

Bài 165. Kinh Tăng Chi | Chương Sáu pháp | Phẩm Dhammika (tt) | Sư Giác Nguyên giảng 24/02/2019

Hôm nay chúng ta học Kinh 47, tựa là “Cho đời này”.

Bài kinh 47 – Cho đời này (1)

Có ông du sĩ ngoại đạo tên là Moliyasivaka đến thăm Phật, hỏi Đức Phật một vấn đề nghe thì thường nhưng rất quan trọng.

Hôm nay Phật tử Việt Nam, mà Phật giáo Nam Tông chiếm rất nhỏ trong tổng số những người thờ Phật ở trong nước. Bữa nay mình cũng trên 90 triệu, trong đó Phật tử Nam Tông đã hiếm, mà số người biết tụng kinh Pāli càng hiếm nữa. Trong số những bài kinh mà người Phật tử Nam Tông bắt buộc phải biết, đó là bài Svākkhāto, bài lễ bái Pháp Bảo. Ba bài này không chỉ đơn giản tụng niệm để cầu phúc, bày tỏ lòng kính tin Tam Bảo, mà ba bài này chan chứa nội dung giáo lý trong đó. Mình đọc trong Thanh Tịnh Đạo, phần Định, phần Ngài giải Sáu pháp tùy niệm, đọc trong đó mình mới thấy ba bài tán thán Tam Bảo này có ý nghĩa rất sâu sắc. Thí dụ từng hồng danh Đức Thế Tôn thì sao gọi là Thiện Thệ, sao gọi là Thế Gian Giải, sao gọi là Thiên Nhân Sư, là Phật, là Thế Tôn.

Trong bài xưng tụng hồng ân Pháp Bảo, trong đó có bài Svākkhāto, trong đó có chữ “sanditṭhiko”, có nghĩa “tự mình thấy rõ”, hoặc “thiết thực hiện tại”. Chữ này mỗi ngày mình đọc hai lần mà không hiểu thì uống lắm. Tôi nhắc lại, chữ này có hai nghĩa:

Thứ nhất, “tự mình thấy rõ” là Pháp này phải mỗi người tự chứng nghiệm, chứ không ai có thể trao tặng cho ai.

Thứ hai, “thiết thực hiện tại” có nghĩa là Pháp ứng dụng ngay “tại đây và lúc này”, “chính mình phải cảm nhận được”. Nội dung giáo pháp đó sâu là sâu chỗ nào?

Hai Kinh 47 Cho đời này (1) và 48 Cho đời này (2) có nội dung giống nhau nên tôi giảng một kinh thành hai kinh. Đức Phật Ngài dạy:

“Biết rõ mình đang sống với nội tâm như thế nào thì đó chính là thiết thực hiện tại”.

Nói hơi kỹ thuật một chút, theo A-tỳ-đàm, trên đời này không có cái gì mà nó nhanh cho bằng cái tâm của mình hết. Còn trong đời sống sinh học của chúng ta, tôi nói chậm lại:

Trong nhất thiết pháp giới, trong toàn bộ đời sống chúng sanh, cái nhanh nhất chính là tâm thức. Trong một nháy mắt chúng ta có thể thiện và ác, có thể phàm và thánh, nháy mắt thôi.

Đó là về đời sống tâm lý. Còn về đời sống sinh học, thể lý, sinh lý, vật lý, chúng ta phải nhận rằng cái thường xuyên nhất, thường trực nhất mà chúng ta có thể cảm nhận được đó chính là hơi thở. Tâm thì thường trực sanh diệt, thiện ác, buồn vui; thân thì thường trực nhất là hơi thở.

Rất nhiều lần Đức Phật dạy rằng người sống chánh niệm chính là người gắn liền tâm niệm mình với hơi thở. Nhưng như vậy vẫn chưa rõ ráo. Vì sao? Vì xét trên tốc độ mà nói, thì hơi thở tuy nó thường trực nhưng tốc độ vào ra làm sao bị được tốc độ sanh diệt của tâm. Ấy vậy mà trong room này bắt buộc các vị phải đồng ý với tôi, rằng ai mà thường trực chánh niệm với từng hơi thở vào ra là coi như người đó khít rịt rồi. Tâm người đó khít rịt rồi. Sống với chánh niệm trong hơi thở vào ra là khít rịt, là gần như không còn cái chỗ khe hở cho tà tâm, vọng niệm xuất hiện; nói chi là người theo dõi cái tâm quý vị.

Nếu các vị hứa với tôi một cách bảo đảm rằng các vị chánh niệm trong từng hơi thở, rộng hơn một chút là trong từng sinh hoạt lớn nhỏ, mà hẹp hơn một chút, khít hơn một chút là trong từng hơi thở. Nếu các vị nói đúng như vậy thì tôi có thể mơ hồ hình dung là mức độ thanh tịnh của các vị nó như thế nào.

Còn đấng này, trên cả hơi thở nữa, vị đó có khả năng ghi nhận được cái dòng chảy của tâm thức, từng biến chuyển của tâm thức, nó đang thiện ác, buồn vui, thì coi như đối với người này thì không còn có cái gì có thể xen vào cái tâm vị đó được. Bởi tâm là nhanh nhất mà quý vị.

Tôi nói chuyện này trong room có người nhức đầu mà tôi phải nói. Toàn bộ thế giới này với bao nhiêu thứ nhìn thấy mỗi ngày, gồm sắc, tài, tình, danh, lợi... mà nói rất ráo là sáu trần: sắc, thanh, khí, vị, xúc, pháp; pháp là những đề tài suy tư. Nói gom nữa là chỉ có một thôi: là tâm và cảnh. Sáu thức gom lại chỉ còn có TÂM thôi. Sáu trần gom lại chỉ còn có CẢNH. Có nghĩa là tâm chỉ được gọi là tâm khi có cái để biết. Mọi thứ ở đời chỉ được gọi là cảnh khi nó được tâm nhận biết. Nói như vậy có nghĩa là mọi thứ nó có hay không có là tùy thuộc vào chuyện ta có nhận biết nó hay không. Nhức đầu là chỗ đó.

Tôi ví dụ. Ly nước trước mặt tôi. Tôi nhìn, tôi búng tay vào nó để tôi nghe tiếng động thì bấy giờ đối với tôi nó là cảnh thanh. Tôi nhắm mắt lại, tôi ngửi nó thì nó là cảnh mùi. Mà tôi uống, le lưỡi liếm thì nó là cảnh vị. Tôi sờ chạm nó là cảnh xúc. Tôi nghĩ về nó thuần túy là ý thức thì nó là cảnh pháp.

Nếu nó là ly nước bên cạnh tôi, chỉ cách tôi một gang thôi, nhưng lúc đó tôi lại nhìn một cái khác, tôi đang lắng nghe một âm thanh khác, tôi đang nghĩ về hình ảnh, cảnh tượng một con người, sự vật, sự việc khác, thì cái ly đó lúc bấy giờ nó có ở cạnh tôi hay không thì không còn là vấn đề nữa. Các vị có hiểu cái này không ta? Nghe rất là kỳ, rất nhức đầu.

Các vị nói: “Vô lý, Sư không nghĩ về nó nhưng nó vẫn bên cạnh”. Sai! Tại sao you biết nó bên cạnh tôi? Tại vì you nhìn nó, lúc bấy giờ nó là ngoại trần của you chứ không phải của tui. Tui là Trần Văn A, còn you là Nguyễn Thị B. Thì lúc đó Trần Văn A đang nghĩ về cái chuyện khác. Lúc đó đối với Trần Văn A, cái ly trà này không tồn tại. Mà trong khi đó, Nguyễn Thị B đang nghĩ về, đang nhìn tới, đang lắng nghe,

đang sờ chạm cái ly này, thì lúc đó cái ly này chỉ có với Nguyễn Thị B, chứ không có Trần Văn A ở đây. Các vị nghe kịp không?

Cho nên thế giới này đắng hay ngọt tùy vào chuyện chúng ta có biết tới nó hay không, và biết tới nó bằng tâm trạng gì: thiện ác, buồn vui. Tôi nói rất nhiều lần. Hạnh phúc là gì? Hạnh phúc là sáu căn biết sáu trần như ý. Đau khổ là sáu căn biết sáu trần bất toại. Mà sáu trần bất toại từ đâu ra? Nó do cái ác nghiệp quá khứ. Còn sáu trần như ý thì do thiện nghiệp quá khứ. Mà thiện nghiệp là cái gì? Thiện nghiệp là sáu căn biết sáu trần bằng tâm lành. Ác nghiệp là sáu căn biết sáu trần bằng tâm xấu. Toàn bộ thế giới, toàn bộ đời sống chúng ta trong vô lượng kiếp nó chỉ có chừng đó thôi.

Khi sáu căn biết sáu trần bằng tâm xấu, nó sẽ tạo ra sáu trần bất toại cho một cái sáu căn nào đó cho kiếp sau. Khi sáu căn biết sáu trần bằng tâm lành thì nó sẽ tạo ra sáu trần như ý.

Chính dòng chảy nhân quả này nó kéo chúng ta đi từ đời này qua kiếp khác. Có một điểm khác biệt rất lớn giữa người có tu và người không tu là chỗ này.

Có vô số ác nghiệp và thiện nghiệp, nhưng anh có tu thì khi sáu căn biết sáu trần như ý hay bất toại, anh ghi nhận cái bất toại và như ý ấy bằng chánh niệm. Có nghĩa là kiếp trước anh tạo nghiệp thiện ác, đó là chuyện khác. Nhưng kiếp này anh nhận quả thiện, quả ác bằng tâm lành.

Còn anh không tu, thì khi sáu căn biết sáu trần như ý thì anh biết bằng tâm tham. Sáu căn biết sáu trần bất toại thì anh biết bằng tâm sân. Mà tham, sân ở đâu thì si lù lù núp lùm kể bên. Nhớ cái đó!

Như vậy toàn bộ đời sống này nó chỉ là sáu căn với sáu trần. Mà mình chánh niệm trong từng hơi thở chưa đủ, mà phải chánh niệm trong từng cái dòng chảy của ý thức, trong từng suy tư, trong từng tư tưởng, thì lúc đó chúng ta kiểm soát được bản thân mình.

Lúc đó ác quả, thiện quả dĩ nhiên nó có thể xảy đến. Đức Phật còn bị ác quả, thiện quả mà. Nhưng vấn đề sáu trần bất toại hay như ý đối với Ngài giống nhau y chang. Bởi vì lúc nào Ngài cũng nhận biết nó bằng tâm lành, tức là bằng chánh niệm và trí tuệ.

Ngài luôn luôn biết rõ là Ngài đang ra sao, Ngài đang đi, đứng, nằm, đang nhai, đang nuốt, đang cầm, Ngài đang để xuống. Cái này đang làm Ngài đau, cái này đang làm mát mẻ, Ngài biết rất rõ. Và Ngài biết rằng cái đau này nó đến rồi đi do duyên. Cái tâm mà biết cái cảnh đau này cũng đến rồi đi do duyên. Ngài biết rất rõ, biết bằng trí tuệ của một bậc Thánh.

Cho nên nhìn giống mình y chang. Ngài cũng đi giữa trời trưa nắng, cũng ngồi giữa trời tuyết lạnh, cũng biết nóng biết lạnh như mình vậy đó. Nhưng Ngài cảm nhận cái nóng, cái lạnh ấy bằng sự thấu suốt. Ngài an lạc lắm, thừa quý vị.

Nếu cần mình phải nói thế này: Ngài có đau nhưng Ngài không có khổ. Và bậc Thánh có bận nhưng không có rộn. Không biết trong room có hiểu cái này không ta? Bận khác, rộn khác. Mà mình luôn luôn hể có bận là có rộn. Mình hể tàn là phế. Còn bậc Thánh dầu có tàn nhưng không có phế. Tàn có nghĩa là các ngài bị bệnh nằm liệt vậy đó, là mới tàn thôi chớ chưa có phế.

Bởi vì ở trong room này các vị cũng biết có nhiều thứ nó héo queo, nó tàn nhưng nó có giá trị. Thí dụ trầm hương, nó khô queo rồi, mình cưa cắt khúc nó vẫn có giá trị. Các vị biết nhụy của bông nghệ là hàng ngàn dollar một kí. Nó cũng khô queo rồi nhưng nó có giá trị. Cái vây cá mập nó cũng khô queo rồi, yến nó cũng khô queo rồi. Nó khô, nó tàn nhưng không có phế, không phải đồ phế thải, phế liệu, nhe!

Bậc Thánh dầu có tàn cũng không có phế. Bậc Thánh dầu có bận cũng không có rộn. Bậc Thánh dầu thân có đau nhưng tâm không khổ. Khác chỗ đó đó, nghe. Khác nhiều lắm quý vị.

Ngài nói Giáo Pháp của ta nói riêng, của chư Phật ba đời mười phương nói chung, có một nội dung kỳ lạ, độc đáo. Đó là nhằm đến tinh thần “thiết thực hiện tại ngay tại đây và bây giờ”. Chuyện đã qua có nghĩa là không còn nữa. Chuyện sắp tới nghĩa là nó chưa có. Chưa có có nghĩa là tạm thời nó không có.

Như vậy cái thế giới lúc này đối với chúng ta chỉ là những gì đang diễn ra, đang xảy ra trước mặt thôi. Đó là sáu trần đang đến với chúng ta và sáu căn biết sáu trần ấy. Vấn đề là anh biết sáu trần ấy bằng tâm thức, nhận thức, bằng tâm thái nào, bằng hiểu biết nào, cái đó mới quan trọng.

Cho nên “thiết thực hiện tại” đây có nghĩa là sống sát sườn, rất ráo với cái “tại đây và bây giờ”. Chỉ có anh theo dõi cái tâm thì anh mới thấy được thế giới này trong từng phút.

Tôi nói chuyện này các vị nghe còn nhức đầu nữa. Cái mà mình gọi là núi non, sông rạch, gọi là đẹp xấu, mập ốm, cao thấp, dài ngắn, đen trắng, tất cả những cái đó nó chỉ diễn ra trong từng khoảnh khắc ngắn ngủi bằng một phần tỷ của giây thôi. Các vị đâu có tin. Khổ chỗ là không học không có tin.

Tất cả những cái cao thấp, dài ngắn, nam nữ ấy, những cái mình đang thấy ấy, thực ra nó đang sanh diệt liên tục. Nó đang thay đổi liên tục. Nó luôn trong trạng thái trở thành một thứ khác với một tốc độ hoang tưởng, không tưởng, đó là một phần tỷ của giây! Mà chính vì nó sanh diệt quá nhanh đi cho nên mình không thấy.

Như cái quạt máy nó quay ào ào, vù vù như vậy nên mình không thấy được là nó có ba cánh, bốn cánh, mình đâu có thấy! Các vị ngồi trên xe hơi thấy những chiếc xe chạy bên cạnh, những chiếc xe mà mâm của nó bằng sắt, thì khi nó quay nhanh quá, mình sẽ thấy luôn cả phần thẳng mà nó ăn vào trong lốp xe, thấy luôn, mà thực ra bình thường có thể mình không thấy nó. Nhưng khi nó quay nhanh quá thì nó lộ phần đó ra cho mình thấy.

Nếu mình là một đứa bé thì mình cứ tưởng cái bánh xe nó thực sự như vậy. Nhưng thực ra cái mâm đó là mâm cấm chớ không phải mâm bịt như bình thường đa phần các mâm xe mình thấy, nhe!

Khi cái tâm nó sanh diệt nhanh quá, vạn hữu sanh diệt nhanh quá. Trong Kinh nói vật chất sanh diệt chậm hơn tâm lý mình mười bảy lần. Trong khi đó một nháy mắt tâm sanh diệt hàng triệu lần. Như vậy tuy vật chất chậm hơn 17, nhưng tốc độ của nó vẫn nhanh vô cùng, nhanh quá sức kiểm soát của chúng ta.

Nội chúng ta thấy tốc độ ánh sáng 300.000 km/giây là nó đã vượt khỏi khả năng tưởng tượng của chúng ta. Tốc độ vũ trụ là Mach một, Mach hai, tức là một lần, gấp hai lần âm thanh ánh sáng. Trong room biết tốc độ Mach một, Mach hai hông ta? Tức là một lần tốc độ âm thanh, hai lần tốc độ âm thanh của bên ngành hàng không. Với cái tốc độ âm thanh là mình đã chạy không kịp, nói gì là tốc độ ánh sáng.

Cho nên người mà sống dán chặt chánh niệm và trí tuệ của mình vào trong dòng chảy tâm thức chính là người sống hết mình và rốt ráo với hiện tại. Sống hết mình với tâm thức là biết rõ nó đang thiện ác, buồn vui như thế nào.

Tại sao nó quan trọng như vậy? Tôi đã nói rồi, nó quan trọng ở chỗ là vô số kiếp quá khứ chúng ta đã tạo biết bao nhiêu là thiện nghiệp và ác nghiệp, thì ngay kiếp này, từng giờ, từng giây, chúng ta đang gặt ác quả và thiện quả.

Các vị sẽ thắc mắc hỏi tôi thế này: “Tôi sống bình thường thế này thì ác quả, thiện quả ở đâu?”. Xin thưa, các vị có nghe khó chịu trong người không? Các vị có nghe cảm giác dễ chịu trong người không? Các vị có thấy trời hôm nay nóng hơn, lạnh hơn không? Các vị có thấy thức ăn bữa nay vừa miệng hay không vừa miệng không? Các vị có thấy bối cảnh

xung quanh các vị, thái độ của thiên hạ đối với các vị trong mỗi giờ nó đã khác, chớ đừng có nói mỗi ngày. Đó chính là ác nghiệp, thiện nghiệp, ác quả, thiện quả mà

mình không có ngờ. Mình tưởng là phải chuyện gì ghê gớm lắm, tông xe gãy chân, lò ruột đổ phèo ra mới nghĩ đó là nghiệp. Không phải. Đó là quá nặng rồi.

Trong từng khoảnh khắc, cái cơ thể chúng ta, tâm thức chúng ta buồn vui ra sao, hoàn toàn là do sự tác động của nghiệp quá khứ. Vấn đề ở đây là: Chúng ta đối diện với thực tại ấy bằng tâm thức như thế nào? Cái đó mới lớn chuyện.

Nó là ác quả hay thiện quả không quan trọng. Mà cái quan trọng là hôm nay trước quả thiện, quả ác ấy, ta sống thiện hay sống ác đây? Nếu một người có tu thì trước một thiện quả hay ác quả đều là cơ hội để họ tạo nhân lành. Còn người không có tu thì trước ác quả và thiện quả đều là điều kiện để họ gieo nhân xấu.

Tôi nói không biết là bao nhiêu lần:

“Không biết Đạo chỉ mơ quả lành. Biết Đạo rồi chỉ lo tạo nhân lành. Biết thêm một chút nữa nhìn nhân lành, quả lành bằng tâm chánh niệm buông bỏ. Biết rồi ráo rồi thấy nhân lành hay quả lành đều là vô thường sanh diệt”.

Không biết Đạo chỉ mơ quả lành là sao? Nghĩa là khi mình không biết Đạo, mình chỉ mơ có nhan sắc, mình giàu, có tình cảm, có quyền lực, có bla bla bla... Họ chỉ mong có những quả lành đó thôi, mặc dù họ không biết đó là những quả lành. Tức là mong được cái này, được cái kia mà không nghĩ tới, không biết chuyện gieo nhân nào để được cái đó. Tức là mong hưởng trái ngọt mà không biết làm sao để có những trái ngọt đó.

Vì không biết Đạo, chúng ta chỉ là những đứa bé thích ăn ngon mà chớ màng chuyện vì đâu mà có trái này, có bánh này, nhờ đâu có viên kẹo này thì hoàn toàn không quan tâm.

Nhưng khi biết Đạo rồi, chúng ta giống như người trưởng thành, chuyện ăn ngon ăn dở không quan trọng bằng chuyện làm sao có được nhiều tiền. Trong Đạo cũng vậy. Không biết Đạo chỉ mong quả lành. Biết ba mớ thì thiết tha với nhân lành.

Nhiều người Phật tử tôi biết họ sẵn sàng đói lạnh, đi bộ, khiêng nặng để tạo công đức. Thức khuya dậy sớm gặt từng bông vải, ủi rồi may, xếp, giặt từng bộ y để sáng mai đi dâng Kathina, cực dữ lắm. Còn thức ăn ở nhà không dám ăn cái đó mà dám mua để cúng dường. Cực, cực lắm. Họ không còn mong quả lành nữa mà chỉ mong nhân lành thôi. Không thiết tha với quả lành trước mắt mà thiết tha với nhân lành.

Nhưng với một hành giả, một người có học giáo lý thì khác đi nhiều lắm. Họ chỉ còn sống chánh niệm thôi. Ngày các vị về thiền viện, bất cứ thiền viện nào, khi các vị được thiền sư hướng dẫn sống chánh niệm, lúc đó các vị không còn mong hưởng quả lành, không quan tâm đến chuyện gieo nhân lành. Lúc đó các vị chỉ có đi, đứng, nằm, ngồi, sinh hoạt hoàn toàn bằng chánh niệm.

Lúc đó đối với các vị, nhân lành quả lành không quan trọng. Mà chỉ lo quán tưởng và tánh sanh diệt của thân tâm, của danh sắc. Biết đâu nếu có đủ ba la mật thì một cái rẹt, chấm dứt sanh tử. Chứ giờ đó mà còn mong tôi tu thiền vậy để mai một tôi về trời tôi hưởng thì tôi xin các vị nhớ là các vị đang tào lao cấp một, nghe!

Vô thiền viện tu thiền mà mong mai một nhờ cái phước này mà được về cảnh này cõi kia thì đang tào lao cấp một! Tức là tào lao top, tào lao thượng thừa! Bởi vì muốn cầu quả nhân thiên thì mắc chứng gì phải vô thiền viện để khổ như điên vậy? Ở nhà giữ năm giới rồi làm phước, rồi đi chơi, rồi lâu lâu tháng thì Bát quan, nghe Pháp, ấn tống Kinh sách, đúc chuông đúc tượng là đủ sanh thiên rồi! Chớ vô thiền viện Miến Điện, chỗ ở thì dơ, đồ ăn thì dơ, thì các vị nghĩ dơ cộng dơ thì tu kiểu gì? Cho nên vô thiền viện mà để cầu quả nhân thiên thì không có gì tào lao cho bằng.

Mặc dù người hành giả Tứ Niệm Xứ họ chỉ chuyên tâm cầu giải thoát. Chỉ chuyên tâm quan sát tánh sanh diệt của danh sắc, thân tâm. Nếu họ có lăn đùng ra họ chết lúc đó, chắc chắn chỗ đi về không có tệ. Không phải là chắc chắn, nhưng mà rất có thể chỗ về không tệ, nghe! Nhưng đó là chuyện đương nhiên, chuyện rất ráo, cứu cánh, cái đích đến hành giả Tứ Niệm Xứ nhắm tới tuyệt đối không phải là “cõi” nào hết trơn, mà là chấm dứt các cõi, là dứt tuyệt đường đi lối về trong ba nẻo sáu đường.

Bài Kinh này sâu chỗ này: khi nói đến nội dung của Chánh Pháp là “thiết thực hiện tại” thì Ngài nói rằng không có định nghĩa nào hơn cái “thiết thực hiện tại” cho bằng “sống tại đây và bây giờ” với từng dòng chảy tâm thức, với từng biến chuyển tâm lý của mình. Nhớ cái đó. Cho nên tôi giảng Kinh 47 này cũng là Kinh tiếp theo. Kinh tiếp theo bài 48 cứ vậy mà hiểu.

Tôi ôn lại cho các vị nhớ: cứ mỗi ngày luôn tâm niệm thế này:

“Vô lượng vũ trụ và tất cả chúng sinh chỉ gom gọn trong sáu trần, sáu thức. Vô lượng chúng sanh ai cũng có một núi tiền nghiệp, ác nghiệp, thiện nghiệp. Vấn đề khác nhau giữa người có tu và người không tu ở chỗ là đầu khi gặp quả ác hay quả khổ, cái người không tu luôn luôn nhận biết bằng tâm xấu, tâm bất thiện, lúc thì thích, lúc thì bất mãn. Riêng người có tu thì trước quả xấu hay quả tốt, họ luôn luôn đón nhận nó bằng tâm lành. Biết nó bằng chánh niệm và trí tuệ, thiền định thôi. Cho nên muốn làm được chuyện đó anh phải sống sát sườn, rớt ráo, trực diện, trực tiếp với từng phút giây hiện tại thông qua sự quan sát nội tâm của mình”.

Bài Kinh 49 – Khema

Bài Kinh này lớn chuyện lắm. Bài Kinh này là nguyên thùng nước đá tạt vô mặt chúng ta mà chúng ta đâu có hiểu. Tạt vô cho mình tỉnh. Nếu đọc một mình, các vị khó mà tưởng tượng được tại sao, nội dung Kinh này nói cái gì mà ông nói nguyên thùng nước đá tạt vô mặt, một gáo nước lạnh chưa đủ mà phải nguyên thùng nước đá!

Nội dung Kinh này nói một câu chuyện ngắn thôi nhưng rất đáng để suy nghĩ, rất đáng để bận tâm.

Có hai vị A-la-hán đến hầu Phật. A-la-hán thì có gì mà khoe? Mình tưởng bố thí được chút là khoe. Học ba mớ, giữ giới ba mớ, thiền định ba mớ là khoe, mình tưởng đó là hay, nhưng mà đối với các vị A-la-hán, các vị thấy còn có mặt trong đời đã là cái khổ nạn rồi thì có cái gì để mà khoe. Các ngài biết rất rõ rằng điều kiện sanh tử ở các ngài không còn nữa. Chỉ vậy thôi.

Các vị tướng tượng đi, các vị bị chó rượt, bị cướp rượt, bị lửa rừng cháy sau lưng mình mà bây giờ thoát nạn được, mình mừng hết lớn, có hơi sức đâu mà ngồi đó khoe hời nãy con chó nó rượt tui.

Mà tui thoát được? Không biết các vị có tâm thần hay không chứ tôi không có khoe kỳ cục như vậy.

Thì dòng chảy luân hồi y chang như vậy. Ba cõi sáu đường, sanh lão bệnh tử, sanh ly tử biệt, thương xa ghét gần, muốn mà không xong, bao nhiêu thứ ấy làm chúng ta khổ như điên. Rồi bây giờ thành linh ba la mật đầy đủ, chúng ta không còn phải bị rơi lại ba cõi sáu đường nữa thì mừng muốn chết, có cái gì đâu để mà khoe, quý vị?

Cho nên chuyện hai vị đến thưa với Phật cái quả chứng của mình không phải là khoe, nhưng đó là cái lễ phép trước khi mình đi xa nhập hạ. Mỗi lần từ biệt Thế Tôn, Ngài giáo giới mình, dạy mình cái này cái kia. Bây giờ mình đi, mình làm được cái chuyện Ngài dạy, mình về lễ phép trình Ngài một tiếng vậy đó. Chớ Ngài nhìn cái mũi mình từ xa Ngài đã biết mình là cái gì rồi, thưa gì trình gì cho mệt. Nhưng đó là cái lễ phép, cái lệ sống ở đời.

Mà vị đó cũng không nói mình đặc nữa. Vị đó chỉ nói đơn giản: “Bạch Thế Tôn, một người chứng La hán không còn tâm phân biệt hơn bằng thua nữa”. Và Đức Phật biết rõ đây là vị La hán.

Rồi vị thứ nhất đi xong, vị thứ hai cũng nhắc lại câu nói đó: “Bạch Thế Tôn, một vị đã chứng La hán không còn lòng so đo hơn bằng thua với ai nữa hết”. Phật im lặng chấp nhận.

Khi hai vị A la hán đó đi rồi, Đức Phật mới dạy chư Tăng. Ngài nói rằng: “A la hán thứ thiệt đó”. Phật tuyên bố vậy không có vấn đề gì hết.

Nhưng ta biết rất nhiều kẻ trong đời này thêm có dịp để tuyên bố như vậy lắm. Nhưng mà, này các tỳ kheo, A la hán thứ thiệt thì tuyên bố như vậy không có sai.

Nhưng một kẻ hiểu lầm, một là hiểu lầm tưởng mình đã là La hán rồi la làng la xóm, khua chiêng đánh trống, thông báo là quá bận. Mà nếu không la làng la xóm, tự mình hiểu lầm đã là bận rồi. Cho nên có hai trường hợp: một là biết mình không phải như vậy mà đã đi la làng là bận cấp một. Trường hợp thứ hai, tưởng lầm mình được như vậy rồi đi la làng lên là bận cấp hai.

Tâm trạng người lượm ve chai

Tại sao tôi nói bài Kinh này là nguyên thù nước đá tạt vô đầu mình? Là tại vì trong chúng ta có không ít người tu hành bằng tâm trạng người lượm ve chai, có nghĩa là thấy công đức thì lượm. Cái đó tốt chứ không xấu. Nhưng trong chuyện tu tập thì phải tránh tâm trạng của người lượm ve chai. Có nghĩa là đi quơ quào công đức, quơ quào quả chứng, quơ quào thành tựu.

Các vị nhớ chỗ này: tu sao để không còn là phàm nó hay hơn là tu sao để mang tiếng Thánh. Hai cái này khác nhau nhiều lắm. Tu để được chứng Thánh nguy hiểm lắm. Bởi vì có bữa mình thấy có gì đó ngộ ngộ, nó không giống xưa giờ, mình dễ tưởng nó là Thánh. Vì cái Thánh là cái giống gì mình đâu có biết đâu, quý vị à. “Thánh” nó vuông tròn, dài ngắn, mập ốm, đen trắng ra sao mình có biết lần nào đâu. Nhưng cái phàm mình biết hơi nhiều. Cho nên mình ráng làm sao mình thấy hể còn là phàm là chưa khá. Mình ráng làm sao để không còn giống như vậy nữa, đừng có thích tùm lum, đừng có bất mãn, tị hiềm, khoe khoang tùm lum, đừng có kiêu mạn nữa thì nó dễ an toàn hơn. Nghe. Đó là tu để không còn là phàm nó an toàn hơn.

Còn tu để được chứng Thánh là bận dữ lắm. Thứ nhất, mình đâu biết mặt mũi Thánh ra làm sao. Hể thấy cái gì ngộ ngộ là tưởng lầm thì chết luôn. Thứ hai là khi mình tu mà hướng tới cái Thánh, nó nôn nóng là hư việc.

Tứ Niệm Xứ nó ngộ lắm. Duyên anh nó đủ thì Thánh trí đến với anh ngoạn mục lắm, đẹp mắt lắm, đơn giản lắm. Chống mông trong thiền viện 30 năm không có đặc. Vậy mà duyên nó tới rồi, chỉ nhìn một giọt nước mưa trên mái lá nhỏ “ton” xuống cái lu,

nhìn đó là đặc rồi. Thấy rõ ràng 12 duyên khởi, Bốn Đế nằm trong đó. Thấy Tam tướng, Uẩn, Xứ, Giới, Đế nằm trong giọt nước đó. Trong khi đó phước duyên chưa đủ, 30 năm chống mộng trong thiền viện trồng chuối để tu cũng không đặc. Nghe. Cho nên đừng ngồi đó mà dẹt mộng nhe. Làm ơn sống chánh niệm dùm đi!

Sống chánh niệm có ba cái lợi.

Lợi thứ nhất là mình không biết mình sẽ chết lúc nào, nên sống chánh niệm là sẽ ra đi trong chánh niệm.

Lợi thứ hai là mình không biết ba la mật mình sẽ tròn lúc nào, nên cứ chánh niệm để không bỏ lỡ cơ hội.

Thứ ba, chỉ cần lơ đãng, sơ sẩy một chút là tam nghiệp bất thiện ập tới như nước lũ. Chỉ có chánh niệm mình mới có thể sống phòng vệ cảnh giác đúng mức thôi, quý vị.

Cho nên tu hành mà với cái lòng trông đợi, có trông đợi thì dễ dàng dẫn tới hiểu lầm lắm, quý vị. Dễ ẹc à. Trông nó quá mà. Mà hể trông quá thì lâu ngày dễ dàng dẫn tới tình trạng “trông gà hóa cuốc”. Mình thương ai đó quá, mình đứng chờ người ta ở nhà ga, phi trường, ở ngoài đường ngoài xá, thấy xa xa ai đó tóc dài dài, cứ tưởng. Thấy ai mặc áo tím tím, tưởng. Thấy ai dáng dong dong, cao cao, tưởng. Thấy ai mái tóc bông bênh nghệ sĩ, tưởng. Thấy ai đeo cái túi da xệ xệ, tưởng. Đó. Tại vì mình thương, mình trông, mình đợi, mình cứ tưởng tùm lum. Chớ còn mình không có lòng trông đợi ai hết thì ông đi qua bà đi lại mình không có tưởng. Còn đây này mình nóng ruột quá, nóng quá nó nhầm.

Có anh chàng đó tới học võ với võ sư. Anh nói:

“Thưa thầy, nếu con dốc sức luyện tập ngày đêm quên ăn quên ngủ thì bao lâu con hạ sơn mở võ đường như thầy?”.

Thầy nói:

“Mười năm”.

Ảnh nói:

“Nếu con tăng cường gấp đôi thời gian công sức thì sao?”.

Ông nói:

“Hai chục năm”.

Ảnh nói:

“Giờ con tăng gấp ba thì sao?”.

Ông nói:

“Ba chục năm”.

Anh này anh không hiểu, nói:

“Thưa thầy, sao con tăng thời gian luyện tập, tăng thêm công sức mồ hôi, tại sao con càng tăng thì thời gian càng tăng là sao?”.

Ông thầy mới nói thế này:

“Con à, con chưa biết cái cơ địa con ra sao, xương cốt con, năng khiếu con chưa biết. Sơ sơ mà thầy thấy con nôn nóng kiêu đó nội mà con lên máu con đủ chết rồi. Cho nên thầy tăng thời gian tính luôn thời gian con nằm bệnh viện nữa!”.

Ngay trong chuyện học võ, ông thầy thấy nôn nóng là anh này hỏng xong. Bản thân cái nôn nóng là thứ đại kỵ của con nhà võ. Con nhà võ phải điềm đạm. Nó chưa học mà nó nóng ruột vậy thì tới ngày mà nó giỏi võ thì chết thiên hạ rồi. Nó nghe người ta tiếng trước tiếng sau nó nhin không nổi, vì nó nôn nóng mà. Võ thuật: điềm đạm. Thiên định: điềm đạm. Tu tập con đường giải thoát càng phải bội phần điềm đạm.

Một chuyện vô cùng quan trọng là trái chưa chín, có quỳ lạy nó nó cũng không chín. Đã đến lúc nó chín rồi, có quỳ lạy nó, biểu nó đừng chín nó cũng chín.

Trong Trung Bộ Kinh có bài Kinh này mà không biết bà con có đọc chưa.

Chắc chưa đâu. Nếu mà có thì vô đây làm gì?

Phật nói: “Này các tỳ kheo, nếu các thứ nhiên liệu đã được chuẩn bị đúng mức, đúng chuẩn; việc nhen lửa được thực hiện đúng mức, đúng chuẩn, thì đúng lúc, đúng chuẩn, không muốn lửa vẫn cháy”. Có bài kinh đó. Ai có đọc làm ơn cho biết.

Có nghĩa là nhiên liệu và thao tác nhen lửa thực hiện đúng mức, đúng chuẩn thì không muốn lửa vẫn cháy. Còn nếu nhiên liệu ướt nhẹp, hoặc không đủ, không đúng, hoặc thao tác nhen lửa không đúng, không đủ, thì có quỳ lạy nó cũng không cháy.

Đó là cách nói mẹo, quý vị. Ở đây nhiều người trong room sẽ nhảy dựng lên, nói: “Sao kỳ vậy ta, lửa thì hiểu, nhưng chuyện tu hành đâu có nói vậy được”. Nhưng sự thật nó là như vậy.

Chỉ có người ba-la-mật ngon lành thì tự nhiên họ tu đúng, mà lúc đó lòng không cậy mong, quý vị. Họ lòng cứ thanh thản, thanh thản, điềm đạm, bước đi từ từ bằng chánh niệm. Ăn uống, nhai nuốt bình thường. Nực cứ tắm, nhưng trước khi tắm biết rõ mình đang nực, biết rõ mình đang muốn tắm. Biết rõ mình đang từng bước đi vào nhà tắm. Biết rõ mình đang vịn vò nước. Biết rõ nước đang tuôn trên người. Biết rõ mình đang dễ chịu, khó chịu, biết rõ. Biết rõ mình đang tham, đang sân, đang chánh niệm, biết rõ... thì tự nhiên nó đặc, đủ duyên nó đặc.

Chứ đừng bao giờ treo chữ A-la-hán tòng teng trước mặt kiểu cây gậy và củ cà rốt. Tôi thề độc với các vị, các vị mà đặc tôi xin đi tám tầng địa ngục cho các vị coi, nhe, nếu mà bằng cái tâm nôn nóng như vậy. Kẻ hèn này xin được bảy lần bảy bốn mươi chín lần xuống tám tầng địa ngục để trả cái lời nguyện hôm nay.

Không bao giờ có! Vì sao? Vì trong kinh dạy rất rõ: phải có định tĩnh, có khinh an. Có khinh an thì mới có trí tuệ, mới có giải thoát. Đẳng này anh nôn nóng quá mà, khinh an đã không có, không khinh an thì làm gì có trí tuệ? Đấy, lớn chuyện lắm!

Tại sao tôi phải đánh cái vòng quá xa vậy? Vì tôi muốn chống cái gọi là “tăng thượng mạn”. Không đặc tướng là đặc, rồi đi la lối um sùm bát nhã. Còn cái tệ nhứt, biết rõ mình không đặc mà đi la làng, cái thứ này co giò đập thẳng nó xuống tám tầng địa ngục nó đúng rồi. Nhưng cái tên kia tội nghiệp, ham quá, ham hố quá, nóng ruột quá. Cứ vô ngồi thấy mình không giống người trước, đặc rồi còn gì nữa.

Hồi đó lằng xằng lít xít. Ba ngày, bốn ngày trong thiền viện, ăn uống, điều kiện, chế độ sinh hoạt nó đã khác, thấy người mình nó khác rồi đó. Quý vị phải tin chuyện đó. Không tin cũng phải tin.

Khi quý vị điều chỉnh chế độ sinh hoạt nó khác đi trong vòng ba ngày. Là không được ăn như mình muốn, không được sinh hoạt như mình muốn, mà mỗi thứ nhất nhất phải theo đại chúng. Và cái giờ không muốn ngồi thiền mà mình phải theo đại chúng ngồi thiền. Cái lúc mình không muốn đi mà phải theo đại chúng mình đi. Cái giờ đó mình không thức dậy, mà đã vô thiền viện mình phải theo đại chúng thức dậy chứ.

Ba giờ sáng trời se se lạnh ở Pyin Oo Lwin, nó trùm mền ngủ sướng biết chừng nào. Nó nằm ngủ nướng giòn thơm phức luôn. Mà lại không được nướng nữa. Phải tung chăn ngồi dậy ra ngoài xối một gáo nước lạnh. Ngộ lắm, nước lạnh vô nó tỉnh.

Với một người có lý tưởng sống, có mục đích sống, khi nó tỉnh rồi họ không có muốn quay trở lại. Còn người lười biếng, dễ duôi, không mục đích, không lý tưởng, chỉ cần ném họ vào giường họ sẽ ngủ. Nhưng người có lý tưởng, mục đích, lòng họ luôn như có một lò lửa nó cháy liên tục, cháy thường trực. Các vị tin tôi đi.

Cho nên hồi nãy có ý muốn nướng, nhưng giờ chỉ cần ly nước lạnh vô rồi nó tỉnh luôn. Bây giờ mà đè khiêng nhét nó vô giường nó cũng bung trở ra.

Các vị tưởng tượng các vị sống trong điều kiện như vậy mà suốt ba ngày, năm ngày, tám ngày, mười ngày, làm sao mà các vị không thành con người khác được. Rồi cộng với chánh niệm liên tục trong lúc ăn uống, tắm rửa, tiểu tiện, đi đứng, nói cười. Thì các vị tưởng tượng đi, mười ngày, mười lăm ngày các vị có thành con người khác hay không? Thành là cái chắc rồi. Trừ khi các vị giả vờ thì tôi không ý kiến, nghe!

Chớ còn đúng mà các vị miên mật suốt tuần lễ, mười ngày, nửa tháng, một tháng thì với sự điều chỉnh, kiểm soát chế độ sinh hoạt về cả tâm lý lẫn sinh lý như thế, thì cái chuyện các vị thành một con người khác, nó an lạc, an tịnh, điềm đạm, bình thản, thanh thản hơn; thì chuyện đó không có gì lạ hết.

Lúc này mới là lúc quyết liệt. Lúc đó các vị đang đối diện với một mặt trận khác.

Mấy ngày đầu mình đối diện với cái con người cũ bê bối, bẽ bộn của mình. Nhưng khi nó qua được năm ngày, mười ngày là lúc mình đối diện với mặt trận khác. Mặt trận này nó ghê gớm hơn. Mặt trận kia là gương, là súng, là kèn sừng trâu, là tiếng động, hình ảnh những trận sập lá cà. Đó là mặt trận khác, mặt trận điệp báo, biệt kích, mặt trận này mới ghê. Không còn tiếng hò hét nữa, mà chỉ có bóng đêm, chỉ có tiếng côn trùng và có những bóng tối xê dịch. Cái đó mới dễ sợ. Mặt trận đó đã qua một tình thế khác rồi, quý vị.

Thứ hò hét, đâm chém, rượt đuổi, siết cò, lụi dao dễ sợ kiểu khác. Nhưng cái kiểu hai bên biệt kích, hai lực lượng thám báo đối diện nhau trong rừng đêm mới dễ sợ theo cách khác. Lúc bấy giờ đã mười ngày qua, một tuần lễ trôi qua, hành giả đối diện một chiến trường khác, nó lặng lẽ, thơm phức và mát lạnh.

Đó chính là đối diện với cái lành của mình, cái thiện, cái hay ho của mình, nhưng mà giặc nó nằm lùm, núp lùm, nằm dày như quân Nguyên dưới tán lá mà mình không thấy. Nó lớn chuyện là chỗ đó đó, quý vị. Nó lớn chuyện lắm!

Tôi nhắc lại. mấy ngày đầu tiên là mình phải đối phó với con người bầy hầy, bẽ bộn, bê bối của mình: thèm ăn, nóng quá, lạnh quá, tê, mỏi, nhức, buốt, đau lưng, đau

mông, đau đầu gối, mỏi cổ, nhức đầu, hai màng tai từng từng, tùm lum hết. Mấy ngày đầu đó, đối với tôi, mặt trận đó không đáng sợ. Bởi vì mặt trận đó sớm muộn gì nó cũng qua. Chưa có ai bậy bạ ở mặt trận đó hết.

Nhưng cái bậy đa phần xuất hiện ở vùng sau. Đó là thấy ba mớ rồi đó. Thấy nó yên lại. Sao lâu quá không thấy mình nổi giận ta? Sao lâu quá không thấy mình thèm ăn ta? Sao lâu quá rồi, mấy ngày nay hình như cái âm thanh bên ngoài, ngoài lộ hình như nó hồng vô tai mình? Và sao mấy ngày nay mình muốn xếp bằng là xếp bằng? Mà ngộ lắm, sao mấy ngày nay mình muốn dậy ba giờ rưỡi sáng, đúng ba giờ rưỡi bật dậy là sao ta? Sao lúc này ngồi thiền mà sao nó mát mẻ, mà nó nhẹ quá, làm như nó mất ký luôn vậy đó, là sao ta?...

Mà cứ mỗi cái “ngộ ngộ” đó là cái độc chết người đó, quý vị biết không? Thế là chàng và nàng bèn la làng lên. Một là âm thầm tưởng nhầm. Hai là hé môi la làng. Cả hai trường hợp ấy đều là lý do để ta có được bài kinh 49 này.

Bây giờ các vị hiểu chưa? Hiểu vì đâu có bài kinh “rùng rợn” này, khi mà hai vị A-la-hán đến trình lên Thế Tôn quả chứng thì thôi. Đằng này Thế Tôn lại dạy mình một cái câu nghe ngắn lắm mà lớn chuyện lắm:

“Này các tỳ-kheo, các thiện nam tử ấy nói lên chánh trí, nói đến mục đích nhưng không hề đề cập đến tự ngã. Các vị nói là con đã làm xong chuyện. Chỉ vậy thôi. Còn phạm phu thì sao? Tuy vậy, ở đây một số kẻ ngu nói lên chánh trí một cách ngạo mạn, đắc chí. Họ về sau rơi vào nguy hại.”

Cái văn trong kinh không đủ làm quý vị sợ. Nhưng các vị nghe ngôn ngữ của tôi mới thấy ngán, nghe! Có nghĩa là đối với các bậc Thánh, cần nói thì nói nhưng không hề gán cái tôi vào trong đó.

Còn mình thì sao? Ở ngoài đời, chưa biết đạo, hể mở miệng ra là huênh hoang khoáng lác, vỗ ngực xưng tên thì cái đó đã đành rồi. Vô trong đạo có giới, có thí, có niệm, có

định mà mở miệng ra là sặc sụa cái mùi “tôi”, “ta” nồng nặc chịu không nổi. Vấn đề của mình là chỗ đó.

Ngày xưa mình bất thiện, mình nuôi dưỡng cái tôi bằng cách chiều theo cái nó thích, chạy trốn cái nó ghét. Đó là chấp ngã kiểu rẻ tiền, kiểu ba xu của phàm phu. Bây giờ mình nuôi dưỡng cái tôi một cách khác, cao cấp hơn: bây giờ tôi không còn bất thiện nữa, tôi không còn thích, tôi không còn ghét. Tôi không còn sân, tôi không còn giận. Tôi không còn bủn xỉn, tị hiềm, ghen ghét nữa. Tôi bây giờ có thiện, tôi có định, có tuệ, có giới, có thí. Tôi có tà, có úy, có tín, có tấn, có niệm, có định, có tuệ.

Thì lúc bấy giờ mình nuôi dưỡng “cái tôi” của mình một mức độ cao cấp hơn, sang trọng hơn, thơm tho hơn, mát mẻ hơn. Nhưng nói cho cùng đó chỉ là vỏ ngoài, chớ bên trong nó vẫn hôi rình, giòi không ở trong. Nghe!

Bài kinh sâu lắm. Rất là sâu! Bài này nên đúc kết thế này:

“Chuyện nên làm phải làm. Ở đây chỉ có việc nên làm chứ không có ai là người thực hiện.”

Tôi nhắc lại: chuyện nên làm thì làm. Nhưng lúc nào cũng phải nhớ, ở đây chỉ có chuyện nên làm thôi, chớ không có người nào làm hết. Ngày nào trong đầu chúng ta còn lảng vảng, phảng phất bóng dáng của người làm, có kẻ thực hiện điều ấy, tôi làm, ta làm, thì ngày ấy chúng ta chưa có khá được.

Vì sao vậy? Vì mình khổ là chỉ vì cái “tôi” đó. Bây giờ mình gặp Phật rồi, nghe được pháp rồi mà công nguyên cái tôi to đùng đó vào đây, thì chúng ta coi như là trốn khổ này đi tìm cái khổ khác. Bài kinh 49 này sâu ác liệt là vậy.

Bài kinh 50 – Các căn (Indriyasamvarasuttam)

Đức Phật đặc biệt nhấn mạnh và nhấn mạnh liên tục trong suốt 45 năm. Trong room thế nào cũng có người hỏi tôi: “Dựa vào đâu mà nói 45 năm?”. Dạ, Ngài thành đạo

ngày rằm tháng tư, là ngay trong bài kinh Chuyển Pháp Luân sau đó rằm tháng sáu, chỉ có hai tháng, là Ngài đã nhắc cái tinh thần này rồi, tinh thần thu thúc lục căn.

Trong room này chắc có người nhảy lên nói: “Hồi nào, hồi nào, trong kinh Chuyển Pháp Luân làm gì có nói thu thúc lục căn?”. Có chứ. Khi Ngài nói về Bốn Đế đó. Ngài nói sanh, già, đau, chết là khổ. Muốn không được là khổ. Thương phải xa là khổ. Ghét phải gần là khổ. Nói gọn lại, năm uẩn là khổ. Đó là Ngài nói về Khổ Đế.

Qua đến Tập Đế, Ngài nói: đam mê ở trong sanh, già, đau, chết. Thích cái này, thích cái kia. Còn muốn có mặt chỗ này chỗ nọ để thưởng thức sáu trần. Cái đó chính là Tập Đế.

Như vậy là Ngài đang một cách kín đáo nhắc thu thúc lục căn. Chưa hết. Sau đó Ngài còn giảng chúng ta nghe bài kinh về Lửa. Ngài nói mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý nó chỉ là sáu căn thôi. Nhưng không khéo nó chính là sáu ngọn lửa, nó đốt cháy chúng ta. Nó làm chúng ta khổ cả đời này và vô lượng kiếp trước và kiếp sau.

Tại sao nó là lửa? Hồi này tôi giảng rồi. Chỉ cần sơ ý, lơ đãng, gặp cái mình thích, gặp cái vừa ý là đắm đuối trong đó. Gặp cái bất toại, nghịch ý thì mình đau khổ, bức bối, khó chịu, sợ hãi.

Các vị đừng nói với tôi các vị gặp điều như ý rồi các vị hạnh phúc. Chưa chắc. Không phải chưa chắc, mà là không phải như vậy! Vì còn có cái thích là tôi xin bảo đảm 100%, hễ có cái thích thì có cái ghét, vì cái ghét nó nằm ở mặt kia của cái thích.

Trong room có hiểu cái này không? Các vị luôn luôn nhớ dùm tôi cái này: các vị còn thích cái gì đó thì tôi hứa 1.000% là các vị có cái ghét nằm ngược lại.

Thí dụ như tôi thích mát có nghĩa là tôi ghét nực, ghét nóng. Tôi thích ăn ngon có nghĩa là tôi không thể nào nuốt nổi mấy món người ta nấu dở. Cái đó là bắt buộc. Tôi thích êm ấm thì không thể nào tôi thích cái gì mà thô ráp, sần sùi, lạnh lẽo.

Cho nên bản thân cái thích nó là khổ rồi vì nhiều lý do. Bởi vì nó là cái mặt phải của cái ghét. Mà ghét chính là tên gọi khác của khổ. Chưa hết. Chính có cái thích mới có cái kiếm tìm. Hành trình kiếm tìm, rồi tìm được đó là chuyện khác, mà tìm không được đó là khổ. Ngay trong hành trình kiếm tìm là cái khổ. Tìm không được là khổ. Tìm được rồi mà phải lo giữ nó là khổ, mà giữ không được nó lại khổ nữa. Những cái khổ này toàn là do cái thích mà ra.

Còn cái mình không thích làm mình khổ thì khỏi giải thích. Cái làm cho mình bức mình, gió mưa, muỗi mòng chích đốt, độc trùng mãnh thú, tiếng mắng chửi, đấm đá, thương tích, máu me, tai nạn, bla bla bla... nó là vị đắng rồi, khỏi nói, bản thân nó là khổ rồi, khổ gián tiếp.

Nó là trái lựu đạn được tô vẽ tuyệt đẹp. Nói thẳng luôn, những gì quý vị thấy đẹp toàn là những trái lựu đạn sơn màu thôi. Nó nổ một cái, một là chết, hai là tàn tật; trước khi tàn tật thì đau đớn kinh khủng lắm. Mấy tháng trời mới xong một vết thương do lựu đạn nổ.

Cho nên hạnh phúc như con rắn sắc sỡ. Giống như nấm độc sắc sỡ, trái độc sắc sỡ. Giống như mìn, bom đạn sắc sỡ vậy. Cho nên chuyện đầu tiên Ngài nói, không thu thúc lục căn thì đạo nghiệp tan nát. Các vị coi có đúng vậy không. Bản dịch ngài Minh Châu ở đây là: “Với căn không phòng hộ”, sáu căn, là đạo nghiệp tan nát.

Bởi vì đạo nghiệp của mình chính là khả năng kiểm soát sáu căn. Nó chỉ đơn giản vậy thôi. Chớ mình ngồi mình tưởng đạo nghiệp là quả vị A-la-hán tùm lum, mà mình quên chuyện quả vị La-hán cũng nằm trong sáu căn, nó là ý căn. Cho nên muốn

Được quả vị La-hán thì anh phải thay đổi cách làm việc của sáu căn.

Hồi đó giờ mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng, suy tư bằng cái thất niệm, bằng sự phóng dật, không niệm, không định, không tuệ. Bây giờ mình phải thay đổi cách làm việc, có nghĩa là thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng và suy tư trong mọi tình huống, mọi hoàn cảnh bằng chánh niệm và trí tuệ. Duyên lành hội đủ một cái rẹt, chứng Thánh.

Trong Chú giải của Kinh này ghi rất rõ:

“Không có thu thúc lục căn thì Giới không giữ được. Mà Giới không giữ được thì Định không có được. Mà Định không có được thì Tri kiến không có được”.

Bà con ghi dùm tôi: “cái tri kiến như thật”. Tri kiến như thật là Yathābhūtañāṇadassana. Trong đây giải thích là trí tuệ niệm xứ ở giai đoạn non yếu. Taruṇa: non yếu.

Có nghĩa là, chẳng hạn như tất cả hành giả chúng ta trong room đều có thể có tri kiến như thật. Nghe chữ sang quá phải không? Nhưng mà không! Trong đây ghi rất rõ, tri kiến như thật đây là mình có học A-tỳ-đàm và mình có tu tập Tứ Niệm Xứ. Mình biết rõ cái này là danh, cái này là sắc. Ngoài danh và sắc, ngoài vô thường, khổ, vô ngã ra, không có nam nữ, đẹp xấu; tất cả chỉ là danh sắc.

Mà danh sắc là gì? Danh sắc là gồm bốn thứ: thiện, ác, buồn, vui. Chỉ vậy thôi chớ không có gì hết. Nhe. Đó là nói về Danh pháp, Tâm pháp. Còn Sắc pháp có bốn đại: đất, nước, lửa, gió.

Mình hiểu như vậy, cái hiểu của giai đoạn đầu của một hành giả Tứ Niệm Xứ gọi là Yathābhūtañāṇadassana, trí tuệ quán non yếu.

Tiếp theo, Ngài nói rằng nếu không có tri kiến như thật thì không thể nào có cái nhàm chán. Cái nhàm chán ở đây, tiếng Pali là Nibbidā. Nibbidā chỉ cho cái giai đoạn Tuệ quán già giặn là balava-vipassanā. Tri kiến như thật chỉ cho giai đoạn Tuệ quán yếu. Còn nhàm chán đây là trí tuệ quán giai đoạn mạnh. Còn ly tham chỉ cho Tâm thánh đạo: Virāgo ariyamaggo.

Các vị thấy chưa, mình học có Chú giải mình mới hiểu từng li từng tí, chớ không thì chỉ có le lưỡi thôi.

Như vậy các vị nhớ nè: tri kiến như thật ở trong Kinh này, Kinh này nhe, là ám chỉ cho trí tuệ quán giai đoạn đầu còn non yếu. Còn Nibbidā, sự nhàm chán, chỉ cho trí

tuệ quán giai đoạn già giận, thuần thực.

Cái này nó sâu như biển. Tại sao sâu? Là bởi vì cái tri kiến như thật là mình mới ở mức độ non yếu, như mới lúc đầu thôi. Thấy đây là danh, đây là sắc. Danh sắc không rời tam tướng. Tam tướng tức là danh sắc.

Hồi đó mình học lơ mơ thấy rằng trong danh sắc có tam tướng. Tam tướng là biểu hiện của danh sắc. Nhưng thực ra sẽ có một ngày mình thấy: tam tướng chính là danh sắc, mà danh sắc chính là tam tướng.

Bữa hôm tôi nói không biết trong room còn nhớ không? Lúc đầu chánh niệm mình còn yếu, mình thấy rằng: “Tâm tham đang có mặt”. Nhưng đến một lúc nào đó già giận hơn, mình thấy là: “Tâm tham đang biến mất”. Cuối cùng, ở một mức độ rất ráo, mình sẽ thấy: “Tâm tham nó vừa biến mất”. Nhớ cái đó!

Quý vị sẽ thắc mắc: ở Kinh nào? Dạ, trong mấy cái Tuệ đó. Tuệ Bhaṅgañāṇa là cái Tuệ chỉ thấy diệt thôi. Bhaṅga là tan vỡ, là broken.

Có lúc nào đó quý vị sẽ thấy diệt. Cái tâm (...) là còn thấy đây là tam tướng, nó có sanh, có diệt. Nhưng đến Bhaṅga, các vị thấy nó biến mất, chỉ có mất thôi. Lúc đầu là thấy tâm tham đang có mặt. Tiếp theo đó mình thấy tâm tham đang biến mất. Và cuối cùng là tâm tham vừa biến mất. Mà cái “vừa” này mới đúng.

Vì sao? Vì khi mình thấy được nó thì nó không còn nữa. Cái này mới đúng.

Nhưng vì đã có coi Kinh rồi, đã nghe giảng rồi, thì các vị thấy nó dễ. Chứ nếu mà chưa từng nghe thì các vị sẽ phải đợi đến lúc đó mới thấy như vậy. Có nghĩa là cái gì mình thấy được nó là nó đã biến mất rồi. Nhớ nhé! Cái này quan trọng lắm!

Tại sao tôi nói lớn chuyện? Cái tri kiến như thật là mình thấy rõ tam tướng chính là danh sắc và danh sắc chính là tam tướng. Mà toàn bộ vũ trụ và tất cả chúng sanh đều gói gọn trong tam tướng và danh sắc. Danh sắc là gì? Là thân và tâm. Còn tam tướng là vô thường, khổ, vô ngã.

Vô thường là không có gì bền hết, mọi thứ luôn luôn trong trạng thái trở thành cái khác.

Còn khổ đây nó không còn là khổ trong cảm giác, mà khổ là trạng thái bị thúc đẩy. Muốn hay không, mọi thứ nó phải trôi về phía trước; mọi thứ nó phải tuột lại phía sau. Đời sống mới của mình là đi về phía trước, mọi thứ dĩ vãng trôi về phía sau. Cái thúc đẩy đó là khổ.

Trong room các vị sẽ thắc mắc: ông giảng trong Kinh nào vậy ta? Kinh nào kỳ vậy? Khổ mà không cho mình nhắc tới cảm xúc?

Dạ thưa, cái khổ mà còn gắn liền với cảm xúc, cảm thọ, cái khổ đó là cái khổ ba xu, rẻ tiền, cái khổ dành cho người sơ cơ. Còn cái khổ nói rốt ráo không còn cảm xúc, nó không còn dính tới cảm xúc.

Bằng chứng là cái khổ mà còn dính tới cảm xúc là khi nào đến lúc khó chịu mới gọi là khổ. Còn đẳng này, vật chất bị đẩy về phía trước, dầu muốn hay không vẫn bị đẩy về phía trước. Trạng thái đó trong tiếng Pali gọi là *Piḷanaṭṭhena dukkham*, Tam Tạng cuốn 31, Vô Ngại Giải Đạo.

Chính vì cái khổ được định nghĩa như vậy, nó mới hàm chứa luôn cái vô ngã trong đó. Khổ nó chính là sự thúc đẩy. Muốn hay không muốn, nó vẫn bị đẩy về phía trước. Chính vì vậy cho nên mới dẫn tới chuyện vô ngã, tức là không ai điều động hết. Mọi thứ do duyên.

Cho nên trong Kinh cách đây mấy hôm mình học:

“Dựa vào tướng và tánh sanh diệt của vạn hữu, ta quán thấy sự vô thường của danh sắc, thấy được khổ trong vô thường, thấy được vô ngã trong cái khổ”. Chánh Kinh.

Dựa vào tướng và tánh sanh diệt của vạn hữu, ta thấy được sự vô thường của danh sắc. Bước thứ hai là thấy được cái khổ trong cái vô thường. Bởi vì cái vô thường ấy

không ai sắp xếp, tự nó bị đẩy đi, tự nó diễn tiến theo chiều hướng không thể kiểm soát. Rồi cái cuối cùng là thấy được cái vô ngã trong cái khổ.

Ba cái này mình kể ra có trước có sau, nhưng thực ra ba cái này trong Kinh ghi rất rõ: thấy rõ ràng được tướng vô thường là tự nhiên thấy khổ và vô ngã nằm lù lù ở trong. Vì vậy cho nên khi mình đắc Đạo thì thấy một tướng thành ba tướng, tam tướng; thấy một Đế thành cả Bốn Đế là như vậy.

Chỉ cần mình thấy rõ đây là má mình thì lập tức mình biết ngay đây là vợ của ba, là dâu của ông nội và con gái của ông ngoại mình. Biết trong room có hiểu này không ta?

Bây giờ mình học tiếp qua phần nữa là khi không thu thúc các căn thì không có Giới được.

“Giới” là không được làm cái này, không được làm cái kia.

Mà nếu không thu thúc lục căn thì anh có biết cái gì nên và cái gì không nên? Chỉ có sống chánh niệm trong các căn, trong lúc các căn làm việc, thì anh mới có thể biết cái gì nên và không nên. Và Giới chính là sự kiểm soát chính mình trong mọi hoàn cảnh để biết cái gì nên và cái gì không nên.

Mà không có khả năng kiểm soát mọi sinh hoạt nên hay không nên, điều đó có nghĩa là anh không có Định. Sẵn đây tôi van xin trong room làm ơn hiểu, điều chỉnh lại cái cách hiểu tà lao, rẽ tiền ba xu, mẫu giáo của các vị. Cứ hiểu là không có Ngũ giới, không có Bát giới, không có Sa di giới, Tỳ kheo giới là không có Định. Nói vậy là tà lao, rất khó hiểu. Phải nói như vậy mới đúng:

Khi anh không có khả năng kiểm soát, không có khả năng nhận thức, biết cái nào nên và không nên làm, điều đó có nghĩa rằng lúc đó anh không có Định. Cái “Giới” này nó là tâm lý, là nội dung, chứ không phải là hình thức. Trong khi mấy cái giới như lâu

nay mình hiểu toàn là giới hình thức: năm giới, bát giới... Phải hiểu đúng “Giới” đây là ý thức kiểm soát thân nghiệp, khẩu nghiệp.

Tôi nhắc lại lần nữa: Giới phải được hiểu là ý thức kiểm soát thân nghiệp, khẩu nghiệp.

Rồi có người thắc mắc: Kinh nào nói? Tôi đọc tiếng Pali đây: “Viraticetanāham, bhikkhave, sīlam vadāmi”, nghĩa là: “Này các tỳ kheo, ta nói sự cố ý kiêng tránh ác nghiệp chính là Giới”.

Như vậy, Giới mà bà con nhắc số 5, số 8 đó giờ chỉ là hình thức, rất cạn. Cái mình nói ở đây là Giới nội dung, tức là ý thức kiêng tránh, một cách cố ý, thân nghiệp, khẩu nghiệp — đó là cấp thấp — và cả ý nghiệp — cấp cao. Như vậy, cái ý thức kiêng tránh tam nghiệp bất thiện được gọi là Giới.

Mà khi anh không có khả năng này thì Định ở đâu nó ra? Giới định nghĩa như vậy mình mới thấy Giới chính là cái nền của Định. Chớ còn Giới định nghĩa theo kiểu ba xu, kiểu tôi thọ Bát quan, tôi không phạm giới ăn chiều, tôi không phạm giới tức là có giới, mà có giới là có Định? Sai!

Vì không phạm giới chưa chắc là giữ giới. Mình thọ giới xong mình về trùm mền ngủ thì đâu có phạm? Hoặc ra sau nhà đi tưới cây, tĩa kiếng, ngó đồng hồ ăn trước 12 giờ, xong online chít chát, vậy thì có làm gì đâu mà phạm giới? Không! Giới mà hiểu vậy rất là nghèo. Mà Giới đây là ý thức kiêng tránh tam nghiệp bất thiện.

Chính “Giới” này mới làm nền cho Định. Giới này mà không có thì không có Định. Định mà không có thì không thể nào có “tri kiến như thật”. Tri kiến như thật đây chính là trí tuệ quán non yếu buổi đầu. Mà không có trí tuệ quán non yếu thì làm gì có trí tuệ quán già giặn. Mà không có trí tuệ quán già giặn thì làm gì có Thánh đạo. Mà không có Thánh đạo thì làm gì có cái “trí phản quán”. Trong bản tiếng Việt thiếu cái đó nhe.

Cái “giải thoát tri kiến” đây trong kia ghi rất rõ, cô Giọt Mưa này có ghi nè, đoạn Chú giải 50:

“Không có giới thì không thể có định. Không có định thì không thể có tri kiến như thật, tuệ quán buổi đầu. Không có tri kiến như thật thì không có trí tuệ nhằm chán, tuệ quán già giận. Không có tuệ quán già giận thì làm gì có Thánh đạo. Mà không có Thánh đạo thì làm gì có tri kiến giải thoát, Thánh quả.

Tri kiến giải thoát: chỉ cho Thánh đạo.

Tri kiến: chỉ cho 19 trí phản khán.”

Phản khán là nhìn lại. “Trí phản khán” là mỗi lần mình đắc xong một tầng Thánh thì mình nhìn lại phiền não nào mình đã trừ, phiền não nào còn sót, Đạo nào mình đã chứng, Quả nào mình đã chứng. Tức “phản khán phiền não” có hai: đã trừ và còn sót. Đạo nào đã chứng, Quả nào đã chứng là bốn. Phản khán cái Niết-bàn nào mình vừa nhìn thấy là năm.

Năm cái này đem nhân cho bốn tầng Thánh là 20. Nhưng tại sao chỉ nói có 19? Là vì ở tầng đầu tiên, tầng La-hán không có quán sát cái gọi là “phiền não dư sót”. Ở ba tầng Thánh trước thì “phản khán phiền não” có hai, là phiền não đã diệt và phiền não còn sót; phản khán Đạo đã đắc, Quả đã đắc và Niết-bàn đã chứng, là năm. Năm cái đó nhân cho ba tầng Thánh là 15.

Nhưng lên tới tầng La-hán thì không thể 5 được nữa. Vì sao? Vì La-hán chỉ còn cần nhìn lại phiền não đã diệt, Đạo đã chứng, Quả đã chứng và Niết-bàn đã chứng, còn có 4 thôi. Các vị La-hán không còn phiền não nào dư sót nữa hết.

Như vậy mình thấy lẽ ra thì $5 \times 4 = 20$, nhưng ở đây chỉ có 19, bởi vì La-hán phải trừ bớt một cái, là vị La-hán không còn nhìn lại cái phiền não nào dư sót hết, vì còn dư sót đâu mà nhìn. Tổng cộng trong bài Kinh ta có 19 trí phản khán.

Mình đã học xong bài Kinh 50. Ngày mai mình học tiếp hết chương luôn. Hẹn bà con ngày mai. Mai giá nào cũng phải học hết chương này.

Chúc các vị một ngày vui và xin nói rõ một chuyện. Tôi cố gắng nói kỹ, nói chậm, nói rõ những cái này để cho những người mà sơ cơ mù tịt, dốt đặc không biết gì, họ vẫn có thể theo dõi lớp học này. Và phải nói đó là thiện chí và cũng là lòng đại bi đó, phải nói như vậy.

Vì bữa nào giảng tôi nghĩ đến những người đã biết đã đành rồi, nhưng tôi luôn luôn nghĩ đến những người hoàn toàn mù tịt, hôm nay là lần đầu tiên mà họ nghe. Cho nên bà con làm ơn ghi note thiệt kỹ. Một bộ Kinh thế này thì quý vị từ một người dốt đặc có thể trở thành một người Phật tử có căn bản giáo lý. Đó là ước mơ lớn nhất của tôi.

Còn chuyện mai này mình về Miến Điện mình tu tập thì đó là, ở đây mình học, nhưng qua đó mình hành. Đó là điều kiện để quý vị có thể thực tập cái điều mình đã học. Quan trọng lắm quý vị. Quan trọng lắm! Học cho đã, không có chỗ thực tập không được. Phải có chỗ thực tập.

Và chỗ đó là chỗ mình đang làm đó. Và cũng phải thưa rõ với bà con một chuyện đó là ở đó không hề có chủ. Trên đầu quý vị không có ai. Các vị đến đó các vị không phải lạy lục người nào hết. Vì các vị đến đó không thấy người nào hết, chỉ gặp một người bản xứ họ trao cho mình chìa khóa, rồi thì ở đó, ăn cây nào rào cây nấy, giữ sạch sẽ vệ sinh. Khi ra đi trả chìa khóa lại. Như vậy thôi. Ok.

Chúc các vị một ngày vui.