

Bài 79. Kinh Tăng Chi | Chương Bốn pháp | Phẩm Uruvelā (tt)

| Sư Giác Nguyên giảng 26/6/18

Những pháp tác thành nên Thánh trí

Hôm nay chúng ta học về một bài kinh mà tôi cho là rất đặc biệt, đó là kinh Pháp Cú. Chữ Dhammapada này nó không hề có nghĩa là Pháp Cú, bởi vì “cú” có nghĩa là câu. Trong trường hợp 423 câu Phật ngôn, trong quyển đó thì mới dịch là Pháp Cú, tức là những câu Phật ngôn.

Nhưng mà riêng ở trong chỗ này, chữ Dhammapada có nghĩa là dhammakotṭhāsā. Trong Chú giải có giải thích, chữ kotṭhāsa ở đây là cấu tố, hay thành tố. Thí dụ như ở trong một viên thuốc, cái ingredients, cái thành phần để mà làm nên một viên thuốc cảm, thuốc trụ sinh, thuốc bổ, thì mỗi một viên thuốc, mỗi một loại thuốc như vậy đó, nó có bao nhiêu cái thành phần ở trong đó.

Rồi một căn nhà tường mà muốn hình thành, thì mình phải nhờ đến bao nhiêu là cấu tố, thí dụ như là đất, đá, gạch, sỏi, sắt, thép, xi măng, các thứ. Thì những thứ vật liệu vừa kể đó được gọi là kotṭhāsa.

Như vậy thì Dhammapada ở đây, trong Chú giải cho mình một từ đồng nghĩa, đó là từ dhammakotṭhāsā, có nghĩa là những pháp tác thành nên Thánh trí giác ngộ của một bậc Thánh. Như vậy thì chữ Dhammapada ở đây là những gì tác thành nên một bậc Thánh, hoặc là những gì làm nên con đường giải thoát, thì gọi là Dhammapada.

Navame là bài số IX. Dhammapadānīti được gọi là Dhammapada, ở đây có nghĩa là dhammakotṭhāsā. Bà con vào Google tra chữ kotṭhāsa coi nó có bao nhiêu nghĩa. Như vậy ở đây không hề có nghĩa là Pháp Cú. Đây là cách dịch nhanh, thấy Dhammapada là cứ phang là Pháp Cú cho nó khỏe, chứ thật ra chữ Dhammapada ở đây nó có nghĩa là như vậy đó, tức là đây là những pháp mà nó cấu thành, nó làm nên Thánh trí giác ngộ của một bậc Thánh ở đời.

Thì bốn pháp đó là cái gì? Ngài nói rằng đây là bốn pháp được biết là nó đã có từ muôn thuở, từ ngàn thu, ba đời chư Phật, Thánh hiền mười phương thấy đều thành tựu bốn pháp này.

Thứ nhất là không tham. Ở đây tiếng Pāli gọi là anabhijjhā dhammapada, ám chỉ cho việc tu tập với 10 đề mục asubha, tức 10 giai đoạn phân hủy của một xác người. Cái đó gọi là anabhijjhā dhammapada. Chữ Dhammapada đã giải thích rồi, anabhijjhā là vô tham.

Thứ hai là abyāpāda dhammapada. Abyāpāda là vô sân. Ở đây là đạo lộ vô sân, ám chỉ cho bốn Vô lượng tâm là Từ, Bi, Hỷ, Xả.

Từ, mettā, là mong chúng sanh khác được điều tốt đẹp về tinh thần lẫn vật chất.

Bi, karuṇā, là mong chúng sanh khác đừng bị điều xấu, điều khổ.

Thứ ba là Chánh niệm, sammāsati dhammapada. Ở đây ám chỉ cho việc tu tập 10 đề mục Thường niệm, gọi là anussati, gồm: Tam Bảo Phật, Pháp, Tăng; Giới; Thí; Thiên; Thực phẩm; Niệm chết; Thể trược; Níp-bàn. Có chỗ người ta kể Hơi thở vào, nhưng mà ở đây Hơi thở ở phần dưới.

Cái cuối cùng là sammāsamādhi dhammapada, có nghĩa là đạo lộ Chánh định, ám chỉ việc tu tập 10 kasiṇa và Hơi thở. 10 kasiṇa là Đất, Nước, Lửa, Gió, Xanh, Vàng, Đỏ, Hư không, Ánh sáng và Hơi thở.

Bây giờ giải thích. Đây là những pháp mà chư Phật tự ngộ. Tự ngộ là sambuddho, gồm Toàn Giác và Độc Giác, thì đương nhiên biết rõ bốn đạo lộ này một cách rất ráo. Thanh Văn nhờ học Phật Toàn Giác nên cũng thông suốt rất ráo.

Riêng các vị đạo sĩ chân tu, dù không gặp Phật Pháp, thì cũng có thể biết tu tập các đạo lộ này, nhưng họ không thể chứng Thánh. Nếu chứng Thánh thì họ đã là Toàn Giác hay Độc Giác rồi. Các đạo sĩ chỉ biết một phần của các đề mục này.

Tức là đây là bốn đạo lộ mà không có chư Phật thì cũng có người tu, bởi vì đây là con đường an tịnh nội tâm. Tất cả Hiền Thánh, Thánh là các vị Độc Giác, Toàn Giác, Thinh Văn Giác, gọi là Thánh. Còn Hiền ở đây là chỉ cho những vị đạo sĩ kiểu như là ông A-tư-đà, hoặc là hai vị thầy mà dạy cho Bồ-tát Tất-đạt, họ là những người Hiền.

Chữ “hiền” ở trong tiếng Hán cái nghĩa nó cũng ghê gớm lắm, chứ không phải là chữ hiền như Việt Nam mình nói: “Con nhỏ đó nó hiền lắm, cái thằng đó nó hiền lắm, chửi cha nó mà nó không có giận.” Chữ hiền của Việt Nam mình nó nghèo lắm.

Chữ chữ hiền như bên Tàu có chữ hiền nhân:

“Hiền nhân quân tử ai mà chẳng,
Mỗi gối chồn chân cũng muốn treo.”

Thì mình thấy chữ hiền ở đây nó không phải là người ta chửi mà mình không có giận là hiền, nhiều khi là vì mình ngu. Nhưng mà chữ hiền nhân ở đây phải nói là người có trí. Đó là nói theo Tàu.

Còn nói theo Ấn Độ, chữ hiền nhân ở đây trong Ấn Độ gọi là sappurisa, có nghĩa là chân nhân. Chân nhân của Ấn Độ không phải là chân nhân của Tàu như là Khuru Xứ Cơ hay là Vương Trùng Dương. Hai nhân vật này có thật, và ở trong Lão giáo người ta gọi mấy ông này là những vị chân nhân. Ở bên Lão giáo, kêu mấy ông luyện đan, tức là làm thuốc trường sinh, hoặc mấy ông tu kiểu hô hấp công, luyện khí, khí công hay là luyện đan, thì tu mà tới nơi tới chốn, có làm được những điều kỳ lạ.

Chẳng hạn như mình thấy theo truyền thuyết, như ông Trang Tử, ông là người mà cũng coi như đạt đạo. Lần đó ông đi chơi về, đi ngang một cái nấm mồ mới chôn, đất còn mới, thì ông thấy một người thiếu phụ ngồi khóc tức tưởi bên đó, vừa khóc mà lấy cái tay quạt mồ. Thì ông mới ngừng lại, ông hỏi: “Vậy chứ ta một đời độc sách, tiếp xúc bao nhiêu là cao nhân, trí sĩ, mà có bao giờ mà ta nghe tới cái chuyện mà...”.

Người lấy cái quạt mà quạt cho cái nằm mộ đất như thế là làm cái việc đó ta không có hiểu.

Thì nàng mới trả lời:

“Dạ, ngày xưa, cách đây ít lâu, khi mà còn ân ái mặn nồng với chồng, lúc chồng còn sống thì hai đứa thề bồi với nhau là mai này nếu mà ai chết trước thì người kia phải đợi cho cái người nợ mồ xanh cỏ, rồi mới đi bước nữa. Gái thì tái giá, mà trai thì tục huyền, nối lại cái dây đàn với người khác. Bây giờ chồng mới chết mà trong xóm có cái người đó ngó cũng được, mà bây giờ mình đi theo người ta mà mồ nó chưa có ra cỏ, lấy cũng không có đành.”

Thì Trang Tử nghe như vậy mới nói:

“Nàng đưa cho ta cây quạt đi.”

Thì theo trong sách Tào ghi, Trang Tử là người coi như cũng có thành tựu khí công mà luyện đến cái mức thượng thừa, có thể là hoán cải hoàn khôn. Ông mới hà hơi tiếp sức vô trong cây quạt, ông quạt ba cái là coi như cỏ nó mọc xanh lè, bao phủ cái nằm mồ. Nàng mừng quá, nàng nói:

“Như vậy thì coi như không có phụ lòng cái người đã nằm xuống. Thôi giờ thiếp đã đi lấy chồng được rồi. Mà thôi, bây giờ đi rồi thì không biết lấy gì để tạ ơn ngài. Thôi có cái quạt này giờ ngài cầm, thôi tặng ngài luôn cái quạt đó, ngó coi cũng được, cũng đẹp, cũng có giá. Thôi tặng ngài cái cây quạt này.”

Thì Trang Tử mới cầm cây quạt vừa đi mà vừa hát, hát bài tự sáng tác tại chỗ:

“Mai này ta nằm xuống, con ta người khác sai, mà vợ ta người khác xài.”

Ông vừa đi ông vừa hát vậy đó. Thì về tới nhà thì Điền Thị, là vợ của Trang Tử, đẹp lắm, mà Trang Tử sử ghi cũng đẹp nữa, bà mới hỏi Trang Tử:

“VẬY chứ ở đâu có cây quạt, mà sao bữa nay mặc cái chứng gì mà ca hát ngêu ngao?”

Thì ông mới kể lại cái chuyện đó. Thì Điền Thị mới nói thế này:

“Cái thứ đàn bà đó là xài không có được. Chồng chết, mồ còn ướt đất, mà đã có cái ý đi hưởng nữa.”

Thì Trang Tử mới nói rằng:

“Biết đâu mai này ta mất sớm thì nàng liệu có đủ sức chờ xanh cỏ như bà này hay không, hay là nàng còn làm lạ hơn người ta nữa.”

Thì bà mới tức, bà mới chồm tới dứt cây quạt bà xé, bà bỏ dưới đất bà chà lên. Bà nói:

“Thứ đàn bà hư, cái thứ đó là không phải là cái tấm gương để thiếp học. Chàng có bề gì thì thiếp chờ chàng đến trăm năm, suốt đời, suốt kiếp. Trai ngay một chúa, mà gái trinh thì một chồng.”

Thì Trang Tử mới nói là:

“Coi như ta là người có phúc phận.”

Ông nói như vậy xong, ít bữa sau tự nhiên đang khỏe cùi cùi, cái lặn ra chết ngắt. Trang Tử chết được quàn xác mới có một ngày, hai ngày, rồi có một cặp thầy trò, chủ tớ tới xin viếng tang. Mà cái cậu công tử đến viếng tang thì khôi ngô, tướng mạo ngon lành, rồi đi với một chàng nữa, tới mặc áo tang, quỳ lạy trước linh sàng của sư phụ.

Thì coi như là Điền Thị xúc động lắm. Thấy chồng mình trước khi chết cũng là bậc danh sĩ, thì bây giờ chết rồi có người đến cư tang, chuyện đó cũng không có gì lạ. Nhưng có một điều, Điền Thị khóc chồng thì khóc, mà liếc liếc thấy cái ông khách này sao tướng tá ngon lành quá: cơ bắp, vai năm tấc rộng mà thân mười thước cao,

giống như Từ Hải mà hoàn bốn phương vậy đó. Bà thấy bà thích quá thích, bà cứ liếc liếc hoài hà.

Bữa tối đó, cái thằng tiểu đồng nó mới qua, nó gõ cửa phòng bà, nó nói rằng:

“Nếu mà cô thấy được, cô cho phép, thì chắc công tử của tôi xin ở đây thêm ít lâu để mà cư tang với sư phụ, ở với sư phụ thêm ít ngày.”

Rồi cứ như vậy, cái thằng tiểu đồng cứ chọt qua chọt lại, là nó đứng giữa nó mai mối. Cuối cùng thì hai bên đầu mày cuối mắt, rồi hai bên hiểu ngầm nhau, rồi coi như cái xác của Trang Tử còn quàn ở đó mà Điền Thị thì đã nhìn vô cái ông khách này là đối lòng rồi.

Bữa đang đêm đang ngủ, tính ngày mai làm đám cưới, tự nhiên đang ngủ thì cái ông công tử này ổng ôm cái đầu ổng la um sùm. Điền Thị mới hỏi chuyện gì. Thì ông công tử ổng mới nói rằng ổng bị cái chứng đau đầu bất trị, nan y tuyệt chứng.

Tôi đang kể không có lạc đề, bởi vì tôi đang kể cái vụ mà mấy người ngoại đạo họ cũng có khả năng.

Thì Điền Thị mới hỏi thằng tiểu đồng. Nó nói:

“Dạ có. Ở nhà công tử lâu lâu cũng bị như vậy. Công tử có tiền, công tử mới đi mua mấy người tử tù mà sớm muộn gì cũng chết, mới mua cái đầu của nó về mới chẻ ra, lấy cái óc của nó ra làm thuốc. Cái bệnh của công tử nó kỳ lắm, nó ngặt nghèo lắm, cho nên thuốc nó cũng hơi quái chiêu.”

Điền Thị thương quá đi. Điền Thị mới tự nhiên nghĩ ra một chuyện. Điền Thị mới hỏi:

“Cái óc của người mới chết có xài được không?”

Thằng tiểu đồng nó nói:

“Dạ, nghe quan thái y nói, chết mà coi như chưa quá ba tháng thì cái óc đó xài được. Miễn là lúc khâm liệm che chắn kỹ lưỡng, không có để gió lọt vô, thì cái óc đó xài được.”

Thì bà nói:

“Thôi giờ Trang Tử đã đi rồi thì cũng đâu có sống lại được. Mà bây giờ trước mắt là cứu người trước mắt, nửa phần đời còn lại của ta là nhờ công tử của cậu. Thì thôi bây giờ xá gì cái xác này.”

Bà đang mặc đồ cưới như vậy đó. Bà mới lấy cái búa bà nện, bà cạy cái quan tài của Trang Tử ra để bà lấy cái óc ra làm thuốc để mà chữa cho cái anh chàng công tử này.

Khi mà bà nện cái búa, cái nắp hòm nó văng ra, thì Trang Tử lật đật lồm cồm ngồi dậy. Thì bà hết hồn, bà rụng rời tay chân. Bà vừa sợ, bà sợ hai cái: thứ nhất là bà sợ ma. Đã liệm mấy ngày mà không thềm chết, vậy rõ ràng là quỷ nhập tràng rồi còn gì nữa. Mà thứ nữa là bà xấu hổ, bà sợ ông biết cái chuyện đang diễn ra trong nhà. Bởi vì trên người bà lẽ ra phải mặc áo tang, mà tại sao em

Mặc áo cưới, nó mới đau chỗ đó.

Thì Trang Tử tỉnh bơ:

“Trời ơi, ngủ một giấc dài quá nó khỏe rồi. Ủa mà sao bỏ ta trong hòm vậy?”

Thì bà khóc, bà nói:

“Trời ơi, tưởng là chàng chết rồi mới bỏ vô hòm.”

Rồi ông nói:

“Ủa, nếu mà ta chết thì phải mặc áo tang chứ, sao mà mặc áo cưới?”

Bà nói:

“Nghe trong hòm lục cục, em mừng quá, em mặc cái áo cưới vô để mà làm cho chàng ngạc nhiên, surprise!”

Các vị tưởng tượng coi động trời không?

Lúc bấy giờ Trang Tử mới nhảy ra khỏi hòm, Trang Tử mới hát lại bài hát cũ:

“Một mai ta nằm xuống, con ta người khác sai, mà vợ ta người khác xài.”

Điền Thị thấy xấu hổ, biết Trang Tử biết hết mọi chuyện. Lúc đó Điền Thị mới liếc ra ngoài thì thấy thầy trò kia biến mất tiêu rồi. Thì Điền Thị mới vào ở trong nhà tắm treo cổ chết. Rồi Trang Tử mới đốt luôn cái nhà đó. Trước khi đi, Trang Tử mới lấy cái tay gõ vô cái lu trước nhà mà hát. Từ đó mới ra cái bài Cỗ-bồn-ca. Cỗ là gõ, bồn là cái lu. Gõ lu mà hát. Xong rồi đốt nhà đi luôn.

Trang Tử là nhân vật như vậy. Tại sao tôi kể cái này? Cái chuyện này bà con có quyền không tin, nhưng mà ít ra nó cũng có cái gợi ý thế này: là cái khả năng siêu nhiên phi phàm không phải chỉ có ở trong cái hàng ngũ Phật giáo, mà ngay cả những người mà họ luyện bùa, họ luyện khí công, họ luyện đan thì họ cũng có những cái thành tựu nhất định. Đó là lý do tại sao mà tôi kể chuyện Trang Tử cho bà con nghe. Chuyện kể dựa vào Kim cổ kỳ quang, bản dịch của Phan Hồng Trung.

Bốn pháp này được Đức Thế Tôn gọi là những pháp truyền thống, có từ muôn thuở ngàn thu, đời đời kiếp kiếp về trước. Bao nhiêu Hiền Thánh ở đời, từ cái người cầu đạo giải thoát cho đến cái kẻ yếm thế, chán đời, thì cũng nhờ tu tập bốn cái pháp này mà họ có được những cái thành tựu. Cao nhất là giải thoát sanh tử trầm luân, mà thấp thì cũng được thoải mái trong ba cõi, sáu đường, đi về Phạm thiên.

Bốn cái pháp đó gồm:

1. Vô tham

Vô tham có nghĩa là tu tập những đề mục tử thi. Tại sao cái này quan trọng như vậy?

Trưa nay tôi đi tới đi lui một mình tôi ở đằng sau rừng, tôi mới nghĩ ra một chuyện. Đó là đa phần phàm phu mình thích sống theo lối mòn. Có nghĩa là mình thích đi theo cái ngon, cái đẹp, cái vui, cái dễ, cái sướng. Đẹp, ngon, vui, dễ, sướng, mình cứ đi theo mấy cái đó.

Rồi mỗi lần mà mình có nhắc đến Phật Pháp, tâm linh gì đó, thì mình nghĩ:

“Ô, thiếu gì ông thầy chùa không ra gì, có chết thẳng tây nào đâu. Rồi ngoài đời hàng tỷ người có ai biết Phật Pháp, có ai biết Chánh niệm, Thiền định là gì đâu, thì thế giới nó cũng vẫn vận hành như vậy, trái đất nó vẫn quay, mặt trời nó vẫn như thế, mặt trăng nó vẫn thế!”

Vì sao vậy? Vì chúng ta sống trong lối mòn, chứ chúng ta không có chịu ngờ, không chịu nghĩ một điều đó là vì đâu mà Đức Phật Ngài dạy cái pháp môn này, pháp môn kia. Là bởi vì những cái pháp môn mà Phật dạy toàn là có nội dung đi ngược dòng đời không.

Mình là lo làm móng, lo làm mặt, lo dưỡng da, lo giữ eo, lo bơm mỡ, bơm má, bơm ngực tùm lum. Nhưng mà mình có chịu nhớ một điều là cư an tư nguy: lúc trẻ phải nghĩ lúc già, lúc khỏe phải nghĩ đến lúc bệnh, lúc sống phải nghĩ đến lúc chết. Kẻ nào mà cứ suốt một đời mà chìm mình, cắm đầu, gục mặt ở trong cái ngon, cái đẹp, cái dễ, cái sướng, mà có cái gì bất tường, bất trắc nó xảy ra thì chỉ có nước kêu trời như bọng.

Đây là lý do vì đâu mà Phật dạy phải đối diện với sự thật của đời sống. Tất cả những cái gọi là sự thật của đời sống đều được gom gọn ở trong bốn cái pháp này. Kinh này với kinh Du Sĩ sau là một nội dung thôi.

Cái thứ nhất là tại sao mà phải tu tập cái đề mục quán thân, quán thân chết, là sao? Bởi vì trên đời này không có cái gì nó quan trọng bằng cái mạng người. Người chết hết chuyện. Đối với cái mạng này mà mình coi nó là mạng cùi, mình coi nó là rác, thì

coi như cái gì là mình cũng có thể xem nhẹ hết. Thân này mà mình còn coi trọng nó thì mình còn coi trọng danh lợi, thị phi.

Mỗi lần đi thì quý vị sống chánh niệm: đi biết đi, ngồi biết ngồi. Đó là một cách.

Mà cách tu thứ hai nữa là cứ luôn luôn nhớ theo cái bài kinh Girimānanda: đi, đứng, nằm, ngồi luôn nhớ rằng tôi đang xê dịch cái cục bệnh.

Cái cục bệnh là sao? Nguyên cái cục mấy chục ký này toàn là bệnh không. Chắc chắn nếu mà không có phải chết vì tai nạn, thì chúng ta chắc chắn là phải ra đi với một cái trục trặc nào đó trong cơ thể. Chắc chắn, bắt buộc như vậy thôi. Dầu các vị có chết già đi nữa thì cũng phải có chút trục trặc gì đó làm có để mà chúng ta đi, chứ không phải tự nhiên cái ông già bà lão bị lẩn đùng ra chết, đâu có. Nó phải có một chút trục trặc gì đó. Thì thôi, người ta thấy êm quá, người ta kêu chết già. Chứ thật ra là tất thảy đều là bệnh hết.

Cho nên mỗi khi xê dịch, đi, đứng, nằm, ngồi, tắm rửa, xúc dầu, cạo gió, luôn luôn ghi nhớ: ta đang xê dịch, ta đang vận động, ta đang rê, ta đang lê, ta đang kéo cái cục bệnh này. Vì cái cục này sẽ có một ngày mà ta đi trong cái đau đớn, phải có cái đó thôi.

Rồi khi cái cục này mà nó nằm xuống rồi, thì chó tha, thú khoét, giòi đục, mình cũng không có làm gì được hết. Hồi sống đẹp bao nhiêu, quyền lực bao nhiêu, giỏi giang bao nhiêu, tiếng tăm bao nhiêu, giàu có bao nhiêu, sang cả bao nhiêu, ngon lành bao nhiêu, thì tới hồi mà chết rồi đó, người ta mới lấy đồ người ta quần lại, người ta bó lại, nhét vô cái hòm đem thiêu, hoặc là đem chôn. Rồi thôi, đem thiêu thì đem về được.

Chừng vài trăm gram trong cái hũ vậy đó, còn đem chôn thì coi như ém xuống dưới đất, rồi xây một cái nấm mồ thiệt là đẹp, không có để cho người ta thấy là mình đang tan rã, phân hủy ra sao.

Chứ thật ra là cứ luôn luôn nhớ rằng, cái thân này chỉ là cái xác chưa có chôn thôi. Quý vị có là ai đi nữa thì cái thân mà mấy chục ký, thật ra nó chỉ là cái xác chưa có chôn thôi. Mà đừng có nghĩ rằng là phải 80 năm, 30 năm nữa. Không có đâu.

Tôi cũng chưa biết bữa nào. Chiều này, bây giờ bên châu Âu là 4 giờ đúng, thì khoảng chừng 15 phút nữa mà tự nhiên tôi lặn xuống ra tôi chết, thì coi như 2 phút sau, tất cả những người mà thương tôi nhất, không có kẻ nào mà dám ngủ qua đêm với cái xác của tôi trong một căn phòng hết đó. Tôi dám hứa như vậy.

Người thân máu mủ ruột rà, cùng cha cùng mẹ, họ cũng ngại. Còn ba cái thứ mà người dưng, hên hò, thề non hên biển gì đó, thì tới lúc đó hỏi bây giờ có dám qua một đêm với cái xác của mình hay không? Mà hồi sống thì thôi thề bồi đủ thứ. Nó bạc như vậy.

Mà tôi nói 15 phút có nghĩa là 15 phút nữa tôi chết, thì 2 phút sau khi mà người ta xác định là tôi đã chết lâm sàng rồi, thì không có đại ca nào dám nằm, ngồi một mình với cái xác của tôi trong một căn phòng vắng qua đêm hết đó. Các vị coi có bạc không? Chỉ có 15 phút nữa là tôi chết, thì chỉ có 2 phút để xác định là coi như là chưa tới 20 phút là coi như là vậy đó.

Cho nên hành giả phải luôn luôn phải sống bằng cái tâm niệm đầu tiên Đức Phật gọi là Đạo-lộ Vô-tham. Thì cái gốc của cái Đạo-lộ này là gì? Trước hết là phải biết coi nhẹ cái thân này trước cái đã. Còn ba cái quán niệm cái gì đó là quờn, nhưng mà cái gốc vẫn là dám coi nhẹ cái thân này, coi cái thân này là một cái xác chưa có chôn, coi cái thân này là một ổ bệnh, coi cái thân này là một thùng rác.

Tôi nói không biết bao nhiêu lần. Bây giờ mình tưởng tượng bao nhiêu đồ ăn thức uống, mình ăn cơm, ăn bánh, uống nước trà, rồi trái cây. Mình cứ nhai, nhai xong mình đừng có nuốt, mà mình cứ nhai xong mình nhổ vô cái bịch, rồi mình lấy cái bịch đó mình đeo trước ngực. Mình đâu có dám ngủ qua đêm, gớm chết.

Nhưng mà trong khi đó, cũng chừng đó món ăn, món uống, mình nhai nuốt xong cái mình súc miệng, đánh răng cái là mình leo lên giường mình ngủ. Vậy mình không có thấy nó nữa thì mình đâu có biết rằng là mình đang ngủ với một cái đồng thấy mà mắc ớn chè đậu luôn.

Nhưng mà nếu mà mình nhai nhai rồi mình nhổ vô trong cái bịch, xong rồi mình cột cái bịch đó lại, mình để trên ngực mình ngủ, hoặc là mình để trong giường của mình, mình ôm mình ngủ, các vị có ngủ nổi không? Đâu có ngủ nổi!

Hoặc đi vệ sinh, mình đi trong cái bịch, rồi mình túm nó lại. Nhớ bọc cho kỹ hai ba lớp thôi nó xì, lũng, rò rỉ. Mình làm cho một bịch vậy đó, xong mình cột lại, mình để trong giường, mình coi mình có ngủ nổi với cái bịch đó không? Mà cái bịch của mình, chứ không phải cái bịch của hàng xóm, hoặc của anh em của mình đâu, bịch của mình.

Nhưng mà khi nó nằm trong cơ thể của mình thì mình không có thấy gớm. Nhưng mà nó ra ngoài rồi, như cái bịch của mình mưa: mình ăn lẩu đặc sản, mình ăn yến, ăn bào ngư, ăn ba cái đồ đắt tiền, ăn xong xuôi rồi cái mình mưa ra, là mình nhìn cái đồng mưa của mình là mình đã lạnh xương sống. Nói gì là cái đồng mưa của người khác.

Mà toàn là đồ đắt tiền không đó. Một cái chén yến mà đắt tiền là cả triệu đồng, mấy triệu đồng, rồi bao nhiêu món sơn hào hải vị đắt tiền mới hồi nãy đó là mình sẵn sàng bỏ bạc triệu để mình ăn. Rồi bây giờ mình ăn vô xong, nó trực trặc cái gì đó, mình mới ói trở ra, thì mình nhìn cái đồng mình mưa, các vị nghĩ coi trị giá nó là bao nhiêu? Mà hồi nãy lúc mới dọn lên thì mình sẵn sàng gọi là xĩa ra 2 triệu, 3 triệu để mà trả cái mâm ăn đó. Mà trong vòng 10 phút sau, mình mưa trở ra là coi như là mình lạnh xương sống với mấy triệu mà mình vừa bỏ.

Tôi nói cho tận cùng như vậy để cho bà con thấy Đức Phật Ngài dạy rằng tại sao mình khổ, là bởi vì mình còn mê cái này, mình thích cái kia. Ta khổ vì thích đủ thứ.

Thích đủ thứ vì ta còn xem nặng thân này. Khi mà ta xem nhẹ được nó thì thứ gì ở đời cũng xem nhẹ theo. Tôi hứa cái này.

Bởi vì bà con không có hành trì. Bữa hôm tôi có nói một câu: khi mà không có hành trì thì lời dạy của Phật rất khó hiểu và khó tin. Cái này mới đặc biệt. Cái câu này là phải xăm nữa. Ai mà thấy lời Phật hơi kỳ kỳ thì cứ nhớ cái câu đó. Có nghĩa là khi mà không có hành trì thì lời Phật rất là khó hiểu và rất là khó tin.

Thí dụ như tự nhiên cái Ngài dạy mình Chánh-niệm là sao? Tự nhiên cái ăn biết ăn, rồi uống biết uống, nhai biết nhai, nuốt biết nuốt, rồi đi cầu biết đi cầu, tắm rửa, kỳ cọ, xỉa răng. Rồi tự nhiên cái mình làm cái gì biết cái nấy là tu, là tu cái gì?

Nhưng mà anh thử chưa? Anh thử 1 ngày đi, làm cái gì biết cái nấy: buồn biết buồn, vui biết vui, ganh tị, bủn xỉn, toan tính nhỏ mọn, ghen tuông. Cái gì mà mình thấy nó nổi bật thì mình bèn biết: “À, nó đây.” Ghen tuông biết là ghen tuông, ganh tị biết là ganh tị, bủn xỉn biết là bủn xỉn, cái này là nhỏ mọn nè. Hoặc là nó là về tâm.

Còn về thân: đi biết đi, ngồi biết ngồi. Nghe nó rất là thường, nhưng mà anh có thử chưa? Anh thử 1 ngày miên mật, tinh chuyên, không có kẻ hở, thử rồi thấy: “Ồ, thì ra tại sao Phật kêu mình làm như vậy!”

Cho nên cái Đạo-lộ đầu tiên là Đạo-lộ Vô-tham, là Ngài nói rằng: con coi thường cái thân.

Này, đi thì cái gì trên đời này nó cũng nhẹ theo hết trơn đó. Mà cái cách rốt ráo nhất, con coi thường bằng cách nào? Con nghĩ tới cái xác. Con chỉ nghĩ rằng nó là cái xác chưa chôn. Con nằm thẳng người con ra, con nhìn từ ở trên ngực con nhìn xuống tới bàn chân, con xuôi tay hai bên sườn, hoặc là con để hai bàn tay úp lên trên rún. Con nhìn, con mới nghĩ: Mai một liệm nó cũng y chang vậy nè, nằm thẳng boong ra.

Bắt đầu nhìn từ ở trên ngực nhìn xuống tới bàn chân của mình, thẳng băng vậy đó, rồi nghĩ thế này: Mai một người ta liệm mình cũng vậy nè. Một là hai bàn tay mình để

xuôi theo hai cái đùi, còn hai nữa, người ta để hai bàn tay áp vào nhau để lên trên bụng, thì đó là hai kiểu liệm mà mình thấy phổ biến. Thì cứ nghĩ như vậy. Khi mà ngày nào cũng như ngày nào cứ nhớ như vậy.

Tôi biết trong room này nhiều người chịu không nổi cái sự thật này đâu, nhưng mà đó là sự thật. Thử đi. Các vị sống như vậy trong vòng một tháng, hai tháng, tùy cái căn cơ làm sao tôi nói người này giống người kia được.

Đạo lộ đầu tiên là quán thân chết, quán cái xác người, quan trọng lắm. Quán xác người, sở dĩ kể có mười, có nghĩa là mười cái giai đoạn từ lúc mới chết cứng lạnh, xanh lè; rồi sau đó nó trương phình, nó chảy nước; rồi sau đó trong đó có những cái xác mà bị thú ăn, bị giòi đục khoét; rồi đi tới giai đoạn cuối cùng nó chỉ còn là bộ xương trắng, rồi xương nó trở thành bột, thành bụi. Thì đó là những giai đoạn mà cái xác người nó phải trải qua nếu mà mình không đem đi thiêu, không đem bảo quản trong một cái điều kiện đặc biệt. Thì coi như là để vô trong cái điều kiện tự nhiên thì nó phải như vậy.

Và tôi nhắc lại một lần nữa, cái đề mục mà niệm xác người này, niệm thân chết, thì trong Kinh nói nó cũng có thích hợp với người này mà không thích hợp với người kia. Thích hợp ở đây có nghĩa là có người có thể đắc Đạo, chứng Thánh được nhờ nó; và có người thì phải đắc Đạo bằng một cái đề mục khác, cho nên gọi là thích hợp.

Chứ còn cần thiết thì tất cả mọi người đều phải ít nhiều dành thời giờ để mà quán niệm cái thân chết, trực tiếp hay là gián tiếp. Trực tiếp có nghĩa là ngó cái xác của người ta rồi nghĩ đến thân mình mai này, đó là trực tiếp. Còn gián tiếp có nghĩa là mình chỉ là suy tưởng thôi. Cứ ngồi, nằm nghĩ: Đây là cái xác. Cái xác này nó chưa có chôn. Bây giờ mình còn thở, mình còn sống, thì tạm thời nó còn xê dịch như vậy, nhưng mà có thể một tiếng nữa, hai tiếng nữa, một đêm nữa, một ngày nữa, 48 tiếng nữa, 36 tiếng nữa, ba ngày nữa, tám ngày nữa, mười ngày nữa thì nó hoàn toàn có thể là đáng sợ và đáng chán trong mắt tất cả thiên hạ.

Đó là cái Đạo lộ thứ nhất, là Đạo lộ Ly tham, tức là tại vì chán thân là chán tất cả.

Đạo lộ Vô sân

Thứ hai là Đạo lộ Vô sân, là Bốn Phạm trú hay là Tứ vô lượng tâm, là Từ, Bi, Hỷ, Xả.

Từ là Metta, là mong cho người ta, cho chúng sanh khác được cái điều tốt đẹp về tâm hay là về vật. Về tâm là mong cho người ta biết tu hành, biết sống thiện. Còn về vật ở đây là mong cho người ta được sức khỏe, được tiền bạc, được thoải mái trong đời sống vật chất. Luôn luôn mong cho tất cả chúng sanh được điều tốt đẹp về tâm hay là về vật, đó gọi là Từ.

Còn Bi là mong cho tất cả chúng sanh đừng bị cái điều xấu, điều khổ về tâm hay là về vật. Về tâm là mong cho đừng có bất thiện, đừng có sân si, đừng có khổ tâm, đừng có bị một cái vấn đề gì về tinh thần hết. Còn về vật là mong cho người ta đừng có bị tai nạn, đừng có bệnh hoạn, đừng đói nghèo, đừng có bị cái gì mà nó phải khổ thân, khổ tâm, thì cái đó được gọi là Bi.

Còn nói chuyên môn hơn một chút, thì tâm Từ là mong cho người ta có được nhân lành, quả lành; Bi là mong người ta đừng có bị cái nhân xấu, quả xấu.

Còn Hỷ là vui theo cái nhân lành, quả lành của người khác. Là thấy người ta ngồi thiền, bố thí, phục vụ, nghe Pháp, mình không có bực, mình không có ghét mà mình vui. Mình nghĩ rằng: Ồ, họ hôm nay như vậy thì mai này họ sẽ được rất là nhiều cái công đức. Hoặc thấy người ta đang được hưởng cái gì thì mình vui, mình không có ghét, không có ganh. Mình nghĩ rằng họ được như vậy là bởi vì kiếp trước họ có tu.

Và nếu mà nói sơ sơ như vậy thì nhiều người trong room sẽ le lưỡi lắc đầu với riêng mình. Các vị nghĩ: Trời ơi, cái thằng đó tôi ghét nó quá, mà tại sao nó được sung sướng, may mắn. Bây giờ ông bắt tôi phải vui theo cái điều đó, làm sao được hồi trời, nó khó lắm.

Thì thôi tôi gợi ý thế này. Ghét người ta cỡ nào mà thấy người ta tạo nhân lành hay hưởng quả lành thì mình nghĩ như vậy thì mình vui được nè: là mình nghĩ rằng đời mà bớt xấu, bớt khổ thì mình ít nhiều cũng được ảnh hưởng. Nghĩ vậy mới có cái tâm tùy hỷ.

Bây giờ tôi ví dụ, cứ nhiều người nghèo là mình thấy oải rồi. Bởi vì ai trong room này có học kinh tế thì biết, cứ một cái người nghèo thì chắc chắn là nó có ảnh hưởng ít nhiều đến cái nền kinh tế của đất nước, của quốc gia, của châu lục, của khu vực và của toàn cầu. Có một điều là mỗi cá nhân nó nhỏ quá đi cho nên mình không có tin.

Còn nếu ai mà không có tin là vấn đề của mỗi cá nhân không có ảnh hưởng đến thế giới thì xin nhớ lại rằng bảy tỷ người là do cộng lại hay nhân nhiều lần con số một. Bây giờ các vị nói là thằng Tèo một mình nó không quan trọng; rồi tôi nói thằng Tí, quý vị nói không, một mình thằng Tí không quan trọng. Nhưng mà các vị quên rằng bảy tỷ người này ở đâu nó ra, bảy tỷ này.

Là do nhiều con số 1 nó ra, chứ ở đâu nó ra?

Các vị tưởng tượng tại sao mà mấy xứ châu Á mình nó nghèo? Là bởi vì cá nhân nào cũng có vấn đề hết đó. Một là do cái cơ chế chính trị nó mới dẫn tới cơ chế kinh tế, cơ chế xã hội, cơ chế giáo dục.

Mà những cơ chế ở đâu nó ra? Là nó do một vài cái đầu tào lao, mấy cái đầu mà tào lả sét nó dẫn đầu dân tộc, nó lãnh đạo dân tộc một cách ngu xuẩn, thiếu muối iode. Rồi từ mấy cái đầu bư này nó mới lèo lái, nó mới chèo chống cả một cái dân tộc, cả một cái đất nước đi vào một cái con đường u ám bởi những cơ chế ngu xuẩn về chính trị, văn hóa, về giáo dục. Rồi từ đó nó mới dẫn đến ba cái trục trặc về y tế, rồi về cái tài chánh vật chất của mỗi người.

Và như vậy thì các vị thấy ngay lúc này con số 1 nó không còn là nhỏ nữa. Bởi ai là cái thành phần chớp bu của một đất nước? Dạ thưa, chỉ nhiều lắm là 20 mạng thôi.

Mỗi một đất nước nhiều lắm là 20 mạng hà. Thì 20 đó là 20 lần con số 1, có đúng vậy không?

Bây giờ vì đâu mà giao thông thì hỗn loạn, tai nạn thì nhiều hơn là thời chiến, vì đâu vậy? Có nghĩa là bởi vì từng cá nhân lái xe ẩu. Mà vì đâu mà có cái chuyện từng cá nhân lái xe ẩu? Là vì cơ chế quản lý yếu kém, bộ máy quản lý công kênh, thiếu hiệu quả, cho nên không kiểm soát được vấn đề giao thông, không kiểm soát được vấn đề y tế, không kiểm soát được vấn đề tài chính.

Lâu lâu mấy cái gian thương của Tàu nó qua nó mua tầm bậy, tầm bạ gì đó, là nông dân mình coi như đào mồ, cuốc mả bán sạch sẽ. Rồi cuối cùng mới biết là bị lừa. Ở đâu nó ra mấy cái lừa này? Là do cái người mà đứng đầu đất nước, đứng đầu địa phương quá tệ, dân mới bị gạt như vậy.

Đồng ý mỗi người dân cũng là vấn đề, nhưng mà cái người coi họ là có vấn đề, rồi mỗi người dân có vấn đề. Như vậy thì hồi này giờ tôi nói gom lại là khi mỗi cá nhân có vấn đề thì đoàn thể, tập thể đó có vấn đề. Mà mỗi tập thể nhỏ có vấn đề thì cái tập thể lớn hơn có vấn đề, xã hội có vấn đề, đất nước có vấn đề, khu vực có vấn đề, châu lục có vấn đề, và thế là thế giới có vấn đề.

Cho nên khi mà nói đến lòng Đại Bi là mình phải nhớ đến cái này. Mình phải nhớ rằng là nhìn thấy có một người biết tu là mình nhớ rằng nó biết tu là đời này nó đỡ một tí khổ. Mà nó đang hưởng phúc thì mình nhớ rằng có một kẻ mà hưởng phúc thì thế giới này cũng bớt đi một chút trục trặc. Nhờ thế giới này có một người giàu, nó bớt đi một người móc túi. Các vị nghĩ có đúng vậy không?

Có một người giàu là bớt đi một người móc túi, bớt đi một người lừa đảo. Thế giới này có một người mà ăn học thì nó bớt đi một người dốt. Mà các vị biết từ cái dốt nó đẻ ra bao nhiêu cái tai họa cho thế giới không?

Cho nên mình thấy nó học giỏi, nó đẹp, nó giàu, nó sung sướng thì mình phải mừng. Là bởi vì anh cứ sướng cho tui, anh cứ thành đạt cho tui, để thế giới này nó thêm một

tí ti tốt đẹp. Và tôi đang ở đâu? Tôi đang sống trong thế giới này!

Đó là lý do vì đâu mà ta không nên ganh tị, mà ta phải vui theo cái điều tốt lành của người khác. Mà điều tốt lành ở đây nói theo Kinh Phật đó là nhân lành và quả lành.

Nhân lành là thấy nó đang làm thiện, làm ơn vui dùm, bởi vì nó biết tu, còn hơn là nó đi ăn cướp. Còn quả lành là thấy nó được cái gì đó, mình làm ơn mình mừng, là bởi vì mình biết nó được cái gì đó thì thế giới bớt khổ.

Bao nhiêu cái tội phạm nó đi ra là từ cái chỗ người ta có vấn đề, mà người ta giải quyết một cách ngu xuẩn nó mới ra cái vấn đề của thế giới. Bao nhiêu cái vấn đề của thế giới nó đi ra từ cái chuyện là người ta muốn giải quyết cái chuyện gì đó. Thí dụ như thằng nghèo nó mới đi ăn cướp, thằng nghèo nó mới đi lừa đảo, lật lọng, lươn lẹo chứ.

Cho nên cứ là mình thấy cái sự thành tựu của người khác, dầu về tâm hay về vật, về nhân lành hay quả lành, là mình phải vui. Là bởi vì nó được một chút tốt đẹp thì thế giới này đỡ trực trặc một chút.

Từ, Bi, Hỷ, Xả

Từ là mong cho người ta được cái nhân lành, quả lành: biết làm lành, được hưởng quả lành.

Còn Bi là mong cho người ta đừng có làm nhân xấu và đừng có hưởng cái quả xấu. Biết xúc động, biết trắc ẩn trước cái khổ của người khác, đó là Bi.

Còn Hỷ là biết vui với cái điều tốt đẹp của người khác, với nhân lành, quả lành của người khác.

Còn Xả là cái khả năng bình thản khi nhìn về mọi loài, với cái nhận thức rõ ràng là ta thương họ cách mấy cũng không lo cho họ được như là cái thiện nghiệp của họ...

Có nghĩa là sao? Bà mẹ thương con quá, thấy con bị tuyệt chứng nan y, mẹ thương quá, đó là Bi. Mẹ mong cho con hết bệnh, đó là Từ. Mẹ thấy con hết bệnh, mẹ vui, đó là Hỷ. Nhưng mà bây giờ nó bị nan y tuyệt chứng, chữa không được thì phải làm sao? Bà mẹ đành phải nghĩ theo Phật Pháp thôi. Có nghĩa là ta thương nó cách mấy thì cũng không có thể nào bằng cái thiện nghiệp của nó trong đời trước. Bây giờ chỉ còn trông vào cái thiện nghiệp của nó.

... Bốc phân liệng người, tay mình dơ trước. Bốc lửa liệng người, tay mình phồng trước.

... Trong Kinh nói:

Kẻ thù hại kẻ thù,
oan gia hại oan gia,

không bằng tâm hướng tà,
gây ác cho tự thân.

Trong Kinh nói khi mà mình làm nghiệp thiện, đời đời sanh ra, được cái nghiệp đó nó đón chào như là người thân đón chờ người thân. Còn khi mà làm cái nghiệp ác, tội lỗi, đời đời mình sanh ra, cái tội lỗi nó chầu chực để nó hại mình. Nó giống như kẻ thù mà nó chực sẵn để nó chém mình vậy đó.

Cho nên tùy mình hà. Mỗi ngày, mỗi phút, mỗi giờ trong đời của mình, mình sống kiểu gì để mai này khi mình tắt thở rồi, ai đón mình ở đằng sau cái chết đó? Người thân đón mình hay là kẻ thù nó đón mình?

Cho nên ai trong cái room này, ai trong cái thế giới này, ai trong cái vũ trụ này cũng đều giống nhau một điểm, đó là có vô số thiện nghiệp nó đang chực chờ mình, mà cũng có vô số cái ác nghiệp nó đang chực chờ mình. Đó là sự thật.

Có nhiều vị A-la-hán khi mà níp-bàn rồi, bỏ lại biết bao nhiêu cái phước báu mà Ngài chưa có hưởng được. Mình nghĩ mình tiếc, tiếc dùm. Nhưng mà mình cũng phải nhớ

là khi mà Ngài níp-bàn, không còn tái sanh nữa, còn để lại bao nhiêu cái nợ xấu mà Ngài chưa có kịp trả. Nghĩ cái đó mới lạnh xương sống.

Một người mà níp-bàn không còn sanh tử thì đồng ý họ bỏ lại rất là nhiều cái di sản quý giá mà họ đã tu tập nhiều đời, họ chưa kịp hưởng. Nhưng mà đồng thời họ cũng huych biết bao nhiêu cái nợ xấu mà họ đã mắc, bao nhiêu cái nợ mà giết người, rồi trộm cướp, lừa đảo, đâm cha chém chú, đốt nhà, bao nhiêu thứ trong tiền kiếp mình đã làm, mà bây giờ mình níp-bàn mình bỏ lại, mình không có trả hết. Như Ngài Mục-kiền-liên, Ngài chỉ trả có cái vụ mà giết cha giết mẹ thôi.

Còn trong Kinh mà kể chuyện Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, đời của Ngài bị quá nhiều cái hoạn nạn, thì toàn là nghiệp quá khứ không hà. Bắc Tông thì họ không có chịu, họ nói cái đó là do Ngài thị hiện chịu nạn để mà giáo hóa chúng sanh. Họ thần tượng hóa Ngài. Họ nói trong đời Ngài cái gì cũng là thị hiện hết đó: đản sanh là thị hiện, thành đạo là thị hiện. Ngài thành Phật lâu lắm rồi! Nhưng mà kiếp chót này Ngài thị hiện giống như Ngài làm màu, Ngài diễn cho đời nó thấy vậy thôi, chứ còn Ngài đã thành từ năm một ngàn chín trăm vạn tset nào rồi.

Nhưng mà bên Phật giáo truyền thống mình thì không phải như vậy. Tất thấy mỗi cái hoạn nạn mà Thế Tôn gặp trong đời đều là nghiệp xấu hết.

Thí dụ như đời trước Ngài vu khống một cái bậc chân tu, cho nên đời này Ngài mới bị cái vụ mà người ta vu khống bầu bì có chứa: nàng Ciñcā.

Rồi kiếp trước Ngài từng vì cái chia gia tài của cha mẹ, mới xô đứa em ruột xuống núi cho nó chết, cho nên đời này Ngài mới bị Đề-bà-đạt-đa lẩn đá. Nhưng mà Ngài không có chết, Ngài chỉ bị thương cái ngón chân thôi.

Kiếp trước Ngài từng là một đứa bé mà thấy một vị Phật Độc Giác đi bát bằng chân không, không có mang dép, rồi Ngài mới lấy than Ngài rải trên đường. Ngài coi cái ông này ông không mang dép, ông làm sao với cái đồng than này, giỡn chơi. Cho nên kiếp chót Ngài mới bị vua Thiện Giác chặn đường không cho đi khát thực.

Rồi kiếp trước Ngài từng nặng lời với một vị chân tu đặc thiện. Ngài nói rằng:

“Ông ăn cơm cháo làm chi cho nó uống, cỡ ông ăn đồ ăn của trâu, của ngựa, chứ còn ông ăn đồ ăn của người chi cho nó phí.”

Thì Ngài chỉ chửi cái bậc đó, mà bậc đó là bậc đặc thiện, lúc giận chửi vậy thôi, mà kiếp chót thành Phật rồi, Ngài cũng phải trải qua 3 tháng ở xứ Verañjā không có gì để ăn, mà phải ăn thức ăn của ngựa. Dân chúng ở đó người ta lấy cúng cho Ngài 3 tháng.

Rồi có một kiếp mà Ngài từng làm một đứa bé đi chăn bò, rồi thấy con bò nó vục cái mõm nó vô ở trong một đồng nước sinh, thì Ngài mới nắm cái dây Ngài kéo nó qua một bên để cho nó qua nó uống bên cái vũng nước trong.

Thì mình nghe mình thấy đúng là thiện chí, là hảo ý. Nhưng mà thật ra trong lúc kéo đó cũng có một chút ác. Con người ta đang uống ngon lành, tự nhiên kéo đi như vậy đó. Thì nói theo A-tỳ-đàm, cái lòng mà muốn cho con bò nó uống nước trong đó là tâm thiện, nhưng mà cái lòng không muốn cho nó uống nước lại là có một chút ác trong đó.

Cho nên kiếp cuối cùng lúc sắp níp-bàn, khát nước, Ngài nói với Ngài Anan:

“Như Lai khát nước, cần miếng nước uống.”

Ngài Anan nói:

“Bạch Thế Tôn, chung quanh đây không có nước trong, không có nước sạch. Xin Thế Tôn đi một chút xíu nữa, lên trên kia có nước sạch, con múc nước con cúng dường Thế Tôn.”

Thế Tôn nói 3 lần, Ngài Anan mới suy nghĩ:

“Chắc có duyên sự gì đây, chứ Thế Tôn không có nói 3 lần như vậy.”

Thì Ngài Anan mới cầm bình bát đi lại cái chỗ nước đục, đưa cái bình bát xuống, thì lập tức nước nó trong ngay. Thì Ngài mới nghĩ, mới nhớ ra là cái Phật lực là vô biên.

Thì trong Kinh nói Ngài Anan hầu Phật là bao nhiêu năm, Ngài học Phật Pháp bao nhiêu năm, Ngài hiểu Phật biết là bao nhiêu, thì mọi khi cái gì Ngài cũng tin Phật. Mà mắc cái chứng gì bữa nay Ngài không có tin? Bữa đó tự nhiên Ngài nhìn Đức Phật giống như Ngài nhìn cái người bình thường vậy đó. Ngài nghe nói khát nước thì Ngài nói thôi chờ một chút đi.

Vì đâu mà Ngài Anan bữa đó quên Phật là Phật? Tại sao quên được? Vì cái nghiệp. Đợi ba lần Phật nói, rồi Ngài Anan mới là cầm cái bình bát đi. Mà tới nơi rồi mới nhớ Phật là Phật, chứ còn không trước đó quên mất. Ác vậy đó. Lúc đó không có nhớ Ngài là Ngài, mà tưởng Ngài giống như ai vậy đó.

Rồi 6 năm khổ hạnh. Chư Phật ba đời mười phương người ta khổ hạnh tối đa là 10 tháng, mà tối thiểu là 1 tuần. Riêng Đức Phật Thích Ca Mâu Ni là tới 6 năm. Vì sao vậy? Là bởi vì đời Phật Ca-diếp, Ngài có người bạn rất là thân, là vị Thánh cư sĩ Anna-hàm. Cái vị Thánh này thấy bạn thân của mình là Bồ-tát thông minh quá đi, thì người bạn này mới nói:

“Trời ơi, thông minh như you mà you gặp Phật thì thôi, you học Đạo đã luôn.”

Thì Bồ-tát lúc đó là một thanh

Niên con nhà gia giáo quyền quý mà học hành tới nơi tới chốn, thì Bồ-tát mới nghe như vậy, Bồ-tát mới hỏi:

“Phật là sao mà tôi phải đi học?”

Thì người bạn mới nói là: “Người cái gì cũng biết, và không còn phiền não.”

Thì Bồ-tát phán một câu thế này:

“Cái chuyện đó khó lắm, chứ không phải dễ đâu. Đừng có thấy sơ sơ rồi tưởng ổng như vậy.”

Cái chuyện đó khó lắm chứ không phải dễ đâu. Khi nói cái câu này là có cái ý khinh lờn, cái ý bất kính, cái ý phạm thượng, mà cái đối tượng mà Ngài nói lại là một vị Chánh Đẳng Chánh Giác. Chỉ vì một câu nói đó thôi: “Cái chuyện đó không phải dễ đâu, đừng có thấy bờ mà tưởng.” Chỉ vì cái câu nói đó thôi mà khi kiếp chót, Ngài thông minh bằng trời, 7 tuổi đắc sơ thiền, đâu phải kém cỏi gì ai, vậy mà cứ tới lúc 30 tuổi đi vô trong rừng mà ngồi thiền, cứ mắc cái chứng gì, cứ xếp cái chân vô là cứ nghĩ...

Tới lúc mà gặp hai ông thầy mà dạy thiền cho đắc thiền, thầy nói chưa dứt câu là Ngài đã đắc thiền rồi. Nhưng mà đắc thiền xong rồi, Ngài lập tức biết ngay là cái quả chứng này nó không có dẫn đến giải thoát, nó phải có cái gì khác cái này, chứ cái này tối đa là vẫn đi về Phạm-thiên rồi tiếp tục sanh tử. Ngài biết đến cái mức đó nữa.

Rồi bắt đầu do cái nghiệp nó khiến, Ngài mới nghĩ: bây giờ sống sung sướng mình đã sống sướng rồi, đắc thiền mình đã đắc rồi, như vậy thì trên đời này nó chỉ còn duy nhất có một con đường duy nhất là con đường mình chưa có thử thôi, đó là con đường khổ hạnh, tức là đọa đày thân xác. Tức là sống sướng cái thân là làm vua thì Ta đã sống 30 năm ở ngoài đời mà Ta có giải thoát đâu, đó là sướng thân. Còn sướng tâm là Ta đã đắc thiền rồi, đắc đến cái tầng cao nhất rồi mà Ta có được giải thoát đâu. Sướng thân là làm vua, mà sướng tâm là đắc thiền, Ta cũng đã trải qua. Bây giờ chỉ còn có nước khổ thân là Ta chưa có qua thôi.

Thế là Ngài tự Ngài đày xác. Đày bằng cách là cởi bỏ áo quần, trần trụi giữa rừng; đêm đông xuống suối ngâm, ngày hè ra phơi nắng, trần trụi không một mảnh vải. Ăn uống là mỗi ngày chỉ ăn có một hột đậu. Và cuối cùng Ngài thấy hình như ăn hột đậu chưa có sang, Ngài mới lết vô trong cái chuồng bò, bóc cái phân bò mà ăn. Ăn xong rồi mới đi cầu ra rồi ăn ngược lại cái phân của mình. Ăn phân bò xong rồi đi cầu ra rồi ăn ngược trở lại phân mình.

Rồi vào ở trong cái khu mà tha ma mộ địa, nằm gối đầu lên những cái bộ xương người ở trong đó. Rồi những đứa trẻ mà chăn bò, chăn trâu, nó vô trong đó, nó thấy Ngài nằm thiêm thiếp, nó mới phá, mới nghịch. Nó lấy đồ nó ngoáy lỗ tai, nó chọc lỗ mũi, mà Ngài ráng Ngài nằm, Ngài chịu đựng suốt 6 năm trời.

Rồi Ngài còn luyện cái pháp nín thở nữa, bế khí nữa. Nín thở là lấy sinh nhét xâm vô lỗ tai, nín thở, bậm môi bậm miệng. Ngài nói cái hơi nó nén, nó xoáy lên óc, nó đau giống như người ta lấy dao, lấy gươm mà người ta chọt vô trong đầu vậy đó. Đau như vậy.

Ngài nói trải qua chừng ấy mà khổ hạnh, Ngài ốm đến cái mức mà 32 tướng tốt không còn nữa. Tóc râu tự rụng sạch bách, khỏi cạo. Rờ bụng đựng lưng mà rờ lưng đựng bụng. Hai mắt thụt sâu như hai giếng nước. Xem Kinh Sư Tử Hống, Trung Bộ, để đọc về những ngày khổ hạnh của Thế Tôn. Khiếp chưa, mà chỉ vì một câu nói thôi!

Bây giờ tôi đang giảng về Xả mà tôi đánh cho một vòng. Có nghĩa là các vị thấy khi mà mình hiểu mọi sự ở đời này toàn là nghiệp ác, nghiệp thiện nó trùng trùng, thì mắc gì phải giận nó mà mắc gì phải ái luyến nó. Thương họ bằng trời thì cũng không lo cho họ được như là thiện nghiệp của họ, mà ta ghét họ bằng trời thì ta cũng không có hại được họ như là cái ác nghiệp của họ.

Mỗi người có cái nghiệp riêng đến và đi khỏi cuộc đời này. Cái thương, cái ghét của mình là mình chỉ phui bụi thôi cho cuộc đời của họ, chứ còn họ sướng, họ khổ là do cái phận của họ. Nhờ nghĩ như vậy cho nên người mẹ không có đến nỗi đau đớn khi không cứu được con. Và mình có thù oán ai thì mình cũng nhờ vậy mà mình cũng là phóng hạ đồ đao, lập địa thành Phật — buông dao xuống thì thành Phật, và giác ngộ là chỗ đó.

Và cứ nghĩ rằng mỗi hiện hữu của từng chúng sinh chỉ là một nắm cát thôi. Mình gọi là ông A, bà B, thằng Tèo, thằng Tí, nhưng mỗi người trong từng phút hiện hữu chỉ là

một nắm cát. Ở trong nắm cát đó nó gồm có bao nhiêu tâm sở, bao nhiêu tâm vương; nó gồm có đất, nước, lửa, gió; nó gồm thành tố vật chất. Rồi nó cứ tồn tại trong từng phút giây, nó sanh diệt liên tục. Mà vì vô minh, tham ái, tà kiến nhiều đời chồng chất, ta cứ thấy có một ông A, có một bà B đang hiện hữu. Thế là ta thương người này, ta giận người kia. Nhưng thật ra nó chỉ là một nắm cát.

Và anh phải sống chánh niệm. Như rất nhiều lần tôi đã nói, người chưa biết Đạo thấy mình là núi, thấy mình là một dòng sông, thấy mình là một đường thẳng. Biết Đạo rồi thấy mình chỉ là từng đốm, từng bệt. Và khi hành Đạo thì mới thấy mình không phải là đốm, là bệt; không phải là một ngọn núi, không phải là một dòng sông, mà mình chỉ là từng dấu chấm chấm nhỏ.

Trong một giờ đồng hồ chúng ta nói rằng: “Tôi đang vui, tôi đang nghe nhạc, tôi đang xem phim, tôi đang nghe hát.” Thì thật ra không có tôi nào hết, mà đó là một nắm cát gồm toàn các tâm vương, tâm sở, bao nhiêu thành tố tâm lý và vật lý, bao nhiêu cái tế bào, bao nhiêu phân tử vật chất nó luân phiên nhau, cộng ghép nhau để mà nó vận hành, rồi sanh diệt mà mình không có thấy.

Người ta nói mỗi giây

Có tới hàng triệu cái chemical reaction, tức là cái phản ứng hóa học trong cơ thể người. Có cái môn kêu là biochemical, là môn sinh hóa học. Cái đó mới thấy khiếp. Cơ thể mình nó toàn là ba cái tào lao, chủ yếu nó là protein thôi, chứ không có gì hết.

Cho nên mình thấy như là mình đốt những cái phần cơ thể mình như tóc, hoặc là như da, đốt ra nó có cái mùi giống như là mùi nướng. Hoặc là đêm hôm mà mấy con ruồi, mấy con bướm mà nó bay, nó rớt vô trong đèn, mình nghe cái mùi nó khét khét giống như cái mùi nướng vậy đó. Những người ăn mặn, ăn cá, ăn thịt, họ nói nghe cái mùi nó thơm thơm, là bởi vì cái cháy từ cái protein, chất đạm nó ra.

Thì cái con người mình, nếu mà nói cho tới nơi tới chốn thì nó chỉ là như vậy. Phần lớn nó là nước, hoặc nó chỉ là protein, nó chỉ là những thành phần hóa chất thôi. Nói

cho nó ớn như vậy. Và mỗi giây có đến hàng triệu cái phản ứng hóa học trong cơ thể con người, từ sợi tóc rồi xuống tới da, thịt, gân, xương, tủy, thận của mình. Nó phản ứng là từ đâu? Là từ đường khí mà mình hít vào, từ cái mồ hôi, rồi từ cái mình ăn, mình uống, mình đưa vào trong cơ thể của mình, là nó tạo ra bao nhiêu cái phản ứng hóa học trên cơ thể của mình.

Nhờ thấy như vậy mình mới an trú cái xả tâm, coi đời nó là bọt nước, nó là cái bong bóng, nó là một nắm cát, lòng mới thanh thản được. Thì cái đó mới được gọi là xả vô lượng tâm. Đó là đạo lộ vô sân.

Đạo lộ chánh niệm

Đạo lộ chánh niệm là sao? Tức là Sammāsati dhammapada là 10 cái pháp thường niệm. Hồi đó giờ dịch là tùy niệm. Là 10 pháp phải thường nhớ: Phật, Pháp, Tăng, Thí, Giới, Thiên.

Niệm Phật là suy tưởng ân đức của Phật theo cái bài Itipiso. Niệm Pháp là suy tưởng bài Svākkhāto. Niệm Tăng là suy tưởng bài Suppaṭipanno.

Niệm Phật là thường xuyên suy niệm rằng từ xưa vô lượng kiếp về trước, Ngài y chang như mình, nhưng có một ngày đẹp trời Ngài nhận ra đời này là khổ. Đó là trí. Tự nhiên Ngài nhìn cái này cái kia, Ngài thấy ra được:

“Ồ, đời nó là khổ.”

Mà ở trong kinh nói ở đâu mà Ngài thấy được cái này, là do 4 cái điều kiện sau đây:

1. Sống ở đâu.
2. Với ai.
3. Nghe gì, nghĩ gì. Hai cái kể chung là bởi vì tự mình nghĩ coi, mình nghe người khác dạy, nên gom thành một.
4. Làm gì, mình thường sống ra sao.

Thì 4 cái này trong đời sống của mình ai cũng gặp giống nhau hết. Thí dụ như mình cũng từng sống ở cái chỗ có điều kiện, gặp gỡ người lành. Cái điều kiện này nhiều lắm, nhưng mà trong vô số người mới có những người biết học hỏi điều hay lẽ phải từ người lành.

Bồ-tát thì đặc biệt. Ngài cũng gặp cái hoàn cảnh y như mình vậy, nhưng mà khi Ngài gặp người lành, nghe được pháp lành thì Ngài trở thành người lành, huân tập cái hạnh lành, chớ không phải đặc biệt con cưng của Thượng đế, Chúa trời gì, không phải. Mà Ngài y như mình vậy đó.

Nhưng mà trong một cái ngày đẹp trời kia, Ngài nhận ra thế giới này là khổ. Sanh ra rồi già, rồi bệnh, rồi chết, rồi đi về đâu hả trời? Đó là trí. Nhưng mà bên cạnh đó là Ngài nghĩ thêm:

“Mình bị như vậy rồi còn bao nhiêu người khác bị nữa.”

Khi mà Ngài dùng trí, Ngài thấy rằng mọi thứ là khổ, và bản thân mình phải làm sao đây để mình đừng có khổ như vậy nữa. Đó là trí. Nhưng mà bi, Ngài nghĩ rằng:

“Ta không thể đi một mình. Ta làm sao mà Ta giúp được người khác? Bởi đâu phải ai cũng có khả năng nghĩ như Ta. Ta là người có khả năng lội qua sông, nhưng mà tại sao Ta không đóng chiếc thuyền để chở thêm một mớ nữa?”

Cái câu này rất là hay:

“Ta có sức lội qua sông, nhưng mà Ta lội qua có một mình hà. Rồi mấy cái đứa mà nó què quặt, tàn tật, già cả, bệnh hoạn rồi làm sao? Thôi thì đóng cái chiếc thuyền cho mấy đứa nó quá giang.”

Thế là từ cái đại trí nó nảy ra cái đại bi. Rồi Ngài mới nghĩ thêm:

“Bây giờ làm sao mà có thể độ mình mà độ người được đây? Đời thì có hai kiểu sống: sống thiện và sống ác. Bây giờ mình chọn kiểu nào đây? Sống ác hình như nó

hơi vô lý, thiện có vẻ có lý hơn. Thôi thì Ta sống thiện.”

Thế là Ngài vun tập các hạnh lành. Mà thiện là sao? Thấy cái gì xấu, thấy cái gì bất thiện, thấy cái gì hại mình, hại người, tránh không làm. Thấy cái gì hay, cái gì tốt, có lợi cho mình, lợi cho người, thì làm. Chỉ đơn giản như vậy.

Mà trải qua nhiều kiếp, vô lượng kiếp, có một ngày kia, lại là một ngày đẹp trời khác, Ngài gặp một vị Phật. Vị ấy nhìn thấy Ngài, vị ấy nói:

“Con mai này sẽ trở thành một người giống Ta.”

Nghe vậy, Bồ-tát bội phần hoan hỷ và Bồ-tát nghiêm tin chắc rằng mình sẽ thành Phật. Bởi vì tự nhiên khi mà tu nhiều đời, Ngài có cái huệ căn, Ngài biết rằng cái con người này, cái con người mà mình đang quỳ dưới chân, cái con người này, mặt mũi này, giọng nói này, ánh mắt này, phong thái này, cốt cách này không thể nào nói dối.

Thế là Bồ-tát trở thành bất thối, không có bỏ lui tâm nguyện nữa, và tiếp tục huân tập hạnh lành. Hồi đó, trước khi mà được thọ ký thì làm mấy cái nhẹ nhẹ. Còn bây giờ Ngài chơi lớn hơn. Ngày trước hy sinh tính mạng, hy sinh tứ chi, cho thân, cho gan người khác thì hơi khó. Còn bây giờ khi mà trở thành bất thối Bồ-tát rồi thì ai xin cái gì cũng cho. Không cần phải chết rồi mới hiến giác mạng, mà lúc còn sống đưa nào cần, móc ra liệng thẳng vô tay của nó cho nó đi bác sĩ liền, ráp liền.

Được thọ ký rồi là Ngài tu hạnh làm chuyện khó làm hơn, cho cái khó cho, nhịn cái khó nhịn. Và cứ như vậy theo năm tháng dần trôi, lại một ngày đẹp trời thứ ba, khi mà

Công viên quả mãn, dưới gốc Bồ-đề, Ngài nhận ra những điều mà trong vô số kiếp, dưới chân bao nhiêu Đức Phật, Ngài đã nghe mòn lỗ tai. Hôm nay, rạng sáng hôm nay, dưới gốc Bồ-đề, tự nhiên Ngài nhận ra những sự thật ấy bằng chính sự thân chứng và thể nghiệm của Ngài.

Ngài thấy ra bốn điều này. Thứ nhất, mọi thứ ở đời là Khổ. Thích cái gì cũng là thích trong Khổ. Càng thích trong Khổ thì chỉ tổ gây ra cái Khổ mới. Muốn Hết Khổ thì không nên thích trong nó nữa. Và cứ sống bằng ba cái nhận thức này thì chính là Con-đường-thoát-khổ.

Khi nhận ra bốn sự thật này bằng chính sự thấm thía của mình thì mười phương vũ trụ lập tức rung động. Lúc đó Ngài trở thành một vị Chánh Đẳng Chánh Giác, giác ngộ không cần thầy dạy, và cũng có khả năng làm Thầy cho vô số nhân thiên được giải thoát như mình. Và với ba thành tựu đó là cái gì Ngài cũng biết, ai Ngài cũng thương, và đức lành nào Ngài cũng có. Với ba cái này, Ngài trở thành Tứ Sanh Từ Phụ, Thiên Nhân Chi Đạo Sư.

Niệm Phật là niệm như vậy đó. Chứ còn mà cứ niệm “Nam mô, Nam mô” riết mà không có biết Phật là cái gì. Cho nên bữa nay, lâu lắm thì mới nói cho nghe cái pháp niệm Phật. Làm ơn coi thêm Thanh Tịnh Đạo, phần Định, chỗ nói về Sáu Tùy Niệm.

Niệm Pháp

Niệm Pháp có sáu. Tôi nói tắt thôi.

Pháp là nguyên tắc, là quy luật muôn đời của vũ trụ. Chư Phật không có tạo ra Pháp, chư Phật chỉ là người phát hiện ra. Giống như một nhà toán học không có tạo ra các công thức, mà chỉ là phát hiện.

Chữ “pháp” có nhiều nghĩa. Mà Pháp đây tức là lời dạy của Phật, là một. Thứ hai là những gì mà Phật nói tới cho chúng sanh biết thì gọi là pháp. Pháp là những gì mà Phật dạy, những gì Phật đặc chứng, và những gì mà Phật nói ra cho chúng sanh hiểu biết để nhờ vậy họ không có còn tiếp tục hiểu lầm, vô minh và tà kiến nữa.

Thì như vậy, niệm Pháp là niệm làm sao? Niệm Pháp có nghĩa là suy niệm rằng quy luật muôn đời của vũ trụ là như vậy, không có do ai tạo ra hết. Tuy nhiên, khi mà Phật ra đời thì bằng trí tuệ và bằng lòng đại bi của Ngài, Ngài mới vạch rõ ra cho

chúng sanh thấy. Ngài thuyết Pháp bằng lòng đại bi, đại trí, cho nên Pháp của Ngài gọi là Pháp khéo thuyết.

Ông Goethe người Đức nói: thiên tài là người có khả năng định hình những thứ vô hình, định vị những thứ mà người ta không biết nó nằm ở đâu, thì gọi là thiên tài.

Thí dụ như Chopin, hay là Schubert, hay là Beethoven. Trước đời của họ, thế giới này có biết giao hưởng là gì đâu. Nhưng mà nhờ họ ra đời, họ mới cho thế giới nghe thế nào là bản sonate số 3, số 4, số 5; thế nào là âm mùa hè; thế nào là tiếng động của mùa thu. Họ đem cả đất trời, cả mưa thu gió sớm vào những note nhạc do re mi fa sol la si để cho người ta cảm được hình ảnh và bao nhiêu thứ hay ho trong đời thông qua âm thanh.

Như vậy, cái thiên tài là khả năng định hình những thứ vô hình, định vị những thứ mà người ta không biết nó nằm ở đâu.

Họa sĩ thiên tài như Van Gogh, hay là Picasso, hay là Salvador Dali, là người ta lấy những cục màu đó người ta vẽ ra những cảm xúc, những tâm tư, những tình cảm, những suy nghĩ cho thiên hạ thấy. Chứ còn mấy cái tube màu đó nó nằm yên ở đó, cái giá vẽ nó nằm yên ở đó thì bố tôi cũng không biết nó nói cái gì nữa.

Nhưng mà nhờ vẽ ra. Như các vị coi cái đồng hồ chảy, melting watch, của ông Salvador Dali. Ông vẽ cái đồng hồ mà nó nằm trên bàn, mà nó chảy xuống giống như là một đồng sấp nên bị chảy. Mình nhìn cái đó tự nhiên mình thấy nó mệt, mình nhìn mình thấy cả một sự ù lì, chậm chạp của thời gian.

Mà làm sao mà vẽ được cái ý tưởng này? Làm sao mình vẽ được cái ý tưởng? Làm sao mình vẽ được sự mỏi mệt, sự chán chường, sự lê thê, sự nhàm chán tẻ nhạt vô vị của một dòng chảy thời gian? Làm sao vẽ được đây? Chỉ cần chàng phang ra một cái đồng hồ và mấy miếng mực màu, chàng vẽ ra một cái đồng hồ nó chảy đổ xuống, là mình thấy ra biết bao nhiêu chuyện.

Cho nên, thiên tài là người có khả năng định hình cái vô hình, định vị cái vô vị trú xứ, đó gọi là thiên tài.

Thì ở đây Đức Phật cũng vậy. Bao nhiêu nguyên tắc trù tượng của thế giới, khi mà Ngài ra đời, Ngài tìm cách Ngài nói cho đời này hiểu.

Thí dụ như bây giờ mình thấy bao nhiêu là cỏ, đất, đá, chim muông, con người; rồi bây giờ già khổ, bệnh khổ, rồi chết khổ. Như vậy, con đường giải thoát nằm ở đâu?

Thế là Ngài ra, Ngài gom. Có người thì Ngài giảng cho nghe về Bốn Niệm Xứ. Có người Ngài giảng cho nghe về Giới Định Tuệ, về Bát Chánh Đạo, 37 Phẩm Bồ-đề. Có người thì Ngài phân tích thế giới này qua 6 Căn, 6 Trần. Có người thì Ngài phân tích thế giới này qua 5 Uẩn, 12 Xứ, 18 Giới, qua 12 Duyên khởi, 24 Duyên hệ, tùy người.

Nhưng có người Ngài nói: “Con có biết không, toàn bộ cái vũ trụ mà con thấy nó hay ho, hoặc là nó đắng cay, nó phủ phàng, nó bẽ bàng, nó chua chát này nè con, nó chỉ nằm trong con số 12 thôi, con biết không? Đó là 6 Căn, 6 Trần thôi. Vì bao nhiêu đời con tưởng cái con thấy nó là đắng, là ngọt, con mới có thích, mới có ghét. Nhưng bây giờ con sống chánh niệm lại đi để con thấy mọi thứ là do duyên mà có, có rồi phải mất. Con cứ sống như vậy, có một ngày con sẽ nhận ra bốn sự thật này: mọi thứ là Khổ, thích cái gì cũng là thích trong Khổ, càng thích Khổ thì càng đầu tư Khổ. Muốn Hết Khổ thì phải quay lưng với nó, đừng có thích trong nó.”

nữa, sống bằng ba nhận thức này chính là Con đường thoát khổ.

Như vậy là Ngài đã định hình cái vô hình. Đó chính là Phật Pháp đó quý vị. Nói đến Pháp không thể rời Phật, mà nói đến Phật không thể lìa Pháp.

Niệm Pháp là niệm như vậy: “Ồ, thì ra Pháp chính là cái Con đường giải thoát mà Đức Thế Tôn đã y cứ trên quy luật của vũ trụ, thông qua trí tuệ giác ngộ của Ngài, Ngài vẽ ra cho mình hiểu.” Niệm Pháp là niệm vậy đó. Niệm Pháp là niệm cái Con đường thoát khổ vốn dĩ là vô hình, vô tướng, nhưng mà đã được Thế Tôn định hình

nó, vẽ ra sáng ngời minh bạch cho mình đi theo. Và cái con đường ấy chỉ dành cho người có trí mà thôi.

Hồi nãy tôi nói rồi, đa phần chúng sanh ở đời, tuyệt đại đa số thích theo lối mòn, cứ theo cái gì ngon, đẹp, dễ, sướng. Mà hễ ngày nào mình cứ đi theo cái ngon, đẹp, dễ, sướng là mình cứ khổ suốt mùa thu. Là vì sao? Vì Phật Pháp dạy mình: con phải nhìn ra sự thật để con giải thoát con à. Con phải bỏ đi cái trò chơi nắn đất của con nít, con mới trưởng thành. Con phải biết từ bỏ cái mối tình đầu vu vơ, vớ vẩn của cái đứa mới lớn, của đứa dậy thì, của đứa tuổi teen, của đứa cặp kê, để mà con trưởng thành hơn.

Con nhớ, yêu ba cái vớ vẩn đó nó không có bằng cuộc hôn nhân. Con phải biết lấy cái bằng đại học để con ra trường, chứ con không thể nào con lấy lá mà con làm tiền, để con mua mấy cái món hàng bằng đất sét. Con phải biết bỏ cái tình đầu để con có một cuộc hôn nhân chín chắn. Con phải biết có một ngày con phải bỏ tình mà chỉ để còn có khả năng sống bằng nghĩa. Con phải biết rằng nhiều thứ ở trên đời nó đang cay mà con phải gồng gánh nó vì con là con người. Đời sống nó không phải là một cái chỗ để con chơi, mà nó là chỗ để con làm việc.

Từ từ như vậy, mà chỉ có người trí mới dám, có khả năng đi ngược lại để thấy ra sự thật đó. Đa phần chúng ta nói là con nít, nói là người lớn, chứ có ai mà trong chúng ta không phải là hài nhi tóc bạc, khi mà chúng ta cứ chạy theo dễ, sướng, ngon, đẹp. Cho nên Phật Pháp dạy mình là nhìn ra sự thật để đừng có tiếp tục giẫm lên cái lối mòn đó, phải biết nghi ngờ con đường dưới chân của mình.

Sống là gì? Sống là phải biết ở dưới nhìn lên, ở trên nhìn xuống, ở ngoài nhìn vào, ở trong nhìn ra, thì mới gọi là người học Đạo giải thoát. Còn không thì cứ đi theo lối mòn như là chuột chù nối đuôi nhau mà đi, như một bầy mối trong đêm mưa, như một bầy con nít chỉ sống theo sở thích bản năng. Niệm Pháp là niệm như vậy.

Niệm Tăng

Còn Tăng là sao? Tăng là những người biết thờ Phật vì hiểu Phật và hiểu Pháp. Vì hiểu Phật, hiểu Pháp cho nên mới thờ Phật và theo Pháp, rồi hành đạo. Cái người này được gọi là Tăng, chỉ đơn giản vậy thôi.

Muốn niệm Tăng dễ lắm, cứ niệm Phật, suy nghĩ về Phật cho tới nơi, tự nhiên nó lòi ra Pháp. Mà hễ niệm Pháp tới nơi thì tự nhiên nó lòi ra Tăng. Tăng là cái người hiểu Phật, hiểu Pháp và hành trì theo hai cái đối tượng đó thì gọi là Tăng. Dầu cho có tóc hay là đầu trọc thì đều gọi là Tăng hết, miễn là hành đạo tới nơi, đắc được Pháp và hiểu được Phật một cách rốt ráo thì gọi là Tăng, dầu có tóc hay không tóc.

Nhiều người cứ nói đó là Tăng là phải không tóc. Không có phải. Tăng Bảo ở đây là chỉ cho người có tóc và không tóc, miễn là họ trụ lủi trong lòng của họ, chứ không phải là trụ lủi trên cái da đầu.

Niệm Thí

Niệm Thí có nghĩa là mình nghèo như là cái thùng ăn mày, mình vẫn Niệm Thí được. Có nghĩa là luôn luôn tự xác nhận với mình: “Tôi còn có khả năng chia sẻ những thứ tôi có cho người khác, tùy theo khả năng của tôi. Dầu mỗi ngày tôi đi bán vé số hay tôi ăn mày, tôi chỉ được có ba đồng thôi, nhưng mà tôi sẵn sàng giữ lại cho tôi cái phần căn bản nhất để chia sẻ cho người khác.” Đó là Niệm Thí.

Có nhiều người không có được hướng dẫn chỗ này, không biết Niệm Thí là làm sao. Có nghĩa là luôn luôn tự xác nhận với mình rằng mình hoàn toàn có thể tùy sức mà chia sẻ tất cả cho người khác, tất cả những gì mà nó ngoài ra cái nhu cầu tối thiểu, tối cần của bản thân. Tự mình nghèo như là cái thùng ăn mày, tu cái pháp Niệm Thí. Còn mà tại gia mà không có cái khả năng niệm được cái này thì cũng không có Niệm Thí được.

Mà mình niệm không có phải là niệm chơi để mình gạt quỷ thần, Tam Bảo. Mình tự mình biết mình có thể làm chuyện đó, mình hoàn toàn có thể chia sẻ tất cả cho người

ngoài ra cái nhu cầu tối thiểu, tối cần của bản thân, thì niệm như vậy được gọi là Niệm Thí.

Mà tôi nhắc lại lần nữa, niệm mà phải biết chắc mình là như vậy, chứ không phải niệm ra lời để cho thiên hạ nghe, quỷ thần nghe, rồi cho Tam Bảo nghe. Không phải. Mà tự mình biết mình hoàn toàn có khả năng này, gọi là Niệm Thí.

Niệm Thiên

Niệm Thiên là tự xét rằng mình có đủ cái hạnh lành để cộng trú với chư Thiên. Hạnh lành ở đây là Thập Thiện: Bố thí, Trì giới, Thiên định, Cung kính, Phục vụ, Hồi hướng, Tùy hỷ, Nghe Pháp, Thuyết Pháp, Điều chỉnh kiến thức. Tất cả những cái này mình tự xét có điều kiện là mình làm ngay và mình tự biết, tự xét rằng mình có đủ cái này.

Đủ ở đây có nghĩa là con số mười Thập Thiện không có cái nào mà mình cảm thấy khó hết. Không thấy cái gì là khó thì gọi là đủ. Trong mười cái Thập Thiện đó có cái nào khó làm, như vậy là chưa đủ. Mà thấy cả mười cái này cái nào cũng dễ với tôi hết, thì có nghĩa là đủ rồi đó.

Tôi nhắc lại, không phải niệm bằng miệng, mà tự cái lòng mình cứ ngồi mình suy.

Xét mình coi cái hạnh bố thí của mình. Mình nghèo lắm, nhưng mà mình có khả năng chỉ giữ lại cái gì tối thiểu, tối cần, còn ngoài ra là cho sạch sành sanh.

Tôi chỉ có uống nước cống tôi mới khoe tôi là Thánh thôi, nhưng mà cái chỗ này không thể không khoe. Tự tin rằng tôi có thể niệm thí rất là ok. Trong cái pháp hội này, tôi tin là tôi có khả năng này rất lớn. Gọi là không có một cái thứ vật chất nào của tôi, kể cả cái tài sản mà tôi quý nhất đó là bộ Đại Tạng Nam Truyền, nếu mà có một cái cơ sở Miến Điện, Thái Lan, Tích Lan mà thật sự họ có nhu cầu, chứ họ đem về họ thờ thì không. Mà nếu thật sự tôi biết ở đó có Tăng Ni, Phật tử có nhu cầu nghiên cứu thì tôi xin thề trước vong linh má tôi là không có giữ lại bất cứ cái gì.

Quý nhất là bộ Đại Tạng, còn không là cái gì gọi là vật chất, gọi là trong ngoài, trên dưới và chung quanh tôi, tôi không có tiếc cái gì hết. Mà chỉ cần tôi chỉ vái trời tôi gặp được cái đối tượng họ đang cần và họ xứng đáng, chứ còn họ đem về họ liệng, hoặc họ đem bán mắc bán rẻ thì cái đó là không.

Nhưng mà cái khoảng này thì tôi tự tin rằng trong pháp hội này, có lẽ tôi không dám nói là duy nhất, nhưng mà tôi ngon lành và vô cùng ngon lành về cái khoảng này. Về cái khoảng mà niệm thí tôi rất ngon lành, nghĩa là sẵn sàng buông sạch. Phải niệm như vậy mới ngon. Nhưng mà cái vụ niệm thiên là tôi không dám hứa là tôi có khả năng cộng trú với chư thiên, mình khiêm tốn đàng hoàng ở chỗ đó. Nhưng cái vụ niệm thí này đó là tại sao tôi phải đem tôi ra? Vì đây là một cái chứng minh sống, một cái ví dụ sống, để cho các vị thấy phải niệm như vậy. Mình phải biết chắc mình có khả năng làm cái chuyện đó.

Đời tu mỗi người đặc cái gì không biết, nhưng mà đặc Đạo, đặc Quả thì khó. Nhưng mà đặc pháp lành thì hoàn toàn có thể được. Đặc pháp lành là sao? Chẳng hạn như mình đặc Tam Quy, mình tin rằng có chết mình cũng không có bỏ Tam Bảo, gọi là đặc Tam Quy. Còn như 6 tùy niệm thì riêng cái thí này cũng có thể gọi là đặc, đặc được một cái. Có nghĩa là riêng cái hạnh bố thí này mình biết chắc rằng mình hoàn toàn có thể làm được như là mình đang niệm đây. Trong đời tối thiểu phải đặc.

Làm ơn nhắc lại, nhớ dùm: ở đây không có phải là mình tu để mình mong đặc cái này, đặc cái kia để mà được. Cái chữ đặc ở đây có nghĩa là mình phải có cái gì đó mà mình có thể cầm đi, chứ không phải nói như vậy là đi ngược lại điều tôi đã nói rất là nhiều lần, đó là cái lý tưởng rốt ráo của Đạo Phật: tu không có phải là để được cái gì, mà là để buông được bao nhiêu.

Nhưng mà đây là trong một cái bối cảnh khác, thì mình phải quay lại cái tinh thần đó. Nhưng mà đang nói về cái pháp tùy niệm thì tôi phải nói đến chữ đặc. Thì trong đời tu của mỗi người, dầu chúng ta có như con giòi đi nữa, nhưng chúng ta cũng phải có một cái lặn lừng chứ. Chứ mình nói: “Bây giờ tôi có vợ, có chồng, có con có cái, tôi

phải lo”, không có được nói như vậy. Mình có là cư sĩ hay là ông Tăng Ni gì đi nữa thì mình cũng phải có một cái lặn lội, chứ mình không thể nói là: “Bây giờ tôi là cư sĩ, bây giờ tôi không có thời gian, tôi không có điều kiện”, v.v. Nói như vậy không được.

Bởi vì mai này tắt thở, mỗi người trong chúng ta coi như đang dẫn bước vào một hành trình diệu vợi và thăm thẳm, đằng đằng phía trước, thì chúng ta phải có cái cầm tay chứ. Làm sao mà mình có thể nói là: “Tôi là cư sĩ” được? Đây là một cái tà kiến, quý vị biết không?

Khi mà mình nghĩ rằng: “Tôi còn sống được 10 năm, 20 năm nữa”, đây là một thứ tà kiến, đó là thường kiến. Mà khi mình nghĩ rằng: “Tôi là cư sĩ, tôi không có cần tinh tấn như hàng xuất gia”, đây cũng là một thứ tà kiến, mà nó cũng là thường kiến. Là vì sao? Là vì trong bụng mình len lén mình nghĩ rằng nó không sao. Trong đó nó có một chút đoạn kiến trong đó. Tôi phải nói rõ, nó có một chút đoạn kiến. Mình không sợ lắm vấn đề báo ứng, có nghĩa là nó có phảng phất cái đoạn kiến trong đây.

Và tôi nhắc lại trong room lần nữa, đừng có nghĩ rằng biết Đạo là không có tà kiến. Chỉ có Tu-đà-hườn mới hết tà kiến thôi! Còn phàm phu mình, trong mỗi cái suy nghĩ của mình nó đều lấp lánh, lẫn khuất cái tà kiến trong đó mà mình không biết. Thí dụ như mình nói: “Ô, còn trẻ mà!” Có nghĩa là trong đó nó có cái thường kiến. Mình còn tin rằng mình còn có thể tồn tại lâu. Mình không có biết được rằng trong từng phút giây, danh sắc nó đang sanh diệt, mà chính cái thường kiến nó mới cho mình một cái niềm tin như vậy.

Trong Kinh có ghi rõ: do santati-saññā che khuất cái tướng vô thường; do iriyāpatha, thay đổi tư thế sinh hoạt, tức là oai nghi, nên ta không thấy cái tướng khổ; cái thứ ba gọi là ghana-saññā, do ý niệm về một khối nguyên vẹn của vạn vật mà ta không thấy cái tướng vô ngã.

Trong room này nếu là hành giả, phải nhớ học thuộc lòng ba cái này:

1. Do santati-saññā, có nghĩa là do mình thấy cái liên tục, mình tưởng nó có một cái gì đó là một. Liên tục có nghĩa là thay vì mình phải hiểu rằng không có một cái người nào tên là Nguyễn Văn Tí mà sống suốt 90 năm, chuyện đó không có. Cái thằng Tí đó nó ở trong bụng mẹ nó phải chết, nó mới trưởng thành để nó chun ra khỏi bụng mẹ. Và cái thằng Tí mà đồ hồn nó phải chết, nó mới nhường chỗ cho thằng Tí có tóc, có răng, dứt sữa thôi nôi. Rồi cái thằng Tí mà dứt sữa thôi nôi nó phải chết, nó phải nhường chỗ cho thằng Tí biết đi, biết chạy. Rồi thằng Tí biết đi...

Biết chạy, nó phải nhường chỗ cho cái thằng Tí dậy thì, cập kê. Rồi thằng Tí mà dậy thì, nó phải chết đi, nó nhường chỗ cho một thằng Tí trưởng thành, có gia đình. Rồi cái thằng Tí thanh niên nó phải chết, phải nhường chỗ cho một ông Tí trung niên. Cái ông Tí trung niên ông phải nhường chỗ cho cái cụ Tí lão niên.

Trong Kinh giải thích như vậy, chứ không hề có một thằng Tí nào mà nó trụ thế 90 năm. Chuyện đó không có. Nhưng mà chính vì mình thấy nó liên tục, liên tục, liên tục: hồi nhỏ mình bồng nó trên tay, rồi bây giờ thì nó biết u ơ a a, nó biết lật, nó biết nằm ngửa, nó biết đi chập chững, đi đùng đỉnh, rồi từ từ mình thấy nó biết chạy, rồi nó biết nhõng nhẽo, nó biết nói bập bẹ, rồi từ từ nó đi học, v.v. Là mình cứ tưởng là có một thằng Tí suốt mấy năm trời. Sai bét!

Mà cái cũ nó bị thay thế bằng cái mới. Mà do mình cứ chấp vào cái santati, là cái liên tục, continuum, mình cứ thấy nó liên tục, cho nên mình cứ tưởng là đời sống này nó là một cái dòng chảy liên tục, miên viễn, bất tuyệt. Cho nên mình không biết Đạo, mình mới thấy tất cả là một cái line, là một đường thẳng. Học Đạo ba mớ, mình thấy mình chỉ là những spot, tức là những cái đốm, những cái vệt. Rồi biết Đạo, rồi học Đạo, hành Đạo, mình mới thấy nó không phải là spot mà nó là dot, có nghĩa là những cái chấm thôi!

Thì là do cái quan niệm, cái hiểu lầm về cái sự liên tục của chúng sanh nên mình không có thấy được tướng vô thường.

2. Do mình liên tục thay đổi tư thế sinh hoạt cho nên mình không thấy được cái tướng khổ. Có nghĩa là sao? Cứ nghe đau bụng mới chạy vô cầu, đi nó đã quá cái quen, không nhớ rằng đau bụng nó là cái khổ, mắc đi cầu là một cái khổ. Rồi ngồi mệt quá cái chạy qua nằm. Đúng ra nếu mình tiếp tục ngồi mà chánh niệm, mình mới thấy cái thân này nó là khổ. Nhưng mà vì mình thấy nó kỳ quá, mình đổi qua mình nằm. Mình nằm chán cái mình đứng dậy mình đi. Coi như suốt một ngày mình như con lật đật vậy, cứ thấy nó kỳ kỳ là mình đổi.

Tôi nhớ đọc ở đâu đó người ta giải thích tại sao đàn ông mà có vợ rồi nó mập. Là như thế này: khi mà chưa có vợ, nhìn vô tủ lạnh thấy không có gì hấp dẫn, leo lên giường ngủ. Có vợ rồi, mình thấy không có gì hấp dẫn, nhảy xuống mở tủ lạnh ra xử. Cứ như vậy. Cho nên là hồi xưa thì mở tủ lạnh thấy không hấp dẫn, leo lên giường; còn bây giờ leo lên giường thấy không hấp dẫn, nhảy xuống mở tủ lạnh. Mà cứ như vậy cho nên lấy vợ rồi đa phần đàn ông nó mập, nó phốp pháp, nó phát phì, nó phát tướng.

Đó là chúng sanh nó cứ thay đổi liên tục như vậy. Cứ là hề chán cái nó đổi, chán đổi, chán đổi. Vì vậy cho nên không thấy khổ.

Người Mỹ họ định nghĩa cái chữ luxury, sang trọng, là sao? Có nghĩa là đời anh có nhiều cái lựa chọn, có nhiều cái option, có nhiều cái choosing. Anh có nhiều cái lựa chọn được xem là đời sống giàu sang. Chứ người Mỹ họ không có định nghĩa cái chữ giàu sang mà theo cái kiểu của người châu Á là tiền nhiều, vàng bạc nhiều, bảo thạch, quý kim nhiều, nhà đất nhiều. Mà họ định nghĩa cái đời sống luxury có nghĩa là đời sống có nhiều cái lựa chọn.

Từ ý niệm đó cho nên người Mỹ, người Âu, họ mới là cha đẻ của mấy cái trò như là resort, là spa, mấy cái club. Là tại sao? Là vì họ muốn cho đời sống của mình có nhiều cái lựa chọn. Cho nên khi mà mình cứ chạy theo, mình cứ trốn cái khổ này bằng cách mình đi tìm cái giải pháp khác.

Cho nên trong Kinh mới nói: Không có hạnh phúc mà chỉ có giải pháp cho những đau khổ thôi. Đau bụng quá, đau bụng, đó là khổ. Mà mình vô cầu được là mình xử được nó, mình giải quyết được nó, mình thấy sướng. Nó là một trong tứ khoái, cho nên mình mới gọi đó là khoái. Chứ thật ra không hề có khoái, mà nó là giải pháp của cái đau bụng.

Mong rằng bữa nay mà rồi cộng với ngày mai là bà con phải có một cái khái niệm. Phật tử là phải có cái bỏ túi. Chứ còn đi chùa mấy chục năm mà toàn là tụng niệm, quét chùa, rửa chén, chùi cầu, cuối cùng là 80 tuổi thầy chùa tới hộ niệm, nói một câu nghe không hiểu, lại uống!

Thân người khó được, Chánh Pháp khó gặp. Gặp được rồi thì phải biết trân quý cơ hội.