

Bài 3: Kinh Tăng Chi (Chương 1 Pháp) - Bài Búng Ngón Tay | Sư Giác Nguyên giảng 13/12/2017

Phẩm Đoạn Triển Cái

Năm triển cái là gì?

Dục triển cái là niềm đam mê ở trong 5 trần. Sân triển cái là sự bất mãn trong 5 trần. Hôn thụy là trạng thái tâm đã dục, lười biếng và buồn ngủ. Trạo hối cái có 2: trạo cử tức là không định, và hối hận về cái chuyện mà mình không có làm. Hoài nghi cái có nghĩa là sự hoang mang, nghi hoặc về bản thân mình, về con đường hành trì, về Tam bảo, về thầy bạn liên hệ đến chuyện tu tập. Tổng cộng lại thì gọi là 5 triển cái.

Để đối phó với 5 triển cái đây, mình học theo Chánh Kinh, tức là thí dụ như đối phó với dục triển cái thì mình có bất nhã; sân triển cái thì có từ tâm; hôn thụy thì có sự tỉnh tấn; trạo hối thì có tâm tịnh chỉ; còn nghi hoặc thì có như lý tác ý. Đó là phần Chánh Tạng. Còn mình học thêm phần Chú giải.

Chú giải là phần triển khai rộng rãi hơn nữa. Các vị A-la-hán xét thấy rằng nói gọn quá thì có nhiều người mơ hồ, nên các vị mới giải thích thêm, nhưng nội dung vẫn xoay quanh Chánh Tạng.

Trong Chánh Tạng nói rằng để đối phó với dục triển cái thì không nên tác ý đến cái đẹp, hay, ho của sự vật, mà thấy cái gì cũng là vô ngã, vô thường. Bởi vì có chữ như lý tác ý, yonisomanasikāra, rất là hay, tức là tác ý đến tánh sanh diệt, vô ngã, vô thường của trần cảnh, đó gọi là khéo tác ý. Đó là nói theo Chánh Kinh.

Còn các vị A-la-hán triển khai thêm, các vị nói rằng có 6 điều kiện đối trừ dục triển cái:

1. Học kỹ các đề mục bất mỹ, gồm có 32 thể trước và 10 loại tử thi.

32 thể trước là tính từ trên đầu mái tóc xuống tới gót chân: tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tức là từ trên xuống dưới, từ trong ra ngoài, từ tế đến thô. Tiếng Pali là asubhanimittassa uggaho: học kỹ các đề mục bất mỹ.

2. Thực hành quán chiếu các đề mục bất mỹ, asubhabhāvanānuyogo: thực tập quán chiếu các đề mục bất mỹ.

3. Thu thúc lục căn, indriyesu guttadvārātā.

4. Ăn uống chừng mực, có nghĩa là không có 2 cái quá: không ăn quá no như mình thích và không tìm cái quá ngon, quá thơm, quá vừa miệng như là mình muốn, bhojane mattaññutā.

5. Gần gũi mình sư thiện hữu. Minh sư là thầy giỏi, còn thiện hữu là bạn lành, kalyāṇamittatā.

6. Sappāyakathā có nghĩa là chỉ nói năng, trao đổi những cái đề tài hỗ trợ cho mình chán dục, chứ gặp nhau toàn nói cái này cái kia để mà kích thích lòng dục thì không được.

Sáu điều kiện tiêu trừ sân triền cái:

1. Học kỹ về đề mục từ tâm, thí dụ như có 7 đối tượng rải cho 10 hướng, rồi cộng với 4 lời nguyện. Như nguyện tất cả người nam trong hướng đông không oan trái lẫn nhau, được an vui, biết tự bảo trọng. Rồi tất cả người nam trong hướng bắc, xong lấy 10 hướng nhân cho 4 câu nguyện. Làm đúng như vậy thì tâm mình dính chặt vô đó, không phóng được nữa, thì cái đó gọi là học kỹ đề mục từ tâm.

2. Thực tập đề mục từ tâm, tức là mình học kỹ rồi mình bỏ túi là không được, mà phải thực tập, thực hành đề mục từ tâm.

3. Kammassakatāpaccavekkhanā: biết suy tư về nghiệp lý để biết mọi người có nghiệp riêng. Nghĩ rằng ai đó hãy để cho nghiệp ác của họ xử họ là đủ rồi. Thương ai

mình giúp thì giúp, nhưng mà mình cứ nghĩ trong bụng rằng mình giúp không bằng cái thiện nghiệp của họ giúp cho họ, mỗi người có nghiệp riêng.

4. Thường có thói quen sống thâm trầm gọi là paṭisaṅkhānabahulatā: gặp cái gì cũng sống suy nghĩ, suy tư về Phật Pháp.

5. Gần gũi mình sư thiện hữu.

6. Đề tài nói năng thích hợp với Pháp môn mình đang tu tập. Mình đang trau dồi cái gì thì mình chỉ nói năng trao đổi về cái đề tài đó thôi, thì mình mới mạnh được.

Trong khi mình đang tu tâm từ, mà người nhiều chuyện, họ cứ thọc đầu này, chọt đầu kia, mình rần sức động cái tai lên nghe thì như vậy là chết rồi! Tôi không dám nói tôi là hành giả, mà tôi đã gặp trường hợp đó rồi. Có lúc mình cũng tự nhủ tu tâm từ kiếm chút phước, nhưng mà cầm phone lên là nghe họ tố khổ, họ tả oán người khác là mình chịu không nổi, nổi điên theo.

Cho nên sappāyakathā rất là quan trọng. Tu cái gì không cần biết, chỉ biết là cái đề tài nói năng, trao đổi là rất quan trọng. Đầu bình thường nghĩ nhiều về cái gì, người bình thường gặp gỡ là ai, đề tài nói chuyện là gì, rất quan trọng.

Sáu điều kiện đối trừ hôn thụ:

1. Atibhojane nimittaggāho: ăn uống chừng mực, biết rõ các tác hại của chuyện đầy bụng. Không phải chỉ nghe thoáng qua mà phải biết rõ.

Bản thân chúng tôi cứ bữa nào mà hơi lỡ bữa thì người rất là mệt, nó buồn ngủ, dật dờ, óc ách, nhiều khi cần uống nước cũng không có chỗ chứa nữa. Cái đó khổ dữ lắm, mà nó buồn ngủ dữ lắm.

2. Thường xuyên thay đổi oai nghi thích hợp. Oai nghi tức là tư thế sinh hoạt. Ngồi, nằm lâu quá rồi không có tốt. Đừng thấy nằm sướng quá cái nằm luôn, thấy ghế bố êm quá cái ngồi luôn. Đó là không có được. Đối với hành giả không có cái vụ mà quá

quá, đã quá hoặc là khó chịu quá là hành giả phải có cách xử lý, chứ không thể nào để cho cơ thể mình, thân tâm mình trong tình trạng mà quá quá đó là không tốt.

3. Tu tập đề mục ánh sáng, hoặc là đang nghĩ rằng mình ở chỗ sáng.

Chánh Tạng kể khi Ngài Mục-kiền-liên đắc Tu-đà-hườn rồi, Ngài đi xuất gia thọ Đại giới, Ngài cũng vào chỗ vắng vẻ để thiền định, mà Ngài bị buồn ngủ chịu không nổi. Lúc đó Đức Phật xuất hiện chỉ Ngài Mục-kiền-liên cái cách như tự xoa bóp tay chân, lấy nước lạnh rửa mặt, mở to mắt nhìn lên bầu trời đêm, nháy mắt, nghĩ tới ánh sáng, nghĩ tưởng mình đang ở chỗ sáng sủa, chói rực, đó gọi là tác ý ánh sáng.

4. Abbhokāsavāso là phải sống chỗ thông thoáng, trống trải, không có che khuất.

5. Sống gần người lành.

6. Đề tài nói chuyện thích hợp.

Sáu điều kiện đối trừ trạo hối:

1. Bahussuta: phải chịu khó siêng năng học hỏi Giáo lý.

2. Paripucchakatā: thường xuyên vấn đạo để phá nghi, không nên để thắc mắc hoài là không tốt.

3. Vinaye pakataññutā: phải học kỹ và giữ kỹ Tạng Luật.

4. Vuddhasevitā: gần gũi thân cận Hiền Thánh.

5. Sống gần bạn lành.

6. Đề tài nói chuyện thích hợp.

Sáu điều kiện đoạn trừ hoài nghi: y như 6 điều kiện để đối trừ trạo hối, chỉ có điều 4 là tìm mọi cơ hội để trau dồi niềm tin.

Phẩm Khó Sử Dụng

Tiếp theo chúng ta học Phẩm Khó Sử Dụng. Tiếng Pali là akammaññā, nghĩa là khó xài. Trong Trung Bộ Kinh những khi mô tả đến thần thông, nhập định, Đức...

Phật luôn luôn dùng một loạt từ sau đây: vị tỳ kheo tu tập samatha đến mức tâm trở nên nhu nhuyễn, mềm mại, dễ sử dụng: kammaniya. Với khả năng đó, vị đó mới có thể nhập định và hóa hiện thần thông được.

Kammaniya nghĩa là dễ xài, còn akammaniya là khó xài. Một con thú như bò, ngựa, trâu, voi, mình dạy nó, muốn điều khiển nó làm sao như ý mình cũng được, cái đó gọi là dễ xài. Còn con thú mà không được thuần hóa thì coi như rất là khó, nói thẳng là không được. Mình leo lên nó là nó đã không chịu rồi.

Một món đồ dễ xài là cầm dễ, điều khiển nó như ý, thì đó là món đồ dễ xài. Tôi từng xài đồ Trung Quốc, tôi biết. Con dao xếp Trung Quốc nhiều con đẹp lắm, nhìn y như dao Thụy Sĩ. Thấy nó rẻ, mình mua, nhưng mà cái chỗ mình cần bén là cái lưỡi thì nó rất là lụt, rất là dễ mẻ, dễ gãy. Còn cái chỗ mình không muốn nó bén thì nó lại bén, đó là cái chỗ mình cầm. Không biết họ làm kiểu gì mà cầm chỗ đó đau muốn chết luôn vậy đó. Cắt có cọng dây không mà nó hằn vết lên bàn tay mình đỏ bừng, đau lắm. Cắn cầm lại bén, mà chỗ cái lưỡi thì lại lụt. Cho nên đó là đồ khó xài.

Tâm của mình y chang như vậy. Khó xài là sao? Nghĩa là nó không như ý mình muốn. Mình cứ lằng xằng, mình mệt quá, mình muốn bây giờ nó tập trung vào hơi thở thì nó không được tập trung. Ai ở đây trong room có hành trì thì biết, mình muốn nó tập trung vào hơi thở, được chừng vài hơi là bắt đầu nó chạy mất tiêu. Mà nó chạy thì sao? Là phải chính tâm đi tìm tâm, chứ đâu có cái gì đi tìm được. Tới hồi mình nhớ ra là đã 3 phút, 5 phút trôi qua mất rồi. Trường hợp đó gọi là akammaniya, là tâm khó xài, không tiện dụng.

Kammaniya là tiện dụng, akammaniya là không có tiện dụng. Ở đây Đức Phật Ngài dạy rằng cái tâm mà không được tu tập gọi là tâm khó xài.

Tâm không tu tập là tâm không được phát triển: avaddhitam.

Phát triển cái gì? Phát triển những điều kiện tâm lý thích hợp. Muốn đắc sơ thiền thì mình phải bỏ 5 và có 5. Bỏ 5 là bỏ 5 triền, và có 5 là có 5 chi thiền. Rồi muốn đắc nhị thiền cũng phải bỏ bớt chi thiền, 5 triền thì dứt khoát phải bỏ rồi. Tu tập ở đây có nghĩa là vậy. Không tu tập là không được phát triển, avaddhitam. Akammaniya, khó sử dụng, nghĩa là cái tâm không có kham được với công việc ta muốn.

Có chữ hay lắm, chữ điều phục, thuần hóa trong tiếng Việt, nó là động từ “tame” trong tiếng Anh, và nó là chữ dama trong tiếng Pali. Đặc biệt, chữ thuần hóa trong tiếng Anh là “tame” và tiếng Pali “dama” ngó hơi hao hao giống nhau. Như Purisa Dhamma-Sarathi có tới 2 chữ m, đó là past participle; còn ở đây là danh từ dama, là sự thuần hóa, sự thuần phục.

Ở đây lại có một chữ khác: kammaniya, là tiện dụng, dễ xài. Thế nào là tiện dụng và dễ xài? Trong tiếng Pali có chữ kammakhamā, mà khamā này có nghĩa là kham, kham được với công việc ta muốn.

Tâm có tu tập mới kham được với công việc, cũng giống như một dòng nước mà mình kiểm soát được cái dòng chảy của nó, thì mình mới tận dụng được cái sức mạnh của nó.

Ở đây cũng vậy, cái tâm của mình có kiểm soát được nó bằng niệm vipassana, bằng định samatha, thì mình mới có thể sử dụng nó vào cái việc đắc thiền, đắc định, đắc thần thông, hay là đắc Đạo, đắc Thánh Quả.

Chỉ có người tu tập thiền chỉ với thiền quán họ mới làm được cái chuyện kiểm soát tâm. Cái tâm mà có kiểm soát mới phát huy được cái sức mạnh của nó, như là cái dòng chảy của nước khi được kiểm soát thì ta mới có thể tận dụng được sức mạnh của nó, và bản thân nó mới phát huy được cái sức mạnh của bản thân nó.

Thế nào là kiểm soát dòng chảy? Nghĩa là hành giả biết rõ rằng tâm này đang hướng về sanh tử, hướng về luân hồi, tiếng Pali là vatta, hay hướng về vivatta, giải thoát. Tâm tư của mình cũng vậy, mình phải kiểm soát được nó trong cái tình trạng nào, biết

rõ nó đang trong tình trạng hưởng dục hay là ly dục, đó là nói về thiền chỉ. Còn trong thiền quán, mình biết rõ tâm mình đang trong hướng đi nào: giải thoát hay trầm luân? Tiếng Pali vatta, có 2 dấu chấm dưới chữ t, có 2 nghĩa: là vòng tròn và là sự luẩn quẩn loanh quanh trong cái vòng tròn đó, là hướng về luân hồi. Vivatta là hướng về giải thoát, là sự ra khỏi cái vòng luẩn quẩn loanh quanh trong cái vòng tròn đó, là sự phá vỡ cái vòng luẩn quẩn loanh quanh.

Tâm có kiểm soát là mình biết rõ nó đang có cái định hướng như thế nào, mới tận dụng được cái sức mạnh của nó. Đẳng này mình không biết nó đi đâu, nó về đâu.

Có thể bà con than với tôi là định của mình còn yếu, niệm của mình còn yếu; nhưng mà chuyện đầu tiên mình biết rõ là mình đang cầu giải thoát hay là cầu luẩn quẩn loanh quanh? Phải xác định với chính mình cái đó.

Và trong một sự vô tư nhất, chân thành, trong sáng nhất, thì tôi phải xác định với bà con: tôi, người đang hầu chuyện đây, 2 hôm nay tôi bị đau ruột rất nhiều và coi như cứ tưởng là chiều nay phải bỏ giảng để mà đi nhập viện. Tại sao tôi phải nói vô tư? Bởi ở đây không bao giờ có sự kêu gọi tình thương, quyên góp hay than thở, không có, nhưng phải nói cho bà con hết hồn. Một con người ăn nói rào rào rạt rạt như thế này, nhưng mà tới cỡ nó rồi thì nó đau kinh lắm.

Tôi suy nghĩ thế này: phúc thay cho kẻ nào đau mà không chết, để có cơ hội nghe được tiếng gọi của Thiên sứ, của thần chết. Chứ đau mà chết, mà không tu tập được thì nói làm chi, cái đó là coi như tận số rồi. Nhưng mà phải nói phúc thay cho kẻ nào lâu lâu phải đau một tí ti để biết sợ. Bởi vì mình phải biết rõ là tâm mình đang hướng về cái gì, phải biết rõ. Như tâm tôi bây giờ, tôi biết rõ tôi phải buông rồi, phải buông thôi, bởi vì không có cách nào mà tiếp tục bao nhiêu mộng ước, bao nhiêu giấc mơ đời như xưa giờ được nữa. Cơn đau bắt đầu từ 2 ngày nay, đau kinh khủng lắm.

Cho nên bà con nhớ, đó là phúc thay cho kẻ nào thỉnh thoảng bị tử thần nhéo cho một cái, bị tử thần dí vào trán một cái. Lâu lâu phải nghe cái mùi tanh tanh của thần chết

một chút thì mình mới khá được. Và tôi phải nói rằng 2 ngày nay mà bà con có đứng trước nhà mà kêu tên của tôi mà chửi bới, nói xấu, ăn thô nói tục kiểu gì đi nữa, miễn đừng có đụng vào người tôi thôi, thì cái khả năng kham nhẫn của tôi cực lớn. Vì sao? Vì cái lớn chuyện nhất của tôi bây giờ chỉ có một cái thôi, đó là cái mạng của tôi, cái sức khỏe của tôi thôi. Tôi đã nói với tâm hồn trong sáng bởi

Vì nó sẽ qua đi, tôi không cần đến ai hết. Nhưng mà nói cho bà con run chơi vậy đó. Trên đời này chưa có ai bi ai!

Tâm khó sử dụng là tâm không có tu tập.

Tâm dễ sử dụng là tâm có tu tập, giống như con thú được dạy vậy đó, thì dễ xài lắm. Con bò, con trâu mà có dạy thì mới cày bừa, kéo xe được. Con voi, con ngựa mà có dạy thì mình mới có thể cưỡi nó được, bắt nó kéo xe được.

Ngài nói rằng tâm không tu tập thì không đưa đến lợi ích lớn, quả báo lớn. Vì sao? Là vì ở trong Chú giải có nói thế này: cho dầu chúng ta có tu hành ghê gớm đến mấy đi nữa, cho dầu chúng ta có được làm Ác ma thiên tử, Phạm thiên, làm trời, làm người, Chuyển luân vương gì đi nữa, dầu cho có đi đâu đi nữa, thì cuối cùng chúng ta vẫn luẩn quẩn, loanh quanh trong cái vòng sanh diệt của uẩn, xứ, giới, của duyên khởi, của sanh, già, đau, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não, máu lệ triền miên!

Về Phạm thiên né được ít lâu thì cũng phải trở về chịu khổ dưới này. Những cái này không kể là lợi ích lớn. Vì so với người không có tu thì người có tu thiên được này kia cũng hay, nhưng mà nói rốt ráo thì cõi người khá hơn bốn cõi đọa, cõi Dục thiên khá hơn cõi người, cõi Phạm thiên Sắc giới khá hơn cõi Dục thiên, cõi Vô sắc khá hơn cõi Sắc giới. Nhưng mà khổ thay, cứ cõi cao nhất sống hết tuổi thọ thì cũng phải trở về với cõi thấp nhất. Cho nên quả báo nào cũng là nhỏ.

Chỉ có tâm tu tập hướng đến cứu cánh giải thoát mới không có sự quay lui.

Tầng thiên cao nhất rồi cũng có lúc quay về cõi thấp nhất. Riêng Thánh trí thì không. Đã đắc Tu-đà-hườn rồi thì không bao giờ trở lại trạng thái phàm phu. Đã đắc Tư-đà-hàm rồi thì không bao giờ quay lui Tu-đà-hườn. Đã đắc A-na-hàm thì không bao giờ quay lui Tư-đà-hàm. Đã đắc A-la-hán rồi thì không bao giờ quay lui A-na-hàm. Đi là đi luôn, một đi không trở lại. Đó mới là lợi ích lớn, quả báo lớn.

Còn một hồi lên voi rồi xuống chó, như là vở kịch. Nên trong Kinh Chú giải có ghi là thanh niên Upatissa, người mà sau này có tên là Sāriputta, và thanh niên Kolita, sau này là Moggallāna, Mục-kiền-liên. Hai vị này trước khi đi tu là một cặp bạn thân chí thân. Bữa đó hai người đi coi kịch trong một lễ hội lớn trên núi, trong đó có diễn kịch, hát tuồng.

Hai vị là hai công tử. Ngài Xá-lợi-phất đi đâu cũng có 500 cỗ xe tùy tùng đi theo hầu. Ngài Mục-kiền-liên đi đâu cũng có 500 cây kiệu đi theo để hầu. Hai vị thiếu gia ngồi coi kịch một chút xíu thì hai vị nhìn nhau, thở dài, thấy sao nó giống cuộc đời dữ vậy: cũng lớp phấn lớp son, rồi chui đằng sau cánh gà, lau rửa xong rồi trở lên ra người khác. Diễn xong rồi quay ra đằng sau sửa sơ sơ cái mặt, chạy lên thành con. Rồi một hồi làm vua, một hồi làm tướng, một hồi làm giặc, một hồi làm nô tài. Coi như có mấy người đó thôi mà cứ đảo tới đảo lui. Ngài nhìn, Ngài nản quá. Ngài nói: “Sao nó giống cái cuộc đời này dữ vậy!”

Cho nên những cái gì mình có được trong cuộc sống này, mình thấy nó hay, nhưng trong cái nhìn của bậc đại hiền thì tất cả chỉ là cái vở kịch, không có gì ghê gớm. Bởi vì lên voi xong rồi xuống chó, vậy thì lên voi làm cái gì?

Tâm có tu tập mới phát huy được sức mạnh, mới dẫn đến lợi ích lớn, quả báo lớn. Quả báo lớn ở đây là cứu cánh giải thoát. Còn tất cả những gì ta có được trong cuộc đời này mà không liên hệ đến cứu cánh giải thoát, thì tất cả những thứ đó nay có mai mất, lúc lớn lúc nhỏ, không chừng, không đổi.

Phẩm Không Điều Phục

Chữ điều phục ở đây từ chữ danta, chữ danta từ chữ dameti nghĩa là điều phục.

Hay một chỗ là chữ danta còn có nghĩa cái răng, giống như trong tiếng Latin là chữ dent, từ đó mới ra tiếng Anh là dental, là răng hay thuộc về răng.

Còn hay nữa là bởi vì răng là cái nghiền, cái bộ phận cơ thể có tác dụng là nghiền nát thức ăn, nói hơi khó nghe là nó thuần hóa thức ăn. Thức ăn cứng cỡ nào, hình vuông, hình tròn, mềm hay là cứng, hình dáng ra sao không cần biết, cứ đưa vô là hàm răng nó nghiền, nó biến tất cả trở thành giống nhau hết. Chức năng của răng là nó biến mọi thứ thức ăn trở thành giống nhau hết, nó thuần hóa mọi hình dáng của thức ăn trở thành giang sơn thu về một mối.

Cho nên danta có nghĩa là cái răng, nhưng cái gốc của nó là điều phục mọi thứ thức ăn giòn, mềm, hình vuông, hình tròn hoặc hình đa giác, hình bình hành, hình thang, hình lục giác, thất giác, không cần biết. Cứ đưa vô là cái hàm răng nó biến tất cả thành giống nhau. Mình gọi nó hơi kỳ là nó thuần hóa tất cả các món ăn.

Ở đây cũng vậy, chữ danta này là cái răng mà còn có nghĩa là điều phục.

Tâm mà có điều phục là tâm có dạy. Phẩm Điều Phục y như Phẩm Khó Sử Dụng, nghĩa là cái tâm có tu tập thì dễ sử dụng, dễ dạy bảo, được dạy bảo.

Con thú mà có dạy bảo, có thuần hóa, thì dĩ nhiên dễ xài rồi. Chúng ta cũng biết là người Mông Cổ xưa, nói chung là dân phương Bắc của Trung Quốc ngày xưa có những giống ngựa quý, như ở Khiết Đan, Tây Hạ có loại ngựa quý là Huyết hãn, ra mồ hôi đỏ như máu, một ngày có thể đi nghìn dặm. Vua Tàu triều đại nào cũng mê loại ngựa này.

Mà khổ thay, con ngựa này muốn bắt nó rất là khó, vì gốc nó là ngựa rừng, ngựa hoang. Người ta phải dùng ngựa nhà để người ta rượt, dí, lừa về một góc, bắt nó về rồi mới dạy từ từ. Nhưng mà thông thường người ta bắt ngựa cái với ngựa đực phối

giống rồi mới đẻ ra ngựa con. Họ dạy nó từ nhỏ, từ đó người Tàu Trung Nguyên mới có được loài Huyết hãn mã để mà dùng.

Chứ còn nếu bắt hãn, xài hãn con ngựa đó lúc đã trưởng thành rồi thì về xài không được. Nó chạy nhanh thiệt, nó khỏe thiệt nhưng mà cái đầu nó đã hư rồi, không dạy được nữa. Cho nên nói nuôi ngựa theo kiểu trồng chuối lấy con, nghĩa là bắt về rồi phối giống với ngựa nhà, hoặc là tụi nó với nhau nếu bắt được con ngựa cái. Một là bắt được con ngựa cái về phối giống với con ngựa nhà, hai nữa là bắt con ngựa đực về phối giống với con ngựa cái ở nhà.

Tại sao tôi phải nói dài dòng như vậy? Tôi muốn nói rằng ngựa quý cỡ nào mà không có dạy thì xài chỗ nào? Một người thông minh tài trí nhưng mà không làm chủ được cái tâm của mình thì đời đời sanh tử, đời đời là phàm phu. Mà đã nói là phàm phu thì sao? Lúc lên voi, lúc xuống chó, lúc lên núi cao, lúc xuống cống mà nằm! Đã nói phàm phu mà!

Chỉ có một cái tâm điều phục, được dạy, thì cái tâm đó mới có thể giúp mình thành tựu thiền định, Thánh trí, Đạo.

Quả giải thoát luân hồi sanh tử phiền não.

Ngựa quý cách mấy không được dạy thì cũng chỉ có đem đi ăn thịt. Con người mà không dạy được tâm mình thì chỉ có, nói theo trong Kinh, là chỉ có ăn cho nó mập rồi chờ chết!

Trong Kinh Pháp Cú:

Thăng người trăm trận muôn nơi,
núi cao chồng chất xương phơi chiến trường.
Thăng mình lòng ngát hoa hương,
vẻ vang dũng tướng mười phương không bằng.

Hồi còn nhỏ tôi đọc tôi không có hiểu. Tôi thấy chuyện tự thắng mình không có gì hơn chuyện chém đầu ngàn viên dũng tướng trong trận, mà vẫn không bằng tự thắng lòng mình. Nhưng mà sau này già rồi tôi mới hiểu là đúng!

Một ngàn viên dũng tướng mình có thể dùng kế ly gián hay là mỹ nhân kế, mình có thể giết sạch một ngàn viên tướng. Còn nếu không nữa, mình lấy bom nguyên tử mình dội xuống. Nói chung là cũng có cái cách để cho một ngàn viên tướng đó chết.

Nhưng để mà điều phục được cái tâm của một người thì thật sự không có cách. Bởi tôi nhớ có ông đó hỏi vợ:

“Vậy chứ em có biết để thử cái lòng chung thủy của đàn ông thì mình dùng kế gì?”

Bà nói:

“Thì mỹ nhân kế.”

Rồi ông hỏi:

“Chứ muốn thử sức khỏe của đàn ông thì sao?”

Bà vợ không biết. Ông nói:

“Phải dùng vợ kế!”

Có nghĩa là muốn thử cái lòng chung thủy thì mỹ nhân kế, mà muốn biết cái sức khỏe của đàn ông thì phải nhờ tới vợ kế. Cả hai đều là kế hết.

Thì ở đây, cái tâm mà có điều phục thì nó làm được cái chuyện mà một viên dũng tướng bậc thầy chưa chắc làm nổi. Bên Tàu có câu: chém đầu ngàn viên tướng ngoài trận, coi như vẫn không khó bằng thay đổi cái chí của kẻ thất phu. Lại một câu nói mà thời tuổi trẻ tôi không hiểu.

Nghĩa là nó là thằng không có chí lớn, sống không có lý tưởng, ù ù cạc cạc, không có tư duy, không có trí tuệ, không có khả năng suy nghĩ. Thì bây giờ mình biến cái đầu

tàu hủ của nó thành ra một cái đầu minh triết, kiệt xuất, trác việt thì làm không nổi! Thà chém đầu một ngàn viên tướng vậy mà có cách!

Cho nên nói đi cũng phải nói lại, là cái tâm của mình nó khó kinh khủng lắm. Mà hể mình điều khiển được nó, làm chủ được nó, kiểm soát được nó thì công đức vô lượng.

Nhiều lần, rất nhiều lần, chắc có lẽ là tôi đã nói, chắc quý vị cũng còn nhớ, đặc biệt là ở trong quyển Kinh Nghiệm Tuệ Quán, tôi thấy có nhiều thiền sư Miến Điện nhắc đi nhắc lại câu này: toàn bộ vấn đề của thế giới nó khởi đi từ nội tâm của mỗi người, và một hành giả có thể giải quyết cái vấn đề của tâm mình bằng cách là chú mục, tập chú vào hơi thở. Khi mà mình sống chánh niệm trong từng hơi thở, có nghĩa là mình đã phần nào làm chủ được cái tâm. Khi ta làm chủ được cái tâm là ta đã làm chủ được một phần của thế giới!

Nói ra rất là ghê gớm, khó tin, nhưng xin thưa đó là sự thật! Tôi nói lại một lần nữa cho những người nghe chậm hiểu chậm: toàn bộ vấn đề của thế giới này nó khởi đi từ lòng người, từ nội tâm của con người. Nội tâm con người chính là yếu tố để mà quyết định thế giới này là thiên đường hay địa ngục.

Cho nên khi mà mỗi người tốt thì thế giới sẽ tốt, bởi vì nội tâm của mỗi người là một phần quan trọng để tạo nên cái diện mạo và bản chất của thế giới.

Cho nên với một nội tâm có tu tập thì coi như đó là một sự đóng góp lớn cho cả cái hành tinh này.

Phẩm Đặt Hướng và Trong Sáng

Đặt đúng hướng và trong sáng, sơ qua nội dung trước khi giảng sâu vô: bài Kinh này Đức Phật Ngài dạy rằng một vật dầu bén nhọn cách mấy, nhưng nếu bị đặt sai hướng, sai vị trí, thì nó không phát huy được cái bén và cái nhọn của nó, không dùng vào được cái gì hết.

Thí dụ như mình dùng một con dao xắt trái cây thì quá đơn giản. Một con dao Thụy Sĩ tốt cực kỳ, dùng để xắt trái cây, xắt trái táo, xắt trái chuối thì nó quá đơn giản. Nhưng cái phần bén mà mình lật ngược lên trên, còn đưa phần sống dao xuống dưới, thì quý vị nghĩ coi mình cắt có phải vất vả lắm không?

Cho nên Ngài nói, một vật đầu bén nhọn cách mấy mà chỉ cần đặt sai hướng, sai vị trí, sai bề, sai phía thì nó cũng không phát huy được tác dụng tuyệt vời của nó. Cũng vậy, một nội tâm bị đặt sai hướng.

Tôi đã giảng chữ vatta, hướng về luân hồi, và vivatta, hướng về giải thoát. Nghĩa là mình tu mà mình không biết là mình đang đi ra hay đi vào, đang đi xuống hay đi lên, thì có nỗ lực cách mấy cũng coi chừng.

Ở trong Trung Bộ Kinh ?? cũng có nhắc đến sợi râu của lúa mì. Trong đó Đức Phật Ngài dạy thế này: khi mà mình đặt một vật bén nhọn vào đúng hướng thì đầu muốn đầu không, nó sẽ đâm thủng hoặc cắt đứt cái vật gì đó bên dưới nó, hoặc là phía trước nó. Một cái tâm tu tập đúng hướng thì đầu muốn hay không muốn giải thoát, thì đương sự cũng phải giải thoát.

Hồi đó tôi đọc cái đó tôi sốc lắm. Tôi nói: “Ừa, sao lạ vậy ta? Mình không có muốn thoát mà tại sao có thể đắc được?” Nghĩa là nếu mà mình có lòng cầu giải thoát thì mình mới đắc. Còn đằng này Ngài khẳng định là chỉ cần đặt đúng vị trí, thì con dao và cái vật bén nhọn gì trên đời này đi nữa, đầu muốn đầu không, nó có thể xuyên thủng hoặc cắt đứt vật này vật nọ, đầu ta muốn hay không, miễn là ta đặt đúng vị trí.

Cũng vậy, một vị Tỳ-kheo tu tập đúng hướng, thì đầu có muốn giác ngộ hay không muốn giác ngộ, thì tự nhiên nó cũng phải giác ngộ.

Tôi đọc cái đó tôi khó chịu lắm. Con dao thì tôi đồng ý, hoặc vật bén nhọn nào đó mà mình để đúng hướng thì tự nhiên nó sẽ tạo ra một lỗ thủng hoặc là một vết đứt, cái đó rất là dễ hiểu. Nhưng cái tâm của mình không thể nào đem so với con dao

được! Mà Ngài khẳng định dầu không muốn, không nghĩ đến giải thoát thì tự động cũng giải thoát!

Nhưng mà ở tuổi này tôi mới hiểu ra: thì ra khi mà anh không có duyên lành giải thoát thì làm sao anh làm đúng hướng được? Và đây là một chuyện rất là sâu sắc, rất là quan trọng.

Chương này có hai vấn đề rất rất là quan trọng. Thứ nhất là vấn đề vật bén nhọn được đặt đúng hướng thì dầu muốn dầu không, nó vẫn có thể tạo ra một lỗ thủng hoặc là một vết đứt. Một nội tâm mà được điều khiển, được kiểm soát đúng hướng thì dầu muốn dầu không, đương sự hành giả cũng cứ giải thoát.

Cái sâu thứ nhất: khi anh thiếu duyên, làm sao mà anh hướng tâm anh theo đúng như Bát Chánh Đạo được? Theo đúng với tinh thần của Giới Định Tuệ được? Đó là cái cách nói mẹo thôi. Nếu anh không có ba-la-mật thì làm sao anh tu đúng?

Thứ hai, hành giả tuệ quán trong đầu trước sau chỉ có cảnh sinh diệt.

Đối với hành giả tuệ quán, trong đầu trước sau chỉ có cái hiện tại, chỉ có cảnh sanh diệt trước mắt; chứ không có truy ngược về quá khứ, cũng không có theo đuổi, hoài vọng tương lai. Toàn bộ tam thiên đại thiên, ta-bà, vũ trụ, ngân hà, thế giới, tất cả đều là con số không trong đầu hành giả lúc đang tu tập. Tất cả đối với hành giả lúc bấy giờ chỉ còn là tánh sanh diệt của cái đối tượng trước mắt.

Thí dụ như hành giả đang theo dõi hơi thở, đang ra, đang vào; hoặc là đang theo dõi cái tâm: biết đây là tâm sân, đây là tâm tham, đây là tâm thiện, đây là tâm ác; hoặc là thọ: đây là thọ khổ, đây là thọ lạc, biết rõ rằng nó đang sanh diệt.

Thay vì trước đây mình ghi nhận tâm tham đang có mặt, thì sẽ có một lúc mình ghi nhận là tâm tham vừa biến mất. Nó nhanh đến mức như vậy! Nó nhanh đến mức mà mình có thể ghi nhận theo hai cách: cách một là tâm tham đang có mặt, hoặc cách thứ hai là tâm tham vừa biến mất. Trong tiếng Việt Nam, hai câu này nghe rất là khác

nhau, nhưng mà trong thực tế tu chứng thì hai câu này giống nhau, hai câu này có một nghĩa thôi.

Thay vì trước đây mình ghi nhận tâm tham đang có mặt, nhưng mà đến một lúc nào đó, khi mà chánh niệm khít khao, chặt chẽ, mình sẽ không còn thấy tâm tham đang có mặt nữa, mà mình ghi nhận được tâm tham vừa biến mất.

Vì sao? Vì không thể nào cùng một lúc có hai cái tâm! Có nghĩa là lúc đó mình đang sống bằng tâm thiện, vì có tâm thiện mới có trí, có niệm, có định để mà mình thấy được cái tâm vừa rồi là tâm tham. Cho nên lúc đầu thì mình chỉ thấy được tâm tham đang có mặt, nhưng mà lâu dần rồi thì mình thấy là tâm tham vừa biến mất.

Tại sao tôi nói xa như vậy? Tôi muốn quay lại đề tài mà mình đang nói nửa chừng, đó là một cái vật bén nhọn được đặt đúng hướng thì tự nhiên dầu muốn dầu không nó sẽ tạo ra một lỗ thủng hoặc là một vết đứt. Cũng vậy, một cái tâm mà được đặt đúng hướng thì dầu muốn dầu không chúng ta cũng sẽ được giải thoát.

Là vì sao? Là vì có đủ duyên lành ba-la-mật, mình mới đặt cái tâm đúng hướng, đúng cách, mới tu Niệm, tu Tuệ đúng như Đức Phật dạy.

Điều thứ hai là hành giả trên con đường tu chứng, đặc biệt không nên nghĩ đến chuyện bao giờ tôi đắc, khi đắc nó sẽ ra sao, tôi đang ở tầng thiền tuệ nào, đây là cái bẫy vô cùng! Có nghĩa là lòng mà mong thì không bao giờ đắc, nó lạ như vậy!

Mặc dù không có mong thì không có tu tập ba-la-mật. Nhiều người hiểu lầm ở chỗ này: không có lòng, không có thiết tha với cái chuyện làm giàu, thì đừng có hòng mà mình được giàu. Tuy nhiên, trong lúc đang cầm đầu làm việc để có tiền, thì phải tập trung, phải quên cái chuyện giàu có đi, thì cái tâm nó mới tập trung được.

Chứ không phải suốt đời anh cứ lúc nào cũng tiền tiền tiền tiền tiền, tiền tiền tiền tiền tiền! Anh đang làm thợ bạc, anh gò từng món nữ trang cho người ta, mà anh không có tập trung làm sao mà được? Anh đang làm nail, anh đang dũa móng, anh đang làm

mặt, đang làm wax, anh đang làm bột cho người ta, mà cái đầu anh nó lằng xằng thì làm sao mà khách nó chịu đây? Rồi anh đang sửa máy móc, điện tử tinh vi sắc sảo, ốc tán, bu-lông lục chục, mà anh cứ nghĩ tầm bậy tầm bạ: mai này mình sẽ có tiền mình mua nhà ở Đà Lạt, Nha Trang, là không có được! Không là không!

Tôi nói có hai bước: bước một là người sống không có chí không có làm được việc gì hết; điều thứ hai là làm việc không có tập trung cũng không có làm được cái gì hết!

Cho nên, bài Kinh này sâu ở chỗ:

Một vật bén nhọn được đặt đúng hướng, dầu muốn dầu không thì cũng sẽ tạo ra một lỗ thủng hay là một vết đứt.

Một cái tâm được đặt đúng hướng, thì dầu muốn dầu không thì nó cũng cứ là giải thoát!

Rồi bắt đầu tới phần giải thích, giải thích này giờ nói gãy lười rồi! Là vì thứ nhất, nghe: không muốn giải thoát cũng giải thoát! Nghe nó kỳ, mà thật ra là vì anh có ba-la-mật, anh mới có thể hướng cái tâm đúng như anh muốn.

Thứ hai, quả thật vậy, dầu muốn dầu không nó cho mình một gợi ý rất lớn là hành giả lúc tu chỉ có cảnh sanh diệt thôi, chỉ có chánh niệm với từng niệm xứ: đây là thân, đây là thọ, đây là tâm, đây là pháp; chứ không hề nên bận tâm đến cái gì ngoài ra. Lúc đó mới là đang đúng hướng!

Còn lúc đang tu tập mà cứ canh cánh, canh cánh, đau đầu, đau đầu nghĩ đến chuyện chừng nào tôi đắc, đắc rồi nó sẽ như thế nào, tôi đang ở tầng thiền tuệ nào? Thì cái đó gọi là đang đặt tâm sai hướng!

Chính Đức Phật Ngài đã nói rồi: đặt sai hướng thì cái vật bén nhọn không có phát huy được cái tác dụng của mình! Đó là chuyện thứ nhất.

Chuyện thứ hai, mình thấy đoạn số ba, khi mà Ngài nói về cái chuyện đặt đúng hướng và sai hướng, thì mình nhớ tới chữ vatta và vivatta. Đúng và sai hướng ở đây phải hiểu qua hai cái chữ vatta và vivatta. Vatta có nghĩa là luân hồi, mà vivatta là giải thoát.

Hành giả luôn luôn nhớ rằng Chánh Pháp của chư Phật chỉ có một vị giải thoát. Kiểu hành trì của mình, kiểu nhận thức của mình, con đường mà mình đang đi, kiểu đi của mình, có phải là hướng đến cứu cánh giải thoát như cái tinh thần của Phật Pháp hay không? Cái đó gọi là đúng hướng và sai hướng, nằm ở chỗ đó: vatta và vivatta! Đây là cái keyword, từ khóa để hiểu chỗ này.

Tôi cứ quan tâm đến hai chữ này là bởi vì có quá nhiều và quá nhiều người hành giả của mình đi tu Tứ Niệm Xứ, cứ là trông mong đắc cái này, đắc cái kia, cứ là được ba mớ thì coi như vênh váo, cứ là ba mớ là bị vướng kẹt không có thoát nổi!

Bố thí ba mớ, nghe Pháp ba mớ, học đạo ba mớ, hành thiền ba mớ, giữ giới ba mớ, tổng cộng lại là một mớ! Rồi thì coi như là ầm a ầm ớ, cho nên không được, bởi vì cái tâm đã được đặt sai hướng rồi.

Tiếp theo Ngài mới nói thế này: Ở đây Ta biết rõ, Ta nhìn một người Ta biết rõ, nếu ngay lúc này mà người này chết, là người này sẽ bị đọa. Là vì sao? Vì tâm tư người này đang bị đặt sai hướng.

Ngài nói sai hướng, đúng hướng xong rồi Ngài mới nói rằng: Có những người mà Ta nhìn họ Ta biết rằng, nếu ngay bây giờ mà họ chết, họ sẽ bị đọa, là bởi vì tâm tư của họ uế nhiễm.

Và có những người với tâm được đặt đúng hướng là tự dừng nó trong sáng.

Ngài xác định cho mình biết tu tâm không có dễ, bởi vì không có cái gì như cái tâm của mình, một phút nó có thể nghĩ tưởng bao nhiêu chuyện, và cũng chính cái tâm nó khiến cho chúng ta trở thành thiên thần hay ác.

Quỷ trong vòng một giây thôi! Cái tâm nó nhanh như vậy!

Ngài dặn mình phải nhớ đặt cái tâm đúng hướng, bởi vì nó lệch hướng một cái là hậu quả khôn lường. Người ta trật một ly đi một dặm, còn nó trật một ly thì nó đi sai ngàn đời, chứ không phải muôn dặm nữa, mà sai ngàn đời!

Cho nên Ngài mới nói rằng Ngài nhìn ai đó, Ngài biết người này đang đoạ, có thể đoạ, có thể siêu, là vì cái nội tâm của người này đang đặt đúng hướng hay sai hướng.

Bước thứ hai, Ngài xác định cho chúng ta biết rằng phải nhớ cẩn thận, bởi vì tâm là một cái gì đó rất khó kiểm soát, vì không có cái chi mà nó mau lẹ và ma mãnh cho bằng cái nội tâm của chúng sinh. Phải cảnh giác!

Và đoạn cuối cùng, cái phần quan trọng của chương này là nó nằm ở đoạn số 9 và số 10:

Này các Tỷ-kheo, tâm là chói sáng, nhưng bị ô nhiễm bởi các cấu uế từ bên ngoài vào.

Tôi xin thưa với bà con, đã có hơn một tỷ người gồm Tàu, Việt hiểu lầm cái đoạn này vì không chịu đọc Chú giải, không học A-tỳ-đàm, cứ là theo mấy cái ông Tàu. Họ mới chủ trương tâm này là bản lai, là thanh tịnh, nguyên thủy bản chất của nó là thanh tịnh, do trần cấu bên ngoài... Nghe nói thì nó giống như y chang trong Kinh vậy đó, nhưng mà khổ thay! Nó bị hiểu như thế này mới ghê chứ: họ hiểu tâm này bản chất nó là trong sáng, tròn đầy, rỗng rang, nó là một viên ngọc quý, bản thân nó đã sạch rồi, chẳng qua chúng ta do tập khí sinh tử nhiều đời, không có tu tập, không định, không niệm, không trí, cho nên cái viên ngọc đó, muôn thuở vốn dĩ nó là ngọc, nhưng nó bị mấy cái kia phủ lên.

Cái cách nghĩ này nó dễ dẫn đến một cái tôi, tức là một cái tôi thường hằng, một cái tôi thanh tịnh. Minh tu là mình lau rửa cái tôi đó cho nó trở nên sáng sủa.

Nhiều người có thể họ chối phăng, họ nói: “Không, tui tu Phật, tui tin Phật, tui học Phật, thì làm gì có cái chuyện mà tui tin có một cái tôi thường hằng, bất biến, thanh tịnh, trong sáng!”

Nhưng mà thật ra, những người nào mà cố ý tin rằng tâm bản chất nó là trong sáng, là thanh tịnh, cái tôi này là cái tôi coi như đã hoàn chỉnh rồi, chẳng qua là bây giờ nó bị đóng bụi, bây giờ mình chịu khó mình lau thôi, không cần học giáo lý, không cần làm gì đặc biệt, cứ sống thanh thản nhìn nó thôi là đủ thành Thánh rồi.

Cái kiểu nói này nghe cực kỳ hấp dẫn, đặc biệt cho những người lười học giáo lý, lười hành trì. Nó đã vốn sạch rồi, bây giờ mình cứ sống thanh thản, hồn nhiên, nó muốn gì mình chiều nó như vậy đó. Nó muốn là mình cứ chiều, bởi vì mình cứ nhìn nó thôi. Nhớ nhìn nó! Nhớ nhìn nó!

Đó là cách nói mà gọi là không có đúng với tinh thần của Phật giáo Nguyên thủy.

Ở đây cái chữ “tâm này là chói sáng” là sao? Xin thưa quý vị, bên kia họ nói rằng cái tâm này là cái viên ngọc, do tập khí nhiều đời nó bị vấy bẩn, bị ô nhiễm. Bây giờ mình tu là mình lau cái lớp bụi đó, lau cái lớp bùn sình đó thì tự nhiên cái ngọc đó nó sáng ra. Tôi nhấn mạnh cái chữ đó: ngọc. Có nghĩa là tự thân ngọc nó đã là ngọc.

Còn bên Nam tông Nguyên thủy Kinh điển Pali thì nói như thế này: bản thân tâm trong sáng là khi quý vị làm một nghiệp, việc ác hay việc lành, thì cái nghiệp ác, nghiệp thiện đó nó tạo ra hai thứ quả:

Một, quả tái sinh là quả đầu thai.

Hai, quả bình sinh.

Quả tái sinh nghĩa là hôm nay tôi có lòng, tôi quỳ trước tượng Phật, tôi lạy ba lạy rồi tôi thắp một nén hương, hay là một mâm trái, hay là một bình hoa. Với cái tâm thiện lúc đó, nó sẽ tạo ra hai thứ quả cho đời sau của tôi. Thứ nhất là tạo ra tâm đầu thai cho một cái kiếp nào đó, không có nói được. Không nói được là bởi vì, thứ nhất là cái

mạnh yếu của cái tâm thiện lúc đó. Nếu nó mạnh quá thì nó có thể cho quả cái đời sống tiếp theo. Nó yếu hơn một chút, nó có thể cho quả đời thứ hai. Yếu hơn chút, cho đời thứ ba. Yếu nữa thì nó có thể là cho đời thứ một ngàn, một triệu về sau.

Mà tại sao có vụ một ngàn, một triệu? Là bởi vì trước khi mà tôi làm cái việc lạy Phật, là trong vô số kiếp luân hồi quá khứ tôi đã tạo quá trời nghiệp thiện, nghiệp ác rồi. Cho nên mấy ông đó ông đang chen chân nhau để mà trở quả. Nếu mà mấy ông đủ mạnh, ông lẩn cái việc thiện chiều nay tôi lạy Phật, thì coi như mấy ông trở quả trước. Còn nếu mà cái quả thiện chiều nay tôi lạy Phật nó quá mạnh thì coi như nó sẽ trở quả trước đám nợ cũ kia. Có nghĩa là trước khi mà tôi lạy Phật chiều nay là tôi đã có vô số nghiệp quá khứ rồi, vô số nghiệp quá khứ!

Cho nên, nếu mà cái nghiệp mới vừa tạo chiều nay mà nó đủ mạnh thì nó đủ để đẩy lùi tụi kia để nó dành nó trở quả trước. Còn nếu mà nó không đủ mạnh thì nó để bên mấy ông kia chổng lên, chổng lên, chổng lên, đẩy nó, đẩy nó, đẩy đến bao giờ đúng lúc có một khoảnh trống nào đó thì nó mới kịp chen ra nó trở quả. Còn thứ hai, nếu đến một thời gian lâu quá mà nó không tìm ra được cơ hội để nó trở thì nó trở thành vô hiệu nghiệp, ahosikamma.

Từ cái thuật ngữ ahosikamma này là dùng để chỉ cho trường hợp những cái nghiệp không có điều kiện, mà bên Thái có pháp môn tu ahosi! Tôi còn biết một chuyện động trời nữa đó là không ít tăng ni Phật tử Việt Nam bây giờ đang gọi là đội cái bàn thờ chạy theo cái phái này bên Thái Lan. Cái phái này cho rằng cứ đi theo cái phái này niệm “ahosi, si si”, niệm riết thì bao nhiêu gọi là tật bệnh tiêu trừ, tai qua nạn khỏi, đặc biệt là tiền khiên nghiệp chướng ba đời quá khứ là coi như dứt sạch! Đó là họ dựa vô chữ ahosi này, khổ vậy đó!

Mỗi lần tôi tạo một nghiệp ác, nghiệp thiện, nó cho hai thứ quả: quả thứ nhất là nó tạo ra cái tâm đầu thai. Còn cái tâm đầu thai đó, lúc nào nó cho quả? Là nếu nó đủ mạnh thì nó dàn xếp với cái đám nợ cũ, nó trả trước. Còn nếu không thì nó cứ lùi dần, lùi dần, lùi dần. Nó lùi đến bao giờ có chỗ trống thì nó mới chọt ra cho quả, nó

dắt tôi đi đầu thai chỗ này, chỗ kia. Còn nếu mà không, nó chờ lâu quá mà không có thì nó trở thành vô hiệu, có nghĩa là coi như xù luôn, quịt luôn, mất luôn.

Cho nên một người thành A-la-hán mà níp-bàn là coi như người đó bỏ lại biết bao nhiêu là nghiệp thiện, nghiệp ác, biết bao nhiêu! Bởi vì nợ cũ, nợ mới, nợ tốt, nợ xấu gì thì coi như phải bỏ hết.

Nghiệp thứ nhất là nghiệp tái sinh, nghiệp đầu thai.

Nghiệp thứ hai là nghiệp bình sinh, có nghĩa là những quả báo mà tôi được hưởng sau cái giây đầu thai.

Thí dụ chiều nay tôi lạy Phật, cái tâm lành lạy Phật đó cho tôi kiếp

Sau tôi đầu thai làm con của một người Nhật, là nước giàu, ổn định kinh tế, chính trị, xã hội, văn hóa, giáo dục, y tế... Tôi có cái phước rồi, tôi sanh vô làm con của một ông người Nhật, đó là tâm đầu thai.

Còn quả bình sinh là vì hôm nay tôi lạy Phật, tôi có lòng tôn kính đến đối tượng đáng kính, cho nên đời sau khi mà tôi sanh vào làm con ông Nhật, tôi có cái phước lạ lắm: tôi được quyền cao tước trọng, đi vào sở làm là ông sếp lẫn đồng nghiệp họ vị nể lạ lùng lắm, khi tôi lên tiếng thường người ta hay lắng nghe hơn là người khác. Đặc biệt tôi sanh vô trong gia đình mà ông già tôi có tiếng nói trong xã hội lắm, chẳng những xã hội mà còn trong quốc hội nữa. Đó gọi là quả bình sinh.

Nhờ cái chuyện lạy Phật, tôi có được cái tâm đầu thai vào cái cõi lành, cái đó gọi là quả đầu thai. Còn cái quả thứ hai là quả bình sinh, có nghĩa là nhờ cái lạy Phật đó mà bản thân tôi trong đời sống đó tôi được sự tôn trọng, nể nang, kiêng dè từ người khác.

Như vậy thì một nghiệp thiện, nghiệp ác cho ra hai quả: quả đầu thai và quả bình sinh.

Quả đầu thai là tâm đầu thai. Cái tâm đó trong cái giây phút đầu thai mà nó có cái tên là tâm đầu thai. Cái tâm đầu thai lúc đầu đời đem tôi vào cảnh giới nào đó thì nó gọi là tâm đầu thai, nhưng sau cái giây phút đầu đời đó, từ đó về sau nó được gọi là tâm hữu phần.

Hữu phần ở đây có nghĩa là cái tâm này có mặt những khi không có ngoại cảnh. Thí dụ như bây giờ không có gì để tôi nhìn, nghe, ngửi, nếm, đụng và suy tư về cảnh bên ngoài; chỉ cần không có ngoại cảnh, thì lập tức tâm tôi lúc bấy giờ toàn là hữu phần.

Hữu phần là cái tâm mà nó có, để nó phân biệt tôi với cái xác chết, cho nên nó còn có cái tên là hộ kiếp là vậy đó! Bởi vì không có tâm này thì tôi với xác chết giống nhau y chang! Nghĩa là khi nào mà tôi có cái để tôi nhìn, nghe thì lúc đó tâm nhãn thức có mặt, tâm nhĩ thức có mặt, tâm tỷ thức có mặt để biết cảnh bên ngoài. Còn bây giờ, những khi mà tôi không có cảnh gì để mà tôi ghi nhận, thì tôi bèn sống bằng cái tâm hữu phần, hay còn gọi là tâm hộ kiếp.

Tâm phải có cảnh. Bây giờ tôi không có tâm nhãn thức, nhĩ, tỷ, thiệt, thân thức; tôi không có gì để thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng thì tôi phải sống bằng tâm hữu phần. Mà đã nói tâm thì phải có cảnh. Như vậy thì cảnh của tâm hữu phần là gì?

Xin thưa, cái cảnh của tâm hữu phần chính là cảnh cận tử của đời trước. Có nghĩa là cái kiếp trước đây, vào cái giây phút cuối đời, tôi đã thấy cái gì, tôi đã kinh nghiệm, tôi đã trải qua cái cảnh gì, thì cái cảnh đó bây giờ qua kiếp sau nó trở thành ra là cảnh của tâm hữu phần. Mà vì nó quá nhạt, quá yếu cho nên học đạo thì biết vậy chứ mình không thể nào nhờ nó mà mình nhớ lại được kiếp trước. Điều này cho thấy rằng cái tâm sanh diệt rất là nhanh, nó nhanh tới mức mà cảnh của mỗi sát na hữu phần mình không có nhận ra được.

Như vậy tâm hữu phần chính là tâm đầu thai. Sau khi đầu thai rồi, thì cái tâm đầu thai đó mất. Theo luật, một cái tâm chỉ xuất hiện có một sát na thôi, nhưng mà nó mất rồi nó lại xuất hiện trở lại. Cái trở lại này nó giống y chang về bản chất như tâm đầu thai.

Nhưng mình không thể gọi nó là một cái tâm đầu thai, bởi vì cái tâm đầu thai đã diệt mất rồi. Bây giờ cái tâm hữu phần xuất hiện, bản chất nó y chang như tâm đầu thai, nhưng lúc bấy giờ nó không được gọi là tâm đầu thai nữa, mà phải được gọi là tâm hữu phần.

Nó có mặt trong những giây phút mà tôi không có cái gì để thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng. Và vì sao nó phải có mặt? Bởi vì nó có mặt để nó phân biệt hình hài của tôi với xác chết. Bởi vì nếu không có gì để nghe, ngửi, nếm, đụng, thì tôi là người không có tâm, mà người không tâm nghĩa là lúc đó tôi chỉ là xác chết! Cho nên lúc bấy giờ nó phải có mặt để nó làm cho tôi khác với xác chết.

Để làm chi? Để một lát nữa, có cái gì thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng, thì tôi mới quay trở lại cái nhịp sống bình thường. Và mai này lúc cuối đời thì tôi sẽ chết bằng chính cái tâm hữu phần đó. Có nghĩa là đầu đời, tôi nhờ nó mà tôi đi đầu thai vào cõi này, cõi kia. Sau cái giây phút đầu thai đó nó trở thành ra là cái tâm điền khuyết. Có nghĩa là khi mà mắt không có thấy gì, tai không có gì để nghe, lưỡi, mũi không có gì để làm việc, thì lúc đó tâm này xuất hiện, gọi là tâm điền khuyết. Và hễ mỗi lần mà có gì để thấy, để nghe thì nó biến mất, nó để cho mấy cái tâm kia làm việc.

Tâm hữu phần này được Đức Phật gọi nó là trong sáng là bởi vì Ngài nói: “Này các Tỷ-kheo, các người đi vào đời này bằng cái tâm đầu thai.”

Mà bản thân cái tâm đó không thiện, không ác. Là vì sao? Vì nó là tâm quả, mà tâm quả tức là tâm vô ký, mà vô ký thì không có thiện, không có ác.

Chữ “Pabhassaramidam, bhikkhave, cittam”: cái tâm này vốn dĩ nó là trong sáng là như vậy đó! Có nghĩa là các người đã đi đầu thai bằng một cái tâm không thiện, không ác, nhưng sau khi qua cái giây phút đầu đời đó rồi, thì các người bắt đầu mắt đi tìm cái này để nhìn, tai tìm cái kia để nghe.

Như nhiều lần và rất nhiều lần Ngài đã dạy:

“Này các Tỷ-kheo, giả định như có một người cầm một cái lồng nhốt sáu con thú sau đây: chim, cá, chồn, cáo, rắn, rít. Này các Tỷ-kheo, con cá nó luôn luôn có khuynh hướng là nó tìm về nước, chỉ cần đem nó ra nước là cá nhảy cái tồm xuống nước; chim có dịp là nó sẽ vọt ra khỏi cái lồng để mà bay về trời; chồn cáo về hang; rắn rít xuống lỗ; chuột vô lùm bụi. Nói chung là chim đi đường chim, cá đi đường cá, rắn, rít, chồn, cáo thì nó đi theo đường của rắn, rít, chồn, cáo. Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, sáu căn này nó luôn luôn trong tình trạng chực chờ để mà chạy theo ngoại cảnh.”

Con mắt của mình luôn luôn ở trong tình trạng mở to ra để nhìn cái này cái kia, lỗ tai mình luôn luôn ở trong tình trạng lắng nghe cái này cái kia. Quý vị thấy một người đang ngồi thiền lim dim, lim dim, bất động hàng giờ, quý vị đừng tưởng là họ không biết gì, họ nghe hết đó.

Tôi từng ngồi thiền chung với đại chúng ở bên Mỹ, trong lớp học dạy nửa giờ thiền chung. Như đêm hôm qua có một vị bên Houston họ mời tháng một này về, cũng làm lại một cái lớp y chang như vậy, cứ giảng nửa tiếng, ngồi nửa tiếng. Nhờ ngồi chung vậy, tôi mới nhận ra một điều là có nhiều người chỉ cần cái phone có người gửi message có tiếng báo nhỏ thôi, là coi như cả một cái hội chúng ai cũng

nhúc nhích nhè nhẹ hết! Lúc đó mình mới nhớ lại lời Kinh, thì ra là mắt, tai, mũi, lưỡi của mỗi người đều trong tình trạng gọi là chó chực xương.

Trong khi đang ngồi mà nhà bếp ở dưới họ nấu cái gì mà mình nghe cái xèo là cả một đám đông rục rịch. Rồi một lát sau mà dưới nhà bếp bốc cái mùi thơm lên là cả một đám đông mình nghe ực ực ực ực... hết chỗ này qua chỗ kia. Quý vị thấy dễ sợ chưa?

Có nghĩa là cái mùi chiên xào, mùi nhang, những âm thanh xe chạy dưới đường bóp kèn, tiếng con nít chẳng hạn, thì nó luôn luôn trong cái tình trạng gọi là tấn công mình; tâm hồn mình luôn luôn ở trong tình trạng bỏ ngỏ.

Cho nên trong đây Ngài mới nói là: Tâm này là chói sáng, nhưng bị ô nhiễm bởi các cấu uế từ bên ngoài.

Trong Chú giải các Ngài giải thích như vậy đó: trong sáng là các người đã đi vào đời này bằng cái tâm không thiện không ác, phải diễn dịch như vậy. Các người vốn dĩ đi vào đời này bằng cái tâm không thiện không ác, đó là tâm đầu thai, và sau đó nó thường xuyên có mặt nhiều hơn bất cứ một thứ tâm nào. Bởi vì khi nào mình có biết ngoại trần thì nó mới biến mất, còn hễ khi mình ngủ, khi mình ngất xỉu thì nó bèn có mặt.

Các nhà khoa học tính toán là trung bình thời gian ngủ là một phần ba thời gian. Điều đó cho thấy rằng mình sống 75 tuổi là hết 25 năm mình ngủ. Còn những việc thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng, suy tư, nhớ nhung, hờn giận, thương hận, tình thù, toan tính, sợ hãi, nói chung là biết chạy theo phan duyên ngoại trần, là hai phần ba thời gian còn lại. Trong nó, nếu mình chia hai phần ba, tức là 50 năm chia đều cho 6 tâm khách quan thì nó đâu còn bao nhiêu. Trong khi một phần ba cuộc đời mình là ông hữu phần có mặt.

Cho nên Ngài mới nói rằng chủ yếu các người lúc đầu đời đã đến đây bằng cái tâm rất là sạch sẽ. Sạch sẽ ở đây không phải là thanh tịnh, bản lai, rỗng rang, trong sáng như mấy ông thầy mà thường kiến của mình. Tôi phải xác định đó là thường kiến. Ở đây phải hiểu thế này: các người vốn dĩ đến với cuộc đời này bằng cái tâm không thiện, không ác; và phần lớn đây các người cũng sống với nó, ngủ với nó, ngất lịm với nó.

Phần lớn sống bằng một nội tâm không thiện, không ác, nhưng mà khổ thay! Cứ có dịp để mắt làm việc là nó mở to ra, cứ có dịp để lỗ tai làm việc là nó vểnh ra, cứ có món để mũi nó ngửi là nó hếch lên, có cái để nếm thì lưỡi cứ le ra, đại khái như vậy. Cứ như vậy đó. Cho nên Ngài mới nói tâm này vốn dĩ nó thanh tịnh, trong sáng là vậy đó, là bởi vì mình sống bằng cái tâm đầu thai mà! Mà cảnh của tâm đầu thai là cảnh cận tử kiếp trước.

PHẨM BÚNG NGÓN TAY ACCHARA

Acchara là snapping, búng ngón tay. Acchara là tróc tay hay búng tay. Accha là con gấu, đặc điểm của con gấu là nhìn thấy mặt của nó là mình đã thấy cái móng vuốt của nó đi đằng trước, giống như nó tróc tay vậy đó.

Trong bài Kinh này nhắc lại chuyện kia, vừa nói ở trên. Sẵn ở đây chúng tôi nói luôn, bà con đừng bao giờ nghĩ rằng bài Chương 1, Chương 2 là được Đức Phật thuyết giảng tiếp nối nhau hoặc trong cùng một thời điểm. Xin thưa, khi các Ngài làm việc kiết tập Tam Tạng, để các Ngài thấy nội dung giống nhau là các Ngài gom về một góc. Có thể là Chương Hột Lúa được thuyết năm Ngài 42 tuổi, mà Chương Búng Ngón Tay có thể Ngài giảng năm Ngài 58 tuổi, chuyện này không có gì lạ hết. Khi các Ngài kiết tập, các Ngài thấy giống là các Ngài gom lại vậy thôi.

Phẩm Búng ngón tay Đức Phật cũng ôn lại như vậy. Ngài nói: Này các Tỳ-kheo, các người vốn đi vào đời này bằng một cái tâm không thiện, không ác; khi các người ngủ nghỉ cũng bằng cái tâm đó!

Có một điều là chuyện thiện ác của mỗi người là do chính bản thân mình có tập khí của thói quen, huân tập ra sao. Cho nên bên cạnh cái tâm nền, tâm hữu phần mà tôi gọi là cái tâm nền, có người thường xuyên ác, thường xuyên thiện.

Tôi đã nói không biết bao nhiêu lần: mẹ sinh mình ra có hai cánh tay, tay phải và tay trái. Có người thuận tay này, có người thuận tay kia. Một trong những lý do rất là quan trọng khiến cho đứa bé nó thuận tay này tay kia, một trong những chứ không phải là tất cả, một lý do rất là quan trọng đó là cái người bồng nó. Cái người bồng nó, khi bồng đứa bé, họ cho nó sử dụng có một tay thôi, thì nó thuận cái tay nào, tùy cách bồng của họ. Nếu mà họ cho cái tay đứa bé thoải mái là tay phải thì đứa bé đó sẽ thuận tay phải. Khi họ bồng giống như họ sẽ nhốt một tay của nó lại; còn nếu mà họ nhốt tay bên phải, thì đứa bé sẽ chỉ còn lại có cái tay trái để nó thuận thôi. Nó cứ quơ quơ riết rồi thuận tay trái.

Khi mình bồng một đứa bé là mình phải giam một tay của nó lại, tự nhiên thôi hà. Mình giam nghĩa là cái tay phía nào mà nó nằm bên trong thân mình của người bồng, thì cái tay đó gọi là tay bị giam; còn cái tay nằm bên ngoài thì tay đó gọi là tay thả. Đứa bé được thả tay nào thì thuận tay đó.

Thì cũng vậy, một người sanh ra ở đời này có tay thuận và tay không thuận. Và mỗi chúng sanh có mặt trong đời này, về sinh lý thì đúng là có tay thuận tay không thuận, mà về tâm lý cũng có hai cái cánh tay: tay thuận và tay không thuận. Có nghĩa là ai cũng có cái bản năng thiện và ai cũng có bản năng ác, vấn đề là bản năng nào mạnh hơn.

Ở thằng Tèo với thằng Tí, một đứa thì bản năng thiện mạnh hơn, một đứa thì bản năng ác mạnh hơn; đó là chuyện thứ nhất. Chuyện thứ hai, thằng Tèo cái bản năng thiện nó mạnh hơn nhưng mà nó sống trong một cái chỗ không có điều kiện để sống thiện, thì nó rất dễ dàng trở thành người ác. Còn thằng Tí, tuy cái bản năng ác nó mạnh hơn là cái bản năng thiện, nhưng nó lại ở cái chỗ mà vừa trú xứ vừa nhân sự mà nó gặp gỡ lại là cái môi trường không cho nó làm ác. Cho nên cái bản năng ác của nó tuy mạnh hơn thiện nhưng mà nó không có chỗ để nó phát huy, vận dụng.

Cho nên tâm trong sáng là nói về tâm đầu thai và cũng là tâm hữu phần, gọi là tâm nền. Còn chuyện mà mỗi người sống ác hay là sống thiện thì nó nhiều lý do lắm. Một là môi trường sống, mình sống ở đâu, bối cảnh, xã hội, gia đình, điều kiện giáo dục, rồi khuynh hướng tâm lý. Tất cả những cái này cộng lại nó mới khiến cho mình phát triển cái bản năng nào. Một người tánh rất là xấu, nhưng nếu họ sống trong cái chỗ người thiện nhiều quá, thì cái ác của họ cũng ít có điều kiện để nó phát tán. Còn cái người tánh tình thông minh,

Hiền lương, huệ căn trác việt, nhưng mà họ lại sống trong một cái chỗ thiếu điều kiện để trường dưỡng thiện căn đó, thì thiện căn đó cũng bị mai một. Phải tin chuyện đó!

Cho nên Ngài mới dạy rằng, xác định lại một lần nữa rằng tâm này nó không có tẻ đâu. Nhưng vấn đề là mỗi người lớn lên trong một môi trường sống nào đó, chúng ta mới bị tác động. Đôi khi là bị tác động để trở nên xấu hơn, hoặc được tác động để trở nên tốt hơn.

Sẵn ở đây Ngài mới nói luôn một chuyện: cái tâm thiện ác là do mình, các người có biết không? Chỉ cần các người chịu khó tu một chút xíu thôi, các người đã làm nên một đại sự công đức!

Ngài mới ví dụ: các người có biết rằng chỉ cần cái thời gian tu tập tâm Từ, Vô Lượng Tâm, trong thời gian một tróc tay thôi, một búng ngón tay thôi, tu tâm từ hướng đến vô lượng chúng sanh, không phân biệt biên giới và đối tượng, thì chỉ riêng một giây phút ngắn ngủi đó, các người đã làm một công đức rất lớn, các người đã xứng đáng với các lễ phẩm cúng dường của đàn na tín thí!

Dễ sợ chưa!

Ngài nói hết lời về cái tâm, xong rồi Ngài mới nói: cái tâm nó quan trọng lắm, quan trọng đến mức mà chỉ cần các người tu có một tích tắc thôi, thì cũng là một đại công đức, đại phước báo.

Cho nên tôi đã nói nhiều lần, và rất nhiều lần tôi thưa với bà con, tôi mong là từ đây đến cuối đời tôi có được 7 năm tu Từ Tâm và 7 năm tu Niệm Xứ, là ở chỗ đó.

Quý vị hỏi tôi tại sao số 7? Là bởi vì tôi thấy trong kinh kể tiền thân của Đức Bồ Tát, nhiều kiếp Ngài chỉ bỏ ra có 7 năm thôi tu Từ Tâm, mà nhiều kiếp như vậy. Có thể số 7 đó là sự ngẫu nhiên. Các vị tưởng tượng, một thời gian búng ngón tay mà tu Vô Lượng Tâm, công đức lớn như vậy, thì nói gì là 7 năm! Lớn vô cùng lớn.

Tu Từ Tâm có nhiều cái lợi. Theo 11 quả báo của người tu Từ Tâm, tôi gom gọn lại còn có 6.

- Đó là nếu không phải trọng nghiệp, tức nghiệp nặng quá khứ, người tu Từ Tâm sẽ

được đao thương bất nhập, bách độc bất xâm. Đó là quả báo thứ nhất.

- Quả báo thứ 2 là người tu Từ Tâm sẽ được sự thương mến, dùm ngó, đối hoài của chư thiên và loài người.

- Thứ 3: người tu Từ Tâm khi muốn nhập định rất mau hơn người không có hoặc ít có từ tâm. Mặc dù tu đề mục đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng, chuyện đó không cần biết, chỉ biết là anh mà có tâm từ nhiều, mạnh, thì khả năng nhập định tốt hơn.

Chuyện này rất dễ hiểu là vì lúc nào chúng ta cũng có những mối bận tâm hoặc ít, hoặc nhiều, hoặc lớn, hoặc nhỏ từ thế giới bên ngoài. Riêng người sống với từ tâm, họ không có e ngại cái gì hết, bởi vì coi mọi người giống như mẹ hiền của họ, họ coi mọi người giống như đứa con một của họ. Một là họ coi người đó như mẹ hiền của họ, hai là họ coi người kia là đứa con một của họ. Thì thử hỏi họ còn sợ ai nữa?

Cái tâm từ nó cho mình một sự an tâm tuyệt đối. Cho nên cái lợi thứ nhất là người tu Từ Tâm là tự bảo vệ mình. Mình có lòng từ là mình tự bảo vệ mình bằng cái cách tốt nhất: đao thương bất nhập, bách độc bất xâm, lửa cháy cũng không được. Cái thứ hai là được lòng thương mến của chư thiên, tức loài khuất mặt vô hình, và loài người. Thứ ba là chúng ta có khả năng nhập định rất nhanh, nó hỗ trợ cho định tâm của mình rất là nhiều.

Sẵn đây cho tôi nói chuyện lạc đề. Cách đây một tuần tôi vừa dịch xong quyển Quan hệ giữa Từ Tâm và Tuệ Quán của Ngài Indaka, người Miến Điện. Dịch xong trong dạng bản thảo để đưa vào trong quyển Kinh Nghiệm Tuệ Quán tập 2. Mới vừa dịch xong thì lên Facebook người ta giới thiệu bản dịch của Ngài Pháp Thông trong nước. Tôi hơi ơ, tôi nói: chết rồi, bây giờ tính sao đây, mình có nên đem in hay không?

Thì mấy người cộng sự với tôi họ nói là không sao, bởi vì coi như cung cấp cho bà con 2 bản dịch khác nhau. Thứ hai nữa là mình cũng không có dịch sát trăm phần trăm như là cái quyển trong nước. Tôi chưa đọc quyển đó, nhưng mà tôi biết Thầy

Pháp Thông luôn luôn dịch rất là sát, chứ không phải dịch lấy nội dung như chúng tôi.

Tác dụng của Từ Tâm mà nó tác động tới chánh niệm và thiền định rất, rất, rất là tốt, tốt lắm quý vị! Một là trong các công đức hữu lậu, tức là công đức 3 cõi 6 đường, không có công đức nào hơn được với Từ Tâm. Thứ hai là nó giúp cho quý vị một khả năng định tâm rất là tốt. Và chưa hết đâu, nó còn cho quý vị một cái chết rất là yên bình, bởi vì người cận tử mà ra đi bằng cái lòng đại bi thì không có sợ hãi, cái này rất đặc biệt.

Cho nên nhiều lần và rất nhiều lần tôi bày cho Phật tử có cái cách không sợ chết. Rồi nhiều người họ nói: chắc cái đó phải lên núi rồi, tu mấy chục năm, Sư ơi, chứ đâu phải mình còn mang sắc phàm. Có người có học thì họ nói: mình còn thân kiến thì mình còn phải sợ chết.

Tôi mới nói: yên tâm, yên tâm, tôi bày đây, nó có cách chứ không phải không có cách. Đó là cứ ai mà sống bằng cái tâm từ nhiều, tức là biết nghĩ nhiều về người khác hoặc bớt nghĩ về mình, sẽ giúp ta bớt sợ chết. Đây là câu thần chú, tin tôi đi.

Thí dụ như Thánh Gandhi sống chỉ nghĩ đến người ta. Rồi những người thật sự thương trẻ em mồ côi, thương người già cơ nhỡ, cả đời chỉ biết lo cho người khác, khi mà họ phát hiện họ không còn sống lâu được nữa, thì lòng của họ cứ canh cánh những cái công trình, những cái dự kiến trước mắt mà làm chưa xong. Chứ họ không có thời giờ nghĩ về bản thân nữa. Tin tôi đi, quý vị tin tôi đi! Chỗ này tôi chịu trách nhiệm.

Khi mình sống cả đời chỉ nghĩ đến người ta, tới hồi mình chết mình cũng nghĩ về người khác. Mình nghĩ là tại sao tôi không còn thời gian để tôi làm chuyện này, tôi không làm chuyện kia, tôi không thực hiện chuyện nọ. Cho ai? Cho thiên hạ!

Còn nếu anh sống mà anh nghĩ nhiều về anh quá, thì anh sẽ sợ chết kinh khủng. Là vì sao? Là vì mấy chục năm trong cuộc đời khói sương này, anh chỉ biết có mỗi mình

anh thôi. Sợ chết là vì anh sợ mất cái tôi này, anh tiếc những quãng đời đã qua, rồi những quãng đời sắp tới anh không còn tiếp tục có điều kiện để sống nữa. Anh không biết cái tôi này nó sẽ trôi dạt về đâu trong cuộc đời bao la bát ngát muôn trùng này!

Còn nếu mà anh sống có lòng, anh nghĩ nhiều, nhiều, nhiều, nhiều, nhiều, nhiều, nhiều, nhiều về người khác, bớt nghĩ về mình đi, thì anh sẽ thấm thía cái bài học cộng rơm mà tôi thường nói: một cộng rơm hay là một tờ giấy mà mình thả nó từ lầu 10.

Xuống đất, nó không hề hấn gì! Vì sao? Vì cái trọng lượng của nó so với cái hấp lực của trái đất không đủ để gây ra một cái sự đổ vỡ, hư hao nào hết.

Trong khi đó, mình thả một cái chén, hoặc là đem một con người mà liệng từ trên lầu 10 xuống đất, thì sao? Cái trọng lượng của nó cộng với cái hấp lực của trái đất, nó sẽ gây ra bao nhiêu chuyện! Hình dáng và trọng lượng rất quan trọng.

Trong khi đó, một cộng rơm, một tờ giấy, một sợi tóc mà mình thả từ lầu 10 xuống đất thì nó hoàn toàn vô sự. Là vì sao? Là vì hình dáng của nó không là gì so với cái hấp lực của trái đất.

Cũng vậy, chúng ta tu thiền Tứ Niệm Xứ để biến mình trở thành cộng rơm, mình nhìn mình như là một tờ giấy, như là một sợi tóc.

Và tu tập Từ Tâm cũng vậy, mình không nghĩ nhiều về mình, nhưng mà mình lại nghĩ nhiều về người khác.

Như vậy có hai cách: bớt nghĩ về mình, hoặc không nghĩ về mình, và nghĩ nhiều về người khác, sẽ khiến ta có đủ cái đảm lược hùng tâm để mà đối phó với phút giây cận tử cuối đời. Và lúc bấy giờ chúng ta mới thật sự là người an toàn bậc nhất hành tinh.

An toàn là vì khi chúng ta sống với Từ Tâm, có nghĩa là chúng ta đang tự vệ bằng cái tuyệt chiêu cao cấp nhất, thượng thừa nhất. Đồng thời, người sống bằng Từ Tâm luôn luôn được sự bảo vệ của rất là nhiều chư thiên. Người sống bằng Từ Tâm là người không còn nhớ nhiều về mình, do đó người này không có sợ chết.

Trong kinh nói là vô lượng vũ trụ, thì quý vị làm sao mà chịu nổi cái vô lượng vũ trụ xa quá, thì tôi nói chuyện gần gần cho bà con thấy.

Tưởng tượng đất nước của quý vị đang ở, đang ở Việt Nam, đang ở Úc, đang ở châu Âu, đang ở Mỹ, các vị tưởng tượng ra đường tìm thấy một người nào mà có lòng thương mến người dưng kẻ lạ không? Họ lịch sự thì có, chứ còn nói thương, thương được người dưng kẻ lạ, tôi nghĩ chắc rất hiếm. Đó là con người có học, có giáo dục đó. Nói chi là con này, con chim, con cá, con thú, con vật ở trên trái đất này. Con người mà còn không có thương được người dưng mà quý vị, nói gì là các loại động vật cấp thấp.

Vậy mà trên đời này có một cái kẻ gọi là hành giả Từ Tâm, kẻ này có thể nghĩ về muôn loài bằng một tấm lòng của một người mẹ. Thì thử hỏi cái chuyện đó có phải là cái chuyện độc đáo và đáng để ý không? Nó quý hiếm vô cùng!

Bước ra ngoài đường, mở cửa sổ, mở cửa cái nhìn ra ngoài đường, nhìn từ con người tới con vật, nhìn từ con thú lớn tới con côn trùng, mình coi coi có cái chúng sanh nào mà có khả năng thương được kẻ lạ, người dưng hay không?

Vậy mà hành giả Từ Tâm họ đã làm được chuyện đó. Họ thương được muôn loài, không phân biệt chủng loại, giới tuyến, không có biên giới địa lý. Cái công đức đó lớn lắm, cái lòng trải ra với vô lượng vũ trụ, cho nên cái công đức của họ là cũng bao la như vũ trụ. Bồ-tát tu có 7 năm thôi, Ngài nói cái tâm khéo tu tập, chỉ riêng khéo tu tập Từ Tâm trong một phút cũng công đức vô lượng.

Tiếp theo, Ngài xác định rằng dầu làm thiện hay làm ác, tâm luôn luôn là ở vị trí dẫn đạo. Đoạn số 6, số 7, Ngài nói là dầu làm thiện hay làm ác thì tâm luôn luôn đóng cái vai trò chủ đạo.

Đoạn số 8, số 9, Ngài dạy rằng toàn bộ việc ác, việc thiện trên đời này nó đều đi ra từ cái tâm. Tâm gì? Tâm phóng dật hay là tâm không phóng dật.

Nguyên phẩm này nói về tâm. Đoạn 6, đoạn 7, Ngài nói việc thiện, việc ác cũng đều do tâm chủ đạo. Đoạn 8, đoạn 9 thì Ngài dạy rằng mọi thiện ác ở đời này cũng đều đi ra từ một cái tâm phóng dật hay là tâm không phóng dật.

Không phóng dật ở đây được các Ngài định nghĩa là có chí, có quán, biết phân biệt thiện ác, có thấy được cái tánh sanh diệt, thì được gọi là không phóng dật.

Thế nào là dễ duôi, thế nào là phóng dật? Trong kinh giải thích có nghĩa là tâm hướng về 5 dục, tâm hướng về thân ác hành, khẩu ác hành, ý ác hành. Đối với cái ác thì tâm tha thiết, mà đối với cái thiện thì tâm buông xuôi, tiêu cực, biếng lười, thiếu ngạo, thì được gọi là cái tâm dễ duôi.

Như vậy, dễ duôi, pamada, dịch là dễ người, ở đây có nghĩa là sống sâu nặng với ác pháp, buông lơi trong thiện pháp, theo Sớ giải của Bộ A-tỳ-đàm Vibhanga số 2.

Dễ người ở đây có nhiều nghĩa:

- Là xem thường điều ác nhỏ rồi làm,
- Xem thường điều thiện nhỏ rồi không thêm làm.
- Thứ ba là không có biết sợ tái sinh, cứ nghĩ đọa mới là đáng sợ, còn siêu sanh về các cõi ngon lành thì không đáng sợ. Cái đó cũng là một cách dễ người. Thấy mang thân người khổ quá, thấy thân sa đọa khổ quá, cho nên bây giờ chỉ muốn về trời cho nó yên, thì cái đó cũng là một cách dễ người.

Cho nên ở đây Ngài mới dạy: dầu thiện hay bất thiện, lúc nào tâm cũng là ở vai trò chủ đạo. Thứ hai là tâm nào chủ đạo trong thiện, tâm nào chủ đạo trong ác.

Tâm chủ đạo trong ác đó là tâm dễ người. Dễ người có nghĩa là sống sâu nặng đối với ác pháp, gồm có thân ác hạnh, khẩu ác hạnh và ý ác hạnh. Thứ hai là sống buông lơi trong thiện pháp, có nghĩa là không có nặng lòng, không có thiết tha.

Quý vị để ý thấy giạt mình, trong một ngày nếu không nghe Pháp, không xem kinh, không gặp bạn đạo, thì quý vị sống bằng tâm bất thiện không hà! Cái đó mình phải

nhìn nhận, cái đó gọi là dễ người. Cho nên Ngài mới dạy rằng có một thứ tâm nó giúp cho chúng ta làm thiện, đó là cái tâm không dễ người.

Đoạn cuối cùng số 10: “Này các Tỷ-kheo, chính cái tâm biếng nhác” — tâm kusita. Mình học 3 từ: lina, kosajja, kusita đều có nghĩa là lười biếng. Tâm lười biếng này cũng có nội dung giống như tâm dễ người.

Tôi nhắc lại nội dung từ trên xuống, để quý vị tìm ra một mối liên lạc nhất quán.

- Thứ nhất, chúng ta vốn dĩ đi vào cuộc đời này bằng một cái tâm đầu thai rất là sạch sẽ, không thiện, không ác, bởi vì nó là tâm quả. Khổ thay, khi mà có được thân người rồi, chúng ta bèn sống ác hay sống thiện vì nhiều các điều kiện khác nhau: một là bối cảnh sinh trưởng, môi trường xã hội, cộng với khuynh hướng tâm lý, điều kiện sinh hoạt hoạt động. Tất cả những cái điều kiện này cộng lại khiến cho ta trở nên ác nhân hay là hiền nhân.

- Thứ hai, mình sống trên đời này, sống vui hay là sống khổ đều là do tâm hết.

Đức Phật Ngài dạy rằng đừng coi thường khoảnh khắc tâm lý nào hết, bởi vì: “Này các Tỷ-kheo, chỉ tu tập Từ Tâm trong một thời gian của tróc tay thôi cũng là vô lượng công đức, cũng là xứng đáng với bao nhiêu cái tấm lòng của muôn người thiên hạ!”

Ngài dùng nhiều cách để cho mình thấy rằng cái tâm nó quan trọng. Và cuối cùng, Ngài nói rằng: cũng chính cái tâm dễ người hay không dễ người đưa ta đi về đọa lạc hay hưởng thượng.

Và chúng ta thấy trong Phật giáo có nhiều cách tu tâm lắm. Giữ giới cũng là một cách tu tâm, sợ phạm giới cũng là cách tu tâm. Tập trung trên một đề mục nào đó, tức là tu tâm bằng định. Theo dõi liên tục cái tánh sanh diệt của thân tâm thì đó gọi là tu tâm bằng tuệ.

Có 3 cách: tu tâm bằng Giới, tu tâm bằng Định và tu tâm bằng Tuệ.

- Tu tâm bằng Giới tức là ráng nhớ 5 giới, 8 giới, 10 giới, để mà không có phạm; cái này nó hơi lỏng, hơi yếu.

- Mạnh hơn một chút, đó là tu tâm bằng Định, có nghĩa là tập trung vào một đề mục nào đó như là hơi thở vào ra, hay là đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng; hoặc là niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Thí, niệm Giới, niệm Thiên... đó gọi là tu tâm bằng Định.

- Còn tu tâm bằng Tuệ có nghĩa là sống bằng chánh niệm, sống bằng trí tuệ, sống bằng niệm là biết rõ thân tâm đang trong tình trạng nào, đang vui, buồn, thiện, ác, đang thở ra, đang thở vào, đang đi, đứng, nằm, ngồi.

Nội dung của tu Tuệ là biết rõ cái what is và how is, biết rõ nó là gì và nó đang ra sao, thì đó được gọi là tu tâm bằng phép Tuệ, cũng kêu là phép Định và phép Giới, tổng cộng là 3 phép.