

NHẬT TỤNG THIỀN MÔN

Ấn bản 2012

Công phu sáng Thứ Hai

*-Kinh Kim Cương Gươm Báu Cắt Đứt Phiền Não -Kinh Thương Yêu -Chuyển Niệm -Đảnh Lễ
-Bài tụng Quy Nguyện*

Tĩnh Tọa – 20 tới 30 phút

Kinh Hành Im Lặng – một vòng

Kê Mở Kinh

Nam mô đức Bồ² Sư Bụt Thích Ca Mâu Ni (3 lần) (C)

Pháp Bụt cao siêu mầu nhiệm

Cơ duyên may được thọ trì

Xin nguyện đi vào biển tuệ

Tinh thông giáo nghĩa huyền vi. (C)

Trì Tụng

Hương về Bụt và Thánh Chúng trên hội Kỳ Viên

(3 lần) (C)

Kinh Kim Cương Gươm Báu Cắt Đứt Phiền Não (C)

Đây là những điều tôi được nghe hồi Bụt còn ở tại tu viện Kỳ Thọ Cấp Cô Độc gần thành Xá Vệ, với đại chúng khát sĩ gồm một ngàn hai trăm năm mươi vị. Hôm ấy vào giờ khát thực, Bụt mặc áo

và ôm bát đi vào thành Xá Vệ. Trong thành, Người theo phép tuần tự ghé từng nhà để khát thực. Khát thực xong, Người về lại tu viện thọ trai. Thọ trai xong, Người xếp y bát, rửa chân, trải tọa cụ mà ngồi.

Lúc ấy, từ chỗ ngồi của mình trong đại chúng, thượng tọa Tu Bồ Đề đứng dậy, trích vai áo bên phải ra, quỳ chân trái xuống, chắp tay cung kính bạch với Bụt rằng: “Thế Tôn, Người thật là bậc hiếm có! Thế Tôn thường đặc biệt hộ niệm và giao phó sự nghiệp cho các vị Bồ Tát. Thế Tôn, những người con trai hiền và những người con gái hiền nào muốn phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác thì nên nương tựa vào đâu và làm sao mà điều phục tâm mình?”

Bụt bảo Tu Bồ Đề: “Các bậc Bồ Tát đại nhân nên hàng phục tâm mình bằng cách quán niệm như sau: Có cả thấy bao nhiêu loại chúng sanh, hoặc sinh từ trứng, hoặc sinh từ thai, hoặc sinh từ sự ẩm ướt, hoặc từ sự biến hóa, hoặc có hình sắc, hoặc không có hình sắc, hoặc có tri giác, hoặc không có tri giác, hoặc không phải có tri giác cũng không phải không có tri giác, ta đều phải

đưa tất cả các loài ấy vào Niết Bàn tuyệt đối để tất cả đều được giải thoát. Giải thoát cho vô số, vô lượng, vô biên chúng sanh như thế, mà kỳ thực ta không thấy có chúng sanh nào được giải thoát. Vì sao? Nay Tu Bồ Đề, nếu một vị Bồ Tát mà còn có khái niệm về Ngã, về Nhân, về Chúng sanh và về Thọ Giả thì vị ấy chưa phải là một vị Bồ Tát đích thực. (c)

“Này nữa, thầy Tu Bồ Đề, vị Bồ Tát thực hiện phép bố thí nhưng không dựa vào bất cứ một thứ gì, nghĩa là không dựa vào sắc để bố thí, cũng không dựa vào thanh, hương, vị, xúc và pháp để bố thí. Tu Bồ Đề, Bồ Tát nên bố thí theo tinh thần ấy, không dựa vào tướng. Tại sao? Nếu Bồ Tát bố thí mà không dựa vào tướng thì phước đức sẽ không thể nghĩ bàn. Tu Bồ Đề, thầy nghĩ sao? Không gian về phương Đông có thể nghĩ và lường được không?”

– Bạch đức Thế Tôn, không?

– Nay thầy Tu Bồ Đề, không gian về phương Tây, phương Nam, phương Bắc, phương Trên và phương Dưới có thể nghĩ và lường được hay không?

– Bạch đức Thế Tôn, không.
– Nay thầy Tu Bồ Đề, nếu Bồ Tát không nương vào đâu cả để thực hiện phép bố thí thì phước đức cũng nhiều như hư không vậy, không thể nghĩ được, không thể lường được. Nay Tu Bồ Đề, các vị Bồ Tát nên trú tâm theo những lời chỉ dẫn vừa đưa ra.

– Tu Bồ Đề, thầy nghĩ sao? Có thể nhận diện Như Lai qua thân tướng hay không?

– Bạch đức Thế Tôn, không. Cái mà Như Lai nói là thân tướng vốn không phải là thân tướng.

Bụt bảo thầy Tu Bồ Đề: “Nơi nào có tướng là nơi đó còn có sự lừa gạt. Nếu thấy được tính cách không tướng của các tướng tức là thấy được Như Lai.”

Thầy Tu Bồ Đề thưa với Bụt rằng: “Bạch đức Thế Tôn, trong tương lai, khi nghe những câu nói như thế người ta có thể phát sanh được lòng tin chân thật hay không?”

Bụt bảo: “Thầy đừng nói vậy. Năm trăm năm sau khi Như Lai diệt độ, vẫn sẽ có những người biết giữ giới và tu phúc, và những người ấy khi nghe được những lời như trên cũng sẽ có thể phát sanh

lòng tin và nhận ra đó là sự thật. Ta nên biết rằng những người ấy đã gieo trồng những hạt giống tốt không phải ở nơi một vị Bụt, hai vị Bụt, ba, bốn, năm vị Bụt mà thật sự đã gieo trồng những hạt giống lành ở nơi vô lượng ngàn muôn vị Bụt. Người nào chỉ trong một giây phút thôi, phát sanh được niềm tin thanh tịnh khi nghe những lời và những câu ấy, thì Như Lai tất nhiên BIẾT được người ấy, THẤY được người ấy và người ấy sẽ đạt được vô lượng phước đức như thế. Vì sao? Vì những người như thế không còn kẹt vào những khái niệm về Ngã, về Nhân, về Chúng sanh, về Thọ Giả, về Pháp, về Không Phải Pháp, về Tướng và về Không Phải Tướng. Vì sao? Nếu còn chấp vào ý niệm Pháp thì vẫn còn kẹt vào các tướng Ngã, Nhân, Chúng sanh và Thọ Giả và nếu còn chấp vào ý niệm Không Phải Pháp, thì cũng vẫn còn kẹt vào tướng Ngã, Nhân, Chúng sanh và Thọ Giả như thường. Thế cho nên, đã không nên chấp vào Pháp mà cũng không nên chấp vào Không Phải Pháp. Vì vậy mà Như Lai đã mật ý nói: Nay các vị khát sĩ, nên biết rằng Pháp tôi nói được ví

như chiếc bè, Pháp còn nên bỏ, huống là Không Phải Pháp.” (c)

Bụt hỏi thầy Tu Bồ Đề: “Thuở xưa lúc còn theo học với Bụt Nhiên Đăng, Như Lai có đặc pháp gì chẳng?”

– Bạch đức Thế Tôn, không. Ngày xưa khi còn ở với Bụt Nhiên Đăng, Như Lai không đặc pháp gì cả.

– Tu Bồ Đề, thầy nghĩ sao? Bồ Tát có trang nghiêm cõi Bụt chẳng?

– Bạch Thế Tôn, không. Vì sao? Trang nghiêm cõi Bụt tức là không trang nghiêm cõi Bụt, vì vậy nên mới gọi là trang nghiêm cõi Bụt.

– Như thế đó, thầy Tu Bồ Đề, các vị Bồ Tát và đại nhân nên phát tâm thanh tịnh theo tinh thần ấy. Không nên dựa vào sắc mà phát tâm, cũng không nên dựa vào thanh, hương, vị, xúc và pháp mà phát tâm. Chỉ nên phát tâm trong tinh thần vô trụ. “Tu Bồ Đề ơi, Bồ Tát khi phát tâm bồ đề vô thượng thì nên buông bỏ tất cả các khái niệm, không nên dựa vào sắc mà phát tâm, không nên dựa vào thanh, hương, vị, xúc và pháp mà phát tâm, chỉ nên phát tâm vô trụ.

“Nhu Lai đã nói tất cả các khái niệm đều không phải là khái niệm và tất cả các loài chúng sanh đều không phải là chúng sanh. Tu Bồ Đề, Nhu Lai là kẻ nói lời chính xác, là kẻ nói lời đúng với sự thật, là kẻ nói lời phù hợp với thực tại, là kẻ nói lời không dối trá, là kẻ chỉ nói một lời. Tu Bồ Đề, nếu có pháp mà Nhu Lai đã đắc thì pháp ấy không phải thật cũng không phải hư.

“Tu Bồ Đề, nếu Bồ Tát còn dựa vào pháp mà thực hiện bồ thí thì cũng như đi vào trong bóng tối, chẳng thấy được gì. Trái lại, nếu Bồ Tát không dựa vào pháp mà bồ thí thì cũng như người có mắt đi trong ánh mặt trời, có thể thấy được mọi hình và mọi sắc. (c)

“Tu Bồ Đề, các vị đừng bảo rằng Nhu Lai có ý niệm ‘ta sẽ độ chúng sanh’. Tu Bồ Đề, đừng nghĩ như thế. Tại sao vậy? Sự thật thì không có chúng sanh nào để cho Nhu Lai độ. Nếu Nhu Lai nghĩ là có thì Nhu Lai đã vướng vào khái niệm Ngã, khái niệm Nhân, khái niệm Chúng sanh và khái niệm Thọ Giả rồi. Tu Bồ Đề, cái mà Nhu Lai nói là có ngã vốn không phải là có ngã mà người phàm phụ lại cho là có ngã. Nay Tu Bồ Đề, kẻ phàm phụ đó,

Như Lai không cho đó là phàm phu cho nên mới gọi họ là phàm phu.

“Tu Bồ Đề, thầy nghĩ sao? Có nên quán tưởng Như Lai qua ba mươi hai tướng không?”

Tu Bồ Đề nói: “Thưa vâng, thưa vâng, phải dùng ba mươi hai tướng mà quán Như Lai.”

Bụt nói: “Nếu nói lấy ba mươi hai tướng mà quán Như Lai thì một vị Chuyển Luân Thánh Vương cũng là Như Lai sao?”

Tu Bồ Đề nói: “Thế Tôn, con hiểu lời Bụt dạy rồi, không nên dùng ba mươi hai tướng mà quán Như Lai.”

Lúc bấy giờ Thế Tôn nói lên bài kệ này:

Tìm ta qua hình sắc

Câu ta qua âm thanh

Là kẻ hành tà đạo

Không thể thấy Như Lai. (c)

– Tu Bồ Đề, thầy đừng nghĩ rằng Như Lai đạt tới vô thượng chánh đẳng chánh giác mà không cần tới các tướng một cách đầy đủ. Tu Bồ Đề, đừng nghĩ như thế. Tu Bồ Đề! Thầy đừng nghĩ là khi phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác ta phải coi các pháp là hư vô, đoạn diệt. Đừng nghĩ như

thế. Kẻ phát tâm vô thượng chánh đẳng chánh giác không chủ trương rằng các pháp là hư vô hay đoạn diệt.

Sau khi nghe Bụt nói Kinh này, thượng tọa Tu Bồ Đề và các vị khất sĩ, nữ khất sĩ, ưu bà tắc, ưu bà di và tất cả các giới Trời, Người và A Tu La đều rất hoan hỷ, tin tưởng và tiếp nhận để thực hành. (cc)

Kinh Thương Yêu (c)

Những ai muốn đạt tới an lạc thường nên học hạnh thẳng thắn, khiêm cung, biết sử dụng ngôn ngữ từ ái, những kẻ ấy biết sống đơn giản mà hạnh phúc, nếp sống từ hòa, điềm đạm, ít ham muốn và không đua đòi theo đám đông.

Những kẻ ấy sẽ không làm bất cứ một điều gì mà các bậc thức giả có thể chê cười.

Và đây là điều họ luôn luôn tâm niệm:
Nguyện cho mọi người và mọi loài được sống trong an toàn và hạnh phúc, tâm tư hiền hậu và thanh thoi.

Nguyện cho tất cả các loài sinh vật trên trái đất đều được sống an lành, những loài yếu, những loài mạnh, những loài cao, những loài thấp, những

loài lớn, những loài nhỏ, những loài ta có thể nhìn thấy, những loài ta không thể nhìn thấy, những loài ở gần, những loài ở xa, những loài đã sinh và những loài sắp sinh.

Nguyện cho đừng loài nào sát hại loài nào, đừng ai coi nhẹ tính mạng của ai, đừng ai vì giận hờn hoặc ác tâm mà mong cho ai bị đau khổ và khốn đốn.

Như một bà mẹ đang đem thân mạng mình che chở cho đứa con duy nhất, chúng ta hãy đem lòng từ bi mà đối xử với tất cả mọi loài. (c)

Ta hãy đem lòng từ bi không giới hạn của ta mà bao trùm cả thế gian và muôn loài, từ trên xuống dưới, từ trái sang phải, lòng từ bi không bị bất cứ một cái gì làm ngăn cách, tâm ta không còn vương vấn một chút hờn oán hoặc căm thù. Bất cứ lúc nào, khi đi, khi đứng, khi ngồi, khi nằm, miễn là còn thức, ta nguyện duy trì trong ta chính niệm từ bi. nếp sống từ bi là nếp sống cao đẹp nhất. Không lạc vào tà kiến, loại dần ham muốn, sống nếp sống lành mạnh và đạt thành trí giác, hành giả sẽ chắc chắn vượt khỏi tử sinh. (cc)

Chuyển Niệm

Chúng con hiện tiền tâm thanh tịnh
Thiền tọa kinh hành và tụng kinh
Xin nguyện Tam Bảo và Long Thiên
Yểm trợ đạo tràng cùng bốn chúng
Tám nạn ba đường đều thoát khỏi
Bốn ân ba cõi thấm hồng ân
Thế giới khắp nơi không chiến tranh
Gió hòa mưa thuận dân an lạc
Đại chúng chuyên tu càng tinh tiến
Mười địa đi lên không khó khăn
Tăng thân an lạc sống tươi vui
Mọi giới quy y thêm phúc tuệ. (C)
Trí Bụt sáng ngời như trăng tỏ
Thân Bụt thanh tịnh như lưu ly
Bụt ở thế gian thường cứu khổ
Tâm Bụt không đâu không từ bi.
Nam mô Bụt Thích Ca Mâu Ni (3 lần) (C)
(Vừa niệm Bụt vừa đi nhiều)

Đảnh Lễ

Nhất tâm kính lễ đức Bụt Thích Ca Mâu Ni
Nhất tâm kính lễ đức Bụt Di Lạc
Nhất tâm kính lễ đức Bồ Tát Văn Thù Sư Lợi

Nhất tâm kính lễ đức Bồ Tát Đại Hạnh Phổ Hiền
Nhất tâm kính lễ đức Bồ Tát Thường Bất Khinh
Nhất tâm kính lễ liệt vị tổ sư qua các thời đại từ
Tây Trúc cho đến Việt Nam (cc)

Quy Nguyện

Trầm hương xông ngát điện
Sen nở Bụt hiện thân
Pháp giới thành thanh tịnh
Chúng sanh lắng nghiệp trần. (c)
Đệ tử tâm thành
Hương về Tam Bảo
Bụt là thầy chỉ đạo
Bậc tỉnh thức vẹn toàn
Tướng tốt đoan trang
Trí và bi viên mãn.
Pháp là con đường sáng
Dẫn người thoát cõi mê
Đưa con trở về
Sống cuộc đời tỉnh thức.
Tăng là đoàn thể đẹp
Cùng đi trên đường vui

Tu tập giải thoát
Làm an lạc cuộc đời. (c)
Đệ tử nương nhờ Tam Bảo
Trên con đường học đạo
Biết Tam Bảo của tự tâm
Nguyện xin chuyên cần
Làm sáng lòng ba viên ngọc quý. (c)
Nguyện theo hơi thở
Nở nụ cười tươi
Nguyện học nhìn cuộc đời
Bằng con mắt quán chiếu
Nguyện xin tìm hiểu
Nỗi khổ của mọi loài
Tập từ bi
Hành hỷ xả
Sáng cho người thêm niềm vui
Chiều giúp người bớt khổ.
Đệ tử nguyện sống cuộc đời thiếu dục
Nếp sống lành mạnh an hòa
Cho thân thể kiện khương
Nguyện rũ bỏ âu lo
Học tha thứ bao dung
Cho tâm tư nhẹ nhõm. (c)

Đệ tử xin nguyện ơn sâu đền báo
Ơn cha mẹ ơn thầy
Ơn bè bạn chúng sanh
Nguyện tu học tinh chuyên
Cho cây bi trí nở hoa
Mong một ngày kia
Có khả năng cứu độ mọi loài
Vượt ra ngoài cõi khổ. (c)
Xin nguyện Bụt, Pháp, Tăng chứng minh
Gia hộ cho đệ tử chúng con
Viên thành đại nguyện. (cc)

Quay Về Nương Tựa

Con về nương tựa Bụt, người đưa đường chỉ lối
cho con trong cuộc đời.

Con về nương tựa Pháp, con đường của tình
thương và sự hiểu biết.

Con về nương tựa Tăng, đoàn thể của những
người nguyện sống cuộc đời tỉnh thức. (c)

Đã về nương tựa Bụt, con đang có hướng đi sáng
đẹp trong cuộc đời.

Đã về nương tựa Pháp, con đang được học hỏi và

tu tập các pháp môn chuyển hóa.

Đã về nương tựa Tăng, con đang được tăng thân soi sáng, dìu dắt và nâng đỡ trên con đường thực tập. (c)

Về nương Bụt trong con, xin nguyện cho mọi người thể nhận được giác tính, sớm mở lòng Bồ Đề.

Về nương Pháp trong con, xin nguyện cho mọi người nắm vững các pháp môn, cùng lên đường chuyển hóa.

Về nương Tăng trong con, xin nguyện cho mọi người xây dựng nên bốn chúng, nhiếp hóa được muôn loài. (cc)

Hồi Hương

Trì tụng kinh thâm diệu

Tạo công đức vô biên

Đệ tử xin hồi hương

Cho chúng sinh mọi miền. (c)

Pháp môn xin nguyện học

Ân nghĩa xin nguyện đền

Phiền não xin nguyện đoạn

Quả Bụt xin chúng nên. (ccc)