

DẤU CHÂN PHẬT 6 (06)

Kinh SAU KHI AN CU' - Tăng IV, 96

Khi Ngài Xá Lợi Phất đến gặp vị Tỳ kheo đồng phạm hạnh đã bất mãn với Ngài, và thưa kiện Ngài với Thế Tôn, thì Ngài Xá Lợi Phất đã nói rằng:

Thật vậy, bạch Thế Tôn, *với ai không an trú thân niệm* trên thân, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.

Sau khi xâm phạm một vị đồng phạm hạnh là sau khi lỡ làm phiền hà một người bạn đồng tu của mình có thể bỏ đi mà không có xin lỗi.

Ngài nói tiếp:

- *Ví như, bạch Thế Tôn, trên **đất**, người ta quăng đồ tịnh, quăng đồ bất tịnh, quăng phân uế, quăng nước tiểu, nhỏ nước miếng, quăng mủ và quăng máu; tuy vậy đất không lo âu, không xấu hổ, hay không nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như đất***, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.*
- *Ví như, bạch Thế Tôn, trong **nước** người ta rửa đồ tịnh, rửa đồ bất tịnh, rửa sạch phân uế, rửa sạch nước tiểu, rửa sạch nước miếng, rửa sạch máu, rửa sạch mủ; tuy vậy nước không lo âu, không xấu hổ, không*

*nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, **con an trú với tâm như nước**, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.*

*Thế Tôn, **con an trú với tâm như lửa**, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.*

*- Ví như, bạch Thế Tôn, **gió** thổi các đồ tịnh, thổi các đồ bất tịnh, thổi phân uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mủ, thổi máu; tuy vậy gió không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, **con an trú với tâm như gió**, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.*

*- Ví như, bạch Thế Tôn, trên **đất**, người ta quăng đồ tịnh, quăng đồ bất tịnh, quăng phân uế, quăng nước tiểu, nhổ nước miếng, quăng mủ và quăng máu, tuy vậy đất không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, **con an trú với tâm như đất**, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.*

- Ví như, bạch Thế Tôn, trong **nước** người ta rửa đồ tịnh, rửa đồ bất tịnh, rửa sạch phân uế, rửa sạch nước tiểu, rửa sạch nước miếng, rửa sạch máu, rửa sạch mủ; tuy vậy nước không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như nước***, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- Ví như, bạch Thế Tôn, **lửa** đốt các đồ tịnh, đốt các đồ bất tịnh, đốt phân uế, đốt nước tiểu, đốt nước miếng, đốt mủ, đốt máu; tuy vậy lửa không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như lửa***, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.
- Ví như, bạch Thế Tôn, **gió** thổi các đồ tịnh, thổi các đồ bất tịnh, thổi phân uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mủ, thổi máu; tuy vậy gió không lo âu, không xấu hổ, không nhàm chán. Cũng vậy, bạch Thế Tôn, ***con an trú với tâm như gió***, rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, không hận, không sân. Bạch Thế Tôn, với ai không an trú thân niệm, người ấy ở đây, sau khi xâm phạm một vị đồng Phạm hạnh, có thể bỏ đi du hành, không có xin lỗi.

Thì như vậy, chúng ta thấy trong bài này khi chúng ta nói Ngài an trú tâm của Ngài như đất, như nước, tức là Ngài an trú cái tâm của Ngài trong sự

hiền lành, trong sự lắng dịu như vậy. Ngài an trú một cái tâm rộng lớn, rộng rãi, vô lượng, vô biên, không động chuyển. Người ta có nói gì thì nói, có vu oan giá họa gì thì đó là chuyện của người ta, nhưng tâm Ngài không có hận, không có sân, không có dao động, không có dính trong đó.

Ngài an trú tâm như một miếng nùi giẻ vậy đó, ai muốn làm gì thì làm, không có buồn vui, không có giận hờn, ai muốn vu oan gì thì vu oan, không có dao động, không có dính mắc ở trong đó. Ai muốn sỉ nhục, ai muốn hơn thua, ai muốn ta đây, ai muốn lên mặt, ai muốn dạy đời, ai muốn nói gì thì nói, ai muốn chỉ trích gì thì chỉ trích, nhưng Ngài an trú tâm rộng lớn, vô lượng, vô biên, không hận, không sân, không than vãn. Đây là chỗ chúng ta phải học tập, chỗ chúng ta phải nhớ, phải học tập.

Ngài Xá Lợi Phất thường an trú trong một tâm niệm rộng rãi, rộng lớn, vô lượng, vô biên, không hận, không sân, không than, không vãn. Chúng ta khi gặp những chuyện không vui, gặp những cư xử, hành xử không hài lòng mình, những khi đó chúng ta nhớ bài học này. Phải tập cho tâm lượng của mình rộng lớn, vô lượng, vô biên, không có hận thù gì, không có hơn thua gì, không có than vãn gì. Trú trong một trạng thái thân tâm rộng lớn, ra khỏi thân tâm này, và rồi chúng ta thấy những phiền muộn, những phiền não trong lòng chúng ta nó như là cát bụi vậy, thật là nhỏ nhen trong trời đất rộng lớn này.

Giận hờn, phiền muộn, phiền não trong chúng ta khi nó sanh khởi, chúng ta thường thấy nó rộng như trời đất này, nó chiếu trùm hết nội tâm của

mình, xâm chiếm toàn bộ thân, thọ, tưởng, hành, thức. Chúng ta thấy hầu như nỗi buồn phiền của chúng ta nó lớn cùng khắp trái đất này và chúng ta chết chìm ở trong đó. Nhưng mà khi chúng ta nhìn lại và có một sự quán chiếu, thường xuyên an trú trong thân niệm, tu tập quán sát thân và những thọ, tưởng, hành, thức trong thân, xem lại những cảm thọ phiền não đó thật là nhỏ nhất, chỉ là chỗ nhỏ xung quanh trái tim này mà thôi, trong cái cảm giác phân trên từ ngực tới đầu. Khi đó mình an trú một tâm lượng rộng lớn, vô lượng, vô biên, không hận, không sân, không tham vẩn. Tham vẩn là khi phiền não, sâu khổ trong thân chiếm hết trong thân tâm của chúng ta, cảm giác trong người buồn buồn, không vui, lặng lẽ, lạnh lạnh ở phía bên trong.

Chúng ta phải tập nhìn ra các cảm giác đó, quán chiếu, thấu nhiếp nó lại và diệt tận nó. Nhìn ra trời đất này, chúng ta thấy rằng cái thân ngũ uẩn này thật là nhỏ bé trước vũ trụ này. Mình thấy chuyện của mình nó lớn lắm, nhưng thật sự câu chuyện của mình cũng như là câu chuyện của một con kiến riện mà thôi. Hai con kiến riện nó buồn nhau, trong đôi mắt của con kiến này cho con kiến kia là tất cả bầu trời của mình, tất cả sự sống mình. Khi nó buồn phiền, khi nó phiền não, nó thấy bầu trời này sụp đổ, thế giới này sụp đổ, nhưng mà nó không hề biết rằng trong cái thế quan của thế giới này thì nó và những con kiến xung quanh chỉ là những con kiến riện mà thôi.

Thế giới này rộng lớn và bao la biết bao nhiêu, và trong thế giới này, tấm thân này là một cái hết sức nhỏ nhoi trong muôn vàn những tấm thân khác. Rồi trong cái phiền não này của mình, mình thấy hầu như nó là tất cả cuộc đời, cuộc sống, thế giới của mình. Nhưng thật sự ra mình chỉ là những con kiến riện trong cuộc sống này mà thôi. Đó là ý nghĩa và tác dụng mà chúng ta nên tu tập một trạng thái tâm lượng rộng lớn, vô lượng, vô biên. Những cái gì xảy đến với chúng ta trong cuộc đời này thật là nhỏ nhen, thật là nhỏ nhoi, rồi nó cũng trôi qua, rồi nó cũng tan biến.

Thì bây giờ con mời chúng ta cùng thực hành thiền quán “*Tâm thanh tịnh rộng lớn*”.

Chúng ta cảm nhận sự rộng lớn của không gian chúng ta đang ngồi đây, cảm nhận sự rộng lớn của núi đồi này và của trời đất này. Trong sự cảm nhận sự rộng lớn của không gian này, vùng đất này, núi đồi này và trời đất này, chúng ta tác ý rằng tâm mình cũng rộng lớn như vậy, rộng lớn trong sự an tịnh, lắng dịu, dễ chịu, không có buồn phiền, không có sân hận, không có ích kỷ, không có ngã mạn, không có hơn thua. Tâm lượng rộng lớn này thanh tịnh, vắng lặng, dễ chịu và sâu lắng, không hận, không sân bất cứ cái gì, bất cứ với ai.

Như là quả đất rộng lớn này, bao nhiêu đất nước đang an trú trên đó, bao nhiêu cây cối, người, vật đang an trú trên đó, bao nhiêu phân và nước tiểu được đào thải, được đổ ra trên đó, quả đất này không hề than van, không hề buồn rầu, không hề sầu muộn. Tâm chúng ta rộng lớn như là quả đất

này: hiền lành, lắng dịu, không than van, không sầu muộn, không hận, không sân.

Trời đất này rộng lớn biết bao nhiêu, hư không này rộng lớn vô biên. Tâm chúng ta như là hư không rộng lớn, vô lượng, vô biên này, trong đó không có sân, không có hờn, chỉ có sự dễ chịu, lắng dịu, thanh tịnh và rộng lớn.