

Bài 41. Kinh Tăng Chi | Chương Ba pháp | Phẩm Người Đóng Xe (tt2) | Sư Giác Nguyên giảng 03/04/2018

Chúng tôi ôn lại một chút bài hôm qua, đó là nói về vua Chuyển Luân Vương là một vị minh quân thánh chúa, lâu lâu mới xuất hiện trên đời một lần, hơn cả Thuần, Nghiêu.

Vua Chuyển Luân Vương là một người có phước, hội đủ 32 hảo tướng của bậc đại nhân. Và khi làm vua trị quốc, tức là cai trị cả hành tinh này, thì ngài hướng dẫn quốc dân, người trong nước của ngài, trong lãnh thổ của ngài, làm lành lánh dữ.

Thì vị Chánh Đăng Chánh Giác cũng vậy, có nghĩa là cũng hướng dẫn người ta làm lành lánh dữ, nhưng mà ở một cấp độ cao hơn. Có nghĩa là vua Chuyển Luân Vương nhiều lắm là chỉ hướng dẫn cho người ta quần quanh trong thế giới sanh tử. Còn riêng vị Chánh Đăng Chánh Giác thì hướng dẫn người ta đi ba đường:

Thiện nhân bậc hạ là sanh về các cõi nhân thiên dục giới. Thiện nhân bậc trung là nghe lời ngài mà sanh về các cảnh giới Phạm thiên, tu tập thiên định. Thiện nhân bậc thượng thì nghe lời ngài tu tập tuệ quán, chấm dứt sanh tử.

Vua Chuyển Luân Vương chỉ có khả năng giúp cho người ta tu tập ở cái bậc hạ thôi. Chứ còn bậc trung thì không. Bậc trung có nghĩa là hướng dẫn người ta tu tập thiên định để mà có thể sanh về cõi Phạm thiên, cái đó vua Chuyển Luân Vương làm chưa được, thì nói gì cái chuyện mà dạy cho người ta tu tập pháp môn tuệ quán!

Còn riêng vị Chánh Đăng Chánh Giác thì những ai mà nghe lời ngài, hiểu lời ngài, nhớ lời ngài, hành trì theo lời ngài, thì họ có 3 con đường để đi. Bậc hạ thì tái sanh trở lại các cõi nhân thiên thuộc dục giới, có nghĩa là sung sướng, nhưng mà còn trong cái tầm hưởng dục, vui thú ở trong 5 trần vật chất. Rồi cái bậc trung mà nghe lời ngài thì họ cũng có khả năng đắc chứng thiên định. Ngài dạy cả thiên định cho người ta.

Các vị tin chuyện này rồi: Đức Thế Tôn là thừa khả năng hướng dẫn cho người khác tu tập đến cảnh giới Phạm thiên.

Và cái rốt ráo nhất là có những người đầy đủ duyên lành ba-la-mật, thì nghe lời ngài dạy cũng chừng đó lời thôi, nhưng mà họ lại tu tập Niệm Xứ và diệt trừ phiền não, chấm dứt phiền não, chấm dứt tái sanh.

Đây là điểm đặc biệt sai khác giữa vị Chánh Đẳng Chánh Giác và vị Chuyển Luân Vương, đó là bài kinh ngày hôm qua.

Kinh Người Đóng Xe

Bài kinh này lại cũng là quan trọng, lại cũng rất là quan trọng! Bài kinh này mới nhìn thoáng qua thì chúng ta thấy giống như là một câu chuyện cổ tích thôi, nhưng cái nội dung mà ẩn sâu phía sau câu chuyện đó thì nó rất là đáng để chúng ta lưu tâm.

Câu chuyện kể rằng trong một kiếp tiền thân quá khứ, Bốn Sư chúng ta lúc thuở còn là Bồ Tát, có kiếp đó ngài sanh làm một người thợ đóng xe, nghĩa là làm cái thùng xe gắn phía sau mấy con ngựa, mấy con bò, thì gọi là thợ đóng xe. Ngài làm việc cho một ông vua tên là Pacetana. Vua này sắp đi đánh trận, cho nên vua mới đặt hàng Bồ Tát đóng cho vua một chiếc xe thật là kiên cố, vững chắc, ngon lành.

Chiếc xe đó được làm trong một thời gian là 6 tháng trời. Khi mà Bồ Tát làm xong cái cỗ xe đó thì nó còn dư mấy ngày, dư được 6 ngày. Thay vì cái đơn đặt hàng của vua là 6 tháng là xong, nhưng mà Bồ Tát làm xong trước 6 ngày, nói theo từ trong nước là vượt chỉ tiêu trước 6 ngày.

Vua mới hỏi thời gian qua Bồ Tát đã làm xong cỗ xe trong thời gian là năm tháng mấy, thì với thời gian còn lại, Bồ Tát có thể đóng tiếp tục một cái chiếc xe khác với thời gian 6 ngày còn lại hay không? Bồ Tát nói được. Nhưng mà khi Bồ Tát đóng xong đem chạy thử thì nó rất là yếu, và cuối cùng nó bị sút bung ra, nó bị hỏng nặng.

Vua hỏi vì sao? Thì Bồ Tát trả lời thế này:

“Cái việc gì trên đời này nó cũng cần đến thời gian thích hợp để mà có thể hoàn tất tốt đẹp. Để hoàn tất một cái công trình, một cái tác phẩm, một cái sản phẩm, nó cũng đòi hỏi một cái thời gian thích hợp, vừa đủ dài, thì nó mới có thể có được cái chất lượng như ý.”

Thì nội dung bài kinh này, nội dung câu chuyện này là hấp tấp không được. Lúa 3 tháng thì nó phải đủ 3 tháng mình mới thu hoạch được. Cây xoài, cây ổi, cây cóc, cây mận, sầu riêng, măng cụt gì cũng vậy, mình không thể nào mà mình bắt nó phải ra trái trước.

Còn trường hợp như Trung Quốc và Việt Nam, trái chưa chín thì người ta có thể dùng thuốc để người ta thúc nó, ép cho nó chín sớm, ép cho nó lớn sớm hơn cái thời hạn tự nhiên, thì cái trái đó là trái độc, ăn không ngon mà lại độc hại nữa. Các vị trong nước chắc rành cái này lắm.

Cái gì cũng vậy, phải để thuận theo thiên nhiên, xuôi theo thiên nhiên. Mà nếu thuận theo thiên nhiên, xuôi theo thiên nhiên, thì mọi thứ trên trời đất này nó phải cần đến một cái thời gian thích hợp để mà nó phát triển một cách tự nhiên.

Trong Chú giải Apadāna, Tam Tạng cuốn 32 trong cái ấn bản 45 cuốn, phải ghi rõ chớ không thôi bà con bối rối không biết khi nào mà Tam Tạng in thành 45 cuốn. Tại vì có nhiều bộ Tam Tạng in thành 90 cuốn, có bộ Tam Tạng in 100 mấy chục cuốn như Miến Điện. Còn Thái Lan thì họ có nhiều phiên bản: 45 cuốn, rồi 90 cuốn, rồi 100 mấy chục cuốn. Miến Điện là phải 100 mấy. Cho nên tôi đang nói Tam Tạng mà cái ấn bản version 45 cuốn, thì trong đó mình thấy Tạng Luật là 8 cuốn, Tạng Kinh là 25 cuốn, còn lại là Tạng A-tỳ-đàm.

Tôi đang nói cái ấn bản đó, mà xưa giờ tôi chỉ dùng cái ấn bản 45 cuốn. Cho nên thỉnh thoảng bà con nghe tôi nói cuốn 38, 32, tại tôi đang dùng cái bản version 45 cuốn.

Thì Chú giải Tam Tạng cuốn 32 Apadāna, trong đó ghi rõ rằng

Tất cả quả vị Thánh nhân đều cần đến một thời gian thích hợp mới có thể chín muồi, có nghĩa là ba-la-mật của mỗi quả vị nó phải cần đến một cái thời gian thích hợp mới đủ để nó chín muồi.

Thí dụ như Bồ Tát Chánh Đăng Chánh Giác là gồm có 3 hạng. Có vị khi mà tu hành để thành Phật thì lấy trí tuệ làm chánh, gọi là Bồ Tát hạnh trí tuệ. Có vị khi tu tập ba-la-mật lấy sự tinh tấn siêng năng làm chánh thì gọi là Bồ Tát hạnh tinh tấn. Có vị khi tu tập ba-la-mật lấy đức tin làm chánh thì gọi là Bồ Tát hạnh đức tin.

Thì trong đó cái thời gian tu lâu nhất, chậm nhất đó là Bồ Tát tu hạnh tinh tấn, phải trải qua 80 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại kiếp. Bồ Tát hạnh đức tin thì phải trải qua thời gian 40 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại kiếp. Riêng Bồ Tát hạnh trí tuệ thì bởi vì Ngài lúc nào cũng lựa con đường làm cái gì cũng nhanh nhất, hiệu quả nhất, dễ dàng nhất, cho nên thời gian Ngài đi rất là nhanh, Ngài chỉ mất có 20 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại kiếp.

Tức là Bồ Tát muốn thành Phật là phải đi đúng cái thời gian mà cái sức của mình cho phép. Còn các vị hỏi tôi: “Vậy chứ cái thời gian đó do ai quy định?” Thì không, tôi xin thưa là không ai quy định hết. Do cái khả năng tự nhiên của mỗi vị dẫn các vị đi cái con đường đó. Mình cứ phát Bồ-đề tâm tu hành Phật đạo, cứ vậy thôi, rồi mình cứ nhắm mắt mình tu, còn thời gian bao lâu là tùy vào cái khả năng của mỗi người, chứ không phải là do mình nguyện: “Tôi sẽ hạnh này, hạnh kia.”

Thì đối với Bồ Tát hạnh tinh tấn, dầu có gấp cách mấy thì cũng phải là 80. Hạnh đức tin mà có muốn nhanh cách mấy thì cũng là 40. Mà hạnh trí tuệ có muốn nhanh lắm thì cũng phải là 20, không thể nhanh hơn được.

Rồi Độc Giác là những vị cũng tự nguyện như Chánh Đăng Chánh Giác, nhưng mà đắc rồi thì không có khả năng độ cho ai hết. Thì vị này phải trải qua thời gian tu tập ba-la-mật là 2 a-tăng-kỳ.

Và sẵn ở đây tôi cũng nói luôn: thân người khó được, Chánh Pháp khó gặp. Và khi gặp rồi mà nếu chúng ta không có nỗ lực tinh tấn miên mật thiết tha, thì cái cơ hội mà đắc Thánh vô cùng khó khăn. Vì sao? Vì trong Kinh ghi rất rõ, nếu không nhờ đến sự hướng dẫn của vị Chánh Đẳng Chánh Giác, bất cứ ai trên đời này mà tự mình muốn tìm ra cái pháp môn Tứ Niệm Xứ, cái pháp môn Bát Chánh Đạo để mà tu tập, tự mình không cần thầy, phải mất tối thiểu là 2 a-tăng-kỳ và 100 ngàn đại kiếp.

Cái pháp môn mà hôm nay quý vị tu bên Miến Điện, tu với Ngài Pa-Auk, tu cái truyền thống của Ajahn Chah, Ajahn Naeb, của Ngài Ledi, của Ngài U Pandita, thấy vậy đó, nhưng mà để nghĩ ra cái con đường đó, mà không cần đến một sự hướng dẫn gián tiếp, trực tiếp của vị Chánh Đẳng Chánh Giác, hoặc là của những người được nghe lại từ Ngài, mà tự mình mà tìm ra, quý vị phải mất tới 2 a-tăng-kỳ.

A-tăng-kỳ là 10 lũy thừa 140, có nghĩa là cái con số thời gian đại kiếp trái đất. Các vị tưởng tượng cái tuổi thọ của một trái đất nó là bao nhiêu tỉ năm, mà 100 ngàn lần, rồi 1 triệu lần, 1 tỷ lần, mà đằng này 1 tỷ nó chỉ có 9 con zero thôi, còn cái a-tăng-kỳ ở đây là 140 con zero. Mà nếu mà mình muốn tự ngộ là mình phải mất tới 2 lần 140 con zero như vậy, gọi là 2 a-tăng-kỳ. Lâu lắm!

Thì một vị Bồ Tát muốn trở thành Độc Giác, vị đó phải trải qua thời gian 2 a-tăng-kỳ mới có khả năng tự ngộ, chỉ tự ngộ thôi, chứ không có cái khả năng hướng dẫn ai hết. Còn muốn có khả năng hướng dẫn, phải trở thành một vị Chánh Đẳng Chánh Giác. Mà muốn trở thành Chánh Đẳng Chánh Giác thì chúng ta phải mất tối thiểu là 20 a-tăng-kỳ, tức là gấp 10 lần Độc Giác, nếu đó là hạnh trí tuệ. Còn nếu mà mình hạnh đức tin thì phải mất tới 40, mà hạnh tinh tấn mất tới 80. Như Bồ Tát Di Lặc là hạnh tinh tấn, mất tới 80 a-tăng-kỳ.

Hồi nãy tới giờ tôi kể cho các vị nghe về cái thời gian tu tập ba-la-mật của các bậc Đại Thánh: Chánh Đẳng Chánh Giác, Độc Giác. Rồi tiếp theo là hai vị Chí thượng Đại đệ tử bên phải bên trái của Đức Phật, là hai vị đó phải là 1 a-tăng-kỳ 100 ngàn đại kiếp, một nửa thời gian của Phật Độc Giác.

Rồi tiếp theo là các vị Đại Thanh Văn, là những vị có cái biệt hạnh. Biệt hạnh là sao? Thí dụ như đệ nhất pháp sư, đệ nhất luận nghĩa, đệ nhất đa văn, đệ nhất đầu đà, đệ nhất trì luật, đệ nhất tài lộc v.v... Thì cứ muốn trở thành một vị A-la-hán mà được có một biệt hạnh đệ nhất như vậy đó thì mình phải mất 100 ngàn đại kiếp.

Rồi dưới đó một chút, tức là dưới các vị Đại Thánh Văn mà có biệt hạnh, thì là những vị A-la-hán không có biệt hạnh, những vị A-la-hán vô danh, thì thời gian dài ngắn tùy người. Có vị thì 20 ngàn kiếp, có vị 15 ngàn kiếp, có vị thì 8 ngàn kiếp, 7 ngàn kiếp. Thì tùy cái căn cơ của mỗi người. Nhưng tuy trong Kinh không có con số quy định, nhưng mà mình phải hiểu ngầm là cho đến bao giờ ba-la-mật của vị đó nó tròn trịa mà lại gặp được Chánh Đẳng Chánh Giác nữa, hai cái đó cộng lại, thì mình mới gọi là chứng đắc quả vị Thánh nhân.

Thì đó là nói một cách Kinh điển về các tầng Thánh, các quả vị.

Bây giờ mình quay trở lại cái đời sống thường nhật của một người tu tập, thì chúng ta không thể nào hấp tấp vội vã, mong được cái này, đắc cái kia, khi mà chúng ta thiếu một cái thời gian chuẩn bị thích hợp.

Bữa nay tôi nói cái này cũng bị ném đá nữa. Đó là tôi, tức là Toại Khanh đây, tuyệt đối không tin tưởng, tuyệt đối nghi ngờ những cái hành giả đời này, tôi phải thêm cái chữ đời này bằng

Mục đỏ.

Những hành giả đời này không có học giáo lý căn bản mà cầm đầu tu tập một cái đề mục tuệ quán hay là thiền chỉ nào đó, thiền chỉ hoặc thiền quán nào đó, thì tôi rất là nghi ngờ. Là vì sao? Là vì các vị không có căn bản giáo lý thì các vị biết cái gì là tham, là sân, là si, là ngã mạn, là phóng dật, là hối hận, là bòn xén, là ganh tị? Các vị phải biết!

Chớ còn đừng có nói với tôi là học mất thời giờ lắm, giờ tôi chỉ có thiền thôi! Tôi xin hỏi: Tứ Niệm Xứ là nhận diện bản thân mình, nhận diện những cái hoạt động của thân và tâm. Hoạt động của thân thì mình biết rồi: cầm lên, để xuống, múc, rồi cắn, rồi nhai, rồi nuốt, tắm rửa, rồi dùng khăn, rồi mở cửa, rồi tắt đèn, rồi giờ, bước, đập, ngồi xuống, đứng lên, sờ, chạm. Tất cả những cái hoạt động của thân thì mình còn nhận diện được.

Còn những cái hoạt động của tâm, mình nhận diện bằng cách nào khi mà mình không có học giáo lý? Làm sao mình biết cái nào là ngã mạn, cái nào là phóng dật, cái nào là tham, là sân, là si, ái, mạn, kiến, nghi, làm sao mình biết?

Rồi các vị hỏi tôi thêm một câu nữa đó là học giáo lý là học làm sao? Thì bữa nay tôi nói luôn: giáo lý căn bản là học về lộ tâm, lộ sắc, người và cõi, 12 duyên khởi, 37 phẩm Bồ-đề, 24 duyên hệ, đại khái cái giáo lý Tứ Đế, chứ không thể nào mà mù tịt không biết Bốn Đế là cái gì đây? Rồi Bất thiện tập yếu.

Bắt đầu tôi giải thích mấy cái này là cái gì.

Lộ tâm

Lộ tâm là gì? Là học để biết rõ cái gọi là tâm thức của chúng sanh, phàm và Thánh. Từ cái lúc mà mình đầu thai thì cái tâm mình nó diễn tiến ra sao, rồi từ cái giây phút đầu đời trở đi, trong từng phút tâm tư của chúng ta nó diễn tiến ra sao khi mắt thấy cảnh sắc, tai nghe tiếng, rồi khi mình ngồi yên mình suy nghĩ chuyện này chuyện kia, khi mà mình sống bằng tâm bất thiện, khi sống trong tâm thiện thì cái diễn tiến tâm thức mình nó ra sao, thế nào là sát-na tâm, thế nào là lộ tâm, cái đó phải biết!

Tâm nào có mặt ở cõi nào, rồi loài nào có được tâm nào, chớ không phải là tất cả các loài đều có đủ các tâm giống nhau. Như con heo, con chuột, nó không thể có đủ các tâm của loài người; và loài người không có thể có đủ các tâm của Phạm thiên. Thí dụ như tâm quả đáo đại thì loài người không có, thí dụ như vậy. Rồi Thánh nhân có

những cái tâm mà phàm không có, rồi phàm có những cái tâm mà Thánh nhân không có. Đó là học lộ tâm.

Lộ sắc

Còn học về lộ sắc là biết rõ cái tẩm thân bốn đại này, ở các loài noãn, thai, thấp, hóa. Noãn là sanh ra bằng trứng, thai là sanh ra nguyên con, thấp là sanh ra trong điều kiện ẩm thấp của thiên nhiên, còn hóa là tự nhiên xuất hiện, đột biến đó.

Thì cái gọi là thế giới vật chất, tẩm thân vật chất ở các cái loài nó khác nhau như thế nào? Từ lúc mà nó xuất hiện, cái lúc buổi đầu đời cho đến lúc bị chết, thì trong thời gian đó cái tẩm thân sinh lý của mình, tẩm thân vật chất của mỗi loài, của 4 loài đó, nó lúc nào nó ra sao, lúc nào thì nó ra sao, mình phải biết rõ, phải học được cái đó, đó gọi là lộ sắc.

Người và cõi

Còn người và cõi là sao? Tức là mình biết rõ là có vô lượng vũ trụ, mà trong mỗi vũ trụ như vậy nó có 31 cõi, mà trong 31 cõi nó chia thành 3 tầng: dục, sắc và vô sắc. Cõi dục gồm những cõi nào, sắc gồm những cõi nào, vô sắc gồm những cõi nào; rồi ở cõi nào có loài chúng sanh nào. Thí dụ như ở cõi dục thì có những loại chúng sanh mà ở cõi sắc không có, thí dụ như vậy. Cho nên học người cõi là học như vậy đó.

12 duyên khởi

Rồi tiếp theo là học 12 duyên khởi, tức là học cái này để thấy rằng đời sống của chúng ta chỉ là sự ghép nối của 6 căn. Lúc thì chúng ta sống bằng nhãn căn, lúc thì nhĩ căn. Nhưng mà có một điều: cái đời sống đó chúng ta sống kiểu gì mà chúng ta tiếp tục tạo ra một đời sống khác?

Một vị A-la-hán cũng có mắt, tai, mũi, lưỡi như mình, khi mà Ngài tắt thở rồi thì xong, không còn tái sanh nữa. Còn mình, đời sống mình cũng là 6 căn, nhưng mà mình sống kiểu gì, bằng cái tâm gì, bằng những động cơ nào, những thúc đẩy nào,

bằng những tác động nào, mà cũng là đời sống của 6 căn đó, mà hể 6 căn này mà nó rụi là chúng ta bèn có cái 6 căn khác? Tại sao vậy? Thì đó gọi là giáo lý duyên khởi hay là 12 nhân duyên.

37 phẩm Bồ-đề

Rồi 37 phẩm Bồ-đề là gì? Là chúng ta biết rõ là chúng ta sanh tử là do phiền não. Bây giờ chúng ta phải sống ngược lại với cái phiền não đó bằng cách là trau dồi các thiện pháp đối xứng.

Thí dụ như hồi xưa đến giờ là mình chỉ có biết tham, sân, si, tà kiến, ngã mạn, bòn xén, ganh tị; thì bây giờ mình phải dùng, mình phải tu tập những cái thiện pháp mà đối lập lại, đối xứng với những cái bất thiện đó, gồm có Tứ Niệm Xứ, Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Giác Chi, Bát Thánh Đạo. Thì mình phải học về cái pháp thiện, tức là cái con đường giải thoát.

Mình cũng phải học cái Bất thiện tập yếu để mà mình biết rõ là vì đâu mà mình sanh tử và muốn thoát sanh tử thì mình phải tu tập cái gì. Chứ không phải khơi khơi mà cứ vô trong một cái thiền viện rồi Thiền sư hướng dẫn kỹ thuật hít thở, rồi theo dõi, rồi chánh niệm như vậy là đủ.

Nói rõ chỗ này, tôi xin nói chỗ này, nói thiệt chậm: thời Phật có tới 1 tỷ người không cần học giáo lý mà họ vẫn đắc dễ dàng, là vì đâu? Là vì ít nhất là hai lý do: họ là ai? Và người hướng dẫn họ là ai? Làm ơn nhớ dùm cái này, tại sao trong kinh ghi là có nhiều người rất là dễ dàng trong...

Cái chuyện mà đặc chứng là vì mình nhớ hai chuyện thôi.

Những nhân vật mà dễ dàng đắc chứng, họ là ai? Họ đã tu bao nhiêu đời, bao nhiêu kiếp rồi? Mình có nhắm mình có bì bằng họ không?

Thứ hai, người hướng dẫn họ là ai? Là Đức Phật, là các vị Thánh Tăng, là những vị Thánh cư sĩ. Nói chung là các bậc Thánh nhân, khả năng tràn trề, thừa mứa; chớ

không phải đủ nha. Các vị đó không phải là khả năng đủ đâu, mà là thừa mứa khả năng, tràn trề khả năng hướng dẫn. Và đã vậy, đương sự những người hướng dẫn ấy lại toàn là những người gọi là phước báu cao như núi mà sâu như biển, thì hỏi làm sao mà mình bì với họ được!

Cho nên đừng có mà dựa vô trong một vài câu chuyện mấy nhân vật đó, rồi nghĩ là bây giờ mình không cần phải học Giáo lý.

Các vị tưởng tượng dùm tôi, các vị không có biết gì hết thì làm sao các vị ra khỏi rừng? Dốt thì dốt vừa vừa. Thí dụ như mình không biết gì về rừng, không biết gì về sinh vật học, không biết gì về cây cối, các loại nấm, các loại thú, các loại chim, bướm, đung, mình không cần biết. Nhưng mà tối thiểu thì cái chân mình cũng phải đi được. Tối thiểu mình cũng phải biết cái chỗ nào là hầm hố, chỗ nào mình có thể bước, chỗ nào không thể bước, chỗ nào mình cần phải tránh. Tối thiểu mình cũng phải biết cái nào là gai, cái nào là hoa, mình phải biết! Tối thiểu mình phải biết con rắn nó khác con giun chỗ nào chứ, tối thiểu chứ!

Chứ còn có gì đâu mà khờ đến mức như con nít, thấy cái nào màu màu là đưa tay mà sờ là chết rồi, nha. Cho nên người dốt gì thì dốt, nhưng mà muốn ra khỏi rừng là phải biết một số khái niệm căn bản, một số kiến thức tối thiểu, nha.

Cho nên về đường đời, tôi không có đề nghị các vị là một nhà khoa học, một nhà sinh vật học để có thể mò đường ra khỏi rừng. Về Đạo, tôi cũng không có bắt buộc các vị phải là một vị Pháp sư Tam tạng tinh thông Kinh điển, tôi không có đòi. Nhưng mà tôi chỉ đề nghị chân thành là bà con nên lặn lội một mớ kiến thức Giáo lý căn bản. Còn các vị học thế nào, học cái gì, học với ai, đó là chuyện của quý vị, nha. Khi nào các vị tìm đến với tôi thì đó là chuyện của tôi, nhưng mà hể mà không thấy mặt tôi đó là chuyện của các vị, nha.

Thì phải hội đủ những điều kiện này, chúng ta mới có thể thành tựu được cái tâm nguyện giải thoát của mình, chứ không phải khơi khơi muốn là được. Đâu phải muốn

là được!

Mấy ngày nay chúng ta học liên tục không biết bao nhiêu Kinh nói về cái chữ muốn, nói về chữ hy vọng rồi. Có nghĩa là anh phải có những trang bị, anh phải có những hành lý tương ứng thì anh mới có thể gọi là vác ba lô lên và đi. Chớ không phải là anh muốn đi là anh mặc cái xà lỏn, ở trên cái áo thun ba lỗ là anh đi. Anh đi đâu? Anh đi đâu với cái xà lỏn, cái áo thun ba lỗ, anh đi đâu?

Anh phải có cái ba lô chứ! Mà trong ba lô đó có cái gì? Và ngoài cái chuyện đó ra là anh còn phải biết được bao nhiêu thứ căn bản về cái đoạn đường mà anh sẽ đi, về cái nơi chốn mà anh sẽ đến.

Cho nên cái bài Kinh này nó sâu kinh khủng lắm. Cái câu chuyện mà người thợ đóng xe này nè, thì Ngài nói rõ. Ngài nói:

“Ok, nếu mà cái thời gian hoàn tất một chiếc xe mà lý tưởng là phải mấy tháng trời. Còn bây giờ mà muốn có ngay một chiếc xe thì ok, thì tôi gượng gượng tôi đóng được. Nhưng mà tôi nói trước à nha, chín háp thì ăn không có được. Trái chín đang hoàng, chín tự nhiên, không sâu, không phân, không thuốc thì ok. Còn bây giờ anh ép tui phải không? Anh ép tui cho chín nhanh, cho trái lớn nhanh, chín nhanh, ok! Thì tui làm cho anh coi, nhưng mà tui nói trước, chỉ để cúng ông bà thôi, chỉ để trên bàn thờ thôi, chớ anh mà anh ăn vô là anh đứt bóng, nha.”

Cái sâu của bài Kinh này nó nằm ở chỗ đó đó. Nó sâu là ở chỗ đó, có nghĩa là dục tốc bất đạt, muốn nhanh thì nó không có thành.

Trong Kinh Tệ Túc, Trường Bộ, học cái này nó phải máng qua cái kia cho nó sang, có kể câu chuyện thế này.

Có một ông vua gặp Ngài Kumāra-Kassapa, hỏi:

“Vậy chứ biết bao nhiêu người làm phước mà đâu có thấy báo ứng gì đâu. Người ta nói làm lành thì được vui, làm ác thì bị khổ, mà tôi thấy nhiều cái thằng nó trời ơi đất

hồi, đâm cha chém chú, bán trời không mời thiên lôi mà sao nó cứ phây phây sung sướng. Rồi còn có những người thì thôi ăn hiền ở lành, hiền như đất, hiền như bột, mà coi như cả đời gian khổ, chứa chan máu lệ, là sao?”

Thì Ngài Kumāra-Kassapa Ngài nói:

“Cái gì cũng phải cho nó cái thời điểm thích hợp. Cây gì cũng cần có một thời gian nó ra hoa, ra trái, chứ còn mới gieo hạt chưa kịp tưới nước mà đòi có trái ăn, là sao?”

Thì Ngài mới bèn kể cho ông vua nghe một câu chuyện. Ngài nói:

Có ông đó có hai vợ, thì dĩ nhiên các vị biết rồi, phở ngon hơn cơm, vợ bé lúc nào cũng được yêu chiều hơn vợ lớn. Thì trước khi ổng mất, ổng có trối lại thế này: cái cô vợ hai có mang rồi, cho nên nếu mà cái thai đó bị hư hoặc sanh ra con gái, thì thôi, cho cổ một mớ rồi cho cổ đi. Còn nếu mà cổ sanh con trai, thì cái gia tài này nó thuộc về cái đứa con trai ấy, bởi vì bà vợ cả không có con.

Ổng trối xong rồi ổng chết. Thì bà vợ cả bả nóng ruột, bả vừa ghét cái bà vợ thứ mà bả vừa nóng ruột cái chuyện tài sản. Bả cứ thúc ép hoài, bả nói với cô kia là:

“Cô liệu cô đó, cô mà sanh ra con gái hoặc là cô mà bị hư thai là coi như là hết phim, game over. Cô sanh con trai thì coi như cô còn đất sống.”

Ép quá, rồi cái cô vợ bé cổ nóng ruột quá, cổ nói:

“Chị...”

Chờ em một chút, thì cổ vô trong buồng, cổ mới lấy dao cổ rạch cái bụng ra coi con trai hay con gái để mà trả lời cho bà vợ cả. Thì khi bả rọc ra xong rồi thì bả chưa có kịp nhìn đứa bé đó là trai hay gái là bả đã đi rồi.

Thì Ngài mới đem cái câu chuyện ẩn dụ đó Ngài hỏi cho vua, Ngài hỏi:

Đại vương nghĩ làm sao, cái nôn nóng của cô vợ bé đó có phải là thiếu thông minh hay không, nôn nóng cái quyền thừa kế mà tự rạch bụng mình để coi đó là trai hay gái mà trả lời cho bà vợ cả.

Hoặc là Việt Nam mình có cái câu chuyện một thằng đầy tớ mà khù khờ. Ông chủ đi vắng nhà mấy hôm, kêu nó ở nhà tưới cây. Mà ông về thì ông thấy cây nào cây nấy héo queo. Tưới thì có tưới, nhưng mà cây nào cũng chết hết trơn. Ông mới hỏi nó:

Ở nhà có tưới hay không, mà sao cây chết?

Thì nó nói:

Dạ, ngày nào con cũng tưới hết đó.

Ông hỏi:

Ngày nào cũng tưới mà tại sao nó chết?

Con cũng không biết nữa. Con cẩn thận lắm, con sợ cây khô, con tưới xong rồi con nhổ lên con coi coi ở dưới nó có ướt hay không rồi con mới trồng trở lại. Mà ngày nào con cũng cứ tưới rồi là cứ nhổ lên coi, rồi con mới trồng trở lại. Thì con thấy là ok, con thấy rễ nào cũng ướt hết đó, rồi con mới lấp đất trở lại.

Thì các vị tưởng tượng đi, nha, nôn nóng kiểu đó là chết rồi. Cứ lo làm cái chuyện cần làm, còn cái nôn nóng không có đi về đâu.

Có cái anh đó ảnh đến học võ với một ông võ sư, nói:

Con muốn nhanh chóng trở thành vô địch thiên hạ trong thời gian là 5 năm có đủ không?

Thì ông thầy ông nói:

Không đủ, 5 năm không đủ.

Ông nói:

Nếu mà như vậy thì con nỗ lực gấp đôi thì sao?

Nếu mà con nỗ lực gấp đôi thì phải là 10 năm.

Cái anh chàng này nghe lạ, thấy ông thầy nói chuyện rất là phản khoa học. Ông nói 5 năm đủ không, thì ông thầy nói không đủ. Thì ông nói nếu mà con nỗ lực gấp đôi thì sao, ông thầy nói nếu mà nỗ lực gấp đôi thì con phải mất 10 năm. Thì thằng học trò nó bồi thêm nữa:

Nếu mà con nỗ lực gấp 3 thì sao?

Ông thầy nói:

Mất 15 năm.

Thì đến mức này cái người học trò không thể nào chịu nổi nữa:

Thưa thầy, thầy đùa con đó hả, thầy giỡn với con, thầy chọc con. Con không có thể tưởng tượng là con nỗ lực gấp đôi gấp ba mà càng nỗ lực thì thời gian càng lâu là sao?

Thì ông thầy ông nói:

Cái cơ thể của con nó không giống như cái lòng của con. Cái cơ thể của con, cái sức của nó chỉ tới đó thôi. Con ép nó quá coi chừng nó bứt xô là con chết lẹ nữa, nha. Thầy vừa dạy võ mà vừa phải chữa bệnh cho con đó, phải mất thời gian rất là lâu, con hiểu không? Đẳng này con tin thầy thì con giao cái mạng của con cho thầy. Thầy dạy nè, tập thể lực một phần rồi tập mấy bài quyền cước một phần, vừa kỹ thuật mà vừa thể lực, kết hợp một cách nhuần nhuyễn, hợp lý, thì còn may ra. Còn đẳng này mà con nhồi kiểu đó, lòng con thì ok đó, nhưng mà cái xác của con nó có chịu nổi hay không, nha.

Cho nên mọi việc nó cần đến một cái thời gian thích hợp, thời điểm thích hợp, cần đến một thời điểm thích hợp để bắt đầu và cần đến một thời lượng thích hợp để nó có thể hoàn tất.

Việc gì ở trên đời này cũng cần đến một thời điểm thích hợp để bắt đầu, và cần đến một thời lượng thích hợp để nó hoàn tất. Hai cái câu này là bắt buộc phải học thuộc lòng. Ta không thể nào mà bắt đầu sai thời điểm, và ta không thể nào nôn nóng đến mức mà mong cho nó hoàn tất trước cái thời điểm lý tưởng, chuyện đó không có.

Từ một cái cọng rau mình ăn cho đến một cái bằng bác sĩ, cái việc xây một cái lâu đài hay là xây một cái chòi lá, tất thảy những công việc ấy đều cần đến một cái thời lượng thích hợp cả, thưa quý vị!

Các vị đừng có nói với tôi là các vị nói thời gian lắp ráp một chiếc xe đạp nó mau hơn lắp ráp một chiếc xe hơi, mau hơn lắp ráp một chiếc máy bay, một chiếc tàu ngầm. Các vị muốn nghĩ là nó mau, nghĩ là vì nó mau cho nên bao lâu cũng được, tôi không đồng ý, tôi tuyệt đối không đồng ý.

Đừng có nghĩ chiếc xe đạp nó đơn giản rồi muốn nhanh bao nhiêu cũng được. Siết cái con ốc mà không đủ tour đó là chạy cho té lòi bản hòng! Chỉ siết mấy con ốc thôi, sên, đùm, cãm, níp mà siết ốc không có đủ tour của nó đó là nó té, nó hư cái xe, nha, mà hư cả cái con người của mình nữa.

Chiếc xe đạp đó, đừng có coi thường nó. Nó cũng quan trọng như chiếc máy bay vậy đó. Bởi vì các vị tưởng tượng có những cái nơi chốn mà đang đi mà nó văng cái phuộc ra ngoài, các vị nghĩ coi có phải chết người không?

Cho nên việc gì cũng cần đến một thời điểm thích hợp để bắt đầu và việc gì cũng cần đến một thời lượng thích hợp để mà hoàn tất.

Bài Kinh này nó sâu, mà cứ không chịu đọc, cứ nôn nóng, nôn nóng. Tôi đã nói rất là nhiều lần, tu tập mà không hiểu mục đích tu tập của mình, rồi từ đó tự treo cái củ cà

rốt trước mặt mình, thì một là nôn nóng, còn hai nữa là đi sai đường. Nôn nóng thì làm hỏng việc, mà đi sai đường thì càng hỏng nhiều hơn.

Chúng ta cứ nhớ một chuyện thế này: phiền não huân tập không biết là bao nhiêu ngàn triệu tỷ a-tăng-kỳ, làm gì có chuyện mà bây giờ với cái khả năng nhận thức, với khả năng hành trì, với khả năng tinh tấn của mình, mà mình có thể một ngày một buổi mà mình gọi là chấm dứt hết mọi thứ, khi mà mình sanh ra trong thời kỳ này, không gặp được Thánh nhân hướng dẫn, và bản thân mình cũng phải biết ít nhiều cái sức mình nó tới đâu?

Dĩ nhiên, tôi không có nói để cho các vị thối chí, nhũn chí là mình

Là zero, không phải. Tôi cũng vẫn thầm mong trong cái room này cũng có những bậc đại nhân, Bồ-tát, cao thủ thứ thiệt trong đây, cái đó chắc chắn rồi. Nhưng mà làm gì làm, chuyện đầu tiên mình cũng dùng khả năng tối thiểu của mình để mình dò, mình biết coi cái sức mình nó tới đâu chứ, nha.

Dẫu mình có là đại cao thủ cỡ nào đi nữa, nhưng chuyện đầu tiên trước mắt nè, thì mình coi kiến thức giáo lý mình tới đâu. Và cái chuyện quan trọng nhất là phiền não nó là vấn đề tâm linh, vấn đề tinh thần, mình không thể nào mà mình hấp tấp, vội vã. Và bản thân cái hấp tấp, vội vã ấy nó đã là một thứ phiền não rồi, thưa quý vị!

Trong chuyện tu hành, ta không thể hấp tấp, vội vã, là bởi vì bản thân cái sự nôn nóng, hấp tấp ấy nó đã là phiền não.

Tinh tấn khác mà nôn nóng khác, nhiệt huyết khác mà hấp tấp, vội vã nó khác. Tôi không hề có ý kêu quý vị lười biếng nha, tôi không có ý đó nha. Mà tôi chỉ mong quý vị lưu ý dùm: tinh tấn không có phải là hấp tấp, nhiệt tâm, nhiệt thành không phải là vội vã. Cũng giống như rộng rãi không phải là hoang phí, hai cái khác nhau; tiết kiệm không có phải là hà tiện. Làm ơn phân biệt mấy cái này dùm.

Thất chưa chắc là bại. Không thành công chứ không phải là mình thua cuộc. Đây là những cái chữ bắt buộc phải nhớ.

Thì mình tinh tấn, nỗ lực thì phải rớt ráo, nhưng mà nôn nóng là sai. Cái bài kinh này nó xuất sắc chỗ đó, cả pháp học lẫn pháp hành, về lý thuyết lẫn thực tập.

Luôn luôn nhớ câu này: việc gì cũng cần đến một cái thời điểm thích hợp để bắt đầu và cần tới một thời lượng thích hợp để mà hoàn tất thông thả.

Cứ rề rề, gọi là chậm quá mức cũng sai, mà nhanh quá mức cũng sai, cái nào cũng sai hết. Mà nó cần đến một tốc độ hợp lý. Như vậy thì chúng ta thêm một cái nữa, là chúng ta không thể là chậm đến mức mà nó khiến cho công việc nó bị đình trệ, mà chúng ta cũng không thể nhanh đến mức làm cho nó hỏng việc. Mà chúng ta cần tới một tốc độ hợp lý, mà tốc độ đó nó gắn liền với thời lượng.

Có nghĩa là cái loại cây đó phải là bốn năm nó mới có trái, thì chúng ta không thể nào mà bắt nó phát triển nhanh hơn được, không thể được! Trừ phi là các vị chơi bonsai, các vị gò, các vị ép cho cái cây khế nó không phát triển để trở thành cây cho các vị ngắm, nó lại khác.

Mà các vị nên nhớ thế này: mình tu tập, mình không có phải là người chơi bonsai!

Tôi cố ý tôi giảng sâu, giảng rộng bài kinh này là cho bà con có một cái thói quen mà tôi rất là trân quý, đó là làm ơn nhớ dùm: không có một cái câu kinh nào, không có một cái đoạn kinh nào, không có một bài kinh nào là cạn, là không đáng để chúng ta lưu tâm. Vấn đề là chúng ta lưu tâm được bao nhiêu, lớn chuyện lắm.

Bởi vậy cho nên nhớ, người ta tu tập tới mấy chục a-tăng-kỳ, người ta trở thành vị Chánh Đẳng Chánh Giác, chuyện gì người ta cũng biết, thì khi mà người ta mở miệng ra là mỗi câu của người ta sâu như biển mà cao như trời. Còn đấng này mình cứ phớt phớt, mình đem cái não trạng của mình ra mình đánh giá, mình nhận xét.

Ngay cả Đức Phật chỉ nói một câu nhẹ nhàng thôi, Ngài nói là: “Các hành là vô thường, chớ có dễ duôi.” Cái câu này trong Chú giải là tám muôn bốn ngàn pháp môn nằm hết ở trong đó.

Cái gì cũng là vô thường, vì sao? Vì mọi thứ do duyên mà có, có rồi phải mất. Mà chớ nên dễ duôi, chớ nên dễ người. Cái dễ người ở đây có nghĩa là sao? Có nghĩa là đời sống của mình chỉ là sự lắp ráp của sáu căn. Khi mà sáu căn làm việc, mình không có thể nào lơ lửng, thờ ơ, dễ người, coi thường được. Bởi vì đời sống của mình là sự tồn tại của sáu căn.

Mà chúng ta làm sao với sáu căn ấy để mà tiếp tục sanh tử? Làm sao với sáu căn ấy để mà không có tiếp tục sanh tử? Hoặc là tiếp tục sanh tử, làm sao?

Đời sống mình chỉ là hoạt động của sáu căn thôi, chỉ là sự hiện hữu của sáu căn. Mà anh làm sao không biết, nhưng mà hết sáu căn này anh lại tiếp tục có sáu căn khác? Đó là do anh dễ người!

Còn anh làm sao mà hết sáu căn này, anh không còn nữa, không còn tiếp tục có sáu căn khác. Hoặc tối thiểu, hết cái sáu căn này, anh tiếp tục có cái sáu căn khác, nhưng mà lúc đó sáu trần của anh là sáu trần như ý, chứ không phải là sáu trần bất toại.

Tôi nhắc lại: đời sống của chúng ta chỉ là sự ghép nối của sáu căn. Chúng ta sống như thế nào mà để rồi mai một tiếp tục có sáu căn, đã là sai rồi. Mà đã vậy, tiếp tục có sáu căn mà là biết toàn là sáu trần bất toại là tệ lắm. Còn đang này sống như thế nào mà để mai một đừng có sáu căn nữa. Mà nếu chẳng may mà nó còn thì sáu căn ấy nó biết toàn là cảnh như ý không hà.

Cho nên là mỗi một đoạn kinh đều rất là sâu sắc.

Con đường không có lỗi lầm

Ở đây, Đức Phật Ngài dạy rằng có ba con đường, trong bản in tiếng Việt để là “thăng tấn”. Nhưng mà mình hiểu “tấn” là “tiến”, “tấn” ở đây là “tiến”, như “tấn bộ”, “tiến

bộ”, “tấn thối” hay là “tiến thoái”.

Chúng ta biết rằng trong lịch sử ngữ học của Việt Nam, trong những thăng trầm của cái dòng chảy ngữ học, thì có rất là nhiều từ Hán Việt nó có tới hai âm đọc. Chẳng hạn như mẹ của vua Minh Mạng là bà Nguyễn Thị Hoa, rồi không để cho dân gian họ gọi tên của bà, cho nên triều đình cấm người dân không được kêu “hoa” mà là kêu “huê”, thí dụ như vậy.

Rồi có lúc thì người ta vì một cái kiêng kỵ nào đó mà người ta đọc “tùng” thành “tòng”. “Tùng” với “tòng”, “trường” với “tràng”, “huê” với “hoa”, “thành” với “thiêng”. “Lòng thành” nó chính là chữ “thiêng”, “thiêng” có g, giống như ở Vĩnh Long có cái cầu kêu là cầu Thiêng Đức.

“Thiêng” có “g”. Cái chữ đó đúng ra, cái tên gốc của nó là “thành”. Cầu đó gọi là cầu Thành Đức, nhưng mà có một thời gian ở trong triều đình có ai đó mang cái tên là Thành, cho nên người ta tránh, người ta đọc là chữ “thiêng”.

Cho nên nếu các vị đọc văn học Việt Nam, các vị mới thấy có cái chữ như là: “Con nhớ ơn ông mà nhà con nghèo, nên hôm nay chỉ có con gà này con đem đến, con gọi là một chút lòng vi thiêng.” “Vi thiêng” tức là “vi thành”, tức là để tỏ cái lòng của con ấy, gọi là “vi thiêng”.

Thiêng-thành, trường-tràng, chu-châu, vũ-võ, tấn-tiến, nhiều lắm quý vị, nhiều và rất nhiều.

Thì ở đây Đức Phật Ngài dạy rằng cuộc đời tu tập của vị Tỷ-kheo, nói bao nhiêu cũng đúng. Nói rằng tu tập 37 phẩm Bồ-đề cũng đúng, nói rằng tu tập Bát Chánh Đạo cũng đúng, nói tu Tam Học cũng đúng, nói tu Chỉ Quán cũng đúng, mà nói tu ba cái pháp này cũng đúng.

Ba pháp này là ba pháp gì?

1. Một là thu thúc lục căn.
2. Tiết độ ăn uống.
3. Chánh niệm tỉnh giác.

Hồi nãy giờ tôi đã giảng về thu thúc lục căn rồi, bây giờ tôi chỉ ôn lại thôi. Thu thúc lục căn là sao?

Chúng ta là Phạm Thiên, chúng ta là ngạ quỷ, chúng ta là súc sanh, chúng ta là thần tiên, chúng ta là phàm, chúng ta là Thánh, bất cứ là cái gì trong cuộc đời này thì chúng ta cũng chỉ là sự có mặt của 6 căn thôi. Mà dĩ nhiên là tùy cõi, có cõi thì chỉ có 3 căn, có cõi thì chỉ có 1 căn.

Thí dụ như Phạm Thiên cõi Vô sắc thì trong thời gian mà anh về cõi Vô sắc, mình chỉ có cái ý căn. Trong thời gian mình sanh về cõi Phạm thiên thì mình chỉ có 3 căn là nhãn, nhĩ và ý căn. Rồi trong thời gian mà chúng ta ở cõi Dục giới thì có lúc chúng ta có đủ 6 căn mà có khi thì không đủ.

Mà ở các cõi Phạm thiên, người ta không có đủ là vì người ta không có cần tới, nên người ta không có. Còn ở cõi Dục giới, những khi mà chúng ta không có đủ 6 căn thì đó là sự tàn tật, khuyết hãm, tức là thiếu thốn.

Thí dụ làm người bầm sinh sanh ra đã mù, không có nhãn căn. Bầm sinh sanh ra đã điếc là coi như không có nhĩ căn. Hoặc là trong các loài súc sanh, bàng sanh, có những cái loài nó không có đủ 6 căn. Có những loài nó chỉ sống bằng cái xúc giác, vị giác thôi. Có những loài nó sống nhiều bằng khứu giác thôi.

Chẳng hạn như rắn, nó căn chúng ta là vì nó dùng xúc giác, nó cảm hơi nóng một hồi rồi nó phập. Chứ còn nếu mà nói rằng nó dùng mũi, dùng mắt, dùng tai thì không có đúng. Mà con rắn nó tấn công con mồi là bằng cái thân nhiệt của con mồi.

Rồi cũng có trường hợp như nó dùng mắt, thí dụ như con mồi ở dưới nước chẳng hạn. Còn nếu trên cạn thì nó biết tấn công con mồi bằng hơi ấm. Nó căn mình là nó dựa

vào cái hơi ấm của mình mà nó phập mình thôi.

Thì như vậy, có những loài có đủ 6 căn, có những loài không đủ. Rồi trong số mà có đủ ấy thì lúc mà nó sống bằng cái căn nào... Như vậy thì toàn bộ đời sống của chúng sanh chỉ là đời sống của 6 căn, chỉ là một chuỗi dài ghép nối của những hoạt động 6 căn, chỉ vậy thôi.

Nói như vậy có nghĩa là sanh tử hay giải thoát cũng chỉ nằm quẩn quanh trong 6 căn. Chúng ta làm gì với 6 căn?

Gọi là 6 căn là sao? Phải có 6 trần để biết mới gọi là 6 căn, chứ còn nếu mà chỉ có căn mà không có trần thì cái đó không gọi là 6 căn.

Tôi chứng minh là quý vị móc con mắt ra, quý vị để trên bàn một cái cục, thì lúc đó không gọi là nhãn căn nữa. Vì lúc bấy giờ chức năng nhìn thấy của cái cục thịt đó nó không còn nữa. Cho nên quý vị thích thì quý vị gọi đó là con mắt, nhưng mà nói rất ráo đó chỉ là cục thịt thôi, quý vị biết không, nó chỉ là cục thịt thôi.

Được gọi là nhãn căn là chỉ nói đến trường hợp cái tròng đó nó còn nằm ở trong cơ thể mình, mà nó còn đang ở trong cái tình trạng sử dụng được thì mới gọi là nhãn căn. Làm ơn nhớ dùm cái này, cái này quan trọng lắm nha.

Như vậy thì thu thúc 6 căn là sao? Có nghĩa là vẫn tiếp tục sống bình thường, mắt vẫn thấy, tai vẫn nghe bình thường. Nhưng mà ngày xưa đến giờ là mình đi tìm cái để mình nhìn, mình tìm cái để mình nghe, mình tránh nhìn cái này để tìm cái kia để nhìn. Hồi xưa tới giờ là mình chuyên gia sống như vậy đó. Tránh nhìn cái này mà lại muốn nhìn cái khác, nghĩa là có cái thích cũng có cái ghét.

Còn bây giờ thì không.

Bây giờ thì cứ làm việc cần làm, còn 6 căn nó tùy lúc mà nó hoạt động ra sao thì chuyện của nó, chứ mình không có đi kiểm nó.

Tôi ví dụ nha. Đây, bây giờ là 9 giờ rưỡi rồi, bây giờ tới giờ tôi đi kinh hành đây. Bắt đầu tôi bước, rồi tôi bước, tôi bước, tôi chánh niệm tôi biết rõ tôi bước. Thì lúc đó tôi nghe một cái “cọc”, không biết cái gì nó rớt sau lưng tôi nè, rớt một cái “cọc”. Thì lúc đó cái gì nổi bật tôi ghi nhận cái đó.

Thí dụ như giật mình, tôi biết: “Ồ, giật mình, sợ, tâm sân nha.” Còn không nữa thì lúc đó tôi không sợ mà tôi lại ghi nhận cái khác: “Nghe, đang nghe.” Tôi biết rõ nhĩ căn đang làm việc, biết lỗ tai đang nghe tiếng. Nghe biết là nghe, chỉ vậy thôi.

Còn nếu lúc đó tôi đang sợ thì tôi biết: “Ồ ô, sợ, mình đang sợ.” Hoặc là đang giận. Giận là giờ này mà tại sao ai mà tạo tiếng động chỗ này, bộ đui hay sao mà hổng biết mình đang kinh hành. Thì lúc đó mình biết mình đang giận, mình biết liền: “Giận nha, sân nha, sân!”

Đó, chứ tôi không có đi tìm. Và cả ngày luôn.

Rồi bây giờ hết, tôi đi kinh hành một tiếng nha. Rồi bây giờ qua tới mười rưỡi rồi nè. Đây, bây giờ bắt đầu vô tôi ngồi nè. Đó, tôi ngồi. Tôi mới vừa ngồi xuống, nghe đau cái lưng quá, rồi tôi...

Biết đây là đau, đây là khổ thọ. Biết đây là khổ thọ, mà nếu lúc đó tôi có cái bực mình, có cái sợ hãi, tôi: “Ồ ô, đang sợ nha, đang sợ.”

Cái gì nổi bật thì tôi ghi nhận cái đó, chỉ vậy thôi!

Bởi vì nó nhiều cảnh, tôi biết ghi nhận cái gì? Thôi thì cái nào mà nổi bật. Cái này ai nói? Dạ thưa, TK nói, TK tức là Chú Giải của Atthakathā, chứ không phải tôi nói. Tức là cái gì nổi bật thì ghi nhận cái đó, chứ không có mà lằng xằng: “Ừa cái gì vậy? Bây giờ mình niệm cái gì ta?” Không có. Cái gì nổi bật nhất thì chụp cái đó mà niệm. Niệm đây có nghĩa là ghi nhận, chứ không phải niệm là réo gọi tên nhau, không phải nha. Mà ghi nhận: “Ồ ô, tôi đang sợ!” “Ồ ô, tôi đang đau.” Không phải “tôi”, mà là

đang đau, hoặc là khổ thọ đang có mặt, tùy mình. Tùy mình muốn ghi nhận kiểu nào ghi nhận.

Nhưng mà nhớ, ở đây chỉ có danh, chỉ có sắc, ở đây không có ai, không có Tò, không có Tí gì hết. Cho nên, vô ngã là gì? Vô ngã không phải là nothing, mà vô ngã là nobody. Không có người ở đây, mà chỉ có something thôi. Không có somebody, mà chỉ có something! Nhớ nha, nhớ cái này.

Thu thúc lục căn

Cho nên thu thúc lục căn là sao? Là phải có học Giáo lý trước, thì thu thúc lục căn nó mới phát huy cái hiệu quả, phải có Giáo lý!

Vị hành giả nói chung và Tỷ-kheo nói riêng, trong Kinh này là kêu Tỷ-kheo, nhưng mình phải hiểu đó là hành giả, là cái người cầu đạo giải thoát. Khi mà nghe cái gì đó, hành giả biết rõ tâm mình đang thiện hay đang tham hay là đang sân, biết liền, nha! Lúc đó chỉ biết cái tâm làm sao, cái việc ghi nhận trần cảnh đó thôi, đó gọi là thu thúc lục căn.

Thu thúc lục căn ở đây không có nghĩa là mình nhắm chặt đôi mắt, mình bịt kín đôi tai. Không có phải, không có phải như vậy, mà là nhận biết mọi sự trong cái khả năng kiểm soát triết để của mình, thì đó gọi là thu thúc lục căn.

Mà làm sao làm được việc này? Có người thì coi việc này rất là khó, mà có người coi việc này rất là dễ. Là vì sao? Vì người ta có học Giáo lý! Người ta biết rõ rằng trên đời này cái 6 trần nó có ngọt cách mấy đi nữa nó cũng không phải là của mình. Nó có ngọt cách mấy đi nữa thì nó cũng đang vô thường. Khi ta nhận biết được cái gì đang có mặt, thì cái ấy đang vô thường. Khi ta nhận biết được cái gì thì nó đang vô thường, thậm chí nó đã không còn nữa! Khi ta nhận biết được cái gì thì cái đối tượng ấy đang vô thường hoặc nó không còn nữa.

Cho nên, nói một cách chung chung, thì nói rằng tu Tứ Niệm Xứ là sống ngay trong hiện tại. Nhưng mà mình phải hiểu rằng cái hiện tại ở đây là sao? Có nghĩa là mình không có nghĩ về chuyện cũ, không truy về chuyện mới; chứ còn cái hiện tại mà theo nghĩa thời gian là trật lất. Là bởi vì khi mà ta nhận biết rằng: “Tôi đang tham”, thì lúc đó là cái tham đã mất rồi! Vì sao vậy? Vì cái tâm nào biết? Tâm thiện! Làm sao có cùng một lúc 2 cái tâm cùng một lúc có mặt được quý vị? Không bao giờ có, nha.

Cho nên khi mà cái tâm thiện nó xuất hiện để mà nó làm cái chuyện biết, là lúc đó cái tâm tham nó mất tiêu rồi. Nhưng mà vì đâu mà các vị thấy mình niệm sân, sân, mà sân vẫn còn đó? Là vì đâu?

Cái này phải học, phải học mới biết. Có nghĩa là khi mà cái sân nó xuất hiện, thì phải có tâm thiện xuất hiện mình mới biết được, chứ không làm sao mình biết? Nhưng mà tại sao mình thấy sân vẫn còn là bởi vì cái sân mới nó xuất hiện, nó xen kẽ. Mà vì cái niệm mình yếu, cái tuệ yếu quá đi, cho nên mình có biết, có biết, nhưng mà cái biết đó nó chưa đủ dài, chưa đủ mạnh để mà nó choán chỗ hẳn hoi cái loạt tâm sân tiếp theo, cái loạt tâm tham tiếp theo.

Cho nên mình vừa biết đây là sân, đây là tham, thì cái đám kia nó ào, nó ập tới, ập tới. Lúc bấy giờ cái niệm của mình nó giống như một cái cọng cỏ lác trên dòng chảy của phiền não. Đối với một hành giả mà niệm-tuệ mà yếu thì cái niệm của mình lúc mình ghi nhận cái tham và sân nó yếu như là một cái cọng cỏ mà trên cái dòng chảy vậy.

Lẽ ra là với một người niệm mạnh thì khi họ ghi nhận, cái chánh niệm của họ, cái thiện tâm của họ nó choán chỗ toàn bộ, cái bất thiện không còn chỗ để nó chen nữa. Vì niệm mình yếu quá cho nên nó vừa ở dưới nước nó chọt lên có một cọng niệm thôi, là nguyên một cái dòng bất thiện nó tràn tới, nó tràn tới, rồi nó cuốn phăng. Nói cuốn phăng thì không có đúng, mà gọi là cái tâm chánh niệm nó mất luôn. Rồi lúc đó mình mới xuất hiện một cái niệm khác để mà ghi nhận, nhưng mà khi nó vừa mới mất xong thì cái bất thiện khác nó ập tới.

Cho nên mình có cảm giác rằng: “Ừa sao ông nói kỳ vậy ta? Ông nói niệm rồi, và niệm là phải bằng tâm thiện. Mà tâm thiện có mặt thì bất thiện nó vắng mặt. Mà tại sao tôi niệm mà nó vẫn có mặt?”

Là vì nó yếu quá! Nó yếu quá!

Các vị tưởng tượng đi, một triệu người đi biểu tình mà có một thằng cảnh sát, xì cà que, ốm tong ốm teo. Các vị tưởng tượng một thằng cảnh sát ốm nhách như tui, mà làm sao nó trấn áp được 1 triệu người biểu tình mà bạo lực, gây gộc, đất đá, rồi tùm lum tà la hết, nó tràn tới. Thì các vị tưởng tượng, các vị có thấy thương tui hay không? Trong cái lúc mà tui là một anh cảnh sát mặc đồng phục gầy gò, không dám đánh dân. Chớ bây giờ trong nước biểu tình là nó đập vô mặt luôn. Nhưng mà đang nói một cái đất nước ok, thì một cái anh cảnh sát tong teo, xì cà que, xì ke ma túy, thì làm sao mà có thể chịu nổi 1 triệu người biểu tình được, quý vị? Làm sao?

chịu nổi! Như cái sức của tôi bây giờ, hai cô gái gọi là mảnh mai là đã diệt tôi được rồi, chứ đừng có nói là một triệu người nha. Họ xô tui đó, tấn công bằng tinh thần? Đừng có hiểu lầm, họ chỉ xô tui thôi là tui đã xong rồi, nha.

Cho nên, ở đây thu thúc lục căn là sao? Có nghĩa là anh vẫn tiếp tục sống bằng sáu căn, nhưng mà anh sống trong sự kiểm soát. Buổi đầu anh chỉ là một anh cảnh sát gầy gò, và từ từ cái niệm của anh, cái tuệ của anh, nó trở thành ra là một tiểu đội cảnh sát, một trung đội cảnh sát, một đại đội cảnh sát, một tiểu đoàn cảnh sát. Và cái đám bạo dân hồi đầu nó là một triệu, thì từ từ nó phải giảm xuống, nó còn 900, 600 ngàn, 500 ngàn, 400 ngàn, 300 ngàn, rồi 100 ngàn. Cho đến khi mà gọi là cân bằng lực lượng, đó là địch 3 ta 7 thì mới khá. Chứ còn mà đảng này là cảnh sát có một mà bạo dân biểu tình mà quất tới một triệu thì tôi không biết là phải trấn áp, trấn cái kiểu gì? Nó trấn nước mình thì có, chứ làm gì mà mình trấn áp được nó, nha.

Cho nên thu thúc lục căn là vậy đó! Và tôi cũng phải nói một chuyện rất là khó tin ở đây, đó là xưa giờ là mình chạy theo cái mình thích, quá đã. Rồi bây giờ có cái kẻ mà

nói với mình là muốn an lạc là phải thu thúc lục căn, đừng có chạy theo sáu trần mình muốn nữa, thì xin hỏi nó an lạc chỗ nào? Quá vô lý, quá phản khoa học! Từ đó giờ tôi chạy theo cái tôi thích, mà bây giờ kêu tôi đừng có chạy nữa mà còn hứa với tôi là như vậy sẽ an lạc hơn, thì các vị tin nổi không? Chứ tôi tin không có nổi rồi đó!

Tuy nhiên, tại sao chúng ta tin không nổi? Là vì chúng ta không có học Giáo lý, vì chúng ta không có thực tập. Không có học Giáo lý và không có thực tập, cho nên chúng ta không có biết được cái chuyện này. Đó là hồi đó đến giờ mình nói mình chạy theo cái mình thích nên mình hạnh phúc. Xin nói thiệt đừng buồn nha, tại vì mình ngu mình mới nghĩ như vậy. Là tại vì sao? Là vì cái mình thích nó bao nhiêu và cái mình thỏa mãn nó được bao nhiêu? Đó là cái thứ nhất.

Cái thứ hai, giả định như mình có được thì mình giữ nó được bao lâu? Mình không bỏ nó thì nó cũng bỏ mình.

Và cái thứ ba, cái hậu quả, cái di chứng sau những lần mà sung sướng ấy, hạnh phúc ấy, nó để lại là gì? Nhớ ba cái này:

1. Ta cảm đầu chạy theo sáu trần mình muốn, thì ta có được bao nhiêu phần trăm thỏa mãn, bao nhiêu phần trăm thọ hỷ?
2. Những cái toại ý ấy nó liên tục biến mất, liên tục thay đổi.
3. Cái hậu quả của những cái lần thưởng thức ấy nó để lại không nhỏ.

Phải học Giáo lý mới biết. Chứ còn không học, cứ chóng đầu coi cái Kinh giống như là tín điều, là giáo điều của một cái đạo cà chớn nào đó, thì là phụ lòng chư Phật, Thánh Hiền lắm! Phải hiểu ba cái này.

Tại sao phải giữ chánh niệm? Tại sao phải thu thúc sáu căn? Là bởi vì sáu trần nó có ba cái mà mình không thể nào chấp nhận được nó. Xưa giờ mình cứ chạy theo cái mình thích không hà, mà giờ tại sao trong Kinh kêu mình đừng có chạy? Là vì ba lý do này nè:

1. Có bao nhiêu phần trăm mình toại ý? Quý vị tự mình nghĩ đi. Thích nhìn cái này, thích nghe cái kia, thích ngửi cái nọ, thích nếm, thì bao nhiêu đó quý vị tưởng tượng dùm tôi. Nếu mình cứ cầm đầu mình chạy thì trong một đời mình toại ý được bao nhiêu phần trăm?

2. Cứ giả định là mình toại ý 2% thì 2% ấy nó cũng phải ngon, phải nằm trên tay mình hoài đâu quý vị. Nó đang vô thường, nó đang biến mất, nó đang đổi dạng, nó đang thay hình đổi tướng. Nó chưa kịp bỏ mình là mình đã bỏ nó, hoặc là nó bỏ trước, hoặc mình bỏ trước.

3. Cái hậu quả mà nó để lại tôi bảo đảm không nhỏ. Mê gái, mê tiền, mê tiếng, mê quyền lực, mê uy tín, mê quan hệ xã hội, tất thấy những cái mê ấy đều để lại vị đắng hết đó.

Và những cái hạnh phúc của thế gian, phải nói nó có khác biệt rất lớn với hạnh phúc của người tu tập, cái sự an lạc của người tu tập. Chỗ nào? Tất cả hạnh phúc của thế gian, từ cái hạnh phúc của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, nó chỉ có khi mà chúng ta sống bằng cái sự u mê. Hạnh phúc của thế gian chỉ có khi mà ta sống bằng cái sự u mê trong bóng tối. Khi mà ta sống tỉnh táo quá, minh bạch quá, sáng sủa quá thì nó mất sạch! Tin tôi đi, ở đây các vị trên 18 tuổi rồi, đâu phải không có khả năng kiểm chứng!

Bây giờ tôi nói nè. Muốn ăn ngon là lúc đó mình phải phóng dật, mình phải thất niệm, ăn nó mới ngon. Chứ nếu mà các vị: múc lên, biết; rồi nhai, nhai, biết; ô, biết nhai, đang nhai; tâm tham, biết là tâm tham, thì tôi nghĩ chắc nó bớt ngon nhiều lắm. Không biết có đúng như vậy không? Tôi thấy hình như vậy đó! Các vị có thể kiểm chứng được, chứ tôi đâu có bắt các vị phải tin tôi đâu? Đâu có bắt đâu.

Bây giờ thử nha. Đây, đang đói bụng nè, gấp miếng bánh xèo làm giòn, thơm phức, cái độ mỏng, độ dày rất là vừa ý mình. Rau thơm đây, nước chấm hoàn hảo luôn. Rồi bây giờ bắt đầu, đây lấy ra, gấp ra, bỏ vô trong cái lá cải bẹ xanh, rồi gói nó lại, bắt

đầu chấm vô, biết nha, biết rõ. Mới đưa vô, há họng ra cắn, nhai, biết rõ. Mà tâm tham, biết là tâm tham, biết thiệt tình chứ không phải biết xạo.

Còn nếu mình là dân Huế, thì lấy miếng bánh xèo rồi cuốn vô trong bánh tráng, cuốn cho nó đẹp rồi chấm. Dân Nam Bộ cuốn cải bẹ xanh, rồi chấm, ăn biết rõ. Phải biết với tất cả chánh niệm thật sự, chứ không phải là biết rõ “nhai, nhai, nhai”, miệng mình nói là mình đang nhai, nhưng mà cái tâm mình thì nó đang phê, thì cái đó không có kể nha.

Thì tôi hứa với các vị

Cái tham lúc đó nó giảm nhiều lắm, cái ngon nó giảm nhiều lắm.

Rồi bây giờ quý vị đừng có ép tôi phải nói chuyện khác. Rất là nhiều chuyện. Chúng ta không thể nào mà tận hưởng ở trong cái ánh sáng của bóng đèn ngàn watts. Chúng ta không thể nào tận hưởng nó trong cái chỗ thanh thiên bạch nhật, có 1.000 con mắt nó đang dòm mình. Mình làm không có được, có đúng vậy không ta? Hình như vậy, hình như là vậy.

Có những việc chỉ có thể thực hiện trong lùm bụi, trong cái chỗ màn che, sáo phủ, trong phòng riêng, tắt đèn, đèn mờ. Chứ còn mà sáng trưng thế này mà có 1.000 người dòm thì coi như chúng ta làm cũng không có nổi. Ăn miếng bánh xèo hay là một cái chút vị ngọt tình cảm, tắt thảy đều cần đến một chút u mê, cần đến một chút bóng tối, cần đến một chút khuất lấp. Đó gọi là hạnh phúc thế gian!

Còn cái sự an lạc của người tu thì sao? Sáng rực, càng minh bạch, càng tỉnh táo, càng niệm, càng tuệ chừng nào thì cái sự an lạc ấy nó càng lớn. Rõ ràng như vậy.

Và cái này mới ghê: cái hạnh phúc của 6 trần mà thế gian ấy, nó rất dễ bị tấn công. Thí dụ như bây giờ mình đang toại ý, mình chỉ cần có một tí ti bất toại chen vào là mình nổi điên lên rồi, mất sạch.

Nhưng mà riêng cái người mà họ an lạc bằng niệm, bằng tuệ thì lại khác. Đã nói có niệm, có tuệ mà, thì cái hạnh phúc này không bị thử thách. Nó có bị vô thường, đúng, nhưng mà nó mất là có cái khác trào lên thế vô. Mà nó không bị thử thách, bởi vì niệm và tuệ không để cho chúng ta gọi là bị thử thách đắng cay như là chúng ta hưởng dụng. Tin cái này đi! Tin đi, nha.

Cái người sống bằng chánh niệm là cái gì họ cũng biết: đắng họ biết đắng, ngọt họ biết ngọt. Cho nên buổi đầu thì hành giả không biết đắng ngọt, cuối cùng hành giả chỉ còn biết đây là cái đang sanh và cái đang diệt thôi quý vị. Đây chỉ là danh đang sanh và danh đang diệt, sắc đang sanh và sắc đang diệt, chứ lúc đó hành giả không còn bận tâm đến cái chuyện nó đang đắng hay nó ngọt nữa. Cái đó là mới buổi đầu thôi, nha. Lâu rồi hành giả chỉ chìm sâu ở trong cái cảnh chân đế. Mà chân đế làm gì có đắng, làm gì có ngọt quý vị, nha. Nhớ nha, nhớ cái đó.

Cho nên thu thúc lục căn là như vậy đó! Chỉ riêng cái vấn đề thu thúc lục căn, tôi hứa tôi có thể nói với quý vị một tuần lễ, tức là 7 ngày nói không hết. Biết bao nhiêu kinh điển, biết bao nhiêu vấn đề nói về thu thúc lục căn, và cả Tam Tạng là nói về thu thúc lục căn.

Tiết độ về ăn uống

Tiếp theo là tiết độ về ăn uống. Cái này nếu mà đọc không mà không có nghe thêm thì nó nghèo lắm. Ăn uống tiết độ nghĩa là đừng có ăn no quá, đừng có để cái bụng mà nó to đùng, nó bành trướng ra, vậy là được rồi! Không, không phải. Hiểu vậy là nghèo lắm! Cái thứ mà khổ rách áo ôm gọi là quần xọt mà áo ba lỗ nó mới hiểu như vậy. Mình là mình sang, mình không hiểu như vậy. Mình giàu có, mình không có hiểu như vậy.

Cái uống ăn tiết độ ở đây là sao? Thứ nhất, Tỷ-kheo nói riêng và người hành giả nói chung, người cầu đạo giải thoát nói chung, trước hết quý vị coi chánh kinh coi tôi nói có đúng không: trước hết mình phải hiểu rất rõ là vì đâu ta ăn. Khi mà ta hiểu vì đâu

ta ăn, tại sao ta phải ăn, thì cái ý muốn mà tìm cái món ngon vật lạ nó mất liền, và cái chuyện mà thưởng thức món ăn nó cũng không còn nữa. Và nếu đi tìm thức ăn, khổ lụy để có miếng ngon không còn, và cái việc mà thưởng thức cũng không còn, và cái chuyện ăn đến mức mà cái bụng của mình mà nó chằng bạng thì càng không có nữa. Là vì đâu?

Là vì ta hiểu rất rõ là vì đâu ta phải ăn. Vì đâu ta phải ăn? Ta mang cái nghiệp tham ái Dục giới, các vị biết không! Là vì kiếp xưa ta từng thích ngửi mùi, thích nếm, thích nhìn, thích sờ chạm, thích êm ấm, thích ngon ngọt, béo bùi. Chính mấy cái nghiệp Dục giới đó, mấy cái nghiệp tham ái đó, nó mới đẩy mình đầu thai trong cõi dục. Mà hễ đầu thai trong cõi dục thì chúng ta phải có nhu cầu ăn uống. Không ăn nó chết làm sao?

Chính vì cái tuổi thọ của chúng ta chưa có hết, cho nên cái nghiệp tham ái nó mới buộc chúng ta phải biết ăn uống để mà giữ cái mạng này. Hiểu được cái đó mới thấy khiếp.

Tại sao chúng ta ăn ngon? Là bởi vì ăn mà không biết ngon thì chúng ta sẽ không chịu ăn. Khi mà cơ thể đến lúc mà cần cái dưỡng tố, cần năng lượng thì cái nghiệp sanh tử nó khiến cho chúng ta phải bị thèm. You phải biết thèm ăn. Rồi khi mà you ăn được cái mà you đang thèm, đang muốn thì you mới thấy ngon. Mà càng ngon thì you mới ăn, mà mới xem cái chuyện đó là một cái lạc thú, một cái sự hưởng thụ, một cái sự thưởng thức ở đời!

Tôi nhắc lại, vì đâu ta thích ăn, thích mặc? Là bởi vì kiếp trước chúng ta đã từng như vậy, chúng ta không có chịu tu thiện. Chúng ta kiếp trước đã vui đầu nơi năm dục, cho nên chính vì cái nghiệp tham ái trong năm dục ấy, nó mới đưa mình đầu thai trở lại cõi dục. Mà khi đầu thai lại cõi dục, do cái nghiệp tham ái nó lại khiến cho chúng ta tiếp tục vui đầu trong đó.

Tại sao vậy? Là vì mình cỗi đục mà. Do cái nghiệp nó mới đẩy mình làm con giò, mà do cái nghiệp làm giò cho nên ta thích phân. Mà càng thích phân thì cái chủng tử giò của mình nó càng lớn, mai một trở lại làm giò nữa. Đại khái nó như vậy đó!

Các vị tưởng tượng nếu mà mình ăn không ngon thì tôi hỏi trong room này có ai mà nhớ để ăn không? Nếu chúng ta không biết đói, nếu chúng ta không biết thưởng thức món ăn thì chúng ta dựa vào đâu để chúng ta thêm?

Mà chưa

Hết, các vị tưởng tượng nếu cái miệng của mình nó không nằm ở đó, nó không nằm ở vị trí xưa giờ, mà cái miệng mình là một cái lỗ nó nằm ở trên đầu gối của mình, và nó không có lưỡi để mà nhận biết các vị.

Tôi nói lại lần nữa, nếu cái miệng của mình mà nó được dời xuống ở trên đầu gối, nghĩa là mình ngồi mình nhìn nó được, nhìn nó dễ dàng như nhìn cái đầu gối vậy đó. Nó có cái miệng, cái lỗ, mà trong đó không có lưỡi, không có vị giác. Có một điều là mỗi ngày chúng ta phải nhét thức ăn vào trong đó để chúng ta nuôi cái thân của mình.

Thì tôi xin hỏi các vị: các vị có thấy ăn lúc đó là một cực hình hay không? Ai trả lời dùm tôi câu này đi. Tôi rất trông một câu trả lời. Các vị có hiểu tôi nói không?

Có nghĩa là mình đừng nhìn thấy nó, bây giờ mình không thấy nó mình không thấy gớm. Bây giờ nó là cái lỗ, nó là cái miệng mình dời xuống đầu gối, và không có vị giác, không có vị giác. Chỉ đúng giờ là mình chỉ vạch nó ra, mình bỏ rau, cải, cá, tôm, tàu hủ, cơm, bánh gì mình cứ nhét vô. Mà tôi nói trước, không có ngon nha, không có ngon. Nó không có ngon lành gì hết đó, giống như mình nhét vô trong cái miệng bình vậy thôi.

Bây giờ đây nè, bác sĩ nói phải có chừng này rau, chừng này trái, chừng này tinh bột, chừng này đường, chừng này muối, chừng này calcium, magnesium v.v. Rồi bây giờ tới giờ vậy đó, mình coi đồng hồ cái, mình vô mình lấy mấy cái đó mình nhét vô cái

lỗ đó, lỗ ở trên đầu gối mình đó. Thì lúc đó các vị thấy ăn nó không phải là một lạc thú, là cái chuyện thưởng thức nữa!

Đằng này vì ở chỗ mình không thấy nên mình không thấy nó dơ. Chứ còn không có cái gì nó gớm cho bằng mình nhìn cái miệng mà nó đang nhai ngồm ngoàm. Mà bao nhiêu thứ, chỉ cần mình ăn còn dư mình để trong bếp, để trong tủ lạnh, mình nhìn cái đồ dư là mình thấy gớm muốn chết. Mình rửa chén, mình gớm muốn chết!

Ở đây các vị chắc đã từng rửa chén trong sink mà, trong cái bồn của nhà bếp. Chén dơ nó có cái gì đâu, nó dính chút dính thôi mà nó gớm muốn chết, gớm lắm. Chén của mình thì mình còn gượng, chứ còn bắt mình rửa chén ba bốn mạng là nó gớm le lưỡi. Như mấy đôi đũa của người ta mình gớm lắm. Mà xin nói thiệt chứ mấy cái chén dơ nó làm sao dơ bằng mấy cái mà mình dứt vô họng của mình? Vậy mà mình vẫn nuốt ngon lành, là vì sao?

Là vì cái nghiệp tham ái dục giới nó khiến cho mình đói bụng và thèm ăn. Từ đó, cộng với sự thất niệm, cộng với cái sự phóng dật, cộng với cái tham ái nhiều kiếp nhiều đời, nó cộng cho một lũ như vậy đó, nó mới tạo ra cái gọi là sự thưởng thức món ăn. Và từ ấy ta mới có nhu cầu kiếm tìm món ăn, rồi hưởng thụ, thưởng thức món ăn, và ăn đến mức mà căng da bụng mà chùng da mắt. Ăn rồi cái nó buồn ngủ, rồi nó bắt đầu nó biếng lười, nó không có tinh tấn nữa.

Cho nên Tỷ-kheo gọi là tiết độ trong ăn uống có nghĩa là sao? Có nghĩa là biết rõ vì đâu mà mình ăn. Mình ăn ở đây hoàn toàn chỉ vì một mục đích nuôi cái mạng này mà tiếp tục tu hành, bằng cái tâm trạng của một cái người mà ở sa mạc lạc đường mà bắt đắc dĩ phải ăn cái xác con của mình. Không ăn là chết, nha.

Ăn cái xác con là lòng nó bất nhẫn, và lại ăn thịt người. Ăn thịt người đã ớn rồi nha, ăn thịt người thôi là đã thấy mệt rồi, mà lại cái xác đó là cái xác con của mình nữa, nha.

Có nhiều người hiểu lầm cái đoạn Kinh này, họ nói: “Ừa, như vậy là vị Tỷ-kheo phải trân trọng thức ăn, coi thức ăn giống như là da thịt của đứa con!”

Không phải. Ta đang nói đến khía cạnh tâm lý, chứ không phải là thức ăn mà đáng để mà vị Tỷ-kheo coi là con của mình. Không phải. Mà đây đang nói đến cái khía cạnh tâm lý, có nghĩa là ăn thịt người đã khó, mà ăn thịt con mình còn khó hơn!

Cho nên vị Tỷ-kheo mỗi lần ăn cứ nhớ rằng là bất đắc dĩ mà ta mới ăn, ta mới xâm ba cái đồng đồ dơ này vô trong người của mình. Rồi nhiều khi mình ăn xong, mình súc miệng, ngậm kẹo bạc hà, rồi tự mình dối mình là mình sạch sẽ. Ăn xong đánh răng, cạo lưỡi, ngậm kẹo, uống trà tráng miệng là sạch. Chứ thật ra thì nó vô trong, nó cũng nằm ở đó chứ nó đi đâu.

Mà một món mà nó ngon cỡ nào, đắt tiền cỡ nào, đẹp mắt cỡ nào, thơm ngon béo bổ cỡ nào, thì khi mà nó vô họng mình mà mình móc cho nó trào trở ra thì bản thân mình còn gớm, nói gì là người khác, nha. Mới vô trong miệng thôi chứ chưa có nuốt, là nhả trở ra thì dầu yến xào bào ngư, thịt rồng, thịt phượng gì đi nữa thì nó cũng ớn muốn chết, nha.

Vợ mình, chồng mình, cha mình, mẹ mình, con mình, em mình, anh chị của mình, ai đi nữa, thương yêu nhất đời mà họ ngậm một họng rồi họ nhả ra, rồi kêu mình múc mình ăn trở lại, quý vị ăn nổi hay không? Rồi bản thân của mình cũng vậy, của mình rồi, mình nhai nhai rồi mình nhả ra, mình dọn vô họng mình trở lại. Điều đó có nghĩa là mình đã chia tay nó ngay lúc mình đưa nó vô miệng của mình rồi.

Và nói một cách khoa học một chút, lý tính một chút, thì cái ngon nó chỉ có một tắc thôi quý vị. Từ ở ngoài đầu lưỡi mà nó vô trong cái chỗ mà hết biết ngon, chỉ có một tắc thôi quý vị! Ở đây ai nghi ngờ tôi thì tự mà mở Google ra coi cái activity của cái lưỡi, của vị giác, cái taste của mình đó, cái sense of taste của mình. Cái vị giác nó chỉ có một tắc, từ đầu lưỡi vô trong chỉ có một tắc, sau qua đó là nó hết biết ngon rồi.

Có nghĩa là vì cái một tắc này nè mà chúng ta làm bao nhiêu cái chuyện trời ơi đất hỡi để có được món.

Ngon vật lạ, sơn hào hải vị, tưởng làm sao nó chỉ ngon có một khúc đó thôi, còn vô trong là hết biết. Thậm chí nó độc hại, nó tàn phá gan, ruột, phèo, phổi, cái gì đó mình không cần biết, chỉ biết ngon mà thôi!

Cho nên tôi nói thiệt là kỹ, nói sạch sành sanh cho bà con thấy thế nào là thu thúc lục căn. Với chừng ấy nhận thức thì vị Tỷ-kheo, khi mà đưa một thứ gì vào miệng của mình, vị đó còn hứng thú để thưởng thức hay không? Vị ấy còn có vì miếng ăn mà để gọi là bán mạng kiếm tìm hay không? Và vị ấy, khi mà sống được bằng chừng ấy nhận thức về thực phẩm, thì vị ấy có thể nào mà ăn cho đến cái mức mà nó căng cái bụng ra hay không? Rất là khó! Coi ăn nó giống như một trách nhiệm phải làm, vừa đủ thì ngừng. Đó được gọi là thu thúc lục căn.

Chú tâm tỉnh giác

Cái thứ ba, chú tâm tỉnh giác là sao? Có nghĩa là xưa giờ 6 căn của mình nó hoàn toàn sống trong buông thả. Đói ăn, ăn với tất cả sự tham đắm, say mê. Rồi buồn ngủ, rồi kiếm cái chỗ vui cái mình vô, trùm cái chăn, rồi bắt đầu đi một giấc cho nó đã! Mình không hề biết là mình đang sống kiểu gì.

Mà chánh niệm tỉnh giác là sao?

Là vị ấy sống biết rõ cái gì nó đang diễn ra. Đó là năm triền. Năm triền là một tên gọi khác của phiền não. Vị ấy biết rõ là mình đang thích cái gì, mình đang bắt mãi cái gì, mình đang buồn ngủ, mình đang biếng lười có phải vậy không. Vị ấy biết rõ! Và vị ấy chỉ nằm khi thật sự cần nằm, chỉ ngồi khi thật sự cần ngồi, và đi khi thật sự cần đi, và đứng khi thật sự cần đứng. Đời sống của vị này là chỉ đặt trên cái chữ cần thôi: cần đi, cần đứng, cần nằm, cần ngồi, cần nói, cần im lặng, cần mỉm cười, cần liếc nhìn, cần lắng nghe, cần dùng tới mũi, cần dùng tới lưỡi.

Thí dụ như đêm hôm mình ở một mình, mà tự nhiên mình nghe một cái mùi khét hơi kỳ kỳ, hình như nó sắp chập điện, thì lúc đó mình phải dùng cái lỗ mũi mình rồi. Hoặc là cái món ăn mình nghe có mùi lạ lạ, lúc đó mình phải dùng mũi mình coi nó còn dùng được hay không. Chứ không phải là mình nói như vậy là hành giả là không còn sợ cái lỗ mũi thì không có đúng. Cần chứ, nhưng mà chỉ dùng trong cái cần mà thôi.

Các vị biết không, lúc đó chúng ta đầu là phàm nhưng chúng ta đã sống gần với Thánh lắm rồi, chỉ còn có 1m50 nữa thôi quý vị. Bởi vì Thánh nhân là gì? Thánh nhân có nhiều cách định nghĩa lắm, nhưng có cái định nghĩa là Thánh nhân là người chỉ sống và hành động một cách cần thiết! Nếu hôm nay quý vị có giết tui, mà tui cũng vẫn trả lời như vậy thôi. Thánh nhân khác mình có một chỗ thôi, là các Ngài chỉ sống với những gì thật sự cần thiết. Tham không cần thiết, sân không cần thiết, si không cần thiết, ái, mạn, kiến, nghi không cần thiết, đẹp. Như một nhà điêu khắc tài hoa đem về một khối đá, bỏ đi cái thừa thì phần còn lại chính là tác phẩm!

Tu hành cũng chính là cái lý tưởng ấy, thưa quý vị! Coi như là vị ấy chỉ cần thôi, có nghĩa là khi cần dùng mắt thì bèn dùng mắt. Còn có những cái ngẫu nhiên không tránh được mà mắt đã lỡ thấy rồi, thì vị ấy nhìn thấy trong một cái sự kiểm soát. Đó được gọi là thu thúc lục căn, mà cũng là chánh niệm tỉnh giác. Chứ đừng có xé nó ra, vì hai cái ông thầy đó là một cặp: thu thúc lục căn và chánh niệm tỉnh giác. Nếu mô tả thì hình như hơi khác, nhưng tôi xin hứa, hai ông này không có rời nhau được. Đọc kỹ nội dung coi có phải như vậy không.

Buồn ngủ thì cứ nằm xuống. Trong đây Ngài mô tả: Tỷ-kheo ban ngày khi đi kinh hành và ngồi, gột sạch tâm khỏi các triền cái. Ban đêm, trong canh một, khi đi kinh hành, ngồi, gột sạch tâm khỏi các triền cái. Ban đêm, canh giữa, nằm xuống như con sư tử, nghiêng về phía phải, hai chân gác lên nhau, chánh niệm tỉnh giác, tác ý tưởng thức dậy.

Là sao? Tưởng thức dậy có nghĩa là cho đến bao giờ mình chịu không nổi, mình chìm vào giấc ngủ thì thôi. Mà hể lúc mình còn thức là tưởng thức dậy. Là sao? Tức là luôn luôn sống trong cái tâm trạng của người đang tỉnh thức. Tưởng thức dậy là vậy đó. Tức là luôn luôn sống trong tâm trạng tỉnh thức, biết là bây giờ cần đi ngủ nè, bây giờ là 11 giờ đêm, phải đi ngủ, biết chứ. Nhưng khi lên trên đó nằm im trên giường là vẫn chánh niệm tỉnh giác, biết rõ hơi thở đang ra, đang vào; biết rõ mình đang nằm. Coi cái nào nổi bật thì ghi nhận cái đó. Mình đang nằm mà bực mình, biết mình đang bực mình. Mình đang có dục tưởng, biết rõ đang có dục tưởng. Cứ chánh niệm. Rồi một lát sau tự động nó đuối quá thì nó đi vào giấc ngủ là chuyện của nó, mình đừng có màng tới nó.

Tưởng đến khi thức dậy là vậy đó. Có nghĩa là luôn luôn tỉnh thức, cho đến bao giờ cái thân mình nó không chịu nổi thì tự động nó tự xử. Chánh niệm tỉnh giác là như vậy!