliction. We should recognize that they exist just like mirages. Bodhisattvas see that we are upside down and troubled, and that we turn straight roads crooked, and take what is crooked as straight. We mistake black for white, and turn black white. We make evil out to be good, and we turn good into evil. No matter how the Bodhisattvas teach us, we still manage to cling to our bad habits. Our obstacles are insurmountable. When we hear about our faults, we get unhappy, and we rationalize so that we these habits get justification to survive. We are unwilling to reform our faults and improve our lives. To the point that we get incensed, and our afflictions roar out in profusion.

Facing these living beings, the Bodhisattvas feel great compassion and sympathy; he takes them by the ear and gives them a good talking to. He exhorts them not to gossip, and not to get afflicted. He says that if they can quell their temper and avoid jealousy and competitiveness, then they can climb out of the ocean of affliction. Human bodies are falsely set up. We shouldn't take this stinking bag of skin as a precious treasure, and worry about it at every hand. No need to run from every pain and pursue every pleasure, because no matter where, no matter when, this body ultimately will bring you nothing but affliction.

## 1992 Vigorous Buddha Recitation Session

## Thông Báo

### I. Origin:

The Sutras say that the *Amitabha Sutra* will be the last Sutra to disappear during this present age. It will remain in the world longer than any other Buddhist Sutra. It is a compassionate ship for living beings to rely upon this Dharma-Ending Age. After the *Amitabha Sutra* disappears, only the sagely phrase of "*Namo Amitabha Buddha*" will remain. After that disappears, only the name "Amitabha Buddha" will remain. From this we can know that the teaching host of the West, Amitabha Buddha, has deep affinities with living beings of our Saha World.

The Pure Land Dharma-door was spoken without request by the Buddha. It is a supreme Dharma which can cause both those of superior and inferior wisdom to attain ultimate bliss and non-retreat from Bodhi. Great Strength Bodhisattva recited the Buddhas name, attained samadhi, and achieved perfect penetration. Universal Worthy Bodhisattva made ten kings of vows and transferred the merit to rebirth in the Pure Land. Even one recitation of this vast name with its myriad virtues is a wondrous means of escape from suffering.

### II. Information

1. Date: 12/19/92 (Sat.) - 12/25/92 (Fri.)  
(Purify the Boundaries on the evening of 12/18)
2. Place: City of Ten Thousand Buddhas
3. Participants: up to 200 laypeople
4. Requirements:
  - a. Maintain silence.
  - b. Receive the 8 Vegetarian Precepts
  - c. Each day, recite for seven periods and bow 1000 bows. Those over sixty may sit or kneel to bow, or recite the Buddha's name 20,000 times instead.
5. Registration Fee: A minimum of \$120 per person (includes room, board, mailing costs; left-home people need not pay.)
6. Registration Deadline: Postmark date on or before 12/6/1992.
7. Registration by Mail: Fill in form and send to JGH #100, The Sagely City of Ten Thousand Buddhas.
8. Orientation: Please arrive by 10 a.m. on 12/18.  
Orientation will be at 3 p.m. to form groups and go over rules and information.
9. Host of Session: Ven. Master Hsuan Hua

\* Bồ Đề Hải xuất bản hai tháng một lần. Nếu quý vị muốn nhận bản tin hay muốn hỏi hoặc có đề nghị gì, xin hoan hỷ liên lạc Vạn Phật Thành.

*Từ khi sanh Mỹ, Lão Hòa Thượng không ngừng chuyển Pháp Luân, giảng giải rất nhiều Kinh Luận Đại Thừa Phật Giáo. Chúng tôi có ý nguyện dịch sang Việt Ngữ vì nhận thấy rằng kinh tiếng Việt có nhiều, nhưng được chú giải thì không có bao nhiêu. Rất mong các vị đạo hữu, các Thiện Tri Thức phát tâm cùng nhau phiên dịch! Vừa lợi mình lợi người, vừa hoằng dương Phật Pháp, vừa tịnh hóa nhân tâm. Nguyện cùng nhau chia sẻ sứ mạng của người con Phật. Mọi chi tiết xin liên lạc về Vạn Phật Thành hay*

*The International Translation Institute  
1777 Murchison Drive,  
Burlingame, CA 954010 - 4504  
Tel: (415) 692-5912 Fax: (415) 692-3017*

\* Mỗi chủ nhật Hòa Thượng Tuyên Hóa thuyết giảng "Thủy Kính Hồi Thiên Lục (Water Mirror reflecting Heaven)" tại Học Viện Dịch Kinh Quốc Tế (International Translation Institution) bắt đầu từ 8 giờ 30 đến 11 giờ sáng (đều có dịch sang Việt ngữ).

*Chiều từ 1 giờ đến 3 giờ sẽ có buổi thuyết pháp bằng tiếng Việt.*

*Muốn biết thêm chi tiết, xin liên lạc:*  
- Sư Cô Hằng Cơ (415) 421-6117  
- Bà Ngô Đạo (510) 886-4612  
- Bà Nguyệt (408) 258-4561

\* *Bốn ngày Thanksgiving Mini - Thiền Thất từ ngày 26 đến ngày 29 tháng 11/92 dành riêng cho Thiền sinh mới thực tập thiền; đây cũng là cơ hội rất quý để chuẩn bị cho 7 ngày Phật Thất và 3 tuần Thiền Thất (bắt đầu từ ngày 19/12/92 suốt đến ngày 21/1/93). Muốn biết thêm chi tiết xin liên lạc Vạn Phật Thành.*

## Lời Hưỡng Dẫn về Cách Tập Thiền

của Hòa Thượng Tuyên Hóa

### vi. Thiền Là Nhiếp Tâm

Tọa thiền là con đường mà mọi hành giả phải đi. Thiền là gì? THIÊN, từ Phạn ngữ DHYANA, có nghĩa là "tu pháp tư duy" và "lắng tư lự". Người Hoa thường đơn giản hóa ngoại ngữ, nên họ chỉ giữ lại vần đầu của danh từ DHYANA, chỉ còn đọc là CHAN (Thiền).

Tọa thiền thì phải ngồi thiền. Vì sao vậy? Để nhiếp tâm. Khi kẻ sơ cơ tập ngồi thiền, thân y tuy ngồi nhưng tâm chẳng ngồi. Tâm y cứ mãi miết phóng theo vọng tưởng, không biết đến đâu: lúc Đông lúc Tây, chọt Nam chọt Bắc. Giống như được ngồi hỏa tiễn miễn phí, tâm bay lạng khắp nơi. Những vọng tưởng, ý nghĩ lằng xằng ấy, thật khó khống chế vô vàn.

Tại sao người ta không có trí huệ? Bởi vì những suy nghĩ của họ cứ mãi lằng xằng chạy ra ngoài. Tại sao người ta già đi mỗi ngày? Bởi vì tâm của họ luôn luôn truy đuổi hết việc này đến việc kia. Tương tự như một chiếc xe mới: nếu các bạn lái một cách bừa bãi, ca, c bạn sẽ lãng phí rất nhiều xăng. Chẳng những thế, chiếc xe của các bạn sẽ hư cái này, hỏng cái nọ, và có thể chẳng bao lâu nó sẽ nằm liệt. Nguyên lý này cũng áp dụng cho thân thể chúng ta. Nếu các bạn không biết điều hòa nó, ghép nó vào kỷ luật mà lại để cho nó tự do phóng túng, thì rốt cuộc các bạn sẽ tốn rất nhiều xăng. XĂNG ở đây là gì? Chính là cái khí lực tinh thần quý báu của các bạn. Bất luận đổ xăng nhiều bao nhiêu, các bạn ngày nào cũng lái xe vòng vo vô ích, thì bình xăng sẽ chóng cạn. Có kẻ ăn những thứ bổ dưỡng, nghĩ rằng thức ăn ấy có thể tăng thêm tinh thần khí lực của họ; song nếu họ không biết trân quý tinh thần của chính họ, bất luận ăn nhiều thứ bổ dưỡng bao nhiêu, họ cũng không thể bổ sung được cái tinh lực mà họ phung phí. Vì lý do này, nên có câu:

Chế chi nhất xứ  
Vô sự bất biện

Nghĩa rằng:

*Giữ tâm một chỗ  
Không gì chẳng xong.*

Các bạn phải tập thu tâm lại, kèm nó nằm yên một chỗ. Như vậy các bạn sẽ không lãng phí tinh lực, làm khô cạn nguyên lực tinh thần của mình. Nguyên tắc này cũng như ví dụ việc lái xe: Nếu các bạn khéo giữ gìn, cẩn thận lái xe thì sẽ không xảy ra tai nạn mà chiếc xe của các bạn sẽ hữu dụng trong một thời gian rất lâu. Cùng thế ấy, nếu các bạn biết điều hòa cơ thể, cơ thể sẽ không già. Thật ra, nó không chết!

### Meditation is for Gathering- in the Mind

Sitting in Chan is a road that all cultivators must traverse. What's meant by Chan? *Chan*, the Chinese transliteration for the Sanskrit term *Dhyana*, means cultivation of reflection, and stilling of thought. Because the Chinese people liked to abbreviate foreign terms, they retained only the first word of the term *Dhyana* (*Chan na*), and so the Chinese version reads, *Chan*.

In observing "*da dzwo*", sitting in meditation, one is required to sit. Why does one have to sit? One sits in order to gather in the mind. When most people first start to sit in meditation, their bodies may be sitting there, but it's not known where their minds have gone. The mind runs off with distracting thoughts, suddenly to the East, suddenly to the West, suddenly to the North, and suddenly to the South. Without having to buy a ticket, the mind hops on a rocket and spirals into empty space. It's very difficult to control these random thoughts that fly off to every direction.

Why is it that people don't have wisdom? Because their thoughts run outside. Why is it that people age day by day? Because their minds run after external things. It's like a new car: if you drive it recklessly, you will expend a lot of gasoline and waste a lot of gasoline. Not only that, your car will quickly develop many problems, and you might end up totally wrecking it before long. The same principle applies to our bodies. If you don't know to discipline and regulate your body, but instead let it run around, then you end up expending a lot of gasoline. What is this gasoline? It is your precious energy. No matter how much gasoline you put into your car, you end up wasting it if you drive it recklessly. You may eat nutritious food every day, insisting that it can bolster your energy. However, if you don't know how to cherish your own life force, then no matter how much nutritious food you take in, you won't be able to make up for the energy you squander. For this reason, there is a saying,

*If the mind can be brought to a single focus  
Then everything will be accomplished.*

You must be able to draw back your thoughts, harness them so they remain in one place. Then you won't be wasting your energy or depleting your resources. This same principle holds true when driving a car. If you know how to manage your car, to not have collisions or run into accidents, then your car will be useful for a very long time. By the same token, if you know how to regulate your body, then your body won't age. In fact, it

"Tôi không như thế," có người nói. "Ai cũng phải chết. Ngay cả đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Ngài cũng phải nhập Niết Bàn. Làm sao Thầy có thể nói được là thân xác của chúng con sẽ không chết?"

Các bạn phải nên biết: Đức Phật nhập diệt sau khi hoàn tất sứ mệnh giáo hóa của Ngài, nhưng Ngài không chết như mọi người. Ngài đã đi vào trạng thái không sanh không diệt, một trạng thái rốt ráo, hoàn toàn thanh tịnh. Đức Phật đã chứng đắc đại trí, và giải thoát khỏi sanh tử. Ngài tự do đến, tự do đi. Ngài khác với kẻ phàm phu chết gì bệnh tật. Khi đã làm xong tất cả việc phải làm, cứu độ hết thấy chúng sanh có nhân duyên với mình, Phật liền nhập diệt. Trước khi nhập diệt Ngài triệu tập tất cả các vị Bồ Tát, Thánh Tăng, các vị A la hán, trời, người, và tất cả chúng sanh trong mười phương đến Pháp hội để họ có thể từ biệt Ngài. Điều này cho thấy rằng Ngài biết trước và thấu triệt sự sống chết của Ngài. Nếu các bạn muốn biết thêm, hãy đọc kinh Đại Bát Niết Bàn.

Mục đích của tọa thiền là nhiếp tâm. Đồng thời các bạn cũng nhiếp thân, nhiếp khẩu, nhiếp ý, để cho ba nghiệp được thanh tịnh. Thật vậy, khi các bạn ngồi thiền, thân các bạn không phạm giới sát, giới đạo, giới dâm; miệng không nói dối, nói lời thô ác, nói lưỡi hai chiều, nói lời ỷ ngữ; tâm không tham, không sân, không si; ý nghĩ không truy đuổi việc bên ngoài. Khi ấy thân tâm các bạn mới yên ổn - Thì đây là lúc để các bạn bắt đầu tập ngồi thiền. Ngồi thiền là nhắm đến việc điều hòa thân tâm, để cho thân không bị bệnh tật, miệng không nói lời bất thiện, và tâm không tranh chấp, không tham lam, không truy cầu, không ích kỷ, không thủ lợi cá nhân (tự lợi). Khi ba nghiệp được tịnh, thì trí huệ sanh. Tọa thiền lạ trở về nguồn, phục hồi trí huệ bản hữu, phóng đại quanh mình.

Tất cả các bạn tới đây học Phật Pháp. Các bạn hãy dành đủ thời giờ, mặc dù con;ng việc có bề bộn bao nhiêu. Dầu cho các bạn có trễ mất một bữa ăn, hay được ít tiền đi, các bạn cần phải kiếm thì giờ để học và hành Phật Pháp. Hay đem lòng chân thật ra tu, rồi các bạn sẽ được cảm ứng. Nhưng nếu các bạn cho rằng ăn là quan trọng hơn Phật Pháp, hoặc là tiền có ý nghĩa hơn giáo pháp, thì các bạn sẽ không học được pháp nào. Các bạn hãy coi Phật Pháp là thiết yếu và quan trọng hơn mọi sự. Đó là thái độ căn bản của mỗi Phật tử.

## **Lectures**

by Venerable Master Hua and other Dharma Masters  
on every Sunday from 8:30 to 11:00 a.m. at The  
International Translation Institute  
177 Murchison Drive  
Burlingame, Ca 94010-4504  
Tel. (415) 692-5912

won't die!

"I can't believe that," someone says. "Everyone has to die. Even Shakyamuni Buddha entered Nirvana. How can you say that our bodies won't die?"

You should understand that the Buddha entered Nirvana at the end of his teaching career, but he did not die like ordinary people. He entered a state that is not subject to production and extinction, a state of ultimate, perfect quiescence. The Buddha had already opened great wisdom; he was liberated from birth and death. He was free to come and go. He wasn't like most ordinary people who die from illnesses. The Buddha had simply finished everything he had to do, having saved all the living beings with whom he had conditions and so he entered Nirvana at the end of his career. Before he entered Nirvana, the Buddha summoned all the Bodhisattvas, the holy sangha, arhats, bhishus, gods, humans, and other beings of the ten directions, to the Dharma Assembly, so they could all say good-bye to the Buddha. This shows that the Buddha clearly knew of his own comings and goings. If you wish to know more about the situation, you can investigate the Nirvana Sutra.

The purpose of sitting in meditation is to gather in our thoughts. It also is to gather in the body, speech, and mind, so that those three karmic vehicles are pure. When you sit in Chan, your body does not engage in killing, theft, and lust; your mouth does not engage in lewd speech, false speech, harsh speech, and divisive speech; and your mind does not indulge in greed, anger, and stupidity. If your thoughts no longer run outside, your mind and body will become peaceful, and that is the beginning of investigating Chan. The aim of sitting in Chan is to regulate your body and mind, so that your body will not experience any illness, your tongue will not engage in unwholesome speech, and your mind will not fall into fighting, greed, seeking, selfishness, and seeking of personal advantage. Once the three karmic vehicles are pure, your wisdom will manifest. Sitting in Chan is going back to the source and retrieving your original wisdom so that it will emit great, bright light.

All of you have come here to study the Buddhadharma. You should make time, despite your busy schedules. Even if you have to go without a meal, or make less money, still, you need to find time to study the Buddhadharma. Bring forth your true heart, and then you will obtain a response. If you consider eating to be more important than the buddhadharma, or making money as being more significant than the Buddhadharma, then you will never manage to learn any Dharma. Instead you should consider the Buddhadharma to be more vital and important than any other thing. That is the basic attitude of every Buddhist.

## Tìm Điều Tốt của Người, Nhận Điều Lỗi của Mình

Vương Phụng Nghi

Người tu tốt thì nhiều, đặc quả tốt thì ít, đó là bởi do đâu? Đó là do trong tâm còn chứa điều không tốt của kẻ khác, còn nghĩ kẻ khác lạ xấu. Do đó làm sao mà mình tốt đặng. Đi tìm điểm tốt của người là "tụ linh" - tích tụ linh khí cho mình; cứ thấy tội lỗi, điểm xấu của người khác là "thu tang" - thấu nhận đồ phi nghĩa về cho mình. Do đó *tụ linh* thì đem lại dương quang khiến lòng mình ôn hòa, bình hoãn; có thể dưỡng tâm. "*Thu tang*" thì tích chứa âm khí khiến lòng mình âm trầm; có thể hại thân. Ở đời ai cũng có ưu điểm, ngay như kẻ ác cũng có điều tốt của y. Nếu chính diện mà mình không tìm thấy điểm tốt của người thì hãy nhìn mặt phản diện của y để tìm. Như tên cướp, thổ phỉ cũng có nghĩa khí lắm. Bởi vì nếu y phải phe tổ cáo đồng bạn thì y sẽ mất nghĩa, sẽ bị bắt nhốt tù. Do đó luôn thấy điểm tốt của người. Điểm tốt của người, là "*viên thuốc âm lòng*" (noãn tâm hoàn - thuốc an thần) mà tới đâu nó cũng có duyên, khiến ta dứt khổ não.

Khi tâm chứa nghĩ điều tốt của người, đó là ta tồn *dương*. Thường nhớ nghĩ điều xấu của kẻ khác thì ta tồn *âm*. Chúng ta chẳng nên làm lần điều này. Kẻ ngu thường thích làm càn, cho mình là đúng không bao giờ y chịu tìm cái tốt kẻ khác cho nên y có nhiều oán. Hễ nhiều oán thì nhiều khổ. Bạc tiền bố thí đạo đức thì luôn nhún mình, chỉ sợ là mình không đúng; bao giờ các Ngài cũng thích lấy cái tốt của người nên chi luôn được lợi ích. Hễ nhiều ích thì nhiều tài năng. Hễ biết tìm ưu điểm của người thì mình sẽ có năng lực nội tại tiếp nhận vạn linh, phá đứt đi dây duyên nợ chằng chịt trong vòng sanh tử. Hễ tâm nghĩ tới một chuyện tốt thì lòng thêm một phần dương quang. Khi mình có thể dung nạp tất cả dương quang của mọi người (tức là thấy đặng ưu điểm, cái hay cái đẹp của mọi người) thì mình có thể quy tụ vạn linh. Vậy nên, tìm cái ưu điểm, cái hay nơi người, là "*chân kim*" (*vàng thiệt*). Song khi tập tìm chuyện tốt, mình phải co chí. Bởi vì từ chỗ chưa thấy cái hay của người đến lúc tìm ra chỗ tốt của y, đòi hỏi mình phải nhẫn nại ghê lắm. Dù chẳng thể nhẫn đặng, mình phải nhẫn cho kỳ được. Nhất là khi tìm ra ưu điểm của kẻ ác thì niềm oán ghét, hận thù đối với y sẽ tự nhiên tiêu tan, do đó dây oán nghiệt sẽ tự giải khai. Như có bà nợ thường chửi rửa, đối xử với tôi tệ lắm. Tôi nghĩ: "*Kẻ xấu ác cũng phải có điểm tốt, nếu không làm sao y sống?*" Do đó ngày đêm tôi chú ý xem xét tìm kiếm cái hay đẹp của bà. Cuối cùng tôi tìm ra! Tôi liền nói với bà ta: "*Tánh là sao phước; Tâm là sao Lộc; Thân là sao Thọ. Tâm của bà tốt lắm, bởi bà làm rất nhiều việc có công cho người đời. Chỉ có tánh của bà là không nhường nhịn ai, do đó chưa hưởng được*

*phước*". Nghe xong, bà ta khâm phục, sửa đổi tánh nét liền. Khi tìm điểm tốt của ai chớ sanh cái vả, tranh lý (dù là với chính mình). Hễ tranh lý thì mình xa rời đạo lắm lắm vậy. Tôi có bà cô tánh điều ngoa mà lại hung tợn. Bà ta rất thích uống rượu; rượu uống rồi thì ắt phải chửi rửa người. Tôi tự nghĩ, bà ta điều ngoa ác vậy mà không sanh bệnh; nếu mà với người khác mà sanh hoạt kiêu đó ắt đã ngã bệnh rồi rồi. Lý nào? Nhất định bà ta có điều tốt lắm, có điều tôi chưa thấy ra. Do vậy tôi lập chí, thề nếu tìm không ra sẽ không ăn cơm. Nhịn đói như vậy được ba ngày, qua ngày thứ tư, nằm suy tư ngẫm nghĩ, tôi chợt khám phá ra! A! Té ra bà hay ở chỗ là không bao giờ nhớ đến cừu hận. Như thử bà sắp chửi rửa ông Ba, ông ta bệnh kịch liệt ra đấy. Mau mau giúp ông ta trị cho lành! Bởi vì bà làm nghề châm cứu, cho nên khi nghe vậy bà lập tức đi liền, dù là nửa đêm, một hai giờ khuya. Bà hoàn toàn không để ý tới thù hằn, chửi rửa gì cả. Đó là điểm hay khiến bà ta chưa sanh bệnh. Do đó tôi liền giải thích cho bà nghe. Bà ta chẳng những không chửi rửa tôi mà còn còn vui vẻ, cho rằng tôi có lương tâm giúp bà. Do đây tôi mới biết *đi tìm ưu điểm của người* là căn bản của việc hành đạo vậy.

*Chấp nhận mình sai lầm* là nước trí tuệ. Nước có thể điều hòa 5 vị, phối hợp 5 màu. Người nào luyện được tánh như nước thì sẽ thành đạo. Cổ nhân dạy: *Thượng thiện nhược thủy* (Điều thiện cao cả nhất giống như nước vậy).

## Học Phật Vấn Đáp

### Questions and Answers on Buddhist Practice

**Hỏi:** Thế nào là Phật Pháp?

**Đáp:** Phật Pháp tức là thế gian pháp, nhưng là thứ pháp người đời không muốn thực hành. Người đời suốt ngày bận rộn, lục đục, bôn ba; nếu nguyên do chẳng phải là lòng ích kỷ thì cũng là vì muốn bảo toàn sanh mạng, tài sản, cuộc sống. Phật Pháp không vì ích kỷ riêng tư mà hoàn toàn vì công ích, lợi lạc thế nhân. Vì vậy người học Phật Pháp thì làm gì, nói gì cũng vì người khác. Phải coi nhẹ chính mình, quên mình vì người, và không làm ai sanh phiền não khổ đau. Đó chính là Phật Pháp.

**Hỏi:** Phật Pháp không rời thế gian pháp. Làm sao áp dụng Phật Pháp vào đời sống hàng ngày một cách viên mãn nhất?

**Đáp:**     Đừng tranh giành,  
          Đừng tham lam,  
          Đừng truy cầu,  
          Đừng ích kỷ,  
          Đừng tự lợi,  
          Đừng đối trá.

**Hỏi:** "Sắc tức thị không. Không tức thị sắc." Chúng tôi không hiểu đặng xin Hòa Thượng chỉ điểm phá mê.

**Đáp:** Sanh cũng ở nơi sắc. Chết cũng ở nơi sắc\*. Chỉ có vậy thôi. Nếu bạn không nhìn thông, thấy suốt thì bạn cũng sẽ sinh nơi sắc, rồi chết cũng nơi sắc.  
\*Sắc ở đây có nghĩa là sắc dục, sắc đẹp, hình sắc.

**Hỏi:** Thế nào là vô minh?

**Đáp:** Nói giản dị là hăm ám, chẳng hiểu biết. Bởi chẳng hiểu biết chân lý, do đó khóa chặt cửa lòng lại, chẳng có cách chi đặng ngộ!

**Hỏi:** Thế nào là Chánh Pháp trụ thế?

**Đáp:** Bạn chân thật tu hành không ham hư danh, không thích tài lợi, chẳng mong cúng dường. Như vậy tức là Chánh Pháp trụ thế.

**Hỏi:** Phật tánh xưa nay gốc thanh tịnh, vậy vô minh từ đâu ra?

**Đáp:** Vô minh tức là do ái tình mà ra. Vô minh tức là tên khác của ngu si.

**Hỏi:** Khổng tử có 3 ngàn học trò, trong đó có 72 vị thông suốt lục nghệ. Trong xã hội hiện tại, thế nào mới

đáng gọi là một người hoàn toàn?

**Đáp:**     *"Có đức mới có phú quý thật,  
          Không đức là thứ nghèo hèn."*

Nền tảng của người toàn thiện là do thực hành ngũ giới: không sát, không trộm, không tà dâm, không nói dối, không rượu chè.

**Hỏi:** Trong nhà chỉ có một người học Phật Pháp, làm sao trừ đặng chướng ngại khiến toàn gia theo, bà con họ hàng đều được đặng hưởng pháp ích?

**Đáp:** Bạn cứ kiên thành tu hành thì tự nhiên mọi người sẽ cảm động tin theo.

*\* Sắc ở đây có nghĩa là sắc dục, sắc đẹp, hình sắc.*

## Thơ

### Hám Sơn Đại Sư (dạy Tâm Văn Thiên Sư)

*Bổn lai tự tánh lượng như không  
Kiến sắc vẫn thanh thọ quá phong  
Đản sử phù vân tiên tán tận  
Kỷ tăng nhất vật trước kỳ trung.*

Tạm dịch:

*Tự tánh xưa nay rộng như không.  
Thấy sắc nghe tiếng: gió qua cây  
Chỉ khiến mây trôi tan hết sạch  
Nào hề có vật bám vào đây!*

Diễn nghĩa:

*Bản lai tự tánh của mình vốn rộng lớn vô ngần mé, vô hình tướng--như hư không vậy. Kẻ tu hành phải dựa vào tự tánh mà tu: đừng dựa vào, chấp nhất vào, truy đuổi theo âm thanh, sắc đẹp, danh vọng, quyền thế - phải coi mọi thứ như gió thổi qua cây: vô thường lắm! Con đường tu cuối cùng là gọn sạch hết cấu bẩn của tự tâm, bỏ đi tập quán hư xấu; lúc đó cũng giống như mây trôi tan hết thì mặt trời tự tánh sẽ hiển lộ. Công phu thật chỉ do đánh tan hết sạch tội lỗi, thói hư. Lúc đó, triệt ngộ thì sẽ biết xưa nay tự tâm rộng rang, chưa hề có chứa vật gì, chưa hề dính mắc vật gì.*

Tinh tấn!