

Bài 172. Kinh Tăng Chi | Chương Sáu pháp | Đại Phẩm (tt) | Sư Giác Nguyên giảng 28/05/2019

Bây giờ mình tiếp tục bài giảng ngày hôm qua.

Hôm qua tôi có nói rằng thế giới này có nhiều cách để mình quan sát, nhận thức nó. Có lúc Đức Phật nói thế giới này gồm một thứ là “pháp hành”. Tất cả các pháp hành là vô ngã, vô thường. Ngay trong câu nói cuối đời, Ngài không còn chia chẻ danh sắc, năm uẩn nữa, mà Ngài chỉ nói chung là các hành. Có nghĩa là cái gì do duyên tạo ra để có mặt, rồi cũng do duyên mà mất đi thì cái đó gọi chung là pháp hành.

Rồi có trường hợp Ngài phân tích thế giới gồm có hai. Đó là danh và sắc, thân và tâm. Có chỗ Ngài phân tích thế giới này thành ra năm, đó là năm uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Có lúc Ngài phân thế giới này thành ba cõi là Dục, Sắc và Vô sắc.

Chúng ta thấy rằng tùy trường hợp, tùy đối tượng, tùy thời điểm mà Thế Tôn có cách phân tích khác nhau về thế giới này. Trong bài kinh này, Ngài phân tích thế giới qua những khái niệm mà đối với đa phần người Phật tử mình rất là xa lạ. Thí dụ như Ngài nói thế giới qua “xúc”. Nếu mình không học giáo lý, mình không thể ngờ rằng nội dung bài kinh này sâu như vậy, và bản thân chữ “xúc” xưa giờ mình hiểu rất nghèo, cạn và hẹp.

THẾ GIỚI NÀY CHỈ LÀ “XÚC”

“Xúc” đây là sự gặp gỡ của sáu căn, sáu trần. Tôi đã nói không biết bao nhiêu lần: toàn bộ thế giới này cùng vô lượng vũ trụ với tất cả chúng sinh trong đó chỉ là sự có mặt của sáu căn và sáu trần. Sự gặp gỡ của sáu căn và sáu trần được gọi là sáu xúc. Gọi cho đủ là sáu xúc, mà nói gọn là “xúc” thôi là được. Trong trường hợp này, Ngài nói chữ “xúc” thôi là được rồi.

Tôi đã nói toàn bộ hành trình tu hành của chúng ta, toàn bộ hành trình sống đời và hành đạo của chúng ta chỉ là lộ trình của sáu xúc. Mình sống ngoài đời, từ trong bụng

mẹ là mình đã làm việc với sáu xúc. Rồi mình ra khỏi bụng mẹ, từ đó cho đến lúc đi vào đời, rồi mình vào quan tài, thì đó là lộ trình của sáu xúc. Tức là mắt làm việc với cảnh sắc, hình dáng, màu sắc. Lỗ tai làm việc với tiếng động, âm thanh. Cứ như vậy.

Trong cả cuộc tu mình cũng vậy. Mình giữ giới, ngồi thiền, sống chánh niệm, đi, đứng, ăn uống, ngồi nằm, tắm rửa, vệ sinh, bài tiết, tất cả đều là lộ trình làm việc của sáu xúc hết.

Tôi thí dụ một người cư sĩ, lẽ ra đã xị thuốc giết muỗi, gián, kiến, diệt chuột, vì mình khó chịu lắm. Khó chịu đó cũng là sáu căn biết sáu trần. Nhưng mình không như người không biết đạo, mình khéo kèm chế ý căn mình. Mình không giết nó bởi vì mình là người giữ giới. Mình không giết nó là vì mình không muốn gieo nghiệp sát. Mình biết rằng nó có sự sống, nó cũng ham sống, cũng sợ chết.

Ít nhất là hai lý do đó. Một là vì vấn đề tội báo, vì sợ quả báo. Thứ hai là vì mình thương đối tượng đó mà không ra tay. Như vậy toàn bộ khoảnh khắc, giây phút mình đấu tranh tư tưởng để không giết chuột, giết gián, ruồi muỗi bằng thuốc, toàn bộ quá trình đó chính là lộ trình làm việc của “ý xúc”.

Rồi bây giờ các vị ra tay dọn dẹp nhà cửa cho đừng hôi hám, đừng rác đọng, nước đọng, cho tụi nó đừng ở nữa, cũng là lộ trình làm việc của sáu căn. Có nghĩa là làm việc bằng mắt, bằng tai, mũi, lưỡi, bằng thân. Và lúc mình làm việc tư tưởng với chính mình để không sử dụng biện pháp bạo lực, thô bạo để giết nó, chính là lúc làm việc của “ý xúc”. Còn lúc đang làm việc dọn dẹp đó là bằng năm xúc đầu: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân.

Như vậy các vị thấy, ở ngoài đời mình đi ăn nhậu, nhảy đầm, đánh bài, sát sanh, trộm cắp, săn bắn, câu cá, lừa đảo, giựt dục, hoặc là buôn bán, hoặc là cày sâu cuốc bẫm, tất cả những việc đó đều là hoạt động của sáu căn. Và sáu căn ở đây khi tiếp xúc với sáu trần mình gọi là sáu xúc.

Ở ngoài đời, kiếm sống, vật lộn với đồng tiền bát gạo cũng là làm việc với sáu xúc. Đi vào chùa tu hành giới, định, tuệ cũng là sáu xúc. Nhớ nhé! Nên có trường hợp Thế Tôn nói về thế giới này, Ngài chỉ xài một chữ thôi, đó là “xúc”.

Tu hành là hạn chế và kiểm soát sáu xúc.

Hạn chế là sao? Có nghĩa là mình không đi kiếm tìm cái này, cái kia để mình nhìn. Không kiếm tìm cái này, cái kia để nghe, để ngửi, nếm, đụng. Đó là hạn chế.

Còn kiểm soát là sao? Là trong trường hợp không tránh được cái nhìn, không tránh được cái nghe, thì mình có kiểm soát. Mình biết rõ cái gì nó đang xảy ra, đang diễn ra trong tâm tư của mình.

Như vậy đối với người tu, vẫn tiếp tục sống với sáu xúc, nhưng sáu xúc đó có hạn chế, có kiểm soát. Hạn chế là vậy, có nghĩa là mình không tiếp tục lui tới những nơi nào, không gặp gỡ những người nào, không tiếp tục tiêu thụ những loại hàng hóa nào, những loại phẩm vật nào. Đó được gọi là có hạn chế, có kiểm soát trong sáu xúc.

Như vậy cuộc sống của mình trong đời này cũng là hoạt động sáu xúc. Nói xa hơn nữa, toàn bộ dòng luân hồi chỉ nói chữ “xúc” thôi được rồi. Đây là lý do vì đâu Ngài giảng nhiều về xúc.

Xúc có nhiều loại, gồm nhãn xúc, nhĩ xúc... Chính đời sống mình, thông qua sáu xúc, mình tạo vô vàn các nghiệp. Những nghiệp đó tạo ra quả, gọi là “xúc dị thực”, quả báo. Do hôm nay tôi thích cái này, tôi ghét cái kia; để giải quyết cái thích, ghét này, tôi đã làm các nghiệp thiện ác. Những nghiệp thiện ác ấy nó cho ra quả tốt, quả xấu, quả buồn, quả vui. Những quả buồn vui ấy được gọi là “xúc dị thực”.

Và Niết-bàn là sự chấm dứt toàn bộ sáu xúc, sự vắng mặt triệt để, rốt ráo, hoàn toàn, tuyệt đối của sáu xúc. Con đường dẫn đến sự chấm dứt triệt để ấy chính là đạo lộ Bát Chánh Đạo.

Bát Chánh Đạo là một tên gọi của Tam học. Bát Chánh Đạo là cách nói gọn của 37 phẩm Bồ-đề, là tên gọi rộng rãi và chi tiết của con đường giải thoát, hay là lộ trình giác ngộ.

Thì đó là nói về “xúc” hôm qua đã giảng.

THẾ GIỚI NÀY CHỈ LÀ “THỌ”

Nói về “thọ” cũng y chang như vậy. Toàn bộ đời sống này chúng ta hoàn toàn có thể nói đời sống này chỉ là đời sống của các cảm thọ, các cảm giác. Ở trong bụng mẹ là mình đã sống với các thọ, các cảm giác. Ra khỏi bụng mẹ cũng vậy.

Chúng ta phải đồng ý với nhau một chuyện, toàn bộ đời sống chúng ta chỉ là hành trình của cảm giác: dễ chịu, khó chịu, trốn khổ, tìm vui... Cả cuộc đời chúng ta chỉ bao nhiêu đó thôi. Các vị nói với tôi các vị là bác sĩ, kỹ sư, các vị có ăn học, các vị có tài sản, có quyền lực, có sức khỏe, nhan sắc gì đi nữa.

Thì tôi cứ căn cứ vào kinh Phật, tôi hiểu ngầm là quý vị cũng tiếp tục sống vật lộn với các cảm thọ, cảm giác, nhưng ở trong một điều kiện tốt hơn cái người không được như quý vị.

Những người không được sức khỏe, nhan sắc, tiền bạc, quyền lực, quen biết xã hội, kiến thức chuyên môn... như quý vị, thì những người không có những cái đó, đời sống cảm thọ của họ nó có hạn chế, nó nhiều cái nghiệt ngã, khốc liệt hơn quý vị. Nhiều khi đói mà không có ăn, lạnh mà không có gì mặc, thèm mà không có gì bỏ vô miệng, thí dụ vậy. Còn quý vị có điều kiện thì cảm thọ quý vị khá hơn.

Tôi nhớ người Mỹ có định nghĩa về chữ “luxury”. Ở châu Á mình, cái gì mà nó bao gồm điều kiện đắt đỏ, những hoàn cảnh sử dụng nguyên vật liệu quý hiếm thì người ta gọi là luxury. Thí dụ vàng ngọc, châu báu, quý kim, bảo thạch thì người châu Á mình gọi nó là sang trọng. Nhưng người Mỹ họ hiểu luxury có nghĩa là anh có nhiều

chọn lựa thì là luxury. Mà tôi rất thích định nghĩa này. Luxury là đời sống có nhiều chọn lựa.

Chớ không phải như mình. Mình nhìn ngôi nhà người Âu, người Mỹ khác với người châu Á. Người châu Á mà có tiền thì nào là ngà voi, cẩm thạch, vàng son lấp lánh, lung linh, lộng lẫy. Đó là dấu chỉ cho thấy văn hóa, não trạng, tâm thức hưởng thụ của người châu Á không giống người Âu Mỹ. Âu Mỹ họ có thể giàu bằng trời, nhưng vào nhà của họ — tôi đâu có đặt chân vô đâu, tôi coi qua magazine thôi — tôi thấy đầu tiên là đơn giản, sạch sẽ, giản dị và an toàn.

An toàn là khi có cháy nổ, có mùi lạ là họ chỉ mất có hai nốt nhạc là ra khỏi nhà rồi. Còn người châu Á mình cất cho sang, rồi nhà cháy không biết đường đâu chạy. Cả cái nhà quất cho tam đại đồng đường, mấy thế hệ sống trong đó mà chỉ có một lối thoát thôi, cho nên cháy một cái là chết nguyên họ. Còn người Âu Mỹ thì tiện nghi, hợp lý, đơn giản, an toàn. Đời sống họ chú trọng nội dung, và đời sống luxury của họ có nghĩa là có nhiều lựa chọn.

Tôi đánh một vòng để xác định: ồ, thì ra một thằng nhà nghèo, một thằng nhà giàu, một anh thất học, một anh có học, một anh Âu Mỹ, một anh châu Á, thì gom chung lại chỉ là vấn đề cảm xúc thôi. Có một điều là đời sống cảm xúc ấy, mỗi anh có một kiểu thể hiện khác nhau. Chỉ vậy thôi.

Anh nhà giàu Á châu không giống anh nhà giàu Âu Mỹ, nhưng đời sống chỉ quẩn quanh trong cái gọi là cảm xúc. Và anh nhà nghèo Á châu không giống anh nhà nghèo Âu Mỹ, nhưng cũng là nghèo, cũng là đời sống của cảm xúc. Nhưng các vị sống ở Úc, ở Âu, Mỹ thì các vị sẽ thấy nghèo thì ở đâu cũng nghèo thôi, nhưng cái thể hiện thì có khác. Nhưng tựu chung lại, theo lời Phật thì tất thảy đều sống vật lộn với cảm xúc, tức là trốn khổ tìm vui.

Với anh Âu Mỹ thì ảnh sống ở đâu có sữa tươi, có bơ, có steak, có pizza, spaghetti, có bánh mì là ảnh vui. Còn cái anh Tàu đi đâu có xì dầu, có tàu hủ, có bánh bao là

ảnh vui. Người Việt mình cũng vậy, sống ở đâu có những điều kiện sinh hoạt thuộc về dân tộc mình thì mình thấy dễ sống. Mình về Sydney, hay California, Houston hay Paris đâu đi nữa, thì người mình cũng là xà quần xà quần trong những điều kiện sống người mình thôi. Tại sao vậy? Vì cái chủng tộc đó, dân tộc tính đó, nền tảng tâm thức đó, nền tảng xã hội ấy, nó cần đến những điều kiện tương tự nhau để nó quây quần trong nếp sống cảm xúc.

Cho nên mình thấy dầu đó là sắc, thanh, khí, vị, xúc của mỗi châu lục, của mỗi dân tộc, đất nước, địa phương khác nhau thiết, nhưng tựu chung lại vẫn là những chất liệu để làm nên đời sống cảm xúc.

Tôi phải đánh một vòng bao la như vậy để thấy: ồ, thì ra chữ “thọ” lớn chuyện như vậy đó. Toàn bộ đời sống chúng ta chỉ là quây quần xoay quanh đời sống cảm thọ, cảm xúc chứ không có gì hết, không có cao siêu như mình tưởng. Bác sĩ, kỹ sư cũng là quây quần với cảm xúc. Ăn mày, homeless, vô gia cư, sống trong khu ổ chuột cũng là cảm thọ, cảm xúc. Một con chuột, con giun, con dế, con ruồi, muỗi cũng chỉ là cảm xúc.

Các vị để ý đi. Mình nói nó là con gián, nó không thông minh, nhưng có chỗ quá nóng của con gián không? Không! Có chỗ quá lạnh của con gián không? Không! Con gián không thể ăn cái gì quá mặn, quá chua. Nó phải ăn cái gì trong điều kiện thích hợp với tập tính sinh hoạt của nó, với khẩu vị của nó thôi. Nó vẫn sống với cảm xúc, cảm thọ của nó, thừa quý vị.

Con người mình cũng vậy. Ăn cái này, lựa chọn cái kia. Mua xe này không mua xe nọ. Mua nhà chỗ này không mua nhà chỗ khác. Là tại sao vậy? Vì cảm xúc. Nhớ nghe!

Rồi cao hơn nữa, có những người nhàm chán đời sống năm dục: sắc, thanh, khí, vị, xúc, họ nhảy lên tu thiền. Họ tu thiền, họ có cảm giác an lạc của người ly dục. Đó lại cũng tiếp tục là quây quần trong đời sống cảm thọ nữa.

Cắm đầu trong cảnh sắc cũng là cảm thọ. Cắm đầu hưởng thụ trong cảnh thanh, cảnh khí, cảnh vị, cảnh xúc cũng là cảm thọ. Vui đầu đam mê trong các tầng thiền để được cảm giác thoải mái, an lạc, thanh thản, sạch sẽ, thanh tịnh, thì cái đó cũng là cảm thọ.

Cho nên vị Thánh vẫn tiếp tục sống trong hình hài sắc, thọ, tưởng, hành, thức, nhưng các ngài luôn luôn hiểu rằng:

Thứ nhất, chúng chỉ là chúng; ở đây không có tôi, ta, không có ông A, bà B gì hết.

Thứ hai, vị Thánh biết rất rõ mọi thứ do duyên mà có, có rồi phải mất.

Thứ ba, vị Thánh biết rõ những cái thích và ghét chỉ là dựa trên những giá trị mặc định, giá trị ước lệ rất là tương đối mà thôi.

Do tiền nghiệp, do khuynh hướng tâm lý, do môi trường sống mà chúng sanh trong đời thích cái này, ghét cái kia. Cái món thích của người này rất có thể là món ghét của người kia. Cho nên khi mình hiểu cái thích, cái ghét nó chỉ dựa trên những giá trị rất ước lệ, dựa trên những mặc định, mặc ước, thì lúc đó mình mới hiểu lòng mình nó khác đi nhiều lắm quý vị.

Còn đấng này mình tưởng nó hay ho, thì mình cứ nhớ chừng lại: “Ngày xưa ta còn bé, ta thích nhiều cái mà bây giờ ta không tài nào ta thích nổi.” Cũng chính là ta đó thôi. Hai chục năm về trước, mình thích những cái mà bây giờ mình thích không nổi. Mười năm về trước, rồi năm năm về trước, rồi hai năm về trước, một năm về trước, sáu tháng về trước, ba tháng về trước, một tháng về trước. Có nhiều cái mà cái thích của mình nó thay đổi, các vị có biết không?

Có quan sát mới thấy: “Ồ, thì ra tất cả chỉ là những giá trị mặc định, ước lệ, mặc ước mà thôi.” Nhớ nghe!

Cho nên hiểu được cái này, mình mới biết thế giới này là giả tạm.

Hiếu giả tạm như vậy nó mới sâu. Chớ chữ “giả” hiểu nó là không bền, mới là tạm thôi, thì chưa thực thấy cái giả.

Đây mới là cái giả: cái nhu cầu, sở thích của đàn bà không giống đàn ông, của dân tộc này không giống dân tộc kia. Của nhà giàu không giống nhà nghèo, của người có học không giống người không học, của anh đơn giản không giống anh rắc rối, của người xứ lạnh không giống người xứ nóng. Của người nhiệt đới không giống người ôn đới, của người ôn đới không giống người hàn đới, của người nam bán cầu không giống người bắc bán cầu, và ngược lại, của người Đông phương không giống người Tây phương, người Á châu không giống người Âu Mỹ.

Chưa kể trong một gia đình, anh em cùng cha cùng mẹ, cùng huyết thống, lớn lên trong cùng một môi trường sinh trưởng, ấy vậy mà cái thích, cái ghét của mỗi người cũng không giống nhau. Đây chính là sự quần quanh trong các cảm giác.

Mà cảm giác đó ở đâu ra? Nói rồi, chính là do tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý và môi trường sống. Thông qua những sự tích lũy và huân tập này, chúng ta có những mentality, personality không giống nhau. Cái personality không giống, mà cái mentality cũng không giống, dầu cùng cha cùng mẹ.

Và cái này mới quan trọng, hôm qua tôi nói rồi:

“Hãy cẩn thận với chính mình! Hãy luôn luôn tâm niệm rằng thứ nhứt là mình làm cái gì mình biết cái nấy. Tại sao vậy? Để thông qua đời sống tỉnh thức ấy, ta nhận ra một điều cực kỳ quan trọng và rất đời thiết thân. Đó là: Tất cả những gì ta thích, ta ghét, những gì làm ta vui, ta giận, ta buồn, ta sợ, nó quyết định đường đi chốn về của chúng ta”.

Người Mỹ có một câu mà một người Phật tử không có học giáo lý có thể chỉ hiểu một phần nhỏ xíu trong đó thôi: “Anh hãy cho tôi biết anh thích cái gì, anh ghét cái gì, thì tôi sẽ cho anh biết con người của anh nó ra làm sao”.

Thuở nào còn bé dại trẻ con, trẻ người non dạ, tôi không hiểu lắm câu đó. Bây giờ càng già tóc bạc, tôi hiểu câu đó ghê gớm hơn ngày xưa. Anh chỉ cần anh cho tôi biết anh thích cái gì, anh ghét cái gì, là tôi cho anh biết con người của anh ra sao.

Chưa hết, nó còn cái này nữa, câu này cần xăm lên người nữa nếu còn chỗ trống:

“Giá trị của mỗi con người tương đương với cái gì đủ làm cho anh ta thích, ghét, buồn, vui”.

Cho nên các bậc Thánh không còn thích ghét, không còn buồn vui. Các Ngài chỉ có khổ thân thôi, quý vị. Thí dụ như thân đau, nóng, lạnh quá, ngứa quá. Chỉ còn có khổ thân, chứ các Ngài không còn buồn, vui theo kiểu của thế gian là do tác động từ năm trần. Vị A-la-hán dứt khoát không có cái đó.

Các tầng Thánh kia người ta giảm rất là nhiều. Giảm nhiều lắm, chứ đừng nghĩ rằng: “Ôi, mấy tầng Thánh thấp chắc giống tôi”. Không dám đâu. Người ta thuộc bài tầng thấp thấp là người ta chưa ôn kỹ thôi, chứ người ta thuộc bài rồi. Còn A-la-hán thì đi cuối đường rồi, các vị đó không có kiểu buồn vui rẻ tiền trẻ con như chúng ta.

Cho nên hãy nhớ cái này: giá trị mỗi người tương đương những gì khiến anh ta thích, ghét, buồn, vui. Đức Phật và chư Thánh không thích, ghét, buồn, vui như mình, nên giá trị các Ngài vượt khỏi Tam giới ở chỗ đó, đánh giá không được, đánh giá không nổi, bởi không có cái gì làm các Ngài khó chịu, làm thích thú, đam mê hết.

Còn mình thì sao? Một câu nói của người khác đủ để làm mình sướng một đêm hay mất ngủ một đêm. Một món đồ nhỏ xíu, một chiếc nhẫn nhỏ xíu, gắp hột đá gì đó nhỏ xíu, đủ để làm mình sung sướng, đủ để làm mình quên hết nhân cách, quên hết tự trọng. Một thỏi son, một hộp phấn, áo dài, đôi giày, dây nịt, mắt kiếng, đồng hồ, túi xách đủ để làm mình bán rẻ nhân phẩm, vì mình thích những cái đó. Hoặc là chỉ vì một cái ghế trong công ty, hãng xưởng mà mình có thể lừa thầy phản bạn!

Cái giá trị của mình tùy thuộc vào những gì mình thích, ghét, những gì làm cho ta buồn, vui. Các vị nhớ điểm này nhé!

Qua những gì này giờ chúng tôi nói mà kêu các vị xăm lên người đó, mình mới thấm: À, thì ra riêng chữ “cảm giác” mà nó lớn chuyện như vậy.

Ngài Xá Lợi Phất nói: “Ngày nào còn có khổ, ngày đó còn có lạc. Mà lạc ở đâu thì khổ kể bên đó”.

Cho nên có lần một vị tỳ-kheo hỏi ngài Xá Lợi Phất rằng:

“Thưa Tôn giả, con nghe nói trạng thái Niết-bàn không còn khổ lạc, mà tại sao con còn nghe một câu Kinh nói Niết-bàn là tối thượng, là hạnh phúc vô thượng. Không có cảm giác thì lấy gì mà hạnh phúc?”

Thì ngài Xá Lợi Phất trả lời thế này:

“Chính vì không còn cảm giác nên mới được gọi là tối thượng lạc. Hạnh phúc vô thượng. Hạnh phúc không thể so sánh”.

Còn tất thấy những hạnh phúc dễ chịu mà còn dựa trên cảm thọ, cảm giác thì chỉ là hạnh phúc của người còn bị tâm thần, bị mê loạn phàm phu tính.

Các bậc Thánh các ngài thấy rất rõ, ở đâu có thọ lạc thì ở đó có thọ khổ. Ở đâu có thọ hỷ, ở đó còn có thọ ưu. Đó là đang nói về thế giới phàm nhe.

Còn vị Thánh lúc họ an trú tâm vào cảnh giới dưới Tam thiên, họ vẫn còn vui. Nhưng đừng nghe như vậy tưởng là cái vui đó giống cái vui của mình. Bậc Thánh chỉ vui một trường hợp duy nhất thôi, đó là cái vui không dính lúu tới phiền não. Một trường hợp đó thôi, còn mình thì có cả hai.

Mình vui vì có được cái mình thích. Mình vui vì tránh được cái mình ghét. Tránh không được là từ vui nó chuyển qua khổ, qua buồn. Còn không có được cái mình

thích, nó cũng chuyển qua khổ, qua buồn. Còn các bậc Thánh vui thì không. Các Ngài chỉ vui vì không còn dính líu tới thích, ghét nữa. Cái vui đó đặc biệt hơn.

Cũng như hồi trẻ mình thích được xoa đầu khen ngoan, thích ăn cái gì ngọt ngọt, thơm thơm, béo béo, bù bù; hồi nhỏ mình thích sự xoa vuốt mềm mại, mơn trớn của người lớn. Nhưng khi mình lớn lên, mình không thích ai sờ đầu mình hết. Mình cũng không thích ai vuốt ve mình hết. Cũng không thích ai dụ khị cho một, hai cái bánh, cái kẹo, là những thứ không đủ để mua chuộc người trên 18 tuổi.

Dần dần có một ngày trong đời của mình, tùy vào mỗi người bao nhiêu tuổi. Có người phải 50 tuổi mới được, có người phải 60 tuổi mới được. Nghĩa là có một ngày trong đời, quý vị biết không, mình chỉ muốn ngồi yên thôi. Mình không có mong được cái gì nữa hết, chỉ cần đừng “bị” là mình vui rồi.

Tôi nói trong room có hiểu này không ta? Tôi đã nói nhiều lần, là nhiều người sợ những ngày tẻ nhạt, thức dậy không biết đi đâu, làm gì, gặp ai, gọi là những ngày vô vị. Nhưng với tôi, những ngày vô vị chính là những ngày vô sự.

Ngày trước tôi còn mong bữa nay gặp được chuyện gì vui, gặp được người nào mình muốn, có được cái mình thích. Nhưng bây giờ, tuổi này, tôi thấy không, không cần nữa. Không cần gặp cái tôi thích, gặp người tôi thương, mà tôi chỉ xin được đừng có cái gì hết: vô sự.

Tôi vui ngay trong chính cái sự “vô sự” đó, trong chính cái vô vị đó. Bởi vì chính cái vô vị đó là vô sự. Tin tôi đi. Các vị bao nhiêu tuổi tôi không biết, bởi vì này tôi có nói rồi, có người 50 mới thấm, mà cũng có người 60 mới thấm, 70, 80, 90 họ mới thấm. Nhưng có lẽ do thể trạng của tôi, tôi đi hơi sớm so với người ta.

Cho nên bây giờ tôi chỉ cần cái vô sự là sao? Là đừng ai alo làm phiền, đừng thấy những tin nhắn tào lao, cơ thể tôi đừng biểu tình, kiếm chuyện cà khịa là tôi mừng rồi, các vị có biết không?

Như vậy, muốn hết luân hồi chỉ cần nói một cách thôi: hết “thọ” là hết luân hồi. Không còn lệ thuộc vào các thọ là giải thoát. Mà muốn đạt tới cảnh giới không còn lệ thuộc các thọ thì chỉ có con đường tu Bát Chánh Đạo.

Và tôi đã nói rồi, do tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý và môi trường sống khác nhau, cho nên cái làm tôi vui không giống cái làm quý vị vui. Chính vì vậy, phản ứng của tôi trước sáu trần nó không giống quý vị.

Có một câu các vị phải xăm lên người nếu còn chỗ trống. Đó là: “Trình độ quyết định thái độ”.

Toàn bộ đời sống chúng ta chỉ là thái độ thôi. Có nghĩa là cái sức học, sức hiểu của anh, khả năng gặm nhấm, tiêu hóa, thẩm thía của anh nó tới đâu thì nó cho phép anh có cái thái độ đối với sáu trần, sáu xúc.

Đức Phật Ngài dạy một điều là hễ còn quây quần trong đời sống cảm thọ, cảm xúc thì còn khổ. Cái tốt nhất là không còn dính mắc trong đó nữa. Và con đường duy nhất dẫn tới chuyện không còn lệ thuộc các cảm thọ, nghĩa là không còn sanh tử nữa, thì chỉ có Bát Chánh Đạo thôi.

Thế giới này chỉ là “tưởng”

Giờ mình nói qua “tưởng”.

Chữ “tưởng” này kinh khủng lắm, quý vị biết không? Chữ “tưởng” trong bài kinh này tôi quyết định đưa vào Thiền môn Nhật tụng Kalama. Bài kinh này sâu lắm. Ngài chẻ nhỏ thế giới ra thành từng góc nhỏ. Như Ngài nói toàn bộ vũ trụ này gom gọn nó thành một chữ thôi: nó là sáu xúc, sáu thọ, sáu tưởng thôi.

Bây giờ mình học chữ “tưởng”. Bài kinh này là một trong những chỗ tương đối hiếm Ngài nói về chữ “tưởng” mà bằng cái từ rất lạ. Đó là “voharavepakka”, tức là “những giá trị ước lệ, mặc định”. Chữ “vepakka” dịch sát là “chín mươi”, nhưng tôi nói gọn vậy.

“Chín muồi” là, thí dụ các vị có nghe “đi lâu thành đường” không? Có nghĩa là tôi không thích cái đó, nhưng vì hoàn cảnh mà tôi vật lộn với nó hoài, lâu ngày nó thành ra thói quen. Cái tôi thích thì khỏi nói rồi. Nhưng ghét mà vì hoàn cảnh cứ làm đi làm lại, nó riết thành thói quen, giống như bàn tay mình chỗ nào thường xuyên tiếp xúc làm việc thì lâu ngày chỗ đó bị chai vậy. Cái lối cở lâu ngày đi hoài thì thành cái đường mòn.

Thì “tưởng” ở đây nó là cái lối mòn thôi quý vị, là cái gì lập đi lập lại nhiều lần. “Tưởng” đây là các giá trị chín muồi, mặc định, ước lệ thôi chứ không có gì khác.

Lão Tử có một câu: “Đừng coi thường những suy nghĩ thoáng qua trong đầu, vì khi chúng được lập lại nhiều lần sẽ biến thành hành động. Hành động lập lại nhiều lần trở thành thói quen. Và thói quen chính là cuộc đời, là số phận của chúng ta”.

Đừng coi thường những suy nghĩ thoáng qua trong đầu, vì khi chúng được lập đi lập lại nhiều lần sẽ trở thành hành động. Hành động đây gồm hành động tay chân và hành động qua ngôn ngữ. Và hành động nhiều lần sẽ thành thói quen, thành cái nếp. Mà khi nó thành nếp rồi thì thành số phận.

“Tưởng” đây là “sắc tưởng, thanh tưởng”. Do nhiều đời tôi thích nhìn, thích nghe, đó là một dấu vết của tưởng, là những ấn tượng của tôi trong cái nhìn, cái nghe nhiều đời.

Tôi là một người Do Thái. Từ hồi nhỏ tôi quen thấy, quen nghe, quen suy tư theo lẽ thói của người Do Thái. Bố mẹ tôi ở gia đình, thầy cô tôi ở trường lớp, bạn bè chòm xóm, thân quyến của tôi, họ đã ăn uống như vậy, đã nói năng, suy nghĩ như vậy, ngôn từ như vậy. Những cái đó đã in sâu vào tôi, trở thành cái vốn liếng của tôi, thành kiến thức, thành kinh nghiệm của tôi, kể cả là bản thân tôi.

Lâu ngày tôi ăn món đó, tôi có cảm nhận như vậy đó, và đã trở thành ấn tượng tâm thức. Thành lối mòn tâm thức hồi nào tôi không hay. Lâu ngày rồi đối với tôi, theo những gì tôi được học, những gì tôi được biết, mỗi lần tôi gặp đó tôi gọi đó là hình

tròn, hình vuông, chữ nhật, lục giác, hình thang, bát giác, đa giác, hình lăng trụ, vành khăn. Cái đó lâu ngày tôi biết đó là đắng, cay, chua, ngọt, mặn, bùi. Lâu ngày theo tuổi đời tôi biết màu đó phải là màu tím, màu xanh, màu vàng, đỏ, vàng chanh, hoàng anh, màu mỡ gà, tôi nhìn tôi biết. Cái biết đó tôi dựa trên ký ức, kinh nghiệm, ấn tượng cũ.

Toàn bộ đời sống của chúng ta chỉ là đời sống của “tưởng” thôi quý vị. Chỉ là “tưởng” thôi. Tại sao mình nhìn người đó mình biết đó là đàn bà, không phải đàn ông? Mình dựa vào cái gì để rồi mình thích hoặc là không thích người đó? Đó là tưởng, do cái ấn tượng trong quá khứ, là “vepakka”.

Các vị vào tìm trong Pali English Dictionary định nghĩa các vị coi chữ “vohara” này nhiều nghĩa lắm. Trong đó có nghĩa được dùng trong trường hợp này. Chớ không thôi trong room này cũng có nhiều người tào lao, có cây thước tắc hai mà đi đâu cũng lấy ra đo. Hề cái gì hơn tắc hai thì trật, mà ngắn hơn tắc hai cũng trật!

Thì chữ “tưởng” đây là như vậy. Toàn bộ đời sống này chỉ là tưởng, là ấn tượng thôi. Mình thích cái người đó cũng là dựa trên ấn tượng mình có trong quá khứ. Tại sao mình ghét người đó, sao thích chỗ đó, tại sao ghét chỗ đó, tại sao mình thích ăn cái đó, ghét ăn cái đó. Tại sao mình thích cái mùi đó, ghét cái mùi đó. Tại sao thích cảm xúc đó, tại sao ghét cái cảm xúc đó. Tại sao mình sờ chạm cái đó mình thích, sờ chạm cái đó mình ghét. Tất cả đều là ấn tượng, đều là tưởng hết.

Tưởng gồm có ba: Dục tưởng, Thiền tưởng và Quán tưởng.

1. Dục tưởng

Dục tưởng là những ấn tượng của chúng ta trong thế giới vật chất. Tại sao mình nói nó là vuông, tròn, dài, ngắn, trắng, đen, mập, ốm, cao, thấp, xanh, vàng, đỏ, trắng, tím, nâu. Đó là ấn tượng chúng ta về “sắc”.

“Thinh” cũng vậy. Các thứ âm thanh, tiếng nam, tiếng nữ, tiếng trong, tiếng thanh, tiếng đục, giọng kim

Giọng mi, đồ, rê, mi, fa, sol, la, si, thăng, trưởng, đó là ấn tượng chúng ta về cảnh thính.

Cảnh khí cũng vậy. Tại sao có các loại mùi? Mình nghe mùi đó mình biết mùi kho, xào, nấu nướng, mùi thơm cháy, mùi giấy, nhựa cháy, mùi khét của dây điện, mùi nước hoa hiệu gì, hiệu gì, tại sao mình biết? Đó là những ấn tượng “khí tướng”.

Còn “vị tướng” là sao? Đắng, cay, chua, ngọt, mặn, bùi cũng là ấn tượng về các vị.

“Xúc” cũng vậy: xóc, êm, nóng, lạnh, trơn láng, mịn, nhám, tại sao mình biết? Cũng là ấn tượng.

Những hồi ức, ấn tượng mình trong quá khứ về chính trị, về văn hóa, về triết học, về tư tưởng, tất cả những cái đó đều là ấn tượng về “pháp tướng”. Quần quanh cái đó, gom chung gọi là “dục tướng” hết.

Dục tướng là những ấn tượng của mình về năm trần, năm trần cụ thể hay năm trần trừu tượng. Thí dụ về chính trị, triết học nó cũng là năm trần thôi, nó ấn tượng về năm trần nhưng nó trừu tượng nên nó cũng thuộc pháp trần. Nhưng pháp trần này vẫn thuộc về dục tướng, nó vẫn liên hệ với dục tướng.

Thiền tướng

Đối với người còn đang hưởng dục thì thế giới này thiên hình vạn trạng. Nó gồm núi sông, cây cỏ, đất đá, mặt trăng, mặt trời, ngôi sao, tinh tú, sông ngòi, biển cả, kinh rạch, đại dương, chim muông, súc vật, con người, bò bay máy cưa, phi cầm v.v... Những người sống trong dục tướng, toàn bộ những cái tôi vừa kể đều là thế giới của dục tướng.

Nhưng đối với những người nhàm chán các dục thì thế giới này đối với họ chỉ còn có 10 thứ thôi. Nó không còn chim muông, cây cỏ nữa. Đối với người chán dục, họ tu thiền thì toàn bộ thế giới này với họ cũng chỉ là tướng thôi, là ấn tượng.

Kể về vật chất, thế giới này với họ chỉ còn là 10 thứ, mà kể riêng tinh thần chỉ còn 6. Kể về vật chất là xanh, vàng, đỏ, trắng, đất, nước, lửa, gió, hư không, ánh sáng. Thì toàn bộ tâm tư đời sống của người ly dục tu thiền chỉ là 10 thứ đó, không có kinh rạch, sông ngòi, trăng sao, hoa lá, con người, súc vật, chim muông, không có gì hết.

Họ chỉ để thau nước họ niệm: “nước, nước, nước, nước, nước...” Họ niệm riết mà đặc thiền bằng đề mục nước. Họ đốt lên một ngọn đèn, họ cứ niệm: “lửa, lửa, lửa, lửa, lửa...” Họ niệm riết họ đặc thiền. Họ ngồi bên cạnh khe hở để gió xuyên qua khe đó, hoặc họ nhìn một cái lá lung lay rồi họ niệm: “gió, gió, gió, gió, gió...” Niệm riết rồi đặc thiền.

Xanh, vàng cũng vậy, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng cũng vậy, họ cũng đều niệm hoài, tâm tập trung vô đó, cuối cùng họ đặc thiền sanh về các cõi Phạm Thiên. Như vậy thế giới này đối với những người đó nó chỉ gồm 10 thứ vậy thôi. Nếu mà gom vô tâm thì nó gồm có sáu: đất, nước, lửa, gió, hư không và thức.

Thức đây là sao? Thức đây có nghĩa mình từ Sơ thiền muốn lên Nhị thiền, bậc lợi căn, người có trí, họ phải quan sát: “Ồ, cái Sơ thiền có những cái thô thiển, nó cũng còn có vấn đề, cũng còn thấp kém.” Họ quan sát Sơ thiền, họ chán nó, họ mới đặc được Nhị thiền. Muốn đặc Tam thiền, anh phải nhìn ngược lại Nhị thiền của anh, anh phải chán nó, anh mới đặc tới Tam. Chán cái Tam, anh mới lên tới Tứ thiền. Chán thiền Sắc giới, anh mới lên thiền Vô sắc.

Mà đề mục thiền Vô sắc đầu tiên là còn liên hệ một tí ti về vật chất. Liên hệ tí ti là sao? Là cái hư không của đề mục Vô sắc không phải là hư không vật chất, mà nó là hư không giả định, hư không trong tâm tưởng của hành giả.

Hành giả khi đắc thiền Sắc giới rồi thấy rằng đề mục còn dính lúu tới đất, nước, lửa, gió là đề mục đó còn dờm. Đã vậy đắc thiền do những đề mục vật chất, chết sanh về các cõi Phạm Thiên cũng còn hình hài, cũng còn có chỗ ở, vậy là còn dờm. Các vị thấy trên đời hễ còn dính lúu tới vật chất là còn hữu hạn. Cái vô hạn là chỉ có hư không.

Thế là vị đó tâm niệm trong đầu, mắt nhắm khít, chỉ tâm niệm trong đầu là chỉ có hư không mới thực sự là vô biên, không biên giới. Chớ còn cái gì mà liên hệ đến đất, nước, lửa, gió, đến màu sắc, ánh sáng thì còn hữu hạn. Muốn đạt tới cảnh giới vô lượng chỉ có hư không thôi. Thì vị đó tập trung cái hư không giả định đó, vị đó đắc thiền Hư không vô biên xứ, là tầng Vô sắc đầu tiên.

Tiếp theo, nếu là bậc đại căn đại duyên thì các vị thấy rằng hư không tuy là vô biên nhưng còn bị tâm nó biết. Như vậy tâm mới đúng là vô biên. Khi vị ấy suy niệm như vậy trong một thời gian dài, vị ấy đắc tầng thứ hai là tầng Thức vô biên.

Nhưng chưa hết, nếu là bậc đại căn thì vị đó không dừng lại ở đó. Vị đó đi thêm, thấy hư không là vô biên nhưng còn bị tâm biết, nhưng tâm đầu có vô biên, tâm này còn bị tâm khác biết. Như vậy cả hai đứa đó đều dờm hết. Vị đó nghĩ vậy, đắc tầng thứ ba là Vô sở hữu xứ.

Chữ “sở hữu” đây là “không có gì”. Vô sở hữu đây là không có gì chớ không phải chủ quyền, nhiều người hiểu lầm chỗ này. Vô sở hữu nghĩa là không có gì hết, nothing. Là hư không không ra gì mà tâm thức cũng không ra gì. Thấy vậy mới đắc tầng Vô sở hữu xứ.

Khi an trú một thời gian, nếu mà là bậc đại căn đại duyên thì lại đi thêm bước nữa, là thấy: “Ở đây hoài sao ta, có cái khác nó hơn cái này chứ, chẳng lẽ chìm sâu trong cái không có gì hay sao?” Vị đó khi có lòng chán cái tầng mình đang đứng thì vị đó đắc tầng thứ tư là Phi tưởng phi phi tưởng. Thăng thứ ba mà chán thì tự nhiên đắc cái tầng thứ tư. Ở đây phải là người hữu duyên nhe, chớ như mình chưa đủ.

Ở cõi Dục mình cũng có công thức gần như vậy. Anh muốn có B, anh phải chán A. Nhưng cái động tác muốn mất A thì phải có động tác bỏ cái gì đó rồi mới được. Nhưng ở trên kia thì chỉ cần cái tâm thôi. Khi anh chán cái này thì tự nhiên anh được cái kia, dĩ nhiên anh phải là người có đại căn đại duyên chứ không phải lơ mơ mà được.

Ở tầng Phi tưởng phi phi tưởng, cái tâm nó vi tế tới mức nói có cũng không được mà nói nó không có cũng không được. Nó tế ở chỗ nào? Cái cảnh mà nó biết chỉ là cảnh của Vô sở hữu xứ thôi, là cái cảnh tâm thiền thứ ba. Nó không biết cái gì ngoài ra cái này, chỉ biết chê thẳng thứ ba thôi. Cho nên được xem là tinh tế mẫu nhiệm nhất, vi tế nhất.

Tôi quay trở lại, như vậy toàn bộ thế giới này là “tưởng”, nghĩa là:

Thứ nhất, ngày nào còn hưởng dục, ta quây quần trong dục tưởng: đắng, cay, mặn, ngọt, chua, bùi, chát, rồi xanh, vàng, đỏ, trắng, mập, ốm, cao, thấp, nam, nữ, gần, xa, trắng, đen, trên, dưới, trong, ngoài, dài, ngắn, tất thấy những cái đó được gọi là dục tưởng.

Có một ngày chúng ta chỉ còn có biết

Đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng, hơi thở mà thôi. Thì trong trường hợp đó được gọi là thiền tưởng. Tức là tiếp tục sống bằng ấn tượng, nhưng cái tưởng này nó sạch. Nó sạch hơn dục tưởng, nhờ vậy nó đưa mình về cảnh giới Phạm thiên, thay vì các cảnh giới địa hay các Dục thiên. Còn nhờ mình an trú trong các đề mục thiền cho nên mình được sanh về các cõi Phạm thiên. Những đề mục ấy thực ra nó là ấn tượng chứ không có gì hết trơn, nên chúng được gọi là thiền tưởng. Mà hễ còn quây quần trong dục tưởng thì chúng ta còn sống quẩn quanh ở trong Dục giới. Còn quây quần ở trong thiền tưởng thì chúng ta còn quẩn quanh ở trong các cõi Phạm thiên, chứ không kêu là cõi Phạm giới được.

3. Quán tưởng

Chữ “quán tưởng” trong chỗ này có nghĩa là sao?

Tôi đã nói, chúng sanh trong đời có ba loại: nhóm một chìm đắm trong dục. Nhóm hai chán dục tu thiền rồi chìm sâu trong thiền. Nhóm ba chán dục, chán thiền, chỉ cầu giải thoát thôi. Mê dục hưởng dục, mê thiền tu thiền, nhưng tới nhóm ba này là muốn cầu giải thoát thì tu quán. Mà tu quán, tinh thần Tuệ quán là phải quan sát thế giới này ở một góc cạnh khác.

Thế giới này có hai góc cạnh để ta nhìn: góc cạnh một là hiện tượng, góc cạnh hai là bản chất. Nói theo ngôn ngữ trong kinh là chân đế và tục đế. Tục đế cũng còn có tên là chế định, hy thiết, biến kế. Mà thôi mình nói gọn đi. Nói gọn thì có hai góc nhìn về thế giới này: một là nhìn qua góc độ hiện tượng (phenomenon), thứ hai nhìn về bản chất (essence).

Khi chúng ta sống trong dục tưởng và thiền tưởng thì chúng ta chỉ nhìn thấy thế giới này qua khía cạnh hiện tượng. Nhưng khi anh tu tập Tuệ quán để chấm dứt sanh tử thì anh phải vượt khỏi lớp vỏ hiện tượng ấy để quan sát thế giới này ở khía cạnh bản chất, bản thể thì anh mới chán, mới sợ, mới buông được. Đó gọi là pháp môn Vipassana hay là Tứ niệm xứ.

Tuy nhiên, buổi đầu sơ cơ chúng ta cũng phải vay mượn một tí ti của khía cạnh hiện tượng. Nhưng khía cạnh hiện tượng của hành giả Tuệ quán khác bên Thiền chỉ. Bên Thiền chỉ, tối ngày thì chỉ hít vô thở ra, chỉ biết nhiều, rồi xanh xanh, vàng vàng, đỏ đỏ, trắng trắng, hoặc đất đất đất đất, nước nước nước nước, lửa lửa lửa lửa, gió gió gió gió. Mà đất, nước, lửa, gió của ông tu thiền Định là đất, nước, lửa, gió hiểu theo nghĩa thế gian. Đất là cục đất, nước là giọt nước, dòng nước, water.

Nhưng riêng đất, nước, lửa, gió của ông tu Tuệ quán không phải như vậy. Đất trong đầu ông tu tập Tuệ quán nói về hiện tượng là cục đất, núi đất, đồi đất, mặt đất, là soil, earth; nhưng trong nhận thức của hành giả Tứ niệm xứ thì đất đây vượt khỏi khái niệm hiện tượng, mà nó qua tới khía cạnh bản chất. Đất đây phải hiểu là trạng thái

cứng, mềm, thô, nhám, mịn, nặng, nhẹ. Cái trạng thái tan chảy, kết dính, ngưng tụ được gọi là nước. Nó là trạng thái thôi. Tất cả nhiệt độ nóng lạnh đều được gọi chung là lửa. Còn gió là trạng thái trương phòng, di động và áp suất.

Đất, nước, lửa, gió mà hiểu theo góc cạnh bản thể là như vậy. Như gió hiểu theo hiện tượng nó là wind, nhưng gió hiểu theo khía cạnh bản thể nó là “movement”, là “pressure”.

Buổi đầu hành giả Tứ niệm xứ cũng phải vay mượn tục đế, vay mượn khía cạnh hiện tượng ít lâu. Nghĩa là thở ra biết là thở ra, thở vào biết là thở vào; hơi thở ra đang đi cùng khổ thọ, hơi thở vào đang đi cùng khổ thọ. Hơi thở ra đang đi cùng tâm tham, hơi thở vào đang đi cùng tâm tham. Quý vị nghe kịp không? Phải mượn một tí là như vậy.

Rồi dần dần sẽ có một ngày hành giả không còn mắc mứu vào chuyện đi biết là đi, ngồi biết là ngồi, rồi đi ta đang đi bằng tâm tham, đang ngồi bằng tâm sân... thí dụ như vậy. Sẽ có một ngày quý vị không còn bị dính vào trong cái hơi thở vào ra, đi đứng nằm ngồi, ăn uống, nhai nuốt, co duỗi, tiểu tiện, mặc áo mặc quần... không còn nữa. Mà giây phút đặc Đạo là mình chỉ còn biết đây là khổ, đây là tập, đây là diệt, đây là Đạo. Biết đây là Danh, đây là Sắc, đây là vô thường, khổ, vô ngã nè. Đây là sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Biết đây là tâm tham, tâm sân, tâm si; biết đây là khổ, tập, diệt, Đạo. Biết như vậy mới đặc, biết qua khía cạnh chân đế.

Nhưng buổi đầu chúng ta vẫn phải xài ấn tượng, mà ở đây gọi là quán tưởng, nó khác với thiền tưởng. Thiền tưởng nghĩa là chỉ biết vật chất qua tên gọi, qua khía cạnh hiện tượng thôi. Còn Thiền quán thì bắt đầu từng bước chúng ta đi sâu vào thế giới bản chất. Trong room ráng hiểu dùm tôi nhờ!

Buổi đầu mình chưa đi sâu vào thế giới bản chất được mà mình phải mượn một tí tí. Tuy nói là mượn hiện tượng nhưng hiện tượng của người tu Thiền quán không giống của người tu Thiền chỉ. Thiền chỉ của người hướng dục, dục tướng, thiền tưởng so

với quán tưởng nó khác ngàn trùng viễn xứ. Hai ông kia là cắm đầu gục mặt trong thế giới hiện tượng. Còn ông tu Tuệ quán, tu Vipassana thì không phải. Ông mượn mà ông biết rất rõ ông đang mượn. Ông biết. Nhưng buổi đầu ông đang cần trau luyện cái Định và cái Tuệ, nên bắt buộc ông phải mượn ít lâu.

Còn các vị hỏi tôi mượn bao lâu thì tùy vào cái khôn cái ngu, nhanh chậm của mỗi người khác nhau. Nhưng mà phải mượn ít lâu. Có người họ không cần mượn, họ chỉ cần nghe Đức Phật giảng là họ trực chỉ nhân tâm liền. Còn mình thì không. Có nhiều người chậm, họ tu một tháng, hai tháng, một năm, hai năm, năm năm, một thập niên, hai thập niên, ba thập niên; có người quất cho cả đời mới đắc. Có người tu tám trăm kiếp cũng chưa đắc. Khó nói lắm nhe.

Nhưng buổi đầu phải nhờ đến các khía cạnh hiện tượng. Là buổi đầu chỉ nhận diện hơi thở, niệm hơi thở thuần túy, gọi là hơi thở qua Thân quán niệm xứ.

Tiếp theo là hơi thở kết hợp với Thọ quán: là ta đang thở ra bằng sự dễ chịu, ta đang thở ra bằng sự khó chịu. Ta đang thở vào bằng sự khó chịu. Đó là kết hợp với Thọ quán.

Còn kết hợp với Tâm quán là: ta đang thở ra bằng tâm tham, ta đang thở vào bằng tâm tham. Ta đang thở vào bằng tâm sân, ta đang thở vào bằng tâm sân.

Còn Pháp quán cũng y chang như vậy. Pháp quán niệm xứ là sự kết hợp của ba niệm xứ đầu. Cái này không có giáo lý thì chỉ có căn lười thôi. Thân quán là tập trung trong Sắc pháp. Thọ quán niệm xứ là tập trung trong cảm thọ. Tâm quán niệm xứ là tập trung trong tâm thức. Nhưng riêng Pháp quán là kết hợp ba thứ kia.

Thí dụ như hành giả quán chiếu đây là nhân xứ, nhĩ xứ.

Hành giả biết rõ. Thay vì bên Tâm quán niệm xứ, hành giả biết đây là tâm tham, tâm sân; nhưng bên Pháp quán niệm xứ thì hành giả sang hơn một bước. Hành giả biết: đây là dục triền cái, sân triền cái.

Bên Thọ quán niệm xứ, hành giả chỉ biết đây là thọ hỷ, thọ ưu; nhưng bên Pháp quán niệm xứ, hành giả không kêu hỷ ưu, mà hành giả biết: đây là hỷ giác chi, đây là sân triền cái. Nghe kịp không ta?

Tức là anh phải có kiến thức. Mà tôi ví dụ hoài, nhiều người mặt nó đơ thấy thương lắm!

Thí dụ bà má đang làm bếp, có tiếng gọi cửa. Bà má hỏi:

“Ai vậy tụi bây?”

Thì thằng nhỏ bốn tuổi lắm dầm chạy vô nói:

“Má ơi, có ông nào đen thui hà.”

Rồi thằng tám tuổi chạy ra nói:

“Má ơi, ông hàng xóm.”

Nó biết vậy thôi: ông hàng xóm.

Tới cái thằng mười tám tuổi, nó đi về nó thấy, má nó hỏi:

“Ai vậy bây? Hai đứa này nói tao không hiểu.”

Thì thằng mười tám tuổi mới nói:

“Dạ, cái ông nha sĩ ngoài downtown á, ổng là hàng xóm của mình nè, ông Mỹ đen.”

Các vị nghe có thấy khác không? Thằng bốn tuổi nói: “Cái ông nào đen sì má ơi.”

Thằng tám tuổi nói: “Ông hàng xóm má ơi.” Nhưng cái thằng mười tám tuổi nói:

“Cái ông nha sĩ da đen, hàng xóm mình, ở downtown má ơi.”

Tức là cũng ông đó, nhưng nó phải có kiến thức tối thiểu, nó mới biết downtown là cái gì, nó phải biết nha sĩ là cái gì, chớ thằng nhóc nó không có biết.

Ngay bản thân tôi, tôi còn không nhớ biết phân biệt mấy cái đó từ hồi nào. Như tôi thấy ông nào giống giống sĩ sĩ, tôi gom vô hết là bác sĩ, chớ tôi đâu biết nha sĩ, bác sĩ khác nhau cái gì. Nhưng khi mình lớn lên mình biết: à, bác sĩ có tám trăm thứ bác sĩ lận. Bác sĩ da, bác sĩ máu, bác sĩ xương, bác sĩ chuyên nội tạng, chuyên đường ruột, chuyên về tai mũi họng, về mắt, về nhi, về phụ khoa...

Nhưng mà hồi mình còn bé, mình cứ thấy thằng cha nào đeo cái ống thính dẫn, rà rà là mình phán thằng cha đó bác sĩ thôi. Nhưng khi nhắc tới chữ “nha sĩ” thì biết rồi, mình phải có cái biết nhất định nào đó mới biết dùng chữ đó.

Vì sao? Vì ngôn ngữ nó gắn liền với khái niệm, cái idea, concept, ý tưởng, ý niệm. Mỗi từ ngữ gắn liền theo nó, đi cùng nó là những concept, idea, ý niệm, ý tưởng.

Ở đây cũng vậy. Muốn tu Pháp quán niệm xứ là anh phải có kiến thức giáo lý, và trí anh phải nhanh. Chớ mà anh cà rờ cà rờ, cà mò cà mò kiểu gà mờ, quáng gà thì không có tu được. Trong room còn nghe không ta?

Như vậy, nếu mà nói tang hoang như này giờ, về “tưởng” mình học ba loại là dục tưởng, thiền tưởng và quán tưởng, thì buổi đầu thiền quán mình phải mượn mấy cái tưởng cảnh tục đế, chế định. Nhưng lâu dần, khi niệm, định và tuệ mạnh rồi, duyên lành ba-la-mật ngon lành rồi, ngũ quyền ngon lành rồi, thì tự động mình đi vô thế giới bản chất, chân đế.

Muốn lìa bỏ dục tưởng và thiền tưởng một cách vĩnh viễn là mình phải sử dụng cái quán tưởng. Đó là cách nói chuyên môn.

Cách nói thông thường: toàn bộ sanh tử chỉ quần quanh trong thế giới của “tưởng”, của hoang tưởng, giả tưởng và ảo tưởng thôi, quý vị. Anh còn sống trong thế giới hoang tưởng thì anh mới còn những giấc mơ hoang đường. Yah!

Mình không học giáo lý, mình không biết rằng tất cả chúng ta đây đều sống trong ảo tưởng, hoang tưởng và giả tưởng. Cho nên những cái chúng ta thấy nó không phải là

thiên đường mà nó là hoang đường.

Có nghĩa là khi chúng ta là con giòi thì chúng ta thấy đồng phân là tuyệt vời. Khi chúng ta là con ruồi, chúng ta thấy đồng rác là tuyệt vời. Khi chúng ta là đàn ông thì chúng ta yêu đàn bà. Chúng ta là đàn bà, chúng ta yêu đàn ông. Khi chúng ta là Mỹ đen, chúng ta có những sở thích rất là Mỹ đen. Khi chúng ta là Mẽ, chúng ta có những sở thích rất là Mẽ. Chúng ta là người Úc, chúng ta thích những cái rất là Úc. Chúng ta là người Âu, chúng ta thích những cái rất là Âu. Chúng ta là con chó, con heo, chúng ta thích những cái rất là chó, rất là heo, các vị biết không? Rồi!

Mà hề thích ở đâu, nó gắn liền cái ghét ở đó. Hề có thích là phải có ghét. Thí dụ thích nóng thì nó ghét lạnh, thích mát thì ghét nực. Hề có cái thích thì có cái ghét đối lập, mặc dù ngay lúc đó có thể mình không biết, không có ngờ, không có thấy.

Thí dụ bữa nay mình xách giỏ đi shopping, ra ngoài tiệm tự nhiên thấy cái áo đó hay quá, do cái tông màu, gam màu hay quá, cái họa tiết trong đó hay quá. Nó đơn giản, chỉ một vệt mực như nét số chữ Hán kéo xuống trên nền vải lụa, rồi nó có một đường ngang vậy đó, nhìn muốn hiểu sao thì hiểu. Mình hình dung như nó cách điệu một cái gì đó.

Khi mình bắt đầu mình thích cái loại hoa văn, họa tiết đó, có nghĩa là từ đây về sau mình gặp cái gì nó rắc rối là bắt đầu mình ghét. Tin tôi đi! Mà mình đâu có ngờ, quý vị.

Khi mình yêu được cái đơn giản là đã bắt đầu ghét cái rắc rối, ghét cái phức tạp. Mặc dù xưa giờ các vị rất thích cái cầu kỳ, diêm dúa, lòe loẹt; nhưng kể từ hôm nay, khi bắt đầu thích khu vườn Nhật, thích một bức tranh tình cờ thấy trên quảng cáo trên phố, có một ống tre nước chảy róc rách với mấy viên sỏi trên suối cạn; biết yêu một mái chùa Nhật, biết yêu một cái sân cát, biết yêu một vệt nắng chiều trên triền đồi không có ai.

Khi chúng ta bắt đầu biết yêu những cái trầm lặng, đơn giản, quạnh hiu đó thì lòng chúng ta bắt đầu đảo khuynh hướng, nó đối lập với cái gì ồn ào, ầm ĩ. Tin tôi đi. Yeah!

Khi anh bắt đầu yêu cái gì đó thì anh đã bắt đầu ghét cái ngược lại. Và khi anh ghét cái gì đó, có nghĩa là anh đã bắt đầu yêu cái ngược lại.

Cho nên Phật dạy:

“Đừng tìm chi cái ghét,
Đừng tìm chi cái thương.
Thương phải xa là khổ.
Ghét phải gần là khổ.
Muốn không được là khổ.”

Hay vô cùng! Cả đời này chỉ một vài câu nói ngắn ngủi của Thế Tôn đủ để cho mình tu, đủ để cho mình sống. Đủ để cho mình quỳ mình lạy, không cần làm tượng gì nhiều cho tốn kém. Chỉ cần ghi câu này lên tờ giấy học sinh, giấy dán trên vách, quỳ lạy suốt ngày:

“Đừng tìm chi cái thương,
Đừng tìm chi cái ghét.
Thương phải xa là khổ,
Ghét phải gần là khổ.
Muốn không được là khổ.”

Toàn bộ thế giới này chỉ chừng đó thôi, thưa quý vị! Nhớ nhé!

Rồi tiếp theo, mình đang nói về “tưởng” đó, mình nói về lậu hoặc. “Lậu hoặc” là gì?

Tại sao tôi giảng chậm bài kinh này? Là tại vì bài kinh này tôi chọn, tôi đem vào Thiền môn Nhật tụng mà. Bài kinh sâu lắm. Các hành giả đọc kỹ bài kinh này, nghe tôi giảng kỹ, bài kinh này thiệt là sâu.

Ở đây Ngài nói về cái gì đi nữa, Ngài cũng nói cái nhân sanh khởi của “thọ”, của “tưởng” là “xúc”. Từ xúc nó ra thọ, từ xúc nó ra tưởng.

Xúc nó quan trọng lắm.

Xúc là gì? Là sự gặp gỡ của căn và trần. Tôi nhắc lại chút xíu trước khi tôi qua phần lậu hoặc.

“Xúc” nó sâu lắm. Tôi đã nói rồi, toàn bộ đời sống mình nó chỉ là quá trình, cái lộ trình làm việc, cái quá trình gặp gỡ của sáu căn và sáu trần. Vấn đề là anh ở trong môi trường nào mà anh để cho sáu căn của anh nó gặp những sáu trần loại nào.

Nói bằng ngôn ngữ của mình là có những cuộc gặp gỡ khiến chúng ta thành hiền thánh. Có những cuộc tương phùng khiến cho ta thành con chó, con heo. Các vị nghe kịp không?

Tương phùng là gì? Là meeting, là gặp gỡ. Cái “xúc” đây không phải là touching không, mà nó là meeting, nó là gathering, là sự hội tụ, sự gặp gỡ, sự gắn kết. Làm ơn nhớ dùm cái đó. Chớ còn “xúc” mà hiểu touching thì nó nghèo quá! Cứ nhớ hoài câu này:

“Có những sự gặp gỡ biến ta thành hiền thánh, mà có những cuộc tương phùng khiến ta ra chó, ra heo.”

Là sao?

Cũng nhìn cái đó mà anh nhìn bằng cái tâm thức gì. Có chánh niệm, có trí tuệ, có thiền định, có từ, úy, tín, tấn, niệm, tuệ, thì cái nhìn ấy, cái sự tương phùng ấy biến ta thành hiền thánh.

Mà có những cuộc gặp gỡ biến ta thành chó, thành heo là cũng hình ảnh đó, âm thanh đó, mùi đó, vị đó, mà ta nhìn bằng cái tâm thức gì. Cái thái độ của ta trước sáu trần là cái gì, thì từ đó ta mới thành chó, thành heo.

Và tôi đã nói không biết là bao nhiêu lần là chúng ta hôm nay có là kỹ sư, là hoa hậu, người mẫu, là thầy chùa, là linh mục, là bất cứ cái gì đi nữa, cao sang đạo đức cỡ nào đi nữa, mà trong mỗi người chúng ta, cái chủng tử ăn phân, ăn thịt sống máu tươi nó luôn luôn còn đó, miễn là chúng ta còn phàm.

Là vì sao? Vì chúng ta đang là kỹ sư, bác sĩ mà chúng ta tắt thở một cái thì trời biết chúng ta đi về đâu. Chỉ cần chúng ta làm con bọ, con giòi thì lúc đó mình thấy đồng phân là mình mừng lắm. Mà nếu trong lúc tắt thở chúng ta đi về châu Phi, chúng ta làm con beo, con sư tử, thì chỉ có thịt sống máu tươi thôi.

Cho nên cứ nhớ cái này:

“Tôi có là ai trong cuộc đời này, sang trọng giàu có bằng trời đi nữa, miễn là tôi còn phàm thì cái chủng tử, cái hạt giống, cái seeds, thích thịt sống, phân người, nó vẫn còn trong người của tôi, không mất được.”

Gớm như vậy. Hiếu như vậy mới ghê! Hôm nay mình làm đẹp, mình phấn son, trang sức, quần là áo lụa, mắt kính, đồng hồ, dây nịt, túi xách, mình tưởng mình sang, mình bảnh. Nhưng nếu mình sống triền miên chìm sâu trong thích và trong ghét, thiếu niệm, thiếu định và thiếu tuệ, thiếu tâm, úy, thiếu niềm tin, tắt thở rồi, những chủng tử, những hạt giống kia nó sẽ tìm ngay một mảnh đất để mà nó sinh sôi. Nó tìm ngay thôi, quý vị.

Bởi vì trong người mình có rất nhiều hạt giống, mà cái gớm nhứt, cái khả năng ăn thịt sống máu tươi, khả năng ăn phân, khả năng cống rãnh của mình nó rất lớn, lớn lắm mà mình không có ngờ! Tham, sân, si ở đâu thì phân người và cống rãnh nằm ở đó. Chỉ có mấy ông đó mới đưa mình về chỗ đó được. Các tâm lành, tâm thiện nó không đưa về đó được. Nghe.

Cái mà tín, tấn, niệm, định, tuệ, từ bi, bao dung, cảm thông, chia sẻ, nhận thức, là những cái đó không thể nào đưa mình xuống chỗ thấp được. Mà chỉ có cái tham, sân, si, ái, mạn, kiến, nghi, tị hiềm, bủn xỉn, nhỏ mọn, toan tính, đó chính là con

đường, là cái lộ trình đưa mình xuống mấy cái lỗ cống, bồn cầu, vô mấy đồng rác, vào chốn rừng sâu núi thẳm để liếm láp thịt sống máu tươi. Nghe!

Cho nên tùy thuộc vào đời sống chúng ta, tùy thuộc vào sáu căn tiếp xúc sáu trần bằng thái độ tâm thức như thế nào, và tôi cũng đã vừa nói, trình độ quyết định thái độ: thái độ sống, thái độ tâm lý, tâm thức của chúng ta. Tôi nói có nhanh lắm không?

Khi tôi nói, tôi phang mấy cái này bà con nghe ớn quá, nhưng mà là sự thật. Trong Thiền môn Nhật tụng Kalama chúng tôi có trích bài kinh này từ Trung bộ. Trong đó có bài kinh Hiền Ngu nói một chuyện lạnh xương sống. Đó là một khi đã rớt xuống đường đọa thì rất khó quay lên.

Bởi vì khi lọt xuống đường đọa chúng ta sống toàn bằng bản năng, cái instinct, bad instinct: lớn hiếp nhỏ, mạnh hiếp yếu, đói ăn, khát uống, đực cái, trống mái giao phối. Chỉ biết giao phối và phản vệ. Phản vệ nghĩa là đưa nào đụng tới mình thì mình phản ứng bằng cách một là tấn công lại nó, hai là mình co rút hoặc là chạy trốn. Chỉ biết bao nhiêu đó thôi.

Các vị tướng tước có rất nhiều người trong chúng ta chỉ sống bằng bốn cái này thôi, mặc dù là cũng có bằng cấp đại học, cũng có vợ đẹp, chồng giỏi, cũng có nhà lầu xe hơi, nhưng cả ngày của mình chỉ vật lộn với bốn thứ này thôi. Các vị tướng các vị có trình độ khoa học, kiến thức văn minh, chưa chắc!

Đồng ý bằng cấp đại học cho mình kiến thức chuyên môn, nhưng mà sau đó mình coi nó là cần câu cơm, đi kiếm cơm thôi, quý vị. Mình gọi nó là hành nghề, nhưng thực ra nói nôm na là kiếm sống, mà nói tục chút xíu là kiếm ăn. Ba cái từ đó, ba cái level khác nhau. Một là mình xài chữ sang là “hành nghề”. Tệ một chút là “kiếm sống”, mà bậy nhứt là “kiếm ăn”.

Mà khi đẩy cái chuyện hành nghề thành kiếm ăn rồi thì nhớ kỹ coi trong đầu mình, mình có khác mấy con kia không? Nó ngủ một giấc dậy nó cũng đi kiếm ăn đúng

không. Khiếp lắm, quý vị! Cũng kiếm ăn, nhưng do điều kiện, bối cảnh mà mỗi đứa, mỗi loài nó có kiểu kiếm ăn khác nhau. Chỉ vậy thôi!

Nếu ngoài chuyện lo cho tình cảm mình, lo cho vợ chồng con cái, ngoài ra mà mình không biết gì đó thì coi chừng đời sau kiếp khác cái chỗ cao mình khó leo lên lắm. Bởi thế giới thực sự là thế giới hiền thánh là phải sống có trong có ngoài, có trên có dưới, có thân có sơ.

Có nghĩa là quý vị quan sát đời sống Bồ-tát mà trong kinh mô tả, thì ngoài cha mẹ, vợ con, bạn bè, thân quyến, Ngài còn có vô vàn thiên hạ để Ngài yêu thương, Ngài chăm sóc, chia sẻ, bận tâm, Ngài nặng lòng. Đó mới đúng là bậc hiền thánh.

Các vị nhớ dùm cái này:

“Giá trị của một con người nằm ở sức chứa của trái tim.”

Tim anh ta chứa được bao nhiêu thì giá trị anh ta nặng bấy nhiêu. Chưa hết, giá trị của con người không phải ở chỗ anh ta nhận được bao nhiêu mà còn ở khả năng anh ta trao ra được bao nhiêu. Mà những loài thấp kém không có khả năng trao ra.

Chỉ có con người mới có khả năng trao ra. Chỉ có con người là động vật cao cấp, con người là “vạn vật chi linh” mà quý vị, nó mới có khả năng trao ra, chia sẻ. Còn đa phần mình sống.

Chỉ biết ru rú cái thân này của mình, gia đình này của mình, dòng tộc này của mình, thì coi chừng nó trở thành lối sống khép kín. Một là ích kỷ bản thân, hai là lối sống bầy đàn. Khi mình chỉ biết lo cho gia đình mình không, mình không biết lo gì ngoài ra đó, thì coi chừng, rất có thể đó là tâm thức bầy đàn. Bữa nay tôi nói toàn mấy cái chuyện cho người ta chém không, nhưng mà nói Pháp mà cấm nói thì chết rồi, nghe!

Tính nói một chuyện mà thấy cũng phiền quá, thôi. Nhưng mà cũng phải nói. Tôi xin lạy trước vong linh mẹ tôi, tôi không có hèn tới mức tôi ăn rồi mà chống phá tùm lum. Mà sau này nghe nhiều chuyện quá nên cho tôi nói một chuyện.

Đó là tất cả những email, những fanpage, website mà dính líu tới tên chúng tôi thì chỉ có đơn giản: email chúng tôi chỉ có là toaikhanh77@gmail.com. Còn không, các vị vào kalamahermitage.com. Chớ còn ngoài ra tất cả chúng tôi không chịu trách nhiệm.

Có những cái web họ khen chúng tôi lên tới trời, họ đập chúng tôi xuống sinh mà cả đám quần chúng mười mấy ngàn người cầm đầu mà tin, tôi không biết là tại sao. Tôi tình cờ vào đó tôi đọc mà hết hồn. Tại sao bà con không nhớ rằng tôi còn sống ở đây, còn gặp tôi sờ sờ trong room mỗi ngày. Có gì không chịu hỏi thẳng, mà cứ đi vào cái room nào đó, cứ tưởng lầm tôi ở đó chỉ vì có cái tên tôi ở đó, có phải chết không! Rồi mai này người ta quyên góp, người ta vận động cái gì đó là tôi chịu trách nhiệm hết. Tại sao các vị thông minh quá vậy. Tôi lạy các bố!

Bữa nay không nói không được. Tôi sợ đó lắm, chẳng thà tôi quyên góp, tôi ăn rồi tôi bị bỏ tù, tôi bị kiện ra tòa, hoặc các vị chửi tôi, mắng tôi, các vị đập đầu tôi, không tức. Đằng này cái tên tôi treo tòng teng ở đó rồi các vị hòa nhau một rừng người mà chạy tới đó. Mà còn kêu bằng sư nữa chứ. Không biết trong room đó của ai, trang đó của ai. Khổ quá!

Bây giờ, một là toaikhanh77@gmail.com, còn không vào kalamahermitage.com, hoặc toaikhanh.com, đó là của tôi. Tôi không cầu các vị đến nuôi tôi mập như cừu, không cần quý vị lấy tiền đổ đầu tôi, mà làm ơn nhớ dùm một chuyện: tôi không chịu trách nhiệm những cái gì ngoài ra cái đó. Tôi sợ lắm, nó oan chết như vậy không được nhắm mắt, quý vị biết không, khó liệm lắm. Chết con mắt nó phải vuốt được, nghe, tức lắm!

Các vị sẽ ngạc nhiên tại sao tôi đang giảng cái đạo giải thoát mà tôi quay qua một chuyện rất đỗi phàm tình. Bởi vì các vị thấy không, nhiều khi mình cao 1m6-1m8 gì đi nữa, nhưng một chút xíu gai dưới gót mình không nhổ nó ra mình đứng không có yên. Các vị có là võ sư đi nữa mà tí bụi vô mắt là các vị cũng như thua rồi, nghe. Các vị có là ai đi nữa, một cái gai nhỏ xíu dưới gót chân, một tí bụi trong mắt, chỉ chừng

đó thôi là không được, là không làm ăn được gì hết. Nhớ dùm cái này. Cám ơn quý vị nhiều. Xin lỗi đã làm phiền, làm gián đoạn cái Pháp thoại! Rồi, nói tiếp.

Chính vì sáu xúc quan trọng như vậy nên nó là nền tảng cho tất cả thọ, tức là cho đời sống cảm giác của chúng ta. Nó là nền tảng cho đời sống kinh nghiệm, ấn tượng của chúng ta mà từ nhà Phật chuyên môn gọi là “tưởng”.

Như vậy mình nói toàn bộ thế giới này nó là “tưởng” cũng được, mà nói nó nằm trong chữ “xúc” cũng được, mà nằm trong chữ “thọ” cũng được. Nếu như vậy mình hoàn toàn có thể nói rằng cứu cánh cao nhất của người tu là kết thúc, không còn “tưởng” nữa, không còn “thọ” nữa, không còn “xúc” nữa. Ngày nào không còn xúc, không còn thọ, không còn tưởng, không còn “tư” nữa — xúc, thọ, tưởng, tư; “tư” là những ý niệm thiện ác trong lúc 6 căn làm việc với 6 trần — thì sẽ không còn sanh tử nữa.

Sự vắng mặt của mấy món này chính là Niết-bàn, chính là sự giải thoát tuyệt đối, triệt để, rốt ráo. Và con đường dẫn đến sự chấm dứt ấy phải là lộ trình hành trì Bát chánh đạo. Làm ơn nhớ dùm cái này, Bát chánh đạo, nghe!

Ba lậu hoặc

Giờ mình học tiếp theo về ba lậu hoặc. Thường mình học là tứ lậu: dục lậu, kiến lậu, hữu lậu và vô minh lậu. Nhưng ở đây Ngài lại nói có ba lậu hoặc. Nghe thì như là nó ít hơn, cái tên lại như không mắc mớ gì mấy cái kia, nhưng thực ra nó là gom gọn bốn cái kia.

“Lậu” đây có nghĩa là “leaking”, là “phiền não” mà nó len lỏi, thấm rịn trong tâm thức phàm phu của mình.

1. Dục lậu: lòng ham thích hưởng thụ năm dục.

2. Hữu lậu:

Dục lậu là muốn hưởng thụ, còn hữu lậu là muốn tồn tại, muốn có mặt ở chỗ này chỗ kia, muốn có mặt ở cõi dục, cõi sắc, cõi vô sắc. Có người còn muốn đắc rồi có một cõi nào đó để về, để đời đời bất tử, pháp thân vĩnh hằng, bất diệt.

Từ đâu ra những ý niệm đó? Là bởi vì những nhân vật bị cái hữu lậu nặng quá, quá nặng mới nảy ra ý niệm về Pháp thân. Họ đã “ăn gian” chỗ này: cái gì thuộc về hiện tượng thì nó có thể bị biến mất, nhưng cái gì thuộc về bản chất, thuộc về ý nghĩa, về trạng thái thì không có mất. Trong room có hiểu chỗ này không ta?

Thí dụ chữ “Phật” mình hiểu trên khía cạnh hiện tượng: Ngài là một nhân vật lịch sử, một ông hoàng chào đời ở Lumbini, biên giới Nepal, trụ thế 80 năm, sau đó tuổi già sức yếu bỏ xác ở một góc rừng Kusinara. Đó là “Phật” theo nghĩa hiện tượng.

Nhưng chữ “Phật” hiểu theo nghĩa bản chất, trừu tượng, tinh thần, nghĩa bóng thì Phật là tánh Giác, là khả năng hiểu biết, bao dung, yêu thương muôn loài. Khi Phật còn thì cái gì trên đời này Ngài cũng biết, ai Ngài cũng thương, đức lành nào Ngài cũng có. Thì những giá trị tâm linh này đầu Ngài mất đi, nhưng mà hể mình nói tới Phật là mình hình dung ba cái này. Thì cái trạng thái đó làm sao mất được.

Thí dụ nói đất là gì, nước là gì, lửa là gì, mấy cái định nghĩa đó làm sao mất theo thời gian được. Ngọn lửa đó có thể tắt, cục đất đó có thể vỡ, bị tan, bị nghiền nát, nhưng trạng thái của ba thứ đó làm sao nó mất.

Thì có người do cái hữu lậu, hữu ái đó mạnh quá nên họ không cam tâm chấp nhận chuyện tu hành mấy chục a-tăng-kỳ, dùng một phát thành Phật rồi xuôi tay bỏ hết ra đi. Họ chịu không nổi! Thế là họ tìm cách họ nắm níu, họ giữ lại cái gì đó.

Thực ra Phật có tới ba thân: Báo thân, Ứng thân và Pháp thân. Báo thân là còn phải thị hiện, phải sanh già đau chết, xuất gia khổ hạnh tùm lum hết. Nhưng cái Ứng thân là Ngài còn có chỗ để về, cõi nào đó sau khi Ngài thị hiện hoằng Pháp ở đây. Còn riêng Pháp thân là cõi tinh thần của Ngài thì đời đời bất diệt. Nghe thì sượng thiệt.

Nhưng mình truy cho cùng, vì đâu mà nó ra khái niệm Tam thân? Là bởi vì có những kẻ không cam tâm. Mà tại sao không cam tâm? Bởi vì họ không học cho thông bài học về Bốn Đế.

Đế đầu tiên: mọi hiện hữu là khổ. Cái này phải ghi:

“Ý nghĩa lớn nhất của Phật pháp là thấy ra sự vô nghĩa của đời sống”.

Sống hoài để làm cái gì? Tôi không coi, chỉ coi article viết về phim Twilight của Mỹ, trong đó có một câu tôi rất thích. Đó là nhân vật nam nói với nhân vật nữ:

“Em nghĩ đi, nếu tụi mình đời đời bất tử, không chết, thì chúng ta sẽ sống cho cái gì?”

Cái câu đó hay quá. Nó hay đến mức mà tôi muốn khắc lên bảng vàng bia đá, rồi sơn son thếp vàng, treo trước thiền viện Kalama mai này. Dĩ nhiên ghi trích dẫn đầy đủ: phim “Twilight”.

Không có được nhiều lắm những người thấy ra được ý nghĩa của đời sống. Ý nghĩa rất ráo của đời sống chỉ là sự vô nghĩa thôi quý vị. Cái ý nghĩa cao nhất của Phật pháp chính là thấy ra sự vô nghĩa của đời sống.

Sống để làm cái gì? Sống để tụng kinh, để thuyết pháp, để ngồi thiền à? Mà ngồi thiền để được cái gì? Để giải thoát. Mà giải thoát là cái gì, để chấm dứt hết hay để tiếp tục được tồn tại trong một hình thức khác? Anh giải thích cho tôi nghe giải thoát là cái gì?

Các vị thấy không, ngay trong ý niệm muốn đời đời bất diệt đã mâu thuẫn rồi. Anh nói anh còn hoài để làm cái gì. Anh còn hoài để anh đói ăn khát uống phải không? Anh nghĩ cái đó nếu dài một tỷ năm, một trăm tỷ năm, một ngàn tỷ năm, triệu tỷ năm thì nó sẽ đi về đâu? Đói ăn khát uống, yêu đương giao phối, chỉ vậy hoài hay sao?

Rồi anh nói:

“Không, không, tôi là Phật tử, tôi muốn sống đời đời bất diệt để tôi tụng kinh, thuyết pháp, tôi ngồi thiền, tôi tế độ chúng sanh.”

Mà nếu tất cả mọi người cũng đều đời đời bất diệt thì mình sống để làm cái gì? Ở đây tôi không chủ trương hư vô, đạo Phật không có chủ trương cái đó. Nhưng có một điều, các vị tự hỏi coi, có phải lý tưởng cao nhất của Phật pháp, cái ý nghĩa cao nhất của Phật pháp, chính là thấy ra sự vô nghĩa của đời sống.

Mọi hiện hữu là khổ, đau trong bất cứ hình thức nào. Anh có là Phạm thiên Vô sắc Phi tướng phi phi tướng, hay là một con giòi, một con giun đất ở trong mấy tầng đất sét đi nữa; anh là một con gián, một con thiêu thân, một con uyên ương bay trong gió. Con uyên ương giống như phù du vậy đó, nó bay từng cặp từng cặp, chạy xe trên cao tốc nó hay bám vô cửa kính.

Hoặc có nhiều lần tôi nói tôi sợ làm con oyster, con hào, bám trong đá. Nhìn xa nó y chang như đá, lại gần mới biết nó là một thứ sò ốc. Mình không hiểu nó sống để làm cái gì. Không biết buồn vui, không có yêu đương nhưng nhớ, không có toan tính suy tư, không có lý tưởng hành động, không có một cái gì để phụng sự hy hiến. Không có gì hết, nó chỉ là một cục thịt nằm đó mà chờ ngày hóa kiếp!

Cái hữu lậu nó nặng quá mới nảy ra cái chuyện là có nhiều người mong là uống từng chén trà, ngắm từng cái hoa để thấy mình mai này trở về với đất, hòa tan vào đất, tiếp tục tồn tại trong hình hài khác. Mình thấy từng giọt nước trong chén trà mai này sẽ về trời thành mây, rồi tiếp tục mưa xuống, bốc hơi đi đâu cũng về trời, quần quanh trong khí quyển. Rồi chúng ta có là một chiếc lá, một cành hoa, trở về với đất mẹ thì tiếp tục nuôi dưỡng cành lá khác để tiếp tục hiện hữu trong cái hình thức khác.

Cái tấm thân mấy chục ký lô này, mai này dầu đem chôn hay đem thiêu thì nó sẽ một phần đóng góp cho đất mẹ, để nó tiếp tục nuôi dưỡng cho những mầm sống khác. Như vậy chúng ta tiếp tục hiện hữu, tồn tại trong những hóa thân mới.

Trời ơi, nghe vậy nó sướng tê người, quý vị biết không, những người mà sợ mất ấy! Nghe nó đã lắm! Sướng lắm!

Nhưng mà khi anh thấy sợ, thấy ra sự vô nghĩa của đời sống là anh muốn dẹp nó. Vì lý tưởng cao nhất của Phật pháp chính là thấy ra sự vô nghĩa của đời sống. Đó gọi là hữu lậu.

3. Kiến lậu

Kiến lậu là sao? Là cái thấy sai. Thấy “sai” ở đây mà nói rộng ra thì cả ngàn trang, gồm có mấy chục quan điểm “sai”, mà nói gọn “thấy sai” ở đây gồm có hai thôi.

Một là không thấy được rằng mọi thứ do duyên mà có. Từ đó nảy sinh quan điểm là vạn vật trong đời là tự nhiên mà có, hoặc do một đấng Chí tôn sáng tạo nào đó an bài sắp xếp, phù phép ra.

Thứ hai là không thấy rằng cái gì đã có thì phải mất. Mà cái mất này cũng không phải là ngẫu nhiên, cũng không phải do sự sắp đặt của đấng nào hết. Mà cái mất này lại cũng do duyên nữa. Khi đủ duyên thì nó mất, chỉ vậy thôi. Duyên chưa đến thì nó còn. Cái này quan trọng lắm.

Khi mà anh hiểu được câu thần chú này:

“Vạn hữu ở đời do duyên mà có. Cái gì đã có thì phải mất đi.”

Hai câu này rất thường, nhưng khi anh hiểu kỹ, đủ sâu đủ rộng, thì anh đánh bạt tất cả tà kiến trên đời. Anh không còn tin vào chuyện mọi thứ tự nhiên mà có, hay do một đấng cao xanh nào đó sắp đặt, an bài, sáng tạo. Mà tất cả do duyên, tức là do các điều kiện.

Mọi thứ ở đời do các điều kiện mà có và bản thân nó lại là điều kiện để tạo ra vô vàn những thứ khác. Các vị nhớ cái này, nhớ bài giảng hôm nay, bài giảng này rất là quan trọng, nghe!

Có nghĩa là mọi thứ ở đời do duyên mà có, chứ không phải tự nhiên, mà cũng không do đấng nào tạo ra, mà do các điều kiện. Và khi đã có rồi, nó cũng phải mất đi. Mà cái mất đi ấy cũng phải do các duyên, chứ không phải do tự nhiên hoặc do một đấng cao siêu nào đó. Làm ơn nhớ cái này, rất là quan trọng!

Đọc câu này một tháng, hai tháng, một năm, hai năm, từ từ nó sáng bừng ra. Chỉ hai câu này nó là chìa khóa mở toang tất cả tà kiến, hoang mang, nghi hoặc, những hoang tưởng, những điên đảo mộng tưởng.

“Viễn ly nhất thiết điên đảo mộng tưởng” chỉ vì cái chìa khóa này. Theo tôi, chìa khóa này còn ghê hơn cái “Yết đế yết đế ba la yết đế ba la tăng yết đế bồ đề tát bà ha”, vì cái kia nó là câu kết, nó gút, nó chốt lại bài Bát Nhã Tâm Kinh. Nhưng riêng tôi, bài Bát Nhã Tâm Kinh phải được chốt lại bằng câu này:

“Vạn hữu ở đời do duyên mà có và cũng do duyên mà mất đi.”

Dĩ nhiên cái câu “Minh chú vô thượng chú, Yết đế Yết đế...” không phải là dờm, nhưng mà nó quá khó hiểu, nó trừu tượng. Nó từ gốc tiếng Phạn là Gate gate paragate parasamgate Bodhi Svaha: hãy đi đi, hãy lên đường, hãy qua bờ khác, đừng có tiếp tục giậm chân ở bờ này nữa.

Bờ này là lối mòn, là “con đường xưa em đi”, nghe! Cứ bao nhiêu kiếp rồi, con đường cũ mà đi hoài. Thích – ghét, ghét – thích, ghét – ghét – thích.

Bây giờ hãy lên đường. Hãy qua bên kia sông, đừng tiếp tục giậm chân trên những lối mòn của ngày xưa, ngày cũ nữa!

4. Vô minh lậu

Vô minh lậu được kể cuối nhưng lại là gốc của tất cả. Vô minh lậu là không biết Bốn Đế là gì. Từ chỗ không biết Bốn Đế mới có dục lậu: thích hưởng tùm lum; hữu lậu: muốn tồn tại khắp nơi; kiến lậu: thấy không đúng sự thật. Cả ba cái này đều gốc từ vô minh.

Theo tinh thần Phật pháp, kể cho vui vậy thôi chớ thực ra các phiền não hỗ tương nhau. Vô minh lúc này nó hỗ trợ cho tham và tà kiến lúc kia, nhưng tham và tà kiến lúc kia nó lại hỗ trợ cho vô minh lúc khác. Trong room có hiểu không ta?

Lá mục, phân bón nuôi lớn cây cỏ. Cây cỏ mai sau trở thành lá mục nuôi lại cây cỏ khác. Nghe kịp không? Nhưng khi cần thì mình cắt khúc ra mình nói. Mình nói:

“Cây cỏ giờ tốt ghê lắm nghe. Nhờ lá mục đó, ở đây hay quá. Ruộng ở đây tốt là nhờ gốc rạ mục của mùa trước.”

Có những cây lúa miền Nam cao một mét, mét hai, mà những cây lúa miền Trung, miền Bắc, tôi ra ngoài đó tôi thấy nó cao chưa tới đầu gối. Quý vị biết tại sao? Tại vì đất ngoài đó nó cằn. Khi nó cằn, lúa nó không cao. Lúa không cao, khi người ta cắt rồi, phần còn dư không bao nhiêu hết. Mà khi nó dư không bao nhiêu thì phân nó ít. Mà hể mùa này để lại phân ít thì mùa sau lúa không tốt. Chính lúa không tốt cho nên rạ thấp. Rạ thấp nên không để lại nhiều phân. Không để lại nhiều phân nên lúa thấp. Vì lúa thấp nên rạ thấp. Mà rạ thấp không để lại nhiều phân. Và do không để lại nhiều phân cho nên là lúa thấp...

Còn lúa ở miền Nam thì đất nó tốt, cây lúa nó cao thì để lại gốc rạ cao. Gốc rạ cao thì phân nhiều. Phân nhiều, mai một lúa tốt. Lúa tốt thì rạ nó cao. Mà hể rạ nhiều thì phân nó tốt. Phân nó tốt thì lúa nó cao... Cho nên bây giờ không biết đứa nào nó bắt đầu nữa. Tức là không biết lúa nó tốt rồi rạ nó cao, hay rạ nó cao rồi lúa nó tốt. Đại khái nó là như vậy.

Các vị còn nhớ câu chuyện tôi kể “hai con một hột” không? Tôi khoái câu chuyện đó lắm. Có anh chàng trong tù, thằng đại ca nói:

“Hôm rày anh nghe người ta kể hoài, không có được, bây giờ anh phải kể cho người ta nghe chớ.”

Thì anh nói chuyện anh vô duyên lắm. Đại ca mới nói:

“Thôi kệ, anh cứ kể đi.”

Ảnh nói:

“Nhà tui hồi đó bán gạo. Rồi tới mùa nước lũ lên, phải dời mấy bao gạo sợ nước ngập. Rồi dời vậy nó bể bao gạo, rồi có kiến nó đói, nó tha gạo cứ hai con một hột, hai con một hột...”

Mà cứ nhiều đó ảnh kể hoài, mà nguyên cái đám tù trong phòng ngủ sạch. Lát sau thằng đại ca giật mình dậy, vẫn còn nghe cái anh này ngủ gà ngủ gật mà miệng cứ:

“Hai con một hột, hai con một hột.”

Nó mới chửi thề:

“Trời ơi, chuyện gì mà vô duyên quá vậy!”

Ảnh mới nói:

“Đại ca ơi, nãy giờ em làm mới có nửa bao hà. Nếu đại ca thấy ổn, mai em làm nửa bao nữa.”

Câu chuyện đó không phải câu chuyện cười đâu quý vị. Nó sâu lắm. Toàn bộ đời sống chúng ta nó là một chuỗi dài vô nghĩa. Nó vô nghĩa lắm, cứ hai con một hột, hai con một hột hoài. Sáng đi làm rồi chiều về, đi làm rồi chiều về. Cuối tuần, một là trù mền ngủ; hai là đàn ông thì làm vườn, đàn bà nấu ăn, mời bạn bè tới hát karaoke, hay tiệc tùng gì đó, rồi thứ hai đi làm tiếp. Mà cứ như vậy.

Con còn nhỏ thì đem đi gởi, con lớn thì đem bỏ nó ở trường nội trú, bán trú gì đó. Rồi cứ mấy chục năm, rồi con lớn, như những cánh chim xa, đứa thì bay theo gái, đứa bay theo trai, đứa lấy chồng, đứa theo vợ. Còn cặp vợ chồng sống tuổi hưu. Cứ như vậy, hoặc một là về xứ Việt Nam, hai là vô nhà già nằm chờ chết. Mà cứ hết thế hệ này qua thế hệ khác, cứ là hai con một hột, hai con một hột, nghe!

Chính vì vô minh trong Bốn Đế, không thấy rằng mọi sự ở đời là khổ nên chúng ta mới thích tùm lum. Mà thích cái này cái kia cũng là thích trong khổ. Mà hể còn thích trong khổ thì còn tiếp tục khổ. Cho nên bốn sự thật đây là gì?

1. Mọi hiện hữu là khổ.

2. Thích cái gì cũng là thích trong khổ. Còn thích trong khổ là còn đầu tư cái khổ.

3. Muốn hết khổ thì đừng thích trong khổ nữa.

4. Sống bằng ba nhận thức này thường xuyên, liên tục chính là con đường thoát khổ.

Khi không hiểu được bốn sự thật này được gọi là vô minh lậu. Đó là giảng về Tứ lậu.

Nhưng trong bài kinh này thì Ngài không nói Tứ lậu, Ngài nói ba lậu thôi. Ngài nói: dục lậu, sắc lậu và vô sắc lậu.

Dục lậu đây là Tứ lậu trong cõi Dục.

Sắc lậu là Tứ lậu trong cõi Sắc.

Vô sắc lậu là Tứ lậu trong cõi Vô sắc.

Trong một bài kinh khác, Phật dạy con chó mà nó bị trói trong gốc cột, nó có cắn, cào, quào, sửa cớ nào đi nữa thì nó cũng không rời gốc cột. Kẻ phàm phu còn sống trong tà kiến, trong ngã chấp thì nó có đi lên trời hay nó có về biển thì nó vẫn tiếp tục quẩn quanh trong chừng ấy cảnh giới của ái, mạn, kiến, nghi. Nhớ nghe, cái này quan trọng lắm!

Nó cứ quẩn quanh đời này sang đời khác. Bây giờ nó có xuống biển sâu, nó làm cái loài vi sinh vật trong rãnh núi Mariana, hay lên làm cái loài vi khuẩn trên đỉnh Everest; nó làm con anaconda trong rừng Amazon Nam Mỹ, hay nó làm con còng gió, con thoi lòi ở rừng Năm Căn, Cà Mau; thì nó đi đâu đi nữa, nó làm một quý bà ở New York, ở Roma, ở Zurich, Paris, London hay là Thượng Hải, “sống trong lòng

người đẹp Tô Châu hay là chết bên dòng sông Danube”, thì tất cả nó đi đâu nó cũng mang theo cái vốn liếng hành trang của nó là bốn lậu thôi.

Một là dục lậu, là nó muốn hưởng tùm lum. Hữu lậu là nó muốn đời đời không mất. Kiến lậu là nó không chịu hiểu rằng mọi thứ do duyên mà có, có rồi phải mất. Và vô minh lậu là nó không chịu hiểu bốn sự thật: rằng cái gì ở đời cũng là khổ; thích cái gì cũng là thích trong khổ; còn thích khổ thì còn tạo khổ, còn đầu tư khổ. Muốn hết khổ thì đừng thích trong khổ nữa. Thường xuyên sống trong ba nhận thức đó được gọi là con đường thoát khổ.

Chính vì bốn lậu này nó theo mình từ cõi Dục, cõi Sắc và cõi Vô sắc, cho nên trong trường hợp này Ngài không nói Bốn lậu mà Ngài nói dục lậu, sắc lậu và vô sắc lậu là như vậy đó, thưa quý vị.

Bốn cái này theo chúng ta đời đời kiếp kiếp. May là gặp Phật pháp có cơ hội nghe, đọc lai rai; chứ nếu không biết Phật pháp thì không biết mình là ai, ở đâu mình tới, mình sẽ về đâu, và bây giờ mình nên làm gì, hoàn toàn mình không hề biết; sống như cái con gì thuần túy bản năng. Trong kinh nói rất rõ: mình sống giống loài nào, mình chết về loài đó.

Tôi đã nói không biết là bao nhiêu lần.

Cái cây nước mặn nó phải về nước mặn, con cá nước mặn nó về nước mặn. Cái cây nước lợ nó về nước lợ, cây sống ở sinh nó phải về sinh, đem nó lên bờ nó chết liền.

Cái chủng loại nào nó phải về với phương trời, cái bối cảnh, môi trường thích hợp với nó. Cái bối cảnh, môi trường thích hợp với mình như thế nào là nó đều dựa vào tâm tư, cái tâm thức, cái vốn liếng hành trang tâm linh của chúng ta, tinh thần của chúng ta.

Chúng ta trước đây sống bằng hành trang tâm linh, tinh thần thế nào thì cái vốn liếng ấy nó bao gồm những cái ta thích và những cái ta ghét. Hai thứ đó trở thành hướng

dẫn hành động. Từ cái hướng dẫn hành động ấy nó đưa ta trôi dạt về những phương trời miên viễn chiêm bao mà chủ yếu là hoang tưởng, hoang đường, điên đảo mộng tưởng.

Chúng ta làm con giòi, chúng ta thấy đồng phân là tuyệt vời. Chúng ta làm con sâu, chúng ta thấy kén lá là tuyệt vời. Chúng ta là con thú ăn thịt sống, con beo, sư tử, thấy máu tươi là tuyệt vời. Là con người, mình thấy thế giới con người là tuyệt vời. Và trong thế giới con người ấy, Á, Âu, Phi, Mỹ, Úc, mỗi châu lục nó có kiểu tuyệt vời khác nhau, thừa quý vị.

Bây giờ đã đúng giờ, tôi phải nghỉ. Nghỉ mệt. Ngày mai giảng tiếp Kinh này. Tôi không biết giảng bao giờ mới hết, thừa quý vị, tôi mệt rồi. Cho tôi nghỉ sớm!

Chúc các vị một ngày vui.