Thuyền Từ

Tháng 5
2022

Lá thư tu học của tăng thân Thuyền Từ ở vùng Hoa Thịnh Đốn 10413 Adel Road, Oakton, VA 22124
*Điện thư: thuyentu@crpcv.org* *Trang nhà http://crpcv.org/thuyentu/*

## Giảng Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại (phần 1) *(tiếp theo và hết phần 1)*

**Bài kệ 3**
Cơ vi đại bệnh
Hành vi tối khổ
Dĩ đế tri thử
Nê hoàn tối lạc

飢為大病
行為最苦
已諦知此
泥洹最樂

**Đói là cái bệnh khó chịu đựng nhất.**
**Các pháp hữu vi là cái gây khổ đau nhiều nhất.**
**Cứ nhìn vào sự thực mà tìm hiểu**
**Thì Niết bàn là cái lạc thú lớn nhất.**

**Cơ vi đại bệnh**: Đói là cái bệnh khó chịu đựng nhất. Ở đây chưa có vị nào đã từng trải qua một cơn đói thực sự đâu. Bảy tám giờ tối chưa được ăn chưa phải là đói. Nhịn ăn mười, mười lăm ngày để thanh lọc cơ thể chưa gọi là đói. Phải đói cả mấy tháng trời không có ăn, đó mới thật là đói. Khi ấy mới thấm thía được nỗi thống khổ của cái đói.

**Hành vi tối khổ**: Các pháp hữu vi (các hành) là cái gây khổ đau nhiều nhất.

*Hành* tiếng Phạn là samskāra. Trước hết *hành* có nghĩa là tất cả các pháp, các hiện tượng, tất cả pháp hữu vi như núi, sông, cây cỏ, đất đá, con người, thú vật, đều là hành. Các pháp nương vào nhau mà biểu hiện ra thì gọi là hành. Các hành đều vô thường và vô ngã. Các pháp hữu vi là mặt trái của Niết bàn. Niết bàn là vô vi. Các pháp hữu vi vì có sinh, có diệt, có qua có lại, có còn, có mất nên gây nên nhiều khổ đau. Nhưng khi tiếp xúc thật sâu với các pháp hữu vi thì chúng ta chạm tới Niết bàn. Chạm vào Niết bàn thì chạm vào pháp vô vi (asaṃskṛta). Chạm vào cái vô vi thì không còn lên xuống, sinh diệt nữa.

Sóng là một pháp hữu vi có lên, có xuống, có có, có không. Nhưng khi sóng biết trở về và tìm ra được mình là nước, biết rõ mình là một pháp vô vi rồi thì nó hết sợ, lên cũng vui mà xuống nó cũng vui. Hành là các pháp hữu vi ngược lại với Niết bàn, là một pháp vô vi. Thật ra các hành không phải là nguyên do chính của khổ đau. Nguyên do chính của khổ đau là nhận thức sai lầm của chúng ta về các hành: chúng vô thường và vô ngã mà chúng ta cứ tưởng chúng là thường và là ngã, cho nên chúng ta khổ. Nếu nhìn sâu vào bản chất của chúng và thấy được tự tánh Niết bàn vô vi trong chúng thì chúng không còn làm cho chúng ta đau khổ nữa.

Mình tiếp xúc với Niết bàn bằng cách tiếp xúc với các pháp hữu vi cũng như mình tiếp xúc với nước bằng cách tiếp xúc với sóng.

**Dĩ đế tri thử**: Lấy sự thật mà xét thì

**Nê hoàn tối lạc**: Niết bàn là hạnh phúc lớn nhất.

Còn tám ngày nữa chúng ta sẽ mở cửa cho thiền sinh các nước tới. Chúng ta hãy sửa soạn trái tim của mình cho lớn để có đủ không gian thênh thang cho những người đến với chúng ta. Có thể có đến 4000 người tới rải rác trong vòng bốn tuần lễ. Chúng ta có bổn phận đem niềm vui và hạnh phúc cho họ. Muốn được như vậy chúng ta phải đem lại hạnh phúc cho chúng ta trước. Anh chị em trong nhà phải nương tựa vào nhau. Nắm tay nhau trong tình huynh đệ, như thế thì chúng ta có thể làm hạnh phúc cho rất nhiều người trong vòng một tháng của khóa tu mùa hè. Các sư anh, sư chị lớn nên kể chuyện cho các sư em nghe, nhất là những sư em nào chưa từng được tham dự khóa tu mùa hè về những kinh nghiệm, những niềm vui, những công việc, những phương pháp làm hạnh phúc cho các bạn thiền sinh tới với mình. Khi có sự hòa thuận, có tình anh chị em, có hạnh phúc và niềm vui trong tăng thân thì chúng ta làm hạnh phúc cho người khác rất dễ.

Đọc kinh *Rong Chơi Trời Phương Ngoại* quí vị có cảm tưởng là mình đang đọc một bài thơ. Khi dịch kinh xong, tôi thấy rất biết ơn chư Tổ đã ngồi đọc hết các kinh rồi lấy những lời Bụt dạy rải rác trong tất cả các kinh về chủ đề Niết bàn để gom lại thành một kinh. Trong Kinh Pháp Cú bằng tiếng Pali không có Phẩm Niết Bàn. Phẩm Niết Bàn này chỉ có trong Kinh Pháp Cú Hán tạng.

*(Hết phần 1)*

## Giảng Kinh Rong Chơi Trời Phương Ngoại (phần 2)

*(Đây là bài pháp thoại Sư Ông giảng ngày 03.12.2009 tại chùa Từ Nghiêm, Xóm Mới trong khóa An Cư Kiết Đông)*

**Bài kệ 5**
Khứ ác tùng tựu thiện 去惡從就善
Tị tửu tri tự tiết 避酒知自節
Bất dâm ư nữ sắc 不婬於女色
Thị vi tối cát tường 是為最吉祥

Dịch nghĩa:
**Biết bỏ ác theo lành**
**Không uống rượu, biết tiêt chế**
**Không đắm trong sắc dục**
**Đó là điềm lành lớn**

*Khứ ác tùng tựu thiện:* Bỏ những điều ác và theo hướng lành.
Tị tửu tri tự tiết: Không uống rượu, lánh xa chuyện say sưa. Trong Kinh Pali có từ tapa, có nghĩa là khổ hạnh, không ăn chơi, biết tiết chế, tiếng Anh là self restrain. Đối với thức ăn hoặc sự chơi bời, tiêu thụ thì chúng ta phải biết luật tiết chế (law of moderation). Nếu không biết tiết chế thì sẽ có khổ đau, đổ vỡ trong thân và trong tâm. Sự tiết chế rất quan trọng. Giới luật và uy nghi có thể giúp mình thực tập sự tiết chế. Khi được sống trong môi trường tốt của tăng thân thì mình thực tập rất dễ dàng vì những người xung quanh đều thực tập như vậy.

Bất dâm ư nữ sắc: Không đắm trong sắc dục, tức giữ cho mình được trong sáng, tiếng Phạn là brahma-carya (phạm hạnh). Người xuất gia giữ phạm hạnh được rồi mà người tại gia cũng có thể giữ phạm hạnh, tức không nên có sự chung đụng bậy bạ.

**Bài kệ 6**
Đa văn như giới hành 多聞如戒行
Pháp luật tinh tấn học 法律精進學
Tu kỷ vô sở tranh 修己無所爭
Thị vi tối cát tường 是為最吉祥

Dịch nghĩa:
**Học rộng biết trì giới**
**Siêng năng tu tập theo giáo pháp và luật nghi**
**Biết tu dưỡng thân tâm, không vướng vào các cuộc tranh chấp**
**Đó là điềm lành lớn nhất**

Đa văn như giới hành: Đa văn là học rộng, mỗi ngày chúng ta phải học thêm, già rồi cũng vẫn phải học. Nếu cái học có tính cách nuôi dưỡng thì mình sẽ thích học chứ không phải bị bắt buộc học. Học sẽ là một niềm vui nếu cái học ấy giúp cho mình thấy rõ được con đường. Học không phải chỉ là để mở rộng kiến thức, để chứng tỏ ta biết hết mọi chuyện, mà học là để thấy được sự thật, thấy được con đường và phương pháp hành trì rõ ràng hơn để giúp cho chính mình và giúp cuộc đời. Cái học đó là một nhu yếu có thật của con người. Khi học với tinh thần đó thì chúng ta cảm thấy rất thích thú. Người tu phải có cái thích thú được học đừng để rơi vào tình trạng bị bắt buộc học để có bằng cấp.

*Như giới hành* là biết hành trì theo giới. Mình giữ 5 giới, giữ 10 giới, 250 giới … *Pháp luật tinh tiến học*: Siêng năng tu tập theo pháp của luật nghi. Tinh tiến là siêng năng. Chữ học ở đây có nghĩa là thực tập, thực tập pháp và luật. Pháp là giáo pháp của Bụt dạy và luật là giới luật uy nghi.

Giới luật và uy nghi có công dụng giúp mình tiết chế, bảo tồn được tự do của mình. Giới luật và uy nghi được tiếp nhận từ Bụt không phải để làm cho mình mất hết tự do. Nếu thấy những giới luật và uy nghi như những gì làm giới hạn tự do thì chúng ta chưa thấy được bản chất của nghi giới. Bản chất của giới là đem lại tự do cho mình. Giới có thể gọi là "xứ xứ giải thoát, biệt biệt giải thoát,,. Có giới thì đi tới đâu cũng có tự do. Khi mình nghiện rượu hay vướng vào vòng ma túy thì mình đánh mất tự do. Không có tiền mua rượu, mua ma túy thì phải đi ăn trộm, ăn cướp, bị cơn nghiện sai sử thì mình đánh mất tự do trong tâm, bị rơi vào vòng tù tội thì mình đánh mất tự do trong thân. Đối với rượu mà mình nhìn với con mắt đó và mỉm cười với nó thì rượu không thể cám dỗ được mình. Đối với ma túy, mình cũng nhìn như vậy và nói: Thank you! I don't need you (cảm ơn nhé, tôi không cần). Đó là tự do.

Giới và luật là để bảo tồn tự do chứ không phải để làm mất tự do của mình. Khi tiếp thọ giới mình thấy, đây là "bước tới thảnh thơi", bước vào tự do (stepping into Freedom). Mỗi giới cho mình tự do riêng. Có 10 giới là có 10 thứ tự do, có 250 là có 250 thứ tự do. Biệt biệt giải thoát, xứ xứ giải thoát. Freedom wherever you are. Đi đâu mình cũng có tự do nếu mình mang theo giới luật và uy nghi. Chúng ta phải cầu giới, giới tử là những người cầu giới.

*Tu kỷ vô sở tranh:* Biết tu dưỡng thân tâm, không vướng vào những cuộc tranh chấp, không vướng vào những chuyện hơn thua, không tranh biện để chứng tỏ tôi đúng anh sai. Người ta mất rất nhiều thì giờ vì chuyện "tôi đúng anh sai". Trong bài kệ hô canh buổi chiều có câu: Ba nghiệp lắng rồi, hết thị phi, nghĩa là không nghĩ đến chuyện đúng sai nữa. It's nomore about thinking right or wrong. Đó là tự do. Còn vướng vào sự tranh chấp, vướng vào sự suy nghĩ "người nào đúng, người nào sai", cố tranh chấp cho được thì mình vẫn chưa có giải thoát. Khi ngồi xuống bồ đoàn rồi thì phải buông tất cả. Nếu đang ở trong một cuộc tranh chấp thì mình nên biết, cuộc tranh chấp đó làm mình mất thì giờ, mất năng lượng, mình không có cơ hội để sống đời sống của mình cho đàng hoàng. Khi ấy phải tìm cách thoát ra khỏi sự tranh chấp càng sớm càng tốt, nói lời ái ngữ là cách thoát khỏi tranh chấp nhanh nhất, đó cũng là điều mà kinh Phước Đức dạy

**Bài kệ 7**

Cư hiếu sự phụ mẫu 居孝事父母
Trị gia dưỡng thê tử 治家養妻子
Bất vi không phạp hành 不為空乏行
Thị vi tối cát tường 是為最吉祥

Dịch nghĩa:
**Là người con hiếu thảo, có cơ hội phụng dưỡng mẹ cha**
**Biết chăm sóc gia đình, giữ cho trong nhà êm ấm**
**Không để cho lâm vào cảnh nghèo đói**
**Đó là điềm lành lớn nhất**

*Cư hiếu sự phụ mẫu. Trị gia dưỡng thê tử* : Là người con có hiếu với cha mẹ và nuôi được vợ con. Nếu là người nữ thì nuôi chồng con (dưỡng phu tử), Ngày xưa ở Việt Nam, các cô gái chuyên nuôi chồng tại vì anh chàng đang đi học. Anh chàng chỉ lo học, học ngày học đêm hy vọng thi đậu được làm quan nên người vợ thời xưa phải tần tảo gánh gạo buôn bán để nuôi chồng.
Đảm đang xuôi ngược sớm chiều
Lòng mơ một chiếc võng điều mai sau

Chồng thi đậu thì người vợ được người ta rước ngồi võng điều (võng màu đỏ). Đó là giấc mơ của các cô thiếu nữ ngày xưa. Tết Nguyên Đán này, tôi sẽ đọc thơ nói về giấc mơ của các cô thiếu nữ và các chàng trai thời của tôi ngày xưa. Bây giờ các cô gái, các chàng trai có giấc mơ rất khác. Hồi xưa khi chồng thi đậu thì các cô được ngồi trên chiếc võng màu đỏ, được lính hầu rước về làng và được làm quan. Đó là giấc mơ của các cô gái cho nên phải gánh gạo nuôi chồng.

*Bất vi không phạp hành*
*Thị vi tối cát tường*
Không phạp là thiếu thốn, nghèo đói. Đừng để cho gia đinh bị thiếu thốn, nghèo đói.
Là người con hiếu thảo, có cơ hội phụng dưỡng mẹ cha, biết chăm sóc gia đình, giữ cho trong nhà êm thấm, không để lâm vào cảnh nghèo đói. Đó là điềm lành lớn nhất. Có một chút khác biệt, bên kinh Điềm Lành là không để cho gia đình rơi vào nghèo đói thiếu thốn, còn trong kinh Phước Đức là yêu thương gia đình mình.

*(Còn tiếp)*

## Sinh hoạt quán niệm tháng 5 năm 2022

- Vì dịch COVID-19, ngày quán niệm đầu tháng 5 năm 2022 của tăng thân Thuyền Từ tại MPCF rất tiếc đã bị hủy bỏ. Thay vào đó, quý vị có thể ghi danh tham dự nửa ngày quán niệm viễn liên bằng Anh ngữ. Xin vào trang **http://mpcf.org/workshops_online.html**

- Các ngày quán niệm với tăng thân MPCF do anh chị giáo thọ Chân Ý và Chân Trí hướng dẫn bằng Anh ngữ trong tháng 5 sẽ được thay thế bằng nửa ngày quán niệm viễn liên từ 9 giờ sáng tới 2 giờ chiều. Xin vào trang **http://mpcf.org/workshops_online.html** để ghi danh.

- Các thời thiền tập buổi sáng thứ Ba tới thứ Sáu 7-8AM và tối quán niệm thứ Năm từ 7:30 tới 9:00 tại MPCF đã được thay thế bằng viễn liên Zoom. Xin vào trang **http://mpcf.org/regular_sessions_online.html** để ghi danh.

## Quỹ tu học:

| | |
|---|---|
| Quỹ trước còn | $ 4897.34 |
| Không có chi thu | $0.00 |
| Quỹ còn | $ 4897.34 |

Thuyền Từ
10413 Adel Road
Oakton, VA 22124