

THẤY NGŨ UẨN LÀ THẤY PHẬT 1 (26)

Trong buổi tìm hiểu và làm quen với kinh Nikaya hôm nay, con xin giới thiệu với chúng ta một bài kinh Vakkali, Tương Ưng bộ, quyển 3, trang 216. Vì con thấy bài kinh này cần thiết cho chúng ta được làm quen, cho nên con đã đem bài kinh này ra giới thiệu.

1) Như vậy tôi nghe.

Một thời Thế Tôn trú ở Rājagaha (Vương Xá), Veluvana (Trúc Lâm), tại chỗ nuôi dưỡng các con sóc.

2) Lúc bấy giờ, Tôn giả Vakkali trú tại nhà một thợ gốm, đang bị bệnh, đau đớn, trầm trọng.

3) Rồi Tôn giả Vakkali gọi những người thị giả:

- Đến đây, các Hiền giả! Hãy đi đến Thế Tôn; sau khi đến, nhân danh ta cúi đầu đánh lễ chân Thế Tôn và thưa: "Bạch Thế Tôn, Tỷ-kheo Vakkali bị bệnh, đau đớn, trầm trọng; (Vakkali) cúi đầu đánh lễ chân Thế Tôn và thưa: 'Lành thay, bạch Thế Tôn, Thế Tôn vì lòng từ mẫn hãy đi đến Tỷ-kheo Vakkali.'"

4) Thưa vâng, Hiền giả.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Tôn giả Vakkali, đi đến Thế Tôn; sau khi đến đánh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Ngồi xuống một bên, các Tỷ-kheo ấy bạch Thế Tôn:

Và vị Tỷ kheo ấy lặp lại lời Tôn giả Vakkali.

5) Thế Tôn im lặng nhận lời.

6) Rồi Thế Tôn đắp y, cầm y bát, đi đến Tỷ-kheo Vakkali.

7) Tôn giả Vakkali thấy Thế Tôn từ xa đi đến, thấy vậy liền cố gắng từ giường ngồi dậy.

8) Thế Tôn nói với Tôn giả Vakkali:

- Thôi Vakkali, Ông chớ có cố gắng từ giường ngồi dậy. Có chỗ ngồi đã soạn sẵn, Ta sẽ ngồi trên chỗ ngồi ấy.

Rồi Thế Tôn ngồi xuống trên chỗ ngồi đã soạn sẵn.

9) Sau khi ngồi, Thế Tôn nói với Tôn giả Vakkali:

- Ông có kham nhẫn được không? Ông có chịu đựng được không? Có phải khổ thọ tổn giảm, không tăng trưởng? Có phải có những dấu hiệu tổn giảm, không phải tăng trưởng?

Tức là Thế Tôn hỏi ông có kham nhẫn được không và bệnh của ông có thuyên giảm hay không.

- Bạch Thế Tôn, con không có thể kham nhẫn! Con không có thể chịu đựng! Khổ thọ kịch liệt tăng trưởng nơi con, không có tồn giảm. Có những dấu hiệu tăng trưởng, không có tồn giảm.

Tức là ngài Vakkali trả lời là không có bớt và bệnh ngày càng nặng hơn.

10) Nay Vakkali, Ông có gì phân vân, hối hận không?

- Bạch Thế Tôn, thật sự con có nhiều phân vân, có nhiều hối hận!

11) Nay Vakkali, Ông có gì tự trách mình về giới luật không?

- Bạch Thế Tôn, con không có gì tự trách mình về giới luật.

12) Nay Vakkali, nếu Ông không có gì tự trách mình về giới luật, vậy Ông có gì phân vân, có gì hối hận ?

Tức là sau khi Đức Phật hỏi rằng là bệnh Ông có giảm, có đỡ đau không thì Ông nói rằng không, bệnh ngày càng nặng hơn. Rồi Đức Phật mới hỏi tiếp vậy Ông có cái gì phân vân hối hận không, thì Ông bảo rằng là thật sự con có rất nhiều phân vân hối hận lắm, rồi Đức Phật mới hỏi vậy Ông có cái gì tự trách mình về giới luật phải không. Thì Ông mới trả lời là không. Sau đó Đức Phật nói nếu không có cái gì trách mình về giới luật vậy Ông có cái gì phân vân, có cái gì hối hận. Thì ngài mới trả lời rằng là:

- Đã từ lâu, bạch Thế Tôn, con muốn đến để được thấy Thế Tôn. Nhưng thân con không đủ sức mạnh để được đến thấy Thế Tôn.

13) *Thôi vừa rồi, này Vakkali, có gì đáng thấy đối với cái thân hôi hám này. Này Vakkali, ai thấy Pháp, người ấy thấy Ta. Ai thấy Ta, người ấy thấy Pháp. Này Vakkali, đang thấy Pháp, là thấy Ta. Đang thấy Ta, là thấy Pháp.*

Đó là câu mà Đức Phật nói với Ngài Vakkali, một hơi nữa chúng ta sẽ đi sâu vào câu nói này. Tiếp theo Đức Phật nói rằng :

14) Này Vakkali, Ông nghĩ thế nào, **sắc** là thường hay vô thường?

- Là vô thường, bạch Thế Tôn.

- Cái gì vô thường, là khổ hay là lạc ?

- Là khổ, bạch Thế Tôn.

- Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, có hợp lý chăng khi quán cái ấy là: "Cái này là của tôi. Cái này là tôi. Cái này là tự ngã của tôi" ?

- Thừa không, bạch Thế Tôn.

- **Thọ... Tưởng... Các hành... Thức** là thường hay vô thường?

- Là vô thường, bạch Thế Tôn.

- Cái gì vô thường là khổ hay lạc ?

- Là khổ, bạch Thế Tôn.

- Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, có hợp lý chẳng khi quán cái ấy là: " Cái này là của tôi. Cái này là tôi. Cái này là tự ngã của tôi"?

- Thừa không, bạch Thế Tôn.

15-16) - Do thấy vậy, bậc Thánh đệ tử nhằm chán đối với **sắc**... đối với **thọ**... đối với **tưởng**... đối với các **hành**... nhằm chán đối với **thức**. Do nhằm chán, vị ấy ly tham. Do ly tham, vị ấy giải thoát. Trong sự giải thoát, trí khởi lên: *"Ta đã được giải thoát"*. Vị ấy biết rõ: *"Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, những việc nên làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa"*.

17) Rồi Thế Tôn, sau khi giáo giới cho Tôn giả Vakkali với bài giáo giới này, từ chỗ ngồi đứng dậy và đi đến núi Gijjhakùta (Linh Thú).

18) Rồi Tôn giả Vakkali, sau khi Thế Tôn đi không bao lâu, liền gọi các thị giả:

- Hãy đến ta, này chư Hiền, hãy nhắc cái giường ta và đi đến tảng đá đen, tại sườn núi Isigili (hang của Tiên nhân). Làm sao người như ta, lại nghĩ đến mệnh chung trong một căn nhà?

19) -Thưa vâng, Hiền giả.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Tôn giả Vakkali, nhắc chiếc giường với Tôn giả Vakkali đi đến tảng đá đen, tại sườn núi Isigili.

Chúng ta tạm dừng tại đây. Tất nhiên đây là một đoạn kinh mà Đức Phật đi đến thăm một vị Tỷ-kheo bị bệnh nặng và ở trong giai đoạn cuối của sự sống. Thông qua bài kinh này, chúng ta cũng học hỏi được rằng tuy mình là một người tu, ngay cả khi Đức Phật đi đến thăm, gặp gỡ các vị Tăng Ni thì Đức Phật vẫn giữ đúng một pháp xã giao, vẫn hỏi thăm, vẫn thăm hỏi về bệnh tình, có khỏe hay không.

Thông qua bài kinh này, chúng ta sẽ biết cách khi mình đến thăm người bệnh nặng và sắp mất, mình sẽ làm gì. Hay còn gọi là đây là một bài kinh cho mình biết cách đến thăm một người bệnh sắp mất, thăm hỏi họ như thế nào, cần hỏi chuyện họ ra sao và nhắc nhở họ trong sự tu học như thế nào. Bài kinh này thật sự quan trọng và cần thiết trong cuộc sống của chúng ta. Cho nên bài kinh này chúng ta đọc như vậy nhưng thật sự rất quan trọng trong cuộc sống. Bài kinh này cũng có thể áp dụng trong việc hộ niệm người sắp mất.

Tức nhiên, khi có người sắp mất, sắp ra đi, mình đến trong tư cách là một người con Phật, mình sẽ hộ niệm người đó như thế nào, giúp đỡ người đó ra sao trước khi họ ra đi. Khi đến thì vẫn hỏi thăm bình thường, rồi sau đó hỏi vị đó xem trong lòng có cái gì phân vân, hối hận, luyến tiếc, bất ổn, bất an hay không, để mình giúp người đó giải tỏa ra tất cả những cái gọi

là nội kết còn ở trong tâm, để họ ra đi thanh thản, không bị gút mắc gì ở trong lòng.

Thành ra, đầu tiên khi đến thăm một người sắp mất là thăm hỏi. Sau đó hỏi tâm họ có gì an lạc hay bất an. Rồi tiếp theo xem người này có giữ tròn giới hạnh, có gì hối hận hay không. Đây là cách khéo léo để mình hỏi tâm của người đó xem họ còn có gì khuấy mắc phía bên trong hay không.

Sau đó, Tôn giả Vakkali nói với Đức Phật rằng con không có sự tự trách mình về giới luật, không có một sự hối hận nào về giới luật, nhưng trong lòng ông có một sự phân vân, một sự không vui trong lòng. Đó là lâu ngày rồi ông không có sức để đến thăm Đức Phật, cho nên trong lòng cảm thấy không vui.

Khi nghe như vậy, Đức Phật nói rằng – câu này rất quan trọng. Chính vì câu nói này mà con đem nguyên bài kinh này ra giới thiệu với chúng ta, vì đây là câu nói quan trọng, câu nói đặc biệt trong toàn bộ kinh Nikaya mới có. Thành ra sau này ai nói câu này chúng ta biết liền câu nói này nằm trong kinh Vakkali, không thể nào nằm trong bài kinh nào khác của Nikaya. Đó là Đức Phật nói rằng:

"Thôi vừa rồi, này Vakkali, có cái gì đáng thấy đối với cái thân hôi hám này. Này Vakkali, ai thấy pháp người ấy thấy Ta. Ai thấy Ta người ấy thấy pháp. Này Vakkali, đang thấy pháp là thấy Ta, đang thấy Ta là thấy pháp."

Câu nói này là một câu rất tuyệt vời và đưa đến cho chúng ta học hỏi rất nhiều. Đối với người con Phật, có nhiều khi chúng ta đến với đạo Phật, tu tập theo đạo Phật với những hình thức tu tập khác nhau. Đôi khi chúng ta mong ước được thấy Phật, cầu nguyện được thấy Phật, hay thấy được một chút gì đó - hào quang, bóng dáng gì đó của Đức Phật - chúng ta đã vui lòng rồi. Vậy cái sự thấy như vậy là đúng hay không?

Chính qua câu nói này, chúng ta sẽ biết rằng những ước mong đó của chúng ta là đúng pháp hay không đúng pháp. Đức Phật dạy rằng: **“Có gì đáng thấy đối với cái thân hôi hám này.”** Ngay cả đối với cái thân của Đức Phật, Đức Phật cũng dạy rằng có gì đáng thấy đối với cái thân hôi hám này. **“Ai thấy pháp thì người ấy thấy Ta. Ai thấy Ta người ấy thấy pháp.”** Nay Vakkali, đang thấy pháp là thấy Ta, đang thấy Ta là thấy pháp.

Thành ra, thông qua bài kinh này, chúng ta hiểu như thế nào là cái sự thấy Phật chân chánh mà Đức Phật hướng dẫn cho chúng ta. Tức là trong sự tu tập này, chúng ta cần phải thấy pháp, chứ không phải là chúng ta thấy sắc tướng của Đức Phật hiện ra gọi là thấy Phật. Khi nào trong sự tu tập chúng ta nhìn thấy được pháp thì khi đó gọi là chúng ta đang thấy thật sự một Đức Phật Thích Ca Như Lai. Còn khi chúng ta chưa thấy pháp, mà hiện ra trước mặt chúng ta là một ông Phật ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp, thì đó vẫn chỉ là một sắc tướng mà thôi. Nó vẫn chỉ thuộc về sắc uẩn mà thôi.

Nếu là sắc hình của cõi Sắc giới thì cho dù có một sắc tướng như vậy, chứ không phải một cái thân bằng da, bằng thịt, bằng xương như mình, thì đó vẫn là một sắc pháp, chứ không phải thật sự chúng ta thấy Đức Phật.

Thành ra trong sự tu học này, sự tu học chân chánh là chúng ta phải thấy được những điều mà Đức Phật muốn đem ra hướng dẫn, chỉ dạy cho chúng ta, chứ không phải chúng ta cần thấy một sắc hình, một sắc ảnh, một sắc tướng nào đó về Đức Phật cả. Chính vì vậy, Đức Phật nói: **“Ai thấy pháp thì người đó thấy Ta. Ai thấy Ta người ấy thấy pháp.”**

Nếu chúng ta nhìn thấy Đức Phật thật bằng da thịt ở ngoài đời mà thông qua con người này chúng ta không thấy được pháp Ngài dạy, thì dù đối diện với Ngài, dù ngồi chung với Ngài, dù ăn cơm chung một mâm với Ngài, chúng ta vẫn không thấy Ngài. Đó là ý nghĩa của câu **“Ai thấy Ta là người ấy thấy pháp”** là như vậy.

Như ngày hôm nay, chúng ta đang ngồi đối diện với chúng ta là hình tượng của Đức Phật. Nếu chúng ta nhìn vào hình tượng này mà chỉ thấy đó là một hình tượng dát bằng vàng, có tướng hình của một tượng Phật Thích Ca ở Thái Lan, và chúng ta nhìn tượng này, đánh lễ, lễ bái mà không biết rằng khi thấy hình tượng này là chúng ta phải thấy được những điều mà hình tượng này muốn dạy dỗ, nhắc nhở, chỉ dẫn cho chúng ta, thì chúng ta nhìn hình tượng và lễ lạy như vậy vẫn là không đúng pháp.

Tượng Phật tượng trưng cho thân tướng của Đức Phật Thích Ca còn tại thế, và thông qua thân tướng này, hình tượng này để chúng ta nhớ lại những gì Ngài dạy, chúng ta áp dụng thực hành và tu tập. Như vậy mới thực sự là chúng ta thấy Phật, đánh lễ Phật. Cho nên **“Ai thấy Ta người ấy thấy pháp”** là như vậy. Và **“Đang thấy pháp là thấy Ta”** - trong khi chúng ta đang nhìn thấy được những điều Ngài chỉ dạy cho mình, chính là chúng ta thấy Phật đó, chứ không phải chúng ta nhìn thấy Phật là chúng ta bảo là tôi thấy Phật. **“Đang thấy Ta là thấy pháp.”**

Thành ra câu này là một câu rất quan trọng. Và chắc có lẽ rằng trong lòng chúng ta đang thắc mắc: thấy pháp gì mà thấy Phật, phải không ạ? Thấy pháp gì mà thấy Phật? Thấy ngũ uẩn là thấy Phật.

Tại sao trả lời như vậy? Có liên hệ phần sau của bài kinh. Phần đầu, khi Đức Phật vừa nói như vậy xong, lập tức Đức Phật nói về ngũ uẩn. Sau đó Đức Phật hỏi liền: **“Này Vakkali, ông nghĩ thế nào, sắc là thường hay vô thường?”** — **“Là vô thường, bạch Thế Tôn.”** Rồi Đức Phật hỏi tiếp ông Vakkali về ngũ uẩn.

Như vậy, thông qua bài kinh này và nhiều bài kinh khác, chúng ta thấy rằng Đức Phật khi giảng dạy Chánh pháp chính là chỗ Ngài giảng, Ngài chỉ cho chúng ta nhìn thấy về ngũ uẩn. Và một khi chúng ta thành tựu được trí về ngũ uẩn, khi đó chúng ta được gọi là thấy pháp. Mà khi thấy pháp có phải là chúng ta thấy Phật không? Thành ra chúng ta an tâm chưa, có sợ mình tu mà không thấy Phật không? Cho nên bất cứ khi nào trong

sự tu học này mà chúng ta nhìn thấy được ngũ uẩn, đó là chúng ta nhìn thấy được Đức Phật rồi đó.

Và trong khi chúng ta đang quán sát, đang học hiểu về ngũ uẩn, là chúng ta đang nhìn thấy Phật. Mà khi nào chúng ta quán một tượng Phật, đánh lễ một tượng Phật, thì lập tức chúng ta phải nhìn thấy, phải nhớ đó là một sắc pháp. Sắc pháp này tượng trưng cho những lời dạy hướng cho mình nhìn thấy được ngũ uẩn: ngũ uẩn phía bên ngoài và ngũ uẩn phía bên trong nội tâm của mình. Khi nào chúng ta nhìn thấy tượng Phật mà không nhớ tượng Phật tức nhiên là không nhớ những điều mà Đức Phật đã chỉ dạy, tức nhiên là thật sự chúng ta đã làm không đúng lời dạy của Đức Phật.

Tiếp theo, Đức Phật hướng dẫn cho Ngài Vakkali về sắc, thọ, tưởng, hành và thức. Đoạn văn này chúng ta đọc thấy bình thường lắm phải không ạ?

"Sắc là thường hay vô thường?" - "Là vô thường, bạch Thế Tôn."

"Cái gì là vô thường, là khổ hay là lạc?" - "Là khổ, bạch Thế Tôn."

"Cái gì vô thường, chịu sự biến hoại, có hợp lý chẳng khi quán cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi?" - "Thưa không, bạch Thế Tôn."

Câu này chúng ta thấy rất đơn giản như vậy, nhưng đoạn kinh ngắn này chúng ta rất cần phải học thuộc lòng, vì đây là sự quán chiếu về ngũ uẩn mà chúng ta cần phải tu tập. Nếu chúng ta không tu tập sự quán chiếu này,

thì thân ngũ uẩn này và ngũ uẩn của thế giới này, chúng ta sẽ không thể phá vỡ được.

Thành ra, tuy là một đoạn văn rất bình thường, con đọc đoạn văn này không biết bao nhiêu lần, nhưng không biết lần thứ bao nhiêu, mấy chục hay một trăm gì đó, con mới nhận diện ra được giá trị của đoạn văn này, và thấy rằng nó rất quan trọng trong sự tu học của chúng ta. Cứ như vậy thôi. Khi Đức Phật hỏi, hoặc ngay cả khi Đức Phật giảng một bài pháp cuối cùng để hướng dẫn Ngài La Hầu La đạt vào trong quả vị cao nhất, thì Đức Phật vẫn hướng dẫn đoạn kinh này, không phải đoạn kinh nào khác.

Chính vì vậy mà khi con đọc nhiều bài kinh, con thấy ngay cả khi dẫn dắt những vị Tỷ-kheo đi vào những quả vị cuối cùng, vẫn là đoạn kinh này, không phải là đoạn kinh nào khác. Từ đó con mới xem xét kỹ lại giá trị của đoạn văn này, và con thấy nó rất quan trọng trong sự tu học của chúng ta.

Trước hết, đối với những sắc thân này, cảm thọ này, hình bóng trong nội tâm của mình, những lời nói, âm thầm suy nghĩ trong nội tâm của mình, và sự rõ biết trong nội tâm của mình - đối với tất cả những pháp này, chúng ta cần phải nhìn nhận, phải quán chiếu được sự vô thường của nó. Và trong sự vô thường đó, chúng ta thấy rõ rằng: đối với những thứ vô thường này, khi dính mắc, chấp trước vào nó, thì khi nó vô thường hoại diệt, nó sẽ mang đến sự đau khổ cho chúng ta.

Cho nên Đức Phật mới nói rằng: **"Cái gì là vô thường là khổ hay là lạc?" - "Là khổ, bạch Thế Tôn."** Và câu thứ ba Đức Phật hỏi rằng: **"Cái gì là vô thường, là khổ, chịu sự biến hoại, chịu sự hoại diệt, thì có hợp lý chăng khi quán cái ấy là: Cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi?" - "Thưa không, bạch Thế Tôn."**

Như vậy, đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức, một hành giả tu tập thứ nhất là nhìn ra được cái bản chất vô thường của nó. Thứ hai, nhìn thấy được rằng tất cả những cái gì vô thường thì đều dẫn đến sự đau khổ nếu như tâm dính mắc, chấp trước ở trong đó. Và điều thứ ba, rằng đối với tất cả những thứ vô thường, khổ và hoại diệt như vậy, cần phải quán rằng những cái đó không phải là mình, không phải là của mình, không phải là tự ngã của mình.

Và điều này có nghĩa là gì? Sau này cũng vậy, khi mà bản thân chúng ta đi đến giờ phút thân hoại mạng chung thì chúng ta làm gì?

Cô Diệu Thiện: Buông xả.

Cô: Mà xả như thế nào? Mình phải biết từng cái đã. Còn bằng không, mình chỉ mới xả trên vật chất mà thôi, chứ mình chưa xả được về khía cạnh tinh thần hay khía cạnh nội tâm. Mình biết tất cả là giả. Bây giờ thí dụ như mình chết đi, đến giờ phút thân hoại mạng chung, tất cả những cái xung quanh này là giả, mình xả được phải không? Cái thân này là giả, mình xả được phải không? Nhưng mà có những cái mình xả không được.

Tình thân - đó là tình cảm, đó là ái - mình biết mình phải xả. Nhưng mình quán xả như vậy, những cảm giác trong người mình có thấy để xả hay không? Những cái tưởng, những cái bóng đang trong nội tâm của mình, mình cũng phải thấy để xả nó. Những lời nói âm thầm, những suy nghĩ trong đầu mình, mình cũng phải xả luôn. Và ngay cả cái sự rõ biết đối với sắc, đối với thanh, đối với hương, đối với vị, đối với xúc và đối với cái nội tâm này, ngay cả cái biết này, chúng ta cũng phải từ bỏ nó. Sự xả như vậy gọi là sự xả đến tận xương tủy của sự tu tập, xả đến tận xương tủy của những pháp phải cần buông xả.

Con thí dụ nha, sự chia sẻ này để chúng ta nhớ cái bài pháp này. Sau này khi chúng ta bệnh về sau, về lúc thân hoại mạng chung, khi ở một mình, chúng ta biết chúng ta sẽ làm gì. Và nếu chúng ta đi thăm một người bạn mà chúng ta học pháp này, chúng ta biết mình sẽ làm cái gì. Chúng ta biết được con đường đi của mình, biết được đường để mình ra. Chúng ta rõ chỗ này ha?

Là như thế nào? Khi mình nằm nhắm mắt lại, về bản thân mình thôi, nhắm mắt lại mình thấy thân thể mệt mỏi lắm rồi, suy kiệt lắm rồi, sự ra đi sắp đến gần rồi. Làm sao tui đi đây? Thì khi đó, chúng ta nằm, chúng ta quán chiếu: *thân không phải của mình, cảm giác của thân và của tâm này cũng không phải của mình, bóng dáng những hình ảnh trong nội tâm này cũng không phải của mình, những lời nói âm thầm này không phải là mình, và thức, sự rõ biết sáu trần, không phải là mình*. Chúng ta rút tâm mình ra

khỏi những pháp này, không để tâm này nhập vô pháp này và xem đó là mình.

Và trong một bài kinh **Giáo Giới Cấp Cô Độc** (Trung bộ quyển 3), khi mà Ngài Cấp Cô Độc sắp ra đi, Ngài Cấp Cô Độc cũng nhờ một vị Tỷ-kheo đến mời Ngài Xá Lợi Phất đến để có những lời nhắc nhở, hướng dẫn trước lúc ông ra đi. Khi đó, Ngài Xá Lợi Phất đã đến gặp Ngài Cấp Cô Độc và sau đó Ngài Xá Lợi Phất đã hướng dẫn cho Ngài Cấp Cô Độc ngay tại chỗ đó xả tất cả như vậy.

Đặc biệt là khi hướng dẫn đến chỗ xả về **thức**, Ngài nói rằng:

"Ông sẽ không có sự rõ biết, không có nhãn thức trong chỗ mắt và các sắc và xúc; ông sẽ không có nhĩ thức; ông sẽ không có tỷ thức; ông sẽ không có thiệt thức; ông sẽ không có thân thức; và ông sẽ không có ý thức, không có rõ biết các pháp. Ông hãy chìm sâu vào trong cõi chết đi."

Thì lúc đó, nước mắt của Ngài Cấp Cô Độc trào ra. Ngài Xá Lợi Phất mới hỏi rằng:

"Sao ông lại khóc? Ông muốn trôi lên sự sống này hả? Ông còn luyến tiếc sự sống này hả?"

"Dạ không, vì đây là lần đầu tiên con được nghe một bài pháp vi diệu như vậy. Từ đó tới giờ con chưa được nghe một bài pháp nào như vậy."

Ngài Xá Lợi Phất mới nói rằng:

"Những pháp môn thâm sâu như vậy không có giảng cho cư sĩ nghe. Nhưng mà hôm nay ta mang ra giảng cho ông nghe."

Thì Ngài Cấp Cô Độc mới nói:

"Xin từ nay hãy giảng những bài pháp vi diệu như vậy cho cư sĩ chúng con được nghe. Sẽ có những người nhận hiểu được."

Sau đó, Ngài Xá Lợi Phất đi về và Ngài Cấp Cô Độc đêm đó cũng từ trần. Dù rằng Ngài Cấp Cô Độc rất hoan hỷ và thực hành rất tốt trong sự hộ niệm đó của Ngài Xá Lợi Phất, nhưng vẫn còn tàn dư của lậu hoặc. Tuy Ngài ra đi bằng chánh kiến như vậy, nhưng vì vẫn còn lậu hoặc cho nên Ngài vẫn tiếp tục tái sanh. Nhưng sự tái sanh của Ngài là sự tái sanh của một vị đã thành tựu một trong các Thánh quả, chứ không phải là tái sanh của một vị phàm phu nữa. Tức nhiên là sau sự tái sanh, một vài đời sống nữa thì Ngài sẽ hoàn toàn đi đến tâm hoàn toàn giải thoát, chứ không còn sanh tử triền miên nữa. Và sau đêm đó mạng chung, Ngài Cấp Cô Độc đã được sanh ở một cảnh Thiên giới.

Như vậy, khi mà giờ phút thân hoại mạng chung, và ngay cả từ bây giờ, thứ nhất là chúng ta tập nhận diện về ngũ uẩn. Sau khi nhận diện được ngũ uẩn, bắt đầu chúng ta quán sát tính chất nhân duyên làm cho nó sanh và nó diệt. Thứ ba là bắt đầu chúng ta quán sát sự vô thường và tu tập tâm từ bỏ đối với ngũ uẩn.

Để làm chi? Để giờ phút thân hoại mạng chung chúng ta nhớ, chúng ta quán như vậy. Mình nằm, mình thấy tất cả những pháp này không phải là mình. Ngay cả cái thấy, cái nghe, cái ngửi, cái nếm, cái xúc chạm và cái hay biết - tất cả những pháp này không có pháp nào là của mình. Mình rút tâm mình ra khỏi những pháp này thì, dù rằng tiến triển trạng thái tâm của mình còn lâu hoặc nhiều hay ít, nhưng mà chắc chắn chúng ta là một trong những người thể nhập vào trong con đường Thánh đạo đưa đến sự giải thoát. Điều đó là chắc chắn, không có sai khác được nếu chúng ta thực hành chân chánh.

Và ý nghĩa thứ hai rằng là, sau này chúng ta có những người bạn cùng học chung những pháp môn như vậy với chúng ta. Khi chúng ta đến thăm nhau trong giờ phút thân hoại mạng chung đó, chúng ta cũng có thể nhắc nhở nhau như vậy. Chúng ta có thể nhắc rằng:

"Nhớ nha, thân này anh hãy quán và từ bỏ; cảm giác cũng vậy, cũng phải từ bỏ; tưởng cũng vậy, biết nó không phải là mình, hãy từ bỏ chúng; suy nghĩ cũng vậy, hãy từ bỏ chúng; và thức, sự rõ biết, hãy từ bỏ chúng. Hãy từ bỏ hết tất cả những pháp này. Hãy để cho nội tâm thật là lắng sâu, lắng đọng vào phía bên trong, không hướng ra chấp trước bất cứ một cái gì ở phía bên ngoài."

Đó là cách chúng ta hộ niệm cho một người sắp ra đi. Và nhờ sự hộ niệm, sự nhắc nhở như vậy, người bạn của chúng ta sẽ nhớ trở lại, sẽ biết trở lại con đường mà mình sẽ đi, sẽ thực hành là như thế nào. Chúng ta rõ chưa?

Chúng ta yên tâm về sự ra đi sau này của mình chưa? Biết cách thực hành chưa?

Cho nên vấn đề hiện tại của chúng ta là gì? Là sự đòi hỏi chúng ta rằng ngay trong hiện tại này, chúng ta cần phải tu tập, cần phải thực hành để như thế nào tự mình có thể thấy được cái gọi là pháp, cái gọi là những điều mà Đức Phật chỉ dạy, đúng không?

Ai thấy Pháp người ấy thấy Ta. Ai thấy Ta là người ấy thấy Pháp.

Phật tử: Còn nếu mình bị bắt đắc kỳ tử, chẳng hạn như mình chưa kịp quán hoặc đang lái xe, hoặc dùng một cái mình mất thì thế nào?

Cô: Câu hỏi của chị rất là hay. Nếu dùng một cái mình mất như vậy, thì trong một bài kinh **Mahanama**, thì Ngài Thích tử Mahanama, tức nhiên là vị vua của dòng họ Thích Ca sau khi mà Đức Phật Thích Ca đã xuất gia, thì anh họ của Ngài là Ngài Mahanama lên làm vua trong dòng họ Thích Ca, có hỏi Ngài rằng:

"Con cảm thấy lo sợ lắm trong đời sống này. Con đi ra ngoài đường, con thấy có nhiều con bò điên, nhiều con trâu điên, người điên uống rượu say, họ có thể đâm vô con, con có thể chết bất cứ lúc nào. Con thấy con sợ quá. Nếu thành linh mà con ra đi như vậy thì sao?"

Đức Phật mới nói rằng:

"Này Mahanama, chớ có sợ hãi. Này Mahanama, chớ có sợ hãi."

Đức Phật nói rằng ví như một cái cây lâu ngày nó nghiêng về một hướng rồi, thì bây giờ bất cứ khi nào nó gãy thì nó sẽ gãy theo chiều hướng đó. Nếu bây giờ bình thường chúng ta quen tu tập về quán chiếu ngũ uẩn và từ bỏ ngũ uẩn, và chúng ta gặp một cái chết bất đắc kỳ tử như vậy, chắc chắn con đường này, cái cây này chúng ta nghiêng theo chiều hướng này thôi, không có gì phải sợ hãi.

Phật tử: Như vậy mình đâu có nhập vô dòng Thánh?

Cô: Vẫn nhập vô dòng Thánh. Tại vì ngay bình thường nếu chị đã quán, đã nhìn thấy được pháp, tức nhiên là chị đã thấy Phật. Chị thấy Phật là chị thấy pháp, lúc đó chị đã nhập vô dòng Thánh rồi. Còn khi trong giờ phút thân hoại mạng chung được duyên lành, biết tự mình tự quán sát ra đi, hoặc có bạn lành đến hướng dẫn cho mình, nhắc nhở nhau đi, thì trong giây phút đó mình có thể nhập vào những Thánh quả còn cao hơn nữa.

Thí dụ, ngay khi sống chúng ta thành tựu được chánh kiến của một bậc **Dự Lưu**, nhưng mà chúng ta vẫn còn tham, sân, si. Nhiều khi tụng chuyện chúng ta vẫn tham sân si quá trời quá đất, thì sau đó mình hối hận, mình thấy mình biết. Trong suốt quá trình tụng chuyện đó, một vị đầy đủ chánh kiến vẫn nhìn thấy được tâm của mình nhưng mà những cái dục, cái ái, cái tham, cái sân của mình nó mạnh quá, họ làm không lại. Và sau đó họ nhìn thấy, họ biết và họ tìm cách họ phát nguyện, họ tìm những phương pháp quán chiếu tẩy rửa nội tâm của họ từ từ. Một lần, hai lần, ba lần, thì từ từ những trạng thái này nó sẽ lắng dịu, tham sân nó sẽ lắng dịu.

Có thể khi sống chúng ta là những vị **Dự Lưu**, nhưng vào lúc ra đi, chúng ta có duyên lành, có thể quán chiếu được trong lúc ra đi như vậy hoặc là có bạn lành nhắc nhở, thì ngay khi đó một vị **Dự Lưu** có thể tiến lên chúng được quả **Nhất Lai**. Hoặc là một vị **Nhất Lai** có thể tiến lên chúng được quả **Bất Lai**. Và một vị **Bất Lai** có thể tiến lên chúng được quả **A-la-hán** luôn, tùy theo sự quán chiếu của vị vào lúc ra đi đó.

Thành ra sự quán chiếu vào trong lúc ra đi là quan trọng, nhưng mà chính sự tu tập hằng ngày của chúng ta là điều quan trọng nhất. Nếu hằng ngày chúng ta không tu tập thì khi ra đi đó làm sao có sự quán chiếu nào để ra đi được.

Thì như vậy, thông qua bài kinh này chúng ta thấy rằng từ giây phút đầu bắt đầu học Phật, chúng ta thấy rõ ràng là đến giây phút cuối, giây phút thân hoại mạng chung, bài pháp mà Đức Phật nhắc nhở một vị tu sĩ vẫn là bài pháp về ngũ uẩn, không phải bài pháp nào hết.

Ngày xưa khi đọc bài kinh như vậy, khi đọc tới đây con hay phân chấn lắm. Con nghĩ: Cha, Đức Phật dạy cái gì hay lắm đây, trước khi ra đi dạy cái gì đó ly kỳ lắm. Chẳng hạn như trong kinh **La Hầu La**, Đức Phật nhắc: hôm nay tâm của ngài La Hầu La, Đức Phật biết đã mùi rồi, chỉ cần nghe một câu pháp nữa là chúng luôn được quả A-la-hán. Nghe cái chỗ con thấy thích lắm: Cha, Đức Phật thuyết cái gì đó vi diệu lắm, chấn động lắm nha.

Thì Đức Phật khởi nghĩ như vậy, có năm trăm thiên nhân đi theo Đức Phật đi đến để gặp La Hầu La. Năm trăm vị thiên này nghĩ: Cha, hôm nay Đức Phật sẽ giảng một bài pháp gì đặc biệt lắm. Thế là các vị thiên bu lại xung quanh ngồi. Rồi Đức Phật đi đến gặp ngài La Hầu La, Đức Phật mới hỏi một câu con cũng té ngựa ra:

"Này La Hầu La, sắc là thường hay vô thường?"

Con nói: *Ủa, kỳ vậy? Mình đang chờ một cái gì đó bay bổng, phiêu du lắm mà, kỳ lạ, tưởng tượng hy hữu lắm mà sao kỳ vậy?*

Thì Ngài lại hỏi ngài La Hầu La rằng: *"Sắc là thường hay vô thường? Thọ, tưởng, hành, thức là thường hay vô thường?"*

Con đọc bài kinh đó như vậy, trong lòng con ủa sao kỳ vậy? Cũng vẫn là ngũ uẩn. Cũng chính những cái đoạn kinh như vậy, sau này mình ôm ấp, mình suy nghĩ, mình nhận xét. Mình nghĩ rằng trong giai đoạn chín mùi, Đức Phật sẽ giảng một cái gì cực kỳ cao siêu, cực kỳ huyền bí, cực kỳ bí hiểm. Mà không dè Đức Phật cũng giảng ngũ uẩn à.

Và ngay cả bài kinh này, chúng ta thấy rằng khi vị Tỷ kheo này sắp thân hoại mạng chung, Đức Phật vẫn giảng cái gì? Vẫn chỉ là ngũ uẩn mà thôi. Có kỳ lạ không ạ? Chẳng những cái thân này mà cả cái thế giới này vẫn chỉ là ngũ uẩn mà thôi, không có cái gì khác hết đó.

Chúng ta đừng nghĩ là chúng ta đến đạo Phật để chúng ta tìm kiếm một cái gì đó vĩ đại, cái gì đó cao siêu, cái gì đó thuộc về một trí tưởng tượng rất là đặc biệt, rất là thù diệu. Nếu chúng ta nghĩ như vậy về đạo Phật là chúng ta lệch rồi. Thật ra, chúng ta đến với đạo Phật là chúng ta đến với tinh thần sự học hỏi về trí tuệ, về ngũ uẩn. Vì sao? Vì chúng ta đang sống với một cái thân ngũ uẩn.

Từ trong việc chúng ta nói, cười, tham, sân, si, ích kỷ, tật đố, ganh tỵ, hơn thua, phải quấy, đúng sai, thương ghét, ái ô, hỷ nộ - tất cả những điều đó là gì? Những cái tâm tư tình cảm của ngũ uẩn. Và tất cả vật chất phía bên ngoài của chúng ta là gì? Ngay cả cái gọi là trái đất, nó là cái gì? Nó vẫn chỉ là sắc pháp thôi và nó thuộc về sắc uẩn, ngoài ra không có gì khác hết.

Và bên ngoài là trái đất này và những chúng sanh trên hành tinh này. Bên trong mỗi chúng sanh có cái gì khác ngoài thọ, tưởng, hành, thức không? Không. Cho nên chúng ta học cái gì học, mà cái sự tu nhìn tới nhìn lui trong những lời dạy của Đức Phật, ngay cả vị sắp nhập Niết Bàn, sắp thân hoại mạng chung, ngay cả một vị tâm đã chín mùi, sắp thành tựu sự giải thoát cao nhất thì Đức Phật vẫn chỉ giảng về ngũ uẩn.

Thành ra điều đó làm cho con nhìn tới nhìn lui, bắt đầu thấy thế giới này rộng lớn bao la nhưng thật sự những cái mà chúng ta nhìn thấy chỉ là **sắc pháp**, thuộc về sắc uẩn, không có cái gì khác hết. Và nhìn vào bên trong mỗi một con người vẫn chỉ là thọ, tưởng, hành, thức, không có cái gì khác

hết. Và đằng sau những thọ, tưởng, hành, thức là gì? Những trạng thái, những cảm xúc, những suy nghĩ thuộc về tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến.

Thành ra trong sự tu học này, chúng ta hãy vững lòng tin rằng từ ngày chúng ta gặp con cho đến ngày chúng ta không thấy con trên cuộc đời này thì con vẫn nói về ngũ uẩn chứ không nói về cái gì khác hết.

Thì như vậy, đáng lẽ con giới thiệu với chúng ta bài kinh này đến đoạn này là xong cũng được, nhưng con vẫn đem đoạn phía dưới để cho chúng ta được làm quen, và chắc sẽ có nhiều vị sẽ thắc mắc trong đoạn phía sau này.

20) Thế Tôn, đêm ấy và ngày còn lại, trú tại núi Gijjhakùta.

21) Rồi hai vị Thiên, trong khi đêm đã gần tàn, với nhan sắc thù thắng, chói sáng toàn vùng núi Gijjakùta, đi đến Thế Tôn... liền đứng một bên.

22) Đứng một bên, một vị Thiên bạch Thế Tôn:

- Tỷ-kheo Vakkali, bạch Thế Tôn, đang có ý nghĩ muốn giải thoát.

23) Vị Thiên khác bạch Thế Tôn:

- Vị ấy muốn giải thoát, chắc chắn được khéo giải thoát.

Tức nhiên là hai vị thiên đến gặp Thế Tôn và bạch lại. Một vị thưa rằng:

"Thưa Thế Tôn, vị Tỷ kheo này đang có ý muốn giải thoát đó."

Và vị kia nói rằng:

"Nếu ông ấy muốn giải thoát, chắc chắn ông ấy sẽ khéo giải thoát."

Vì sao? Vì vị này biết cái tâm của vị Tỷ kheo này, biết khả năng của vị Tỷ kheo này, biết trạng thái tâm của vị Tỷ kheo này đã đi đến đâu rồi. Cho nên biết rằng: nếu ông muốn giải thoát, ông sẽ được giải thoát.

24) Chư Thiên ấy nói như vậy xong; sau khi nói vậy, liền đánh lễ Thế Tôn, thân bên hữu hướng về Ngài, rồi biến mất tại chỗ.

25) Rồi Thế Tôn, sau khi đêm ấy đã qua, liền gọi các Tỷ-kheo:

- Hãy đến, này các Tỷ-kheo. Hãy đi đến Tỷ-kheo Vakkali; sau khi đến, nói với Tỷ-kheo Vakkali.

Và Đức Phật kể lại câu chuyện hai vị Thiên nói với Ngài, và sau đó Đức Phật nói với Tỷ kheo rằng: Và Hiền giả Vakkali, Thế Tôn nói với Hiền giả như sau: *"Này Vakkali, chớ có sợ! Này Vakkali, chớ có sợ! Cái chết của Ông sẽ không phải là ác hạnh, sự mệnh chung không phải ác hạnh!"*

Ông chết như thế nào, chúng ta xem tiếp nha.

26) Thừa vâng, bạch Thế Tôn.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn, đi đến Tôn giả Vakkali; sau khi đến, thưa với Tôn giả Vakkali:

- Nay Hiền giả Vakkali, hãy nghe lời nói của Thế Tôn và hai vị Thiên.

27) Rồi Tôn giả Vakkali gọi các vị thị giả:

- Hãy đến, này chư Hiền! Hãy nhắc tôi ra khỏi giường. Làm sao một người như tôi, có thể nghĩ ngòi trên chỗ ngồi cao để nghe Thế Tôn giảng dạy.

Đây là sự thể hiện kính trọng của các vị Tỷ kheo thời xưa khi các Ngài rất là kính trọng khi đón nhận lời giảng dạy của Đức Phật.

28) - Thừa vâng, này Hiền giả.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Tôn giả Vakkali, nhắc Tôn giả Vakkali ra khỏi giường.

Và các vị ấy đã bạch lại lời dạy của Đức Phật

"Chớ có sợ, này Vakkali! Chớ có sợ, này Vakkali! Cái chết của Ông không phải là ác hạnh, sự mệnh chung không phải là ác hạnh!"

Thì Ngài Vakkali mới thừa lại, mới nhờ các vị đó thừa lại dùm

30) Vậy này chư Hiền, hãy nhân danh ta cúi đầu đánh lễ chân Thế Tôn và thưa: "Tỷ-kheo Vakkali, bạch Thế Tôn, bị bệnh, đau đớn, bệnh trầm trọng! Vị ấy cúi đầu đánh lễ chân Thế Tôn, và nói như sau: "**Sắc** là vô thường, bạch Thế Tôn. Con không có nghĩ ngờ gì về vấn đề này, bạch Thế Tôn! Cái gì vô thường là khổ, con không có nghĩ ngờ gì về vấn đề này. Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, ở đây con không có lòng dục.

lòng tham, lòng ái. Con không có nghi ngờ gì về vấn đề này. **Thọ** là vô thường, **Tưởng** là vô thường... Các **hành** là vô thường... **Thức** là vô thường, bạch Thế Tôn, con không có nghi ngờ gì về vấn đề này. Cái gì vô thường là khổ, con không có nghi ngờ gì về vấn đề này. Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, ở đây con không có lòng dục, lòng tham, lòng ái. **Con không có nghi ngờ gì về vấn đề này."**

Câu này có nghĩa rằng là vị Tỷ kheo Vakkali nhờ các vị đó thừa lại dùm sắc, thọ, tưởng, hành và thức, đối với những pháp này Ngài biết rất rõ nó là vô thường, nó là khổ, và đối với tất cả các pháp này Ngài không còn có lòng dục lòng tham và lòng ái đối với nó nữa.

31) - Thừa vâng, này Hiền giả.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Tôn giả Vakkali rồi ra đi.

32) Tôn giả Vakkali, khi các Tỷ-kheo ấy đi không bao lâu liền đem lại con dao.

Đem lại con dao có nghĩa là gì. Là vị này tự sát, chúng ta thấy hơi lạ đúng không. Chúng ta xem tiếp nha.

33) Rồi các Tỷ-kheo ấy đi đến Thế Tôn; sau khi đến, liền ngồi xuống một bên. Ngồi xuống một bên, các Tỷ-kheo ấy bạch Thế Tôn:

Thì bạch lại toàn bộ lời nói của Tôn giả Vakkali.

34) Rồi Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo:

- Nay các Tỷ-kheo, chúng ta hãy đi đến Isigili, chỗ tảng đá đen. Ở đấy, Thiện gia nam tử đem lại con dao.

Tức nhiên là Đức Phật kêu các Ngài Tỷ kheo đi với Ngài đi đến cái chỗ mà Tỷ kheo Vakkali đã ra đi.

- Thưa vâng, bạch Thế Tôn.

Các Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn.

35) Thế Tôn cùng với số đông Tỷ-kheo đi đến Isigili, chỗ tảng đá đen.

36) Và ở đằng xa, Thế Tôn thấy Tôn giả Vakkali nằm trên giường, với vai co quắp lại.

37) Lúc bấy giờ, **một đám khói đen, một luồng ám khí** đi về phía Đông, đi về phía Tây, đi về phía Bắc, đi về phía Nam, đi về phía trên, đi về phía dưới, đi về phía bốn góc.

38) Rồi Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo:

- Nay các Tỷ-kheo, các Ông có thấy đám khói đen ấy, luồng ám khí ấy đi về phía Đông... đi về phía bốn góc không?

- Thưa có, bạch Thế Tôn.

39) - Đó là Ác ma, này các Tỷ-kheo, đang đi tìm **thức** của Thiện nam tử Vakkali và nói: "**Thức** của Thiện nam tử Vakkali an trú tại chỗ nào?"

40) Nhưng này các Tỷ-kheo, với **thức không** an trú tại một chỗ nào, Thiện nam tử Vakkali đã nhập Niết-bàn một cách hoàn toàn!

Bài kinh này rất là hay, rất là lý thú. Tức nhiên là khi mà Tôn giả Vakkali khởi lên ý muốn rằng ông muốn tự giải thoát, khi đó ông khởi nghĩ ông sẽ dùng con dao, và Đức Phật cũng biết điều đó. Đức Phật vẫn nói với ông là: "**Chớ có sợ, cái chết của ông không phải là một ác hạnh.**"

Vì sao? Vì Đức Phật biết rằng đối với ngũ uẩn này, vị Tôn giả này đã không còn có lòng dục, không còn có lòng tham, không còn có lòng ái đối với ngũ uẩn nữa. Tâm vị này đã hoàn toàn xả ly đối với ngũ uẩn. Nhưng mà cái thân này vị này còn mang, bây giờ nó đang chịu đựng sự hành hạ, cái giai đoạn cuối cùng của một căn bệnh rất rất là mệt mỏi, rất là khổ sở. Và với một trạng thái tâm thanh tịnh hoàn toàn như vậy, vị này đã thể nhập đến Thánh quả cao nhất. Cho nên khi vị này muốn ra đi, muốn bỏ cái xác này như vứt bỏ cái áo cũ, không muốn mặc một cái áo nào nữa hết, thì Đức Phật nói: "**Ông cứ ra đi, cái chết của ông không phải là một ác hạnh.**"

Trong một cái chết mà Đức Phật nói rằng là có sự mong cầu, có sự luyến tiếc, có sự buồn đau, gọi là có sự bất an trong đó, thì những cái đem lại con dao tự sát như vậy có tội. Khi chưa hiểu biết, chưa thành tựu được trí,

chưa từ bỏ được hoàn toàn lòng dục, lòng tham, lòng ái đối với ngũ uẩn mà đem lại con dao như vậy thì làm sao mà giải thoát. Từ cái si mê này qua cái si mê khác, từ cái khổ này qua cái khổ khác thôi. Cho nên cái chết đó Đức Phật không khuyến khích và không tốt.

Nhưng mà vị Tỷ kheo này trạng thái tâm đã hoàn toàn xả ly dục, tham, ái đối với ngũ uẩn rồi. Bây giờ chỉ còn mang một cái xác mà nó làm quá mệt mỏi, thì thôi muốn bỏ thì cứ bỏ. Và khi vị Tỷ kheo này bỏ rồi, Đức Phật mới gọi các Tỷ kheo đi cùng với Ngài đến chỗ đó. Khi đi đến, thấy một luồng khói đen bay vòng vòng khắp các phương hướng, phương này phương kia phương nọ, chạy đi tìm thức của Vakkali đi tái sanh ở đâu nhưng mà tìm không ra. Vì sao? Vì vị này đã nhập Niết Bàn.

Vì sao khi có thức thì ác ma tìm được tín hiệu? Thực ra một người khi mà mất, khi mà ra đi, trạng thái tâm chưa hoàn toàn tịch diệt, tức nhiên là chưa hoàn toàn sạch hết những mầm móng tham ái, dính mắc nhỏ nhiệm nào đối với ngũ uẩn, thì trạng thái tâm đó còn phát ra tín hiệu. Tín hiệu là gì? Trạng thái tâm đó dao động, có thâm chấp trong đó, cho nên thức đó có an trú.

Giống như cái radio, nếu mà chúng ta cất nó ở một chỗ nào đó mà chúng ta không mở nó lên thì sao? Không có ai thấy nghe được nó đâu. Nhưng mà khi chúng ta mở lên cái đài, từ chỗ phát ra âm thanh đó sẽ có người biết nó ở đâu và đi đến tìm ra nó. Cũng giống như vậy. Chúng ta nghe kỹ: khi một trạng thái nội tâm của chúng ta còn có một chút xíu thâm ý nào,

bất cứ một thâm ý nào cho bất cứ cái gì đó là mình, là chân, chắc cái gì đó của mình, đó là một mình và một thâm ý. Và thâm ý đó là gì? Là một sự chấp trước. Và với trạng thái tâm chấp trước như vậy thì tâm đó được gọi là thức đó có an trú, có tâm ý tức là thức có an trú.

Và trạng thái tâm có phát tín hiệu như vậy thì khi thân hoại mạng chung, ác ma cũng như ma vương và những phi nhân sẽ bắt được tín hiệu nội tâm của chúng ta và sẽ biết được những cõi sanh thú của chúng ta sẽ đi. Còn khi đạt được các vị A-la-hán, các vị đã thành tựu được tâm hoàn toàn trong sạch, thanh tịnh và không có bất cứ một thâm ý nào, chấp trước nào, khái niệm nào trong nội tâm, hoàn toàn thanh tịnh, tịch tịnh như vậy, thì sự ra đi đó là một sự hoàn toàn không để lại dấu vết. Và đối với một sự ra đi như vậy thì sẽ không thể có bất cứ một ai: thiên, ma, Phạm thiên, Bà-la-môn, Sa-môn và loài người, không một ai có thể tìm ra được dấu vết của một vị sau khi ra đi. Đó gọi là Niết Bàn, là tịch tịnh, là giải thoát đó. Chúng ta rõ chỗ này chưa?

Thì như vậy là sau khi ác ma tìm thức coi của vị này an trú ở đâu, sự phát tín hiệu tâm của vị này, tìm không thấy, cho nên ác ma đã rất là thất vọng vì không tìm được. Và Đức Phật nói: **"Thiện nam tử Vakkali đã nhập Niết Bàn một cách hoàn toàn."**

Chúng ta còn gì thắc mắc không?

Chị Thảo: Lúc mà em nói khi bỏ hết, không có nhìn nhận cái ngũ uẩn này là mình, tức là luôn cả cái thức. Thì khi thân hoại mạng chung, em nói cái tâm nó yên ắng vậy, cái tâm đó là cái gì?

Cô: Đừng có hỏi tâm là gì. Chỉ biết tâm mình từ bỏ. Một khi mình động chuyển hỏi tâm nó là gì, tức nhiên là lúc đó mình dùng tưởng để tưởng tượng cái tâm là gì, phải không? Mà trạng thái tâm đó là đi đến sự đoạn diệt tưởng. Cái suy nghĩ khởi lên: "Tâm đó là gì?", cái đó là hành hoạt động, phải không? Mà trạng thái tâm đó đi đến đoạn diệt hành, đoạn diệt tưởng. Mình suy nghĩ như vậy là mình đang vận dụng cái ngũ uẩn để mình tưởng tượng về một cái đoạn diệt ngũ uẩn. Làm sao tưởng tượng ra được? Mà càng tưởng tượng càng sai lầm, càng dính mắc ở trong vòng của ngũ uẩn mà không ra được ngũ uẩn.

Vì vậy, trong sự tu tập này mình biết rằng mình chỉ cần biết cái gì vô thường, không phải của mình, thì mình chỉ xả nó ra thôi. Phần còn lại nó là gì, mình là cái gì, thì khi mình ở trong trạng thái tịch diệt đó, mình sẽ tự biết. Và chính những cái từ bỏ những pháp vô thường này là sự giải thoát tâm của mình. Đó gọi là **tâm được giải thoát, trí tuệ đó được gọi là tuệ giải thoát, tâm giải thoát**. Còn khi mình còn khởi lên tưởng tượng cái tâm của mình là cái gì, tức nhiên là chúng ta đang tưởng tượng, phải không? Lúc đó là tưởng hoạt động. Mà sự tu tập này đi đến sự đoạn diệt cái tưởng đó, mà không thể lấy một cái sẽ bị đoạn diệt để mà nghĩ rằng nó là cái gì được. Chị rõ ha.

Chú Quang Pháp: Nếu nói con người là thân ngũ uẩn, không còn cái gì khác, thì Phật tánh là gì? Phật tánh ở đâu? Nếu con người, vạn vật không có ngoài ngũ uẩn, vậy con người, cỏ cây, hoa lá cũng giống nhau sao?

Cô: Có một bài kinh. Thật ra, khái niệm **Phật tánh** đó là khái niệm xuất hiện 500 năm sau khi Đức Phật đã nhập diệt. Chúng ta phải hiểu những khái niệm này, những khái niệm kia, khái niệm nào ra đời từ lúc nào. Chẳng hạn như khái niệm “chat” đi, ra đời từ lúc nào? Vài chục năm mới đây, phải không chú? Chúng ta hiểu khái niệm mới ra đời từ lúc nào để xác định tính chất lịch sử của một khái niệm như vậy. Khái niệm **tivi** nó ra đời từ lúc nào, và khái niệm Phật tánh ra đời từ lúc nào, chúng ta phải biết rõ từng khái niệm như vậy để chúng ta nhìn rõ và đứng về vấn đề.

Thành ra khái niệm Phật tánh sau khi Đức Phật nhập diệt 300 năm, khái niệm này hoàn toàn không có, chú rõ ha. Mà 500 năm sau khi Đức Phật nhập diệt, tức nhiên là bây giờ chúng ta đang ngồi trong lớp học nè, chúng ta đang ngồi đây, mất hết, 500 năm sau mới xuất hiện một cái khái niệm. Và khái niệm đó xuất hiện bảo rằng những người ngồi đây cách đây 500 năm đã từng nói vậy vậy nè. Thì chúng ta cũng phải hiểu khái niệm Phật tánh đã xuất hiện trong một trường hợp như vậy đó. Thành ra điều đó mình không có xét đúng hay không. 500 năm sau người ta bảo là nói vậy khác, làm sao xét đúng sai. Chúng ta vẫn có thể xét, nhưng mà chúng ta không muốn xét và chúng ta để qua một bên. Sau này trong sự tu học, chúng ta từ từ mở mang trí tuệ, chúng ta sẽ biết vấn đề đó như thế nào.

Còn bây giờ đem ra xét để dẫn đến tranh luận vì trí tuệ hiểu biết của chúng ta còn lệch nhau, sự học hiểu về pháp chúng ta còn lệch nhau, cho nên chúng ta tránh tranh luận là như vậy. Thì con chỉ thừa với chú là khái niệm Phật tánh là một khái niệm đã ra đời sau khi Đức Phật nhập diệt 500 năm mới bắt đầu xuất hiện những khái niệm đó. Thì chúng ta không bàn. Và trong toàn bộ kinh Nikaya, khái niệm Phật tánh này không có, chữ Phật tánh này không có. Nhưng mà có một danh từ là: "Phạm hạnh này", hay là "con đường này", hay là "mục đích của đạo Phật đưa đến sự thể nhập vào Bất Tử", hoặc là "mục đích của đạo Phật đưa đến sự thể nhập vào Bất Động", hoặc là "phạm hạnh này đưa đến một trạng thái tâm Bất Động Giải Thoát", hoặc là "tâm Vô Chấp Thủ Giải Thoát."

Cô: Tại sao mà con nói chúng ta ngồi đây là thân năm uẩn? Nói như vậy là nói gọn, nhưng thật sự nói đầy đủ là gì? Do trạng thái tâm của chúng ta si mê, tham ái, dính mắc, chấp thủ đối với năm uẩn, mà giờ đây tạo ra chúng ta là những con người ngồi đây. Thực sự chính là cái gì? Câu hỏi của chú thật là hay, làm sáng tỏ vấn đề. Chính là trạng thái tâm si mê, chấp thủ mới tạo ra những xác thân đang ngồi đây, chú rõ ha.

Mà khi nào tâm này không còn si mê, không còn chấp thủ đối với ngũ uẩn nữa, thì tâm đó được gọi là tâm Niết Bàn, là tâm giải thoát, chú rõ chỗ này ha. Còn khái niệm **Phật tánh** là khái niệm sau này. Khi nào tâm này còn vô minh, còn si mê, còn không thấy biết, không thấy pháp, không thấy lời

Phật dạy, không thấy ngũ uẩn, thì sẽ còn tạo ra những thân ngũ uẩn như vậy dài dài hoài hoài.

Thành ra khi con nói chúng ta thường hay nói ngắn gọn, con nói: "À, chúng ta là ngũ uẩn." Thực ra là sao? Là do tâm chấp thủ mà chúng ta ngồi đây, mình nói, mình cười. Mà tất cả sự vận hành của chúng ta là sự vận hành của ngũ uẩn, sự vận hành của một tâm si mê, một tâm vô minh đối với ngũ uẩn. Và khi nào chúng ta sạch hết những si mê, sạch hết những vô minh đối với ngũ uẩn, thì sao? Niết Bàn giải thoát. Không còn sự sanh khởi ra những xác thân vô thường, chịu hoại diệt, chịu ung thư, chịu bệnh này bệnh kia, chịu cùi què, câm điếc, rồi những chứng bệnh thần kinh đầy hết. Về thân người: nghèo khổ, đói khát, những cái nơi xa xôi v.v. Rồi những bất hạnh về tình cảm, bất hạnh về gia đình, bất hạnh về chồng vợ, bất hạnh về mẹ con, bất hạnh đủ thứ hết.

Vui có. Phải công nhận cuộc sống này có vui. Có vui chứ! Có những cái vị ngọt, có những cái điều thân ái ngọt ngào: chồng vợ, giữa cha mẹ con cái, đối với vật chất, xe cộ, nhà đẹp, người đẹp v.v. Đó gọi là vị ngọt của cuộc đời, vị ngọt của cuộc sống. Nhưng mà làm sao? Vui ít mà khổ rất là nhiều. Nhìn lại xung quanh, khổ rất là nhiều. Trong một quãng đời của chúng ta cũng vậy, khổ rất là nhiều.

Thực sự ra, con ngồi đây con quán sát về sự khổ. Nhưng nói thật sự, khổ của chính bản thân con ít lắm. Do cái duyên lành gì đó, mà từ hồi nhỏ sanh ra trong gia đình năm anh em, con đã là người được cưng nhất trong

nhà. Cho nên thực sự nói khổ, con không thấy khổ nhiều. Nhưng mà mình nhìn lại, mình quán sát lại, không nhìn vào sự sống của mình. Mình thấy đây là cái sướng của mình, là cái phước của mình. Nhưng mình nhìn ra những người xung quanh, mình thấy họ có những trần trở, những vật vãi, những khổ đau.

Cho đến khi lớn lên, cũng nhờ duyên lành có công ăn việc làm dễ dàng, công việc tốt đẹp hơn người khác. Rồi sau này khi lấy chồng, cũng được duyên lành gặp một người chồng hết sức là dễ thương, hết sức là tuyệt vời. Cuộc sống hầu như là không có bất hạnh, không có khổ đau. Nhưng sở dĩ làm sao mà con tu tập được? Là trong cái may mắn, phước báu này của mình, con nhìn lại con nghĩ: "Vì sao như vậy? Vì sao mình sanh ra trong một gia đình có năm người, nhưng mà mình lại là người sung sướng nhất? Và những người còn lại trong gia đình mình là những người có những cực khổ, những đau khổ về thân như vậy, về tâm như khác." Và nhìn ra xung quanh mình thấy nỗi khổ của những người xung quanh.

Khi nhìn như vậy, con ý thức và con run rẩy trong người, sợ hãi trong người. Thì ra như thế nào? Thì ra rằng cái sướng này, cái may mắn của mình, là do cái phước của mình nó che chở. Chứ không phải mình hay hơn ai, mình giỏi hơn ai hết. Mà chính đây là phước báu của mình, nó che chở, nó bảo vệ cho mình trong cuộc đời này. Và khi nhìn thấy như vậy rồi, thì càng cố gắng sống tốt hơn, sống đẹp hơn, làm những việc hiền thiện hơn để tạo ra nhiều hơn nữa những cái phước báu trong cuộc sống

này. Không phải để hưởng thụ nó, mà là gì? Là để mình, một người tu, một người hiểu đạo, cần phải sống đẹp, phải sống đúng pháp. Và sống đúng nhân quả, đừng tạo cho mình những cái gọi là nhân quả bất thiện để đưa đến bất hạnh cho mình ở hiện tại và tương lai. Và đồng thời trong sự sống này, mang những điều tốt đẹp cho những người xung quanh mình nữa.

Thành ra khi mình thấy mình sướng như vậy và biết quán sát theo tinh thần nhân quả của đạo Phật, thì một người sống như vậy sẽ không có cái sự gọi là sao? Chỉ biết hưởng thụ mà không biết làm những việc phước báu khác cho bản thân. Thì khi nói về cái thân ngũ uẩn này, thì chính vì khi mà chúng ta nhìn vào ngũ uẩn, dù là chúng ta đang sướng hay là chúng ta đang khổ, thì tất cả những điều này chúng ta thấy rằng là do hên, gọi là do may rủi của cuộc sống đưa chúng ta đến cái sướng hay cái khổ. Nhưng mà chúng ta phải nhớ rằng tất cả những thứ này là vô thường. Dù con được một đời sống êm ả như vậy, nhưng con vẫn luôn ý thức: đây là vô thường. Và bất cứ khi nào, một giây phút nào đó, chiều nay hay ngày mai, những đau đớn, bất hạnh gì đó vẫn có thể xảy ra cho mình.

Thành ra nhờ hiểu biết như vậy, mình không dám sống ỷ y, không dám sống hời hợt, không dám sống buông lung. Và luôn luôn trong từng giây phút sống của mình phải sống thật nghiêm túc, sống thật đúng pháp, sống thật đẹp để không có sự hối hận cho sự ra đi thành linh của mình. Thành ra khi mà chúng ta hiểu ngũ uẩn và thấy được sự bất bĩnh, vô thường của

ngũ uẩn này, và chúng ta quay về sống cẩn trọng như vậy, có rất là nhiều lợi ích cho chúng ta.

Thì như vậy, hồi nãy con nói với chú, tức nhiên là khi con nói chúng ta là ngũ uẩn, một danh từ rất đại khái. Thực chất đó là gì? Chính là một trạng thái tâm vô minh, tham ái, chấp thủ đối với ngũ uẩn mới tạo ra chúng ta ngồi đây. Cho nên gọi chúng ta là ngũ uẩn là vậy đó, chú rõ vấn đề này rồi ha.

Cô: Như vậy, qua vấn đề này chúng ta hiểu như thế nào?

Một khi tâm còn vô minh, si mê, tham ái, chấp trước đối với ngũ uẩn, thì thân xác này sẽ có hoài hoài.

Và khi nào tâm phá sạch vô minh, thành tựu được một trạng thái trí tuệ, đưa đến một trạng thái tâm thanh tịnh, không chấp trước nữa, thì những xác thân vô thường như vậy sẽ được chấm dứt. Chị rõ ha.

Thì như vậy, qua bài kinh này, bài kinh này đưa đến cho chúng ta những ý nghĩa và bài học như thế nào?

- Thứ nhất, ý nghĩa và bài học kinh nghiệm được rút ra trong bài kinh: dù chúng ta là người tu, vẫn phải giữ thái độ giao tiếp đúng pháp, chào hỏi đúng pháp khi gặp nhau.
- Thứ hai, bài kinh này đã cho chúng ta biết cách thăm hỏi và hộ niệm cho một người sắp mất.

- Thứ ba, thông qua bài kinh này, chúng ta sẽ biết cách an trú tâm của bản thân khi đi vào giờ phút thân hoại mạng chung.
- Thứ tư, vị Tỷ kheo này có một thái độ cung kính khi nghe lời dạy của Đức Phật. Và khi một vị thành tựu được tâm thanh tịnh giải thoát, thành tựu được A-la-hán quả, thì không một ai còn có thể tìm thấy được dấu vết của vị này khi vị này nhập diệt.

Và một điều nữa: tâm mong cầu được thấy Đức Phật là không đúng với lời dạy của Đức Phật.

Trí về ngũ uẩn là nền tảng tu tập, là cứu cánh tu tập, là tối thượng tu tập, là điểm khởi đầu cho đến điểm kết thúc trong sự tu tập Phật Pháp này.

Và bài kinh này thuộc về Chánh Kiến trong Bát Chánh Đạo. Nó cho chúng ta một cái nhìn, một cái hiểu đúng về con đường tu tập của chúng ta là cái gì.

Bài kinh này sẽ giúp cho chúng ta tăng trưởng được cái gì trong ngũ lực: tín, tấn, niệm, định, tuệ.

Bài kinh này làm cho chúng ta tăng trưởng về tín lực, làm cho chúng ta tăng trưởng về tấn lực, làm cho chúng ta được sách tấn, làm cho chúng ta phấn khởi, tinh tấn hơn trong sự tu học về ngũ uẩn.

Cho nên, bài kinh này làm cho chúng ta tăng tín lực là một, tăng trưởng về tấn lực là hai.

Và thứ ba, đó là tuệ lực: trí tuệ về ngũ uẩn của chúng ta được an trú, được thành lập.

Thành ra bài kinh này giúp chúng ta tăng trưởng sức mạnh trong sự tu học của mình, và sức mạnh trong sự tu học được gọi là gì? Có năm sức mạnh của một người tu. Nhờ năm sức mạnh này mà một người tu có thể tiến nhanh, tiến lẹ và tiến xa trong sự tu học của mình: sức mạnh về lòng tin.

Thông qua bài kinh này, chúng ta có sức mạnh, lòng tin sự tu tập về ngũ uẩn, đúng hay không? Chúng ta còn có gì? Sức mạnh của sự tinh tấn trong sự tu học về ngũ uẩn, đúng hay không? Và sự tinh tấn này đưa đến cho chúng ta sức mạnh sự quán niệm về ngũ uẩn sẽ được tăng trưởng.

Thí dụ: từ hồi trước giờ con mời chúng ta quán ngũ uẩn đi, chúng ta hỏi quán làm cái gì mà lần nào ngồi cũng nghe Cô này nói về ngũ uẩn, mệt quá. Thì bây giờ chúng ta biết quán để làm cái gì. Quán để thành tựu trí tuệ, cho nên chúng ta sẽ tăng trưởng sức mạnh về chánh niệm, cho nên tuệ lực tăng trưởng, đúng hay không? Và tuệ lực tăng trưởng thì niệm lực sẽ tăng trưởng, định lực sẽ tăng trưởng, đúng không? Định lực tăng trưởng thì tuệ lực tăng trưởng.

Như vậy bài kinh này giúp chúng ta tăng trưởng sức mạnh trong sự tu tập. Và bài kinh này cũng sẽ giúp cho chúng ta tăng trưởng những trí tuệ căn bản trong sự tu học. Và bài kinh cũng giúp cho chúng ta tăng trưởng về

ngũ căn, tức nhiên là những căn bản trí về lòng tin chúng ta được thành tựu trong sự tu học này. Thì ngũ căn đó là tín, tấn, niệm, định, tuệ.

Thì như vậy, bài kinh này làm cho chúng ta tăng trưởng rất là nhiều, gọi là tín lực, tín căn, tấn lực và tấn căn. Vậy bây giờ cố gắng nha, đừng có chán con nữa nha. Và câu kinh cần phải học thuộc lòng trong bài kinh này là gì?

“Ai thấy pháp, người ấy thấy Ta. Ai thấy Ta là người ấy thấy pháp.”

Vậy khi chúng ta thấy tượng Phật đây là chúng ta cần thấy gì? Tức nhiên là thấy ngũ uẩn. Và khi nhìn thấy tượng Phật, lập tức chúng ta quay về phản quan tự kỷ, xem lại thân tâm của mình liền, chứ không phải nhìn ra phía bên ngoài.

Cái phía bên ngoài chúng ta thấy vẫn là sắc pháp, nhưng sắc pháp này tượng trưng cho một sự nhắc nhở: “Này, ông quay về xem lại bản thân mình đi. Đừng có quỳ lạy Ta, một cái hình ảnh trống rỗng, mà phải nhớ ông là ai. Ông phải quán sát ông đi, phản quan tự kỷ, xem lại chính mình.” Chúng ta nhớ chưa?

Đừng có vô chùa mà thấy hình Phật mà lạy xin tùm lum, nhớ không? Tức nhiên là khi chúng ta vô chùa, nhìn thấy hình Phật, đánh lễ hình Phật. Mà khi đánh lễ hình Phật là con đánh lễ Ngài vì Ngài đã hướng dẫn cho con trí tuệ về tự thân này. Và nhờ trí tuệ này mà con thấy biết về con.

Như vậy, khi chúng ta đánh lễ xong rồi, chúng ta phải xem lại thọ, tướng, hành, thức trong mình đang như thế nào. Chúng ta tập an trú trên tự thân này. Thí dụ: xem lại thân mình, ồ thấy mình đi dao động lắc lư không đúng pháp của một người tu, điều chỉnh trở lại.

Rồi mình đang dính mắc trên thân này: quần đẹp, áo đẹp, trang sức phía bên ngoài như thế nào, điều chỉnh lại coi. Đức Phật kêu mình là vô thường mà, bây giờ dính mắc si mê như vậy là không đúng. Xem lại cảm giác trong mình: thấy mình đang nói chuyện người này mà trong lòng mình yên hay không yên, bất an hay dao động, có bị người này lôi cuốn không, có bị người này lôi kéo vào câu chuyện của họ hay không.

Mình phải nhìn thấy được cảm thọ trong mình, phải nhìn thấy được cái tâm của mình hiện tại: dao động hay là đang an tịnh hay là đang dính mắc. Hoặc tướng như thế nào, phải thấy phải biết. Suy nghĩ của mình đang như thế nào, mình phải thấy phải biết. Và trạng thái thức của mình đang như thế nào, mình quay về để nhìn nhận, để thấy biết.

Đó là gì? Đó mới thật sự là thấy pháp. Đó mới thật sự là mình thấy Đức Phật. Và thấy pháp là như vậy đó, chúng ta rõ chưa?

Bây giờ con nhắc lại nha. Chúng ta vô chùa thấy hình ảnh của Đức Phật thì chúng ta làm gì? Thấy ngũ uẩn. Thấy ngũ uẩn để làm gì? Phải nhìn lại được mình. Trong hiện tại đó, trạng thái tâm mình an tịnh hay dao động

hay tán loạn, hay có tham, hay có sân, hay có si, thọ, tưởng, hành và thức đang như thế nào, mình phải thấy phải biết.

Chứ không phải vô lúc nào cũng vậy, mình thấy hình Phật mình lay rồi mình ngồi ở đó mà mình như thế nào mình không thấy không biết. Rồi mình tìm người này người kia mình nói chuyện, mình bắt chuyện: “Chị khỏe không, anh khỏe không, em khỏe không, hôm nay về đi đâu chơi, ăn cái gì ngon quá vậy.”

Thì chúng ta đi chùa đánh lễ Phật như vậy là không đúng pháp.

Chúng ta đến chùa gặp hình Phật, chúng ta lễ bái, đánh lễ Ngài là bậc giác ngộ. Ngài đã tự giác được bản thân Ngài, được giải thoát, và Ngài còn dạy cho chúng con được thấy bản thân mình và tự giải thoát. Đánh lễ Phật là đánh lễ như vậy đó.

Và đánh lễ Pháp là gì? Con đánh lễ Pháp vì Ngài đã chỉ dạy cho con thấy được con. Đó là Thánh trí về ngũ uẩn và phương pháp Tám Đúng để con tẩy sạch những tham, sân, si đối với ngũ uẩn. Thành ra chúng ta đánh lễ là phải biết mình đánh lễ cái gì. Chứ không hiểu biết như vậy mà chúng ta đánh lễ tượng Phật thì sẽ trở thành mê tín. Vậy từ hôm nay các vị thành tựu chánh tín hết rồi nha, nhớ chưa.

Chú Quang Pháp: Khi mà cô nói nhìn lại tâm mình thì mình lại thấy cái ngũ uẩn của mình. Mà nói ngũ uẩn là vô thường, không phải là mình, vậy mình là cái gì?

Cô: Mình là cái gì? Tức nhiên trạng thái tâm hiện tại. Cái tâm của mình nó vương cái thân này, nó có cái thân này, nó mang cái thân này là một. Và tâm của mình nó có cái thân này rồi, nó lại còn có những cảm thọ của thân sanh khởi là hai. Bên cạnh cảm thọ của thân sanh khởi còn có cảm thọ của tâm dính mắc đối với ngoại trần khởi luôn trong đó, là chung với cái hai đó: thọ về thân và thọ về tâm. Rồi trong cái tâm này lại mang một cái tướng luôn luôn chấp chờn, chấp chờn trong nội tâm là ba. Rồi cái nữa là mang cái tâm này vừa mang cái thân, rồi mang cái thọ, rồi mang cái tướng, rồi mang cái dòng ý hành, những lời nó thầm nói trong đầu, nó cứ nói hoài, nói liên tục. Đó là gánh nặng thứ tư của tâm. Và cái nữa là trạng thái thức, cái sự rõ biết sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Cái sự rõ biết này khởi lên những thọ, tướng, hành, thức kia. Thọ, tướng, hành, thức kia sanh ra cái rõ biết, cái thức này. Rõ biết này khởi lên thọ, tướng, hành, thức, cứ chạy lòng vòng, lòng vòng như vậy. Thành ra cái thức này gọi là gánh nặng thứ năm của tâm.

Như vậy, cái tâm của mình nó phải gánh tới năm cái gánh nặng: gánh nặng về cái thân này nặng quá nè. Bây giờ còn khỏe, còn ngon lành. Lúc nào bệnh nằm một đống, tiêu tiểu tại chỗ, lở loét ra, chúng ta mới thấy cái gánh nặng này trở thành nặng ngàn cân như thế nào. Khi ngồi yên như vậy thấy an ổn phải không? Nhưng mà khi sân si lên thì trong người làm sao ổn được? Ổn đâu có nổi. Thành ra cảm thọ bình thường còn thấy được, thấy thích ha, nhưng mà khi sân si rồi thì cảm thọ nó trở thành gánh nặng ngàn cân đối với mình. Rồi đối với tướng cũng như vậy. Bình thường

không có gì sợ hãi thì ổn phải không? Nhưng thử có một nỗi sợ hãi ám ảnh: một người thân nào đó sắp bệnh nặng hay sắp mất, hay sợ một cái gì đó sắp diễn ra, cái tưởng đó trở thành gánh nặng nghìn cân đối với chúng ta.

Và những câu chuyện tham, sân, si đã xảy ra, bây giờ nó cứ nói tới, nói lui trong đầu, nó trờ tới, trờ lui ở trong đầu riết, muốn nhả mà nhả không được, muốn bỏ mà bỏ không được. Thành ra những lời nói trong đầu nó trở thành cái gì? Nó quăn mình, nó nói riết, nó làm mình chịu không nổi. Rồi một hơi nó dẫn mình đi, đi đến chỗ là sao? Gọi điện chửi cho đã, hoặc là đi đến gặp tận nơi nói cho đã miệng, hoặc là phải làm cái gì đó cho đã nư, đôi khi dùng uống thuốc độc tự tử cho đã nư luôn nữa. Đúng hay không? Thành ra thọ, tưởng, hành này rất là nguy hiểm và nó là gánh nặng của mình. Và khi chúng ta tu tập, chúng ta xả hết những cái này thì sao? Tâm trong sạch, thanh tịnh thì là niết bàn, là giải thoát. Chú rõ ha.

Thật ra, chú tu tập, nhận diện ngũ uẩn một thời gian, rồi tự thân mình mình thấy được, mình thích lắm. Và sau này trong sự xả bỏ, mình biết mình xả bỏ cái gì, sự tu tập của mình đi đến cái gì, thể nhập cái gì, mình biết. Còn bây giờ những thắc mắc đều rất là tốt, nhưng mà con đã chia sẻ rồi. Chú có thể dừng ở đó và bắt tay vào trong sự thực hành nhận diện, quán chiếu. Còn khởi tưởng hoài thì càng khởi tưởng thì vẫn ở trong vòng tưởng tượng của ngũ uẩn thôi.

Cho nên trong một bài kinh Gánh Nặng, Đức Phật dạy: “Này các Tỷ kheo, Ta sẽ giảng cho các ông nghe về gánh nặng và người mang gánh nặng. Hãy nghe và suy nghiệm cho kỹ. Và này các Tỷ kheo, thế nào là gánh nặng? Sắc, thọ, tưởng, hành, thức này là gánh nặng. Và này các Tỷ kheo, thế nào là người mang gánh nặng? Đó là người mang tên này, ở đâu, dòng họ ở đâu, vân vân. Đó là người mang gánh nặng.”

Thì như vậy, nội tâm của chúng ta ở đây là làm sao? Cái tâm của chúng ta đang mang gánh nặng này nè. Và khi chúng ta thấy nó hết là niết bàn, là giải thoát. Khi đó, trạng thái thuần tịnh, trong sạch, không chấp thủ, không dính mắc trong ngũ uẩn nữa thì là niết bàn, là giải thoát. Chúng ta rõ ha.