

Bài 65. Kinh Tăng Chi | Chương Ba pháp | đến bài Phẩm Chánh Giác | Sư Giác Nguyên giảng 27/05/2018

Ôn bài Kinh Hạt Muối

Trong bài Kinh Hạt Muối, Đức Phật Ngài dạy một tí muối mà bỏ vào chén sẽ làm chén nước bị mặn. Nhưng một tí muối đem liệng xuống dòng sông lớn thì nó không đủ để tạo một thay đổi nào hết.

Cũng vậy, một người có tu tập, tùy mức độ các hạnh lành, các công đức mà sức ảnh hưởng tội lỗi cũng theo đó ảnh hưởng ít nhiều lên đương sự. Bài kinh này chúng ta không thể hiểu theo kiểu trẻ con được. Hiểu theo nghĩa kiểu trẻ con là: “Tôi tu nhiều, lỗi tui có làm gì tội lỗi chút đỉnh coi như xí xóa, bù trừ”. Bài kinh này rất dễ bị hiểu lầm như vậy.

Tôi nhắc lại cái hiểu lầm đó, là mình tu tập nhiều phước báo, nhiều công đức thì lỗi mình làm chút ít tội lỗi gì đó thì coi như bù trừ, coi như không đáng vào đâu. Giống như thu nhập mình nhiều, mình lỡ có nợ ai năm ba đồng thì không sao. Hiểu như vậy thì nó hơi nghèo.

Cái sâu bài kinh này nằm ở chỗ: cái nghĩa một mà tôi gọi là hiểu lầm đó, thực ra nó không phải sai, mà là nó vừa nghèo, vừa cạn, vừa nguy hiểm. Đành rằng người phước nhiều có chút ít lầm lỗi cũng không sao. Nhưng cái sâu của bài kinh nằm ở điểm này: là với một tâm hồn có tu tập thường xuyên, sâu dày thì những cái tâm xấu, tâm bất thiện, một là nó không có nhiều cơ hội nó xuất hiện. Hai là nếu có thì ở một tâm hồn thường xuyên tu tập sâu dày, miên mật, cái ác xuất hiện ở những nội tâm như vậy nó không có nhiều.

Ví dụ như một người thường xuyên tu tập từ tâm, từ bi hỷ xả, nếu họ là phàm phu 100% thì một lúc nào đó, ngộ nhớ như họ có phải gặp cảnh trái ý thì họ cũng có bực mình nhẹ thôi. Chớ họ không có bùng bùng bùng bùng như người không tu tập.

Tôi có thể chứng minh cho quý vị thấy. Thí dụ những vị giáo sư, bác sĩ vốn dĩ trải qua nhiều năm tháng trui rèn, đào luyện trong trường đại học. Ở đó họ thường xuyên tiếp xúc với thầy bạn, những con người ăn học, cho nên mai này ra đời họ có mở phòng mạch, văn phòng gì đi nữa thì trước những hoàn cảnh phải nổi điên lên, cái phản ứng của người có ăn học nó khác so với người ít học.

Trong Phật pháp cũng vậy, người thường xuyên trau giồi, giồi mài, đào luyện nội tâm, thường xuyên sống bằng Chánh niệm, bằng trí tuệ, bằng thiền định, bằng từ tâm thì lỡ như có gặp phải hoàn cảnh nào đó để tham hay để giận thì họ ít hơn người bình thường.

Bài kinh này phải hiểu thêm ở nghĩa thứ hai này, nhe! Có nghĩa là cái tâm bất thiện, hiểu ngầm là một tí muối, mà cũng có nghĩa là quả thực bất thiện, vừa là nhân bất thiện, vừa là quả bất thiện. Thì một nội tâm thường xuyên tu tập sung mãn tràn đầy như một dòng sông lớn, cái ác pháp xuất hiện trong nội tâm đó nó cũng không đáng kể. Đó là nói về nhân bất thiện.

Còn nói về quả bất thiện thì với một người phước báo bao la mệnh mông, một tí quả bất thiện cũng không đủ đâu vào đâu hết. Thí dụ một vị Chánh Đăng Chánh Giác chẳng hạn. Hoặc bậc đại nhân như Visakha hay ngài Cấp Cô Độc, ngài A Nan, ngài Ca Diếp, những vị phước báo tràn trề, bao la bát ngát như vậy thì tí ác nghiệp quá khứ có cho vui vậy thôi chứ không đủ đâu vào đâu so với mình. Mình chỉ cần mình chịu một tí nạn của Đức Phật là mình đã sụm rồi, nhe! Cho nên ở đây mình hiểu ngầm là cả nhân bất thiện và quả bất thiện, cái đó là quan trọng.

Đối với người thường xuyên sống trong tâm bất thiện thì thiện pháp đối với họ, mỗi lần có cơ hội xuất hiện, nó rất là hạn chế, rất là giới hạn. Vì nó ác nhiều quá, tánh thường xuyên ganh tị nên lâu lâu có một chút cơ hội tùy hỷ thì cơ hội tùy hỷ đó rất yếu ớt, rất mong manh. Đó là nói về cái nhân.

Khi mà họ sống bất thiện nhiều quá thì cái tâm ác nó có cơ hội tốt để hỗ trợ cho quả xấu đời trước nó trở sanh. Cái này mình phải nhớ, quan trọng nghe!

Còn khi mình thường xuyên sống trong tâm thiện, thì mình được hai điều lợi:

1. Điều lợi thứ nhất là tâm thiện có mặt lúc nào thì mình an lạc lúc đó, ngay hiện tiền trước mắt.
2. Chính tâm thiện của mình là điều kiện rất tốt, nó hỗ trợ cho quả lành quá khứ trở sinh.

Việc ác, tội lỗi cũng có hai quả là quả nhãn tiền và quả hậu lai.

Quả nhãn tiền là khi mình sống bằng tâm bất thiện thì trước mắt là không có an lạc rồi, cho dầu đó là tâm tham hay tâm sân. Chẳng hạn mình đang sống sung sướng hưởng thụ, mình tưởng đó là hạnh phúc. Nhưng thật ra cái hạnh phúc đó do mình hiểu lầm. Chứ còn cái dư hậu của tâm tham thường là trái đắng, phải nói như vậy. Tuổi 50 này tôi nhận ra điều đó, nhe, trái đắng! Cho nên cái quả xấu trước mắt của tâm ác nó làm mình không an lạc. Và nó để lại cái quả hậu lai là mai này mình đang cay muôn phần.

Cho nên ở một người nhiều phước báo thì một tí ác quả không thấm thía, không đủ cho đau khổ. Và một người có nhiều nhân thiện thì một tí ác tâm không đủ làm cho họ trở nên xấu hay tệ hơn.

Ngược lại, một người có quá nhiều ác nghiệp thì một tí phước, một tí quả lành cũng không đủ giúp họ bao nhiêu. Người có quá nhiều ác tâm thì một tí ti thiện tâm cũng không đủ để thay đổi con người của họ.

Như vậy bài kinh này chung quy lại có nội dung là: “Hãy sống như thế nào để ta có thể thường trực sống trong pháp lành”.

Pháp lành là gì? Pháp lành đây bao la lắm. Ta chỉ gom lại có 3 thôi:

1. Pháp lành thứ nhất là vô tham.

Vô tham đây có nghĩa là buông bỏ càng nhiều càng tốt. Luôn luôn nhớ rằng mọi thứ ở đời do duyên mà có, cũng do duyên mà mất đi. Sở dĩ ta thích cái này, thích cái kia là cũng do tiền nghiệp, do khuynh hướng tâm lý và do môi trường sống. Chứ thực ra trên đời này không có cái gì là hạnh phúc, là vị ngọt. Tất cả nó chỉ là có mặt trong vòng đối đãi tương đối. Có nghĩa là hạnh phúc nó có là do có đau khổ. Mà đau khổ chính là những việc ta không thích. Chỉ đơn giản vậy thôi.

Chứ hạnh phúc không có thật mà đau khổ cũng không có thật. Mà chỉ do tâm bất thiện nó tạo ra cái cảnh đó, mình gọi là cảnh bất toại. Rồi cái tâm thiện tạo ra cảnh đó gọi là cảnh như ý. Hễ mình được như ý, mình gọi là hạnh phúc. Giống như mình thích ăn ớt. Cây ớt ra trái mình nói là hạnh phúc. Mình ghét ăn ớt, mình thấy trái ớt là thấy ghét rồi.

2. Vô sân.

Vô tham là buông bỏ, không ham thích, không nắm giữ, không kiểm tìm; thì vô sân cũng theo lý đó mà hiểu. Ở đời mọi sự do duyên mà có, có rồi phải mất. Nếu như không có gì đáng để mình thích, để mình

ghét, mình theo đuổi kiểm tìm thì cũng không có gì đáng để mình bất mãn, tổng khứ và xua đuổi.

Có một ví dụ về tâm sân rất hay: khi chúng ta bị ai đó lấy cây đánh. Xin hỏi trong room quý vị giận cái cây hay giận người đánh? Quý vị trả lời tôi đi, một người đại diện thôi.

Rồi, cảm ơn.

Đúng! Nhưng các vị nghĩ kỹ lại coi. Cái gì mà nó trực tiếp làm quý vị đau? Đâu phải con người đó, mà là cái cây. Nhưng tại sao mình không giận cái cây? Là vì mình cứ

nhắm đến cái con người đó thôi. Mình chỉ nắm cái người cầm cái cây đánh mình, chứ mình không có nghĩ cái cây là vô tri.

Nếu mình biết nghĩ cái cây là vô tri, tại sao mình không hiểu cái bàn tay mà cầm cái cây đó thực ra nó cũng vô tri luôn! Yah. Như vậy vấn đề ở đây là cái tâm của người cầm cây. Cái tâm của người cầm cây, chứ không phải bàn tay, vì bàn tay nó cũng vô tri như cái cây vậy đó.

Cho nên, bây giờ mình bỏ từ từ, tự nhiên mình hết giận.

Chuyện thứ nhất, tại sao mình bị đánh mà không giận cái cây? Vì cái cây là vô tri. Rồi mình đi tiếp bước thứ hai.

Thứ hai, nếu cái cây là vô tri, không đáng giận, thì cái bàn tay đã cầm cái cây đó nó cũng là vật vô tri. Bởi vì một khi không có tâm thức thì cái bàn tay đó chỉ là một miếng thịt, gân, xương thôi quý vị. Bằng chứng quý vị vào chỗ mấy đám tang nhìn thấy một xác chết không còn tâm thức nữa, thì giờ quý vị có quỳ lạy nó, hôn hít nó, hay đập nó xuống cống, nhúng nó xuống bồn cầu thì nó cũng đâu có phản ứng gì. Điều đó cho thấy cái thân này nó cũng vô tri.

Như vậy mọi sự nó khởi đi từ cái tâm. Vậy tại sao mình không giận cái tâm của người đó, mình lại giận nguyên cái khối gọi là “con người” đó? Cho nên kể từ hôm nay mình phải nhớ kỹ cái chuyện đó. Là tại sao mình bị đánh mà không giận cái cây? Là vì mình dồn hết lên con người đó.

Mà trong Kinh Đức Phật nói, vấn đề mà mình coi là quan trọng ấy thực ra cũng không có gì quan trọng luôn. Là bởi vì con người ấy nó là một tổ hợp lắp ráp, ghép nối mà ra. Dĩ nhiên trong room này quý vị chỉ mới nghe có một lần, hoặc nghe vài lần các vị cũng sốc. Các vị nghĩ: “Đâu có đơn giản vậy trời! Nó đánh mình xị máu mà ông kêu mình không có giận. Bằng chứng bây giờ mình nện ông một cây, cái ông đang giảng này nè, nện ông một cây coi ông có nổi điên lên không?”, nha!

Pháp lành là sự tu tập, trau dồi lâu ngày

Cho nên vấn đề ở đây: tu tập là sự trau dồi! Chớ các vị tưởng tượng đi. Các vị bị tiểu đường, bị cao máu, bị một chứng bệnh tim mạch, cholesterol gì đó. May mà thân bệnh đó. Các vị tưởng tượng đâu thể nào trong một ngày một buổi các vị ăn một hai món rau trái, uống một hai thứ thuốc men rồi nó hết hay không? Dứt khoát là không. Dứt khoát là không! May là cái thân bệnh mà cũng không thể một ngày một buổi, thì nói chi là cái tâm bệnh, các vị nhớ nhe.

Cái thân này nó mới có mấy chục năm, mà bệnh nó mới có phát cách đây vài tháng, vài năm thôi, mà mình muốn chữa lành nó là phải mất một thời gian dài. Nói chi là cái tâm bệnh nó đã đi theo mình mấy trăm ngàn triệu tỉ ức kiếp. Thì tôi hỏi các vị làm sao mà trong một ngày một buổi mà nó được chữa lành, quý vị?

Tôi nhắc lại, thân bệnh nó mới có trong vài giờ, vài ngày, vài tháng, vài năm. Mà muốn chữa nó chúng ta phải mất biết bao nhiêu là công sức, tiền bạc, tâm tư, thời gian; nói chi là cái tâm bệnh. Nó đã theo chúng ta mấy ngàn trăm triệu tỉ ức kiếp, thì làm sao mà một sớm một chiều mà hết. Nhớ nhe!

Cho nên cứ nhớ: chỉ có khi pháp lành được tu tập lâu ngày thì may ra chúng ta mới gỡ chút ít thói quen bất thiện, tức là chữa được chút ít tâm bệnh nhiều đời. Kinh nói như vậy mình thấy hơi dễ, chớ thực ra không đơn giản dễ nuốt đâu.

Các vị tưởng tượng trong bao nhiêu người quý vị quen, có ai mà có thể thương được kẻ thù hay không? Tôi hỏi một chuyện đó thôi. Trong số người quý vị quen đó, có ai mà có khả năng thương được cái kẻ vừa mới giết cha, giết mẹ, giết vợ, giết con của mình hay không? Tôi nghĩ không có đâu. Mới vừa giết xong, trên tay họ còn máu tươi, còn ướt, còn tanh! Vậy mà mình vẫn thương được họ!

Có ai mà thương được kẻ mới vừa chặt tay chặt chân mình không? Làm gì có! Mà quý vị biết, Bồ-tát muốn thành Phật là phải trải qua nhiều lần như vậy. Phải thương được kẻ mới vừa hại chết người thân của mình, mới vừa tấn công mình lòi ruột, gãy

tay, đứt chùn. Mình vẫn phải thương. Nhìn chúng sanh giống như người mẹ mà nhìn đứa con điên nó nổi cơn vậy.

Tôi nhắc lại. Muốn thành Phật mình phải có khả năng quan sát người xấu, cái người hại mình, giống như mẹ nhìn đứa con nó bị điên hoặc nó bị say rượu làm càn làm quấy vậy đó. Mà nhiều kiếp như vậy mới thành Phật.

Các vị tưởng tượng có bao nhiêu người đủ sức làm Bồ-tát? Từ đó mới suy ra có bao nhiêu người mới đủ sức thành Phật? Có vô số vị Bồ-tát đi nửa đường ngán quá bỏ cuộc, chuyện đó có thiệt. Tu giỏi lắm nhưng cuối cùng thấy oải quá, không đáng để mình hy sinh nữa, thôi các Ngài quẹo qua đường tắt cho nó nhanh. Nhiều lắm! Trong đó có ngài Xá Lợi Phất, cũng nguyện thành Chánh Đẳng Giác nhưng cuối cùng thấy mệt mỏi quá. Buông. Chuyển hướng làm Thanh văn, đi cho nó nhanh.

Thì mình thấy cái cơ hội gặp Phật đâu phải dễ. Một vị Phật ra đời là hiếm. Cơ hội gặp được Đức Phật, gặp được Chánh pháp để lắng nghe còn hiếm nữa. Rồi cơ hội nghe mà hiểu, mà nhớ, mà hành trì được cũng đâu phải chuyện đơn giản.

Các vị tưởng tượng trong vô số kiếp sanh tử luân hồi, trong một ngàn tỉ kiếp sống như vậy mình có bao nhiêu lần mình gặp được Phật, gặp được Chánh pháp? Có bao nhiêu lần mình nghe Pháp, hiểu Pháp, nhớ Pháp và hành Pháp? Thì thử hỏi làm sao mà cái ác nghiệp mình nó không trùng trùng được? Làm sao mà cái thiện nghiệp của mình nó không hiếm hoi được?

Đó, bài Kinh Hạt Muối phải hiểu như vậy đó. Bài Kinh đó mình nói với nhau một tháng cũng không hết chuyện đâu. Vì sao? Vì vấn đề thiện pháp, ác pháp của mỗi người chúng ta nó bao la như biển lớn. Bởi toàn bộ Kinh Phật cũng nhằm nói đến chuyện thiện nghiệp, ác nghiệp thôi.

Bài Kinh Lọc Vàng

Bài Kinh Lọc Vàng này có nội dung cực kỳ sâu sắc. Tôi e tôi nói ra trong room này bà con ngủ sạch bách! Nó sâu chỗ nào? Liếc trong Chánh Kinh nhiều người nói cách nói xưa quá. Nhưng bây giờ mình làm gọn nội dung bài Kinh này lại thì nó dễ nuốt hơn. Tôi nói từ từ, chậm chậm, nó sâu chỗ này:

Cái thuở

Nào ta chưa biết Phật pháp, thuở nào ta chưa nghe Đạo, hành Đạo thì ta muốn làm gì thì ta làm. Cái gì thích thì ta theo đuổi, cái gì ta ghét, sợ thì chúng ta trốn chạy, tổng khứ, xua đuổi. Cả một dòng sanh tử luân hồi thăm thăm, chúng ta chỉ làm hai việc đó thôi. Thấy cái gì ghét thì né nó; cái gì thích thì theo nó. Có bao nhiêu đó thôi!

Các vị tướng tượng, trong một đời sống mà chỉ có né cái này, theo cái kia thì con người có khác con thú hay không? Tôi khẳng định: không khác. Bởi vì con thú y chang như vậy. Nó chỉ cắm đầu theo đuổi cái nó thích và chỉ biết cắm đầu bỏ chạy khỏi cái nó ghét. Như vậy, con người với con thú trong trường hợp này hoàn toàn không khác nhau.

Mà hể mình sống giống như con gì thì khi chết mình sẽ về sống chung với cái loài đó. Cái này Kinh nói chứ không phải tôi nói. Kinh nói muốn gần Hiền Thánh thì phải có cái tâm tư Hiền Thánh, có khuynh hướng tâm lý của Hiền Thánh. Muốn về với Phạm Thiên thì anh phải có thiên định như Phạm Thiên. Anh muốn về với Dục Thiên thì anh phải tu Thập thiện như Dục Thiên. Anh muốn về sống với thế giới nhân loại nửa thiện nửa ác thì anh cũng phải có thiện có ác. Và muốn trở về với thế giới của loài nóng nảy suốt ngày như A-tu-la, tham, đói khát như ngựa quý, u mê ham ăn như bàng sanh, đau khổ cực kỳ như địa ngục, thì anh muốn về đâu, anh cứ sống bằng cái tâm trạng đó thì anh về đó ngay.

Cho nên Kinh Lọc Vàng sâu chỗ này: thuở nào chưa biết Đạo thì tâm chúng ta buông trôi thả nổi. Biết Đạo ba mớ, nghe Pháp ba mớ thì chúng ta bắt đầu làm cái động tác

lọc vàng. Là sao? Tức là chúng ta bỏ bớt đi những cái ác, cái quấy, cái xấu ở những dạng nặng nề, thô thiển.

Thí dụ như mình không làm gì để đời nó đàm tiếu thị phi. Mình tránh không làm gì để pháp luật sờ gáy. Mình không làm gì gây thù chuốc oán. Không làm gì để người ta khinh bỉ, coi rẻ. Đó, mình né được bao nhiêu đó.

Nhưng chưa hết. Nó còn từ từ, mình né luôn cả những cái tuy pháp luật, xã hội không lên án, nhưng tự mình xét thấy nó có gì đó hơi trục trặc, có gì đó hơi sai sai, là mình cũng bỏ từ từ. Thay vì trước đây mình chỉ biết thẹn với đời, thẹn với người lạ; rồi từ từ mình bỏ đi những cái nó đủ khiến cho mình biết thẹn với người thân. Rồi từ từ mình bỏ luôn cái nó làm cho mình tự thẹn với chính mình.

Trong room có nghe rõ không ta?

Buổi đầu mình bỏ đi những cái mà quan điểm pháp luật, quan điểm xã hội lên án. Rồi từ từ mình bỏ luôn những cái người thân của mình thấy kỳ kỳ. Rồi từ từ mình bỏ luôn những cái bản thân mình thấy kỳ kỳ.

Các vị coi kỹ trong Chánh Kinh có nói vậy không. Nội dung, ý nó là như vậy. Khi người hành Đạo mà bỏ đi những cái ác thô thiển như sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói dối, uống rượu, nói đâm thọc, chia rẽ, nói ly gián, mình bỏ từ từ. Những cái đó là xã hội không thích rồi đó.

Sau đó từ từ, mình bỏ qua cái khác: hưởng thụ. Trước đây trong quan điểm xã hội thì chuyện mình có tiền, ăn ngon đâu có lỗi lầm gì. Tôi có tiền, tôi xài nước hoa, dây nịt, đồng hồ, mắt kiếng, áo quần, xách tay, bóp đầm loại xịn thì đâu có lỗi lầm gì. Tôi có tiền, tôi muốn đi đâu đi, muốn mua gì tôi mua.

Nhưng mà từ từ, mình thấy rằng còn chìm đắm trong năm dục thì chưa khá. Tuy quan điểm xã hội, pháp luật, đạo đức không ai lên án mình; trước đây với cái thấy thô thiển

thì mấy cái đó mình thấy không có gì, nhưng khi đã học Đạo, hành Đạo, hiểu Đạo rồi, mình thấy mấy cái đó mình phải bỏ đi thì mới khá được.

Thế là người ta từ chuyện bỏ ác chuyển qua hành thiện. Mà hành thiện nhưng còn sống trong năm dục thì là chưa khá. Người ta biết thẹn với đời sống hưởng thụ năm dục, thế là ta đến với một bước cao hơn, đó là thiền định. Quý vị coi trong Chánh Kinh coi có nói vậy không, nghe!

Trong Chánh Kinh còn nói thêm: thiền định có ba tầng. Tầng một có Tầm có Tứ là Sơ thiền. Tầng hai là không Tầm mà có Tứ. Rồi từ tầng ba trở lên là không Tầm không Tứ.

Ngày nào chúng ta còn thấp kém, còn tệ lậu, còn hủ bại, chúng ta thấy sát sanh, trộm cắp là bậy. Tới lúc cao hơn, chúng ta thấy còn hưởng thụ là bậy. Đến một lúc cao hơn, chúng ta thấy đã đắc thiền rồi mà cái tâm tư còn sự thô thiển của Tầm, Tứ, nó vẫn là cái bậy.

Bởi vì Tầm là gì? Tầm là cái hướng tâm tới cảnh. Tứ là sự quan sát cảnh. Dĩ nhiên trong room này không ai đắc thiền, nghe các vị thấy hơi kỳ kỳ. Nhưng bây giờ tôi ráng, tôi phải gồng nói cho quý vị hiểu chứ biết nói làm sao bây giờ!

Mình nói nôm na thế này. Đối với một người nghèo thì xài cái gì cũng được. Nhưng với một anh nhà giàu mà anh mang đôi giày rách, giày cũ, anh thấy khó chịu. Mặc dù chuyện mang giày rách không có gì bậy bạ hay tội lỗi, hay bị cái gì pháp luật hay xã hội lên án. Nhưng mà mình là người có tiền, mình xài đôi giày này đi vô hội họp, tiệc tùng coi nó kỳ quá!

Đó! Trước đây mình móc túi, mình giật dọc, mình đánh lộn, thấy nó là bậy. Nhưng đến cái đẳng cấp này, thấy cái bậy đó đã xa vời lắm rồi. Thấy cái bậy bây giờ nó lại ở cái tầm khác. Không biết quý vị trong room có nghe kịp không?

Cái bận của anh nhà giàu học thức khác với cái bận của anh nhà nghèo. Anh nhà nghèo, cái bận của anh là bị pháp luật lên án, bị xã hội lên án, bị quan điểm đạo đức lên án. Còn đối với anh có học thức, cái làm anh bận nó vi tế hơn.

Thí dụ hồi này anh thấy: “Hình như hồi này mình quên chào bà kia, phải không ta? Hồi này ông kia gặp mình, ông gật đầu mà mình lo mình quên chào lại, kỳ quá!” Trong khi cái anh nhà quê ít học, nhà nghèo giật gấu vá vai thì đối với anh cái chuyện không chào người ta, mình đi ngang người ta, mình nổi hứng mình phun cái phẹt, đó không có gì kỳ hết. Nhưng đối với người có học, có giáo dục, có đẳng cấp, có vai vế, có mặt mũi thì cái làm cho họ bận nó nằm ngoài tầm của anh nhà nghèo thất học. Trong room có nghe kịp không?

Ở đây cũng vậy. Với một người từng có tu tập ba mớ, họ thấy Thập ác, tức là sát sanh, trộm cắp, bla bla bla... đó là cái đáng bận. Họ đang lọc vàng mà. Họ đang lọc dần dần. Rồi đến một lúc nào đó, họ thấy Thập ác không làm thì đúng rồi, nhưng mà Thập thiện của mình mà làm với lòng cầu danh, cầu lợi, hình như nó cũng có chỗ đáng bận. Thế là họ lại lọc thêm bước nữa.

Tức là tu mà có lòng cầu danh, cầu lợi; tu mà còn mong được người khác khen; tu mà còn mong được người khác biết, như vậy là chưa có khá.

Tu mà trên quan điểm quần chúng thì chúng ta là perfect, hoàn hảo.

Nhưng mà với mình, mỗi đêm về đối diện với riêng mình, mình thấy còn có chỗ khiếm khuyết. Tu mà còn mong người khác biết, còn mong thích khen.

Tôi biết tôi nói cái này vào thời điểm này là bị ném đá, mà tôi cũng phải nói thiệt. Đó là sẽ có một ngày quý vị thấy bị chúng chửi nó hạnh phúc hơn là được chúng khen. Vì sao vậy? Một danh nhân Hy Lạp có nói: “Khi tôi nghe người khác chửi, tôi nghĩ trong bụng: cũng may là họ biết về mình chưa được nhiều lắm.”

Sẽ có một ngày quý vị thấy hình như bị chúng chửi nó an toàn hơn là được chúng khen, bởi vì bữa nay nó khen, rồi ngày mai nó phanh phui ra, rồi có nước đút đầu xuống cống luôn. Nghe!

Trong khi đó, chẳng thà cho nó chê, như uống thuốc xổ cho nó ra hết đi. Nó chê đến lúc maximum nào đó thì thôi. Chưa kể mình còn bị một đối tượng nào đó tấn công một cách đặc biệt, một cách chăm chú. Thì từ từ thiên hạ sẽ nhận ra: “Ủa, sao cái tên này khoái ông này dữ vậy ta?”. Thí dụ như vậy.

Cho nên thà bị thị phi còn hơn là được chúng nó khen. Bởi vì khi được người ta khen thì thiên hạ chú ý tới mình nhiều hơn. Họ sẽ thấy mình là một đồng rác khổng lồ. Còn khi bị chửi thì buổi đầu họ cũng tò mò, họ dòm. Nhưng họ dòm hồi họ chán. Cái số người tấn công kẻ đang ngã ngựa không nhiều. Nhưng số người xúm lại dòm ngó cái kẻ đang lên mây thì nó hơi nhiều. Nghe!

Cho nên sẽ có một ngày quý vị thấy hình như cái thập ác là cái đáng tránh, hình như cái thập thiện mà cầu danh cầu lợi nó cũng đáng tránh. Rồi từ từ mình thấy cái muốn được khen, sợ chê cũng là cái đáng tránh. Cứ vậy, mình lọc vàng, mình đi từng bước, từng bước, từng bước.

Sẽ có một ngày, khi mình phát hiện ra mình còn bận tâm với thị phi, hình như nó cũng là điểm xấu. Bây giờ không sát sanh, trộm cắp nữa rồi, mà nó qua cái khác. Một ngày nào đó mình thấy mình bận tâm tới chuyện đời như vậy cũng là một cái nhục, một cái dở.

Rồi từ từ một ngày nào đó mình đắc thiên, mình thấy cái tầng thiên thấp là cái gì đó có vấn đề. Là vì sao? Là vì phiền não của mình nó ra làm sao ấy, cái phước lành của mình nó ra làm sao ấy, cho nên giờ mình mới còn dừng lại ở cái Sơ thiên này. Mình còn biết cảnh địa ngục bằng Tâm, bằng Tứ thế này, mình phải khác hơn chứ? Dầu mình không còn cầu danh cầu lợi nữa, nhưng mà mình phải thấy mình kỳ với mình chứ: “Ủa, sao mình đứng đây hoài vậy trời?”. Nghe!

Mà cái khả năng suy tư này chỉ có ở người như thế nào đó. Chớ còn cỡ như trong room mình, không có bị xã hội nó chửi là mình đã hãnh diện rồi. Nhưng mà đối với những bậc mà thứ thiệt, thì xã hội đã từ xa, từ lâu nó đã lùi vào dĩ vãng rồi. Quan điểm của dân gian đã là dĩ vãng rồi. Mà vấn đề lúc này đối với họ là bản thân họ và những người trí ở xa, những người trí vô hình khuất mặt, khuất mày.

Đó, tu tập đến mức mà không còn thèm quan tâm đến dư luận thị phi nữa, mà chỉ còn quan tâm đến mình nghĩ sao về mình, và những bậc hiền trí trên trời dưới đất nghĩ sao về mình, còn thiên hạ không đáng kể. Mà nghĩ về bậc hiền trí không phải để được người ta khen, không phải! Mà lấy họ làm thước đo.

Như vậy, từng bước, từng bước, hành giả xa lìa thập ác, hành thập thiện, lìa thập thiện dục giới để chứng thiên sắc giới. Lìa thiên sắc giới để chứng thiên vô sắc giới. Lìa thiên vô sắc giới để nhàm chán, lìa bỏ toàn bộ cuộc tử sinh. Lọc vàng là lọc như vậy. Là lìa bỏ phiền não thô, ở lại với phiền não tế. Rồi từ từ bỏ cái tế ít, giữ lại cái tế hơn, cứ như vậy, từng bước, từng bước.

Tôi nhắc lại lần nữa: “Bất hạnh thay cho kẻ nào sớm hài lòng với những thành tựu trước mắt của mình.” Cái này Kinh nói chớ không phải tôi nói. Dở lại xem Kinh Đại Bát Niết Bàn, phần Bảy pháp bất thối. Trước lúc Thế Tôn viên tịch, Ngài dạy thế này:

“Này các tỳ kheo, cho đến bao giờ mà chúng tỳ kheo không có hài lòng quá sớm với những thành quả tu học nửa chừng của mình, và để tiếp tục đi nốt đoạn đường còn lại, thì ta nói đến khi ấy cái hội chúng Tăng-già sẽ được cường thịnh, không suy giảm. Mà ngược lại, cho đến bao giờ mà trong giáo pháp này còn có những cá nhân tỳ kheo, những cá nhân tứ chúng sớm hài lòng với những thành quả trước mắt để suốt đời dậm chân đứng yên tại chỗ, thì ta nói đó là cơ hội cho tứ chúng bị suy giảm, không được hưng thịnh.”

Nhớ cái đó, nghe!

Lọc vàng là sao? Lọc vàng là lọc hoài cho đến khi nào không còn tạp chất nữa thì thôi.

Ở đây trong room chắc quý vị biết ba mớ về vàng, đúng không? Các vị có thấy tại sao có vàng 14, vàng 18. Các vị nào đeo nữ trang hoặc làm thợ bạc thì thấy trong vàng 18 có để con số 750. Có nghĩa là vàng chưa được tuổi 10. Nghe. Còn bạc thì 925, có nghĩa là nó cũng chưa được tinh tuyền. Còn bạch kim thì mình thấy nó đánh con số 950.

Thì sẵn đây tôi bày luôn, nếu bà con muốn mua bạch kim, làm ơn coi kỹ con số này. Bạch kim là platinum thì nó để là 950, có nghĩa là chín phẩy mấy chớ chưa được 10. Còn bạc thì 925, còn vàng 18 là 750. Mình phải biết cái đó, mua nhầm sao.

Nhiều người họ nói tôi nghiên cứu chuyện đời. Trời cho tôi cái đọc mà không quên, chớ không phải đọc nhiều. Có hai trường hợp người ta biết nhiều: một là do người ta đọc nhiều; nhiều cái ngẫu nhiên người ta nhớ. Nên đừng nói oan ức nghe.

Là tu ở đây là làm sao mình lọc... À, quên nữa, bên châu Âu mới có, bên Mỹ không có. Mỹ thì tôi biết tệ nhất là vàng 14. Châu Âu thì xuống tới vàng 9, hổng biết trong room này ai ở châu Âu biết không? Nhất là đồ xưa, có vàng 9 rồi vàng 12, nó y như đồng vậy đó. Rồi vàng 14, rồi vàng 18 là tuyệt vời rồi.

Thì người tu cũng từ từ đi từ vàng 9, rồi vàng 12, vàng 14, vàng 18, rồi vàng 24.

Sẵn đây tôi cũng nói luôn là theo luật của thế gian, mình muốn làm cái gì nó cứng thì bắt buộc không thể xài 24 được. Trong một trường hợp nào đó bắt buộc mình phải xài 18. Thí dụ nữ trang phải xài 18 cho nó cứng, nó mỏng. Chứ còn 24 nó nặng, nó mềm, phải làm đây.

Thì tu hành y chang như vậy. Có những trường hợp, một lát mình sẽ học tới chỗ này, hành giả phải xài tâm này, có những trường hợp hành giả phải xài cái tâm kia. Có lúc Đức Thế Tôn và các vị La-hán phải sống trong cảnh chế định. Thí dụ như các vị đi

rửa chân, các vị biết cái này là nước nè, cái này là cái gạo, xối đây là chân phải, đây là chân trái, cái chân này còn dơ nè, cái chân này đã sạch rồi nè, đây...

là cái khăn lau nè, lau xong thì cái khăn này nên phơi hay nên xếp lại, nếu phơi thì phơi ở đâu, mà nếu xếp thì xếp để ở đâu? Lúc đó các vị xài toàn tâm 18 carat không.

Còn khi nào an trú trong thiền định, khi cần thì các Ngài sống trong vàng 24. Có nghĩa là như Ngài Xá Lợi Phất dạy: một công tử hoặc một tiểu thư nhà giàu thì cái gì họ cũng có hết. Nhưng tùy lúc, tùy mùa, mùa nào thức nấy, lúc nào mặc đồ tơ, lụa, lúc nào mặc đồ len, đồ cashmere. Lúc nào mặc đồ ấm, lúc nào đồ lạnh, đồ ngắn, đồ dài, lúc nào mặc kín, lúc nào hở, lúc nào màu tối, màu sáng. Đi đám cưới mà quất màu tang coi nó dị, đi đám ma mà quất màu sáng coi nó cũng dị. Thí dụ vậy.

Một người có tu tập, cái gì xấu phải lọc bỏ là đúng. Nhưng tùy hoàn cảnh mà vị ấy sống trong thiện pháp nào. Ác pháp thì dứt khoát là không rồi, không còn quay lui với ác pháp nữa. Nhưng mà trong thiện pháp thì tùy lúc.

Thí dụ trong Chú giải Kinh Niệm Xứ có ghi rõ 10 tùy phiền não của tuệ quán. Khi mình đang tu tập tuệ quán, ngồi trong thiền viện hoặc trong rừng, đang theo dõi hơi thở vào ra, đang quán thân, quán thọ, quán tâm, quán pháp, tự nhiên mình nổi cơn lên mình phát tâm Bồ-đề, mình muốn cất chùa, muốn cúng dường, thì phải lập tức biết ngay rằng đây là tùy phiền não. Nó là thiện nhưng đây không phải là lúc. Đây không phải lúc để ngồi tính ba cái chuyện đó. Dễ sợ vậy đó, quý vị thấy nhe.

Trong khi với người không có tu hành, chỉ cần thấy tâm thiện là mình mừng rồi. Giống như thằng nhà nghèo lượm được cái áo hơi lành là đã mừng rồi. Nhưng với một hành giả ở mức độ tu tập rất ráo thì người ấy phải biết rõ rằng mình đang phóng tâm, mình đang tu tập tuệ quán. Muốn cái gì lát nữa tính, nhưng bây giờ mình đang theo dõi hơi thở ra vào. Cứ mỗi lần xếp cái chân vô là đòi cất chùa, đúc tượng, in Kinh là chết rồi, làm sao mà tu?

Lọc vàng là như vậy. Lọc vàng là trước đây mình bỏ đi cái xấu, bây giờ mình lại bỏ đi những cái thiện không đúng lúc. Đó gọi là lọc vàng.

Tôi nhắc lại, đãi vàng là sao? Thứ nhất là bỏ đi cái tạp chất để giữ lại vàng mà thôi. Thứ hai, khi đã có vàng trong tay thì mình biết rõ lúc nào thì xài 18, lúc nào xài 24, và lúc nào nên mạ, nên xi, lúc nào nên đúc nguyên khối. Nghe! Nhấn cười mà chơi vàng mạ là cô dâu bỏ mình đừng có trách! Nhấn cười phải vàng thiệt, vàng đúc, vàng ròng, nghe! Nhưng có những cái như trái nạm cửa, vôi vắn nước, tự dưng mình thêm quá thì chỉ mạ thôi, chớ không nhất thiết phải xài vàng nguyên chất.

Vậy quá trình lọc vàng trong đời tu mình là như vậy. Buổi đầu bỏ xấu giữ thiện. Sau đó ngay trong cái thiện mình cũng tùy lúc mà giữ cái này, bỏ cái kia. Đây chính là hành trình tu tập.

Ba khía cạnh lưu ý trong quá trình tu tập Chỉ và Quán

Đoạn cuối của Kinh này: “Này các tỳ-kheo, tỳ-kheo nên siêng năng tu tập tăng thượng tâm”. Xưa nay 99% các Kinh ghi “tăng thượng tâm” là chỉ cho định. Nhưng riêng trong Kinh này, “tăng thượng tâm” là chỉ chung cho Vipassana và Samatha, chỉ chung cho cả Chỉ và Quán chớ không riêng về định, riêng trong Kinh này, nghe!

Nãy giờ ta đang nói quá trình lọc vàng. Giờ qua tới chỗ rốt ráo của quá trình tu học. Khi vị tỳ-kheo tu tập Chỉ và Quán thì phải thường xuyên sống bằng tâm trạng của người lọc vàng. Là người lọc vàng phải thường xuyên chú ý: cái này là cái phải bỏ đi, cái này là tạp chất nè, cái này là cái phải giữ lại, cái này phải thêm vào.

Vị tỳ-kheo tu tập Chỉ Quán, vị đó phải lưu ý đến ba khía cạnh sau đây:

Một là thường xuyên coi mình tinh tấn đủ chưa, đúng mức chưa, có dư có thiếu hay không?

Hai là định tâm của ta đúng mức chưa, có dư có thiếu hay không?

Thứ ba là cái xả tâm của ta đúng mức chưa, có dư có thiếu hay không?

Tôi giải thích, cái thứ nhất là tinh tấn.

Trong Chú giải ghi rất rõ, trong Chánh Tạng cũng có ghi nữa. Bản tiếng Việt hơi kỳ kỳ, ghi thế này: “Nếu một chiều tác ý tướng định, thời có sự kiện tâm vị ấy đi đến thụ động”. Khổ như vậy! Đây tôi coi bản Pali đây: “Này các tỳ-kheo, nếu như vị tỳ-kheo đang tu tập Chỉ Quán như vậy, nếu chỉ có chú ý riêng biệt”, tức là chỉ có tập chú vào định, là chỉ phát triển riêng định mà thôi, thì kosajja. Kosajja là biếng lười, uể oải, đã dười, ngài Minh Châu dịch là “thụ động”, thì tâm sẽ rơi vào phóng dật.

Này các tỳ-kheo, nếu như vị tỳ-kheo đang tu tập Chỉ Quán, chỉ chú ý phát triển cái xả thôi thì vị ấy sẽ lơ lửng trong khả năng định tâm. Bởi vì cái xả, cái định nhớ cẩn thận. Cái xả và cái định rất có thể nó làm ảnh hưởng lẫn nhau. Định nhiều quá ảnh hưởng xả. Xả nhiều quá ảnh hưởng định.

Đây là lý do vì đâu mà trong nguyên tắc Tứ Niệm Xứ muốn đắc Đạo thì 5 quyền: tín, tấn, định, niệm, tuệ, phải cân bằng. Bên thiền Chỉ muốn đắc Sơ thiền thì 5 chi thiền phải cân bằng. Có nghĩa là tầm, tứ, hỷ, lạc, định phải cân bằng. Nhớ nhé! Tức là không có cái này trời sập, mạnh hơn hay yếu hơn cái kia.

Một người tu tập Chỉ Quán nói chung, khổ là trong room tôi không biết ai là người mới ai cũ, mà giải thích Chỉ là gì, Quán là gì thì mất thời giờ. Mà không nói thì không biết họ có hiểu hay không. Cho nên tôi năn nỉ vị nào hôm nay mới nghe thì làm ơn hỏi lại huynh muội cũ trong room, nghe!

Tôi giải thích vắn tắt. Ở đây, đang khi tu tập Chỉ Quán như vậy, vị tỳ-kheo nói riêng và hành giả nói chung phải thường xuyên chú ý đến ba khía cạnh sau đây.

Thứ nhất, ta tinh tấn đủ chưa? Vì sao? Các vị còn nhớ có ba loại hành giả: thượng, trung, hạ. Hành giả bậc hạ là bậc kém nhất, tệ nhất, là chỉ có tu tập theo giờ thôi. Thí dụ sáng ngồi bao nhiêu tiếng, đi bao nhiêu tiếng, ngồi với đại chúng bao nhiêu tiếng,

ngồi một mình bao nhiêu tiếng. Ngoài những tiếng đi và ngồi đó ra thì hoàn toàn tự do, muốn làm gì thì làm. Đó là bậc hạ.

Bậc trung thì ngoài giờ thiền hành, thiền tọa ra đó, họ không phải muốn làm gì thì làm, mà họ chỉ làm toàn việc lành thôi. Thí dụ như nghe Pháp, quét dọn, phục vụ, tụng niệm, xem Kinh, bla bla bla...

Còn bậc thượng thì kể như buổi sáng vừa tỉnh giấc trên giường cho đến khi ngủ lại vào ban đêm, thì trong chừng ấy thời gian suốt 12, hoặc 14, 16 tiếng đồng hồ, họ trăm phần trăm sống trong chánh niệm. Hạng này là hạng bậc thượng.

Thì cái tinh tấn cũng dựa theo ba hạng hành giả này. Có những hành giả họ chỉ tinh tấn theo thời lượng họ đã định thôi. Nghĩa là ngoài đó ra họ lười.

Nhưng có những hành giả thời lượng dài hơn, và họ không dành thời gian cho những việc bất thiện. Nhưng cái đáng nể, đáng quý nhất chính là hạng hành giả tinh tấn không ngừng.

Mình tự xét: nếu tinh tấn mình yếu quá thì giống như lấy móng tay đào núi, biết chừng nào mới xong cái núi. Còn nếu tinh tấn quá sức sẽ mau dẫn đến kiệt sức. Giống như một người làm việc nặng mà không lượng sức, sớm muộn cũng lật ngang thôi.

Trong kinh nói: Nếu chỉ chú ý tinh tấn không thì dễ phóng dật, vì nó mệt quá mà; mệt quá đầu bị rối, hoa mắt đi. Trường hợp khi tập trung vào định nhiều quá dễ rơi vào tình trạng biếng lười, vì khi nó căng thẳng, quý vị tập chú nhiều quá, dễ rơi vào biếng lười. Mà biếng lười là điểm bắt đầu cho hôn thụy. Kosajja là biếng lười. Biếng lười này đồng nghĩa chữ thina, hôn trầm: làm biếng, uể oải, đã dượt; middha, thụy miên: cảm giác ngủ. Tức là định mạnh quá, nó sẽ lấn lướt những thiện pháp khác, các yếu tố tâm lý khác, thì chúng ta dễ bị tình trạng này.

Cho nên trong kinh kể, khi ngài Mục Kiền Liên chưa đắc La-hán, có nhiều đêm cứ mỗi lần Ngài ngồi xếp chân vô là Ngài sống nặng về định, cho nên Ngài rất dễ bị buồn ngủ. Các vị nào muốn biết cái này tôi nói hay kinh nói, làm ơn vào Google đánh chữ “Mục Kiền Liên hôn trầm buồn ngủ”, hoặc vào trong Tương Ưng bộ Kinh, mục Mục Kiền Liên, nhé!

Hành trình tu tập Chỉ Quán nói chung giống như hành trình của một người lọc vàng. Buổi đầu mình bỏ ác hành thiện. Sau đó, ngay trong cái thiện ta tiếp tục lọc nữa. Lọc cái gì cặn bã, cái gì cần phải thanh lọc.

Thanh lọc trong cuộc tu buổi đầu là bỏ ác giữ thiện. Nhưng sau đó ngay trong cái thiện ta tiếp tục đi nữa, chớ chúng ta không hài lòng, không dừng lại nửa chừng, không dừng lại quá sớm với những thành quả mình mới chắt chiu được. Tu như vậy mới gọi là tu theo cái tinh thần của người lọc vàng.

Còn đa phần chúng ta giống như những đứa bé, xin lỗi, mình còn tệ hơn những đứa bé, mà giống như người mất trí vậy đó. Cả ngày trần truồng đi lang thang ngoài đường la hét, nói cười. Tới lúc đói quá gắp cùi bắp, miếng lá gói bánh, lượm lên cạp, liếm, vậy là thấy đủ rồi.

Mình y chang vậy! Ngày nào chưa biết đạo, chỉ có tài, tiền, danh lợi; có được mái nhà, chiếc xe, mái ấm gia đình, đối với mình vậy là số một. Tới hồi biết đạo, có được chút ít kiến thức giáo lý, có giữ giới, biết bố thí ba mớ, ngồi thiền ba mớ, vậy là đã xong rồi.

Kiểu tu đó không phải là kiểu lọc vàng, mà là kiểu tu của thằng ăn mày, thằng mất trí. Nghĩa là trước mắt được vậy là xong rồi đó, không nghĩ xa hơn, không quan sát coi mình đã lượm cái gì, cái mình lượm đã đủ cho mình sống ngày nay, tuần này, tháng này hay chưa. Mình lại không có khả năng đó.

Như vậy, cái đầu tiên là vị tỳ kheo thường xuyên quan sát coi mình đủ tinh tấn chưa. Nếu yếu quá thì làm cho nó nhiều hơn. Xem lại phần này trong Tương Ưng bộ Kinh,

phẩm Thất Giác Chi, mình đã học rồi.

Như vậy, hành giả tu tập Chỉ Quán tự xét xem coi mức tinh tấn của mình nó đủ chưa. Nếu nó chưa đủ thì quay trở lại phẩm Thất Giác Chi, Tương Ứng bộ Kinh, xem coi có bao nhiêu điều kiện hỗ trợ Căn giác chi, bao nhiêu điều kiện hỗ trợ Xả giác chi, bao nhiêu điều kiện hỗ trợ Định giác chi, khả năng tập trung tư tưởng.

Làm ơn nhớ dùm cái này, quay lại nhé! Định giác chi là khả năng tập trung tư tưởng. Còn Xả giác chi là khả năng quân bình cảm xúc, không để bung xung cảm xúc. Cả feeling lẫn emotion nó đều nằm trong tình trạng gọi là quân bình. Bởi vì trong tâm thức người hành giả không có cái gì để cho nó thiếu hoặc nó thừa hết.

Các vị còn nhớ tôi nói kinh nghiệm điều khắc không? Điều khắc chỉ gói gọn trong một nguyên tắc là gọt bỏ cái thừa thì cái còn lại chính là tác phẩm. Nó y chang kinh nghiệm lọc vàng vậy. Cái gì không phải vàng, cái gì là tạp chất thì ta bèn tổng tiền nó đi.

Trong điều khắc cũng vậy. Một điều khắc gia nổi tiếng của Pháp và cũng của thế giới đã nói kinh nghiệm điều khắc chỉ gói gọn trong một câu nói ngắn gọn là: “Bỏ đi cái thừa thì phần còn lại chính là tác phẩm”.

Tu hành cũng vậy. Tu hành là một quá trình gạn đục khơi trong, là một quá trình lọc vàng, là quá trình làm việc với những thứ cần bỏ đi, cần giữ lại. Sau cùng, cái giống gì cũng bỏ hết.

Sẵn đây tôi lạc đề một chút. Bi kịch của chúng ta là thuở nào chưa biết đạo thì nhà tôi, xe tôi, vợ tôi, chồng tôi, con tôi; tới hồi biết ba mớ thì công đức của tôi, trí tuệ của tôi, thiên định của tôi...

Mà cái quan trọng nhất, mà tôi vô cùng ngạc nhiên, là tại sao bài kinh này đã giảng không biết bao nhiêu lần mà tôi nghĩ quý vị không có nhiều dịp nghe. Đức Phật dạy rằng: “Không có ai bị khổ mà chỉ có cái khổ đang có mặt. Không có ai có chánh niệm

hết mà chỉ có cái chánh niệm đang có mặt. Không có ai hạnh phúc sung sướng mà chỉ có cảm giác dễ chịu nó đang có mặt”.

Nhớ cái này! Ở đây không có người tu hành mà chỉ có cái tâm tu hành, chỉ có cái sự tu hành thôi. Trong Chú giải có ghi: “Không có ai bị khổ mà chỉ có Khổ Đế mà thôi. Không có kẻ nào gieo nhân sanh tử, chỉ có cái Tập Đế mà thôi. Không có kẻ nào chấm dứt sanh tử mà chỉ có Niết Bàn mà thôi. Không có kẻ nào tu hành, chỉ có cái lòng tu hành, cái sự tu hành thôi”.

Cái này quan trọng lắm, vô cùng quan trọng! Ngay lúc hành giả tu tập chánh niệm cũng nhớ tâm niệm chừng đó thôi. Ngày nào mình thấy mình hay là mình dở ẹt rồi. Thì với chừng đó nhận thức, hành giả mới có cái xả tâm. Có nghĩa là không có vui với cái mình có mà cũng không buồn với cái mình chưa có, chưa được.

Xả tâm ở đây là như vậy. Xả giác chi là lòng lạnh lùng. Nói lạnh lùng, quý vị dễ hiểu lầm cái lạnh lùng vô cảm, máu lạnh ở ngoài đời. Không phải! Mà ở đây là sự bình thản, sự thanh thản của người không còn gì để mà thiết tha.

Nhưng cái khó ở chỗ này, Đức Phật Ngài dạy: Nhưng nếu quá nặng về xả thì cũng không còn lửa để mà tập trung tư tưởng nữa. Cái chỗ này mệt à nghen. Nhớ, người tu cần cái thanh thản, nhưng anh thanh thản ở mức độ nào mà anh chơi bạo quá, nặng tay quá, thì mất lửa.

Thí dụ mình nói với con: “Con à, tiền bạc là phù du, của ngoại thân nay còn mai mất, nhớ nghe con!” Thằng con phải hiểu như vậy để nó đừng mê tiền, đừng thờ tiền. Nhưng nếu nó ngẫm câu đó một cách quá đáng thì nó dẹp, nó khỏi đi làm luôn, khỏi đi học luôn, nó đốt phòng mạch luôn, rồi mặc xà lỏn, áo hai dây, nó đi lang thang ngoài đường.

Bởi vì nó đặt cảnh giới coi tiền là zero. Nhớ cái này quan trọng lắm!

Mình tu, mình cần có xả; nhưng anh xả quá là coi như bao nhiêu thứ khác anh buông luôn. Đây là nói về Thiền Chỉ. Bên Thiền Quán cũng vậy. Đến một lúc nào đó, hành giả tự nhiên có cái tâm nhàm chán. Thấy rằng phiền não đáng chán đã đành, phiền não là giới, là phân, là sinh lầy. Nhưng mà tới cái thiện pháp, nó cũng là sương khói. Thì một cái dơ và một cái khói sương, cả hai cái không có cái nào đáng hết. Hành giả mới rơi vào tình trạng là “cuốn chiếu”, không muốn làm gì nữa.

Nhưng nếu lúc đó có thầy, có bạn, hoặc có kiến thức giáo lý thì hành giả phải tự hiểu rằng đây là phản ứng tâm lý tất nhiên phải có khi mà ta đi đến quãng đường này. Nhớ!

Sẽ có một lúc ta không muốn làm gì hết, vì ta thấy tu cho lắm thì cũng mắt với dưa, mà tu vừa vừa thì cũng dưa với mắt. Nhưng mà không được! Hành giả phải qua khỏi giai đoạn đó để thấy rằng: ngày nào còn là phàm phu thì ngày đó ta còn một núi việc phải làm. Ta đừng có tưởng là giờ ta không thích cái gì hết là ta ngon. Bởi vì bây giờ ta tắt thở một cái, ta xuống làm heo, làm chó, làm trùn, làm dế thì mọi thứ nó trở về như cũ. Nhớ nghe.

Cho nên tôi van lạy những người mà nghe đạo ba mớ, hành thiền ba mớ, bố thí ba mớ, giữ giới ba mớ, cứ tưởng mình là “ông nội” của trời đất là sai bét. Vì chỉ cần anh tắt thở một cái, một núi ác nghiệp của anh nhiều đời nó dắt anh đi làm heo, làm chó, thì lúc đó anh mới thấm đời nghe. Anh không có cái gì của anh mà đáng để anh tự hào hết.

Tôi đã nói biết bao nhiêu lần: khi mà anh thấy anh có cái để anh khoe đó thì anh không muốn khoe nữa. Mà khi anh có cái lòng muốn khoe thì lúc đó anh không có cái gì đáng để khoe. Nhớ, cái này quan trọng lắm!

Khi anh muốn khoe thì anh không có cái gì để khoe. Mà khi anh có cái để khoe thì anh không muốn khoe nữa. Vì sao vậy? Cái gì đáng để anh khoe? Đó chính là cái lòng không muốn khoe. Đạt tới cảnh giới mà lòng không muốn khoe thì cảnh giới đó

là cảnh giới đáng để khoe, nhưng rất tiếc, đạt tới đó thì anh đâu còn muốn khoe nữa! Nhớ nghe. Trên đời chỉ duy nhất có một cái đáng để khoe thôi, đó là cái tâm trạng không muốn khoe!

Cho nên hành giả tu tập Chỉ Quán nhớ mấy điều này:

1. Coi ta đủ siêng chưa.

2. Coi khả năng tập trung tư tưởng của ta đủ chưa, bởi vì không có định thì làm gì có tuệ.

Định có ba: khả năng tập trung trong từng giây khắc gọi là sát-na định. Lâu bền hơn để chuẩn bị vào các tầng thiền thì gọi là cận định. Khả năng tập trung của những người đắc từ Sơ thiền trở lên thì gọi là kiên cố định.

Nên nhớ, tu tập Thiền Quán thì không cần đắc định. Nếu đắc được thì tốt. Nhớ nghe, mình tu Tứ niệm xứ mà trước đó đã có đắc định thì tốt. Tuy nhiên, dầu anh có đắc hay không đắc, nhưng trong lúc tu Tứ niệm xứ chỉ có xài sát-na định thôi, có nghĩa là khả năng tập trung tư tưởng trong từng phút. Bởi vì chỉ có khả năng tập trung đó anh mới có sự linh hoạt cần thiết để ghi nhận tánh sanh diệt của danh sắc. Còn nếu lúc đó định anh quá mạnh thì anh nhập định mất tiêu rồi, làm sao mà anh quan sát được, làm sao ghi nhận được. Nhớ!

Tôi nhớ bữa hôm tôi có nói những điều cấm trong quy định của hãng hàng không: phi công chỉ được đọc báo, không được đọc sách trong lúc đang bay. Vì sao? Là vì bài báo có hay cách mấy, chỉ vài trang là hết. Lúc đó phi công phải quay lại để quan sát mọi thứ trong cabin của mình, đầu là chiếc máy bay đang được điều khiển trong chế độ tự động. Nhưng không thể nào đổ hết cho nó được. Phi công phải thường xuyên dán mắt lên màn hình, đồng hồ.

Còn đọc sách thì lại khác. Nếu lỡ mà đọc nhầm cuốn sách hay, nó quất cho năm sáu trăm trang. Tới lúc phi công rời mắt ra khỏi cuốn sách thì lúc đó ôi thôi rồi nôi xôi!

Cho nên khả năng tập trung tư tưởng của phi công rất cần thiết.

Ở đây cũng vậy, khi hành giả tu tập Tứ niệm xứ thì hành giả quan sát cái định của mình nó ở mức độ nào, có thiếu, có thừa hay không. Cái tinh tấn của mình có thiếu, có thừa hay không. Tập trung cái định nhiều quá thì dẫn tới biếng lười. Siêng nhiều quá dẫn tới trạo hối. Xả nhiều quá thì buông hết, buông cả cái định luôn. Nhớ nghe! Trạo cử, tiếng Pali kêu là phóng dật đó.

Tôi nhắc lại, thuở nào chưa biết Phật pháp, ta sống trong ác pháp. Ta không biết gạn đục khơi trong, không biết bỏ ác theo thiện, thì lúc đó mình khởi nói. Nhưng khi biết tu học rồi, biết hành đạo rồi, thì buổi đầu bỏ ác hành thiện, sau đó bỏ cái thiện thô, giữ cái thiện tế. Sau đó bỏ cái thiện thấp mà lên cái thiện cao. Cuối cùng thì buông sạch.

Quá trình lọc vàng của người tu là bỏ ác hành thiện, bỏ thiện thấp giữ thiện cao, với mục đích sau cùng là lìa bỏ tất cả thiện ác. Ngài dạy nếu làm đúng quy trình đó thì vị tỳ kheo về Thiền Chỉ có thể đắc chứng các tầng thiền, thành tựu các khả năng thần thông. Bên Thiền Quán thì vị đó có thể chấm dứt các phiền não để đắc chứng quả vị thấp nhất là Tu-đà-hườn, lên một chút là Tư-đà-hàm.

Sẵn đây tôi nói sơ một chút về Đạo quả. Tầng đầu tiên, khi mà hành giả có đủ định và tuệ rồi, hành giả sẽ thấy rằng thì ra khổ lạc, buồn vui, thiện ác nó chỉ là do duyên mà có. Ở đây không có ai khổ, không có ai sướng, không có ai thiện, không có ai ác. Mà tất cả chỉ là khối năm uẩn được các duyên hỗ trợ. Mọi thứ nó có mặt theo cách là lắp ráp.

Khi thấy như vậy, hành giả không còn thấy cái “tôi” và “của tôi” nữa. Lúc này hành giả dứt hẳn cái thân kiến. Thân kiến vắng mặt lúc nào thì lúc đó cũng không còn hoài nghi. Hoài nghi là người ấy không còn hoang mang, nghi hoặc: đời trước “tôi” ra sao, sau này “tôi” ra sao, hiện tại “tôi” là gì trong cõi trời đất này. Mà vị ấy biết rõ: quá khứ bao nhiêu kiếp đi nữa, mình cũng là đồ ráp do nhiều duyên cộng hưởng, hỗ trợ.

Về đời sau, nếu mình tiếp tục luân hồi thì cái gọi là sự hiện hữu của mình cũng chỉ là năm uẩn, mười hai xứ, mười tám giới do các duyên hỗ trợ mà thành. Và ngay đời hiện tại, sự có mặt của mình cũng chỉ là sự có mặt của năm uẩn, mười hai xứ, mười tám giới.

Ở đây không có “tôi”, không có gì là “của tôi”. Đến đây vị đó không còn hoang mang, nghi hoặc, thắc mắc về cái “tôi” và “của tôi” nữa. Lúc đó vị ấy nhìn thế giới này như nhìn một đồng bột nước vậy đó. Lúc đó như vậy, vừa thân kiến mất thì hoài nghi cũng mất. Khi một người không còn thân kiến, hoài nghi thì làm sao vị ấy chấp nhận một con đường hành trì nằm ngoài lý tưởng.

Bát Chánh Đạo nằm ngoài tinh thần của Tam học Giới, Định, Tuệ được. Thế là vị ấy cũng diệt trừ hẳn Giới cấm thủ.

Đó là tầng Thánh đầu tiên. Nghe nói đầu tiên, thấp nhất, mình coi thường, chớ thật ra tầng này là tầng khó đắc nhất, là một. Thứ hai, vấn đề mà tầng này giải quyết lớn hơn, nhiều hơn vấn đề của ba tầng Thánh trên giải quyết. Còn mấy tầng Thánh sau dễ hơn, và cái vấn đề để giải quyết cũng nhẹ nhàng, ít oi hơn. Thậm chí có thể nói một cách ví von là đắc Tu-đà-hườn rồi khỏi tu cũng được. Là bởi vì một người đã không còn Thân kiến thì người này không còn khả năng tái sanh quá 7 lần. Nghĩa là khỏi tu hành gì hết, tự động tới kiếp thứ 7 thì xong, là kết thúc. Đó là nói ví von, hình ảnh, chớ khi đã hết Thân kiến thì rất ráo miên mật gấp triệu lần kẻ bình thường, phàm phu.

PHẨM CHÁNH GIÁC

Phẩm này mình học rồi nên tôi nói nhanh thôi. Tôi mong sau này khi mình đi sâu đi xa hơn nữa trong Kinh tạng thì cái gì thông qua được thì thông, để mình đi cho nó lẹ. Nhe!

Ngài kể lại khi Ngài chưa giác ngộ, thì Ngài đã suy nghĩ: “Người ta nói trên đời này khổ, lạc, buồn, vui, đắng, ngọt, béo, bùi, như vậy cái đó có hay không?” Tự Ngài suy

nghĩ như vậy. Đời này đúng là nó có cái gì hạnh phúc hay không, có cái gì nguy hiểm hay không? Và rõ ràng cuộc đời này là cái nhà tù, nó có lối thoát hay không?

Thì là tự Ngài thấy. Trước khi thành Phật là Ngài đã thấy. Ngài thấy rằng cái gì mà cuộc đời nó thích thú, cái gì làm người ta cảm thấy vui vẻ thì đó chính là vị ngọt của đời sống. Còn mặt trái, vị đắng của đời sống, cái sự nguy hiểm của đời sống chính là những cái đi ngược lại sở thích của người ta. Thí dụ sanh ly tử biệt, bệnh hoạn, thương mà không được, ghét mà phải gần, thương mà phải xa, muốn mà không xong. Đó là mặt trái của thế giới.

Thấy được cái ngọt, thấy được cái đắng của thế giới không quan trọng. Quan trọng là cái thứ ba: thế giới quần quanh trong cái đắng, ngọt như vậy, nó dẫn về đâu? Nó dẫn về sự lặp lại tẻ nhạt, mệt mỏi, vô vị, vô nghĩa, vô duyên, vô ích.

Người như chúng ta không thấy được cái đó. Chúng ta nói chán đời chớ thực ra nguyên một đám toàn là trẻ con trong mắt của bậc Thánh. Chúng ta nói đời là khổ nhưng thực ra chúng ta hiểu chữ khổ rất là nông cạn. Khổ là những gì làm chúng ta nhăn mày, nhíu mặt, làm ta phải đổ lệ, thổn thức, đau lòng, xé tim, đứt ruột thì mình mới gọi đó là khổ.

Nhưng trong cái nhìn của bậc Thánh, cái khổ đó là cái khổ ngoài da. Bởi cái Khổ Đức Phật nói đến trong Kinh Tứ Niệm Xứ không chỉ gói gọn trong cảm giác, cảm xúc, mà Ngài nói đến trạng thái, cái hoàn cảnh bất trắc, bất toàn. Tại sao bất trắc, bất toàn gọi là Khổ? Bởi vì nó không còn hoà. Cái ngọt sớm muộn gì cũng mất. Nó mất, nó nhường chỗ cho cái khổ. Bản thân cái khổ là cái làm mình khó chịu, nên nó khổ là đúng rồi. Nhưng cái khổ nào đi nữa cũng phải vô thường, nhường chỗ cho cái vui. Mà cái vui nào cũng phải vô thường, nhường chỗ cho cái khổ. Có nghĩa là khổ chồng lên khổ, trong khổ lại có khổ. Đó là nói về cái khổ.

Còn nói về cái vui, những cái làm ta hạnh phúc thực ra nó là cái nguồn đau khổ gián tiếp. Còn cái đắng là nguồn đau khổ trực tiếp. Là vì mình có thích, nếu được thì mình

hạnh phúc. Còn nếu thích mà không được thì mình đau khổ.

Mà các vị tưởng tượng trong room năm nay các vị bao nhiêu tuổi, có bao nhiêu ước mơ, bao nhiêu mong mỏi mà quý vị được như ý đâu. Thí dụ quý vị có muốn bị già, nhăn nheo, sồ sề, chảy xệ không? Có muốn mắt có dấu chân chim không? Bây giờ đeo nhẫn trong tay, nhìn nó khẳng khiu như chân gà, đồng hồ đeo vô cũng vô duyên. Rồi bệnh hoạn, bác sĩ kêu réo tối ngày, kêu thử đường, thử máu riết rồi nó chán quá.

Như vậy thấy rằng hạnh phúc cách mấy đi nữa, nó chỉ là cái nền cho đau khổ. Tôi nói không biết bao nhiêu lần. Tôi nói rằng tất cả cái khổ trên đời này nó chỉ có hai nguồn thôi. Là có được cái gì đó và không có cái gì đó. Do không có cái gì đó nên mình bị khổ. Hoặc do có cái gì đó nên mình phải đau khổ. Hạnh phúc cũng có hai. Do có cái gì đó mình mới được hạnh phúc. Và do không bị cái gì đó nên mình mới được hạnh phúc. Các vị nghĩ coi đúng không?

Cho nên khi xét thấy các khía cạnh như vậy, Bồ-tát mới thấy: “Ồ, thì ra đời có ngọt, cũng có đắng.” Đắng đây là chỉ sự nguy hại, nguy hiểm, tiếng Pali là abinova, tức là bề trái cuộc đời. Nếu cuộc đời quần quanh như vậy thì cách tốt nhất là lìa bỏ nó.

Lìa bỏ bằng cách nào? Bằng cách vị ấy quán chiếu thấy rằng hạnh phúc và đau khổ đều là đắp đổi cho nhau, cái này tạo ra cái kia, và đã có rồi phải mất. Do đó vị ấy mới nhàm chán. Từ nhàm chán dẫn tới ly tham, ly dục. Do có ly tham, ly dục mới dẫn đến giải thoát. Mà giải thoát là gì? Giải thoát là không còn tiếp tục thích trong cái này, cái nọ nữa.

Tôi xin bảo đảm với các vị một chuyện là không cần phải đắc Thánh, không cần phải Niết-bàn. Chuyện đầu tiên, khi các vị không còn gì để thiết tha, để theo đuổi nữa là các vị đã bớt đi bao nhiêu phần trăm đau khổ. Tiếp theo, khi mình bớt đi những bất mãn, ghét sợ thì các vị bớt được bao nhiêu phần trăm nữa. Cái này Kinh điển ghi rất rõ: mình có cái trí tuệ trong cái gọi là hạnh phúc là mình đã bỏ đi hết 50% đau khổ. Có trí tuệ trong cái gọi là đau khổ thì mình đã bỏ đi 50%, đã giải thoát đau khổ.

Giải thoát là khi mình thấy không còn đáng gì để thích thì tự nhiên nó lòi ra cái trí thứ hai là không có gì đáng để ghét sợ và bất mãn. Một kẻ mà không có gì để bất mãn, ghét sợ, mà cũng không còn gì để đam mê, theo đuổi, thích thú, hưởng thụ, thì kẻ này tự nhiên an lạc.

Còn mình thì sao? Có nhiều người khoe với tôi: “Bây giờ con không thích gì hết!”, nhưng mà cái mặt của họ nhìn như cái đồng phân mắt mưa vậy đó. Tôi nói rất nặng và thô tục nhưng tôi phải nói như vậy. Tôi ghét cái người như vậy lắm. Cứ là học giáo lý ba mớ, nghe mấy ông sư nói tu là lìa tâm tham, bây giờ nổ banh xác, nói là: “Con không thích gì hết.”

Thử hỏi họ có muốn hành thiện, muốn kinh hành, muốn sống chánh niệm hay không? Không! Rồi hỏi họ có thể ngắt ra nửa tài sản để làm phước cho kẻ cần thiết không? Không! Họ nói như vậy thôi, chớ tiền với họ nó là máu, là tánh mạng. Rồi nhan sắc, sức khỏe, con cái, tình thân của họ, tiếng tăm, thị phi đối với họ quan trọng dữ lắm. Nhưng mà tự nhiên có bữa nào đó,

Tự nhiên hà, tự nhiên dòm dòm chán chán, tưởng mình là A-la-hán, nói: “Con giờ con không màng gì hết!” Cái đó là tào lao, nghe! Nó làm tôi nổi điên, quý vị!

Có một lần, ông cậu ruột của ngài Xá-lợi-phất tới nói với Đức Phật: “Con bây giờ không có màng gì hết. Không có gì đối với con là quan trọng hết.” Mà lúc đó ngài Xá-lợi-phất mới đắc Tu-đà-hoàn. Ngài đang cầm quạt hầu Đức Phật. Ông cậu ruột của Ngài đó, ổng tới nghe Pháp, ổng hỏi Phật mà ổng hỏi, ổng khoe đó. ổng tưởng nói vậy sẽ được Đức Phật khen.

Nhưng Đức Phật nhẹ nhàng hỏi ổng một câu: “Người nói người không thích cái gì, không quan tâm cái gì hết. Như vậy người có quan tâm, có hoan hỷ, có thích thú trong cái tình trạng mà mình không thích cái gì hay không? Người có thấy nó là quan trọng không? Nếu mà người thấy nó không quan trọng thì người đâu cần thiết đem kể ra đây với ta. Người thấy nó hay ho làm sao mới đem ra đặt vấn đề ở đây.” Nghe!

Đến cả cái người như vậy, cái người mà cho là gì mình cũng buông, thì họ lại tâm đắc với khả năng buông của họ. Một vị A-la-hán không có như vậy. Vị A-la-hán thấy cái này là bất thiện, cái này là thiện, cái điều này là nhân sanh tử... chỉ thấy như vậy thôi. Chỉ thấy đơn giản: đây là cái răng mới vừa nhổ, cái răng này làm mình mất ngủ mấy ngày. Giờ nhổ ra rồi, cái miệng mình hết đau. Chỉ biết nhiều đó thôi. Cầm cái răng lên không tiếc nuôi, không nhớ thương, không cảm hờn. Cầm cái răng liệng xuống bàn cái “cộp” vậy thôi, là xong.

Còn phàm phu mình thì khác, cứ đi một bước là thấy mình hay một bước. Cho nên ngay cái vị ngọt của đời sống thế tục mình đã không thấy, nói gì mai này tu ba mớ thấy mình có bổ thí, có hiếu đạo, có ngồi thiền, có giữ giới ba mớ là “banh xác”, coi như cứ thấy là mình hay!

Tu hành là buổi đầu là ác hành thiện. Vì để trốn khổ tìm vui mà ta phải lánh ác hành thiện. Lên tới bước hai, ta tiếp tục lánh ác hành thiện nhưng không để trốn khổ tìm vui, mà để không còn thiện ác, buồn vui nữa. Vì sao vậy? Vì còn thiện là còn vui, mà còn vui là còn khổ, còn thiện là còn ác.

Cho nên buổi đầu mình tu thấy lánh ác hành thiện hay quá rồi. Nhưng thực ra lánh ác hành thiện buổi đầu với mục đích trốn khổ tìm vui. Nhưng lên tới bậc cao hơn, mình tiếp tục hành thiện lánh ác, nhưng để không còn thiện ác, buồn vui nữa. Vì vị ấy thấy đặng cách mấy, ngọt cách mấy, tất cả đều cần được giải thoát. Tất cả cần được bỏ lại sau lưng.

Tất cả mọi thứ ở đời này chỉ là chiếc bè qua sông. Qua sông rồi thì bè nào cũng bỏ lại hết, dù đó là một chiếc xuồng ba lá, một bè gỗ, một bè chuối hay là một con tàu lớn. Đã lên bờ thì mình đi, chớ có ai tìm mọi cách để vác phương tiện kia đi theo mình suốt đời suốt kiếp hay không? Tinh thần mà xem Pháp lành là chiếc bè qua sông, tinh thần này không dễ được đâu quý vị.

Tôi nhắc lại lần nữa: kẻ nào thấy rằng “tôi đang có chánh niệm, tôi đang có trí tuệ” là kẻ đó chưa khá. Mà chỉ thấy rằng ở đây chỉ có niệm đang có mặt, chỉ có tuệ đang có mặt, chỉ có tâm, úy đang có mặt, chỉ có niềm tin, chỉ có từ bi đang có mặt. Đây không có tôi, không có của tôi.

Mà cái này các vị không đối mình được. Các vị gạt người ta được nhưng bản thân các vị phải tự dạy mình. Có nghĩa là khi tôi còn thấy tôi hay là tôi còn rất dở. Tôi còn thấy tôi hay là tôi còn đang đối diện với cái khổ. Mà có ai đại đột muốn mình bị đau khổ bao giờ.

Cho nên cách tu hành ngon nhất là cứ nghĩ đến cái khổ. Nghĩ thế này: hể tôi còn nghĩ tôi là tôi thì chắc chắn còn có cái của tôi. Mà còn có cái tôi và của tôi thì dứt khoát tôi còn khả năng bị tổn thương. Vì sao? Là vì một cái chén bằng gốm mình liệng từ trên cao xuống sẽ bị vỡ, vì chất liệu của nó, vì trọng lượng của nó cộng với cái hấp lực của trái đất sẽ tạo ra sự tổn thương, đổ vỡ. Nhưng nếu chúng ta chỉ là một cọng rơm, một tờ giấy thì tình hình lại khác. Với chất liệu làm nên tờ giấy, nên cọng rơm, với trọng lượng của tờ giấy, của cọng rơm, thì hấp lực của trái đất không nghĩa lý gì hết.

Ở đây cũng vậy. Càng tu hành là để biến mình thành ra một tờ giấy, một cọng rơm. Còn cứ thấy mình hay, thấy mình giỏi thì coi như mình biến mình thành ra một cái chén bằng sứ. Có vậy mà nói hoài không hiểu. Họ cứ lén lén thấy mình hay, lạ lùng như vậy.

Cho nên Ngài dạy khi ta chưa giác ngộ, ta đã thấy đây là ngọt, đây là đắng. Nhưng đắng và ngọt nó chỉ một cha một mẹ, gọi cho vui vậy thôi. Cái đường thứ ba phải đi là tìm con đường xuất ly, buông hết! Đoạn này rất quan trọng.

Bài kinh Vị Ngọt

Đoạn kinh tiếp theo là kinh Vị Ngọt, cũng y chang như vậy.

Ngài không phủ nhận cái ngọt. Ngài nói “có”, nhưng cái ngọt kiểu đó, Ngài nói nếu đời không có vị ngọt, không có hạnh phúc thì chúng sanh phàm phu lấy gì thích. Nhưng đời sống không phải chỉ có ngọt không, nó còn có cái nguy hiểm nữa. Bởi nếu không có vị đắng, không có máu lệ thì chúng sanh không tỉnh giấc. Cho nên chính hạnh phúc, chính nụ cười làm chúng sanh mê ngủ. Và chính những nỗi khổ niềm đau làm chúng ta tỉnh giấc.

Chỉ hiềm một nỗi, nếu không có Phật Pháp thì cứ sau mỗi lần tỉnh giấc, mỗi lần bị giật mình vì một cơn đau, thì thay vì người ta nghĩ đến chuyện lìa bỏ cuộc tử sinh, người ta lại đi tìm những giải pháp tạm thời. Cứ thấy ngứa là gãi. Mà càng gãi càng ngứa, càng gãi càng lở. Nói chung là gãi, lở, đã ngứa rồi gãi rồi lở, mấy cái này nó nuôi nhau đi vòng vòng, vòng vòng như vậy đó.

Nếu mà không có bài kinh 102 này thì nhiều người nói Đức Phật là người bi quan, là người xúi ta nhìn cuộc đời bằng cặp kính đen thui, xám xịt. Ngài nói: “Không. Ta không phải người như vậy. Ta không phải người nhìn đời u ám.” Câu văn Pali: “Ta không phải người nói một chiều, mà ta luôn luôn là người nói có phân tích.”

Hỏi Ngài thế giới này có hạnh phúc, có đau khổ hay không? Ngài nói có hạnh phúc cho nên người ta mới có cái người ta mê. Nhưng cũng có cái đau khổ mới làm người ta tỉnh giấc. Tỉnh giấc có hai: một là tỉnh giấc rồi buông hết, đi về núi, giải thoát. Trường hợp thứ hai, nó đau quá, nó tỉnh giấc, bèn đi tìm những giải pháp ngu xuẩn. Nó trốn khỏi niềm đau này để đi đầu tư một niềm đau khác. Vấn đề là chỗ đó.

Tất cả chúng ta, phàm phu trong cái room này, từ vô số kiếp chúng ta biết bao nhiêu lần máu lệ tràn trề với những nỗi khổ niềm đau. Nhưng trong chừng ấy lần đau khổ, chúng ta chỉ có thể giải quyết nó bằng những giải pháp rất đổi phàm phu.

Có nghĩa là xóa, tẩy nỗi khổ này bằng một niềm đau khác, mà ngay lúc đó, trước mắt mình không thấy nó đau, cứ tưởng nó là hạnh phúc. Và ta gọi tên những giải pháp đó là hạnh phúc. Chỉ vậy thôi!

Có một câu mà tôi nói đi nói lại hoài: Không có hạnh phúc. Chỉ có giải pháp cho đau khổ thôi. Không hề có hạnh phúc. Tất cả hạnh phúc trên đời này nó chỉ là giải pháp thôi, thưa quý vị.

Ở đây, nếu mà Ngài nói thẳng thừng, nói dứt khoát, nói tuyệt đối, nói một chiều như vậy thì người ta chịu không nổi. Cho nên Ngài nói có ngọt, mà nó ngọt kiểu này, ngọt kiểu “giải pháp”. Ngọt kiểu giải pháp có nghĩa là đói thì ăn mới ngon, bị nực thì mới thích mát, nó phải bị lạnh thì mới nghĩ đến cái ấm. Phải nhớ nhung thì gặp mới mừng, mới vui, mới hạnh phúc. Chớ chán chường nhau thì gặp nhau chỉ thêm khổ thôi, quý vị biết không?

Có những người trước đây xa nhau mình nhớ le lưỡi, bây giờ mình gặp nó mình chỉ muốn nó chết đi. Gặp nó mình nghĩ: “Ai cũng chết mà tại sao you không chết?”. Có nhiều người như vậy đó. Cũng cái nhà đó, cũng chiếc xe đó, cũng phong cảnh đó, mà trước đây mình mong tới để được có mặt, để được gần gũi. Bây giờ mình nhìn nó mình ngán tới óc luôn!

Cho nên Ngài xác nhận nỗi khổ niềm đau trên đời này nó chính là điều kiện, là cơ hội cho mình tỉnh ngủ. Có một điều, tỉnh ngủ có hai: một là tỉnh để mà buông hết mà đi. Trường hợp thứ hai là tỉnh ngủ để đi tìm đến giải pháp u mê, ngu xuẩn khác.

Rồi bài Kinh tiếp theo là bài Kinh Khóc Than.

Bài Kinh Khóc Than

Trong Chú giải nói: Có một nhóm các vị tỳ kheo, lúc cao hứng đi đường để cho Phật tử thấy, vừa đi vừa huýt sáo, vừa đi vừa ca hát, thì Phật tử họ thấy khó chịu. Họ vào bạch với chư tăng. Cuối cùng sự vụ đó đến tai Đức Phật. Ngài mới gọi chư tăng, dạy thế này:

“Này các tỳ kheo, ở trong giáo pháp của bậc Thánh, của chư Phật ba đời mười phương, ca hát chỉ là một cách than khóc. Khiêu vũ, nhảy múa chỉ là cái kiểu bày tỏ

của người mất trí thôi”.

Ở trong tinh thần Phật Pháp thì ca hát chỉ là một cách than khóc, khiêu vũ, nhảy múa chỉ là kiểu hoạt động điên loạn, và cười mà để lộ cả răng thì được xem là trẻ con. Đức Phật Ngài dạy khi cần thiết là chỉ mỉm cười thôi.

Bài Kinh này đối với rất nhiều người trong room này thấy cạn, không có gì hết. Nhưng đối với tôi: thứ nhất, Kinh nào cũng sâu, chỉ tại cái đầu mình cạn thôi. Giống như con vịt vậy, sông sâu biển rộng gì thì mình chỉ nổi lớp trên vậy đó. Mình không thể thấy con vịt nó nổi thì cái vùng nước này chỉ tới đó thôi. Không phải!

Bài Kinh này sâu chỗ nào? Khi quý vị quán chiếu thấy rằng thế giới này là ba cái khổ:

1. Sự có mặt của những thứ làm ta khó chịu.
2. Sự vắng mặt những thứ làm cho ta dễ chịu.
3. Sự lệ thuộc các điều kiện, các nhân duyên để mà có mặt.

Khi ta quan sát thế giới này như vậy một cách thường xuyên, thường trực thì ta sẽ thấy rằng thơ, nhạc, thi ca, văn chương nếu không có nội dung hướng thượng và hướng thiện thì chỉ là tiếng khóc than. Đây là nói ở thế gian.

Các vị tưởng tượng nếu đi ngang một nhà giam mà trong đó có tiếng hát lãnh lút thì các vị nghĩ gì? Riêng tôi, nếu tôi đi ngang một bệnh viện ung bướu, một nhà tù đặc biệt, khu biệt giam của những người tử tù, khu điều trị đặc biệt những người ung thư kỳ cuối... mà tôi có nghe được một giọng hát lãnh lút, véo von nào từ trong đó vọng ra thì tôi nói rõ là tôi sẽ rất ngậm ngùi. Nếu tôi nghe giọng hát hay ho đó, lãnh lút đó vang ra, vọng ra từ những chỗ như vậy, tiếng hát đó là cả sự mỉa mai. Còn quý vị muốn thấu đạt, tôi hồng gọi nó là niềm khát vọng sống thì tùy quý vị. Riêng tôi, tôi chỉ ngậm ngùi thôi. Gần chết rồi hát hay làm chi vậy đại ca!

Ở đây cũng vậy. Khi một hành giả tu tập miên mật tới nơi tới chốn, rốt ráo, dứt khoát thì hành giả sẽ thấy rằng tất cả bày tỏ cảm xúc phàm phu nó chỉ là sự mĩa mai ghê gớm lắm.

Cách đây mấy hôm, tôi trong cái ma trận thị phi, phải nói là tôi bây giờ khác ngày xưa nhiều lắm. Tôi đâu dám khoe tôi là Thánh, trừ ra lúc tôi uống nước cống thôi. Nhưng bây giờ sau nhiều lần bệnh hoạn, bị thị phi, bị trục trặc này nọ, tôi phải cảm ơn đời, dĩ nhiên trên hết là cảm ơn Đức Phật đã cho tôi cái nhìn về thế giới này.

Là, khi vui tôi cũng có cách nghĩ đến cái vui, thích cái này cái kia, nhưng khi cần chỉ cần thò tay bấm một nút, một trong cái tâm tôi, thì tôi có cách nhìn về nó. Nhìn đâu cũng thấy nó là cái trại giam tử tù, nhìn đâu tôi cũng thấy nó là khu điều trị ung thư kỳ cuối. Các vị trong room có quyền tin hay không thì tùy, nhưng phải nói nó là chuyện có thật. Chẳng qua quý vị ghét tôi, nói ông này đạo đức giả, chẳng qua thói phòng ổng. Nhưng có một chuyện các vị phải tin đó là cái đám trong room mình gần chết hết rồi, đi về thử khám bệnh lại đi. Ai trong room này cũng có vấn đề hết!

Kỳ rồi một bà bác sĩ bên Mỹ cho tôi biết chuyện đó. Nói:

“Sư biết không, nói Sư đừng có buồn nghe, bây giờ đề ra em nào cũng có vấn đề hết. Có điều là nó xa hay gần thôi. Nó gần là bây giờ nó xơ rồi, bây giờ nó bị cao máu, bị dư mỡ, bị tim mạch. Nhưng xa là sao? Nếu Sư là triệu phú, người ta đoán trước tình trạng sức khỏe của Sư trong ba tháng, năm tháng, một năm, hai năm nữa. Còn bây giờ chẳng qua là Sư không phải triệu phú, Sư đi khám định kỳ, chỉ thử phân, thử máu, đờm, nước tiểu, người ta nói cái gì chỉ có trong đó thôi. Chứ nếu Sư là triệu phú là người ta có thể dự đoán xa hơn nữa. Người ta có thể phân tích với mức đường, mức muối Sư ăn mỗi ngày đó, cộng với điều kiện sinh hoạt hiện tại của Sư, họ sẽ cộng trừ nhân chia, họ sẽ cho biết ba năm nữa Sư sẽ ra sao”.

Tôi cho các vị biết chớ mà ngồi đó làm thơ. Tôi nghe bà bác sĩ nói: “Nếu Sư là triệu phú người ta sẽ làm chuyện đó Sư coi. Người ta sẽ phân tích cái lượng calcium,

lượng vitamin A, B1, B6, B12 hiện giờ trong cơ thể Sư, rồi cộng với môi trường sống của Sư, lượng oxygen, lượng CO2 mà lãng lãng, phảng phất trong môi trường của Sư, tổng cộng lại hết, thức ăn, dưỡng khí, rồi phân tích cả cái hệ di truyền của Sư, bla bla... họ sẽ cho ra được một cái viễn ảnh sức khỏe và tuổi thọ của Sư”.

Kinh khủng như vậy! Mà trong room mình tôi e là có hơn một nửa không biết chuyện này. Cứ tưởng kết quả xét nghiệm định kỳ là OK. Xin thưa, cái đó là dành cho người nghèo.

Người giàu nó sống lâu là bởi vì bao nhiêu thứ của nó được tính toán rất là kỹ.

Các vị biết đôi giày mình mang mà không đúng cách, nó hại cột sống quý vị, có biết không? Rồi cái cách nhai, cách cắn của quý vị cũng ảnh hưởng tới cột sống quý vị, có biết không? Đó là kết quả nghiên cứu mới nhất của giới nha khoa Mỹ đó.

Cho nên, nếu biết hơi nhiều như vậy để thấy, thì rõ ràng những lời ca, tiếng hát, tiếng cười, những tranh ảnh, thơ họa mà chúng ta đang cảm đầu thường thức từng ngày, nó chỉ là những sản phẩm u buồn, mĩ mai, được mang ra từ khu biệt giam của tử tù, từ khu điều trị đặc biệt của bệnh nhân ung thư kỳ cuối.

Và hẹn các bệnh nhân ngày mai. Tôi mệt lắm rồi, nói thật!