
**XIN LƯU Ý:
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP
CHƯA ĐƯỢC SỬ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐỈNH.
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.**

Các lậu hoặc 2

<blockquote>Kalama tri ân bạn buithibuukim ghi chép.</blockquote>

[23/08/2021 - 11:25 - buithibuukim]

TRUNG BỘ KINH

2. KINH TẤT CẢ CÁC LẬU HOẶC 2

Hơi thở mình nó an lạc quá. Hồi đầu nó còn thô. Ra, vào nó còn ồn ào. Mình không hành thấy nó không ồn, mình hành, nó ồn. Càng về sau hơi thở nó nhỏ lại. Mà ghi nhận được hơi thở thì tâm mình phải càng vi tế theo. Lúc này bắt đầu enjoy rồi đó. Thì lúc này con nhận xuất hiện, con nhận to lắm. Tay chàng cầm cây bút lông, chàng bèn khoáng vô bụng nhận hai nhát. Mở mắt ra chạy lên thầy, nói Thưa thầy con đã vẽ vô bụng con nhận rồi. Bây giờ con muốn hành nữa mà không biết nó có hiện ra hay không. Thầy mới nói bây giờ con giờ áo con lên cho thầy coi. Dưới bụng ông có hai nét mực! Đó là cái vọng tưởng thôi.

Hoặc bên Tây Tạng có cái phái, như mình được thầy truyền cho cái hồng danh mình niệm hoài. Một bữa ông thầy huấn luyện học trò thầy đã lâu rồi muốn thử học trò để kết thúc khóa để nhận khóa mới, chuyển vô sâu hơn trong núi để tu. Ông thầy phát cho mỗi học trò một cục than, nói là đêm nay 4g sáng khi chuông đánh tiếng đầu tiên là các con phải tập trung vô chánh điện hết để trình Pháp, nhớ là mang theo cục than này. Đêm đó mỗi đứa cầm cục than về mà không biết cục than có ý nghĩa gì. Đêm về, người sư huynh trưởng tràng lớn nhưt đóng cửa phòng. Đêm đó trăng sáng đẹp lắm, ông đốt phân bồ khô hong cho ấm phòng. Trông lửa ti tách ông pha ấm trà bơ uông xong rồi lần chuỗi niệm Phật, xong rồi nằm im ngó ra ngoài trăng, enjoy quá. Thì lúc đó ông nghe mùi thơm rất lạ, khuya lắm rồi, ảnh nhìn ra thấy một người con gái rất đẹp mà lỏa lồ. Người này lạc đường. Nói trời lạnh mà không ngờ đây có nhà thầy cho con vô ngủ đêm cho đỡ lạnh. Thầy cho con mượn cái mền con quấn. Ông thấy vậy mới lấy cái mền cho cô quấn. Quấn xong cô nói thầy cho con một miếng bánh con ăn được hay không, rồi cho con ngồi gần đống lửa được hay không. Thì cả hai đều ngồi gần đống lửa, mà cô xích lại gần đống lửa thì coi như xích lại gần ông. Cô ngồi rồi cô bật khóc. Ông hỏi gia cảnh sao khóc. Cô nói cha mẹ bắt ép gả con con buồn rồi nhà ra đi. Cô khóc quá đi, cô làm riết ông thầy nói thôi cái gì cũng qua đi, đại khái vậy. Rồi cứ một bên 'an' một bên 'ủi'. Nó ủi riết rồi hết an. Hai bên ủi nhau rồi thì tất cả mấy tên hồi chiều được chia cục than đều thấy cảnh giống như vậy đó. Đặc biệt đứa nào thích đàn bà mập thì sẽ thấy có bà mập, đứa nào thích bà thon thả thì thấy bà thon thả. Đứa nào thích bà trắng như bông bươi, trứng lột thì thấy bà như bông bươi, trứng lột. Anh nào thích 'ngăm ngăm da trâu nhìn lâu thấy mê' thì cũng thấy ngăm ngăm da trâu nhìn lâu thấy mê. Đại khái tất cả những mẫu model mình thấy lý tưởng nhưt đều thấy giống vậy. Tới chừng khi lên chánh điện tất cả mấy ông nhìn nhau mặt mày ai cũng tèm lem hết trơn, tại vì nguyên đêm ngủ ai cũng ôm cục than mà! Cục than đó là ông thầy làm phép cho nó hiện ra người con gái. Mỗi ông ôm cục than một cách cho nên bây giờ mỗi người đen một kiểu, trắng thì mũi đen hơi nhiều, trắng thì môi đen hơi nhiều, trắng thì cái tay đen hơi nhiều. Vì tất cả đó là ảo tưởng!

Tôi muốn nói một chuyện là nhiều khi mình không có trang bị kiến thức Phật pháp khi mình gặp cái đó mình không biết, rồi mình đam mê. Nên nhớ hành thiền đầu có phải lạc cách mấy, thậm chí có thể thấy hào quang, thấy nhẹ nhàng mà mê thì ...hết thuốc. Hoặc thấy hào quang sáng ngời, nói rồi khỏe rồi, mai lập đạo mới, không được! Mình đề những cái đó xâm nhập là mình chết. Sự đam mê của người có trình độ tâm lực mà nó mạnh như vậy giống như bệnh cảm xoàng so với bệnh cảm nhập lý. Cảm nhập lý là như thương hàn nó vô tới nội phủ là mình chết. Cho nên mình hồng tu thì phiền não thấy vậy nó còn nhẹ chớ còn đã tu rồi nó dính một cái thì chết.

Thí dụ như chư tăng, học nhiều biết rộng, thêm cái nữa là giữ giới trong sạch, qua mấy chục năm hành thiền có phải lạc, mà mấy ông chịu chấp rồi là hết thuốc. Bởi rõ ràng đi chùa không ai bằng mình hết. Chư tăng mà hồng bằng thì Phật tử là cái giống gì. Thế là chư tăng mà bị dính cái đó rồi, xin lỗi chỉ có Phật cứu.

Như hôm qua tôi nói chuyện ngài Mahanaga được học trò cứu là đại phước, chớ không là muôn đời ...Bởi vị đó giới quá mà, giới luật trong sạch, cái gì cũng biết.

Cho nên cái thứ nhứt là vị đó có kiến thức về uân, xứ, giới, đế, duyên hệ, duyên sinh, nhờ vậy vị đó mới không mắc vào hữu, vô, thường, đoạn. Tức là hồng biết hồi đó ta làm sao, kiếp sau ta sanh làm cái giống gì, bây giờ ta đang làm gì với cuộc đời này. Bây giờ Đức Phật nói trước sau chỉ suy nghĩ một chuyện thôi: danh sắc nó kế thừa nhau mà sanh diệt. Nghĩ như vậy, vị đó không đau khổ vì những thứ đã mất, không đau khổ vì những thứ đang có. Không đau khổ vì những thứ mình mong đợi mà nó chưa tới, hoặc cũng không thấy hạnh phúc một cách giả tạm trong những cái đã có, đang có và sẽ có. Cái gì đến một cách giả tạm thì nó cũng bằng sự giả tạm đó mà ra đi, mà rời khỏi tay mình. Đó là những lậu hoặc cần phải được đoạn trừ bằng chánh niệm.

* Có những trường hợp phiền não cần được đoạn trừ bằng sự cảnh giác.

Ở đây ngài Minh Châu dịch là phòng hộ. Vị tỳ kheo chánh niệm tinh giác khi đối diện lục trần để tránh lục ái. Vị ấy tu tập bằng tâm trạng của một người bị lửa cháy trên tóc, hoặc như người nô lệ tay bung bát dầu đầy đi giữa các mỹ nhân, tuyệt đối không dám nhìn ngắm họ vì nghĩ đến trừng phạt của vua khi bát dầu bị đổ ra ngoài. Đức Phật ngài nói các tỳ kheo khi ăn uống hãy ăn bằng tâm trạng người mẹ bắt đực dĩ phải ăn thịt con. Ăn không enjoy mà ăn vì bắt đực dĩ thôi, giữa sa mạc con nó chết xác nó mình bỏ thì mình đói mình cắn răng mà ăn. Rồi nói về thu thúc lục căn Ngài nói vị tỳ kheo tu tập thu thúc lục căn giống như người nô lệ bung bát dầu đầy, đi giữa các giai nhân mỹ nữ, vua nói nếu đi mà làm cho bát dầu sóng sánh tràn ra một giọt sẽ bị chém đầu. 'Này các tỳ kheo, các người nghĩ thế nào, người nô lệ đó có vì mỹ nhân kia, nhìn ngắm họ mà quên bát dầu hay không?'. Chư tăng nói 'Bạch Thế Tôn, chuyện đó làm sao mà có được. Cho dầu có bao nhiêu người đẹp đi nữa, cái chuyện bị chém đầu luôn luôn ám ảnh trong đầu làm sao người đó dám'. Thì Ngài nói vị tỳ kheo phải làm như vậy, tu phải tu như vậy mới tới nơi tới chốn.

Hoặc có lần Đức Phật nói với các chư tăng: "Này các tỳ kheo, các người có suy niệm về sự chết hay không. Các người có thường suy nghĩ rằng ngay đêm nay ta có thể chết vì một cơn gió độc. Ngay đêm nay ta có thể chết vì một cơn rắn, vì một cơn rít, vì một cơn bọ cạp, vì một thứ côn trùng độc nào đó, hoặc vì một sự biến đổi trong cơ thể".

Chư tăng nói: "Bạch Thế Tôn chúng con vẫn thường tu tập thiền định về sự chết". Phật hỏi người tu tập thế nào? Có vị nói: 'Con luôn suy nghĩ rằng đời người nói cho cùng nó chỉ là nhiều bữa ăn cộng lại thôi', nó mong manh như vậy. Có vị nói: 'Con suy nghĩ đời người chỉ là nhiều lần xuân hạ thu đông. Mỗi mùa đông con nghĩ biết đâu đây là mùa đông cuối cùng trong đời'. Có vị nói 'Bạch Thế Tôn, con tu tập sự chết con nghĩ, biết đâu đây là ngày cuối cùng con còn nhìn thấy mọi người'. Vị cuối cùng quỳ xuống nói 'Bạch Thế Tôn, mỗi lần con hít thở ra vào con nghĩ biết đâu đây là ngày cuối cùng'. Phật nói lành thay lành thay, như vậy là các người tu tập sự chết đúng theo bậc Thánh.

Có lần Đức Phật và ngài A Nan đi ngang một ngôi làng. Ngài nhìn thấy bờ sông có một chiếc thuyền lớn của một lái buôn khách thương hồ. Với thần thông Ngài hiểu cái tâm ông lái buôn đó ông đem tiền ra đếm rồi nghĩ thế này: 'Giờ mùa đông mình ở đây, hết mùa đông rồi đem thuyền đi về xứ nào đó mua trầm, rồi đem trầm đi đổi vải. Tới chỗ nào vải rẻ mua vải đem bán cho người ta rồi lại lấy trầm chỗ rẻ đem bán cho chỗ mắc'. Ông ngồi toan tính vậy. Đức Phật biết ông còn sống có 7 ngày nữa ông chết, tất cả những toan tính thành mây khói hết. Phật biết ông có duyên đặc qu

nên nói ngài A Nan xuống ghe kêu ông nói ‘Su phụ tôi có chuyện muốn gặp ông’. Thì ngài A Nan xuống nói “Đức Thế Tôn Đạo sư của ta ngài có chuyện cần gặp ông. Ông có thể nào ông lên gặp ngài”. Ông mới lên gặp Phật. Phật nói có một câu: “Giờ mùa mưa ta ở đây. Rồi qua đông chí tiết ngày hạ sang. Người ngu cứ thế mơ màng. Không hay nguy hiểm kia đang đợi chờ”. Ông nghe vậy ông đắc tu đà hườn. Thì Ngài nói người chỉ còn 7 ngày nữa người mất, người về chuẩn bị chuyện nhà đi. Đắc Tu đà hườn thì đâu còn sợ chết nữa. Đại khái như vậy.

Thì dầu quăng đời tu tôi có ra sao tôi vẫn mong trình bày Phật Pháp cho quý vị nghe cái lý tướng tu học của Đức Phật đối với người xuất gia và người cư sĩ phải là như vậy đó.

Đức Phật có nói rằng có những phiền não mà mình phải giải quyết nó bằng cách tránh từ xa, phải cảnh giác nó chớ không phải đợi nó có rồi mới lo. Tôi rất thích câu nói của sư Thanh : “Minh tu là mình tránh chớ không phải trừ”. Trừ là bậc cao siêu gì đó chớ cỡ sức phạm mình mình phải tránh thôi chớ nói trừ, trừ không nổi đâu. Cọ xát với thực tế phiền não rồi lúc nó xảy ra, mình nói mình trừ thì trừ cái nổi gì.

Cho nên có những phiền não mình phải chấm dứt, đoạn trừ nó bằng trí kiến, mình phải dùng trí tuệ học hiểu. Dầu mình không đoạn trừ nó bằng trí tuệ giác ngộ thánh nhân thì mình cũng đoạn trừ tạm thời nó bằng trí tuệ Pháp học. Pháp học đây gồm trí Văn và trí Tu. Trí Tu cũng có nữa, tức là trí tu của cái thiên tuệ thứ nhất (bữa hôm mình học thiên tuệ rồi nghe) cho đến cái chỗ Hành xả tuệ (Tuệ nhằm chán).

* Có những trường hợp phiền não cần phải được giải quyết bằng sự kham nhẫn.

Đời sống là những bất trắc và bất toại nên trong trường hợp không thể tránh được những trở lực, chướng ngại thì người tu học phải tự có khả năng chịu đựng. Vì ta có thể ngay lúc này tạm thời dàn xếp được thử thách nào đó nhưng không thể dàn xếp được tất cả thử thách trong suốt cuộc đời của mình. Chính vì vậy, kham nhẫn là một sức mạnh của người tu học.

Trong đây Đức Phật Ngài dạy có những phiền não mình cần phải tránh. Nhưng có những trường hợp mình không tránh được thì phải làm sao? Thì phải chịu. Bữa hôm tôi kể các vị nghe đời tôi hồi xưa tôi đâu có được y tốt như vậy. Hồi đó tôi mặc y vải mà vải tám, vải bông bột, nó thô, rồi nhuộm có nhiều thứ thuốc gì đâu mà nó ngứa. Thì cũng phải chịu thôi. Các vị có thấy chư tăng quần y lần nào chưa, quần quần gì nè. Mà y này nó mỏng, tôi quần quần nó nhỏ xíu, nó gọn đi nó nhẹ. Còn hồi đó quần xong nó gần bằng chai nước này vậy. Đi cái vai sệ một bên bị nó nặng đó. Mà mắc mưa nữa, trời ơi cái tay nó vàng khè, nó ra màu mà nó ngứa ông ơi. Tôi hông dám nói tôi nhẫn nại mà lúc đó tôi nghĩ bụng người ta sao mình vậy. Còn có lúc tôi xuống dưới Miên đó, có lúc trời mưa, đang đi bát thì mưa. Mà nhằm xóm nhà người ta thì đứt mưa, còn nhằm chỗ băng qua đồng. Đất ở dưới thì ruộng nó nứt, cứng ngắt, mưa xuống thì đất nó trơn. Cứng mà trơn, mấy cái cạnh nó bén. Tức là mưa không đủ mềm đất mà chỉ đủ làm nó trơn thôi. Ôm bát, tay cầm cái gà mèn, trời đất ơi có bữa té cái ạch! Lúc tui trượt tui lo cái đầu tui thôi, không có nhớ cái gì. Sợ cái đầu nó bị cái gì về ngồi đó cười cười hoài thì chết luôn đó. Tôi còn chưa kể cái lúc mà mưa nó vừa đủ cái hơi đất nó lên. Ông nội tôi ơi nó khó chịu không có can được. Nhưng đời có trải qua những cái đó mới biết, đời sống mình có kham nhẫn mới tuyệt vời.

Đức Phật nói sức mạnh tuyệt vời của cư sĩ là sự kham nhẫn. Ngài nói chịu đựng được thứ phiền não mà nó khởi lên mình control nó cũng là một sự kham nhẫn. Chớ đừng nghĩ kham nhẫn là người ta đục vô mặt mình mình nhịn, đó chỉ là một phần thôi. Có ba cái kham nhẫn: kham nhẫn với thời tiết, khí hậu nóng bức, kham nhẫn với thị phi và kham nhẫn với phiền não.

* Có những trường hợp phiền não cần được đoạn trừ bằng sự tránh né.

Đó là những trú xứ, những nơi chốn (trú xứ là chỗ ở, còn nơi chốn thì nghĩa rộng hơn) có thể phương hại đến tánh mạng hoặc sức khỏe của người tu học: những nơi có thú dữ, người xấu, lam sơn chướng khí. Tức là Đức Phật khuyên mình sống viễn ly, mà viễn ly đây không có nghĩa là mình chui vào những chỗ đó. Các vị có biết rằng, hồi đó gần Định Quán có cái chùa Nam Tông mình. Chùa dựa lưng vào núi, mặt ngó ngoài là quốc lộ. Sau lưng chùa có cái thác rất là lạ. Nó đổ từ trên xuống rồi lâu lâu nó mất đi. Nói chung từ trên xuống là nguyên một vệt rõ ràng. Nhưng khi mình đi mình thấy nó mất, không biết nó đi đâu đó. Rồi thấy nó lòi ra ở dưới. Nhưng nước đó nó trong khe,

nhìn muốn uống nhưng mà nó độc lắm. Nước nó chỉ nhỏ giọt lên lưng mình là về nhưc mình. Nhưc tàn canh gió lạnh. Nó độc lắm, hong biết có chất gì mà nó độc.

Cho nên những chỗ đó vị tỳ kheo mà sức khỏe yếu thì không nên ở. Hoặc là hồi đó tôi đi học ở Giồng Ông Tố, năm đó khoảng 86. Trên đường từ trường về chùa Nguyên Thủy tôi phải đi ngang một hồ nước rộng lắm. Bên bờ hồ có nhà một ông cán bộ Việt Cộng. Ông cao lớn mà ông đi vầy. Ông có tật chiều nào cũng uống rượu, ông thấy tui lần nào ông cũng chụp tui rồi lè nhẹ, tui sợ lắm, cho nên tôi phải đi tránh một vòng xa. Tại vì hồi đó tui nhỏ đó, tui ốm yếu nên tôi sợ lắm, tôi chấp nhận phải đánh vòng xa tôi về, không đi ngang đó nữa. Tôi nghe mấy sư huynh kể có nhiều chỗ đi bát gặp người Miên hoặc làng người Việt, nhiều chỗ nó nhậu say, nó ra nó giờ nắp bát mình lấy đồ nó ăn tự nhiên hà. Minh hồng cho nó đánh mình. Cho nên trong những trường hợp đó Đức Phật ngài nói chỗ mà có người xấu người ác thì mình không có nên. Bởi vì nó phiền.

Thời Đức Phật, cũng có trường hợp có vị tỳ kheo đi bát trên con đường hay gặp cái ông đó ra chặn đường ông lấy đồ ông ăn. Có nhiều vị có phản ứng này nọ thì ông đánh. Trong đám chư tăng có vị tỳ kheo rất giỏi võ, nghe vụ đó ông nói ngày mai ông đi bát. Cũng ra chỗ đó xong để bình bát xuống đánh cho một trận, ông bỏ cang xong về sau ông không dám giờ trò đó nữa. Câu chuyện đến tai Đức Phật. Đức Phật ngài nói không phải kiếp này mà kiếp trước, cái ông lưu manh đó đã từng bị vị tỳ kheo này kèm chế ông.

Trong những trường hợp trú xứ, những nơi chốn vị tỳ kheo không nên tới lui. Thí dụ Đức Phật nói vị tỳ kheo không nên đến nhà của góa phụ, không nên đến nhà của gái lỡ thì, nhà của kỹ nữ, không nên đến trà đình tửu điểm thanh lâu, kỹ viện. Tỳ kheo không đến chỗ quán rượu, không đến chỗ bài bạc, những chỗ tai nạn, những chỗ bàn về quốc sự (chính trị). Ngài nói đâu cả đời tu học ngon lành nhưng không biết tránh những chỗ đó thì vẫn bị vạ như thường. Chớ đừng nói tôi giới luật trong sạch cho nên trâu bò, heo chó rấn rít tôi không sợ. Đó là nói bậy. Minh có bằng Đức Phật đâu, đừng nói câu đó.

Tôi nhớ có một lần một vị tỳ kheo xin Đức Phật: “Bạch Thế Tôn, con nghe chư thánh tăng vẫn tán thán những vị sống viễn ly trong rừng sâu núi thẳm. Con xin phép Thế Tôn cho con đi vào rừng”. Phật nói một câu rất là đặc biệt: “Này tỳ kheo, con voi với thân tướng nó như vậy nó phải xuống hồ nó tắm nó giỡn, nó nhỏ củ sen nó ăn rồi nó đi lên. Nhưng một con thỏ thì nó không làm vậy được. Con thỏ không thể xuống hồ, tắm rồi nhỏ củ sen”. Ngài còn nói Ngày xưa lúc ta chưa giác ngộ, khu rừng Uruvela ta ở đó, này các tỳ kheo, một người mà chưa diệt được tham ái ở trong đó rất dễ bị loạn tâm, tiếng Pali kêu là (...) tức là bị bể tim mà chết. Ấn Độ kêu là (...) nhưng mà thời mình bây giờ gọi là bị stroke, bị đứng tim. Bởi vì trong khu rừng ngài ở đó có những chỗ ngày đêm không phân biệt, cây lá nó ken kín nhau như vậy. Ngài nói ‘Này các tỳ kheo, những đêm cuối tháng không trăng, một tiếng lá rơi, một tiếng chim ăn đêm kêu cũng đủ làm một người đứng tim mà chết. Trong khi đó ta đang đi kinh hành, ta thấy sự sợ hãi khởi lên trong tư thế nào thì ta liền lập tức đình chỉ nó ngay trong tư thế đó. Ta đang ngồi, sự sợ hãi lên thì ta dẹp tan sự sợ hãi đó rồi ta mới thay đổi oai nghi. Ta đang đi tới chỗ nào mà ta sợ hãi thì ta đứng yên chỗ đó. Ta đối diện với nỗi sợ hãi xong ta mới tiếp tục đi.’”

Nhưng mình đừng nghe nói vậy rồi mình bắt chước vô trong chỗ sợ hãi mình ở rồi đối trị hồng nổi đứng tim mà chết. Trong Chú giải nói có những trường hợp phước báo ít, đức kém thì đắc thần thông là cái họa chớ không phải cái phước. Bởi có những vị đắc thần thông rồi nhìn thấy phi nhơn đậm hoảng sợ rồi dẫn đến loạn trí. Vì có những loài phi nhơn nó lớn lắm. Nó nằm trần dân một góc trời vậy đó. Như tôi nghe có chuyện này các vị nghe rồi bỏ, đừng có sợ. Cái cô này tên cô Châu ở trên Bình Long, cô về Giồng Ông Tố cô kể cho nghe. Sau 75 có đoàn người đi làm cạo mù cao su. Giác chiều cả đám đều nhìn thấy một quang cảnh hãi hùng. Tức là ngay cái chỗ ngày xưa lính mình với lính kia đụng nhau đó, mà rừng cao su lớn, trưởng thành chớ không phải rừng cao su con nhe, thấy một người cao lớn đứng sừng sững mà cái rừng cao su chỉ ngang bụng người đó thôi. Từ ở trong đi ra, đi lừng lừng, lừng lừng vậy nè. Cả đám cứ nắm tay nhau chớ hong biết làm gì nữa. Nhưng mà ra tới chút nữa thì mất tiêu. Giống như lợi ruộng trong cái đám năng đám sậy để đó cứ đi lừng lừng từ trong rừng cao su đi ra, đi tới đó nhìn cái rồi mất tiêu. Thấy cái đó mà hồng điên mới lạ! Cho nên những trú xứ như vậy mình chịu không nổi đâu.

Bài Kinh Từ Bi có duyên khởi là ba chục vị tỳ kheo vào rừng hành thiền. Do giới luật các vị trong sạch quá khiến các loài phi nhơn thọ thần họ không dám ở trên cao. Họ phải xuống đất, điều đó làm họ bực mình. Họ hông biết làm sao, họ nghĩ cách đem về họ hiện ra họ phá. Mấy vị đang ngồi thiền họ rút cái đầu xuống, rút cái mình xuống, rút cái tay, cái chun rồi ráp lại thành người, rồi đem hôm mà nghe nó rên nó khóc. Họ sợ không dám ở. Rồi đức Phật mới nói hãy trở lại và rải tâm từ cho họ. Bài Kinh Tâm Từ đó mình đọc mình không hiểu nghĩa thì thấy bình thường nhưng hiểu nghĩa rõ thì thấy rất là hay. Trong đó nửa kêu gọi mà nửa giải thích thế này:

“Tất cả mọi loài hãy thương nhau như người mẹ đem mạng mình để bảo vệ đứa con duy nhất. Ta mong rằng tất cả chúng sanh trong mọi phương hướng hãy được an lạc, đừng oan trái lẫn nhau. Những người chưa sanh, đã sanh, cao thấp, lớn nhỏ, tế thô, xin hãy thương nhau, và luôn luôn được an lạc”. Thì khi đọc cái này thì thấy mát mẻ.

Thế nên một hành giả phải làm ba việc này mới nên hành thiền: thứ nhất là lễ bái Tam Bảo, hai là rải tâm từ, ba là hồi hướng. Thì đầu thiền ở nhà, ở chùa, ở thiền viện hay ở rừng sâu núi thẳm gì thì bắt tay bắt chân ngồi thiền cũng phải làm ba việc đó trước. Thường lễ bái Tam Bảo trước cho cái lòng enjoy trước. Xong rồi mới rải tâm từ, xong hồi hướng mới kết thúc, mình ngồi. Điều này tôi được nghe một vị hòa thượng dưới Miên nói mà tôi rất cảm kích. Ngài nói lúc ngài đi đầu đà trong rừng ở Campuchia ngài nói đêm hôm mình ngủ muốn cho yên tâm thì, ban ngày cái bát của ngài, ngài lượm một bát sỏi ở dưới suối vậy đó. Ngài chắt đồng sỏi, đá cuội thì đúng hơn để vậy đó, ăn cơm xong, rửa, phơi bát khô. Tối thì ngài để bình bát mấy cục đá vô tụng Kinh, lễ bái Tam bảo, rải tâm từ. Xong ngài hồi hướng, lấy đá sắp sắp chung quanh cái gốc cây ngài ngồi. Ngài nói nó yên tâm lạ lắm. Đây cũng là kinh nghiệm để nhớ nhe. Cảm giác thôi nhưng nó rất là hay! Ngài nói mấy cục đá đó sau này nhiều người tới xin lắm.

Các vị đi tìm tượng Phật nào đó mình thích, hoặc vị nào đó cho thì tốt hơn mình đi mua. Rồi mình tụng Kinh. Hoặc quý vị đem một bịch đá bốn năm cục gì đó gọn gọn nhỏ nhỏ vô thiền viện ngồi lỡ mà cái phòng đó rộng quá mình sợ. Mình cũng ngồi thiền xong lấy mấy hòn đá mình để. Và vị hòa thượng đó có dạy tôi bài kệ. Bài kệ đó có ý nghĩa thế này:

“Đức Phật ngài ngự ở giữa, ngài Xá Lợi Phất bên tay phải, ở hướng Đông, ngài Mục Kiền Liên bên hướng Tây, ngài Ca Diếp hướng Nam, ngài A Nan Đa hướng Bắc”. Đọc bài kệ ý nghĩa vậy đó. Đọc xong rồi sắp 4 cục sỏi mình nghĩ, Đức Phật ở giữa là ở trên đầu mình nghe, chớ không phải ở chung. Đọc rồi nghĩ vậy rồi ngủ. Tức là trước đó mình làm thủ tục rồi là tui ngủ ở đây tui không làm phiền mấy ông. Tui đã xin rồi. Tui còn ở đây là mấy ngài còn nhận phước, không có phá nhau. Tui không động chạm mấy ngài thì mấy ngài đừng động chạm tui. Tui không có xâm phạm gì chỗ mấy ngài hết. Tui mong là sự có mặt của tui chỉ đem lại sự an lạc chớ không có can dự vào sinh hoạt gì của các ngài hết. Hay lắm, mấy cái cách đó mình phải gặp chư tăng người hiền trí mình học mấy cái lùm cùm đó hay dữ lắm! Chớ bây giờ chưa rải tâm từ ngủ cũng sợ chớ. Nếu được mình đem mấy cục này nhờ mấy sư tụng Kinh. Nếu sợ mấy sư cười mình đem bỏ vô cái túi vải nhỏ nhỏ. Gặp tui tui không ngại đâu. Mai một đi Miến điện tôi làm vậy xin ngài tụng cho con cái này tôi về con ngủ.

Phải nhớ: vị tỳ kheo một ngày phải làm bốn chuyện: niệm ân Đức Phật, niệm sự chết, niệm bất tịnh, rải tâm từ. Còn hành giả thì tối thiểu phải nhớ ba cái: Tam Bảo, tâm từ, thứ ba là hồi hướng. Nhớ ba chuyện này, bất cứ tu ở đâu cũng vậy. Nhớ mấy cái này, quên là hết thuốc chữa đó. Có ông sư bạn nói thế này, có chỗ tới mình ngồi chút nổi gai óc. Ông nói ông mê bài Kinh Parita Ratana, cái bài mà hồi đó ở thành Vesali mà Đức Phật kêu ngài A Nan lấy cái bát đựng nước rải. Mà tôi cũng thích bài đó, vì bài đó vừa có lễ Phật mà vừa có giáo lý nữa. Ông nói mỗi lần thấy cái đó là ông kéo liền rồi ngủ. Bài đó oai lực rất lớn, mà bài đó các vị không đọc Pali thì đọc tiếng Việt. Bởi có nhiều người chấp là phải đọc Pali. Không phải đâu. Cái quan trọng là mình đọc mình phải hiểu, đó là lý luận của tui. Bài Kinh đó thế này: “Các bậc thánh Tu đã hườn dầu để duôi cách mấy cũng không thể luân hồi đến quá kiếp thứ tám”, (mình đọc vậy mình hiểu). Hoặc là “Bậc thánh Tu đã hườn không phạm sáu đại tội, tà kiến và ngũ nghịch”. Thì ‘tà kiến’ mình hiểu là gì, ‘ngũ nghịch’ là gì mình biết. Còn người hông học đọc (Pali) thì trót quớt luôn. Bởi Tu đã hườn có 6 cái dứt khoát không bao giờ phạm, đó là tà kiến với ngũ giới. Nhưng đó là nói hơi tổng quát. Chớ nói chi tiết thì Tu đã hườn

tam quy ngũ giới không có vấn đề. Còn nói chi tiết nữa là bất cứ giới gì vị Tu đà hườn đã phát nguyện thì không phạm. Riêng Tu đà hườn nếu là cư sĩ thì suốt đời không bao giờ phạm ngũ giới. Còn nếu vị đó là tỳ kheo, là sa di thì suốt đời không phạm giới tỳ kheo, sa di. Đó là mình nói gọn, nói minimum thì vị tỳ kheo suốt đời không phạm ngũ giới và . Còn nói maximum là bất cứ cái gì mà vị Tu đà hườn phát nguyện thọ trì thì vĩnh viễn không phạm.

* Có những trường hợp phiền não cần được đoạn trừ bằng sự chấm dứt tại chỗ: khi nhận rõ sự có mặt của ba tà tư duy ở bất cứ nơi đâu và lúc nào, vị tỳ kheo lập tức đình chỉ chúng bằng cách nhận thức rõ ràng sự có mặt của chúng. Đình chỉ bằng cách nào? Thấy nó là nó mất.

* Có những trường hợp phiền não cần được đoạn trừ bằng sự tu tập.

Khi tâm thụ động biếng lười thì tu tập Trạch pháp Giác chi, Hỷ giác chi, Cần giác chi. Khi tâm quá năng nổ, bức xúc thì tu tập Tĩnh niệm xả. Và Niệm Giác chi luôn cần thiết, ý nghĩa trong mọi trường hợp.

Tui nhắc quý vị khi mình vui quá mình nhớ lời ông sư tự hỏi sao vui quá vậy. Nghĩa là khi vui mình control được thì khi giận mình cũng control được. Nhớ cái đó là kinh nghiệm máu xương. Trong Kinh còn nói cái sắc tâm nó tùy thuộc vào trình độ chúng sanh. Có nhiều cách cười: cười nghiêng ngửa, cười chảy nước mắt, cười bò càng, cười ôm bụng, cười nhếch mép. Thì cái tâm người càng vi tế chừng nào thì cái cách cười của họ càng ít lại chừng này. Ngay đến đức phật ngài chỉ mỉm cười thôi. Còn người mình ‘mắc cười muốn chết luôn’... cười chết ngặt luôn.

“Suy nghĩ Pháp cho nhuần nhuyễn. Nói Pháp cho nhuần nhuyễn. Nghe Pháp cho nhuần tai thì cuộc tu mới nhuần nhuyễn. Tỳ kheo mền Pháp trú Pháp tâm tư hằng niệm Pháp sẽ không rời Chánh Pháp”. Mấy câu đó phải nhớ. Tức là đối với Phật Pháp mình phải dành một tình cảm rất là thiêng liêng như vậy.

* Có những trường hợp phiền não cần được giải quyết bằng sự thọ dụng.

Nhu cầu vật chất cũng là một bức xúc thiết yếu trong đời sống của người tu học. Cho dầu đối với một người có đời sống vật chất đơn giản đến mấy thì cái gọi là nhu cầu tối thiểu cũng phải được quan tâm. Đến cả các bậc thánh nhân cũng vậy. Đối với những người sống viễn ly độc cư hoặc một hành giả tinh tiến thì điều này càng quan trọng hơn nữa.

Bài tôi không cho chép nhiều. Tôi nói sơ cái này rồi nghỉ. Các vị có biết rằng tu là mình phải đơn giản về vật chất, nhưng mà cái tối thiểu mình phải tôn trọng nó. Ví dụ tôi thì cái chân tôi dơ ngủ không được. Làm gì làm chớ cái chun phải sạch. Có bữa làm biếng tôi lấy nước chế vô cái khăn nhỏ rồi chà chà nó, ok chun sạch mới ngủ. Mỗi người có cái kiêu. Hoặc là đánh răng hồng sạch mình ngủ hơi khó chịu, phải nói như vậy. Hoặc có nhiều người cái gì cũng được mà họ chỉ cần có nước tắm. Họ nói sư cho con ăn muối, sư bắt con cái gì cũng được mà sư hứa với con một chuyện là sư bảo đảm cho con có nước xài. Tại tui từng nói chuyện với thiên sinh ở VN tôi biết. Có nhiều người họ nói chuyện con có thể đi đến bất cứ nơi nào, giàu nghèo, sung sướng khổ cực con nói thật với sư con không có care. Cái con care là hỏi ở đây nước làm sao. Nước hồng có là con thưa với sư con muốn nhân nút biển mất khỏi vũ trụ. Còn có người lại sợ bệnh. Hỏi ở đây có bác sĩ y tá gì hông. Nói hồng có là họ ngại. Như tui có lúc thời gian dài tui không dám sống ở đâu mà trong vòng một tiếng đồng hồ không có bác sĩ, tui không dám. Bởi vì khi tui bị trở con, tui bị mất thờ mà lúc đó chỉ có bác sĩ mới nghĩ ra cách nào đó. Hoặc lúc đó tui sợ lắm thì có bác sĩ chích cho tui ngủ. Cho nên nhiều khi đối với tui bác sĩ là nhu cầu minimum. Rồi có người có những nhu cầu thí dụ như làm gì làm chớ trong ngày phải cho họ nói chuyện. Có bà đó, má của tăng ni một gia đình có 6 ông sư với 9 cô tu nữ. Bà bị cái bệnh, bà nói tui hồng có đau gì hết tron, nhưng mà ngày cho tui gặp người này người kia. Bà nói ngày mà tui không nói chuyện có cảm giác tui bị cầm vậy đó. Như tui bây giờ, từ ngày tui bị bệnh, tui rất sợ bóng đêm mà đen kịt. Trong phòng tui tối thiểu phải có cây nhang để mà tui thấy. Chớ mà tối thui thì tui sợ. Mỗi người có cái tối thiểu, có người kỵ cái gì đó.

Cho nên dầu với một người tu thì nhu cầu vật chất càng phải được giảm thiểu tối đa. Nhưng cái gọi là nhu cầu tối thiểu đó phải được quan tâm. Bởi vì mình chưa đạt tới cảnh giới ‘thế ngoại cao nhân’ (sống trong đời mà lòng không nhiễm đời. Mình còn sống trong cõi ta bà tục lụy thì mình cũng phải biết chịu chấp nhận. Các vị biết ngài Xá Lợi Phất là thánh nhân, ngài xuất nhập tự tại các loại thiên. Nhưng trong Kinh nói khi Ngài sắp nhập định thì Ngài phải đi quét chung quanh, rồi Ngài đi xách

nước đầy, everything ok thì mới vô ngồi. Không phải như mình bây giờ tôi giỏi tôi leo nóc nhà ngồi ở dưới trâu bò nó ỉa đầy hông có được. Ngài không có vậy, Ngài lo ok xong Ngài mới vô.

Có trường hợp hai thầy trò đi tu trong rừng. Thầy là A la hán mà trò cũng A la hán. Nhưng trong cái cốc trong rừng đó chỉ có thầy ở còn người học trò ở ngoài sân. Dĩ nhiên ông thầy không còn phiền não nhưng ông nghĩ đến học trò không có chỗ ở. Chỉ khi mưa quá học trò mới vô phòng của ngài thôi, còn thường là ở ngoài sân. Người thầy vì lòng từ nghĩ đến đệ tử như vậy không nhập định được. Trong khi ông học trò ở ngoài đâu có care thầy chần ên nệm ấm mà. Ông phơi phới tu ba tháng mà ông muốn ra thì ra, vô thì vô. Còn ông thầy thì không phải phóng dật, mà cái lòng từ. Chỉ có Phật mới vượt qua được cái đó, chớ còn chư Thánh vẫn còn bị dính trong đó. Không phải còn phiền não nhưng cái gì nó mạnh quá, ngũ quyền nó không cân, đại khái như vậy.

Mình thấy cái nhu cầu quan trọng lắm. Trong trường hợp không có nhu cầu thì tự mình phải, giống như ngồi xe chật thì lắc lắc một hồi nó đều vô. Trong đời sống mình sự kham nhẫn không như vậy. Khi ta thiếu mình tu hông được, nhưng mà mình chỉ lắc lắc cũng không được. Như không có đèn chơi đèn nến cũng được. Mà nên bữa xin có bữa xin không, Hông sao, nhớ kinh nghiệm này nhớ chừng, thấy chỗ đó khó quá nếu đi mua được thì mua, nhưng lúc nào cũng phải chuẩn bị hai phần, một phần để mình đốt, với một phần để tối lửa tắt đèn bạn bè đến xin mình cho nó. Với cái hay nữa là những mẫu nến vụn đừng vứt. Những bữa mà ba bốn ngày bão tố không mua nến được thì những nến vụn đó mình xài. Phải nhớ những kinh nghiệm nhỏ đó. Cho nên nói tu là không giữ của nhưng những cái cần thiết phải giữ. Thứ hai là muối, muối không nên thiếu. Rắn cắn mình lấy muối đắp cũng có cơ may thoát. Cầm máu, máu chảy, đứt động mạch tĩnh mạch không có gì giữa rừng vậy có muối cũng ok. Nó sát trùng, nó cầm máu. Khi nào mình bị bón quá mình ăn muối vô nó khát nước thì mình uống vô mình đi tới đâu luôn./.

**XIN LƯU Ý:
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP
CHƯA ĐƯỢC SỰ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐÍNH.
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.
XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN.**

www.toaikhanh.com