

DẤU CHÂN PHẬT 7 (07)

“ĐỪNG DỄ THỎA MÃN TRONG SỰ TU HỌC TRÍ VỀ NGŨ UẨN”

Kinh SAU KHI AN CƯ - Tăng IV, 96

Mình muốn làm một cái tâm như đất, như nước, như gió, như lửa, như một cái núi giẻ rách, như một người bần cùng, như một người nghèo khổ, bần cùng trong giai cấp bần cùng là Chiên Đà La, bần cùng nghèo khổ. Mà mình muốn làm được một cái tâm như vậy, mình phải có Trí về ngũ uẩn. Mình phải thường xuyên quán chiếu thân này như là Sư Phụ đã chỉ dạy chúng ta ở đầu buổi thiền: quán xác chết, quán giò ăn khắp thân thể này, thường xuyên quán như vậy và nhiều pháp quán nữa để nó nhả ra cái hình ảnh của cái thân này, để cho tâm mê này nó nhả ra cái hình bóng này, để cho tâm mê này nó bơi xóa cái hình bóng này. Những pháp quán đó để cho tâm nó bơi xóa cái hình ảnh này, hình bóng của gương mặt này, hình bóng của thân tướng này phản chiếu ở trong nội tâm. Chúng ta phải bơi xóa nó.

Bao nhiêu cái thân xác mà tâm mê này đã từng chui vào rồi. Ngày giờ này còn ngồi đây là cái tâm mê này đã từng chui vào bao nhiêu cái thân xác rồi, chui vào bao nhiêu những cái bào thai rồi, chui vào bao nhiêu những cái thân hình rồi: ếch ương, ếch nhái, thằn lằn, cóc kék, chim chóc, gà vịt... Nó đã từng chui vào không biết bao nhiêu cái thân rồi. Mỗi một lần tâm mê này chui vào trong cái thân đó thì nó lại dính chặt trong cái thân đó. Nó cho cái thân này là mình, là của mình, là tôi là ta. Nó đầu đá, nó tranh

giành, nó hơn thua, nó giựt dộc, nó xảo trá, nó nguy hiểm, nó lừa dối, nó ta đây, nó ngã mạn. Chui vào trong cái thân nào nó cũng đều như vậy cả.

Chúng ta đã từng thấy hai con tắc kè cắn nhau chưa? Từng thấy hai con gà cắn nhau chưa? Đó, bản ngã đó, sân hận đó, tâm hơn thua đó, tâm đấu đá đó. Chui vào những thân xác đó rồi vẫn không dừng lại những tranh giành, đấu đá, giết hại. Đôi khi sự độc ác, sự tàn ác của mình còn mãnh liệt hơn. Tâm mê này đã từng chui vào bao nhiêu cái thân rồi, bao nhiêu cái hình thức rồi. Cái thân đang ngồi đây của chúng ta là cái thân thứ bao nhiêu mà tâm mê này đã chui vào, không biết được. Chui vào rồi chấp thủ, rồi ta đây, rồi cuối cùng thân này tan hoại, thân này hoại diệt, thân này tan rã, thân này tiêu hủy. Rồi tâm mê lại chạy đi tìm kiếm chui vào bào thai khác.

Thành ra vì vậy chúng ta muốn tu tập được một cái tâm như đất, như nước, như gió, như lửa, như là giẻ rách thì chúng ta phải phá được cái ảo ảnh này, ảo ảnh về tự thân này thì mới làm được, mới thực hành được. Phải có một sự tu tập, một sự quán chiếu mạnh mẽ và thâm sâu. Phá cái hình ảnh của cái sắc thân này, nó không phải là một cái gì của mình cả.

Vừa kết hợp ở trong đó là sự tu tập quán chiếu như vậy, vừa kết hợp trong đó là tu tập một cái tâm lượng rộng lớn. Khi chúng ta quán chiếu thấy cái thân này là duyên sanh, là máu thịt, là xương, gân, da ở trong đó, chúng ta cho cái tâm này bung ra khỏi cái thân này. Nó phá tan cái thân này như một quả bom nó nổ và phá tan nơi quả bom đó đang ở. Cũng như vậy

trong sự quán chiếu này, bằng sự vận dụng trí tuệ phía bên trong, vận dụng thọ, tưởng, hành ở trong đó phá tan cái hình ảnh của tự thân. Cho nó nổ tan xác, cho nó nổ tan tành, cho nó nổ không còn nguyên vẹn một cái gì cả.

Trong đó bùng vỡ khỏi cái thân này là một cái tâm rộng lớn, một cảm thọ rộng lớn, một cái tưởng rộng lớn, một cái thức rộng lớn, không còn nhỏ hẹp trong cái hình ảnh của tự thân này nữa.

Phải nhìn thấy, phải thành tựu trí tuệ về ngũ uẩn. Phải thấy được những cái hình ảnh, những cái ảo ảnh gương mặt của chúng ta ở trong nội tâm của chúng ta. Cái bản ngã của chúng ta là cái gì? Chính là cái ảo ảnh đó đó. Phải nhìn thấy cái tướng đó, nhìn thấy cái thọ đi kèm trong cái tướng đó, cảm giác về cái ta đó, cảm giác về cái ảo ảnh đó. Phải nhìn thấy những cái đó.

Và bằng những pháp quán mà Đức Phật đã chỉ dạy để đưa những cái tướng khác vào để phá tan cái tướng ảo ảnh này. Người phàm phu họ sống và phục vụ cho sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Thánh đệ tử bằng tuệ nhãn mà Đức Phật đã chỉ dạy về sắc, thọ, tưởng, hành, thức thì vị này vận dụng sắc, thọ, tưởng, hành, thức để diệt sắc, thọ, tưởng, hành, thức.

Diệt cái sắc thân này bằng một cái sắc thân hình tướng hôi thúi, xanh lè, đen thui, khủng khiếp. Diệt cái cảm thọ này bằng sự tu tập không chế các cảm thọ, điều khiển các cảm thọ, có thể đẩy lùi những cảm thọ bất

thiện để đưa vào một cảm thọ hiền thiện. Dùng sắc diệt sắc, dùng thọ diệt thọ, dùng tưởng diệt tưởng, dùng hành để diệt hành, dùng thức diệt thức trong những sự thấy nghe, những thức rõ biết, có thể diệt tận những cái thức này bằng cái sự đưa tâm hướng về nơi khác, sự chú ý khác, quán sát và rõ biết một cái khác.

Sự vận dụng và sự tu tập ở đây là gì? Vận dụng trí tuệ thấy ngũ uẩn đó và như lý tác ý để sanh khởi ra những thọ, tưởng, hành, thức thích hợp trong sự đào thải sự chấp trước những thọ, tưởng, hành, thức đang có mặt trong tự thân.

Ví như có một bài kinh, một vị hỏi ngài Anan rằng là làm sao để mà có thể diệt được, nhiếp phục được cái dục tham mà đức Phật đã chỉ dạy. Thì ngài Anan nói rằng lấy như ý túc, tứ như ý túc, dục như ý túc, tinh tấn như ý túc, tâm như ý túc và tư duy như ý túc để diệt cái dục và tham.

Vị Bà la môn kia nói lạ à, sao mà lấy dục diệt dục được, không diệt cái dục này mà lấy cái dục đó diệt làm sao diệt được dục như ý túc. Ngài Anan mới trả lời rằng ví như là ông khởi lên cái ý là về một chỗ nào đó, ông nghĩ đến chỗ đó và muốn đi đến chỗ đó, để có thể đi đến chỗ đó thì ông phải có ước muốn đến cái chỗ đó thì ông mới đến được. Rồi sau khi ước muốn thì ông phải có sự đứng dậy siêng năng tinh tấn để đi đến đó, ông phải để tâm trong khi đi đến đó và ông phải suy tư cách để đi đến đó cho đúng thì ông sẽ đi đến đó thôi. Và sau khi đi đến đó rồi ông làm xong

việc rồi thì thôi, ông còn ước muốn này hay không, ông còn cái dục này hay không, hết rồi, làm xong việc rồi.

Thì cũng giống như vậy, trong sự tu tập này của chúng ta, đối với những sắc, thọ, tưởng, hành, thức ám ảnh, dính mắc chi phối, khống chế và chúng ta, thì chúng ta phải dùng trí tuệ, phải như lý tác ý làm cho sanh khởi những cái thọ, tưởng, hành mà có thể đẩy lùi đẩy phá tất cả những dục, ái, tham sân si dính mắc đối với lại ngũ uẩn.

Đối trước một cái tâm sân hận, một cảm giác sân hận chúng ta như lý tác ý để đào thải cái cảm giác đó ra, chúng ta tu tập tâm từ, tâm bi, tâm hiền, tâm ngoan, đưa vào trong tâm mình những cảm thọ hiền thiện để đào thải những cảm thọ sân hận độc ác ra khỏi thân tâm của chúng ta.

Đối với những cái tướng bất thiện chúng ta đưa vào trong đó, tác ý vào trong đó những cái tướng hiền thiện, hiền ngoan, dễ thương, khả ái. Đối với những ý hành bất thiện, những tà tư duy chúng ta đưa vào trong đó là những chánh tư duy. Và sau khi đưa vào trong thân tâm ta những pháp hiền thiện hoàn toàn rồi, đẩy lùi tất cả những pháp bất thiện ra khỏi thân tâm này rồi và bước tiếp theo đó là sự buông xả.

Thiền thứ nhất là sự làm sung mãn niềm hoan hỷ của một trạng thái tâm hiền thiện xả bỏ tất cả những pháp bất thiện, những pháp ác trong nội tâm của mình. Thiền thứ nhất là sự sung mãn về thiện pháp và hoan hỷ trong sự sung mãn về thiện pháp đó.

Thiền thứ hai là bắt đầu xả bỏ luôn những tâm tư ôm ấp thích khoái đối với lại những thiện pháp đó, và quay về an trú trong một trạng thái nội tâm tĩnh lặng và hoan hỷ đối với sự tĩnh lặng đó.

Thành ra sự tu này là phải có thứ tự có từng bậc, chứ không phải nhào vô một cái là thiện ác bỏ hết ráo hết, không làm được không đúng pháp. Khi bất thiện còn chưa có đào thải được và không rõ bất thiện là gì mà bỏ hết thì thật ra đó chỉ mới là cái khẩu nó bỏ thôi, chứ thọ, tưởng, hành và những bất thiện ở trong đó chưa hề được buông bỏ.

Thành ra đầu tiên hết là phải có trí tuệ thấy được thiện và bất thiện là gì, rồi tu tập đưa vào thân tâm mình những thiện pháp để đào thải những bất thiện pháp. Và thiện pháp thành tựu viên mãn rồi, an trú viên mãn rồi, tẩy rửa hoàn toàn tất cả những nhơ bẩn trong nội tâm này rồi, không còn bóng dáng của bất thiện pháp nào ở trong đây nữa, thuần là một thân tâm thuần thiện mát dịu ngọt ngào ở trong đó thì khi đó mới bắt đầu bỏ cái bất thiện.

Thứ tự con đường đi trong Bát Chánh Đạo là hết sức rõ ràng, có thứ, có bậc, có lớp, có lang, hết sức là rõ ràng. Không có nhào vô bắt chúng ta hết tham sân si liền đâu, mà phải có thứ tự, phải có thời gian, phải có sự thực hành.

Cái quan trọng nhất trong khởi sự tu là phải có chánh tri kiến, sự tu đó mới đưa đến chánh quả, chánh kiến mới đi đến chánh quả chứ, chánh kiến thì mới đi đến chánh giải thoát chứ, sự tu nào mà không nói về chánh kiến

thì làm sao mà đi đến chánh quả, chánh giải thoát, làm sao đi đến được chánh trí.

Thành ra trong con đường này chúng ta phải nghiêm túc cẩn trọng trong sự tu học về chánh tri kiến, trong sự tu học nhìn nhận về thân tâm mình. Và con thưa với chúng ta rằng ngũ uẩn này và những lậu hoặc rác bần đang ẩn trốn trong ngũ uẩn này là những thứ hết sức tinh ranh ma quái quỷ quyết xảo quyết. Trên cuộc đời này cái gọi là tinh ranh ma quái quỷ quyết chính là ngũ uẩn và những sâu bọ rắn rít yêu tinh yêu quái trong cái nội tâm này. Thành ra trong sự tu học ngũ uẩn này mà lơ mơ là sẽ lại rơi rớt vào trong cái vòng tay của ngũ uẩn, vào trong cái vô minh đối với ngũ uẩn mà ra không nổi.

Lời con đã nhắc đi nhiều lần với chúng ta là đừng có ý lại, đừng có ý y trong sự tu học về ngũ uẩn này, và đừng thấy thỏa mãn trong sự tu học này, tâm luôn khao khát mong cầu học hỏi và học hiểu về ngũ uẩn. Cho đến khi thật sự trí tuệ của mình rực sáng chói sáng trong cuộc sống này, những rác bần trong mình được diệt tận bảy tám phần mười rồi, khi đó mới dám nghĩ đến sự an toàn của mình trên con đường ra khỏi sanh tử luân hồi đối với lại những cái ngũ uẩn.

Không thỏa mãn trong sự tu học là nét hạnh vi diệu của một người tu, luôn khao khát học hỏi, khao khát nghe được chánh pháp, khao khát được lắng những lời giảng dạy chân chánh là sự vi diệu của một người tu, đó là lời của đức Phật đó.

Cho nên trong phần kinh đệ tử của đức Phật là gì? Diệuhạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, trực hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, chơn chánh hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, ứng lý hạnh là chúng đệ tử của Thế Tôn, như pháp hành là chúng đệ tử của Thế Tôn. Và một trong những diệuhạnh của người con Phật đó là nét hạnh khao khát tu tập học hỏi trong các thiện pháp, khao khát được nghe pháp, khao khát được thực hành pháp và tùy pháp.

Nét hạnh như vậy, khao khát như vậy, thêm muốn trong sự tu học như vậy, đó là diệuhạnh của những người con Phật, là đức hạnh vi diệuhiền thiện tuyệt diệuhcủa những người con chân chánh của đức Phật.

Xin chúng ta hãy ôm ấp trong lòng, hãy gìn giữ trong lòng những thiện pháp mà mình đã được nghe và hãy khéo nuôi dưỡng những thiện pháp này, khéo gìn giữ những thiện pháp này để đưa thân tâm mình ngày càng tiến dần đến Thánh đạo và Thánh quả, đi đến được bến bờ của sự bình an và giải thoát sanh tử.