Kinh Mạ Lỵ

Kalama tri ân đh hongtran411 ghi chép.

[20/10/2025 - 03:12 - hongtran411]
Hôm nay học đến bài kinh Akkosakasuttaṃ – Kinh Mạ Lị. Từ Akkosaka nghĩa là sự chửi mắng, nguyền rủa, xúc phạm. Nội dung bài kinh này có điểm sâu như sau. Đức Phật dạy rằng, một vị Tỳ-kheo hoặc một người cư sĩ có tâm xúc phạm, chửi mắng, nguyền rủa bạn đồng tu là đang tạo một nghiệp bất thiện rất lớn. Nghiệp ấy dẫn đến mười hậu quả, được nêu rõ trong chánh kinh.
Tuy nhiên, "chửi mắng" ở đây không chỉ là ngôn từ mà là tâm thái. Khi có tâm quay lưng, chối bỏ Chánh Pháp, thiện pháp, Chánh Đạo thì mới có thể sinh ra hành động ấy. Vấn đề cốt lõi nằm ở thái độ quay lưng với điều lành, điều thiện. Chính thái độ đó là một ác nghiệp rất lớn.
Còn trong một cơn nóng giận nhất thời, buông lời nặng nề xúc phạm người khác, tuy cũng là nghiệp bất thiện, nhưng không thuộc phạm vi mà bài kinh này muốn nói đến. Bài kinh nói về tâm ác khi phủ nhận, chối bỏ hạnh lành của người khác. Trong chú giải, điều này được nêu rõ là "phủ nhận hạnh lành của đối phương."
Xét trên cái mặt bề nổi thì thấy đó là sự xúc phạm một cá nhân. Nhưng xét về cạnh tâm lý thì còn sâu hơn nữa. Nó không phải là chuyện cá nhân mà phản ánh phần nào nội tâm của mình khi làm chuyện đó.
Chuyện xúc phạm một người mà chính mình biết họ là người tu học đàng hoàng, và đặc biệt là bậc Thánh nhân. Nếu đối tượng là Thánh nhân thì tội lỗi còn nặng hơn nữa khi có lòng xúc phạm.
Vấn đề là tại sao việc xúc phạm người có đức tu, có hạnh lành lại là tội nặng. Như đã nói, thứ nhất là bản thân phải quay lưng, ngoảnh mặt với điều thiện, với Chánh Pháp. Thứ hai là trong suốt một thời gian dài phải chìm đắm trong lòng hận thù mới làm được chuyện đó.
Còn nếu chỉ vì một va chạm nhỏ trong đời sống, trong một lúc nhất thời không dằn lòng được mà buông lời nặng nề, thì lại khác.
Khi có lòng xúc phạm trong một thời gian dài, trong thời gian dài sống ở trong hận thù, mà chúng ta biết là một trái banh, một trái bóng bị ném vào trong lưới thì sức dội nó khác. Còn nếu ném vào trong một bức tường, trong một vật cứng thì sức dội nó khác.
Bậc Thánh, bản thân bậc Thánh, tâm hồn bậc Thánh giống như một tấm lưới vậy. Gió thổi không ảnh hưởng gì tới tấm lưới hết, không ảnh hưởng. Nhưng đó là nội tâm bậc Thánh.
Còn đức hạnh bậc Thánh thì ngược lại. Đức hạnh bậc Thánh là một bức tường, khi một người có thiện tâm, dù chỉ là chắp tay cúi đầu, một câu nói tôn kính hay một lễ phẩm hèn mọn nhỏ bé thì công đức rất lớn.
Ngược lại, nếu có một ác tâm, có lòng bất thiện đối với một đối tượng khả kính như vậy thì trong kinh mô tả giống như hút đầu vào trong bức tường đá. Chuyện ở đây, trong bài kinh này, không chỉ đơn giản là nói cái bất thiện, cái tội lỗi trong chuyện xúc phạm bậc chân tu, mà còn có chuyện khác nữa.
Đó là một người mà thường xuyên có Chánh Pháp trong lòng thì không có rảnh để đưa ai đó vào trong lòng như là một đối tượng hận thù. Vấn đề lớn là ở chỗ đó.
Ở đây có hai chuyện rất lớn. Một là phải có khả năng quay mặt, quay lưng với Chánh Pháp mới có thể làm được chuyện đó. Hai là thái độ tâm lý ấy phải được nuôi dưỡng trong một thời gian dài, vài tháng, mới đủ tạo ra một phản ứng, một sự thể hiện như vậy.
Cho nên, chốt lại bài kinh này nói điều gì? Trước hết là đừng để mình sống trong bất thiện suốt một thời gian dài. Có ghét, hay thậm chí có thương, ái luyến ai đó, hay bất mãn, hận thù ai đó thì phàm tâm khó tránh. Nhưng một người có lòng tu phải để ý xem phiền não nào theo đuổi mình dai dẳng, thì phải xét lại. Phải xét lại, phải tự soi lại.
Thứ hai, một người tu hành không thể có lòng đố kỵ với bất cứ ai, dù là người tốt hay người xấu. Đố kỵ nghĩa là ghen ghét. Đặc biệt là ghen ghét đối với hạnh lành của người khác thì đó là điều rất bất hạnh.
Như vậy, đây là hai tội lớn trong việc phỉ báng bạn tu, phỉ báng bậc Hiền Thánh. Hai tội lớn là gì? Một là phải trong một thời gian dài sống bất thiện.

Hai là trong một thời gian dài quay lưng lại với Chánh Pháp.
Như trong một bài giảng trước đây, cách đây mấy tuần có nói, có nhắc lại một vài bài kinh Đức Phật dạy rằng chỉ riêng việc khen chê không đúng chỗ cũng đủ đưa vào địa ngục.
Nếu không chịu suy xét, không hiểu giáo lý thì sẽ không hiểu được tại sao chuyện khen chê lại có thể đưa vào địa ngục.
Bởi vì:
- Khen chê ở đây không phải chỉ là mấy câu nói trên miệng, mà là một sự chọn lựa trong não trạng của mình.
- Cái khen, cái chê Đức Phật dạy không đơn giản là một hai câu nói trên miệng, mà là thái độ tùy thuận.
- Khi khen một người không đáng khen, khen chuyện không đáng khen, nghĩa là lòng đã tùy thuận, đã hoan hỷ trong chuyện không đáng khen đó.

Cái nguy nằm ở chỗ đó. Một tiếng chửi hay một tiếng chê chưa phải là tội ác ghê gớm. Cái ghê gớm nhất là tâm hồn trong một thời gian dài thấy chuyện đó là hay thì mới khen, hoặc thấy chuyện đó là đáng chỉ trích thì mới chỉ trích.
Một người có lòng tu thì thấy rằng cái lành, cái thiện của người khác chỉ đáng để mình tùy hỷ. Không có lý do gì để ghen ghét. Trong cuộc đời này, người tu hiếm lắm, mà khi thấy người ta tu thì phải mừng. Dầu cho người đó xấu cách mấy, nhưng nhìn thấy một chút hạnh lành, một chút tánh tốt của họ thì nên vui.
Tại sao vui? Lý do rất rõ ràng, rất thực tế, gần như mang tính vật lý, máy móc, kỹ thuật.
Tại sao phải vui? Vì thấy rằng thế giới này càng có nhiều người tốt thì thế giới này sẽ tốt hơn. Chỉ đơn giản vậy thôi. Một người đang sống trong cõi trầm luân này, nếu may mắn được ở trong môi trường có nhiều người tốt thì sẽ dễ thở hơn.
Sống bên cạnh người có nhiều nhân lành, quả lành thì dễ chịu hơn.
- Nhân lành là những phẩm chất như từ bi, chánh niệm, trí tuệ, hành xả, thiền định, giới luật, tàm quý, niềm tin.
- Gần người có nhiều hạnh lành như vậy, điều đầu tiên là họ không hại mình.
- Điều thứ hai là họ sẵn sàng giúp đỡ, cưu mang, hỗ trợ mình — đó là nhân.

Nói về quả, sống gần người có nhiều quả lành thì mình an lạc hơn. Ví dụ như sống ở những nơi có nhiều người học thức, giàu có, đời sống thoải mái thì cảm thấy dễ chịu hơn là ở gần những người thiếu thốn mọi mặt — từ tài chính, sức khỏe, trí tuệ, học thức, quan hệ xã hội, khả năng, tư duy. Sống gần họ sẽ thấy khổ.
Nếu hiểu được như vậy thì thấy rằng, trên đời này chỉ cần có thêm một người có hạnh lành, thì mình nên mừng. Vì hạnh lành của họ ít nhiều cũng góp phần làm cho đời mình tốt hơn. Cứ nhớ như vậy thôi.
Thí dụ, khi thấy một vị Tăng Ni hay một cư sĩ nào đó có tấm lòng hào sảng, rộng rãi, thì cảm thấy vui. Vui không phải vì họ cho mình cái gì, mà vì biết rằng thế giới này có thêm một người mà đời sống vật chất thoải mái, như vậy bớt đi phần nào cay đắng, chua chát, tội lỗi.
Cứ có một người giàu là thế giới bớt khổ. Cứ có một người thông minh là thế giới bớt khổ. Cứ có một người hào sảng, mát mẻ là thế giới bớt khổ. Hiểu như vậy tức là hiểu được vạn loại chúng sinh: trên đời này, cứ có thêm người tốt thì chúng sinh bớt khổ, dù chúng sinh đó không phải là mình. Điều thứ hai, làm sao mà không có mình trong đó được. Cứ có thêm người tốt, thì khi mình còn luân hồi, đầu thai trở lại, cũng sẽ cộng sinh với những người đó. Chắc chắn như vậy. Vì trong ba cõi sáu đường cũng chỉ quanh quẩn thôi. Nếu đắc thiền thì sinh về cõi Phạm thiên; còn nếu vẫn còn trong cõi Dục, thì vẫn sẽ gặp lại những người đang gặp hôm nay.
Trong kinh dạy rất rõ: chúng sinh còn trong luân hồi sẽ tái sinh theo hướng tùy thuận. Người lành sẽ quay quần với người lành, người ác sẽ quay quần với người ác. Mỗi khi sống thiện, là đang tạo ra những từ trường và môi trường tốt, trước hết cho chính mình, sau đó cho những người xung quanh, gần hoặc xa.
Chúng ta thấy, những gì mà nhân loại hôm nay có được trên hành tinh này đều đi ra từ những tấm lòng vàng.

Thí dụ, ở những xứ nghèo ở châu Phi hay trong chiến tranh ở Ukraine, ai là người cưu mang những mảnh đời tan nát đó? Chính là những tấm lòng vàng. Nhớ lại thời vượt biên, hàng triệu người Việt xuống tàu ra đi, ai cưu mang họ? Chính là những con người có tấm lòng vàng, những trại tị nạn, những quốc gia tạm dung đã mở cửa đón nhận, cưu mang họ. Nhờ vậy, hôm nay mới có cộng đồng người Việt hải ngoại.
Chính cộng đồng này đã đóng góp rất nhiều cho đất nước Việt Nam hôm nay và ngày mai. Lượng kiều hối đổ về mỗi năm từ tám đến mười tỷ đô la, tất cả đều xuất phát từ những tấm lòng vàng. Nếu hiểu như vậy thì nên vui khi thấy trên đời, dù một người nào đó có thể chưa tốt hoàn toàn, nhưng chỉ cần có một khoảnh khắc sống tốt, thì khoảnh khắc đó chính là vàng — tấm lòng vàng. Những giây phút họ sống tốt, họ đã có những đóng góp tích cực cho thế giới, cho xã hội, cho chúng sinh. Cứ nhớ như vậy để không ghét bỏ ai cả.
Còn nếu không hiểu sâu, không hiểu rộng như vậy thì đầu óc mới rảnh để mà ghét người này, ghét người kia, công kích, phỉ nhổ, chà đạp, dè bỉu, phỉ báng.
Có một điều rất quan trọng: chúng ta có hai nguồn công đức để đi trong luân hồi.
1. Nguồn thứ nhất là do chính mình làm — bố thí, trì giới, ngồi thiền.
2. Nguồn thứ hai là vui theo việc lành của người khác.
Tại sao có hai nguồn này? Bằng chứng là, khi mệnh chung, nếu không đủ phước để mang theo, hoặc phước xưa có nhưng không đúng lúc trổ quả, thì vẫn còn nguồn phước thứ hai — là công đức hoan hỷ, tùy hỷ theo thiện hạnh của người khác.
Thì lúc đó, nếu may mắn được ai đó nghĩ tưởng đến và hồi hướng phước, thì mình sẽ bớt khổ biết bao nhiêu.
Và cần phải biết một điều: chỉ có duy nhất một hạng người có thể nhận được phước hồi hướng, đó là người có khả năng tùy hỷ — vui theo điều lành của người khác.
Trong đời sống bình sinh, có hai cơ hội để tùy hỷ:
1. Khi thấy người khác sống với nhân lành, sống thiện.
2. Khi thấy người khác hưởng được quả lành, có thành tựu, có sở hữu tốt đẹp, tích cực trong đời sống.
Thấy người ta tu hiền thì vui theo. Thấy người ta an lạc, hạnh phúc thì cũng vui theo.
Ngay trong đời sống hiện tại, nếu có khả năng tùy hỷ, không ghen ghét, đố kỵ, thì khi tắt thở, bất cứ ai làm phước hồi hướng nhắc đến tên mình, mình cũng có thể vui theo. Mà hễ có niềm vui, là tâm đi lên.
Thậm chí, nếu người ta không nhắc tên, chỉ cần nói "nguyện hồi hướng công đức này đến tất cả chúng sinh", mình vẫn có thể hoan hỷ và nhận được phước, vẫn được đi lên.
Nhưng không phải ai cũng nhận được, vì khi còn sống, khả năng hoan hỷ với điều lành của người khác quá ít, hoặc không có. Cho nên khi tắt thở, dù nghe hồi hướng, tâm vẫn còn lấn cấn, không vui được.
Chưa kể, có người khi nghe câu "nguyện hồi hướng đến tất cả chúng sinh", lại nghĩ: "Nếu hồi hướng cho mình thì được, chứ cho mấy người mình ghét thì sao?" — nghĩ như vậy thì không thể hoan hỷ, nên cũng không thể nhận được phước.
Có trường hợp khi sống với quá nhiều tâm đố kỵ và ganh tỵ, đến lúc chết rồi thì phước được hồi hướng cũng không nhận được, vì lòng tùy hỷ không có. Cho nên phải biết vui với cái lành của người khác.
Bụng dạ nào mà lại đi thù ghét người làm việc lành? Trước mắt tưởng đó là chuyện cá nhân, nhưng thật ra không phải — nó phản ánh tâm tư, phản ánh nội dung bên trong của chính mình.
Tại sao lại ghét? Nếu người đó thật sự bất thiện, thì thôi đừng nhìn họ, đừng nghĩ tới nữa. Giống như thấy đống phân thì tránh ra, chứ không phải cứ ghét đống phân rồi suốt ngày để hình ảnh đống phân trong đầu mình. Không cần thiết. Cứ không nghĩ tưởng tới nữa là xong — đó là đối với người thật sự bất thiện, có bằng chứng rõ ràng.
Còn đối với những người mà không có bằng chứng về điều bất thiện, hoặc thấy họ có tu học, có hạnh lành, có công đức nào đó, thì không có lý do gì để thù ghét họ. Không có lý do. Muốn khởi tâm thù ghét người khác khi thấy họ tốt đẹp, thì trong lòng mình trước đó phải có khoảnh khắc quay lưng, ngoảnh mặt với điều thiện, không vui thích với điều thiện, thì mới có thể ghét như vậy.

Điều này rất quan trọng. Phỉ nhổ, chà đạp người tu là vì không coi trọng việc tu hành, không coi trọng Chánh Pháp — đó là một chuyện. Còn bản thân không có khả năng hoan hỷ, tùy hỷ với cái thiện của người khác — đó là chuyện thứ hai, và nó chỉ có hại thôi.
Khi tắt thở, sẽ không nhận được phước hồi hướng, nhớ điều đó rất quan trọng — không nhận được phước hồi hướng. Như đã nói, mình có hai nguồn công đức để sinh tử:
1. Nguồn một là công đức tự thân, tức là công đức do chính mình làm ra.
2. Nguồn hai là công đức do vui theo việc lành của người khác.
Mà khi có lòng ganh tỵ là mình đã kín đáo chối từ nguồn công đức thứ hai này. Chối từ mà không hay biết. Vì vậy phải tập, phải tập làm sao có thể vui khi thấy người khác hạnh phúc, vui khi thấy người khác sống thiện — tức là vui với nhân lành và quả lành của người khác.
Sẵn đây ôn lại định nghĩa về Tứ Vô Lượng Tâm.
Tại sao gọi là vô lượng? Bởi vì khi tu tập bốn pháp Từ, Bi, Hỷ, Xả, lòng mình hướng đến muôn loài mà không có bất kỳ sự phân biệt nào — không phân biệt chủng loại, giới tuyến, màu da, tiếng nói; không phân biệt phương hướng Đông, Tây, Nam, Bắc; không phân biệt Nam bán cầu hay Bắc bán cầu; không phân biệt Á, Âu, Phi, Mỹ, Úc; không phân biệt loài.
Tất cả chúng sinh, từ loài thấp nhất như côn trùng, giun dế cho đến các vị trời, các vị Dục thiên, Phạm thiên, tất cả nam nữ, Thánh hiền, chư thiên hay các loài đọa xứ trong mười phương tám hướng, đều được mong mỏi cho được an lạc, không bị khổ về thân hay tâm.
Đó là nói chung.
Còn về định nghĩa cụ thể của Từ, Bi, Hỷ, Xả, đã được nói nhiều lần; giờ tổng kết lại theo các định nghĩa trong kinh điển, thì bốn tâm này phải được hiểu như sau.
Tâm Từ là mong cho muôn loài ở muôn phương, không phân biệt bất kỳ giới tuyến hay biên giới nào, được sống trong nhân lành và quả lành. Nhân lành là biết sống thiện, còn quả lành là được hạnh phúc, an lạc cả tinh thần lẫn vật chất. Tâm từ là mong cho muôn loài được sống trong nhân lành quả lành.
Tâm Bi là lòng trắc ẩn khi thấy người khác sống trong nhân xấu, quả xấu. Thấy người ta làm ác thì thương, thấy tội. Thấy người ta chịu khổ, cũng thấy tội. Tâm bi là mong cho họ đừng tiếp tục sống trong nhân xấu và quả xấu.
Tâm Hỷ là biết vui theo nhân lành và quả lành của người khác. Thấy người khác tu tốt thì vui. Thấy người có công đức thì vui. Thấy người có nhan sắc, trí tuệ, giới hạnh thì vui. Đó là biết vui theo nhân lành, quả lành của người khác.
Tâm Xả là trạng thái tâm thanh thản, chứ không phải lạnh lùng. Thanh thản vì hiểu rằng muôn loài sướng khổ, thiện ác đều do nghiệp riêng của mỗi người.
Mỗi người đều có ba hành trang sanh tử:
1. Tiền nghiệp
2. Khuynh hướng tâm lý
3. Môi trường sống
Cái khuynh hướng tâm lý thì có thể điều chỉnh ít nhiều do trú xứ và thân cận. Còn cái tiền nghiệp thì gần như chịu thua rồi đó. Gần như là chịu thua rồi. Nhưng trong đó, cái môi trường sống thì có thể điều chỉnh được.
Nhưng đó là trên lý thuyết, chứ đa phần cái tiền nghiệp dắt người ta đi đâu thì người ta sẽ chìm sâu, ghim chặt trong đó.
Cho nên xả tâm là gì? Xả tâm là hiểu rằng mỗi người có một hành trang sinh tử riêng, mỗi người có những nghiệp thiện ác riêng. Mình ghét họ cách mấy cũng không hại được họ, vì cái ác nghiệp của họ mới hại được họ, chứ mình không hại được họ.
Mình thương ai cách mấy, có chăm sóc, lo lắng cách mấy cũng không bằng cái thiện nghiệp của họ lo cho họ. Nhớ như vậy. Nhờ nghĩ như vậy nên không còn thương ghét nữa. Bực mình cách mấy thì nghĩ: họ có nghiệp riêng của họ.
Nhưng nên nhớ, xả vô lượng tâm chỉ được gọi là xả vô lượng tâm khi thật sự có nhiều lòng từ, lòng bi và lòng hỷ. Còn nếu từ, bi, hỷ không có mà chỉ lạnh lùng, vô cảm thì đó không phải là xả vô lượng tâm.

Có ví dụ như thế này: cha mẹ luôn muốn cho con cái được điều tốt lành — đó là từ; không đành lòng khi thấy con đau khổ — đó là bi; thấy con được điều tốt đẹp thì vui — đó là hỷ. Nhưng khi không thể làm gì để xoay chuyển cuộc đời của con, thì phải hiểu đó là xả — hiểu rằng đó là nghiệp của nó, mình đã tận lực, làm tới đây là hết, không thể làm hơn được nữa.
Cái đó mới được gọi là xả, vì đối tượng ấy mình đã từng có từ, bi, hỷ rồi. Bây giờ khi có lòng thanh thản nghĩ về nghiệp riêng của họ, thì cái đó mới thật sự là xả.
Còn đằng này là không có thương, không có chạnh lòng trắc ẩn khi thấy người khác khổ, không vui khi thấy người khác được điều gì, mà chỉ biết vô cảm, lạnh lùng khi nhìn người khác thôi — thì cái đó không phải là xả.
Trong Pāḷi, từ đó gọi là '…..', nghĩa là "máu lạnh", "lòng vô cảm", hay "xả tâm vô tri" — vô tri tức là vô trí. Cho nên phải hiểu cho đúng nghĩa của từ, bi, hỷ, xả, chứ không phải vô cảm là xả.
Theo trong kinh, trên đời này chỉ có hai hạng người:
1. Người xấu là người đáng thương.
2. Người thiện là người dễ thương.

Ngoài hai hạng đó, không có ai đáng để xúc phạm, không có ai đáng để làm tổn thương, không có ai cần phải nguyền rủa, chửi bới. Không cần thiết.
Bởi vì khi chửi người khác, là đang gieo nghiệp xấu cho chính mình. Có thể nói: "Thấy bất thiện phải lên tiếng." Nhưng phải tự hỏi, khi lên tiếng đó, dụng ý là gì? Khi nguyền rủa người khác, trong lòng có ý tốt hay ý xấu? Chính mình phải hiểu điều đó.
Nếu nguyền rủa người khác bằng ý xấu, thì ngay lúc đó đã gieo nghiệp xấu cho chính mình.
Một thiền sư người Mỹ có nói rất hay: Khi người ta xúc phạm mình, đó là nghiệp xấu của họ và là quả xấu của mình. Tới đó là đủ rồi. Đừng để cho cái quả xấu của mình và cái nhân xấu của người khác biến thành cái nhân xấu mới của chính mình. Khi người ta chửi vào mặt mình, biết rằng họ đang gieo nhân xấu, còn mình đang chịu quả xấu — chỉ vậy thôi, dừng lại ở đó. Đừng tạo thêm điều kiện cho nhân xấu trong mình tiếp tục sinh khởi, không cần thiết.
Đa phần chúng ta, một là không học Phật pháp nên không biết điều này; hai là có học nhưng không thực hành. Vì vậy, khi cái nhân xấu của người khác trở thành động lực tấn công mình, nó lại trở thành động lực cho cái nhân xấu của chính mình.
Đừng biến cái nhân xấu của người ta thành nhân xấu của mình. Đừng biến cái ác tâm của người khác thành cái ác tâm của mình. Chuyện của họ đến đó thì dừng ở đó. Người ta chửi mình, đó là quả xấu của mình thôi. Nhưng đừng trên nền tảng của cái quả xấu đó mà tạo thêm nhân xấu khác.
Đương nhiên điều này rất khó làm, nhưng phải làm được, phải cố gắng làm cho bằng được. Có hai cách để tu và tha thứ cho người khác:
1. Nghĩ sâu, hiểu cho tới, để có thể bao dung và thương yêu người hại mình.
2. Đừng nghĩ tới họ nữa.

Giống như trong hôn nhân, để dàn xếp một cuộc hôn nhân có vấn đề, cách thứ nhất là vợ chồng ngồi lại nói chuyện với nhau trong tinh thần tích cực. Nếu thấy không xong, thì ly dị nhau — vẫn đẹp hơn là con đường khác, con đường của cãi vã, chửi mắng, thù hận. Không thương nhau nữa thì coi như phóng sinh, trả nhau về trời nước bao la. Đường đời muôn vạn lối, đối phương muốn đi đâu thì đi, mình không làm khổ nhau nữa.
Cách một là ngồi lại trong tinh thần xây dựng tích cực.
Cách hai, nếu thấy không xong, thì bỏ qua, không nghĩ tới nữa.
Cũng như vậy, dù là thầy, bạn, người quen hay người không quen, nếu thấy ai đó mình không chấp nhận được, thì một là tìm cách nghĩ nào đó để tiếp tục mối quan hệ cũ; hai là quên người ấy đi.
Chúng ta còn trăm ngàn việc lành để làm, thời gian không nhiều. Giữa trăm ngàn việc lành để tu tập và hành thiện, không có lý do gì phải đem người khác vào lòng mình để nuôi dưỡng oán hận — hoàn toàn không cần thiết.
Và trong kinh dạy một điều rất rõ: nếu không học đạo thì sẽ không biết điều này. Tuyệt đối phải hạn chế tối đa việc gây oan trái với bất cứ ai — tuyệt đối không nên.
Một đời sinh ra gặp nhau, cứ quấn vào nhau để hại nhau, là chuyện không nên. Từ một mối hiềm khích nhỏ, lại tạo ra vô vàn oan trái đời đời kiếp kiếp — đó là điều không nên.

Chuyện thứ hai, nếu trong hai người, có một người tu hành tinh tấn, chứng được Thánh quả, thì người còn lại nếu vẫn ôm lòng oan trái cũ, tìm kiếm người xưa để thanh toán, thì sẽ rất mệt mỏi. Devadatta ôm lòng căm thù Bồ Tát đến tận khi Ngài thành Phật. Khi nhìn thấy Đức Thế Tôn với gương mặt đại bi, ánh mắt từ hòa, giọng nói nhu nhuyến như vậy, mà vẫn không thể khởi tâm thương nổi. Không chỉ ghét trong tâm, mà còn thể hiện ra bằng hành động.
Devadatta tính toán rất kỹ, biết chỗ Đức Phật đi kinh hành tới lui, liền cho lăn tảng đá lớn xuống, định nghiền nát thân Ngài. Ý của ông ta là như vậy — muốn cho Thế Tôn bị đè nát vụn. Nhưng dĩ nhiên, không ai có thể gây tử thương cho một bậc Chánh Đẳng Giác. Tuy nhiên, cái ác ý của Devadatta là như vậy đó.
Hoặc có năm vị công tử, vào một ngày lễ hội, nổi hứng thuê một cô danh kỹ để đi chơi chung cho vui, cắm trại dã ngoại ở ngoài trời. Trên người cô có rất nhiều nữ trang đắt tiền, đồ quý hiếm. Danh kỹ mà, nên năm cậu công tử này nhìn thấy khởi lòng tham.
Ở đây cũng nên hiểu rằng trên đời có những bộ nữ trang vô cùng quý giá. Như các hiệu lớn của Âu Châu như Harry Winston hoặc Burberry, có những bộ nữ trang, đồng hồ trị giá bạc triệu đô la. Không rõ bộ nữ trang của cô này quý tới mức nào, nhưng có thể hình dung được, chẳng hạn như vương miện của Nữ hoàng Anh, hay như bà Visākhā từng bán bộ nữ trang của mình để cất chùa ngàn phòng.
Năm cậu công tử này có ý tham, cùng nhau giết cô để chiếm đoạt nữ trang. Trong kinh không nói rõ là bóp cổ hay đâm chém, chỉ nói là hè nhau giết cô gái ấy.
Trước lúc chết, cô có khấn nguyện rằng nếu còn có kiếp sanh, thì đi tới đâu sẽ diệt tới đó. Và đúng như vậy, đời đời họ đi kiếm nhau, đời đời giết hại lẫn nhau.
Cuối cùng, khi năm vị công tử ấy gặp Đức Phật và chứng Thánh, thì cô danh kỹ lúc này sanh làm một nữ Dạ-xoa, tiếp tục giết từng người một. Khi xưa, lúc họ giết cô, cả hai bên đều là phàm phu; nhưng đến kiếp này, khi cô trả thù, cả năm người ấy đều là Thánh nhân.
Điều này cho thấy tội oan trái sâu dày đến mức nào. Và dĩ nhiên, có người không tin những chuyện như vậy, nhưng chỉ cần nhớ một điều: oan trái chỉ thêm họa, không có tốt lành gì cả.
Ngay cái lúc mà mình căm thù người khác, mình muốn người ta chết thì Tây Phương có nói có câu hay lắm. Mình căm thù, mất ngủ vì mối thù với ai đó giống như mình uống thuốc độc mà mong cho người ta chết vậy đó. Có nghĩa là cái chuyện người ta có bị gì hay không tính sau, trước mặt mình uống thuốc độc là mình bị phần mình trước. Thì nội dung kinh này là như vậy. Là phải sống có sự hiểu biết.
Thì thấy rằng trên đời này không có ai để mình phải thù ghét, và nếu không giúp được người ta tốt hơn thì giúp, còn không thì quên người ta đi. Quên người ta đi. Đừng nghĩ phải làm gì cho tới; chuyện đó không cần thiết. Không thích thì bỏ qua.
Bởi vì xét về dòng luân hồi, người mình ghét vô cùng có thể cách đây một hai kiếp từng vì mình mà hy sinh. Họ từng đi hoang, đảo, sa mạc, núi cao, rừng sâu để lo cho mình, từng bỏ mạng vì mình. Mình với họ từng có những cuộc chia tay trên bến giang đầu đầy nước mắt trong một buổi chiều mưa gió, không biết bao giờ gặp lại, thương nhớ trùng trùng; biết bao đêm đèn khuya, chếch bóng gọi thầm tên nhau mà không biết ngày tái ngộ.
Ấy vậy mà cái tội khổ luân hồi đó, sau vài kiếp nó gặp lại vì một căn cớ nhỏ xíu. Mình ghét, hại nhau mà không biết rằng người đó vài kiếp trước mình từng nhớ thương khôn nguôi. Chỉ mong được gặp lại, thậm chí một cái khăn, một vạt áo, một kỷ vật nho nhỏ cũng được, mà bây giờ gặp nguyên một cục mà thương không nổi. Có đáng không? Không đáng.
Không đáng. Tội khổ luân hồi ở chỗ đó. Luân hồi mà — người cách đây vài kiếp từng là mẹ mình, bây giờ là vợ, là con gái, là em gái mình; người cách đây không lâu là kẻ giết cha mình bây giờ thành tình nhân mình. Luân hồi không thể nói được, cho nên không có lý do gì phải gây oan trái cho người khác nếu hiểu cho tới đầu đến đuôi.
Thời Phật có một vị Tỳ-kheo, chuyện dài lắm nhưng kể ngắn thôi. Vị Tỳ-kheo đó xin phép Đức Phật về một ngôi làng để nhập hạ. Mà Tỳ-kheo nguyên thủy mà, đói no nhờ có bình bát thôi. Tỳ-kheo nguyên thủy đói no nhờ bình bát, hên thì no, xui thì đói. Hên thì người ta cho ăn ngon, xui thì người ta cho cơm thiêu cũng phải ráng chịu.

Vị ấy về nhập hạ ở cái làng đó, có một bà cư sĩ, bà tín nữ đặc biệt lắm, chăm sóc vị này như con vậy đó. Mà đêm hôm vị này có một lúc thử một lần, hai lần như vậy: cứ thích món gì, nghĩ tới món gì thì ngày mai có món đó, thấy lạ.
Vị ấy ráng tu, ráng học, thấy thẹn quá, ráng tu học thì đắc được thiền tứ định. Lúc đó vị ấy mới quán xem bà này kiếp xưa là gì của mình, thì thấy rằng bà từng là một người vợ hiền, thì nói đúng rồi, kiếp xưa bà từng hỗ trợ mình tu hành, đúng rồi.
Rồi nhớ thêm chút nữa thì thấy bà là mẹ hiền, đúng rồi, mẹ hiền nên bây giờ gặp lại đứa con xưa là phải như vậy. Nhưng rồi nhớ thêm nữa thì thấy bà tín nữ này là một người vợ lăng tâm, vì ngoại tình mà phụ bạc mình, vị ấy giận lắm.
Bà tín nữ là Thánh đệ tử có thần thông mới khích lệ vị ấy: "Hãy nhớ thêm nữa đi." Vị ấy tiếp tục nhớ, nhớ thêm, nhớ thêm, nhớ nữa, thì thấy có lúc thiện, lúc ác, lúc tốt, lúc xấu, lúc thương, lúc ghét, lúc phụ tình, lúc chung thủy.
Cuối cùng thấy dòng luân hồi chán quá: khi thì vợ, khi thì mẹ, khi thì kẻ thù, khi thì bạn thân. Thấy nản quá, vị ấy quán bốn đế và đắc A-la-hán.
Thì đó là chuyện xưa, có thể có người tin, có người không tin. Nếu hỏi có tin chuyện đó hay không thì cũng chỉ có thể trả lời rằng: không biết, nhưng nếu có thì cũng không có gì lạ. Đó là cách trả lời duy nhất.
Dòng luân hồi thật đáng sợ, nên chốt lại là: không có ai để mình phải ái luyến đến chết bỏ, mà cũng không có ai để mình phải thâm thù đại hận. Không có. Điều duy nhất cần có trong tâm là lòng chán sợ sanh tử, và nếu có thể, là sự bao dung với muôn loài.
Bởi vì tất cả cùng có mặt trên con thuyền sanh tử, mà nơi đó chỉ có máu và lệ. Cái xấu của người khác, xét cho cùng, cũng là điều đáng thương. Còn cái thiện của người khác, đương nhiên là điều đáng quý. Chỉ vậy thôi: cái xấu là đáng thương, cái thiện là đáng quý.
Không có lý do gì để bài xích, chà đạp hay xúc phạm nhau. Và đặc biệt, khi biết người ấy là người có hạnh lành mà vẫn chà đạp, có nghĩa là đang quay lưng, ngoảnh mặt với điều thiện, với Chánh Pháp, với Chánh Đạo.
Như vậy, vô tình mình gieo chủng tử bất thiện cho chính mình, và đã gieo chủng tử bất thiện thì con đường chắc chắn là đi xuống.
Mà tội khổ luân hồi có bốn thứ.
Một là cái ác luôn luôn dễ hơn cái thiện.
Hai là vì ác dễ hơn thiện, nên bạn xấu nhiều hơn bạn tốt.
Ba là vì người xấu nhiều hơn người tốt, nên kẻ xúi dại mình nhiều hơn người dạy khôn mình.
Bốn là đã sa đọa rồi thì khó lên; lên rồi rất dễ xuống, mà xuống rồi lại rất khó lên.
Tự nhiên thấy rằng, dường như toàn bộ thời gian trong ngày, trong năm, trong đời, có lẽ nên tập trung lo cho mình trước. Chuyện thương ghét ai đó, chuyện khinh trọng ai đó nên để qua một bên. Nếu phải có thái độ, thì hãy trọng người khác; còn nếu không trọng nổi, thì né chỗ khác. Không có lý do gì để xúc phạm người khác, mà chuốc lấy tội khổ trầm luân cho chính mình.
Đó là nội dung của bài kinh này. Chúc các vị một ngày vui.

[20/10/2025 - 03:21 - hongtran411]
TÓM TẮT BÀI KINH MẠ LỊ (Akkosakasuttaṃ)
Sư Giác Nguyên giảng ngày 19/10/2025

CÁC ĐỀ MỤC

I. DẪN NHẬP
II. NỘI DUNG
II.1. Bản chất của sự xúc phạm và nghiệp bất thiện.
II.2. Nguyên nhân, hệ quả và thái độ đúng với điều thiện.
II.3. Phát triển tâm tùy hỷ và Tứ Vô Lượng Tâm.
II.4. Hóa giải oán thù và bài học về luân hồi.
II.5. Bốn tội khổ của luân hồi và con đường tu tập đúng đắn.
III. KẾT LUẬN

I. DẪN NHẬP

Kinh Akkosakasuttaṃ – Kinh Mạ Lị – là lời Đức Phật dạy về hậu quả của tâm xúc phạm, chửi mắng, nguyền rủa người khác, đặc biệt là người có hạnh lành.
Bài kinh nêu rõ: xúc phạm không chỉ là hành động bằng miệng, mà là tâm quay lưng với Chánh Pháp, là sự phủ nhận điều thiện, gây ra nghiệp nặng trong luân hồi.
Mục đích bài kinh là giúp người tu nhận ra cội rễ của tâm bất thiện, biết sống bằng Từ – Bi – Hỷ – Xả, đoạn trừ sân hận, ganh tỵ, và phát triển trí tuệ giải thoát.

II. NỘI DUNG

II.1. Bản chất của sự xúc phạm và nghiệp bất thiện

- "Akkosaka" nghĩa là sự chửi mắng, nguyền rủa, xúc phạm.
- Người có tâm xúc phạm, đặc biệt với bậc Thánh, tạo nghiệp bất thiện rất lớn, dẫn đến mười hậu quả khổ.
- Xúc phạm không chỉ là ngôn ngữ, mà là tâm phản nghịch lại điều thiện.
- Về mặt tâm lý: đó là biểu hiện của nội tâm ô nhiễm, quay lưng với Chánh Pháp, nuôi dưỡng hận thù trong thời gian dài.
- Nếu chỉ nóng giận trong chốc lát, đó vẫn là nghiệp bất thiện, nhưng không thuộc trọng điểm của bài kinh này.

II.2. Nguyên nhân, hệ quả và thái độ đúng với điều thiện

1. Hai nguyên nhân chính của tội lớn:
   – Sống trong bất thiện lâu dài.
   – Quay lưng với Chánh Pháp trong thời gian dài.
2. Hệ quả:
   – Khi tâm ác tích tụ, phản lực sẽ tự dội lại, như ném bóng vào tường.
   – Bậc Thánh giống tấm lưới – gió không lay động; đức hạnh bậc Thánh như bức tường – ai khởi thiện tâm thì phước lớn, ai khởi ác tâm thì tự hại mình.
3. Khen chê sai chỗ:
   – Khen điều không đáng khen là tùy thuận điều ác.
   – Chê điều đáng khen là quay lưng với điều thiện.
   – Khen chê không phải chỉ là lời nói, mà là thái độ chọn lựa trong tâm.
4. Thái độ đúng với điều thiện:
   – Vui theo hạnh lành của người khác.
   – Càng nhiều người tốt, thế giới càng an lành.
   – Ở gần người có nhân lành (từ bi, trí tuệ, giới hạnh, niềm tin) thì được an ổn; gần người có quả lành (an vui, sung túc, trí tuệ) thì cũng được an lạc.

II.3. Phát triển tâm tùy hỷ và Tứ Vô Lượng Tâm

1. Hai nguồn công đức:
   – Công đức tự thân: bố thí, trì giới, thiền định.
   – Công đức tùy hỷ: vui theo việc lành của người khác.
   → Người có khả năng tùy hỷ mới nhận được phước hồi hướng.
2. Hai cơ hội tùy hỷ:
   – Thấy người khác sống với nhân lành.
   – Thấy người khác hưởng được quả lành.
3. Tứ Vô Lượng Tâm:
   – Từ: Mong cho muôn loài được sống trong nhân lành, quả lành.
   – Bi: mong cho họ đừng tiếp tục sống trong nhân xấu và quả xấu.
   – Hỷ: Vui theo nhân lành, quả lành của người khác.
   – Xả: Tâm thanh thản, hiểu rõ mỗi người có nghiệp riêng, sướng khổ theo nhân duyên riêng.
4. Ý nghĩa của Xả:
   – Không phải lạnh lùng, vô cảm, mà là sáng suốt, buông xả.
   – Xả chỉ có thật khi đã từng có Từ – Bi – Hỷ; nếu không, chỉ là "xả tâm vô tri".
   – Ví dụ: cha mẹ thương con (Từ), xót khi con khổ (Bi), vui khi con thành công (Hỷ), khi không thể giúp thêm thì buông xả (Xả).

II.4. Hóa giải oán thù và bài học về luân hồi

1. Nghiệp giận dữ và cách tha thứ:
   – Người xúc phạm mình là nghiệp xấu của họ, quả xấu của mình.
   – Đừng biến nhân xấu của người khác thành nhân xấu của mình.
   – Hai cách tu để tha thứ:
      1. Hiểu sâu để bao dung, thương người hại mình.
      2. Không nghĩ tới họ nữa, buông bỏ oán hận.
   – Như trong hôn nhân: hoặc cùng nhau xây dựng, hoặc ly dị trong bình an, đừng ở lại để hại nhau.
2. Giới hạn oan trái:
   – Tuyệt đối hạn chế tối đa gây oan trái.
   – Một đời hiềm khích là khổ nhiều đời.
   – Nếu một người chứng Thánh, người kia ôm hận, sẽ khổ mãi.
3. Những minh chứng trong kinh:
   – Devadatta: ôm hận nhiều đời, đến khi Phật thành đạo vẫn mưu sát Ngài – tội sâu dày.
   – Năm công tử và cô danh kỹ: vì tham mà giết người; cô thề báo thù đời đời; khi năm người kia chứng Thánh, cô thành Dạ-xoa vẫn tiếp tục hại họ – oan trái chỉ thêm họa.
   – Vị Tỳ-kheo nhập hạ: nhờ thiền định nhớ nhiều kiếp – khi là vợ, mẹ, kẻ thù, bạn; thấy vòng luân hồi rối ren, sanh tâm chán nản, quán bốn Thánh đế, chứng A-la-hán.
4. Nhận thức về luân hồi:
   – Luân hồi đáng sợ: không ai để mình thù ghét, cũng không ai để mình ái luyến.
   – Chỉ nên có lòng chán sợ sanh tử, bao dung muôn loài.
   – Cái xấu là đáng thương, cái thiện là đáng quý.
   – Chà đạp người có hạnh lành là gieo chủng tử bất thiện, tự chuốc khổ.

II.5. Bốn tội khổ của luân hồi và con đường tu tập đúng đắn

1. Cái ác luôn dễ hơn cái thiện.
2. Vì ác dễ hơn thiện nên bạn xấu nhiều hơn bạn tốt.
3. Vì người xấu nhiều nên kẻ xúi dại nhiều hơn người dạy khôn.
4. Đã sa đọa thì khó lên; lên thì dễ xuống; mà xuống rồi rất khó lên lại.

→ Vì vậy, người trí phải lo cho chính mình, buông bỏ thương ghét, khinh trọng, tránh gây nghiệp.
→ Nếu trọng được người khác thì tốt; nếu không, nên tránh xa, đừng xúc phạm để chuốc tội trầm luân.

III. KẾT LUẬN

- Trong luân hồi, không ai đáng để thù ghét, cũng không ai đáng để ái luyến.
- Cái xấu của người khác là đáng thương, cái thiện là đáng quý.
- Khi xúc phạm người có hạnh lành, tức là quay lưng với Chánh Pháp, gieo chủng tử bất thiện cho chính mình.
- Người tu nên phát triển Từ – Bi – Hỷ – Xả, hạn chế tối đa gây oan trái, để đoạn trừ sân hận và thoát khỏi vòng khổ sanh tử.

Tóm ý:

– Không xúc phạm người có hạnh lành.

– Không ganh ghét điều thiện.

– Vui theo cái lành của người khác.

– Tu tập Từ – Bi – Hỷ – Xả để thoát sanh tử.